

# Tagesprogramm

Fr., 31. Januar 2020

## 1. Seetag

Liebe Gäste, auf Ihrer Reise „Kapverdische Inseln“ erleben Sie heute den ersten Seetag. Sie haben Zeit, die *Mein Schiff* ♥ gründlich kennenzulernen: Vom Fitnessbereich auf Deck 12 über das Surf & Turf – Steakhouse auf Deck 7 bis zum La Spezia – Italienisch genießen auf Deck 5. Entspannen Sie auf 12.000 m<sup>2</sup> offener Decks, entdecken Sie den SPA & Meer Bereich auf Deck 11 oder stöbern Sie auf Deck 7 in den verschiedenen Shops von Gebr. Heinemann in der Neuer Wall – Einkaufspassage. Wir wünschen Ihnen einen anregenden Tag auf See.



### Zeitumstellung

Bitte beachten Sie, dass alle Uhren an Bord in der Nacht vom 30.01.2020 (Santa Cruz) zum 31.01.2020 (1. Seetag) von 03:00 Uhr auf 02:00 Uhr um eine Stunde zurückgestellt wurden.



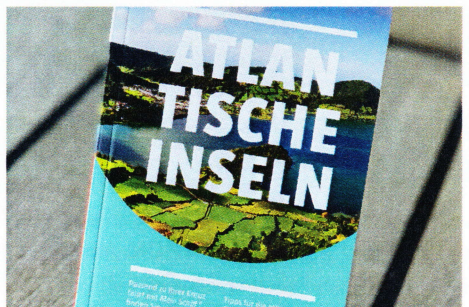
**Sonnenaufgang:** ca. 07:04 Uhr  
**Sonnenuntergang:** ca. 18:03 Uhr

**Wetter:** Heute ist es klar und sonnig bei Temperaturen bis 21 °C. Dazu weht eine mäßige Meeresbrise aus östlicher Richtung.

## IM URLAUB ENTDECKEN

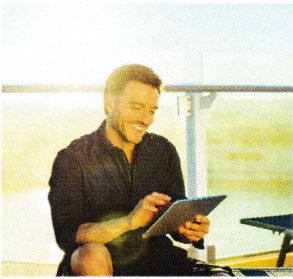
### Landausflüge und Reiseführer

Reisen – das bedeutet fremde Länder, Menschen, Kulturen und Traditionen zu entdecken. Für jeden Hafen stellen wir Ihnen gut ausgesuchte und organisierte Touren in einer Ausflugspräsentation im Theater vor. Gerne berät Sie das Ausflugsteam auch an den Buchungsschaltern auf Deck 6. Bitte beachten Sie, dass Landausflüge von TUI Cruises zum Teil vermittelt und zum Teil selbst veranstaltet werden. Insbesondere Bikeausflüge werden von TUI Cruises selbst veranstaltet. Die Verantwortung und Durchführung der vermittelten Ausflüge obliegt dem jeweiligen örtlichen Veranstalter, der zugleich Ihr Vertragspartner ist. Die passenden *Mein Schiff*® Reiseführer für Ihre aktuelle oder zukünftige Reise können Sie an den Buchungsschaltern auf Deck 6 oder an der Rezeption auf Deck 5 erwerben.





## GUT ZU WISSEN



### Satellitenempfang

Auf unserer Reise zu den Kapverdischen Inseln kann es immer wieder zu Störungen der Satellitenverbindung kommen. Bitte haben Sie Verständnis, dass wir Ihnen dann keine oder nur eine begrenzte Anzahl an TV-Sendern zur Verfügung stellen können. Auch die Internetverbindung wird über Satellit hergestellt, sodass auch hier die Signalstärke schwanken kann. Alle Ihre Fragen zu den Tarifen für das Bord-Wlan beantwortet Ihnen das Gäste Service Team im Rahmen der Internetberatung.

### Sonnenliegen

Im Interesse aller Gäste bitten wir Sie, keine Sonnenliegen zu reservieren. Sollten Sie eine Liege längere Zeit nicht nutzen, stellen Sie diese bitte wieder zur Verfügung. Ihr benutztes Handtuch können Sie jederzeit per Handtuchkarte austauschen.

