



Viel Spaß mit dem Foto-Album:

Stockholm

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

Die Buchungsschalter sind am morgigen Seetag wieder für euch geöffnet.

Biking Schalter	geschlossen
Deck 9	
Golf Schalter	geschlossen
Deck 9	
Landausflüge buchen	geschlossen
Deck 8	
Selbstbucherterminals	24 Stunden

Fotoshop	17.00 - 21.00
Deck 8	

AIDA Shops	geschlossen
Deck 8	

AIDA Reise Service	18.00 - 19.00
Deck 6, neben der Rezeption	

Kids Club	10.00 - 12.00
Deck 8, Theateringang	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 Vortag direkt bei der Kids Crew **im Kids Club anmelden**.
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 beim Freizeichen!



HEUTE

Sonntag, 23. Juli 2006

Stockholm - Schweden

Eine Stadt von königlicher Schönheit

Liegezeit:	9.00 bis morgen 7.00
Gangway:	Deck 3 (Änderung vorbehalten)

Stockholm ist eine Stadt der Kontraste. Gebaut auf 14 Inseln mit viel Wasser wird sie gerne mit Amsterdam oder Venedig verglichen. Doch hier begegnen euch historische Bauten aus dem Mittelalter ebenso wie moderne Architektur. Während sich außerhalb der Stadt ein wunderbares Schärengbiet mit 24.000 kleinen Inseln erstreckt, tobt in der Innenstadt das Leben. Dort werden alte Traditionen gepflegt und neue Ideen entwickelt. Stockholm ist gleichzeitig Klein- und Großstadt. Das merkt man vor allem an der Vielzahl der Attraktionen und Sehenswürdigkeiten, die alle in kurzer Zeit zu erreichen sind. Ob kurze Stadtbummel oder ausgedehnte Wanderungen, in Stockholm und Umland gibt es viele Möglichkeiten. Zum Beispiel die Hügel von Södermalm oder die mittelalterliche Altstadt Gamla Stan. Die Einkaufsstraßen rund um den Stureplan laden zum Shoppen ein.



Tagesschau

Sonnenaufgang:	04.13
Sonnenuntergang:	21.34

Liebe Gäste...

Termindruck und Stress gehören mittlerweile zum Urlaubsgepäck. Für alles und jeden ist man jederzeit da. „Aber was ist mit mir?“ Wie erlange ich Gesundheit, vitale Ausstrahlung und Harmonie? Mein Tipp: Bucht eine Reise zu euch selbst! Das Beauty & Hair Team auf Deck 9 berät euch gern zum Thema Haut und Haar! Körper, Geist und Seele bringt das Body & Soul Team auf Deck 10 wieder in Einklang! Lasst euch von uns verwöhnen!



Jens Pape
AIDAFit Manager

Restaurants & Bars

Lambada Bar, Deck 9

Early Bird Frühstück 06.00 - 07.00

Markt Restaurant, Deck 8

Frühstück 07.30 - 09.30
Mittag 12.30 - 14.00
Abend 18.30 - 21.00

Kulinarisches Thema: **Donaufahrt**

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 23.30 - 00.30

Kulinarisches Thema: **Asien**

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

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.**

Rossini Restaurant, Deck 8

Restaurant-Einlass 18.30 - 20.00

Kulinarisches Thema: **„Nordlichter - das lukullische Mittsommerfest im Rossini“**

Platzreservierungen bis 18.00 an der Rezeption, danach direkt vor dem Rossini.

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 23.00

Je nach Wetterlage:
Calypso Bar, Deck 9 ab 14.00
Pool Bar, Deck 10 ab 12.00

Tagescocktail mit Alkohol: **Moon Light**

Tagescocktail ohne Alkohol: **Arielle**

Showkochen im Rossini

Morgen ab **11.00** laden wir zum Showkochen mit **Michael Hertle** im Kleinen Markt Restaurant auf Deck 8 ein, wo ausgewählte Spezialitäten zubereitet werden. Teilnahmegebühr (inkl. einer AIDA Kochschürze): 25,50 Euro. Reservierung erforderlich, Anmeldung bis heute, 22.00, an der Rezeption oder im Rossini (mind. 10 Teilnehmer).

