

**Sonnenaufgang:** 07.52 Uhr  
**Sonnenuntergang:** 19.23 Uhr

## AKTUELLES

### Vorbereitungen für unseren Besuch von Sri Lanka (13.02.)

Alle Gäste die mit MS Artania am 13.02. Sri Lanka besuchen, werden gebeten heute (03.01.) bzw. morgen (04.01.) mit Ihrem **ETA Visum für Sri Lanka** und Ihrem **Reisepass** zur Rezeption zu kommen.

**03.01.:** Alle Gäste von Deck 2, 6 und 7

**04.01.:** Alle Gäste von Deck 4, 5 und 8

### Geschlossene Gesellschaft

Heute Abend um 18.30 Uhr findet im **Restaurant Artania** ein Abendessen nur für einen Teil der Weltreisegäste statt. Morgen (04.01.) findet dieses Abendessen noch einmal für den zweiten Teil statt. Das Restaurant Vier Jahreszeiten und das Lido Buffet-Restaurant sind wie gewohnt von 18.00 - 20.30 Uhr für alle Gäste geöffnet.

### Benutzung der Handtücher

Sie finden auf Ihrer Kabine neben den weißen Kabinenhandtüchern jeweils ein großes türkisfarbenes Handtuch pro Person. Dieses ist für die Benutzung an Bord vorgesehen, z.B. auf Ihrem Balkon, an den Pools oder im Fitnessraum. An den Poolbereichen werden während der Seetage zusätzlich dunkelblaue Badetücher zur Benutzung vor Ort bereitgestellt. Bitte nehmen Sie diese nicht mit auf die Kabine.

# TAGESPROGRAMM

Freitag, 3. Januar 2020

## Erholung auf See

### VORMITTAG

- 09.00 **Fit in den Tag!** Bringen Sie Ihren Kreislauf in Schwung und machen Sie mit beim Frühsport mit Simone am Pool / Deck 9!
- 09.15 Bordkino / Deck 3:  
**„Der Jordan – Grenze zwischen Himmel und Erde“**  
Bordpfarrer **Rolf Haller** lädt Sie herzlich zu einer **ökumenischen Morgenandacht** ein.
- 10.05 **Shuffleboard!** Schieben Sie auch heute wieder die Scheiben über das Deck bei Chris an der Phoenix Lounge / Deck 5.
- 10.05 **Bauch-, Beine-, Po-Training!** Straffen Sie mit Simone gezielt diese Körperzonen am Pool auf Deck 9.
- 10.05 Atlantik Lounge / Deck 3:  
**„Die Vermessung der Erde - Äquator, Nullmeridian, Breitengrad und Seemeile“**  
Ein informativer Vortrag von Ihrer Lektorin Katharina Bahlcke. Dieser Vortrag wird auch auf TV-Kanal 46 übertragen.
- 11.00 **Geräteeinweisung!** Haben Sie Fragen zu den Geräten im Fitnessraum / Deck 9? Simone erklärt Ihnen gerne die korrekte Benutzung der Fitnessgeräte und gibt Ihnen Tipps zum Trainingsablauf.
- 11.15 Treffen Sie sich auf eine Runde **Tischtennis** mit Chris an den Tischtennisplatten auf Deck 5, achtern.
- 11.15 Bordkino / Deck 3: **Mission Mond**  
Eine Geschichte des Apollo-Programms - Scheitern ist keine Option! Die erste Mondlandung ist bereits Geschichte. Doch es folgen weitere Missionen. Mit Apollo 13 droht dem Apollo-Programm jedoch die nächste Katastrophe. Wie die Astronauten in letzter Minute gerettet werden konnten, erzählt Ihnen der Raumfahrthistoriker Stephan Hillenbrand in seinem spannenden Vortrag.
- 12.00 **Aperitifspiel!** Gewinnen Sie einen Tagescocktail bei Chris in der Casablanca Bar / Deck 3.

