

Von Peru nach Kuba

ATS556 | 14 Tage | 21.02.2018 - 07.03.2018

4. Abschnitt

Callao - Guayaquil - Manta - Fort Amador - Panama-Kanal - Puerto Limón -
Trujillo - Costa Maya - Playa del Carmen - Havanna

Eine Kreuzfahrt – zwei Ozeane. Vom peruanischen Callao nehmen Sie Kurs Ecuador und den Äquator Richtung Panama, wo Ihr Urlaubsschiff die Passage durch den weltberühmten Kanal nimmt. Sie besuchen die Tropenparadiese Costa Rica und Honduras, Mexiko mit beeindruckender Maya-Kultur und zum Abschluss die kubanische Hauptstadt Havanna.



Tag 64 - Mittwoch 21.02. – Callao (Lima)/Peru – siehe ATS555

Tag 65 - Donnerstag 22.02. – Callao (Lima)/Peru

Wetter: 22°, leicht bewölkt

Letzter Einschiffungstermin 13.30 Uhr, Nächster Hafen: Guayaquil / Ecuador



04.30 Uhr Frühstück:

Heute starten die Ausflugsteilnehmer für das Überlandprogramm
Cusco und Machu Picchu um 5.45 Uhr

Das Geheimnis von Machu Picchu

Der größte Teil von **Machu Picchu** wurde unter dem **Inka Pachacuti** um 1430 erbaut.
Die Stadt wurde vermutlich im späten 15. oder frühen 16. Jh. absichtlich verlassen
und von den Spaniern nie entdeckt.

Einer eher glaubwürdigen Theorie zufolge

gab es eine Rebellion der Zitadelle gegen die Inkas von Cusco.
Nach deren Scheitern wurden die Anstifter getötet und alle Spuren verwischt wurden,
um weitere Aufstände zu verhindern.
Andere Forscher hingegen nehmen an,
dass die Bevölkerung durch eine Epidemie ausgelöscht wurde
oder dass die Wasserzufuhr versiegte.

Nicht weniger als acht Wege führten in die Stadt,
die zu einer geschäftstüchtigen und effizient verwalteten Provinz
mit einem ausgedehnten Netz von Stützpunkten und Pfaden gehörte.

Man errichtete rund 200 Häuser,
und während ihres 80-jährigen Bestehens
zählte die Stadt zwischen ein- und zweitausend Einwohner.

Die Bauten sind von hervorragender Qualität
und viele hatten offenbar eine religiöse Funktion.

Darauf deutet auch die von heiligen Gipfeln umgebene Lage.
Die ausgezeichneten Beobachtungspunkte legen eine defensive Rolle nahe.

Doch all dies sind nur Hypothesen.

Die Geschichte **Machu Picchu** bleibt bis heute ein Rätsel.
(siehe auch Weltreise 2015/16 – Überlandtour Cuzco & Machu Picchu
2. – 4.04.2016)

Machu Picchu

Die Bahnfahrt nach **Machu Picchu** dauert 3 Stunden und ist ein besonderes Erlebnis.

Nach der Bahnfahrt geht es mit dem Bus weiter.

Vom kleinen Hotel auf der Höhe sehen wir den Pfad zu den Ruinen.

Überwältigend ist die Aussicht auf den pyramidenförmigen **Huayna Picchu (Junger Berg)**.

Machu Picchu (Alter Berg) heißt der näher gelegene Gipfel:

Nach ihm benannte man die befestigte Stadt.

Diese letzte Zufluchtsstätte der Inka
wurde von dem jungen amerikanischen **Archäologieprofessor Hiram Bingham** entdeckt.

1911 stieg er zu dem 2.430 m hohen Berg empor
und fand die völlig überwucherten Ruinen, die er dort vermutet hatte.

Die Ausgrabungen brachten eine vergessene Stadt ans Tageslicht.

Die Ruinen klammern sich auf dem kleinen Gebirgssattel aneinander.

Die Sehenswürdigkeiten von **Machu Picchu** sind

Terrassenfelder, Plätze und Tempel,

dazu 200 Paläste und Wohnhäuser, Werkstätten und sogar ein kleines Mausoleum.

Im Sonnentempel fallen die Strahlen des Tagesgestirns zur Zeit der Sommersonnenwende

im Juni durch ein Fenster genau in eine tiefe Rille im mächtigen Steinaltar.
An der **monolithischen Sonnenuhr**, dem **Intihuatana**, brachten vermutlich die Inkapriester
dem **Sonnengott Inti** ihre Opfer dar.

Wir beugen uns über den Rand des Plateaus:

Der Blick auf die Terrassen, die 600 m fast senkrecht zum Urubamba-Tal hinabsteigen,
ist schwindelerregend!

Man kann die Stätte **Machu Picchu** entweder mit einer Führung oder auch selbst besichtigen.

Es ist jedoch davor zu warnen,
den steilen Pfad zum Gipfel des Huayna Picchu selbst zu ersteigen.

Cusco (Cuzco)

Die alte Hauptstadt des Inkareiches ist heute eine gelungene Mischung aus Inka-
und spanischer Kultur. Dies sehen wir an den Häusern der Kolonialzeit,
die sich auf den mächtigen Fundamenten alter Inkabauten erheben.

Noch immer treiben Nachkommen der Inkas ihre Lamas durch die Straße der Stadt.

Seiner Höhenlage von 3.360 m verdankt **Cusco** die kristallklare Luft
und die prickelnde Atmosphäre.

Wegen seiner Höhe, kann es wegen Sauerstoffmangel zu Kopfschmerzen kommen.

Cusco hat rund 450.000 Einwohner, wirkt aber kaum wie eine Großstadt.

Mit seinen Häusern aus rosa Naturstein und den stuckverzierten Barockfassaden
hat es trotz einiger Neubauten seinen unverwechselbaren Reiz bewahrt.

Und hier noch was über die Alpakas

Heute leben rund 4 Mio. Alpakas in Südamerika, die meisten davon im **Altiplano**,
dem Hochland von Südperu, Bolivien und Chile.

Das **Alpaka** gleicht einem niedlichen, etwas zu groß geratenen Schaf mit langem, elegantem

Hals, großen ausdrucksvollen Augen, stumpfer Nase, gekräuselter Stirnfranse
und sehr feiner Wolle in allen Farbschattierungen von Weiß über Braun bis Tiefschwarz.

Es kann über 20 Jahre alt werden. Ein ausgewachsenes Tier kann bis zu 70 kg. Wiegen.

Das Weibchen bringt jedes Jahr

nach einer elfmonatigen Tragezeit ein Jungtier (**Cris**) zur Welt.

Die **Jungtiere** werden gewöhnlich in der Regenzeit geboren,
wenn die Temperaturen etwas höher sind als in der Trockenperiode.

Alpakas sind typische Weidetiere mit sehr leistungsfähiger Verdauung,
die sich von proteinarmen Gräsern ernähren.

Es gibt zwei Arten:

90% aller **Alpakas sind Huacayas** und die übrigen heißen **Suri**.

Das Fell der **Huacayas** ist gewellt, jenes der **Suri** besteht aus glänzenden, zarten Fasern,
die in dichten Locken wachsen.

Gewöhnlich werden sie jedes Jahr geschoren und liefern dabei rund 4 kg feine Wolle.

Heute ziehe ich in eine „**Innenkabine mit Balkon**“ um.

- nicht wirklich -

Das ist der Titel des Kreuzfahrt-Bestsellers aus der Bordboutique,
den ich mir gleich kaufen werde.

Ich hoffe, da sind ein paar witzige Geschichten und Anekdoten,
um Euch Daheimgebliebene aufzuheitern.

Uns gegenüber eingeparkt die **Norwegian Sun**,
in Deutschland gebaut, ca. 2.000 Passagiere und ca. 1.000 von der Crew.
Ein 3 Sterne - Schiff.



12.00 Uhr Lidodeck-Bufferet „**Peruanische Reispfanne**“
Serviert wird uns ein erfrischendes
Franziskaner Weizenbier zum Preis von € 2.50.

13.45 Uhr Rettungsübung für alle Gäste!
14.15 Uhr MS Albatros verabschiedet sich von Callao/ Peru
und nimmt Kurs auf Guayaquil/ Ecuador

15.30 Single Treff - Alleinreisende Gäste sind herzlich eingeladen. Wir lernen Mitreisende
bei einem Glas Sekt kennen. **Alleinreisende sind nicht immer Single.**

17.45 Uhr Willkommens-Gala - Begrüßungscocktail
19.00 Uhr Kapitäns-Gala-Abendessen.

21.15 Uhr Große Willkommensgala
Das Künstlerteam der Reise stellt sich vor.

Tag 66 - Freitag, 23.02. – Erholung auf See - Kurs Guayaquil/Ecuador
Sonnenaufgang: 6.24 Uhr, Sonnenuntergang: 18.46 Uhr
Zeitunterschied: 6 Stunden/ 12.00 Uhr an Bord = 18.00 Uhr in Deutschland

Heute volles Programm!

6.00 Uhr Pool, war nicht die erste, es schwammen schon zwei
6.30 Uhr Jacuzzi und anschließend Sauna - nur ein kurzer Gang.
7.30 Uhr Early Bird Frühstück am Lido-Buffer
8.00 Uhr Frühsport mit Daniela auf dem Dorfplatz. Deck 10
8.30 Uhr Frühstück- Müsli, Obst, Käse
9.15 Uhr Walk a Mile!
10.05 Uhr Vortrag Spaniens Kolonien an der Küste und die Inka-Festung im Hochgebirge -
Rückblick auf Perus Metropole Lima und die
Ruinenstadt Macchu Picchu
11.00 Uhr Heiße Bouillon
11.30 - 12.30 Uhr Maritimer Frühschoppen
Das Küchenteam bietet maritime Köstlichkeiten an. Für musikalische Unterhaltung sorgt das
Duo Romantica!
12.30 Uhr Mittagessen
Ja, so sah heute mein Vormittag aus. Es gab noch mehr Möglichkeiten, aber ich habe mich so
entschieden.
Mittagspause, Beine hoch und das Meer genießen.
15.00 Uhr Gästechor-Treffen
15.30 Uhr Sitzgymnastik, ich kam zu spät, konnte aber noch mitmachen.
16.00 Uhr MS Albatros Eissalon! Verschiedene Eissorten mit einer Auswahl an Zutaten.
Genieße noch den restlichen Nachmittag an der Kopernikus Bar auf Deck 9 an der frischen
Luft bei einem netten Gespräch.
Kurz vor dem Abendessen ein Sonnenuntergang wie im Bilderbuch. Leider war die Kamera
in der Kabine.
19.00 Uhr Abendessen am Lidodeck-Buffer. Zum ersten Mal esse ich draußen - herrlich!
Bin auch schnell fertig und habe Zeit, auf meiner Kabine den Tagesbericht zu schreiben.
Jenny hat die Geschichte beim gestrigen Morgenwecker um 6.00 Uhr vorgelesen und ich hab
sie für Euch besorgt:

Dr. Eckart von Hirschhausen

Die Pinguin-Geschichte oder: Wie man sich in seinem Element fühlt

Diese Geschichte ist mir tatsächlich passiert. Ich war als Moderator auf einem
Kreuzfahrtschiff engagiert. Da denkt jeder: „Mensch toll! Luxus!“ Das dachte ich auch. Bis
ich auf dem Schiff war. (...) Schnell erkannte ich: Seekrankheit hat keinen Respekt vor der
Approbation. Kurzum: Ich war auf der Kreuzfahrt kreuzunglücklich.

