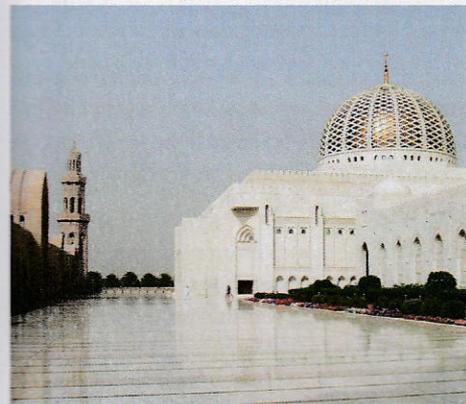


Tagesprogramm

Do., 23. März 2017
Muscat, Oman



Herzlich willkommen in Muscat. Lassen Sie sich gefangen nehmen von Muscats unvergleichlicher, orientalischer Kulisse. Die Innenstadt versprüht nach wie vor altarabische Atmosphäre. Auf Muscats berühmten Fischmarkt können Sie den Händlern beim Feilschen zusehen, auf dem Souk von Muttrah handgefertigten Silberschmuck kaufen und von der portugiesischen Festung Al-Jalali übers Meer blicken. Sie werden schnell verstehen, was den Zauber der Stadt ausmacht. Auch vom Meer aus lohnt sich ein Blick: Bei der Fahrt mit einer traditionellen Dhau werden Sie sich fühlen wie einst die arabischen Seefahrer, die ihre Boote ausschließlich aus Holz anfertigten. Lassen Sie den Blick schweifen über zerklüftete Felsen, weitläufiges Grün, weiße Strände und blaügrünes Wasser.



Ankunft: 08:00 Uhr
Ausgang: Deck 2, Treppenhaus B
Alle Mann an Bord: 22:00 Uhr
Liegezeit bis: 22:30 Uhr

Sonnenaufgang: ca. 06:07 Uhr
Sonnenuntergang: ca. 18:18 Uhr

Wetter: Heute ist es sonnig bei Temperaturen um 26 °C. Der Wind weht schwach aus nordöstlicher Richtung.

IM URLAUB ENTSPANNEN



SPA & Sport

Sich ganzheitlich wohlfühlen. Von Kopf bis Fuß. Mit Leib und Seele. Unser SPA & Sport Angebot bietet eine vielfältige Auswahl für Ihr Wohlbefinden – ob Bewegung, Ernährung, Entspannung oder Verschönerung. Bei mehreren Sportarten können Sie sich auspowern oder sich mit einem gezielten Training nach Ihrem individuellen Fitnessprogramm steigern. Lassen Sie Ihren Blick aus der finnischen Sauna mit Panoramafenstern in die Ferne schweifen, entspannen Sie in der Biosauna oder bei wohltuenden Massagen.

Informationen zum Landgang in Muscat

Für Ihren Landgang heute in Muscat ist Ihre Bordkarte ausreichend. Beim Verlassen des Schiffes werden Sie an der Gangway eine örtliche Landgangskarte erhalten, diese benötigen Sie zum Verlassen und Betreten des Hafengeländes. Die Landgangskarte wird von den örtlichen Behörden vor dem Schiff wieder eingesammelt. Wir bitten Sie aus Respekt zu anderen Kulturen und Religionen auf eine angemessene, weite Kleidung zu achten. Besonders in Moscheen gilt für Herren lange Hosen sowie die Schultern bedeckt zu halten. Frauen müssen beim Besuch von Moscheen lange Hosen oder Röcke und Oberteile mit langen Ärmeln sowie ein Kopftuch tragen. Bitte verzichten Sie auf weiße oder durchsichtige Kleidung. Des Weiteren sind sichtbare Tattoos zu bedecken. Wir wünschen Ihnen einen angenehmen Aufenthalt.

Hafenshuttle

Da das Hafengelände in Muscat nicht zu Fuß verlassen werden darf, wird dort ein kostenloser Hafenshuttle-Service angeboten. Dieser bringt Sie zunächst zum Gästeterminal, um dort die Ausgangskontrolle zu passieren. Danach fährt Sie der Bus weiter zum Hafenausgang. Die Busse verkehren den ganzen Tag über im regelmäßigen Pendelverkehr.

