

Sonnenaufgang: 07.31 Uhr
Sonnenuntergang: 19.23 Uhr

AKTUELLES

Zeitumstellung

Um 12.00 Uhr
werden alle Uhren
an Bord 1 Stunde



vorgestellt auf 13.00 Uhr!

Geschlossene Gesellschaft

Heute Abend um 18.30 Uhr findet im **Restaurant Artania** das Abendessen für den zweiten Teil der Weltreisegäste statt. Das Restaurant Vier Jahreszeiten und das Lido Buffet-Restaurant sind wie gewohnt von 18.00 - 20.30 Uhr für alle Gäste geöffnet.

Vorbereitungen für unseren Besuch von Sri Lanka (13.02.)

Alle Gäste die mit MS Artania am 13.02. Sri Lanka besuchen und auf **Deck 4, 5 und 8** wohnen, werden gebeten heute (04.01.) mit Ihrem **ETA Visum für Sri Lanka** und Ihrem **Reisepass** zur Rezeption zu kommen.

Hygiene an Bord

Um den Hygienestandard an Bord zu sichern, bitten wir Sie weiterhin, die vor den Restaurants angebrachten Behälter mit Desinfektionsmittel zu nutzen.

Klimaanlage

Wir bitten alle Gäste, die Türen zu den Außendecks immer zu schließen. Auch die Balkontüren sollten immer nur kurzfristig geöffnet sein, um eine bestmögliche Funktion der Klimaanlage zu gewährleisten.

TAGESPROGRAMM

Samstag, 4. Januar 2020

Erholung auf See

VORMITTAG

- 08.30 **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: **„Das Leben ist nichts für Angsthassen“**
Bordpfarrer **Rolf Haller** lädt Sie herzlich zu einer **ökumenischen Morgenandacht** ein.
- 10.05 **Shuffleboard!** Alle Shuffleboard-Fans treffen sich mit Chris an der Phoenix Lounge / Deck 5, achtern.
- 10.05 **Walk a mile!** Drehen Sie mit Simone ein paar flotte Runden um das Außendeck. Los geht es an der Phoenix Bar / Deck 4.
- 10.05 Atlantik Lounge / Deck 3:
„Die Welt wird größer - das Jahrhundert der Entdecker“
Ein informativer Vortrag von Ihrer Lektorin Katharina Bahlcke. Dieser Vortrag wird auch auf TV-Kanal 46 übertragen.
- 10.15 **Dart-Turnier!** Treffen Sie ins Schwarze - heute geht es um Medaillen!
Chris erwartet Sie an der Phoenix Lounge / Deck 5, achtern.
- 11.00 **Fit im Alter!** Ein altersgerechtes Training für den ganzen Körper mit Simone am Pool / Deck 9.
- 11.15 Der **Artania Gäste Chor** trifft sich in der Pazifik Lounge / Deck 9 zu einer weiteren Probe mit Chorleiterin Irmgard und Pianist Mihaly Barabas.
- 11.15 Bordkino / Deck 3: **Mission Mond**
Eine Geschichte des Apollo-Programms - Forscher
Aus den Mondlandungen des Apollo-Programms sind umfangreiche Forschungsmissionen geworden. Mit enormem Aufwand werden immer neue Rekorde erreicht. Über die Forschungsarbeit der Astronauten berichtet der Raumfahrtshistoriker Stephan Hillenbrand im heutigen Teil seiner Vortragsreihe.
- 11.30 Treffen Sie sich auf eine Runde **Tischtennis** mit Chris an den Tischtennisplatten auf Deck 5, achtern.



