



Viel Spaß mit dem Foto-Album:

Helsinki

Öffnungszeiten

AIDAFit	
Trainingsbetreuung	08.00 - 11.00
Bei Fit & Fun, Deck 9	15.00 - 20.00
Beauty & Hair	08.00 - 20.00
Deck 9, Tel. 8904	
Body & Soul	08.00 - 20.00
Deck 10, Tel. 1021	
Sauna	08.00 - 20.00
Deck 10, achtern, Aufgüsse: 5 nach 5, 6 nach 6	

Tours & Activities

Landausflüge buchen	18.00 - 20.00
Deck 8	
Selbstbucherterminals	24 Stunden
Biking Schalter	18.00 - 20.00
Deck 9	
Golf Schalter	18.00 - 20.00
Deck 9	

Fotoshop	16.00 - 22.00
Deck 8	

AIDA Shops	16.00 - 22.00
Deck 8	

AIDA Reise Service	18.00 - 19.00
Deck 6 neben der Rezeption	

Kids Club	10.00 - 12.00
Deck 8, Theatereingang	15.30 - 17.30
	19.00 - 20.30

Kinderbetreuung ab 4 Jahre. Wenn eure Kids nicht mit zum Ausflug wollen, bitte bis **spätestens 20.30** am Vorabend nur direkt bei der Kids Crew **im Kids Club anmelden**.
Info Teensprogramm: Aushang Theater, Deck 8 (rotes Sofa)

Bibliothek	24 Stunden
Deck 9, Lambada Bar	

Internet Corner	24 Stunden
Deck 6	

Pooltuchwechsel	16.30 - 17.30
Deck 10 am Volleyballfeld	

Wichtige Telefonnummern

Rezeption, Tel. 9001	24 Stunden erreichbar
Deck 6	Weckdienst 8000

Hospital, Tel. 8300	08.00 - 10.00
Deck 3	16.30 - 19.30
Im Notfall auch über 9001 erreichbar	

Brücke, Tel. 1000	Nur im absoluten Notfall!
--------------------------	----------------------------------

So könnt ihr AIDAcara **telefonisch** erreichen:
Aus dem Ausland: +870-324700080
Aus Deutschland: 09001 - 18222201
Und per **Fax**:
Aus dem Ausland: +870-324700086
Aus Deutschland: 09001 - 18222281

Ihr wollt von der Kabine aus zu Hause anrufen?
049 + Ortsvorwahl (0 bei der Ortsvorwahl weglassen) + Rufnummer (4,90 Euro/Minute), die Abrechnung beginnt ab der 15. Sekunde - auch bei Freizeichen!



Samstag, 22. Juli 2006

Helsinki - Finnland

Kultur Hauptstadt Europas 2000

Liegezeit:	08.00 bis 16.00
Alle Mann an Bord:	15.30
Gangway:	Deck 3 (Änderung vorbehalten)

Früher bestand Helsinki fast ausschließlich aus Holzhäusern. 1808 gab es einen großen Brand, bei dem sich das Stadtbild komplett veränderte. Heute stehen hier fast ausschließlich neue Gebäude. Im Jahre 2000 feierte Helsinki den 450. Geburtstag und wurde zur Kultur-Hauptstadt Europas gewählt. Eine große Rolle spielte dabei sicherlich die finnische Nationaloper. Der Palast aus Glas und weißem Marmor wurde 1993 erbaut. Im Inneren gibt es einen hervorragend akustischen Saal mit 1380 Sitzplätzen. Neben zahlreichen Sehenswürdigkeiten gibt es in Helsinki auch viele Geschäfte. Besonders gut Shoppen kann man am Esplanade-Park oder im Itäkeskus, einem riesigen Shopping-Center außerhalb der Stadt.



Tagesschau

Wettervorschau:	unterschiedlich bewölkt bei 21 Grad
Sonnenaufgang:	04.37
Sonnenuntergang:	22.18
Zeitumstellung:	Vor Stockholm von 3.00 auf 2.00

Liebe Gäste...