Endlich! Nach drei Tagen auf See, fester Boden. „Das ist wahrer Luxus!“ Ich ging in einen
norwegischen Zoo. Und dort sah ich einen Pinguin auf seinem Felsen stehen. Ich hatte
Mitleid: „Must du auch Smoking tragen? Wo ist eigentlich deine Taille? Und vor allem: hat

Gott bei dir die Knie vergessen?“ Mein Urteil stand fest: Fehlkonstruktion.
Dann sah ich noch einmal durch eine Glasscheibe in das Schwimmbecken der Pinguine. Und da sprang „mein“ Pinguin ins Wasser, schwamm dicht vor mein Gesicht. Wer je Pinguine unter Wasser gesehen hat, dem fällt nix mehr ein. Er war in seinem Element! Ein Pinguin ist zehnmal windschnittiger als ein Porsche! Mit einem Liter Sprit käme der umgerechnet über 2.500 km weit! Sie sind hervorragende Schwimmer, Jäger, Wasser-Tänzer! Und ich dachte:
„Fehlkonstruktion!“

Diese Begegnung hat mich zwei Dinge gelehrt. Erstens: Wie schnell ich oft urteile, und wie ich damit komplett daneben liegen kann. Und zweitens: Wie wichtig das Umfeld ist, ob das, was man gut kann, überhaupt zum Tragen kommt.

Wir alle haben unsere Stärken, haben unsere Schwächen. Viele strengen sich ewig an, Macken auszubügeln. Verbessert man seine Schwächen, wird man maximal mittelmäßig. Stärkt man seine Stärken, wird man einzigartig. Und wer nicht so ist, wie die anderen, sei getrost: Andere gibt es schon genug! (...)

Menschen ändern sich nur selten komplett und grundsätzlich. Wenn du als Pinguin geboren wurdest, machen auch sieben Jahre Psychotherapie aus dir keine Giraffe. Also nicht lange hadern: Bleib als Pinguin nicht in der Steppe. Mach kleine Schritte und finde dein Wasser.

Und dann: Spring! Und Schwimm!

Und du wirst wissen, wie es ist, in Deinem Element zu sein.

So, ihr Lieben, bei mir ist es jetzt 20.15 Uhr, jetzt werde ich Euch noch den Bericht mailen. Dazu muss ich von Deck 3 auf Deck 7 in die Bibliothek laufen. Ich benutze keinen Fahrstuhl.

Danach freue ich mich auf mein Bett!

Gute Nacht! Eure Christel

Tag 67 - Samstag, 24.02. – Einfahrt in den Rio Guayas - Guayaquil/Ecuador

(siehe auch Weltreise 2015/16 - 4.04.2016 Fahrt auf dem Rio Guayas)

Um 2.00 Uhr kam der Lotse an Bord

Wetter – 24° - 28°, regnerisch

Währung: US Dollar (USD) 1 USD = ca. 0,80 EURO



Die Ausflüge beginnen um 8.20 Uhr

Auch eine Überlandtour Quito und Otavalo-Indiomarkt mit einer Übernachtung wird angeboten.

Ausflug: **Guayaquil** ca. 4 Std.

Wir lernen die "heimliche Hauptstadt" Ecuadors kennen. Wir treffen auf südliches Temperament und quirliges Leben auf allen Boulevards. Während unserer Fahrt sehen wir alle wichtigen Sehenswürdigkeiten dieser Stadt, wie z.B. das Zentrum mit restaurierten Kolonialbauten und moderner Architektur. Weiterhin sehen wir den Seminario Park, den maurischen Uhrenturm und die modern gestaltete Flusspromenade Malecón 2.000. Ein Besuch des Städtischen Museums steht am Ende unseres Ausfluges.



Ausflug: **Insel Santay**

Busfahrt vom Hafen zu einer Brücke, die zur Insel Santay führt. Wir starten eine etwa 2,5-stündigen Ausflug zur Insel Santay, etwa 800 m von der Stadt Guayaquil entfernt am Fluss Guayas gelegen ist. Hier befindet sich ein Feuchtbiotop, das seit 2010 unter Naturschutz steht. Mangrovenarten, 85 Vogel- und 220 Pflanzenarten sowie als Hauptattraktion 10 Krokodile sind hier zu sehen. Nach der Erkundung der Insel fahren wir mit einem Boot wieder zurück. Anschließend spazieren wir entlang der Uferpromenade Malecón 2000.

In der Erdmitte

Ecuador, man ahnt es, verdankt seinen Namen dem Äquator, der das Land nördlich der Hauptstadt **Quito** durchquert. Mit etwa 283 500 qkm Fläche (zusammen mit den **Galapagosinseln**) und einer Bevölkerung von mehr als 16 Mio. ist der Andenstaat eines der kleinsten Länder Südamerikas, aber zugleich das am dichtesten besiedelte.

Wie der Nachbarstaat Peru im Süden besteht **Ecuador** aus drei höchst unterschiedlichen Regionen: der Pazifikküste, dem Andenland und dem Amazonasbecken. Allein diese landschaftliche Vielfalt übt einen magischen Zauber auf die Besucher aus. Von den tropischen Stränden ist es nur eine Tagesfahrt in die luftigen Höhen der Kordilleren mit ihren schneebedeckten Sechstausendern und (teils noch aktiven) Vulkanen. Von da wiederum erreicht man an einem Tag den dichten, dampfenden Regenwald im Quellgebiet des Amazonas.

Quito, auf 2800m wunderschön in einem Hochbecken der Anden gelegen, ist im wörtlichen Sinn der atemberaubende Höhepunkt **Ecuadors**.

Zum einen liegt das an der dünnen Gebirgsluft, an die man sich langsam gewöhnen muss, zum anderen besteht die Hauptstadt mit einer fantastischen Aussicht sowie schönen alten Kolonialbauten, Plätzen und Kirchen im spanischen Barockstil.

Eine schlummernde Gefahr ist in **Quito** allerdings immer gegenwärtig: **Erdbeben und Vulkanausbrüche.**

Noch im September 1999 stieß der **Pichincha** Rauchwolken aus und ließ einen dichten Aschenregen auf die Kapitale und die umliegenden Dörfer herabgehen.

Die größte Stadt des Landes ist jedoch nicht Quito, sondern **Guayaquil** im Küstentiefland, das sich seit seiner Gründung vor über 400 Jahren von einem insektenverseuchten Sumpf zu einem blühenden Handelszentrum und zum wichtigsten Hafen entwickelt hat.

Die belebten Straßen von **Guayaquil** spiegeln die Bevölkerungsstruktur **Ecuadors** wider. 80 % der 2,35 Mio. Bewohner sind **Mestizen oder Indigenen**, dazu kommen Europäer, Asiaten und Afrikaner. In den letzten Jahren entstanden an den Stränden nördlich der Hafenstadt einige schöne Ferien- und Badeorte.

Eine Hauptattraktion **Ecuadors** liegt rund 1000 km von der Küste entfernt mitten im Pazifik: **die Galapagosinseln** mit ihrer auf dem ganzen Globus einmaligen **Vogel-, Tier- und Pflanzenwelt.**

Quelle: Phoenix

Tag 68 - Sonntag, 25.02. – Manta/Ecuador, 12.00 – 21.00 Uhr

Nächster Hafen: Fort Amador

Wetter: 23°- 27°, bewölkt.

(siehe auch Weltreise 2015/16 - 5.04.2016)

Aber so schön auch eine Reise ist, ist man nicht immer so stabil, wie man sein möchte, um alles richtig genießen zu können. Eine Reise ist auch anstrengend, nicht zuletzt auch durch den Klimawechsel, den man ja ständig hat. Halsschmerzen und Husten sind nicht immer zu vermeiden. Zum Glück gibt es auf dem Schiff eine ärztliche Versorgung, die schnell die richtigen Medikamente verschreiben und zur eigenen Ruhe auffordert.



Landgangsinformationen Manta / Ecuador

Manta liegt an den äußeren Flanken der westlichen Kordilleren der Anden innerhalb der Provinz von **Manabi** und ist mit über 250.000 Einwohnern die zweitgrößte Hafenstadt des Landes. Wichtigster Wirtschaftszweig ist der **Thunfischfang**. Dazu kommen der Tourismus sowie die chemische Industrie. Die gesamte Provinz **Manabi** ist übrigens bekannt für ihre gute Küche, besonders im Bezug auf Meeresfrüchte.

Der berühmte **Panamahut**, der seinen Namen dem Umstand verdankt, dasselbe anfänglich aus Panama verschifft wurde, hat seinen Geburtsort im Nachbarort **Montecristi**, wo er seit 1630 von Hand geflochten wird.

Währung: US-Dollar

Was kann man unternehmen?

MS Albatros liegt im Hafen an der Pier gut zwei Kilometer vor dem Stadtzentrum. Da man im Hafengelände nicht zu Fuß gehen darf, verkehren kostenfreie Pendelbusse vom Schiff zum Hafenausgang und zurück. Von dort kann man dann in die Stadt spazieren. Taxen stehen eher selten bereit.

Gleich rechts vom Hafen beginnt bereits der charmante Stadtrand **Playa Murcielago** mit der einladenden Promenade **Malecon Escenico Murcielago**, an der einige Restaurants und Bars mit Internetverbindung zu finden sind. In der Regel können am Strand gegen Gebühr Sonnenschirme geliehen werden.

Dahinter befindet sich das Einkaufszentrum Mall del Pacifico mit zahlreichen Geschäften und Gastronomie - auch sonntags geöffnet lt. Internet von 10.00 - 21.00 Uhr

Untergebracht in einem architektonisch recht interessanten Gebäude kann man noch vor der Mail das Museum Centro Cultural besuchen, das über kulturelle Erbe der Provinz **Manabi** informiert. Eintritt: Sonntags frei

Vom Hafen nach links geht es entlang des **Fischerei- und Yachthafens**, wobei man zwei Kreisverkehre passiert, auf denen Thunfisch - Monumente zu sehen sind. Vor der Küste sieht man zahlreiche Fischerboote in der Bucht liegen.

