



Viel Spaß mit dem Foto-Album:

1 Seetag

Öffnungszeiten

AIDAFit	
Beauty & Hair	08.00 - 20.00
Fit & Fun & Solarium	07.00 - 21.00
Body & Soul	08.00 - 20.00
Sauna	08.00 - 20.00
Terminvereinbarung in Deck 14 oder unter Tel. 3600	
Bibliothek	
Deck 8	09.00 - 09.50 17.00 - 18.00
Biking Station	
Deck 5	09.00 - 12.00 18.00 - 20.00
Blumen Service	
Bestellung an der Rezeption	
Handtuchkiosk	
Deck 12	09.00 - 18.00
Fotogalerie	
Deck 7, bei der Blu Lounge	10.30 - 12.30 16.00 - 19.00 20.00 - 22.30
Fotoshop	
Deck 2, mittleres Treppenhaus	10.30 - 12.30 20.00 - 22.30
Hospital	
Deck 4, mittleres Treppenhaus	08.00 - 10.00 16.30 - 18.30
Internet Corner	
Deck 5	24 Stunden
Kids Club	
Eltern und Kids Info im Kids Club, Deck 14	11.00
Öffnungszeiten Kids Club:	11.00 - 13.00 16.00 - 18.00 19.00 - 20.30
Kinderessen: Seepferdchen	17.30 - 18.00
Kinderessen: Delfine / Sharks	18.30 - 19.00
Landausflüge buchen	
Deck 5 & 7	09.00 - 12.30
Deck 5	16.00 - 20.00
Reiseleitung	
Deck 5	09.00 - 10.00 11.00 - 12.00 18.30 - 19.30
Rezeption	
Deck 5	24 Stunden
Shops	
Deck 5 & 7	11.00 - 12.30 13.30 - 18.30 19.30 - 23.00

Sushi & Bar

Morgen, am Montag, dem 13.06.05 und übermorgen, am Dienstag, dem 14.06.05 bieten wir euch in unserer Sushi & Bar auf Deck 7 einen Sushi-Kennenlern-Treff an. Ihr erhaltet neben einem Begrüßungsgetränk Sushi zum Probieren und erfahrt für 7,50 Euro alles Wissenswerte über Sushi. Reservierungen sind heute von 12.00 bis 14.00 und ab 18.00 an der Sushi & Bar möglich.

Währung

100 Norwegische Kronen = 13,91 Euro
Kronen können an der Rezeption gegen Euro getauscht werden.



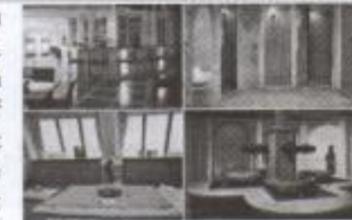
Sonntag, 12. Juni 2005

Seetag

Auf dem Weg nach Bergen

Sonnenaufgang: 04.30, Sonnenuntergang: 22.37

Ein Seetag auf AIDAblu bedeutet Erholung pur. Was für den einen ein entspannender Tag auf dem Pooldeck ist, ist für den anderen aktiver Urlaub mit Sport & Spaß. Auf



eurer AIDA ist beides möglich! Für die Sportfans unter euch gibt es täglich viele Möglichkeiten. Die Animations Crew bietet euch zum Beispiel Dart, Shuffleboard, Skat und Tischtennis an. Die Termine und Treffpunkte stehen wie immer in eurer AIDA Heute. Im AIDAFit-Bereich stehen euch kompetente Trainer zur Seite. Nach dem Training könnt ihr euch im Saunabereich oder bei einer Massage entspannen. Voll im Trend liegt zum Beispiel die Hot-Stone-Massage mit heißen und kalten Steinen. Aber auch klassische Aroma-Massagen mit hochwertigen Ölen von St. Barth sorgen dafür, dass es euch so richtig gut geht.

Liebe Gäste...

Sicherheit an Bord hat oberste Priorität. Heute um 10.15 werden wir eine Seenotrettungsübung durchführen, um Sie mit den Rettungseinrichtungen an Bord vertraut zu machen. Die Teilnahme ist für alle Passagiere Pflicht. Sobald über die Alarmanlage das Signal "Generalalarm zur Übung" ertönt - 7 kurze und 1 langer Ton - begeben Sie sich bitte mit Ihrer Rettungsweste und angemessener Kleidung (festes Schuhwerk, lange Kleidung) zu Ihren Sammelstationen. Diese befinden sich in Deck 7 und Deck 8. Bitte folgen Sie dann einfach den Anweisungen der Besatzung. Vielen Dank!



