

MEIN SCHIFF® INKLUSIVLEISTUNGEN

Entspannen kann man immer dann am besten, wenn man sich über nichts Gedanken machen muss – schon gar nicht über die Qualität. Deshalb haben wir für unsere Gäste die *Mein Schiff®* Inklusivleistungen entwickelt.



RAUM ZUM ENTSPANNEN

Das Wohlfühlen beginnt schon, wenn Sie in Ihrer Kabine den flauschig weichen Bademantel überziehen und in Ihre Wohlfühl-schlappen schlüpfen – und gipfelt im großen SPA & Meer Bereich mit dem Panoramablick aus unseren Saunen.

WASSER MARSCH

Ausreichend Wasser trinken ist wichtig für unsere Gesundheit, gerade wenn wir viel in der Sonne sind. Wir helfen Ihnen dabei – mit Wasserspendern auf den Fluren und Karaffen in der Kabine, welche Sie jederzeit mit frischem Wasser befüllen können.

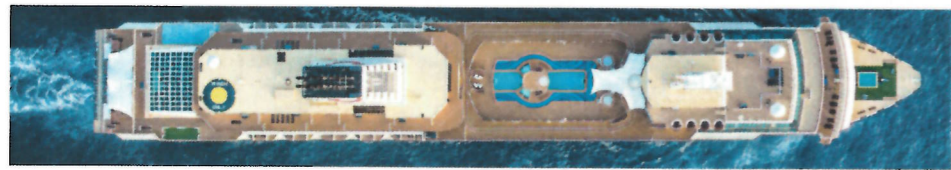


ZEIT ZUM SCHMÖKERN

Verweilen und relaxen Sie in der gemütlichen Bibliothek im Bereich Meerleben mit einem spannenden Buch. In der Bordbibliothek können Sie dafür aktuelle Romane, Reiseführer und Magazine ausleihen.

EIN EIS AM POOL

Urlaub wie aus dem Bilderbuch: ein türkisblauer Pool, die strahlende Sonne, eine frische Brise und dazu ein köstliches Eis. Leckere Sorten pures Urlaubsgefühl erhalten Sie an unserer Eistheke direkt am Pool.



GUT ZU WISSEN

RÜCKTRITTSFRIST FÜR AUSFLÜGE IN MINDELO

Bitte beachten Sie den Ablauf der Rücktrittsfristen für Mindelo heute um 12:00 Uhr. Nach der offiziellen Rücktrittsfrist können wir keine Stornierungen mehr kostenfrei entgegennehmen. Alle verfügbaren Kapazitäten sind weiterhin buchbar.

BEKLEIDUNGSEMPFEHLUNG

Auf der *Mein Schiff®* Flotte pflegen wir keinen formellen Dresscode. Wir empfehlen aber den Temperaturen angepasste Naturfaserkleidung und bitten darum, von einem Besuch der Restaurants in Badebekleidung abzusehen.

HINWEISE FÜR DIABETIKER

Wenn Sie Diabetiker sind und Injektionsnadeln nutzen, stehen Ihnen spezielle Abfallbehälter zur Verfügung. Die Behälter werden am Ende der Reise fachgerecht entsorgt. Sollten Sie keinen Behälter erhalten haben, wenden Sie sich bitte an Ihr Kabinenpersonal.

VORFREUDE AUF SEELUFT

Eine Kreuzfahrt lebt von der Weite der offenen See ebenso wie von spannenden Häfen und Entdeckungen an Land. Aber auch Seetage haben ihren Reiz – Zeit zum Entschleunigen, das Handy beiseitezulegen und die zeitlose Ruhe zu genießen. Wie wäre es z.B. mit:



FRISCH IN DEN TAG

Wir pressen jeden Morgen für Sie frischen Orangensaft aus sonnengereiften Apfelsinen. Diesen Vitaminkick erhalten Sie exklusiv in allen Frühstücksrestaurants. Halten Sie einfach Ausschau nach unseren Stewards.

PRIVATE WOHLFÜHLMOMENTE

Ein besonderer Service für besondere Momente: Dank des exklusiven Diamant Service können Sie Ihr Wunschgetränk in Ihrer Kabine genießen. Der Diamant Service ist unter der Nummer 7999 für Sie erreichbar.