Heute habt ihr wieder die Gelegenheit, von 16.00 bis 22.00 im AIDA Shop nach Lust und Laune zu shoppen! Zeit, um in Ruhe durch das reichhaltige Angebot an Textilien, Schmuck, Uhren, Parfüms und AIDA Logo Artikel zu stöbern. Jeden Tag haben wir besondere Angebote für euch vorbereitet. **Tipp des Tages:** Die neue AIDA Tasche, nur auf den AIDA Schiffen erhältlich. Unser Shop Team ist jederzeit für euch da und berät euch gerne!



Claudia Brüggemann
Shop Manager

Restaurants & Bars

Lambada Bar, Deck 9

Early Bird Frühstück 06.00 - 07.00

Markt Restaurant, Deck 8

Frühstück 07.00 - 09.00
Mittag 12.30 - 14.00
Abend 18.30 - 21.00

Kulinarisches Thema: **Griechenland**

Wir bitten euch, kein Geschirr mit aus den Restaurants zu nehmen.

Calypso Restaurant, Deck 9

Frühstück 07.00 - 10.00
Spätaufsteher Frühstück 10.00 - 11.00
Mittag 12.30 - 14.00
Kaffeestunde 15.30 - 16.30
Abend 18.30 - 21.00

Mitternachtssnack

Kulinarisches Thema: **Brasilien**

Wir bitten euch, kein Geschirr mit aus den Restaurants zu nehmen.

Rossini Restaurant, Deck 8

Restaurant-Einlass 18.30

Kulinarisches Thema: „**11 Kunstwerke für Kenner**“

Mit viel Sinn für das Besondere haben die Rossini Köche aus besten Zutaten jetzt neue, raffinierte Kreationen geschaffen. Reservierung bis 18.00 an der Rezeption und ab 18.00 vor dem Rossini Restaurant.

Bitte berücksichtigt, dass sich die Restaurantzeiten täglich ändern und achtet bitte auf angemessene Kleidung! **Wir möchten die Herren darum bitten, abends ausschließlich in langen Hosen zu erscheinen.**

AIDA Bar, Deck 8 ab 10.00
Happy Hour 20.00 - 21.00

Lambada Bar, Deck 9 ab 16.00

AIDA Club, Deck 11 ab 22.30

Je nach Wetterlage:

Calypso Bar, Deck 9 ab 14.00

Pool Bar, Deck 10 ab 12.00

Tagescocktail mit Alkohol: **Mexican Sun**

Tagescocktail ohne Alkohol: **Cherry Lady**

Euer Ausflugsticket ist bares Geld wert!

Für jedes gebrauchte **Ausflugsticket** (grosser Abschnitt) bekommt ihr während dieser Reise (außer Wechseltag) einen **Cocktail eurer Wahl zum halben Preis**. Diese Aktion gilt an der Lambada Bar bis 20.00, an der Pool Bar, Calypso Bar und im AIDA Club während der Öffnungszeiten (Shuttlebus- und Transfertickets haben keine Gültigkeit).

Caipi Happy Hour

Startet in den Abend mit einer leckeren Caipirinha. Zwischen **17.00 und 18.00** servieren wir euch an der **Pool Bar** verschiedene leckere Caipirinhas mit und ohne Alkohol zum halben Preis. Lasst euch von unseren speziellen Mischungen überraschen. (Ausflugtickets haben keine Gültigkeit!)

Happy Hour

Täglich von **20.00 bis 21.00** findet in der AIDA Bar eine **Happy Hour auf ausgewählte Cocktails** statt! Schaut vorbei und genießt ausgewählte Cocktails zum halben Preis.

Kurz gesagt

Zeitumstellung, die letzte

Und noch einmal wird an der Uhr gedreht. Neuerlich bekommen wir eine Stunde zurück. Stockholm liegt in der gleichen Zeitzone wie Deutschland, Österreich und die Schweiz. Daher wird in der Nacht vor Stockholm aus 3.00 wieder 2.00 gemacht. Das war's dann aber!

Rauchfreie Bordrestaurants

Seit 8. Mai 2006 sind die Restaurants auf allen AIDAs rauchfrei. Wellness, gesunde Aktivität und bewusste Lebensweise zeichnen einen Urlaub auf den Schiffen der AIDA Linie aus - ganz selbstverständlich auch in den Bordrestaurants. In den ausgewiesenen Raucherbereichen an den Bars und auf den Freidecks darf natürlich noch geraucht werden.