**Arndt-Peter
Böttcher**
Kapitän

Entertainment

„Swing Welcome Show“

Im Theater starten wir heute um 21.30 mit der „Swing Welcome Show“, zu der wir euch herzlich einladen möchten. Das AIDA Showensemble entführt euch in die Welt des Swing, der in den letzten Jahren mit Robbie Williams & George Michael ganz neuen Ruhm erlangt hat. Jetzt hält die Big Band-Ära auch auf den AIDAs Einzug. Danach geht es um 22.30 auf dem Pooldeck, Deck 12 und im AIDA Club, Deck 14 gleich weiter mit der „Wilden 70er und 80er“-Party.



Duty Free Verkauf

Heute habt ihr die Gelegenheit, von 14.00 bis 16.00 zu Schnäppchenpreisen einzukaufen. Vor dem Theater, Deck 7 steht ein Stand bereit, an dem ihr Zigarettenstangen und Süßigkeiten zu günstigen Preisen einkaufen könnt. Ebenfalls auf Deck 7 befindet sich der Parfümerie- und Juwelier Shop, in denen ihr auch zu Duty Free Preisen einkaufen könnt.

Kennenlertreff

Ihr reist allein? Dann möchten wir euch herzlich zum Kennenlertreff um 18.30 in die Blu Lounge einladen. Kommt vorbei und lernt euch kennen. Die Animation freut sich auf euch.

AIDA TV

Fernsehen zum Gernsehen: „AIDA TV live“ um 18.15 auf Kanal 21 verbindet Unterhaltung, Gewinnspiele und Information. Einfach einschalten und Spaß haben!

Videodreh Today

Euer TV-Team dreht heute an folgenden Orten:
Ab 09.00 auf dem Pooldeck, beim Frühstück im Buena Vista, bei AIDAfit, im Atrium bei den Scouts, an der Rezeption und in den Shops,
ab 10.15 bei der Seenotrettungsübung,
und ab 21.30 bei der Swing Welcome Show im Theater

Gourmet Tour Bergen

Auf eurer Reise haben wir für euch ein besonderes kulinarisches Ereignis vorbereitet: Kommt mit uns auf einen der schönsten Märkte in Europa - den Fischmarkt in Bergen. Bummelt am Montag, 13.06.05 gemeinsam mit unserem Chefkoch vom Rossini, Michael Hertle, über den Markt und probiert mit ihm landestypische Köstlichkeiten. Zum Abschluss des Tages laden wir euch zum 11 Gänge-Amuse Geule-Menü im Rossini Restaurant, Deck 12 ein. Wir treffen uns am Montag um 08.45 vor dem Rossini und spazieren gemeinsam zum Markt. Dieses Gourmet-Paket erhaltet ihr für 38,00 Euro pro Person. Beachtet bitte, dass die Teilnehmerzahl begrenzt ist. Daher bitte am Sonntag zwischen 11.30 und 12.30 oder ab 18.00 im Rossini buchen.