Im Stadtteil **Tarqui** im Osten erstreckt sich der **Strand Playa Tarqui** mit dem **Parque del Marisquo**, ein kleiner Komplex mit rund 20 Restaurants, die auf Meeresfrüchte spezialisiert sind.

Eine Fahrt mit dem Taxi ins 12 Kilometer entfernte **Montecristi**, der Heimat des Panamahutes, sollte zwischen 20 und 25 USD kosten. Dort findet man diverse Hutgeschäfte und -Stände in den Straßen und auf dem Marktplatz Parque Central, wo auch andere Souvenirs angeboten werden. An der Stirnseite des Marktplatzes erhebt sich die schneeweiße **Basilika Nuestra Senora de Monserrate**.

Quelle Phoenix

Nach dem Frühstück gehe ich auf Deck 9 und schreibe.

Nach dem Mittagessen, 11.00 - 13.00 Uhr esse ich noch eine kleine Portion Meeresfrüchte.

Das hat mich für einen privaten Landgang gestärkt.

Ich besuche das Museum **Centro Cultural**, das über das kulturelle Erbe der Provinz **Manabi** informiert.

Der Verkehr auf den Straßen ist katastrophal. Bis man da mal einen Fußgängerüberweg gefunden hat, muss man sich mit hochgehobenen Händen bemerkbar machen, um dann mit viel Glück ans andere Ufer zu gelangen.

Mir wird das alles zu stressig, gehe zum Terminal, aufs Schiff und ab auf die Liege im Schatten.

Geplanter Ausflug: Pacoche Lodge mit Wanderung ca. 4 Std.

Wir fahren in den hoch gelegenen **Pacoche Nationalpark**. Unterwegs passieren wir verschiedene Vegetationszonen, sehen den beeindruckenden Trockenwald, Strände und malerische, kleine Küstenortschaften. In der im Tropenwaldreservat gelegenen **Pacoche Lodge** werden wir mit einem Erfrischungsgetränk empfangen und mit etwas Glück auch von den hier lebenden Brüllaffen. Farbenprächtige Orchideen und Bromelien umgeben die Lodge. Unsere 1-stündige Wanderung in kleinen Gruppen durch das Schutzgebiet zu Bananenpalmen, Orangenbäumen und Kaffeepflanzen wird untermalt durch ein Vogelkonzert von über 200 im Reservat heimischen Arten. Anschließend erleben wir eine kleine Vorführung der Zubereitung traditioneller Spezialitäten wie "**trapiche**" und "**tonga**" und sehen wie Panamahüte hergestellt werden.

20.25 Uhr ertönt die Auslaufmelodie. Wir verlassen Manta Ecuador.

21.15 Uhr Schlagernacht auf dem Lidodeck. Wir schwingen sie das Tanzbein.

Und ich gehe jetzt in die Bibliothek, um den Bericht von gestern und heute an Euch zu senden. Und dann freue ich mich auf mein Bett.





Tag 69 - Montag, 26.02. Äquatorüberquerung Erholung auf See - Kurs Fort Amador / Panama

Genau um Mitternacht - Sprung über den Äquator.





Der große Augenblick

In Wirklichkeit sieht man den Äquator natürlich nicht, diese unsichtbare Linie von etwa 40.075 km, die unseren Planeten auf dem Null Breitengrad umspannt. Sie merken auch nicht, dass Sie den Äquator überqueren und in die südliche oder nördliche Hemisphäre einfahren - aber ein besonderes Ereignis ist es Allemal. Im Flugzeug wird dieser Moment nicht einmal bekanntgegeben, an Bord von Kreuzfahrtschiffen hingegen wird das Ereignis gebührend und mit viel Aufwand gefeiert.

Blick in die Geschichte

Karten gab es im Altertum schon bei den Babyloniern (auf Tontäfelchen), Ägyptern und Chinesen, aber die entscheidenden Fortschritte bei der maßstäblich verkleinerten Darstellung der Erde verdanken wir den Geografen des alten Griechenlands.

Von Aristoteles bis Ptolemäus

Aristoteles (384-322 v. Chr.) fasste die Erde als Kugel auf und teilte ihre Oberfläche in drei Klimazonen ein: die heiße, die gemäßigte und die kalte. **Erastosthenes** berechnete im 3. Jh. v. Chr. den Erdumfang und entwarf eine Gradnetzkarte der bekannten Welt. Im folgenden Jahrhundert führte **Hipparchos** regelmäßige Längen- und Breitengrade ein. Dieses System übernahm und verbesserte **Ptolemäus** im 2. Jh. n. Chr. Auch wenn die Karten Irrtümer und Ungenauigkeiten enthielten, blieben sie 15 Jahrhunderte lang das maßgebende geografische Werk.

Zahlen und Fakten

Der Äquator (lateinisch für „Gleicher“), der von Nord- und Südpol gleich weit entfernt ist, stellt die gedachte Linie des größten Erdumfangs dar.

Er ist etwa 40.075 km lang

und auf seiner Breite beträgt der Durchmesser der Erde 12.756 km.

Auf der südlichen Halbkugel stehen die Bewohner zwar nicht Kopf, haben aber umgekehrte Jahreszeiten. Wenn wir in der nördlichen Hemisphäre Frühling haben, ist es im Süden Herbst. Deutlicher noch ist der Gegensatz zwischen dem Sommer auf der nördlichen und dem Winter auf der südlichen Erdhälfte.

Erdumkreisung

Sie können entlang dem Äquator rund um die Erde reisen- wenn Sie unbedingt wollen. Aber dazu benötigen Sie wohl Ihr eigenes Flugzeug oder einen Ballon, denn eine vielbereiste Route ist das nicht.

Sie werden feststellen, dass Tag und Nacht immer fast gleich lang sind und es kaum jahreszeitliche Schwankungen gibt.

Als Ausgangspunkt für eine solche Reise bietet sich das südamerikanische Land an, das seinen Namen seiner geographischen Breite verdankt: **Ecuador**. Der Äquator verläuft hier z.B. durch **San Antonio de Pichincha**, wo das **Moment Mitad del Mundo** an die frühere Bestimmung des Null-Breitengrades erinnert.

Nach Osten geht es weiter durch Kolumbien und Brasilien (hier liegt **Macapi** „auf der Linie“) dann von Amazonasmündung aus auf den langen Weg über den Atlantischen Ozean.

Quelle: Phoenix

Nehme heute an den morgendlichen Aktivitäten nicht teil.

9.30 Uhr Frühstück - das genieße ich!

11.00 Uhr Äquatortaufe

Neptun, Herrscher aller Meere, Seen, Flüsse, Tümpel, und Badewannen und sein Gefolge kommen an Bord!

Alle vom irdischen Staub Beschmutzten werden untersucht, gestempelt, mit lauterem Wasser gereinigt und in sein Reich eingelassen, sofern sie für würdig befunden werden.

Anschließend dürfen sich alle „Getauften“ an der Lidodeck -Bar beim Neptuns Punsch von dem Schrecken erholen!

Alle, die zu feige waren, sich taufen zu lassen, bekommen einen Neptunspunsch für € 2

(Eine Taufurkunde wird nur mutigen Täuflingen überreicht, die sich Neptun und seinem Gefolge aussetzen!

Die **Äquatortaufe ist ein uralter Seemannsbrauch**, einst ein derbes Ritual, heute aber eine vergnügliche Zeremonie. Schon am frühen Morgen wird das Deck geschmückt und auf den hohen Besuch vorbereitet.

Weitere Aktivitäten

13.30 Uhr Malen auf See

14.00 Uhr das kleine 1x1 der Reisefotografie

15.15 Uhr Von den Schwierigkeiten einer Abkürzung

Ein interessanter Vortrag von Lektor Georg Hahn über den Panama-Kanal von seinen Anfängen bis heute. Ein sehr interessanter Vortrag mit gutem Anschauungsmaterial

15.30 Uhr Skat-Treff

15.30 Uhr Bauchmuskeltraining

16.00 Uhr „Alles Schokolade!“

16.30 Uhr Bingo

17.00 Uhr Casablanca Bar - Gästechor-Treffen Wir singen gerne in geselliger Runde und möchten das Talent unserer Mitreisenden teilen? Dann haben wir heute noch ein weiteres Chortreffen mit Chorleiter Heiko. Das tut gut, obwohl mich mein Husten so sehr plagt. Aber wir sind reich bestückt mit männlichen Solosängern.

17.00 Uhr Die Botschaft der Bilder

17.45 Uhr Jakkolo! Das Holländische Brettspiel

Und vieles mehr!

21.15 Uhr „Wirtschaftswunder“. Die 50er Jahre Revue

19.00 Uhr Abendessen. Am Lidodeck gibt es heiße Suppe und etwas Salat.

20.15 Uhr Bibliothek. Ich schreibe an Euch in der Hoffnung, dass es Euch in der Heimat gut geht.

Tag 70 - Dienstag, 27.02. Fort Amador (Panama-City)/Panama – auf Reede – ab 12.00 Uhr
(siehe auch Weltreise 2015/16 - 7.04.2016)

Ankunft: 12.00 Uhr. Wir waren pünktlich, aber der Lotse, ohne ihn konnten wir unsere Position auf Reede nicht einnehmen, kam fast eine Stunde später.
Nächster Hafen: Puerto Limon.

Nach einer fast schlaflosen Nacht haben sich die starken Schmerzen der Prellung, linke Brustseite (Unfall am 03.02.2018), wieder zurückgemeldet. Ich wusste nicht, wie ich mich legen sollte.

7.30 Uhr Morgenwecker

Langsam stehe ich auf und gehe zum nächsten Arzttermin.

Obwohl die Sprechstunde erst um 8.30 Uhr beginnt, sind um kurz nach 8.00 Uhr schon 3 Patienten vor mir da und es kommen noch viel mehr - alles Männer. Meine Frage: Ist denn heute Herrentag? Wurde schmunzelnd aufgenommen. Fast eine Stunde habe ich dort verbracht. Die Ärztin hat mich nochmal abgehört, Fieber gemessen - 39.1°

Neue Medikamente: Codein für die Nacht, Amoxicillin 3 x täglich., und weiter einnehmen Ibuprofen AL 600, 2- 3x täglich. „In 3 Tagen sehen wir uns wieder!“

9.00 Uhr Frühstücks-Buffer. Ich trinke viel, esse 1 Banane, etwas Joghurt und Obst. Maria kommt zu mir und bietet mir Ihre Hilfe an.