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).



Kurz gesagt

Ihr wollt in aller Ruhe ohne Gepäck abreisen?

Dann bucht beim Reise Service auf Deck 6 (neben der Rezeption) den Gepäckservice der Firma TEfra. Innerhalb von zwei Werktagen wird das Gepäck von AIDAcara direkt zu der von euch gewünschten Adresse geliefert. Dieser Service kostet 39,00 Euro pro Koffer innerhalb Deutschlands.

Buchungsschluss ist heute um 19.00.

Landeswährung in Schweden: Schwedische Kronen

Verkauf	SEK 50,00	EUR 05,75
	SEK 100,00	EUR 11,49
	SEK 500,00	EUR 57,47
Ankauf	SEK 50,00	EUR 05,10
	SEK 100,00	EUR 10,21
	SEK 500,00	EUR 51,03

Bitte habt Verständnis, dass keine Münzen an Bord ein- oder zurückgetauscht werden können.

Umweltschutz an Bord

Es zählt zu unseren wichtigsten Aufgaben, die Meeresumwelt zu respektieren und insbesondere die Gewässer, die von unseren Schiffen befahren werden, zu schützen. Bitte helft uns aktiv dabei und **werft nichts über Bord!**

Solltet ihr Fragen haben, die den praktizierten Umweltschutz an Bord von AIDAcara betreffen, beantwortet diese gerne unsere Umweltoffizierin Wiebke Guldenzoph.

Darüber hinaus könnt ihr die zu diesem Zweck im Rezeptionsbereich eingerichtete Umwelt-Hotline oder auch die Internetadresse www.carnivalcompliance.com nutzen.

Feuer

Feuer ist die größte Gefahr an Bord eines Schiffes. Die Benutzung von Wasserpumpen und Bügeleisen sowie das Abbrennen von Kerzen ist nicht gestattet!

Bitte befolgt die Hinweise zum Thema Rauchen sowie Sicherheit im Bord-ABC. Im Notfall betätigt bitte die Notfalltaste am Telefon.

AIDA World



Ein Feliks Büttner für zu Hause?

Dem zauberhaften Lächeln von AIDA kann man einfach nicht widerstehen! Die roten Lippen und das fröhliche Auge schuf der Rostocker Künstler Feliks Büttner. Der Name „AIDA“ stand schon fest als der 65jährige den Auftrag bekam. Mit dem Namen assoziierte er eine ägyptische Figur und so fuhr Büttner zur Inspiration nach Kairo ins ägyptische Museum. Wenig

später entstand das typische AIDA Lächeln.

Für euch hat der Künstler eine wunderschöne Zeichnung angefertigt. Den Druck im Format DIN A3 könnt ihr über die Rezeption bestellen und gleich mitnehmen. Schnell sein lohnt sich, denn die Auflage ist limitiert. Der Preis beträgt **40,00 Euro** inklusive Verpackung in einer geprägten Mappe. Natürlich schicken wir euch das Bild auch nach Hause, zuzüglich 7,00 Euro Portokosten. Sendet zur Bestellung einfach eine Email an: aida.magazin@seelive.de.

AIDAFIT

Fit & Fun (Deck 9, Tel. 8904)

Kursplan

Heute sind unsere Fitness Trainerinnen in der Zeit von **08.00** bis **11.00** und von **15.00** bis **20.00** für euch da und betreuen euer Sportprogramm. Weitere Informationen und Termine bei Fit & Fun auf Deck 9.