ARTANIA

NACHMITTAG

- 14.30 **Skat-Turnier!** Alle **Skat-Spieler** treffen sich auf eine weitere Runde in der Bodega Bar / Deck 3.
- 14.30 Pazifik Lounge / Deck 9: **Leidenschaft von Kopf bis Fuß!**
Wiederholen Sie die erlernten **Tango Argentino-Schritte** mit Ihrem Tanzlehrer Richard!
- 15.00 **Pilates!** Gezielte Kräftigungsübungen für die tiefe Bauch- und Rückenmuskulatur mit Simone am Pool / Deck 9.
- 15.00 **Jakkolo!** Bei diesem holländischem Brettspiel können Sie ihre Geschicklichkeit unter Beweis stellen!
Chris erwartet Sie in der Casablanca Bar / Deck 3.
- 15.00 Kino / Deck 3: **Stress und Stressabbau - Zusammenhang zwischen Krankheiten und Stress, 1. Teil**
Dass Stress krank macht, haben viele Menschen erfahren und erlitten. Die Psychologin Uta von Diemer zeigt, welche Beschwerden und welche Stressthemen zusammen gehören.
- 16.00 **Sturzprophylaxe!** Gleichgewichts- und Koordinationsübungen zur Verbesserung der Körperstabilität zeigt Ihnen Simone am Pool / Deck 9.
- 16.00 **Quiz!** Wer kennt die Antworten auf alle Fragen? Chris hat sich was Kniffliges für Sie ausgedacht und freut sich auf alle Teilnehmer in der Casablanca Bar / Deck 3.
- 16.15 Bordkino / Deck 3: **Endlich den „Ring“ verstehen! Richard Wagner auf MS Artania „Der Ring des Nibelungen“ - Walküre:** Untermalt mit Musikeinspielungen und historischen Bühnenbildern, inszeniert von Ihrem Mitreisenden Dr. Gerd Habenicht.
(Die Opern „Siegfried“ und „Götterdämmerung“ folgen an einem der nächsten Seetage).
- 16.30 Harry's Bar / Deck 3: **Modenschau!**
Seien Sie heute dabei, wenn Ihre Mitreisenden zu Models werden und Harry's Bar zu einem Laufsteg verwandeln. Wir präsentieren Ihnen ihre Mitreisenden, ausgestattet mit aktuellen Kollektionen. Anschließend erhalten Sie nur heute 10% Rabatt auf alle vorgestellten Textilien' und Accessoires!
- 17.00 **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

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.
- 19.30-22.00 Harry's Bar / Deck 3:
Lauschen Sie angenehmen Klängen am Piano, gespielt von Ihrem Pianisten **Mihaly**.
- 20.30-23.00 Casablanca Bar / Deck 3: Das **Duo „Chocolate“** spielt Musik für einen angenehmen Abend!



TAGESCOCKTAILS

Martini Cocktail (alkoholisch)
zum Preis von nur € 3,70
(Gordon's Gin, Martini extra dry, Olive)

Fantasy Island (alkoholfrei)
zum Preis von nur € 2,50
(Grenadine, Tonic, Maracujasaft)

DIGESTIF

Gönnen Sie sich heute Abend einen **Appenzeller 27 Dry** für € 4,90 in unseren Bars!

LATE-NIGHT-SNACK

Heute gibt es in Harry's Bar von 22.00 - 23.00 Uhr köstliches **Sushi & Sashimi!**

KINO & FERNSEHEN

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

Kanal 4: **Ausflugsinformationen**

Kanal 5, 6 & 7: **Spielfilme**

TV-Kanal 45/Staffel 7/Folge 235
Verrückt nach Meer /
„Der Geschmack von Malaysia“

Ab 21.00 Phoenix Bar / Deck 4 (wetterabhängig):
DeeJay Sven spielt für Sie "Flower Power" Hits.

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:



Celebration
die Party Show
Die großen Hits der wilden 70er Jahre

Erleben Sie Melodien von den Beatles, den Bee Gees, den Village People, Simon und Garfunkel, Udo Jürgens, Tony Christie, James Brown, Tom Jones und viele mehr. Knöpfen Sie den obersten Hemdknopf auf und tanzen Sie mit uns zu unvergesslicher Musik, präsentiert von den vier Herren Ihres MS Artania Showensembles.

Diese Show wird auch auf TV-Kanal 46 übertragen.