Ich fühle mich einfach schlapp und elend und weiß nicht, wie ich auf schnellstem Wege auf die nächste Liege im Schatten kommen kann.

Heute schon um 11.00 Uhr Mittagessen, wegen der Ausflüge
Freue mich auf eine heiße Bouillon und trinke viel.

Jetzt nur noch in die Kabine. Auf dem Weg dahin begegne ich Maria, sie spürt, wie elend ich mich fühle, hakt sich bei mir ein und bringt mich in meine Kabine. Maria ist auf dem Weg zum Ausflug, den wir eigentlich gemeinsam machen wollten.

Ausflug: Gatúnsee und Miraflores Schleuse, ca. 5 Std.

Dieser Ausflug kombiniert einzigartige Naturerlebnisse mit interessanten Einblicken in das technische Wunderwerk Panamakanal. Der Gatúnsee, ist einer der größten künstlich geschaffenen Seen. Bevor diese Region für den Bau des Kanals geflutet wurde, befand sich hier eine in ihrer Vielfalt einzigartige Tierwelt. Diese blieb auch zum größten Teil erhalten, denn die Tiere flüchteten sich auf die Bergspitzen des **Culebra-Massivs**, die sich heute als Inseln aus dem See erheben. Unser Reiseführer ist bestens orientiert und zeigt uns einen kleinen Ausschnitt dieses einzigartigen Ökosystems. Anschließend fahren wir zu den Miraflores Schleusen. Von den Aussichtsterrassen haben wir einen einmaligen Blick auf die Schleusenvorgänge, Die Ausstellungsräume des Museums zeigen sehr viel Wissenswertes rund um den Panamakanal.

Ich genieße meinen Mittagsschlaf in der Kabine und zur Tee- und Kaffeestunde bin ich wieder am Lidodeck, trinke, trinke, trinke!

Herrlich, die Ruhe an Bord. Die Passagiere sind auf Ausflug.

Der Quelle: *Innenkabine mit Balkon* ist der folgende Text zu entnehmen:

„... Manchmal ist es sogar reizvoll, gerade dann keinen Ausflug zu machen, wenn alle anderen einen machen. Es ist ein beeindruckendes Gefühl, wenn man auf einmal auf einem Kreuzfahrtschiff, das für mehr als 700 Passagiere ausgelegt ist, weitestgehend allein ist. Man muss weder Liegen reservieren noch am Buffet Schlange stehen. Man kann sich jederzeit der beliebtesten Massage erfreuen und sogar ohne jeglichen feuchten Körperkontakt die Sauna genießen. Wer dieses Gefühl gegen verstaubte Pyramiden, ein überlaufenes Colosseum oder die Warteschlange vor dem Katharinenpalast eintauschen möchte, bitte sehr. Es ist Ihr Urlaub, Sie dürfen frei entscheiden. Aber wenn Sie nach einem wirklich entspannten Tag an Bord mit dem ersten Cocktail in der Hand an der Reling stehen und zuschauen, wie die Reisebusse ihre 700 verschwitzten und erschöpften Mitreisenden wieder ausspucken, und wie die Individualausflügler bis auf die Unterhose ausgeraubt nach dem Ablegen dem fahrenden Schiff hinterherwinken, dann wissen Sie, dass Sie die richtige Entscheidung getroffen haben...

Zwischen den Meeren

Der Name Panama bedeutet etwa so viel wie „Land der zahlreichen Fische“.
Die Eroberer hatten es Castilla del Oro - goldenes Kastilien - genannt.
Die gleich nach der Entdeckung der Neuen Welt gegründete Kolonie stand in Europa bald im Mittelpunkt des Interesses.
Maultierkarawanen zogen über die Landbrücke von Panama, um das den Inkas entwendete Gold und Silber zu den spanischen Schiffen zu transportieren.
Über drei Jahrhunderte später, als 1848 in Kalifornien der Goldfieberschub ausbrach, durchquerten 400 000 Glückssritter auf dem kürzesten Weg nach Westen den Landstreifen zwischen Atlantik und Pazifik.
Die seit dem 16. Jh. immer wieder auftauchende Idee eines Kanals gewann erneut an Bedeutung.
Panama ist nicht nur seines Kanals wegen bemerkenswert.
Das wichtigste Finanzzentrum Lateinamerikas besitzt auch die größte Handelsflotte der Welt: Unter der Flagge Panamas fahren 23% der weltweit registrierten Handelsschiffe.
Panama erstreckt sich über 650 km in der Länge und ist an der schmalsten Stelle, auf der Höhe des Kanals, zwischen dem Karibischen Meer und dem Golf von Panama nur 80 km breit.
Insgesamt beträgt die Landesfläche 75 517 qkm, sie ist nur schwach besiedelt.
Mehr als die Hälfte der knapp 4 Mio Einwohner leben im Umkreis der Kanalzone, in Colon und in Panama City.
Die Hauptstadt an der Südküste ist das dynamische Wirtschaftszentrum des Landes, hervorgehoben durch die moderne Skyline mit himmelsstrebenden Glas- und Stahlbauten, während die Stadt Colon im Norden über viel weniger Mittel verfügt, aber dennoch stark wächst.
Der Westen Panamas besteht aus Kleinstädten im Herzen einer reichen landwirtschaftlichen Region.
Näher der Grenze zu Costa Rica liegt in den Provinzen Chiriqui und Bocas del Toro der Landstreifen mit Nationalparks und dem 3.475 m hohen Vulkan Baru, dem höchsten des Landes.
Auf den im Osten vorgelagerten San Blas Inseln sind die indigenen Kuna zu Hause.
An der Grenze zu Kolumbien geht das Land in den Darien-Urwald über.
Beinahe 30% des Landes sind als Naturparks oder Reservate geschützt. Die hier lebenden 1.500 Schmetterlings-, 940 Vogel- und 15.000 Pflanzenarten stellen einen mannigfaltigen Naturreichtum dar.

Panama fördert bewusst den Ökotourismus

21.15 Uhr Lidodeck „Panama History in Dance“

Diese Volksgruppe aus Fort Amador unterhält uns mit traditionellen Tänzen in landestypischen Gewändern!

Landgangsinformationen

Fort Amador war früher ein Stützpunkt der US Army auf den miteinander verbundenen Inseln Naos, Culebra und Flamenco, der das südliche Ende des Panamakanals bewachte.

1999 wurde das Bollwerk zusammen mit drei weiteren in der näheren Umgebung an die Republik von Panama übergeben und ist seitdem ein Ziel für Naherholer und Touristen sowie Stadtteil von Panama-Stadt.

Die **Calzada de Amador** ist ein 4,5 km langer künstlich angelegter Damm, der **Fort Amador** mit dem Festland und damit dem Stadtzentrum verbindet.

Ursprünglich konzipiert, um schlammführende Strömungen zu halten, die den Eingang zum Panamakanal blockieren könnten.

Währung: Panamaische Balboa (PAB) ist die offizielle Landeswährung, die genau dem Wert des US-Dollars entspricht.



Tag 71 - Mittwoch, 28.02. Fort Amador (Panama-City/Panama – auf Reede bis 3.00 Uhr
Passage des Panama-Kanals - Kurs Puerto Limon / Costa Rica
(Siehe Weltreise 2015/2016)

28.02.2018, geplanter zeitlicher Ablauf der Passage

7.30 der Lotse für den Panama-Kanal kommt an Bord

9.30 - 10.30 Uhr Miraflore Schleuse

10.50 - 11.20 Uhr Pedro Miquelon Schleuse

12.30 - 13.00 Uhr Passage der Ortschaft Gamboa

14.30 - 16.00 Uhr Gatun-Schleuse

Die Nacht habe ich ganz gut überstanden, vertraue auf die Medikamente und hoffe, dass es bald bergauf geht.

Bitte beachten Sie!

„Aus Erfahrung unterschätzen Mitteleuropäer die klimatischen Bedingungen während einer Panama-Kanal-Passage. Temperaturen von 30° im Schatten und eine Luftfeuchtigkeit von bis zu 80% erwarten uns.

Bitte achten Sie auf eine Kopfbedeckung, Sonnenschutz,
und Sie sollten mindestens 3 Liter Wasser pro Tag zu sich nehmen.
Gönnen Sie sich und Ihrem Körper eine Pause in den kühleren Innenbereichen des Schiffes.
Achtung, diese wirken durch die heißen Außentemperaturen unterkühlt.
Eine Jacke oder ein Pullover helfen.“

Quelle Phoenix

Durchsagen

Zu Ihrer Information

finden den ganzen Tag über Durchsagen über Bordlautsprecher statt!

Volles Tagesprogramm wie Sport etc.

11.00-12.00 Uhr- Lidodeck Tropisches Früchte-Bufferet. Kosten Sie verschiedene frisch geschnittene exotische Früchte aus Ecuador.

12.30 - 14.00 Uhr Köstliche Riesen-Schaschlik-Spieße

16.00 - 16.45 Uhr MS Albatros-Eissalon

21.15 Uhr Atlantik-Lounge

Herr Baumann & Frau Meyer sind eine optische Täuschung.

Bei ihnen ist nämlich nicht drin, was draufsteht,
wie das Programm des Abends vermuten lässt.

Hinter den biedereren Outfits der beiden, verbirgt sich eine hinreißende Mischung aus Theater, Comedy und Zauberei. Überraschungen am laufenden Band sind hier vorprogrammiert.

Erwin Baumann steht auf Tuchfühlung und macht den Zuschauer zum Mitmacher.
Seine Filigrantechnik bringt Augen ins Rotieren und Stimmbänder in Ekstase. Im flotten Zweier mit Frau Meyer laufen beide zur Höchstform auf.

P a n a m a-K a n a l

Der Panamakanal ist eine künstliche, etwa 82 km lange Wasserstraße, die die Landenge von Panama in Mittelamerika durchschneidet.

Er verbindet den Atlantik mit dem Pazifik für die Schifffahrt.

Damit verkürzt sich die Fahrt um das Kap Hoorn um ein Vielfaches.

Der 1914 eröffnete Kanal ist eine der wichtigsten Wasserstraßen der Welt.

Der Kanal verläuft zwischen
den Städten Colon an der Atlantikküste und Balbao am Pazifik
Er ist durchgehend zweispurig für den Gegenverkehr ausgelegt.