Auf einen Blick

- 09.00 Bücherverleih mit Marion**
Bibliothek, Deck 8.
- 10.15 Seenotrettungsübung**
Deck 7 & 8. Die Teilnahme ist für alle Passagiere Pflicht!
- 11.00 Eltern, Kids & Teensinfo**
Die Kids & Teens Crew stellt sich vor. Kids Club, Deck 14.
- 11.15 Department Vorstellung**
Club Manager Oliver stellt euch das Aktiv Team der AIDAblu vor. Auf dem Pooldeck, Deck 12 oder im Atrium, Deck 5 (wetterabhängig).
- anschl. „Bossanova“** mit dem Showensemble.
- anschl. Animationsaktion** mit der Animationscrew
- 12.00 Tanzkurs mit Danni**
AIDA Bar, Deck 7.
- 14.00 Schiffsführung mit der Animationscrew**
Treffpunkt: Atrium, Deck 5.
- 14.00 Duty Free Verkauf**
vor dem Theater, Deck 7.
- 15.00 Edutainment-Präsentation**
Atrium, Deck 5.
- 15.30 Edutainment-Schnupperkurs „Der 1. Eindruck zählt“**
mit Bernd Schrubka im Atrium, Deck 5.
- 15.30 Show-Sägen**
mit Rupprecht Matthies im Atrium, Deck 5.
- 15.30 Infos über die Computerkurse**
mit Holger Bleich (30 Min.) im Atrium, Deck 5.
- 16.00 10 Finger schreiben in 4 Stunden KOSTENLOSE Probelektion** mit Holger Bleich
Edutainment Center, Deck 2.
- 16.00 Piano & Schokolade mit Pianist Rainer**
Musik zum Entspannen im Atrium, Deck 5.
- 16.00 Animationsaktion**
Die Animationscrew sorgt für gute Laune am Pool, Deck 12.
- 16.30 Dart mit Martin**
Deck 7, Backbord.
- 16.30 Tischtennis mit Caro**
AIDA Club, Deck 14.
- 17.00 Shuffleboard mit Basti**
Deck 7, Steuerbord.
- 17.00 Bücherverleih mit Marion**
Zum zweiten Mal öffnet die Bibliothek, Deck 8.
- 17.00 Skat-Treff mit Tatjana**
Blu Lounge, Deck 7.
- 17.00 Tanzaufbaukurs Rock'n Roll, Boogie Woogie & Jive mit Danni**
AIDA Bar, Deck 7.
- 18.15 AIDA TV mit Club Manager Oli**
Gute-Laune-Programm mit vielen Gästen, Tipps und Gewinnspielen auf Kanal 21.
- 18.30 Kennenlertreff mit Basti**
Singles und Alleinreisende treffen sich in der Blu Lounge, Deck 7.
- 19.00 Happy Hour mit Pianist Götz**
Blue Lounge, Deck 7.
- 20.00 AIDA Aktiv-Bingo mit Flo**
Bingo mal anders: Blu Lounge, Deck 7.
- 20.00 Jazz 4 Fun**
mit dem MK-Trio im Atrium, Deck 5.
- 21.00 Jazz-Evergreens mit Pianist Götz**
Casino, Deck 8.
- 21.30 Swing Welcome Show**
Theater, Deck 7 & 8.
- 22.00 Von Abba bis Zappa**
Dance Night mit Imagine, AIDA Bar, Deck 7.
- 22.30 „Die wilden 70er und 80er“**
Zurück in die 70er und 80er am Pooldeck, Deck 12 und im AIDA Club, Deck 14.

Restaurants, Bars & Cafés

Asia Bistro 12.00 - 14.00
Deck 12 18.30 - 21.00

Bella Donna Restaurant
Deck 7 18.30 - 21.00
Kulinarisches Thema: China
Reservierung täglich bis 17.30 an der Rezeption

Buena Vista Restaurant
Deck 12 Frühstück 08.30 - 11.00
Brunch 11.00 - 14.00
18.30 - 21.00
Kulinarisches Thema: Jamaika
Nichtraucher Restaurant

California Grill 06.00 - 01.00
Deck 12
Spätaufsteher-Frühstück bis 11.00

Markt Restaurant 07.30 - 10.00
Deck 7 12.00 - 14.00
Kaffee & Kuchen 15.30 - 16.30
18.30 - 21.00

Kulinarisches Thema: China
Nichtraucher Restaurant

Sushi & Bar 12.00 - 14.00
Deck 7 18.00 - 22.00

Rossini 18.30 - 23.00
Deck 12
Reservierung im Rossini 11.30 - 12.30

Tagescocktail : POLARSTERN

AIDA Bar ab 10.00
AIDA Club ab 22.30
AIDAFit Bar ab 07.00
Blu Lounge ab 16.00
Caffe Bar ab 10.00
Casino Bar ab 16.00
Dolce Vita Eiscafé ab 10.00
Pool Bar ab 10.00

Blu Hour: 19.00 - 20.00
alle offenen Getränke zum halben Preis
in der AIDA Bar und Blu Lounge, Deck 7

Room Service: 12.00 - 24.00
Wir bringen euch Getränke auf die Kabine.
Tel.: 3200

Kaffee & Kuchen:
Probieren Sie täglich ab 15.30 unsere Kaffeespezialitäten
und leckeren Kuchen im Dolce Vita Eiscafé, Deck 12.

Großer Seetags-Brunch

An Seetagen bieten wir euch immer unser großes Brunchbuffet im Buena Vista an. Somit habt ihr die Möglichkeit auszuschlafen und dennoch ausgiebig zu frühstücken. In ungezwungener Atmosphäre könnt ihr dann zum Mittagessen übergehen, ohne das Restaurant verlassen zu müssen.