### Wichtiger Hinweis für Diabetiker

Wenn Sie Diabetiker sind und Injektionsnadeln nutzen, stehen Ihnen spezielle Abfallbehälter zur Verfügung. Sollten Sie keinen Behälter erhalten haben, wenden Sie sich bitte an Ihr Kabinenpersonal oder an die Rezeption.



## PROGRAMM-ÜBERSICHT

### Mein Vormittag

- 08:00 Uhr**     **GENUSS: Lachsfrühstück**  
Atlantik – Klassik, Deck 5 & 6
- 08:00 Uhr**     **FITNESS: Morgengymnastik**  
Sport & Gesundheit, Deck 12
- 08:30 Uhr**     **FITNESS: Aquagymnastik**  
Pooldeck, Deck 11
- 09:00 Uhr**     **FITNESS: TRX Yoga Gruppentraining**  
Sport & Gesundheit, Deck 12 (Wohlfühldauer & Preis: 30 Min. für 7 €)
- 10:00 Uhr**     **INFORMATION: Beratung bei Lebensmittelunverträglichkeiten**  
Blaue Welt Bar – Apéro, Deck 5 (Zugang über Deck 6)
- 10:00 Uhr**     **INFORMATION: Beratung zum Internetzugang an Bord (Wdh. 16:00 Uhr)**  
Atrium, Deck 5
- 10:00 Uhr**     **KOMPASS: Malkurs**  
Atelier, Deck 6 (Preis: 39 € pro Person)  
Bringen Sie Ihre Urlaubsimpressionen unter Anleitung auf die Leinwand.
- 10:00 Uhr**     **INFORMATION: Landausflüge Mindelo & Praia**  
Theater, Deck 6 & 7  
Die Ausflugsexperten stellen sorgfältig ausgesuchte und organisierte Touren vor.
- 10:30 Uhr**     **UNTERHALTUNG: Salz- und Gewürze-Verkostung von Gebr. Heinemann**  
Neuer Wall – Einkaufspassage, Deck 7
- 11:00 Uhr**     **INFORMATION: Gourmet-Rundgang**  
Treffpunkt: Atlantik – Klassik, Deck 6
- 11:00 Uhr**     **UNTERHALTUNG: „Hallo Erstkreuzfahrer“ – mit Mein Schiff ♥ Rundgang**  
Geistreich – Konferenzraum, Deck 6  
Neu an Bord? Wir zeigen Ihnen das Schiffsleben und geben Ihnen Tipps.
- 11:00 Uhr**     **UNTERHALTUNG: In 5 Minuten schön von Gebr. Heinemann**  
Neuer Wall – Einkaufspassage, Deck 7
- 11:00 Uhr**     **GENUSS: Alkoholfreie Erdbeerbowle und exklusive Smoothie-Station**  
Unverzicht Bar, Deck 11
- 11:30 Uhr**     **INFORMATION: Ärztetreffen**  
Bordhospital, Deck 4 (Treppenhaus A)  
Wir laden alle Ärztinnen und Ärzte herzlich zu unserem Ärztetreffen an Bord ein.
- 12:00 Uhr**     **INFORMATION: Aktiv-Ausflugstreff**  
Schau Bar, Deck 7  
Entdecken Sie die Kapverden auf zwei Rädern mit unseren Bike-Ausflügen.
- 12:00 Uhr**     **FITNESS: Schnupper-Kurse POWER PLATE & TRX Schlingentraining**  
Sport & Gesundheit, Deck 12
- 12:45 Uhr**     **FITNESS: Workshop „Faszinierende Faszien“**  
Sport & Gesundheit, Deck 12 (Wohlfühldauer & Preis: 60 Min. für 13 €)