WUSSTEN SIE SCHON?

WORLD'S BEST CRUISE SPA AWARD

Zum fünften Mal in Folge erhält die *Mein Schiff®* Flotte den „World' Best Cruise Spa 2022“ Award. Experten aus der SPA- und Wellness-Industrie sowie Gäste weltweit stimmten für ihren jeweiligen Favoriten ab. Für den „World's Best Cruise Spa 2022“ waren insgesamt sieben Reedereien nominiert. Die Auszeichnung ist eine Bestätigung für die großartigen Mitarbeitenden des SPA & Sport-Bereichs der *Mein Schiff®* Flotte und für die Kolleginnen und Kollegen an Land. Und jetzt, wo die Tage wieder kürzer werden, gibt es nichts Besseres, als der dunklen Jahreszeit zu entfliehen und auf einer Reise mit Ihrer *Mein Schiff Herz* die verschiedenen, großzügigen Saunen mit Panoramablick, das umfassende Sportangebot und die große Auswahl an besonders hochwertigen Kosmetik- und Schönheitsanwendungen sowie Massagen zu genießen.



Mein Schiff.

TAGESPROGRAMM

Freitag, 18. November 2022
1. Seetag

☁ bewölkt ☀ ca. 22°C 🌬 W 35 km/h 🌊 21°C 💧 10%

UNTERHALTUNG

VORTRAG: „SÃO VICENTE – TRAUMZIEL DER KAPVERDEN“

Santiago ist die afrikanischste aller Kapverdischen Inseln und so anders als die anderen. Die Bergkulisse ist ein tolles Fotomotiv und die prächtigen Kolonialbauten und der quirlige Wochenmarkt in Assomada sind ein echtes Erlebnis. Und das Beste? Sie sind mittendrin. Lektor Patrick Büchler führt Sie in seinem Vortrag durch dieses traumhafte Ziel.

MANNSCHAFT & KÄPT'N: VOLLE KRAFT VORAUS!

Heute Abend wird es im Theater turbulent – Kapitän Panagiotis Varotsos und Kreuzfahrtdirektor Maximilian Kenntemich werfen die Leinen los und stellen die leitenden Offiziere der *Mein Schiff Herz* vor. In einer bunten Revue präsentieren wir ausgewählte Entertainment-Highlights – ein glanzvoller Ausblick auf die Shows auf Ihrer Kreuzfahrt.



ZEIT FÜR BORDLEBEN

Ob zurücklehnen und entspannen, aktiv werden oder Neues lernen – hier an Bord erwartet Sie täglich eine breite Vielfalt an Möglichkeiten. Lassen Sie sich von unseren Tipps inspirieren und gestalten Sie Ihren Tag ganz nach Ihren Vorstellungen.



LACHSFRÜHSTÜCK

Ein perfektes Frühstück ist die Grundlage für einen gelungenen Urlaubstag. Wir servieren Ihnen edlen Lachs für den Hochgenuss am Morgen und den perfekten Start in den Tag.

Atlantik – Klassik & Anckelmannsplatz – Buffet-Restaurant



PIANO – ABENDKLÄNGE

Gönnen Sie sich beim abendlichen Klavierspiel eine kleine Auszeit und lassen Sie bei einem schmackhaften Getränk von der Bar einfach mal die Seele baumeln.