Die Schiffe werden bei Colon durch die Gatun-Schleuse
zu dem auf 26 Metern über dem Meeresspiegel aufgestauten Gatunsee gehoben,
sie fahren in ausgebagerten Rinnen durch den Gatunsee und den Rio Chagres,
durchqueren im Gaillard-Kanal (auch Culebra Cut genannt) einen Bergrücken
und werden mit den dicht aufeinanderfolgenden Pedro-Miguel- und Miraflores-
Schleusen wieder zum Pazifik hinabgelassen.





Tag 72 - Donnerstag, 1.03. Puerto Limón/Costa Rica, Nächster Hafen : George Town
(siehe auch Weltreise 2015/16 - 9.04.2016)

Guten Morgen Albatros!

Silke vom Phoenix-Team weckt mich ab 6.30 Uhr

Zeitunterschied - 7 Stunden / 12 Uhr Bord = 19.00 Uhr in Deutschland

Zeitumstellung

In der Nacht vom 28.02.2018 auf den 1.03.2018 wurden an Bord alle Uhren 1 Stunde zurückgestellt

Ankunft: 7.30 Uhr; Abfahrt: 20.00 Uhr

Angebotene Ausflüge

08.00 Uhr Rafting

08.10 Uhr Hacienda Tayutic

08.20 Uhr Botanischer Garten mit Tierauffangstation

08.30 Uhr Costa Ricas Regenwald mit Essen

09.00 Uhr Bootsfahrt auf dem Tortuguero-Kanälen

14.10 Uhr Botanischer Garten und Tierauffangstation

Geplanter Ausflug: Bootsfahrt auf den Tortuguero-Kanälen ca. 3 Std.

Kurze Busfahrt vom Hafen zur Bootsanlegestelle. In bereitstehenden Mawamba-Booten (Außenborder) unternehmen wir eine zweistündige Rundfahrt durch die Dschungel-Wasserkanäle, die Teil des Flusssystem sind, das sich parallel zur karibischen Küste durch das Landesinnere schlängelt. Die Tortuguero-Kanäle bezeichnet man auch als Costa Ricas Amazonas, umgeben von Regenwald mit reicher Flora und Fauna. Neben zahlreichen Vogelarten gibt es hier Affen, Faultiere, Krokodile und Tukane. Wunderschön spiegeln sich die überhängenden Pflanzen im Wasser wider. Zurück am Bootsanleger werden wir mit einem Erfrischungsgetränk empfangen.

18.00 Uhr Karibik Lounge - Aperitifstunde

19.00 - 20.30 Uhr - Es gibt Leckerer vom Grill

19.30 Uhr letzter Einschiffungstermin

20.00 Uhr MS Albatros verabschiedet sich von Puerto Limon / Costa Rica und nimmt Kurs auf George Town / Grand Cayman / Cayman Islands

Diverse Abendangebote!

21.15 Uhr Atlantik Lounge / Deck 6

„Soubrette sich, wer kann!“

Wir begleiten heute Abend Die Solistin Anne Becker und die Albatros Showband auf eine Reise in die wundervolle Welt der Oper, Operette und des klassischen Musicals.

Lassen Sie sich von der Vielseitigkeit der Soubrettenstimme überraschen.

Ab 22.15 Uhr Casablanca Bar & Harrys Bar

Flower Power Party

Alle Gäste, die dem Motto entsprechend gekleidet erscheinen, erhalten zwischen 22.15 und 22.30 Uhr einen Erdbeer-Lime spendiert.

Unser Barteam empfiehlt uns den legendären Cocktail „Grüne Wiese“ zum Preis von € 2.60.

Zeitungstellung

In der Nacht vom 1. März auf den 2. März werden alle Uhren an Bord 1 Stunde vorgestellt!





Landgangsinformationen Puerto Limon / Costa Rica

Puerto Limon an der karibischen Küste von **Costa Rica** ist eher glanzlos, und ärmlich wirkende Hauptstadt der gleichnamigen Provinz.

Ein gewisses karibisches Flair kann ihr allerdings nicht abgesprochen werden.

Viele der rund 100.000 Einwohner sind afrikanischer Abstammung,

deren Vorfahren einst über Jamaika hierher kamen,

um beim Bau der Eisenbahnlinie oder auf Bananenplantagen zu arbeiten.

Puerto Limon besitzt den größten Hafen des Landes, vorwiegend werden hier Kaffee,

Bananen und Ananas auf Schiffe für den Transport über den Atlantik verladen.

Christoph Kolumbus betrat 1502 das Land übrigens genau hier und gab ihm dann aufgrund der schönen Küste eben den Namen **Costa Rica**, was reiche Küste bedeutet.

Währung: Costa Clon (CRC) ist die offizielle Landeswährung. Der US-Dollar sowie

Kreditkarten werden meist ebenfalls akzeptiert, der € eher selten.

Das kann man hier unternehmen?

MS Albatros liegt an der Pier im Hafen rund 500 Meter vor dem Stadtzentrum,

in das man bequem spazieren kann oder mit dem Fahrrad fahren.

Auch Taxis stehen in der Regel bereit. Zu beachten ist,

dass nur die „roten“ Fahrzeuge offizielle Taxen sind.

Touristinformationen am Hafenausgang

Gleich rechts vom Hafen kann man durch die fast dschungelartige Gartenanlage Parque Vargas mit Palmen und Banjan-Bäumen streifen, in denen man auch manchmal Faultiere entdecken kann. Im Zentrum befindet sich ein kleiner Musikpavillon, in der nördlichsten Ecke stößt man auf die zwei Bronzestatuen von **Kolumbus und seinem Sohn Fernando**,

aufgestellt **1992 zum 500. Jahrestag von Kolumbus Landung in Mittelamerika**.

Gegenüber ehrt ein Wandgemälde die Ureinwohner des Landes und die Gastarbeiter.

Hinter dem Park steht das Rathaus und es beginnt die quirlige Fußgängerzone mit vielen Straßenhändlern, die zum lokalen Markt führt, auf dem von frischer Ware bis zu Souvenirs

alles angeboten wird. Zudem gibt es überall im Stadtkern Boutiquen und kleine

Supermärkte, Restaurants und Bars.

Bei einem Spaziergang durch die Stadt fallen einige schöne Holzhäuser auf,

die noch ein wenig koloniale Atmosphäre widerspiegeln.

Das **Museo Etnohistorico de Limon**, das im ersten Stock des Postamtes untergebracht ist, zeigt historische, afro- karibische Kunstgegenstände.

Nur unweit davon gibt es noch das Regionalmuseum.

Mittelpunkt der Kleinstadt die moderne **Kathedrale Sagrado Corazon de Jesus**, fertiggestellt 2010.

Am Küstenstreifen nördlich und südlich des Hafens erstrecken sich mehrere kleine und braunsandige Strände,

die zum Genießen der Sonne und für erfrischende Bäder im Meer geeignet sind.

Tag 73 - Freitag, 2.03. Kreuzen in der Karibik, Erholung auf See- Kurs George Town / Grand Cayman / Cayman Islands

Zeitumstellung:

In der Nacht vom 1.03. auf den 2.03. wurden alle Uhren an Bord 1 Stunde vorgestellt.

Sonnenaufgang: 5.46 Uhr, Sonnenuntergang: 18.35 Uhr

Guten Morgen Albatros!

Daniela vom Phoenixteam weckt mich mit Musik und Informationen auf dem Radio Kanal 1

Morgendliche Dusche etc. Ich mache mich zum Frühstück fertig. Heute drinnen, denn nur da gibt es frischen Ingwertee. Anschließend Schiffsarzt 9.30 - 11.00 Uhr. Um kurz nach 9.00 ist das Wartezimmer schon besetzt und die Ärztin hat sich auch noch verspätet -

Zeitverschiebung. Fas Fieber bei mir bleibt, weiterhin viel trinken und Antibiotika Amoxin.

Wegen des Unfalls spreche ich sie an. Sie wird auf der Rechnung vermerken, dass es sich um einen Unfall handelte. Der Unfall war am 3.2.2018.

Mit neuen Medikamenten gehe ich in meine Kabine und lege mich hin, schlafe bis zum Mittagessen.

Draußen tut sich so einiges, aber mir tut der Schlaf gut.

Unter anderem findet statt:

11.00 Uhr Lidodeck Jazz Frühschoppen mit der Albatros Showband

12.00 Uhr Mittagessen. Da schaffe ich es noch gerade hin, esse eine Kleinigkeit und zusammen mit einer Kanne Ingwertee gehe ich in die Kabine. Die Pflicht ruft, ich muss doch schreiben.

Aber das wird nichts - die Müdigkeit – ich mache einen Mittagsschlaf.

16.00 Uhr weiß überhaupt nicht mehr, wo ich bin, da hilft nur duschen!

15.00 Uhr Gästechor-Treffen – leider verschlafen.

Marco Ströhlein und Michael Tache schreiben in: **Innenkabine mit Balkon** in ihrem Vorwort:

Eine Seefahrt, die ist lustig, eine Kreuzfahrt noch viel mehr.

Aber Spaß ist bei weitem nicht alles, was den Reiz einer Kreuzfahrt ausmacht. Sie ist sicherlich die bequemste und luxuriöseste Art, in wenigen Tagen möglichst viele Städte und Regionen kennenzulernen, vorausgesetzt, dass in der Nähe ist ein Hafen ist. Im Prinzip ist eine Kreuzfahrt so, als würde man sein eigenes Hotel von Ort zu Ort mitnehmen, inklusive der Vollpension und natürlich die Mitreisenden.

Denn auf einer Kreuzfahrt trifft man viele Menschen. Menschen, die man auch im Supermarkt, in der Oper oder beim Fußball treffen könnte. Und das trifft nicht nur auf die Gäste zu, sondern auch auf das Personal, die gesamte Crew.

Der amerikanische Schriftsteller Mark Twain hat einmal gesagt:

„Gott schuf den Menschen, weil er vom Affen enttäuscht war. Danach verzichtete er auf weitere Experimente.“

Schade eigentlich, denn das Ergebnis hätte sich sicherlich noch steigern lassen - in beide Richtungen. Denn was einige (wenige) Menschen auf Kreuzfahrten so veranstalten, ist zumindest sehr unterhaltsam. Manche Dinge entstehen aus Unwissenheit, manche aus Eitelkeit und manche auch aus Dummheit.

„Ablegen

Das Ablegen des Schiffes ist der bestimmte Moment einer Kreuzfahrt, der sich mit voller Wucht in das emotionale Gedächtnis der Passagiere einbrennt und durch nichts wieder zu löschen ist. Dieser Moment, auf den man seit Monaten hingefiebert hat, den man sich immer und immer wieder nach den Vorbildern verschiedener Fernsehfilme vorgestellt hat, ist nun endlich gekommen. Dieser überaus erhebende Moment wird eingeleitet von einer nützlichen und extrem informativen Durchsage des Kapitäns: **„Herzlich willkommen, liebe Gäste! Wir legen gleich ab und machen uns auf den Weg zu unserem nächsten Hafen.“** Aha.