Rauchverbot in Muscat

Bitte beachten Sie, dass das Rauchen in Muscat in öffentlichen Gebäuden sowie ausgewiesenen Nichtraucherbereichen strikt verboten ist. Es wird empfohlen, das Rauchverbot unbedingt einzuhalten, da hier Ordnungsstrafen drohen.

Gesundheit und Hygiene

Ihre Gesundheit ist unser höchstes Anliegen. Deshalb bitten wir Sie, jeweils vor Besuch der Restaurants und vor allem nach den Landausflügen an der Gangway Ihre Hände zu desinfizieren. Vermeiden Sie zu Ihrem eigenen Wohlbefinden bei Ihrem Landgang den Verzehr von Salat, Obst und Gemüse sowie rohem Fleisch. Verzichten Sie auch auf Getränke mit Eiswürfeln.

Verschönerungsarbeiten an den Balkonen

Heute reinigen wir die Balkone auf Deck 6 bis 11 der Backbordseite sowie im hinteren Teil des Schiffes. Unser Team betritt Ihren Balkon über die benachbarten Balkone. Die Arbeiten starten um 09:00 Uhr und enden um 13:30 Uhr. Wir bitten um Ihr Verständnis.



Wäschesevice

Kein Stress nach dem Urlaub: Wir waschen und bügeln für Sie. Füllen Sie einfach den von uns bereitgestellten Wäschesack bis morgen, den 24. März um 14:00 Uhr. Alles ist bis zu Ihrer Heimreise fertig. Vom Koffer direkt in den Kleiderschrank. Bitte beachten Sie: Die Wäsche muss trocknergeeignet sein. (19,90 € pro Wäschesack)

PROGRAMM-ÜBERSICHT

Mein Vormittag

- | | |
|------------------|---|
| 08:00 Uhr | FITNESS: Mein Sonnengruß
Sport & Gesundheit, Deck 12 |
| 08:30 Uhr | FITNESS: Aqua-Gymnastik
Außenpool, Deck 12
Ein effektives und gelenkschonendes Ganzkörpertraining im Wasser. |
| 09:30 Uhr | FITNESS: TRX Gruppentraining
Sport & Gesundheit, Deck 12 (Wohlfühlauer & Preis: 30 Min. für 10€)
Das TRX Suspension Training verkörpert eine neue Form des Fitnessstrainings. Mit maximal 6 Teilnehmern werden hier vor allem Kraft und Rumpfstabilität in der Gruppe trainiert. |
| 10:00 Uhr | KOMPASS: Malkurs
Atelier, Deck 4 (ab 29€ pro Person)
Verewigen Sie Ihre Urlaubsimpressionen unter fachkundiger Anleitung. |

Mein Nachmittag

- | | |
|------------------|--|
| 15:00 Uhr | GENUSS: Italienische Kaffeestunde mit Live-Musik
Café Lounge, Deck 4 (Zugang über Diamant Bar, Deck 5)
Bis 17:00 Uhr erwartet Sie zu jedem exklusiven Heißgetränk eine süße, italienische Versuchung ohne Aufpreis. |
|------------------|--|