## PROGRAMM-ÜBERSICHT

### Mein Nachmittag

- 14:30 Uhr** **FITNESS: Vortrag „Ganz schön schlank im Handumdrehen“**  
Geistreich – Konferenzraum, Deck 6 (Wohlfühldauer: 30 Min.)  
Wissenswertes über Ernährungsgrundlagen in kleinen verdaulichen Häppchen.
- 14:00 Uhr** **KOMPASS: Schöner Schmuck – selbst gemacht**  
Atelier, Deck 6 (Preis: 25 € pro Person zzgl. Material)  
Kreieren Sie Ihr ganz individuelles Urlaubsmitbringsel.
- 15:00 Uhr** **FITNESS: Rundgang „Lernen Sie unser GANZ SCHÖN GESUND Konzept kennen“**  
Treffpunkt: Geistreich – Konferenzraum, Deck 6
- 15:00 Uhr** **KOMPASS: Vortrag „Kapverden – ein afrikanisch-portugiesischer Schmelztiegel“**  
Theater, Deck 6 & 7  
Dieser Vortrag Ihres Lektors Bernd Stolzenberg vermittelt Wissenswertes über die beeindruckende Natur und Kultur dieser Inselgruppe.
- 15:00 Uhr** **UNTERHALTUNG: Spieleinführung bei Century Casinos**  
Unschlag Bar, Deck 8 (ab 18 Jahren)
- 15:30 Uhr** **UNTERHALTUNG: Black-Jack-Turnier bei Century Casinos**  
Unschlag Bar, Deck 8 (ab 18 Jahren)
- 15:30 Uhr** **UNTERHALTUNG: Tanztee mit dem DJ**  
Himmel & Meer Lounge, Deck 12
- 16:00 Uhr** **UNTERHALTUNG: Foto-Workshop „Grundlagen der Spiegelreflexkamera“**  
Treffpunkt: Fotogalerie, Deck 6 (Preis: 29 € pro Person)
- 16:00 Uhr** **FITNESS: FUN Cycling**  
Sport & Gesundheit, Deck 12  
Sie fahren diverse Höhenmeter und powern sich mit Spaß richtig aus.
- 16:30 Uhr** **UNTERHALTUNG: Tuchbinde-Show bei Gebr. Heinemann**  
Neuer Wall – Einkaufspassage, Deck 7
- 17:00 Uhr** **UNTERHALTUNG: Shuffleboard**  
Promenadendeck, Deck 6 (wetterabhängig, ab 18 Jahren)
- 17:00 Uhr** **GENUSS: Sushi-Verkostung**  
Blaue Welt Bar – Sushi, Deck 7 (Preis: 15 € pro Person)
- 17:00 Uhr** **UNTERHALTUNG: Hommage an Udo Lindenberg mit Eierlikör**  
Kunstgalerie, Deck 7
- 17:00 Uhr** **KOMPASS: Entspannungsmalen**  
Atelier, Deck 6 (Preis: 19 € pro Person)
- 17:00 Uhr** **UNTERHALTUNG: Live-Musik mit dem Duo Mio**  
Außenalster Bar, Deck 11
- 17:30 Uhr** **INFORMATION: Alleinreisenden-Treff**  
Blaue Welt Bar – Apéro, Deck 5 (Zugang über Deck 6)  
Wir laden zur lockeren Kennenlernrunde mit anschließendem Abendessen ein.
- 17:30 Uhr** **GENUSS: Cocktail-Workshop**  
Blaue Welt Bar – Lounge, Deck 6 (Preis: 25 € pro Person, inkl. Mein Schiff® Glas)

### Mein Abend

- 18:00 Uhr** **UNTERHALTUNG: Blaue Welt Bar-Fotoshooting von CruiseVision**  
Blaue Welt Bar – Lounge, Deck 6
- 18:00 Uhr** **FITNESS: TRX Gruppentraining**  
Sport & Gesundheit, Deck 12 (Wohlfühldauer & Preis: 30 Min. für 7 €)
- 20:00 Uhr** **KOMPASS: Mein Siebdruck – individuelle Urlaubserinnerung**  
Atelier, Deck 6 (Preis: 15 € pro Person zzgl. Material)  
Bedrucken Sie verschiedene Materialien mit einer großen Auswahl an Motiven.
- 20:00 Uhr** **UNTERHALTUNG: Bingo**  
Schau Bar, Deck 7 (ab 18 Jahren, Einsatz ab 2 € in bar)
- 20:30 Uhr** **GENUSS: Cold Drip Gin – Präsentation**  
TUI Bar, Deck 6
- 20:30 Uhr** **GENUSS: Craft Beer-Verkostung**  
Blaue Welt Bar – Lounge, Deck 6 (Preis: 15 € pro Person)  
Erleben Sie die komplexen Geschmacksprofile der handwerklichen gebrauten Sorten, von Indian Pale Ale, Wheat Beer bis Barrel Aged Beer.
- 20:30 Uhr** **UNTERHALTUNG: RITUALS-Workshop von Gebr. Heinemann**  
Neuer Wall – Einkaufspassage, Meine Schönheit, Deck 7