## NACHMITTAG

- 14.30 Alle **Skat-Spieler** sind herzlich willkommen beim **Skat-Turnier** in der Bodega Bar / Deck 3.
- 14.30 Pazifik Lounge / Deck 9: **Leidenschaft von Kopf bis Fuß!**  
Lernen Sie **Tango Argentino** mit Ihrem Tanzlehrer Richard!
- 15.00 **Rückenfit!** Simone zeigt Ihnen gezielte Übungen für einen starken und gesunden Rücken am Pool auf Deck 9.
- 15.00 **Bridge-Treff!** Alle Bridge-Spieler treffen sich im Jamaika Club (Bibliothek) / Deck 3.
- 15.00 Kino / Deck 3: **Stress und Stressabbau - Pränatale Forschung und Stress**  
Bereits das ungeborene Kind leidet im Mutterleib unter den Stresserfahrungen der Mutter. Die Psychologin Uta von Diemer zeigt an Beispielen aus der pränatalen Forschung, warum diese Phase unter Stressgesichtspunkten so interessant und bedeutsam ist.
- 15.15 **Jakkolo!** Chris erwartet Sie in der Casablanca Bar / Deck 3 auf eine weitere Partie!
- 15.30-16.30 Lido Buffet-Restaurant / Deck 8: **Tee- und Kaffeestunde**
- 15.30-16.30 Kopernikus Bar / Deck 8 (wetterabhängig):  
**„Banana Foster“** - Naschen Sie heute von dieser süßen „Versuchung“ mit Bananen und Vanilleeis und einer Sauce aus geschmolzener Butter, braunem Zucker, Zimt und dunklem Rum. Auf Wunsch auch mit Schlagsahne und Nüssen. Trinken Sie dazu einen erfrischenden **Bananen Milchshake** für € 3,-.
- 16.00 **Dance Aerobic!** Eine schweißtreibende Mischung aus einfachen Schrittfolgen und tänzerischen Elementen zur Musik mit Simone am Pool / Deck 9.
- 16.00 **Bingo!** Wer hat heute das große Glück und holt den Jackpot? Chris erwartet Sie in der Casablanca Bar / Deck 3! Eine Karte kostet € 5,-. Bitte bringen Sie Bargeld (kleine Scheine) mit
- 16.15 Bordkino / Deck 3: **Endlich den „Ring“ verstehen! Richard Wagner auf MS Artania.**  
**„Der Ring des Nibelungen“ – Rheingold:** Untermalt mit Musikeinspielungen und historischen Bühnenbildern, inszeniert von Ihrem Mitreisenden Dr. Gerd Habenicht.  
(Die Opern „Walküre, „Siegfried“ und „Götterdämmerung“ folgen an einem der nächsten Seetage).
- 16.45 **Stretching & Entspannung** - Zu mehr Beweglichkeit und Entspannung verhilft Ihnen Simone im am Pool auf Deck 9.
- 17.00 **Dart!** Treffen Sie ins Schwarze mit Chris an der Phoenix Lounge / Deck 5, achtern.

## ABENDPROGRAMM

- 17.30-19.00 **Happy Hour!** Sie erhalten die Cocktails & Longdrinks aus der Barkarte in allen Bars zum halben Preis. Dieses Angebot gilt nicht für die Tagescocktails.
- 19.00 Bodega Bar / Deck 3: **„Taste of Asia“**  
Für dieses besondere Abendessen war vorab eine Reservierung erforderlich.  
Bitte bringen Sie diese heute Abend mit.



### TAGESCOCKTAILS

**Margarita** (alkoholisch)  
zum Preis von nur € 3,70  
(Tequila, Triple Sec, Salzrand,  
Limettensaft)

**Smile** (alkoholfrei)  
zum Preis von nur € 2,50  
(Kokos-, Erdbeersirup,  
Orangen-, Maracujasaft, Tonic)

### DIGESTIF

Gönnen Sie sich heute Abend  
einen exklusiven **Xellent Vodka**  
für € 6,50 in unseren Bars!