PROGRAMM-ÜBERSICHT

- 16:00 Uhr** **FITNESS: Jumping Fitness Gruppentraining**
Sport & Gesundheit, Deck 12
Perfekt gegen Stress – Jumping Fitness macht glücklich, denn bei diesem Workout werden Glückshormone ausgeschüttet. (Wohlfühldauer & Preis: 30 Min. für 10€)
- 16:00 Uhr** **ENTSPANNUNG: Saunaaufguss (Wdh.: 17:00 & 18:00 Uhr)**
SPA & Meer, Deck 12
Genießen Sie unsere Aufgüsse und tanken Sie neue Energie.
- 16:00 Uhr** **FITNESS: Volleyball-Treff**
Arena, Deck 14 (wetterabhängig)
- 17:00 Uhr** **UNTERHALTUNG: Shuffleboard**
Promenadendeck, Deck 5, backbord (wetterabhängig, ab 18 Jahre)
Der Klassiker unter den Kreuzfahrtspielen. Lancieren Sie den Puck ins richtige Feld – unter freiem Himmel. Anfänger sind willkommen. Wir erklären die Regeln.
- 17:00 Uhr** **FITNESS: Mein Rücken**
Sport & Gesundheit, Deck 12
Ein gezieltes präventives Rückentraining.
- 17:30 Uhr** **UNTERHALTUNG: Feiern mit den Blizzards**
Pooldeck, Deck 12
Die Blizzards sorgen mit bekannten Hits für unvergessliche Stunden.



Mein Abend

- 18:00 Uhr** **UNTERHALTUNG: Pianomelodien**
Atrium, Deck 3
Der Bordpianist lässt bekannte und beliebte Melodien für Sie erklingen.
- 18:00 Uhr** **UNTERHALTUNG: Chill-Out Lounge**
Innenpool, Deck 12
Snacks, Drinks, Lounge-Musik – die perfekte Einstimmung in Ihren Abend.
- 18:00 Uhr** **KOMPASS: Malkurs „Aquarell leicht gemacht“**
Atelier, Deck 4 (ab 29€ pro Person)
Bringen Sie unter fachkundiger Anleitung Ihre Urlaubserinnerung auf Papier.
- 18:00 Uhr** **UNTERHALTUNG: Pandora-Workshop**
Neuer Wall – Einkaufspassagen, „Meine Freude“, Deck 5
Kreieren Sie sich Ihr persönliches Schmuckstück mit Erinnerungen an Ihre Reise.
- 18:30 Uhr** **GENUSS: Krimidinner „Sag zum Abschied leise Schampus“**
Richards – Feines Essen, Deck 5 (49€ pro Person, inkl. Weinbegleitung 89€)
Wir servieren Ihnen zwischen 6 Gängen je ein Kapitel einer Krimigeschichte.
Um 18:30 Uhr erwartet Sie ein Sektempfang, das Dinner beginnt um 19:00 Uhr.
Reservierungen nehmen wir gerne an der Rezeption auf Deck 3 entgegen.
- 19:30 Uhr** **UNTERHALTUNG: Solokonzert „Sehnsucht nach Mee(h)r“**
Klanghaus, Deck 4
Lassen Sie sich auf eine Reise durch die Welt der Popmusik mit bekannten Pop- und Rockperlen schicken. Matthias KuleBa begleitet sich dabei selbst am Klavier.
- 20:30 Uhr** **UNTERHALTUNG: Make-up-Präsentation von Gebr. Heinemann**
Neuer Wall – Einkaufspassagen, „Meine Schönheit“, Deck 4
Das „Meine Schönheit“-Team gibt Tipps zum perfekten Make-up.

PROGRAMM-ÜBERSICHT

- 20:30 Uhr** **GENUSS: Zigarrengenusstunde**
Rauchersalon, Deck 5 (ab 18 Jahren)
Bis 21:30 Uhr erhalten Sie beim Kauf einer Zigarre eine Spirituose gratis dazu.
- 21:00 Uhr** **UNTERHALTUNG: Poolparty**
Pooldeck, Deck 12 (wetterabhängig)
Freuen Sie sich auf das legendäre Schokoladenbuffet, leckere Cocktails und coole Musik vom DJ. Ab 21:30 Uhr können Sie sich mit dem Kapitän fotografieren lassen.
- 21:15 Uhr** **UNTERHALTUNG: Feiern mit den Blizzards**
Schau Bar, Deck 5
- 21:45 Uhr** **UNTERHALTUNG: Live-Musik mit Dock Drei**
Außenalster – Bar & Grill, Deck 14
- 22:30 Uhr** **UNTERHALTUNG: Diamant LIVE! mit Pianomelodien**
Café Lounge, Deck 4 (Zugang über Diamant Bar, Deck 5)
- 00:00 Uhr** **UNTERHALTUNG: Disco-Nacht**
Abtanz Bar, Deck 5