## PROGRAMM-ÜBERSICHT

- 21:00 Uhr** **UNTERHALTUNG: Black-Jack-Turnier bei Century Casinos**  
Unschlag Bar, Deck 8 (ab 18 Jahren)
- 21:00 Uhr** **UNTERHALTUNG: Fotoshooting-Station mit dem Kapitän von CruiseVision**  
Vor dem Theater, Deck 6 & 7
- 21:15 Uhr** **UNTERHALTUNG: Klassiker mit den Flying Wizzards**  
Schau Bar, Deck 7
- 21:30 Uhr** **UNTERHALTUNG: Leinen Los – Die Willkommens-Show**  
Theater, Deck 6 & 7  
Der Kapitän und seine leitenden Offiziere stellen sich Ihnen vor.
- 21:30 Uhr** **GENUSS: Signature Cocktail-Station**  
Schau Bar, Deck 7  
Probieren Sie die Sonderkreationen „Elbstrand“, „Altes Land“ oder „Sternschanze“.
- 21:30 Uhr** **UNTERHALTUNG: Zigarren-Genussstunde**  
Unschlag Bar, Deck 8 (ab 18 Jahren)
- 21:30 Uhr** **UNTERHALTUNG: Live-Musik mit dem Duo Mio**  
Außenalster Bar, Deck 11
- 22:00 Uhr** **UNTERHALTUNG: Partynacht mit dem DJ**  
Himmel & Meer Lounge, Deck 12
- 22:15 Uhr** **UNTERHALTUNG: Piano – Melodien zur Nacht**  
Blaue Welt Bar – Apéro, Deck 5 (Zugang über Deck 6)

## BESONDERES FÜR SIE

### Neuer Wall – Einkaufspassage: Frühshoppen

Das Team der Neuer Wall – Einkaufspassage heißt Sie heute mit einem bayrischen Frühshoppen Herzlich Willkommen an Bord der *Mein Schiff* ♥. Auf Deck 7 erwartet Sie heute bei einem Glas Sekt, oder Bier ein Einkaufserlebnis auf hoher See. Genießen Sie zahlreiche Shows und profitieren Sie von attraktiven Sonderangeboten. Lernen Sie das Team kennen und gehen Sie auf Entdeckungstour durch die Shops von Gebr. Heinemann. Tipp: Erhalten sie 10 % Rabatt auf das gesamte Sortiment in der Zeit von 10:00 bis 13:00 Uhr.



### Fotogalerie: 20% Frühbucherrabatt auf Ihren Reisefilm

Nur heute bekommen Sie 20% Rabatt auf Ihren Reisefilm. Das Film- und Fototeam von CruiseVision berät Sie gerne auf Deck 6.



### Friseur: Keratinaufbau mit Awapuhi Wild Ginger

Keratin ist der Grundbaustein der Haarfaser. Buchen Sie noch heute die Haaraufbau-Behandlung im Hair Spa on Sea Friseursalon. Die Ampullen des KeraTriplex® Treatments von PAUL MITCHELL USA® enthalten isolierte Proteine, die nahezu identisch mit dem Keratin im menschlichen Haar sind. So sorgen sie für einen revolutionären Haaraufbau: 80% weniger Haarbruch, 35% mehr Glanz und das Verblässen der Haarfarbe wird um 67% reduziert.



## GENUSS-TIPP



### Cocktail-Workshop

Nach diesem Workshop werden Sie die besten Cocktails einfach aus dem Ärmel schütteln. Kreieren und verkosten Sie gemeinsam in der Blaue Welt Bar – Lounge auf Deck 6 mit unserem Bar-Team vier klassische Cocktails. Der Workshop findet heute um 17:30 Uhr statt. Preis: 25 € pro Person inkl. *Mein Schiff*® Glas mit Logoaufdruck