Und dann geht es wirklich los. Jetzt fallen die Sorgen förmlich von einem ab, so wie die Trossen vom Hafenpersonal über die Poller gehoben werden und ins Wasser fallen. Die Tauen werden an Bord gezogen, gleichzeitig wirbeln die Schrauben weißen Schaum auf, die ganz spezielle Auslaufmusik ertönt, das Schiff beginnt sich zu bewegen, der Thyphon, das Schiffshorn, hupt dreimal und der Hafenmeister antwortet.

Unten stehen winkende Menschen, die keinen der Passagiere kennen. Die Passagiere, die ihrerseits auch niemanden an Land kennen, winken zurück, und alle sind glücklich.

Der hupende Hafenmeister und die wankenden Fremden erfüllen aber wahrscheinlich nur einen Zweck: Von dem Anblick abzulenken, der unter dem weißen Schaum im Bereich der Schiffsschrauben und Hafenbecken langsam zu Tage tritt. Denn jetzt wird alles aufgewühlt und hochgespült, was seit Generationen dort versorgt wurde. Fahrräder, Katzenmumien, Plastiktüten mit fremdländischen Aufschriften, Gummistiefel, halbe Flaschen, Autoreifen und je nach Region, auch schon mal der lange vermisste Schwager, eingewickelt in einem Teppich. Doch das alles werden sie nicht sehen, wenn sie zum ersten Mal eine Kreuzfahrt machen. Sie werden verzaubert sein, sie werden es genießen, und daran wird auch dieses Buch nichts ändern können“.

Quelle: Innenkabine mit Balkon

20.00 Uhr Buffet Magnifique, einen Ingwertee - und ab ins Bett.

Für die anderen:

Die Gitarre und das Mee(h)r!

Lieder vom Reisen und Ankommen

Seit 20 Jahren ist Helmut Sanftenschneider auf den Meeren unterwegs. Mit viel Humor präsentiert er Lieder und Melodien, die ihn auf diesen Reisen begleiten



Tag 74 - Samstag, 3.03. George Town / Grand Caymann / Cayman Islans - auf Reede
(siehe auch Weltreise 2015/2016), Wetter: 23°-26°, leicht bewölkt

Hier: Routenänderung 2018

(geplant war: Trujillo/Honduras – auf Reede - 12.00 bis 18.00 – Spaziergänge und Baden

Ankunft: 8.00 Uhr, letztes Tenderboot zum Schiff: 16.30 Uhr - Abfahrt: 17.00 Uhr

Nächster Hafen: Cienfuegos

7.00 Uhr Morgenwecker

Privater Landgang

Der Treffpunkt für die Ausbootung der Gäste, die an Land fahren möchten, ist zu den unten angegebenen Zeiten in der Atlantik Show Lounge. Im Anschluss an die organisierte Ausbootung über die Atlantik Show-Lounge werden wir über Lautsprecher informiert, ab wann zur Gangway kommen können.

Unsere Tenderboote fahren im regelmäßigen Rhythmus vom Schiff zum Land zurück (zurück alle 15 Minuten).

17.30 Uhr Atlantik Lounge



Vortrag: „Karl Marx vor Uncle Sam’s Haustür“

Lektor Hahn trägt über das revolutionäre Erbe der Castro-Brüder auf Kuba vor.

18.45 Uhr stellen sich die Köche vor.

Nach dem Frühstück durch Ingwertee und Medizin gestärkt, traue ich mich, an Land zu gehen. Setze mich gleich auf die nächste Bank und versuche freies Internet zu bekommen. Genau gegenüber ist ein Shop und ich frage den jungen Mann, ob hier freies Internet ist. Und er richtet es mir ein, mit seinem persönlichen Internetzugang, sodass ich jetzt schon den Bericht an Euch senden kann.

Viel interessiert mich im Moment nicht, ich möchte wieder gesund werden.

Herzliche Grüße

Christel



**Tag 75 - Tag Sonntag, 4.03.2018, Sonntag, Cienfuegos\Cuba - auf Reede -
Routenänderung: (geplant war: 4.03. Costa Maya/Mexiko)**

Letztes Tenderboot zum Schiff am 5.03.2018: 16.30 Uhr
Abfahrt am 5.03.2018: 17.00 Uhr, nächster Hafen: Progreso

Routenänderung!

Geplant/gebucht war: Costa Maya/Mexiko

Für den heutigen Landgang benötigen wir unseren Bordausweis mit dem kubanischen
Touristenvisum und der Zollerklärung.
Im Hafenterminal findet eine persönliche Passkontrolle aller Gäste statt, die an Land gehen.

Landgangsinformationen

Cienfuegos liegt im Süden Kubas innerhalb der drittgrößten Bucht der Insel und ist mit rund
180.000 Einwohnern die sechsgößte Stadt des Landes. Ab 1819 entwickelte sich die Stadt
zuerst im neoklassizistischen Stil als eine spanische Kolonialsiedlung. Auch französische
Einwanderer prägten die Stadt. Somit ist **Cienfuegos** ein herausragendes Beispiel für ein
architektonisches Ensemble, das den neuen Ideen von Modernität, Hygiene und Ordnung in
der Stadtplanung repräsentiert.

Währung: Der Kubanische Peso (CUP) ist die offizielle Landeswährung für die Bevölkerung.
Für Touristen gibt es eine eigene Währung: den konvertiblen Kubanischen Peso (CUC), die
offiziell nicht ausgeführt werden darf.

Nichtamerikanische Kreditkarten werden zuweilen akzeptiert.

Was kann man unternehmen?

MS Albatros ankert an der Bucht von **Cienfuegos** vor der Küste und die schiffseigenen
Tender-Boote bringen uns an Land. Vom Anleger erreicht man das Stadtzentrum mit seinem
historischen Kern nach gut 700 Metern.

Am Hafen gibt es eine Touristeninformation sowie mehrere Schalter, wo Euro- und Dollar-
Scheine in die kubanische Touristenwährung CUC getauscht werden können. Wir benötigen
beim Geldumtausch unseren Reisepass.

Über die Straßen Bouyon, San Louis und Santa Isabel, an denen meist einige Souvenirstände
aufgebaut sind, gelangt man nach Norden ins historische Zentrum der Stadt. Hier befindet
sich der weitläufige Platz Parque José Martí, an dessen Stirnseite sich das Tomas Terry
Theater aus dem

19. Jh. befindet. Errichtet wurde es vom venezolanischen Zuckerbarons Tomas Terry
Östlich des Platzes erhebt sich die eindrucksvolle Kathedrale de la Purisima Concepcion, im
Westen kann man den einzigen auf Kuba zu findenden Triumphbogen, den die französischen
Siedler errichtet haben, durchschreiten. Der pompöse Palacio de Gobierno ist heute Sitz der
Provinzregierung Asamblea Provincial del Poder Populär.

Im ehemaligen spanischen Casino ist heute das Provinzmuseum untergebracht. Es erzählt
über die Geschichte der französisch-kubanischen Gesellschaft Cienfuegos im 19.Jh.
Der herrschaftliche Palacio Ferrer beherbergt heute das Kulturzentrum. Obwohl es renoviert
wird, kann man den Aussichtsturm emporsteigen, um einen fabelhaften Blick zu genießen.

Überall im Stadtkern findet man kleine typisch kubanische Restaurants, Bars und Rumhäuser sowie ein paar Einkaufsmöglichkeiten.

An der säulengeschmückten Hauptstraße **Paseo del Prado** entdeckt man eine Bronzestatue von **Benny Moore**, die als das Wahrzeichen der Stadt gilt.

Die Prachtstraße führt schnurgerade nach Süden in die Landspitze **Punta Gorda**, dem Nobelviertel und Yachthafen der Stadt. Dort steht das vielleicht beeindruckendste Gebäude, die **Prunkvilla Palacio de Valle**. Sie wurde 1917 fertiggestellt und war einst das Domizil eines Großgrundbesitzers. Heute dient sie als gehobenes Hotel und Restaurant. Von der Aussichtsterrasse lassen sich bei einem Cocktail herrliche Ausblicke über die Stadt und die Bucht genießen.

Cienfuegos

1819 gründeten die Franzosen die Stadt an der Südküste. Die nette Altstadt zählt seit 2005 zum UNESCO-Weltkulturerbe. Um den Parque José Martí gruppieren sich das **Theatro Tomas Terry** und der klassische Bau der Provinzregierung, **Palacio del Gobierno**. Die **Catedral de Nuestra Senora de la Concepcion** mit ungleichen Türmen birgt französische Buntglasfenster.

Der Prädominier (Calle 37) führt zur **Punda Gorda**, einem Landvorsprung mit dem Palacio de Valle.

18.00 Uhr „Eingeladen!“ Christus heißt alle willkommen! Ökumenischer Sonntagsgottesdienst mit Bordpfarrer Traugott Farnbacher.
Musikalische Begleitung: Leonid Voitovych am Piano.

Herr Farnbacher erläuterte, warum er ohne Talar predigte. Die Mitnahme dieses Kleidungsstückes in sozialistischen Ländern könnte ihm Schwierigkeiten bereiten. Später erfahre ich noch von Mitreisenden, die einen Ausflug nach Havanna gemacht haben, dass sämtliche Kirchen geschlossen waren. Wie mag es da drinnen aussehen? Was ist mit dem Kircheninventar, mit den wertvollen Schätzen??

Bisher waren die Kirchen immer magnetische Anziehungspunkte für uns Touristen.

Herr Farnbacher ist im Auftrag: Evangelische Tourismusseelsorge, EKD Evangelische Kirche in Deutschland unterwegs.www.ekd.de/Urlaubsseelsorge-23739.htm

Auf den Sitzplätzen in der Pazifik Lounge lag
„Die Leipziger Karte“ - „Auf dem Jakobsweg“

„Sei behütet auf deinen Wegen
Sei behütet auch mitten in der Nacht. Durch Sonnentage, Stürme und durch Regen / hält der Schöpfer über dir die Wacht.

Mitten in der grauen Alltagswelt, / die sang- und klanglos mich bewegt,
Höre ich ein Lied, das mir gefällt/ und das mir Perspektiven schenkt:
Sei behütet...
Manchmal, wenn ein Tag zu Ende geht / und die Nacht durch alle Ritzen dringt:
Sei behütet...
Immer wenn wir auseinandergehen / spür ich Trauer, fühl ich mich allein.
Und bis wir uns einmal Wiedersehen/ sollen die Worte dein Begleiter sein:
Sei behütet... *Clemens Bittinger*

Abnehmen

Quelle: Innenkabine mit Balkon

„Abnehmen kann man jedem Kreuzfahrer die Last der Illusion,
er könne während seiner Reise Ähnliches tun.