### LATE-NIGHT-SNACK

Heute gibt es in Harry's Bar  
von 22.00 - 23.00 Uhr  
köstlichen **Toast Tropicana!**

### KINO & FERNSEHEN

Um **20.30 Uhr** zeigen wir Ihnen  
im Bordkino / Deck 3 einen  
Kinofilm. Informationen dazu  
und zu den fortlaufenden Fil-  
men und Dokumentationen im  
TV entnehmen Sie bitte dem  
TV-Kanal 3.

Kanal 4, 5, 6 & 7:

**Dokumentation und Spielfilme**

TV-Kanal 45/Staffel 7/Folge 234  
**Verrückt nach Meer / „Mit der  
Rikscha durch Malaysia“**

### WO IST DIE PHOENIX FLOTTE?

<b>MS Amadea</b>	Fortaleza / Brasilien
<b>MS Amara</b>	Gibraltar / Großbritannien
<b>MS Albatros</b>	Auf See, Kurs Gustavia / St. Barthélemy
<b>MS Deutschland</b>	fährt zur Zeit als MS World Odyssey, San Diego / Kalifornien / USA bis 04.01.2020

- 20.00 Boutique / Deck 3: **Sonnenbrillen-Präsentation!**  
Polarisation bei Sonnenbrillen - Was ist das? Worauf müssen  
Sie beim Kauf Ihrer Sonnenbrille achten? Dies und vieles mehr  
erfahren Sie heute um 20.00 Uhr in Ihrer Bordboutique.
- 20.30-23.00 Casablanca Bar / Deck 3: Das **Duo „Chocolate“** spielt Musik für  
einen angenehmen Abend!
- Ab 21.00 Phoenix Bar / Deck 4 (wetterabhängig):  
Genießen Sie den Abend an Deck!  
**DeeJay Sven** spielt für Sie angenehme Unterhaltungsmusik.
- 21.00-23.30 Pazifik Lounge / Deck 9: **Internationale Tanzmusik**  
Schwingen Sie das Tanzbein zur Live-Musik der **Spirit Band**.
- 21.15 Atlantik Lounge / Deck 3:



## “TASTA-TOUR”

Ein Klavier und 4 Hände

Eine bunte Reise durch die  
Welt der Musik! Virtuos, schwungvoll,  
mitreißend, akrobatisch, einzigartig  
- kurz: unvergesslich!  
Präsentiert von Elzbieta Kalvelage  
und Mihaly Barabas

Die Abendshow wird im Bordfernsehen auf Kanal 46 übertragen.

### BORDBÜCHER

Wenn Sie bereits im Besitz eines Bordbuches sind, können Sie dieses an  
der Phoenix-Information auf Deck 2 abgeben. Ihr Kapitän und Ihr Kreuz-  
fahrtdirektor werden den Routenstempel dieser Reise für Sie unter-  
schreiben. Möchten Sie dieses schöne Erinnerungsbuch neu erwerben,  
ist dieses an der **Phoenix Information** / Deck 2 für € 6,- erhältlich.

### BOUTIQUE / DECK 3

Cover Me! Die praktische Sonnenbrille für Brillenträger. Tragen Sie diese Sonnenbrille über Ihrer Korrekturbrille und seien Sie stets vor der Sonne geschützt. Mit polarisierenden Gläsern sind diese Modelle für fast alle Arten von Korrekturbrillen geeignet. Zu einem Preis ab € 49,- ein sensationelles Angebot!

### ARTANIA SPA / DECK 9

Energie und Pflege mit Ocean Care - eine Gesichtsbildung speziell für die Männerhaut. Mit dem Wirkstoff Algue Bleue Vital bündeln wir in einer Anwendung das Beste des Meeres für den Mann. 75 Min. für € 89,-

### DIE SEEKARTE DIESER REISE

Möchten Sie ein ganz besonderes nautisches Souvenir mit nach Hause nehmen? Im Rezeptionsbereich ist die von der Besatzung künstlerisch verschönerte Seekarte dieses Weltreiseabschnittes ausgestellt. Sie wird zum Ende der Reise verlost. An der Rezeption erhalten Sie 1 Los für € 5,- oder drei Lose für € 10,-. Der Erlös kommt dem Artania Crew Welfare Fonds zugute (Fonds für das Wohlbefinden der Besatzung).