## LAND IN SICHT

### Unser Ausflugstipp für Mindelo

Erleben Sie mit dem Ausflug „Inselrundfahrt über São Vicente“ (CVMIN001) deren Schönheit mit einem landestypischen Kleinbus. Durch die vulkanähnliche Landschaft gelangen Sie zu Ihrem ersten Fotostopp, zum Hausberg der Insel, Monte Verde. Wenn es das Wetter erlaubt, können Sie von hier den Ausblick auf die umliegenden Nachbarinseln genießen. Weiter geht es entlang der Küste zum Strand Praia Grande, wo Sie eine kleine Pause einlegen und einen landestypischen Likör oder Zuckerrohrschnaps kosten dürfen. Auf dem Weg zurück zum Schiff geht es durch das Tal Ribeira de Calhau, wo Sie von Ihrem Reiseleiter mehr über die Agrarwirtschaft der Insel erfahren. Preis: 48€ pro Erwachsener / 29€ pro Kind



### Was ist eine Rücktrittsfrist?

Bis zur offiziellen Rücktrittsfrist sind Umbuchungen und Stornierungen bereits gebuchter Landausflüge möglich, danach wird der volle Ausflugspreis berechnet.

**Ablauf der Rücktrittsfrist für Mindelo: heute, 31.01.2020 um 12:00 Uhr**

**Ablauf der Rücktrittsfrist für Praia: heute, 31.01.2020 um 19:00 Uhr**

Bitte beachten Sie, dass Landausflüge von TUI Cruises zum Teil vermittelt und zum Teil selbstveranstaltet werden. Vermittelte Ausflüge obliegen der Verantwortung des jeweiligen örtlichen Veranstalters, der zugleich Ihr Vertragspartner ist.

## VON KOPF BIS FUSS – SPA & SPORT

### Rasul-Anwendung für Zwei

Bei der orientalischen Pflegezeremonie wird der Körper mit natürlicher Heilerde und wertvollem Rasul-Öl verwöhnt, welches Sie sich selbst auftragen. Nach dem Peeling fühlt sich die Haut rein und geschmeidig an. Wohlfühldauer & Preis: 30 Min. für 35€ an Hafentagen und 40€ an Seetagen

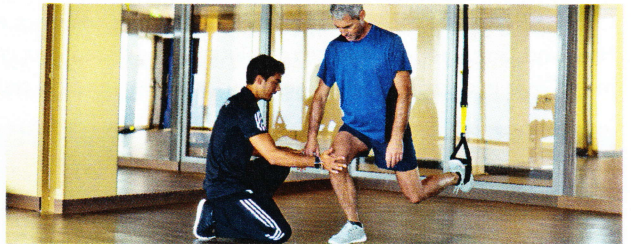


### Dreifache Entspannung für den Mann

Ein Wellness-Paket, das den Alltag vergessen lässt. Erleben Sie eine entspannte Ganzkörpermassage für Männer (60 Min.), eine Rückenmassage mit der heißen Rolle (30 Min.) sowie eine zelltiefe Gesichtspflege, auf die Männerhaut abgestimmt (60 Min.). Wohlfühldauer & Preis: 150 Min. für 164€. Sie sparen 30€

### Paket: Personal Training & cardioscan

Erhalten Sie heute im Paketangebot zu Ihrer Personal Training-Stunde eine zwanzigminütige cardioscan Körperanalyse gratis dazu. Wohlfühldauer & Preis: 80 Min. für 69€



## LICHT AUS – SPOT AN



### Leinen los – Die Willkommens-Show

Heute stimmen wir Sie auf Ihre Reise ein. Mit Beginn der Show stellt Ihnen der Kapitän die leitenden Offiziere vor und die Künstler der *Mein Schiff* ♥ präsentieren sich in voller PS-Zahl – purer Spaß und Energie. Beste Unterhaltung ist garantiert um 21:30 Uhr im Theater der *Mein Schiff* ♥



## ÖFFNUNGSZEITEN

### Bars & Lounges

**Blaue Welt Bar – Apéro**, Deck 5

ab 17:00 Uhr

**TUI Bar**, Deck 6

ab 09:00 Uhr

**Wein & Wahrheit – Vinothek**, Deck 7

ab 17:00 Uhr

**Schau Bar**, Deck 7

ab 13:30 Uhr

**Unschlag Bar**, Deck 8

ab 10:00 Uhr

**Unverzicht Bar**, Deck 11

ab 10:00 Uhr (wetterabhängig)

**Außenalster Bar**, Deck 11

ab 10:00 Uhr

**Überschau Bar**, Deck 12

ab 10:00 Uhr (wetterabhängig)