Das „Brunchen“ etablierte sich in den vergangenen Jahrzehnten zu einem festen Bestandteil in der Hotellerie. Beinahe jedes Hotel bietet heute einen Sonntags-Brunch an. Entstanden ist das „Brunchen“ aus einem späten Frühstück, das um Elemente des Mittagessens erweitert wurde. Der Einfachheit halber verschmolz man irgendwann das englische Wort für Frühstück – Breakfast – mit dem für Mittagessen – Lunch – und bildete daraus das Wort Brunch. Auch bei uns seid ihr voll im Trend und könnt an den Seetagen eurer Reise jeweils zwischen 8.30 und 14.00 im Buena Vista auf Deck 12 unser reichhaltiges Brunchbuffet genießen.

Edutainment



Daniela Budde
Edutainment Managerin

Wir bieten euch Kurse mit Spaß, die euren Wissensdurst stillen, kreative Impulse geben und Kommunikation fördern.

Edutainment-Präsentation

Edutainment: Macht Spaß, macht schlau!
Lernt unsere Trainer bei einem Glas Sekt kennen und erfahrt alles über unser interessantes Wochenprogramm: heute um 15.00 im Atrium zur Edutainment-Präsentation

11.30 Bergen - Kulturmetropole und „Eingangstor zum Fjordreich“

Bilder-Vortrag mit Dorine Ali-Khan Theater, Deck 7 (kostenfrei).

12.00 Tanzkurs

mit Danni in der AIDA Bar, Deck 7. (kostenfrei)

15.00 Edutainment-Präsentation

Ihr seid herzlich eingeladen! Lernt unsere Trainer bei einem Glas Sekt kennen! Atrium, Deck 5.

15.30 Show-Sägen

mit Rupprecht Matthies Atrium, Deck 5.

15.30 Schnupperkurs „Der 1. Eindruck zählt“

Bernd Schrubka Atrium, Deck 5

15.30 Infos über die Computerkurse

Holger Bleich (30 Min.) Atrium, Deck 5.

16.00 10 Finger Schreiben in 4 Stunden KOSTENLOSE PROBELEKTION

Holger Bleich (30 Min.)

16.30 Malworkshop

mit Rupprecht Matthies (90 Min., 15,00 Euro) Atrium, Deck 5.

17.00 Der 1. Eindruck zählt

Workshop mit Bernd Schrubka (90 Min., 35,00 Euro)

17.00 Tanzaufbaukurs Rock'n Roll,

Boogie Woogie & Jive mit Danni, AIDA Bar, Deck 7.

17.00 „Jetzt lerne ich Computern“

Windows für Einsteiger Holger Bleich (60 Min., 25,00 Euro)

18.30 Digitalkamera-Kurs

Ausgabe der Kameras und Anleitung Holger Bleich (60 Min., 70,00 Euro)

20.30 Besucht Rupprecht Matthies in seiner Galerie.

Galerie, Deck 6.

Falls nicht anders vermerkt, finden alle Kurse im Edutainment Center, Deck 2 statt. Weitere Informationen findet ihr in der Edutainment- Zeitung.

AIDAFit

Fit & Fun Kursplan

- 09.15 Pilates**
bis 09.45
- 11.00 Bauch, Beine, Po**
bis 11.45
- 14.00 Vortrag „Nordic Walking“**
bis 15.00
- 15.15 Lauf- und Ganganalyse**
bis 15.45
- 16.00 Aerobic**
bis 16.45
- 17.00 Pump it up**
bis 18.00
- 18.15 Indoor-Cycling Intro**
bis 19.15



Vortrag: „Nordic Walking – einfach, effektiv & gesund!“

Erfahrt in diesem Info-Vortrag alles Wissenswerte über Nordic Walking, die Trendsportart aus Finnland.
Teilnahmegebühr: 5,00

Lauf- und Ganganalyse

Habt ihr **Probleme** beim Walken oder Laufen? Wir stellen euch unsere Lauf- und Ganganalyse vor. Mit **Sichtbefund** und **Muskelfunktionstest** wollen wir euch helfen, den **Sport gesund** und mit **Freude** auszuüben. Kommt zu unserer **kostenlosen Infoveranstaltung, Deck 14.**

Indoor-Cycling Workshop für Einsteiger

Habt ihr noch nie auf einem Indoor-Bike gesessen? Wolltet es aber schon immer ausprobieren? Dann seid Ihr in dieser Intro-Stunde genau richtig. Elernt alles **Wissenswertes** rund um das Indoor Cycling und fühlt was es mit **herzfrequenz-orientiertem** Training auf sich hat. Zusätzlich erhält jeder Teilnehmer ein Mineralgetränk.
Teilnahmegebühr 15,00 Euro.