Schwedische Kronen (SEK)

Schwedische Kronen können die ganze Reise über zwischen 07.00 und 23.00 an der Rezeption getauscht werden.

AIDA World

Das AIDA Reisevideo „Unvergessliche Momente“



Uwe und Uli begleiten euch die gesamte Reise, um die schönsten Momente in Bildern festzuhalten. Der ganz individuelle Film beinhaltet: **Check-in, Sail-away, Seetage, Seenotrettungsübung, stimmungsvolle Bilder vom Ein- und Auslaufen, Brückenbilder mit Kapitän Lutz Leitzsch,**

AIDA Showstory, AIDA Imagefilm und Parties. Das komplette Reisevideo ist am letzten Reisetag als VHS oder DVD an der Rezeption und im Shop erhältlich.

Wer schon mal vorab einen Blick darauf werfen möchte, hat ab heute Abend Gelegenheit dazu. Ab **19.00** läuft nämlich bereits der erste Teil des AIDA Reisevideos auf Kanal 2 eures TV Geräts. Also einfach mal reinschauen...

Wer dem Team bei der Arbeit über die Schultern schauen möchte hat auch heute wieder die Gelegenheit dazu. Zum Beispiel um 7.00 beim Einlaufen in Helsinki, um 15.15 auf dem Pooldeck und beim Auslaufen um 16.00 dürfen sie natürlich auch nicht fehlen. Dann trifft ihr sie auch noch um 15.15 beim Offiziersshaken auf dem Pooldeck und um 21.30 im Theater.

AIDA Quiz

Jeden Tag findet ihr hier eine kleine Quizfrage. Die Auflösung gibt es in der nächsten Ausgabe der AIDA Heute.

Wie heißt das Befüllen von Schiffen mit Treibstoff in der Fachsprache?

- a) betanken
- b) beladen
- c) bebunkern

Auflösung von gestern: **a) Feliks Büttner**

AIDAFit

Fit & Fun (Deck 9, Tel. 8904)

Kursplan

Von **8.00** bis **11.00** und von **15.00** bis **20.00** sind unsere Fitness Trainerinnen Angie und Nina für euch da und helfen euch bei eurem persönlichen Training.

09.00 Bauch Beine Po

16.00 Spin Cycling

**17.00 Nordic Walking
Grundkurs***

18.30 Pilates



*kostenpflichtig!

Workshop Rückenschule

Rückenschmerzen und Nackenverspannungen??? Ob morgens beim Aufwachen, bei der Arbeit oder auch in der Freizeit - wer kennt das nicht?! In diesem Workshop bekommt ihr am **Montag** um **15.00** im Fit & Fun Bereich auf Deck 9 bei den AIDAFit Trainern einige gute Antworten, Tipps und ein Kräftigungsprogramm, welches euch sicherlich den Alltag erleichtern wird! Dieser Workshop ist anmeldepflichtig und hat eine Dauer von 60 Minuten. Teilnahmegebühr: 20 Euro inklusive Handout (Übungsbeschreibung für Zuhause).

Beauty & Hair (Deck 9, Tel. 8904)

Strähnchen Tag im Beauty Parlour

Heute ist Strähnchen-Tag bei unseren Hairstylisten! Peppt heute eure Frisur durch professionelle Farbakzente auf! Bei jedem Termin Waschen/Schneiden/Fönen + Foliensträhnen erhaltet ihr heute **20 Prozent Rabatt** auf euren Endpreis und außerdem kostenfrei eine intensiv pflegende Haarpackung. Termine gibt es bei Stefanie und Kathrin auf Deck 9.



Kathrin und Stefanie
Hairstylisten

Body & Soul (Deck 10, Tel. 1021)

Thalasso Tag

Auf alle Thalasso Anwendungen (Algenpackungen, Peeling, Wickel, usw.) erhaltet ihr heute **15 Prozent Rabatt. Erlebt die Kraft des Meeres hautnah.** Unsere Thalasso Anwendungen schöpfen aus dem Reichtum des Ozeans und entschlacken, entgiften, straffen und pflegen die Haut optimal.