BESONDERES FÜR SIE

Neuer Wall – Einkaufspassagen: PANDORA – einzigartige Momente

Für jeden Moment das passende Pandora Charm. Kombinieren Sie den zauberhaften Echtschmuck und stimmen Sie ihn auf Ihren persönlichen Stil ab. Das Team von Gebr. Heinemann zeigt Ihnen die Vielfalt der Kollektion im Shop „Meine Freude“ in den Neuer Wall – Einkaufspassagen auf Deck 4 & 5. Ab einem Pandora-Einkaufswert von 75 € erhalten Sie ein Schiff-Charms gratis.



Friseur: Awapuhi Wild Ginger – Keratinaufbau

Umwelteinflüsse und Sonneneinstrahlung lassen auch schöne Haare irgendwann müde werden. Buchen Sie noch heute die Haaraufbau-Behandlung im Hair Spa on Sea Friseursalon auf Deck 12. Haareigenes Keratin, durch Awapuhi Wild Ginger mit dem unverwechselbaren Wirkstoffkomplex KeraTriplex, sorgt für einen revolutionären Haaraufbau. 80% weniger Haarbruch, 35% mehr Glanz und das Verblasen der Haarfarbe wird um 67% reduziert. Das Team von Hair Spa on Sea berät Sie gerne persönlich auf Deck 12 im Friseursalon mit Meerblick.



Fotogalerie: Autogramm von Ihrem Kapitän

Kennen Sie schon die Seekarten-Collage bestehend aus dem Seekartenmaterial des Kapitäns, auf dem sich Ihr individuelles Bild sowie Ihre Urlaubsrouten mit den zurückgelegten Seemeilen befinden? Bestellen Sie heute Ihre persönliche Seekarten-Collage und nehmen Sie ein Autogramm von dem Kapitän Ihrer Reise mit. Besuchen Sie die Fotogalerie von CruiseVision TV auf Deck 5.

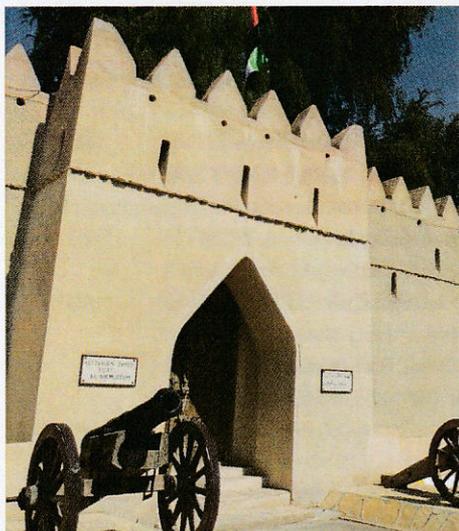
GENUSS-TIPP



Vorankündigung: Wein-Verkostung „Italien“

Betrachten, riechen und dann erst trinken: Lernen Sie morgen, 24. März um 21:00 Uhr, in der Diamant Bar von unserem Sommelier, wie Sie Weine verkosten, degustieren und genießen können. Bitte melden Sie sich an der Rezeption auf Deck 3 an oder unter meinereise.meinschiff.de (20 € pro Person).

LAND IN SICHT



Ausflugstipp für Abu Dhabi

Beim Ausflug „Zu Besuch in der Oasenstadt Al-Ain“ (AUH13G) erreichen Sie nach einer ca. 2-stündigen Busfahrt ins bergige Hinterland die Oasenstadt Al-Ain. Zunächst besichtigen Sie das Zayed Palace Museum, welches früher als Wohnhaus des Scheichs diente und heute einen guten Einblick in das Leben der Familie ermöglicht. Auch die Besuche der Al-Jahli-Festung und des Al-Ain-Museums, in dem traditionelle Kleidungsstücke und Schmuck ausgestellt sind, gelten als Muss bei jeder Stadtbesichtigung. Um auch die Oase hautnah zu erleben, werden Sie einen kleinen Spaziergang unternehmen und einiges über das grüne Al-Ain und dessen Falaj-Kanäle, die die Palmenhaine mit Wasser versorgen, erfahren.