### RESTAURANTZEITEN

07.00 - 07.30	<b>Early Bird</b>	Pazifik Lounge / Deck 9
07.30 - 09.30	<b>Frühstücks-Buffer</b>	Restaurant Artania / Deck 3
08.00 - 10.00	<b>Frühstücks-Buffer</b>	Restaurant Vier Jahreszeiten / Deck 2 & Lido Buffet-Restaurant / Deck 8
10.00 - 10.30	<b>Langschläfer Frühstück</b>	Lido Buffet-Restaurant / Deck 8
11.00 - 11.30	<b>Bouillon</b>	Phoenix Bar / Deck 4
12.30 - 14.00	<b>Mittagessen</b>	Restaurant Vier Jahreszeiten / Deck 2 & Restaurant Artania / Deck 3 & Lido Buffet-Restaurant / Deck 8
15.30 - 16.30	<b>Tee- und Kaffeestunde</b>	Lido Buffet-Restaurant / Deck 8
15.30 - 16.30	<b>Banana Foster</b>	Kopernikus Bar / Deck 8
17.30 - 19.00	<b>Happy Hour</b>	in allen Bars
18.00 - 20.30	<b>Abendessen</b>	Restaurant Vier Jahreszeiten / Deck 2 & Lido Buffet-Restaurant / Deck 8
Ab 18.30	<b><u>Geschlossene Gesellschaft im Restaurant Artania!</u></b>	
23.00 - 01.00	<b>Frankfurter Würstchen</b>	Pazifik Lounge / Deck 9

### BARZEITEN

<b>Harry's Bar &amp; Casablanca Bar</b>	09.00 - 01.00 Uhr	Deck 3
<b>Bodega Bar</b>	21.00 - 24.00 Uhr	Deck 3
<b>Phoenix Bar</b>	09.00 - 24.00 Uhr (wetterabhängig)	Deck 4
<b>Kopernikus Bar</b>	10.00 - 18.00 Uhr (wetterabhängig)	Deck 8
<b>Pazifik Lounge</b>	ab 08.30 Uhr	Deck 9

### ÖFFNUNGSZEITEN

<b>Rezeption</b>	24-Stunden	Deck 2	Tel. 2800
<b>Bordreisebüro</b>	09.30 - 12.30 Uhr	16.30 - 17.30 Uhr	Deck 2 Tel. 2881
<b>Phoenix Information</b>	09.30 - 12.30 Uhr	16.30 - 17.30 Uhr	Deck 2 Tel. 2904
<b>Kreuzfahrtberatung</b>	09.30 - 12.30 Uhr	16.30 - 17.30 Uhr	Deck 3
<b>Gold-, Silber-Service</b>	09.30 - 10.30 Uhr	16.30 - 17.30 Uhr	Deck 3
<b>Fotoshop</b>	09.00 - 12.00 Uhr	16.00 - 22.30 Uhr	Deck 3 Tel. 3820
<b>Videoshop</b>	11.00 - 12.00 Uhr		Deck 3 Tel. 3820
<b>Boutique</b>	09.00 - 22.00 Uhr		Deck 3 Tel. 3803
<b>SPA</b>	08.00 - 20.00 Uhr		Deck 9 Tel. 8892
<b>Sauna Damen</b>	09.00 - 11.00 Uhr		Deck 9
<b>Sauna Herren</b>	11.00 - 13.00 Uhr		Deck 9
<b>Sauna gemischt</b>	13.00 - 20.00 Uhr		Deck 9
<b>Jacuzzi / Pool</b>	07.00 - 20.00 Uhr		Deck 8
<b>Schiffsarzt / Hospital</b>	09.30 - 11.00 Uhr	17.00 - 18.00 Uhr	Deck 1 Tel. 1997
<b>Notfall</b>	24 Stunden		Tel. 2800

Ihr MS Artania Team wünscht Ihnen einen erholsamen Tag auf See!