Kurz: Abnehmen an Bord von Kreuzfahrtschiffen ist fast unmöglich.
Schuld daran ist das reichhaltige Angebot an köstlichen Speisen und Getränken aller Art -
fast rund um die Uhr.

Da kann man einfach nicht widerstehen.
So zumindest lautet die Antwort derjenigen,
die den wahren Grund für Ihre Schwelgerei geschickt verschleiern wollen.

Zugeben, das Meiste,
was in den Restaurants angeboten wird, unterscheidet sich sehr von der Mikrowellenküche
eines durchschnittlichen Junggesellenhaushalts.

Aber noch viel schwerer wiegt die Tatsache (und nachher auch der Gast), dass das Essen
meist im Reisepreis inbegriffen ist. Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass die Attraktivität
einer Mahlzeit durch die Tatsache, dass sie nichts kostet, um ein Vielfaches vergrößert wird.

Für den Gast gilt deshalb der umgekehrte Slogan eines Schlussverkaufs: Alles muss rein!
Der Vergleich mit dem Schlussverkauf ist bei manchen Passagieren auch gar nicht so weit
hergeholt.

Den geübten Essens-Schnäppchenjäger erkennen Sie an der gigantischen Größe der
Portionen, die er auf seinem Teller aufgetürmt hat.

Hier gilt die Faustregel:

Je geiziger der Gast, desto voller der Teller.

Doch spätestens an Tag 3 meldet sich das schlechte Gewissen ob dieser biblischen Völlerei.

Und schon landet auf dem Teller, der 4000 Kalorien zusammenbringt, die erste
Ananasscheibe. Ananas, die Wunderfrucht, deren 4000 Kalorien förmlich pulverisieren kann.

Oder plötzlich lautet das neue Motto des Abends: Löw-Carb, wenig Kohlehydrate.

Und wirklich, neben den beiden Schnitzeln in Rahmsoße und den sieben Medaillons
hat sich nur ein einziges Kartoffelchen verirrt.

Während sich die Damen an die Diättipps der letzten Jahre erinnern, gehen Männer das
Problem der Luxusröllchen viel pragmatischer an - im schiffseigenen Fitnessstudio.

Obwohl sie die letzten 35 Jahre Sport nur passiv betrieben haben, sind sie nun sicher,
innerhalb eines Nachmittags fünf Kilo feinsten Körperspeck in knallharte Muskelmassen
verwandeln zu können.

Ihre ersten Worte an den Fitnesstrainer lauten dann gern:

„Ist das alles an Gewichten, was Ihr hier habt?“

Mit den vorhandenen Gewichten verfahren sie dann wie beim Einkauf in der Metzgerei:

Es darf immer gern eine Scheibe mehr sein. Und dann wird gezerrt und gerissen,
bis den Herren die Muskeln und dem Trainer die Augen brennen.

Danach zwängen sich die Adonisse ins Muskelshirt, ziehen die Sandalen an
und die weißen Socken drunter und fühlen sich wie Schwarzenegger
nach seiner Wahl zum Mr. Universum,

auch wenn sie beim Abendessen nicht mehr die Gabel hochkriegen.

Gern enden solche gewaltsamen Boy-Shapings auch im Hospital,
wo das neue Mitglied der Shippendales jetzt seinen Kreislauf wieder in Gang kriegen muss.

Und, meine Damen, wenn Sie Ihren Liebsten nun mit der Schnabeltasse füttern müssen,
weil ihm beim Trizeps-Training die 60-Kilo-Hantel auf die Kauleiste gerutscht ist,
verzichten Sie auf Low-Corb oder Trennkost.

Verwöhnen Sie ihn, denn er hat das alles nur für Sie getan!“

19.00 Uhr. Ich hole mir noch ein kleines Abendbrot vom Lidodeck (Minibrötchen, kl. Scheibe Schwarzbrot, Butter und Käse und ab in die Kabine.

Kultur der Maya - dieser Ausflug füllt leider aus – Routenänderung!

„Lernen Sie das Leben und die Traditionen der Maya kennen. Das indigene Volk stellte während seiner Blütezeit (ca. 600-900 n. Chr.) eine mächtige Hochkultur dar. Während andere alte Zivilisationen verschwanden, leben die Maya auf der Halbinsel Yucatán noch heute ihre Kultur und Sprache. Besuchen Sie das Mayadorf Limones, das mit den Überresten einer historischen Siedlung erbaut wurde. Erfahren Sie in einem Mayahaus mehr über das seit Generationen überlieferte Heilwissen. Auch lernen Sie die traditionelle Küche kennen und haben Gelegenheit, frisch zubereitete Spezialitäten zu kosten. *Quelle Phoenix*





Tag 76 - Montag, 5.03. Cienfuegos / Kuba - auf Reede - Abfahrt 17.00 Uhr
(Geplant/gebucht war: **Playa del Carmen/Mexiko – auf Reede –** Routenänderung!)

Gebuchter Ausflug, storniert (ursprünglich im Reiseführer erwähnt)

„Cienfuegos oder "La Perla del Sur", wie sie auch genannt wird, ist die sechstgrößte Stadt Kubas und Hauptstadt der gleichnamigen Provinz. Der historische Teil der Stadt wurde 2005 von der UNESCO zum Weltkulturerbe ernannt. Sie unternehmen vom Hafen aus zunächst eine Orientierungsfahrt, u.a. auch über den Paseo del Prado, der die Stadt teilt und sich bis zum Ende der Halbinsel streckt, und haben anschließend Gelegenheit für einen Spaziergang durch den Park Jose Marti. Sie sehen das traditionsreiche Tomás Terry Theater aus dem Erbe des venezolanischen Zuckerbarons, das 1890 im neoklassizistischen Stil erbaut wurde. Weiter besichtigen Sie den Palacio de Valle, eine ehemalige prunkvolle Residenz eines reichen kubanischen Kaufmanns. In den 1950er Jahren diente es als Casino des ehemaligen Diktators Fulgencio Batista, bevor es in ein Hotel gehobenen Standards umfunktioniert wurde.“

„Gebuchter Ausflug, storniert - Trinidad (ursprünglich im Reiseführer erwähnt)

Vom Hafen aus fahren Sie etwa eine Stunde nach Trinidad. Die Stadt wurde 1515 vom spanischen Eroberer Diego Velázquez unter dem damaligen Namen Villa de la Santísima Trinidad gegründet. Sie gilt als eine Stadt, in der die Zeit stehen geblieben zu sein scheint. Sie besitzt noch den Charme wie vor 40 Jahren und wurde 1988 von der UNESCO in die Liste des Weltkulturerbes aufgenommen. Sie begeben sich auf einen Rundgang durch die alten, mit Kopfsteinpflaster versehenen Straßen der Innenstadt. Nach einem kurzen Museumsbesuch kosten Sie in einer typisch kubanischen Bar eine Spezialität der Region: Ein kubanischer Rum mit Honig und Zitrone, der während der Kolonialzeit den Sklaven zur Stärkung für die harte Arbeit in den Zuckerrohrplantagen gereicht wurde. Ich hoffe, dass ich für den nächsten gebuchten Ausflug am 07.03.2018 wieder so einigermaßen fit bin.

Musik und Havannas

Das kulturelle Erbe Kubas ist so bunt und vielfältig wie seine Menschen und seine oft turbulente und stets faszinierende Vergangenheit. Aus spanischer Kolonialherrschaft, Sklaverei, Bürgerkriegen, Invasionen, Revolutionen und Wirtschaftsembargo ging das Land mit starkem eigenständigen Charakter hervor.

Die stolze Inselhauptstadt **Havanna** macht sich energisch daran,

ihre historischen Viertel zu renovieren und **Santiago de Cuba** und **Trinidad** blicken würdevoll auf ihre Entstehung im 16. Jh. zurück.

Das Innere der größten Karibikinsel (sie gehört zu den großen Antillen) ist von mehreren Gebirgszügen geprägt: das Tier- und Pflanzenreich **Sierra Maestro** im Südosten, die bis zu 2000 m ansteigt und der weniger hohen **Sierra del Escambray** mit Kaffeeplantagen an den Hängen und mehreren Seen im Zentrum.

In den westlichen Provinzen Artemisa und Pinar del Rio erheben sich die **Guaniguanico-Berge** sowie die **Sierra del Rosario** und die **Sierra de los Organos**.

Zwischen den Bergketten bestimmen weite Flächen mit Vieh und Zuckerrohrplantagen das Landschaftsbild.

Zur Inselflora gehören nicht weniger als 8.000 Arten.

An den feuchten Berghängen stehen dichte tropische Wälder, die wertvolles Nutzholz liefern und in höheren Lagen wachsen Kiefern und Eukalyptusbäume.

Am Auffallendsten unter den vielen Palmen ist Kubas **Nationalbaum, die Königspalme**.

Der Tourismus, der Zucker, der Austausch von technischem und medizinischem Fachpersonal und der Abbau von Nickel und Cobalt bilden die Haupteinnahmequelle des Landes, gefolgt von Tabak.

Kubanische Zigarren sind noch heute die begehrtesten der Welt. sie werden sehr gerne in die USA geschmuggelt.

Die gut 11.5 Mio. Menschen sind aufgeschlossen, freundlich und hilfsbereit.

Ihre Talente kommen in Kunst und Sport zur Geltung.

Musik und Tanz gehören zum Alltag und sind Lebenselixier.

Früher oder später lockern sich da auch die steifsten Besucher und lassen sich von der Lebensfreude anstecken.

Die durch Korallenriffe geschützte Küste ist von herrlichen Sandstränden gesäumt.

Wer jene im Nordosten aufsucht hat den Atlantik vor sich und blickt in Richtung der Bahamas.

Vor der südlichen Küste das Karibische Meer und Jamaika.

Im Osten ist Kuba durch die Windwardinseln Passage genannte **Meerenge von Haiti** getrennt.

Quelle: Phoenix

16.30 Uhr Lidodeck Auf Wiedersehen Kub:

Wir genießen die Abfahrt an Deck, die eine Stunde später stattfand, da noch Ausflugsteilnehmer von Havanna - starker Verkehr- unterwegs waren, und genießen einen Mojito für € 2.90!

Und ich genieße! Herrliches Wetter, kubanische Musik, nettes Gespräch und ein Mojito.