Blaue Welt Bar – Apéro, Deck 5, 22:15 Uhr

PROGRAMMÜBERSICHT 18.11.2022

MEIN VORMITTAG		Rubrik	Preis*
07:30 Uhr –	Lachsfrühstück		
10:00 Uhr	Anckelmannsplatz – Buffet-Restaurant, Deck 11 & ab 08:00 Uhr im Atlantik – Klassik, Deck 5		
08:00 Uhr –	Morgengymnastik		
08:30 Uhr	Aktiver Start in den Tag mit Mobilisation und Gymnastik. Sport & Gesundheit, Deck 12		
08:45 Uhr –	Bauch & Rücken		
09:15 Uhr	Effektive Kräftigung und Stabilisierung der Haltemuskulatur. Sport & Gesundheit, Deck 12		
09:00 Uhr –	Auskunft bei Lebensmittelunverträglichkeiten		
09:30 Uhr	Blaue Welt Bar – Lounge, Deck 6		
10:00 Uhr –	Fotoshooting „Am Heck“ von CruiseVision		
10:30 Uhr	Treffpunkt um 10:00 Uhr: Fotogalerie, Deck 6		
10:00 Uhr –	„Booty Workout“ – Cyberfitness		
10:30 Uhr	Mit tollem Tanz überschüssige Pfunde loswerden. Sport & Gesundheit, Deck 12		
10:00 Uhr –	Ausflugspräsentationen:		
10:45 Uhr	„Mindelo, Praia & Santa Cruz de Teneriffa“ Theater, Deck 6 & 7		
10:00 Uhr –	Internetberatung		
12:00 Uhr	Atrium, Deck 5		
10:30 Uhr –	Malen mit Kaffee		20 €
11:30 Uhr	Atelier, Deck 6		
10:30 Uhr –	Iris-Fotoshooting von CruiseVision		
12:00 Uhr	Mit einer speziellen Technik wird Ihre Iris fotografiert. Fotogalerie, Deck 6		
10:30 Uhr –	Cycling-Event		12 €
12:00 Uhr	Sport & Gesundheit, Deck 12 (wetterabhängig)		

11:00 Uhr –	Sauna Aroma-Aufguss (Wdh. 16:00 & 17:00 Uhr)		
11:15 Uhr	Entspannen Sie während aromatischer Saunaaufgüsse. SPA & Meer, Deck 11		
11:00 Uhr –	Ganzkörpertraining		
11:45 Uhr	Outdoor-Sportbereich, Deck 12 (wetterabhängig)		
11:30 Uhr –	Ärztetreffen		
12:00 Uhr	Das Kolloquium für Ärztinnen und Ärzte. Bordhospital, Deck 4		
11:30 Uhr –	Vortrag: „São Vicente – Traumziel der Kapverden“		
12:30 Uhr	Ein spannender Vortrag von Lektor Patrick Büchler. Theater, Deck 6 & 7		

MEIN NACHMITTAG		Rubrik	Preis*
12:00 Uhr –	Fleisch-Verkostung		30 €
13:00 Uhr	Kommen Sie auf den Genuss exklusiver Fleischsorten. Surf & Turf – Steakhouse, Deck 7		
12:00 Uhr –	Schiffsrundgang (Wdh. 14:00 Uhr)		
13:00 Uhr	Himmel & Meer Lounge, Deck 12		
12:00 Uhr –	Exklusive Eiskaffee Station		
15:00 Uhr	Unverzicht Bar, Deck 11 (wetterabhängig)		
13:00 Uhr –	„Fat Attack“ – Cyberfitness		
13:30 Uhr	Mit tollen Übungen überschüssige Pfunde loswerden. Sport & Gesundheit, Deck 12		
14:00 Uhr –	Century Casinos – Spieleinführung		
14:30 Uhr	Casino in der Unschlag Bar, Deck 8		
14:00 Uhr –	Postkartenmalen		12 €
15:00 Uhr	Atelier, Deck 6		
14:00 Uhr –	Kinderbingo für die ganze Familie		
15:30 Uhr	Schau Bar, Deck 7		
14:00 Uhr –	Workshop „Pilates“		20 €
15:30 Uhr	Sport & Gesundheit, Deck 12		
14:30 Uhr –	Century Casinos – Black Jack Turnier		35 €
15:00 Uhr	Casino in der Unschlag Bar, Deck 8		
15:00 Uhr –	Piano – Melodien im Atrium		
16:00 Uhr	Atrium, Deck 5, 6 & 7		
15:00 Uhr –	Century Casinos – Promo Black Jack		ab 3 €
16:00 Uhr	Casino in der Unschlag Bar, Deck 8		
15:00 Uhr –	Vortrag „Ganz schön schlank im Handumdrehen“		
15:30 Uhr	Schau Bar, Deck 7		
15:30 Uhr –	Live-Musik mit dem HeartBeat Duo		
16:30 Uhr	Sanfte Musik auf dem Pooldeck. Pooldeck, Deck 11 (wetterabhängig)		
15:30 Uhr –	Schöner Schmuck – selbst gemacht		ab 25 €
17:30 Uhr	Atelier, Deck 6		
16:00 Uhr –	Volleyball-Treff		
16:45 Uhr	Outdoor-Sportbereich, Deck 12 (wetterabhängig)		
16:30 Uhr –	Workshop „Fit mit Body Band“		15 €
17:30 Uhr	Sport & Gesundheit, Deck 12		
17:00 Uhr –	Shuffleboard		
18:00 Uhr	Promenadendeck, Deck 6 (Steuerbordseite, wetterabhängig)		
17:30 Uhr –	Alleinreisenden Treff		
18:30 Uhr	Gemeinsam macht das Reisen doppelt so viel Spaß. Blaue Welt Bar – Apéro, Deck 5 (Zugang über Deck 6)		