**Himmel & Meer Lounge**, Deck 12

ab 20:00 Uhr

### Sonstige Öffnungszeiten

**Landausflüge**, Deck 6

09:00–19:00 Uhr

**Aktiv-Ausflüge**, Deck 6

09:00–13:00 Uhr, 16:00–19:00 Uhr

**Bordreiseleitung**, Deck 6

09:00–12:00 Uhr, 17:00–19:00 Uhr

**Fotogalerie**, Deck 6

10:00–13:00 Uhr, 17:00–23:00 Uhr

**Xbox One KINECT**, Deck 6

09:00–23:00 Uhr

(für Kinder unter 18 Jahren bis 21:00 Uhr)

**Kunstgalerie**, Deck 7

10:00–12:30 Uhr, 16:30–22:30 Uhr

**Neuer Wall – Einkaufspassage**, Deck 7

09:00–23:00 Uhr

**Casino**, Deck 8

10:00–00:00 Uhr (ab 18 Jahren)

**Insel der Seeräuber – Kids-Club**, Deck 9

09:00–21:00 Uhr

**Pools**, Deck 11

08:00–19:00 Uhr

**Poolhandtuchtausch**, Pooldeck, Deck 11

07:00–19:00 Uhr

### Restaurants – Frühstück

**Atlantik – Klassik**, Deck 5, Buffet

08:00–10:00 Uhr

Deck 6 backbord, à la carte

08:00–10:00 Uhr

**Anckelmannsplatz – Buffet-Restaurant**, Deck 11

07:30–11:30 Uhr

**La Vela – Bistro**, Deck 11

Frühaufsteherfrühstück

07:00–10:00 Uhr

### Restaurants – Mittagessen

**Atlantik – Klassik**, Deck 5

12:00–14:00 Uhr

**La Spezia – Italienisch genießen**, Deck 5

12:00–14:00 Uhr

**Blaue Welt Bar – Sushi**, Deck 7

12:00–14:00 Uhr

**Surf & Turf – Steakhouse**, Deck 7

12:00–14:00 Uhr

**Anckelmannsplatz – Buffet-Restaurant**, Deck 11

12:00–18:00 Uhr

**GOSCH Sylt**, Deck 11

12:00–14:00 Uhr

**La Vela – Bistro**, Deck 11

12:00–14:00 Uhr

### Restaurants – Kaffeestunde

**Anckelmannsplatz – Buffet-Restaurant**, Deck 11

15:30–16:30 Uhr

### Restaurants – Abendessen

**Atlantik – Klassik**, Deck 5 & 6

18:00–21:30 Uhr

**La Spezia – Italienisch genießen**, Deck 5

18:30–23:00 Uhr

**Surf & Turf – Steakhouse**, Deck 7

18:30–23:00 Uhr

**Blaue Welt Bar – Sushi**, Deck 7

18:30–23:00 Uhr

**Anckelmannsplatz – Buffet-Restaurant**, Deck 11

18:00–21:30 Uhr

**GOSCH Sylt**, Deck 11

18:00–22:00 Uhr

**La Vela – Bistro**, Deck 11

18:00–21:30 Uhr

**Cliff 24 – Grill**, Deck 11

durchgehend geöffnet

### SPA & Sport

**SPA & Meer Rezeption**, Deck 11

08:00–21:00 Uhr (Tel.: 7500)

**Anwendungen**, Deck 11

08:00–21:00 Uhr

**Sauna**, Deck 11

09:00–21:00 Uhr

**Sport & Gesundheit**, Deck 12

geöffnet: 06:00–01:00 Uhr

Betreuung: 07:00–19:00 Uhr (Tel.: 7502)

**Friseur**, Deck 11

08:00–21:00 Uhr (Tel.: 6915)

**Meine Reise Bordportal unter:**

<https://meinereise.meinschiff.de>

**Notfalltelefon der Mein Schiff** ♥

(Rund um die Uhr)

+49 40 30 18 75 96

**Rezeption** Deck 5 (Rund um die Uhr)

Telefon: 5555

**Bordhospital** Deck 4

(09:00–11:00 Uhr & 18:00–20:00 Uhr)

Telefon: 7300

**Notruf: 9999** Bitte nur im Notfall,

wie z.B. Feuergefahr, anrufen.