Andreas, Vivian und Olaf
Massageteam

Euer Ausflugs ticket ist pure Entspannung wert!

Bei Vorlage eures Ausflugs tickets erhaltet ihr 5 Euro Ermäßigung auf die Angebote von Body & Soul auf Deck 10. (nicht gültig auf ermäßigte Angebote).

AIDA Shops

Schaufenster-Gewinnaktion!

Macht mit bei unserer großen Schaufensteraktion: für alle Rechenkönige werden wir **morgen** in unseren Schaufenstern verschiedene Artikel mit farbigen Punkten versehen. **Zu errechnen ist der Verkaufswert aller mit einem grünen Punkt versehen Artikel.** Die errechnete Gesamtzahl einfach in den Gewinnbon eintragen, dann Abschnitt abtrennen, mit eurem Namen und Kabinennummer versehen und **bis spätestens Sonntag, 21.00 in die Gewinnbox am Shop einwerfen. Die Ziehung der Gewinner findet Montag, ab 20.00 in der AIDA Bar statt.**

- 1. Preis:** 20 Prozent Rabattgutschein auf einen Einkauf*
- 2. Preis:** 15 Prozent Rabattgutschein auf einen Einkauf*
- 3. Preis:** 10 Prozent Rabattgutschein auf einen Einkauf*

*reduzierte Ware ausgeschlossen

Ergebnis: _____

Name: _____

Kabinennummer: _____

Diamonds are the girls best friend!

Im AIDA Shop bieten wir euch eine **schöne Auswahl an Schmuck und Uhren.** Heute **ab 20.00** präsentiert euch unser Shop Team zusätzlich in der **AIDA Bar** funkelnden Modeschmuck von **Swarovski.** Wir garantieren euch fachkundige Beratung.

Tours & Activities

Freie Kapazitäten für Stockholm

Es gibt noch freie Kapazitäten für einige Ausflüge in Stockholm. Die Scouts beraten euch gerne heute von **18.00 bis 20.00.**

Ausflugspräsentation Gdynia/Danzig

Sonja lädt euch heute Abend um **18.30** herzlich zur Ausflugspräsentation über Gdynia/Danzig in das Theater auf Deck 8 ein. Sie freut sich auf euch! **Buchungsschluss für Gdynia** ist heute um **20.00.**

Scout Tipps Gdynia

Alle Wege führen nach Danzig. Danzigs beeindruckende bauliche Zeitzeugnisse im Stil der Gotik, der Renaissance und des Barock sind am besten bei einem Rundgang durch die Altstadt zu erkunden. Angefangen beim **Goldenen Tor** aus dem 17. Jahrhundert, das im italienischen Renaissancestil errichtet wurde. Der **Lange Markt** fasziniert mit dem gotischen Backsteinbau des **Artushof** aus dem 15. Jahrhundert. Die riesige gotische **Marienkirche** gilt als die wichtigste Sehenswürdigkeit Danzigs. Sie ist eine der größten Kirchen Polens und bietet Platz für mehr als 20.000 Menschen.

Radworkshop & Kaufberatung

Heute könnt ihr alles zum Erwerb der AIDA Tourenräder und Mountainbikes erfahren. Das Bikingteam gibt euch zudem Profitipps in Sachen Wartung und zeigt euch ein paar Kniffe und Tricks, die ihr zu Hause vielleicht gut gebrauchen könnt. Ab 17.00 am Bikingschalter auf Deck 9. Unsere Biker freuen sich auf euch.

Entertainment

Offiziersshaken

Heute um **15.15** ist „Showtime“ auf dem Pooldeck angesagt. Wenn unsere Offiziere zu Cocktail Mixern werden, geht es mit Sicherheit nicht bierernst zu und ihr könnt euch auf die eine oder andere kreierte Mischung freuen. Kosten dürft ihr natürlich auch und die leckeren Cocktails zum Aktionspreis von nur 1,50 Euro genießen.