18.00 Bauch Muss Weg

Pilates Workshop

Bei Pilates handelt es sich um ein **spezielles Kräftigungsprogramm** für die untere Rücken-, Bauch-, Hüft- und Gesäßmuskulatur. In Verbindung mit einer ruhigen, kontrollierten Atmung ist diese Art des Trainings äußerst effizient und relativ leicht erlernbar. Die AIDAFIT Trainerin zeigt euch am morgigen **Montag 90 Minuten** lang in Theorie und Praxis auf, was hinter dem Begriff „Pilates“ steckt. Ihr erhaltet zusätzlich eine Übungsbeschreibung, um das Training zu Hause problemlos fortführen zu können! Anmeldung im Fit & Fun Bereich auf Deck 9! Teilnahmegebühr: 25,00 Euro inkl. Übungsbeschreibung für Zuhause.



Angie
Workshopleiterin

Beauty & Hair (Deck 9, Tel. 8904)

St. Barth Freshness - 80 Minuten

„Ein sinnliches Vergnügen für Gesicht, Dekolletè und Hände“. Erlebt diese einzigartige Gesichtskosmetik aus frisch duftenden Früchten wie Papaya und Ananas und lasst Euch bei einer wohltuenden Handmassage in die karibische Welt entführen. Und weil uns eure Schönheit am Herzen liegt, färben wir euch noch **gratis** eure Wimpern dazu. Heute nur 99,00 Euro statt 105,00 Euro.

Wash, Cut & Go

Unsere Friseurinnen Kathrin und Stefanie waschen euer Haar, bringen eure Frisur durch einen tollen Schnitt wieder in Form und alles Weitere übernehmt ihr selbst. Heute den ganzen Tag für unglaubliche 26,00 Euro auf Deck 9.



Kathrin und Stefanie
Hairstylistinnen

Body & Soul (Deck 10, Tel. 1021)

Tagesspecial: Ich fühle mich wie neu geboren:

St. Barth Harmony 50 Minuten. Diese entspannende Ganzkörper-massage erhaltet ihr heute zum Preis von 69,00 Euro statt 79,00 Euro. Anmeldung auf Deck 10 bei Body & Soul.

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 haben wir 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 21.00 in die Gewinnbox am Shop einwerfen.** Die Ziehung der Gewinner findet morgen ab 20.00 im Shop 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: _____

AIDA Shop heute geschlossen

Der AIDA Shop hat aus zollrechtlichen Gründen immer nur dann geöffnet, wenn wir uns auf See befinden. Also öffnet das Shopteam morgen Vormittag wieder für euch.

Tours & Activities

Scout Tipps Mukran



Man nehme eine Prise Romantik, füge ein wenig Melancholie hinzu, vergesse den Spaß nicht und würze das Ganze mit majestätischer Anmut und malerischer Schönheit. Heraus kommt:

Rügen. Denn auf der wohl schönsten Insel Deutschlands scheint der Chefkoch selbst die Zutaten für ein Inselerlebnis ausgesucht zu haben, die sich zu einer harmonischen Komposition aus wilder Natur und überwältigender Landschaft fügen.

Der **Nationalpark Jasmund** ist mehr als nur ein Appetitanreger. Das 3000 Hektar umfassende Gebiet im Nordosten steht seit 1990 unter Schutz und besteht aus 2000 Hektar Wald, 500 Hektar Ostsee und 500 Hektar Mooren, Wiesen, Trockenrasen und Kalkbrüchen. Der berühmteste unter ihnen und gleichzeitig Rügens Wahrzeichen ist der **Königsstuhl**. Alle weiteren Informationen dazu bekommt ihr es morgen in der Ausflugspräsentation im Theater von unseren Scouts.

Shuttlebus ins Zentrum von Stockholm

Für den individuellen Landgang haben wir einen exklusiven Shuttle Service eingerichtet. Die Fahrtzeit ins Zentrum von Stockholm dauert ca. 20 Minuten. Die AIDA Shuttlebusse verkehren ab **9.00 Uhr** bis **ca. 21.00 Uhr** zwischen dem Liegeplatz der AIDAcara und dem Zentrum von Stockholm. Preis für **hin und zurück: 9,00 Euro**, Kinder zahlen die Hälfte. Tickets bekommt ihr von 9.00 bis 11.00 am Buchungsschalter der Scouts auf Deck 8.