Mein Schiff® Inklusivleistungen Fitness Unterhaltung Vortrag Spiel Schönheit & Gesundheit Information Kreativität Kids & Teens Genuss

ABENDEMPFEHLUNG

Ihr Kapitän wirft die Leinen los und stellt Ihnen die leitenden Offiziere der *Mein Schiff* ♥ vor. In einer bunten Revue präsentieren wir einen glanzvollen Ausblick auf die Shows auf Ihrer Kreuzfahrt.

Theater, Deck 6 & 7, 21:30 Uhr

MEIN ABEND		Rubrik	Preis*
18:45 Uhr –	PMR – Progressive Muskelrelaxation		
19:15 Uhr	Übungen mit Tiefenentspannungseffekt. Sport & Gesundheit, Deck 12		
19:00 Uhr –	Fotoshooting „Einschiffung“ von CruiseVision		
20:00 Uhr	Fotogalerie, Deck 6		
19:30 Uhr –	Bingo		ab 2 €
20:30 Uhr	Schau Bar, Deck 7		
20:00 Uhr –	Century Casinos – Lucky Sevens		ab 5 €
21:00 Uhr	Casino in der Unschlag Bar, Deck 8		
20:00 Uhr –	Mein Siebdruck – individuelle Urlaubserinnerung		ab 15 €
21:30 Uhr	Atelier, Deck 6		
20:30 Uhr –	Tuchbinde-Präsentation der Gebr. Heinemann		
21:00 Uhr	Lernen Sie Tücher auf geschmackvolle Weise zu binden. Neuer Wall – Einkaufspassage, Deck 7		
21:00 Uhr –	Rum-Verkostung		30 €
22:00 Uhr	Entdecken Sie wie vielseitig Rum sein kann. Blaue Welt Bar – Lounge, Deck 6		
21:00 Uhr –	Käse- und Wein-Verkostung		39 €
22:00 Uhr	Besondere Genussmomente erleben. Wein & Wahrheit – Vinothek, Deck 7		
21:00 Uhr –	Exklusive Zigarrenstunde		
22:00 Uhr	Unschlag Bar, Deck 8 & Außenalster Bar, Deck 11		
21:00 Uhr –	Live-Musik mit dem CoffeePress Duo		
23:00 Uhr	Den Tag bei entspannter Musik Revue passieren lassen. TUI Bar, Deck 6		
21:15 Uhr –	Live-Musik mit der Black Velvet Band		
00:00 Uhr	Schau Bar, Deck 7		
21:30 Uhr –	Mannschaft & Käpt'n: Volle Kraft voraus!		
22:15 Uhr	Theater, Deck 6 & 7		
22:15 Uhr –	Piano – Abendklänge		
23:30 Uhr	Blaue Welt Bar – Apéro, Deck 5 (Zugang über Deck 6)		
22:15 Uhr –	Live-Musik mit dem HeartBeat Duo		
23:45 Uhr	Außenalster Bar, Deck 11 (wetterabhängig)		
22:00 Uhr	Disco-Nacht mit Ihrem DJ		
	Himmel & Meer Lounge, Deck 12		

*alle Preise pro Person