Der hier aufgelistete Landausflug wird von TUI Cruises vermittelt und von einem örtlichen Veranstalter durchgeführt, welcher zugleich Ihr Vertragspartner ist.

VON KOPF BIS FUSS – SPA & SPORT

Rücken Pur. Heiße Quelle der Entspannung

Mit einer feuchten, heißen Rolle werden zuerst Ihre Verspannungen gelockert. Danach genießen Sie eine wohltuende Rückenmassage unter den geschulten Händen unserer Masseur.

Wohlfühldauer & Preis: 30 Min. für 39€ an Landtagen und 44€ an Seetagen

Wellenbrecher

Neu gewonnene Energie, die Sie sehen und fühlen können: Diese Gesichtsanwendung ist auf eine vitale, leistungsstarke und widerstandsfähige Männerhaut abgestimmt und bringt, unter anderem durch Weizen, sichtbaren Erfolg. Diese Anwendung beinhaltet: Reinigen, Hautanalyse, Peeling, Ausreinigen, Massage, Maske und Abschlusspflege.

Wohlfühldauer & Preis: 60 Min. für 65€ an Landtagen und 75 € an Seetagen

Striplac – der Nagellack zum Ausziehen

Sie wünschen sich perfekt lackierte Nägel? Mit einer besonders langen Haltbarkeit?

Striplac-Nagellack bietet Ihnen die optimale Lösung für ein perfektes Nageldesign.

Wohlfühldauer & Preis: 45 Min. für 40€ an Landtagen und 45 € an Seetagen

Vorankündigung: Step-Aerobic-Event

Morgen, 24. März um 15:30 Uhr, Sport & Gesundheit, Deck 12

Dieses Step-Aerobic-Event ist für jeden geeignet, der zu mitreißender Musik in einer motivierten Gruppe Sport treiben möchte. Ein Mix aus Ausdauer-, Koordinations- und Krafttraining, integriert in eine abwechslungsreiche Choreographie. Wohlfühldauer & Preis: 90 Min. für 6€

LICHT AUS – SPOT AN

Klanghaus: Solokonzert „Sehnsucht nach Mee(h)r“

Heute Abend um 19:30 Uhr schicken wir Sie im Klanghaus auf eine Reise durch die Welt der Popmusik mit bekannten Pop- und Rockperlen von Herbert Grönemeyer bis Phil Collins.



Poolparty

Wir feiern eine Party unter dem Sternenhimmel. Unser Küchenteam zeigt Ihnen, wie faszinierend die „kalte Küche“ sein kann: Edle, in Schokolade getauchte Früchte und unzählbare Sorten Obst warten darauf, von Ihnen bestaunt, fotografiert und schließlich vernascht zu werden. Erleben Sie die Tänzer unseres Theaterensembles und lassen Sie sich von uns zum Tanz verführen oder verkosten Sie die exklusiven Ergebnisse des Offiziers-Shakens. Wir wünschen Ihnen einen zauberhaften Abend.

ÖFFNUNGSZEITEN

Bars & Lounges

Café Lounge, Deck 4

(Zugang über Diamant Bar, Deck 5)

07:00–00:00 Uhr

TUI Bar, Deck 4

10:00–01:00 Uhr

Meerleben Bar, Deck 4

14:00–00:00 Uhr

Abtanz Bar, Deck 5

ab 22:00 Uhr

Champagner Treff, Deck 5

10:00–00:00 Uhr

Diamant Bar, Deck 5

durchgehend geöffnet

Exklusiver Getränke- & Snackservice: Tel. 53007

Rauchersalon, Deck 5

durchgehend geöffnet

Servicezeit: 18:00–00:00 Uhr

Schau Bar, Deck 5

16:00–00:30 Uhr

Eis Bar, Deck 12

10:00–18:00 Uhr (wetterabhängig)