AUF TV-KANAL 4: HAFEN- UND AUSFLUGSINFORMATIONEN FÜR WALFISCHBAI, LÜDERITZ UND KAPSTADT

Wir empfehlen Ihnen, sich diesen TV-Vortrag anzusehen, da dieser praktische Informationen und aktuelle Hinweise für den individuellen Landgang und zu den Ausflügen beinhaltet. (fortlaufende Wiederholung, Dauer ca. 35 Minuten)

- Wenn Sie Ausflüge bereits per Internet gebucht haben, erhalten Sie Ihre Tickets bis einschließlich Kapstadt (15.01) heute auf die Kabine. Die Tickets für die Ausflüge in Kapstadt am 16.01. und 17.01. erhalten Sie am 13.01. **Bitte kontrollieren Sie diese auf ihre Vollständigkeit und beachten Sie auch evtl. Hinweise zu den Ausflügen auf den Tickets!**
- **Sie haben für Walfischbai und Kapstadt noch keine Ausflüge gebucht?** Bitte geben Sie das Buchungsblatt, welches Sie auf die Kabine erhalten haben, am Bordreisebüro / Deck 2 ab oder werfen Sie es dort in den bereitgestellten Kasten ein.
- Der Buchungsschluss für die Ausflüge in o.g. Häfen: **05.01. um 18.00 Uhr**
- In **Kapstadt abreisende Gäste** erhalten am 11.01. eine gesonderte Information zu Buchungsmöglichkeiten für den 16.01. und zu Ihrer Abreise.

WO IST DIE PHOENIX FLOTTE?

MS Amadea	Auf See, Kurs Maceió / Brasilien
MS Amera	Auf See, Kurs Barcelona / Spanien
MS Albatros	Gustavia / St. Barthélemy
MS Deutschland	fährt zur Zeit als MS World Odyssey, San Diego / Kalifornien / USA bis 04.01.2020

BOUTIQUE / DECK 3

Schiesser "Luxury" - reine, gekämmte Mako-Baumwolle, saumlose Abschlüsse und der Verzicht auf Seitennähte macht dieses Unterhemd so sanft und leicht. Ideal bei einer empfindlichen Haut. Verziert mit einer edlen, seidigen Paspelierung, in bester "Schiesser Qualität". Exklusiv in den Farben schwarz und weiß in Ihrer Bordboutique erhältlich.

ARTANIA SPA / DECK 9

Original Frigi-Thalgo Wickel!

Eine Power-Behandlung mit Soforteffekt! Kühle Wickel, getränkt in einer Algen-Kampfer-Menthol-Lösung, regen den Lymphfluss an und wirken lindernd bei Besenreisern und Krampfadern. Sie festigen das Bindegewebe und vitalisieren müde oder schwere Beine. 45 Min. für € 59,-.

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.

RESTAURANTZEITEN

07.00 - 07.30	Early Bird	Pazifik Lounge / Deck 9
	Bestellen Sie heute auf Wunsch in allen Restaurants köstliche Waffeln mit Erdbeergrütze.	
07.30 - 09.30	Frühstücks-Buffer	Restaurant Artania / Deck 3
08.00 - 10.00	Frühstücks-Buffer	Restaurant Vier Jahreszeiten / Deck 2 & Lido Buffet-Restaurant / Deck 8
10.00 - 10.30	Langschläfer Frühstück	Lido Buffet-Restaurant / Deck 8
11.00 - 11.30	Bouillon	Phoenix Bar / Deck 4
13.00 - 14.30	Mittagessen	Restaurant Vier Jahreszeiten / Deck 2 & Restaurant Artania / Deck 3 & Lido Buffet-Restaurant / Deck 8
15.30 - 16.30	Tee- und Kaffeestunde	Restaurant Vier Jahreszeiten / Deck 2
17.30 - 19.00	Happy Hour	in allen Bars
18.00 - 20.30	Abendessen	Restaurant Vier Jahreszeiten / Deck 2 & Lido Buffet-Restaurant / Deck 8
Ab 18.30	<u>Geschlossene Gesellschaft im Restaurant Artania!</u>	
22.00 - 23.00	Late-Night-Snack	Harry's Bar / Deck 3
23.00 - 01.00	Frankfurter Würstchen	Pazifik Lounge / Deck 9

BARZEITEN

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

ÖFFNUNGSZEITEN

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

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