Entertainment

Animation heute

Zum Sport Treff erwartet euch das Animations Team um 16.00 an der Pool Bar auf Deck 10. Sonja spielt ab 16.30 in der AIDA Bar auf Deck 8 eine Partie Skat mit euch. Ab 18 Uhr wird wieder das Volleyballnetz auf Deck 10 aufgehängt. Stefan erwartet euch zu einem heißen Match.

AIDA TV

Wie jeden Tag seid ihr auch heute eingeladen, interaktiv bei unserer beliebten Live-TV-Show mitzuwirken. Um 18.15 heißt es wieder AIDA TV, heute mit Magic. Also ruft einfach kostenlos von eurer Kabine aus unter 8632 an oder kommt vorbei!



AIDA Aktiv Bingo

„Ascha ascha“-, Loch- und Pfirsichzahlen. Wenn ihr wissen wollt, was es damit auf sich hat, verpasst auf keinen Fall unser AIDA Aktiv Bingo! Um 20.00 lädt euch Melanie zur nächsten Bingorunde in den AIDA Club auf Deck 11 ein. Ein Los kostet 3,00 Euro (nur Barzahlung). Ausgespielt werden kleine Preise und die Tageseinnahmen als Hauptgewinn. Ein Teil landet allerdings im Jackpot-Topf und wird gemeinsam mit den Entnahmen der kommenden Tage am letzten Abend ausgeschüttet. Also, auf in den AIDA Club. Um 20.00 startet der Losverkauf, um 20.15 die Ziehung der Zahlen.



Musikprogramm

Ab 22.00 spielt heute unsere Tanzband Full Box für euch in der AIDA Bar auf Deck 8. Ebenfalls um 22.00 beginnt das Trio Con Brio in der Lambada Bar auf Deck 9 mit jazzigen Klängen. Wer danach immer noch nicht genug hat, ist im AIDA Club auf Deck 11 willkommen. Ab 23.00 erwartet euch die Animation mit heißen Rhythmen zum Ausklang des Tages.



TV Programm

Kanal	Was	Wann
1	AIDA Infotext & AIDA TV	nonstop
2	Reisevideo	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

16.00 Sport Treff mit der Animation
Pool Bar, Deck 10

16.30 Skat-Treff mit Sonja
AIDA Bar, Deck 8

17.00 Caipi Happy Hour
Pool Bar, Deck 10

18.00 Volleyball mit Stefan
Pooldeck, Deck 10

18.15 AIDA TV mit Magic



20.00 Happy Hour mit Live Musik von Full Box
AIDA Bar, Deck 8

20.00 AIDA Aktiv Bingo mit Melanie
AIDA Club, Deck 11

21.30 Mittsommernachts Poolparty
Pooldeck, Deck 10



22.00 Live-Musik mit dem Trio Con Brio
Lambada Bar, Deck 9

22.00 Tanzmusik mit Full Box
AIDA Bar, Deck 8

23.00 Mittsommernachtsdisco
AIDA Club, Deck 11

Tipp des Tages: Mittsommer-Poolparty



Schon seit Jahrzehnten feiert man in den Ländern der nördlichen Hemisphäre das Mittsommernachtsfest. Dort findet es jährlich Ende Juni statt, wenn die Mittsommernächte nicht mehr richtig dunkel werden. Besonders in Schweden gibt es zahlreiche Traditionen zu diesem Fest. Traditionell schmücken sich die Frauen

mit Blumenkränzen und die Männer mit Kränzen aus Eichenlaub. Am Mittsommerabend wird der Mittsommerbaum aufgestellt.

Man schmückt ihn mit Blättern und Blumen und tanzt im Kreis um ihn herum. Wir haben dieses Fest jetzt auf AIDA geholt. In traditionellen Kostümen feiert das AIDA Show Ensemble und die Animations Crew mit euch **ab 21.30** bis in die frühen Morgenstunden.



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

packandgo.web.de