Body & Soul

Tipp des Tages: Thalasso ÖL-SALZ-MASSAGE

Diese Peelingmassage mit bretonischem **Meersalz** und vitamin-reichen Ölen ist ein **Genuss** für den ganzen **Körper**. Stoffwechsel und Durchblutung werden angeregt, die Haut gepflegt, der Organismus entschlackt – **ihr fühlt euch wie neu geboren!**

RÜCKENSCHMERZEN?

Im Rahmen des **Rücken Check** überprüfen wir eure **Wirbelsäule**, eure Körperhaltung, eure Rückenmuskulatur und gehen auf bestehende Fehlhaltungen und **Beschwerden** ein. Wir erstellen mit euch ein umfassendes **Rückentrainingsprogramm** zur Stabilisierung der Wirbelsäule mit dem **Ziel**, den Alltag **beschwerdefrei** zu meistern.

16.00 kostenfreier INFOPOINT: Hilfe für euren Rücken

SHIATSU

Erfahrt tiefe **Entspannung** durch energetische Arbeit auf Basis der **Traditionellen Chinesischen Medizin**. Mit Druckpunkten und Dehnungen löst unser Therapeut innere und äußere Blockaden und bringt mit dieser faszinierenden Behandlungsmethode eure **Selbsteilungskräfte** in Schwung.

15.00 kostenfreier INFOPOINT: Shiatsu

Für Workshops und für alle anderen Kurse ist die **Anmeldung jederzeit während der ausgeschriebenen Öffnungszeiten an der AIDAFit Rezeption möglich.**

AIDA Shops

Was und wo?

Die AIDA-Shops findet ihr im Atrium, Deck 5 und 7.
Deck 5: Logo-Shop mit euren AIDA-Fan-Artikeln und der Young Fashion Store mit trendigen Marken
Deck 7: Mode in der Damen und Herren Boutique und steuerfreies Einkaufen in der Parfümerie und im Juwelier-Shop.

Tolles aus dem Logo-Shop

AIDA
DAS CLUBSCHIFF

In eurem Logo-Shop findet ihr die tollen AIDA-Fan-Artikel, die euch auch zu Hause noch an den schönen Urlaub auf der AIDAblu erinnern werden. Die

AIDA - Artikel sind von außerordentlich hoher Qualität und zeugen von echtem Stil. Das Logo von AIDA findet ihr nicht nur auf bunten Tassen und T-Shirts. Lasst euch überraschen von einer umfangreichen Kollektion in eurem AIDA-Logo-Shop.



Beratung

Natürlich ist die AIDA Shop Crew gern für euch da wenn ihr Fragen habt oder einen Rat braucht. Sprecht einfach einen Mitarbeiter an. Wir beraten euch gern!

Tours & Activities

Liebe Gäste,
wir arbeiten in jedem Hafen mit örtlichen Agenturen zusammen, welche die Ausflüge organisieren. Um den reibungslosen Ablauf garantieren zu können müssen die Agenturen rechtzeitig von uns über die jeweiligen Teilnehmerzahlen informiert werden. Aus diesem Grund gibt es so genannte „Buchungsschlüsse“, welche uns von den Agenturen vorgegeben werden. Bei Buchungsschluss melden wir die aktuell gebuchten Plätze, woraufhin Busse, Boote, Jeeps und Reiseleiter geordert werden. Nach Buchungsschluss stehen uns oft noch freie Kapazitäten zur Verfügung, welche sie auch kurzfristig bei uns buchen können. Eine Stornierung oder Umbuchung ist nach Buchungsschluss kostenpflichtig. Die jeweiligen Termine erfahrt ihr durch die Aushänge an den Schaltern der Scouts und in der AIDAheute.

Buchungsschluss

Bergen: 12.00
Geiranger Fjord: 20.00

Wir laden euch ganz herzlich zu unseren **Ausflugspräsentationen** ein. Hier stellen euch die Scouts die Ausflüge in den jeweiligen Häfen anhand von Bildern vor, und so bekommt ihr einen ersten Eindruck von dem, was euch auf unseren Touren



erwartet. Die Präsentationen finden jeweils im Theater auf Deck 7 statt und dauern ca. 20 Minuten pro Hafen. Wir freuen uns auf euch!

Ausflugspräsentation im Theater, Deck 7:

Bergen: 09.00
Geiranger Fjord: 17.00



Hier können Sie Ihr eigenes **Foto-Album** *Pack&Go* erstellen:

packandgo.web.de