Himmel & Meer Lounge, Deck 12

10:00–00:00 Uhr

Unverzicht Bar, Deck 12

10:00–00:00 Uhr (wetterabhängig)

Außenalster – Bar & Grill, Deck 14

Bar: 10:00–00:00 Uhr (wetterabhängig)

Grill: 11:00–21:00 Uhr (wetterabhängig)

Überschau Bar, Deck 14

10:00–00:00 Uhr (wetterabhängig)

Sonstige Öffnungszeiten

Landausflüge, Deck 4

18:00–20:00 Uhr

Aktiv-Ausflüge, Deck 4

18:00–20:00 Uhr

Bordreiseleitung, Deck 5

07:30–09:00 Uhr, 18:00–20:00 Uhr

Neuer Wall – Einkaufspassagen, Deck 4 & 5

18:00–23:00 Uhr

Casino, Deck 5 (ab 18 Jahren)

Automaten & Black Jack: 23:30–01:00 Uhr

Fotogalerie, Deck 5

18:00–23:00 Uhr

Insel der Seeräuber – Kids-Club, Deck 14

10:00–12:45 Uhr & 15:30–21:00 Uhr

Nest – Baby-Raum, Deck 14

durchgehend geöffnet

Restaurants – Frühstück

Atlantik – Klassik, Deck 3, Buffet

07:00–09:30 Uhr

Atlantik – Mediterran, Deck 4, à la carte

07:00–10:00 Uhr

Café Lounge, Deck 4 (Zugang über Deck 5)

07:00–11:00 Uhr

Anckelmannsplatz – Buffet-Restaurant, Deck 12

07:00–10:00 Uhr

Backstube, Deck 12

06:00–21:30 Uhr

GOSCH Sylt, Deck 12

07:00–10:00 Uhr

Restaurants – Mittagessen

Atlantik – Klassik, Deck 3

12:00–14:00 Uhr

Surf & Turf – Steakhouse, Deck 5

12:00–14:00 Uhr

Anckelmannsplatz – Buffet-Restaurant, Deck 12

12:00–14:00 Uhr

GOSCH Sylt, Deck 12, Buffet & à la carte

12:00–14:00 Uhr

Restaurants – Kaffeestunde

Café Lounge, Deck 4 (Zugang über Deck 5)

15:00–17:00 Uhr

Anckelmannsplatz – Buffet-Restaurant, Deck 12

15:30–16:30 Uhr

Restaurants – Abendessen

Atlantik – Klassik, Deck 3

18:00–21:30 Uhr

Atlantik – Mediterran, Deck 4

18:00–21:30 Uhr

Hanami – Japanische Küche, Deck 5

18:30–23:00 Uhr

Richards – Feines Essen, Deck 5

18:30–23:00 Uhr

Surf & Turf – Steakhouse, Deck 5

18:30–23:00 Uhr

Tag & Nacht – Bistro, Deck 5

durchgehend geöffnet

Anckelmannsplatz – Buffet-Restaurant, Deck 12

18:00–21:30 Uhr

GOSCH Sylt, Deck 12, Buffet & à la carte

18:00–21:30 Uhr

SPA & Sport

SPA & Meer Rezeption, Deck 12

08:00–21:00 Uhr (Tel.: 75000)

Anwendungen / Sauna, Deck 11 & 12

09:00–21:00 Uhr

Sport & Gesundheit, Deck 12

07:00–21:00 Uhr (Tel.: 75001)

Friseur, Deck 12

08:00–21:00 Uhr (Tel.: 48500)

Notfalltelefon der *Mein Schiff 3*

+49 40 30 18 74 03 (Rund um die Uhr)

Rezeption Deck 3

Telefon: 55555 (Rund um die Uhr)

Bordhospital Deck 3

(09:00–11:00 Uhr & 18:00–20:00 Uhr)

Telefon: 73001

Notruf: 99999 Bitte nur im Notfall, wie z. B. Feuergefahr, anrufen.

Meine Reise-Bordportal unter:

<https://meinereise.meinschiff.de>