Der AIDA Globetrotter Test

Kennt ihr euch aus in der Welt? Heute Abend wollen Teamleiter Olli und die Animations Crew mit euch herausfinden, wer der geborene Weltenbummler ist. In vier Kategorien und fünf Spielrunden testen wir euer Allgemeinwissen, Geografie-Kenntnisse, euer Wissen zu Sitten und Bräuchen aus aller Welt und natürlich euer nautisches Fachwissen. Beantwortet ihr per **TED-Gerät** viele Fragen richtig und seid auch noch schnell dabei, küren wir euch nach jeder Runde zum Sieger und am Ende der Show vielleicht sogar zum Super Globetrotter des Tages. Natürlich gibt es viele tolle Preise zu gewinnen! Um **19.15** geht es im Theater los. Einlass und Ausgabe der Ted-Geräte ist ab 19.00.



„UFA“ mit dem AIDA Show Ensemble

Die „**Goldenen Jahre**“-Schellackplatten, Charleston & Chanel No°5 lassen grüßen. Es herrscht Partystimmung: auch bei der Diva Evelyn. Sie lädt zu sich nach Hause ein. Der Anlass ist ihre unerfüllte Sehnsucht nach dem perfekten Lover. Die Suche nach Mr. Right spiegelt sich auch in ihrer Gästeliste wieder. Doch leider entwickelt sich der geplante Abend nicht so, wie sie es erwartet hat, denn keiner der eingeladenen Männer hat Erfolg bei einer der Frauen... „UFA“ ist eine Revue deutscher Filmmelodien aus den 20er- und 30er-Jahren, auf der Suche nach Liebe in der Welt der leichten Mädchen. Heute um **21.30** im Theater. Gute Unterhaltung wünscht das AIDA Show Ensemble.



TV Programm

Kanal	Was	Wann
1	AIDA Infotext & AIDA TV	nonstop
2	Traumwelten	nonstop
3	Ausflugsfilme	nonstop
4	Movie Channel	nonstop
5	Family Channel	nonstop

Ein vielseitiges Filmprogramm bietet euch unser Movie Channel rund um die Uhr.

Spaß für die ganze Familie gibt es im Family Channel auf Kanal 5. Gute Unterhaltung! Die aktuelle Programm-Übersicht findet ihr auf eurer Kabine.

Auf einen Blick

- 15.15 Offiziersshaken**
Pooldeck, Deck 10 
- 16.00 Dart mit Melanie**
Pooldeck, Deck 10
- 16.30 Tischtennis mit Olli**
Pooldeck, Deck 10
- 16.30 Skat-Treff mit Sonja**
AIDA Bar, Deck 8
- 17.00 Shuffleboard mit Magic**
Pooldeck, Deck 10
- 17.00 Caipi Happy Hour**
Pool Bar, Deck 10
- 18.00 Volleyball mit Stefan**
Pooldeck, Deck 10
- 18.15 AIDA TV „Land und Leute“ mit Melanie** 
- 18.30 Ausflugspräsentation Gdynia/Danzig mit Sonja von den Scouts**
Theater, Deck 8
- 19.15 AIDA Globetrotter Test mit Teamleiter Olli und der Animation**
Theater, Deck 8
- 20.00 Happy Hour mit AIDA Shop**
AIDA Bar, Deck 8
- 20.00 AIDA Aktiv Bingo mit Melanie**
AIDA Club, Deck 11
- 21.30 „UFA“ mit dem AIDA Show Ensemble**
Theater, Deck 8
- 22.30 AIDA Cara-oke mit der Animation**
Lambada Bar, Deck 9
- 22.30 Tanzmusik mit Full Box**
AIDA Bar, Deck 8
- 22.30 Wunschbox mit DJ Tuti**
AIDA Club, Deck 11

Tipp des Tages: AIDA Cara-oke

Euer Einsatz ist gefragt, wenn es heute Abend nach der Show in der Lambada Bar heißt: **AIDA Cara-oke!** Macht mit beim ultimativen Gesangsspaß und genießt das Rampenlicht! Um **22.30** starten wir das große Gesangsevent in der **Lambada Bar**. Sucht euch aus unserer Liste euren Lieblingssong aus, präsentiert ihn vor einem großen Publikum und lasst euch von der Menge feiern. Die Animations Crew freut sich auf euch!



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

packandgo.web.de