Seit langer „Enthaltbarkeit“ freue ich mich auf den Cocktail (nehme seit gestern keine Medikamente mehr).



Mal lesen, was die Autoren Marco Ströhlein und Michael Tasche in: Innenkabine mit Balkon
so zu dem Thema Alkohol schreiben:

Alkohol

„Mit Alkohol verhält es sich an Bord so wie mit dem Essen.

Er ist in rauen Mengen vorhanden.

Ein größeres Kreuzfahrtschiff verfügt über mindestens zehn Bars und ist damit,
was das Verhältnis zur Personenzahl betrifft, extrem gut aufgestellt.

Das bedeutet: Auf ca 210 Passagiere kommt eine Bar.

*(Bemerkung hierzu von mir: Auf der MS Albatros bei ca. 500 - 700 Passagieren gibt es fünf
Bars).*

Dieses Verhältnis lässt die Düsseldorfer Altstadt und El Arenal
wie ein gastronomieloses Naturschutzgebiet erscheinen.

Anlass zum Trinken gibt es praktisch immer.

Für den kleinen Absacker oder den großen Anstoßer
gibt es an Bord jede Menge Gelegenheiten,
die natürlich einzig und allein auf strengen Seefahrtsritualen beruhen
und nichts mit einem erhöhten Alkoholbedürfnis zu tun haben.

Wo denken Sie hin?

Zum alten Seemannsbrauch gehört unter anderem
das Anstoßen während der Überquerung des Atlantiks,
des Äquators und des Ärmelkanals,

während der Passage des Suez-, des Panama-,
des Nord-Ostseekanals sowie der Straße von Gibraltar und der Dardanellen.

Selbstverständlich gibt es auch vor und nach der Bezwingung des berühmten Kap Hoorn
einen ordentlichen Schluck.

Dazu kommt dann noch das Glas Sekt beim Ablegen,
der kleine Whisky ab Windstärke 7 und die fünf Bier am ersten Seetag.
Irgendwann sind es die meisten dann leid, sich irgendwelche scheinheiligen Gründe
auszudenken und werden beim Bestellen von zehn Gin Tonic an der Poolbar nicht einmal
mehr rot, bzw. noch röter, denn rot ist man am Pooldeck sowieso.

Wem zu viele Spaßgetränke auf den Magen schlagen,
der kann die Übelkeit immer noch als Seekrankheit tarnen.
Doch hier befinden sich gerade die Männer in einer Zwickmühle.

Beides ist gesellschaftlich gesehen eher peinlich
und kennzeichnet einen als Schattenparker oder Warmduscher.

Da hilft nur noch eins:

Die anderen so lange zum Mittrinken zu animieren,
bis der eigene Zustand nicht mehr so auffällt.

Auf eine echte Probe werden vor allem diejenigen gestellt,
die ihrer glorreichen Vergangenheit mit Herrn Jim Beam,
Doktor Kümmerling,

Fräulein Doornkaat oder der Familie Hopfen und Malz
vor Jahren ein rettendes Ende gesetzt haben.

Spätestens nach drei Tagen sind sie des Erklärens müde
und lassen sich heimlich das Tafelwasser in einer Champagnerflasche servieren.

Der Vorteil: Nach vier Flaschen auf Ex haben sie die Bewunderung all derer,
die die Reise hauptsächlich als Trainingslager für ihre Leber sehen.

Fällt leider der Routenänderung zum Opfer - Tulum, (ursprünglich im Reiseführer erwähnt)

„Busfahrt nach Tulum, der einzigen Mayastätte direkt am Meer. Besichtigung der
Ausgrabungsstätte mit ausführlichen Erklärungen. Es ist eine der faszinierendsten Maya
Ruinen, und als die Spanier Tulum 1518 zum ersten Mal sahen, war die Stätte so groß wie
Sevilla. Das Hauptgebäude ist ein Castillo in Form einer Pyramide und liegt 12 m hoch über
dem schneeweißen Sandstrand und dem türkisblauen Meer der Karibik.



Tag 77 - Dienstag, 06.03.208, Erholung auf See - Kurs Progreso / Mexiko

(Geplant und gebucht: Dienstag, 6.03. Einfahrt in die Bahia de la Habana
Havanna/Kuba)

Fällt wegen der Routenänderung aus!
Havanna Rundgang, ca. 3 Std. (ursprünglich im Reiseführer erwähnt)

„Ihr dreistündiger Rundgang führt Sie durch den historischen Kern der Hauptstadt Kubas, der 1982 zum UNESCO-Weltkulturerbe erklärt wurde. Über die Plaza de San Francisco de Asis mit Marmorbrunnen gelangen Sie zur Plaza Vieja, auf der im Verlauf der Geschichte Stierkämpfe, religiöse Prozessionen, zahlreiche Feierlichkeiten und sogar öffentliche Hinrichtungen stattfanden. Die umliegenden Gebäude sind Zeugen kolonialer Geschichte, deren Architektur auf das 17. bis 19. Jh. zurückreicht. Nächstes Ziel ist die Plaza de Armas, die einst militärischen Zeremonien diente. Sie besuchen den Palacio de los Capitanes Generales, der 176 Jahre lang Sitz der spanischen Gouverneure war und heute das Stadtmuseum von Havanna beherbergt. Zu bestaunen sind Möbel aus der Kolonialzeit sowie kubanische Flaggen und persönliche Gegenstände der kubanischen Helden aus dem Unabhängigkeitskrieg gegen die Spanier. Nach der Besichtigung passieren Sie das Hotel Ambos Mundos, Hemingways Domizil der 1930er Jahre, und gelangen zur Kathedrale von Havanna, Sitz des Erzbischofs.“



Aber durch die Routenänderung - Erholung auf See

Ich fühle mich fit und freue mich darauf, meinen Tag sportlich zu beginnen.

6.00 Uhr Pool - kurz vor 6.00 Uhr schwimmen schon zwei sportliche Gestalten.

Freudig werde ich begrüßt: „3 Wochen war sie krank, jetzt schwimmt sie wieder - Gott sei Dank!“

Was für eine schöne Begrüßung.

Während des Schwimmens unterhalten wir uns über die Umgangsformen an Bord. Die Schweizerin berichtet über die mangelnde „Kinderstube“ und nennt es „abweichendes Verhalten“ und mein Mitschwimmer meint nur, dass ihm manchmal das Messer in der Hose aufklappt. Ich berichte, dass ich gestern Abend bei der Crewshow ein Ehepaar begrüßt habe und er aufstand, um mich zu begrüßen. So etwas gibt es noch!

Aber so etwas scheint an Bord eine Ausnahme zu sein.

6.30 Uhr Whirlpool - herrlich - ich kann es nicht beschreiben! Sitze im Whirlpool mitten auf dem Atlantik, die Sonne geht auf! Mir fehlen die Worte.

Anschließend noch kurz in die Sauna zum Haarewaschen und Aufwärmen.

7.30 Uhr Frühstück Early Bird und anschließend 8.00 Uhr Frühstücksbuffet
und was ich da erfahre, haut mich um.

Gestern ist Helmut gestorben - 72 Jahre. Ich habe ihm oft gegenüber gesessen auf dem Lidodeck und 2015/2016 auf der Weltreise schon kennengelernt. Damals war er frisch verliebt in eine Wiener Mitreisende.

Er wirkte in letzter Zeit oft sehr mitgenommen, aber wer ist das nicht nach einer Viruserkrankung. Die Mutter der Künstlerin Katharina hat ihn abends von der Bar noch in seine Kabine gebracht und da ist er dann in der Nacht gestorben.

Auch von weiteren Mitreisenden wurde gesprochen, die morgen krankheitshalber das Schiff verlassen müssen, weil die Schiffsärztin die Verantwortung- Atlantiküberquerung - nicht übernehmen kann.

9.00 Uhr Pazifik Lounge „Leben braucht Wasser“ - Lebensdurst und Lebensquellen
Ökumenischer Abschiedsgottesdienst.

10.05 Uhr Atlantik Lounge Vortrag: Tempel und Pyramiden im Urwaldgrün
Lektor Georg Hahn berichtete über Mexiko und seine Kulturen

11.30 Uhr Lidodeck Bayerischer Frühschoppen

Wir schunkeln und tanzen zur Musik, feiern in Dirndl, Lederhos'n oder in Weiß-Blau.

Zur Erfrischung bekommen wir von 11.30 - 12.30 Freibier.

Die Seekarte dieser Reise wird verlost!

Ich sitze neben einem Kreuzfahrer, der immer neben Helmut am Tisch gesessen hatte.

Das Leben geht weiter. Fragen tauchen auf. Wollte er sterben? Hier auf dem Schiff? Eine



Seekarte

13.00 Uhr Mittagessen - Weißwurst, Sauerkraut
14.00 Uhr Kabine - Schreibearbeit
15.00 Uhr Harry's Bar - Gästechor-Generalprobe
Alles bestens gelaufen, da kann doch heute Abend nichts mehr schiefgehen!?
Tolle Besetzung: 8 Frauen und 14 Männer!
15.30 Uhr Kopernikus Bar - Schreibearbeit
18.30 Uhr Abschieds-Cocktail für die Abreisenden
21.15 Uhr Atlantik Lounge „What a Wonderful World“. Die große Abschiedsgala

Unser Auftritt!

22.30 Uhr Harry's Bar - **Der MS Albatros Chor** präsentiert seine stimmungswaltigen Lieder, die während der Reise mit Chorleiter Heiko einstudiert wurden!

Außer den oben aufgeführten Aktionen gibt es noch viele Alternativen wie:

14.00 Uhr Bordkino - ein Reisetagebuch entsteht

15.00 Uhr Sitzgymnastik

15.00 - 21.15 Uhr - im Foyer vor dem Restaurant Möwe Deck 6

Kunst auf der Albatros. Jutta Votteler: Impressionen von der Schönheit der Natur.

Eine Zusammenstellung von Farbradierungen der in Berlin tätigen Künstlerin, arrangiert von Galeristin Christine Hahn.

15.30 Uhr Siegerehrung der Turnierteilnehmer

15.45 Uhr Stretching

16.00 Uhr Wiener Kaffeehaus

16.45 Uhr Abschieds-Bingo

Gestern Morgen – Morgenwecker!

Fünf Dinge über das Glück von Dr. Eckart von Hirschhausen

Fünf Dinge über das Glück, die sie nie wissen wollten, aber eigentlich schon wissen

„Menschen sind gerne unglücklich.

Davon kann jeder Arzt berichten: Hypochonder zum Beispiel.

Denen geht es nicht gut, wenn es Ihnen gut geht.

Masochisten tut es weh, wenn der Schmerz nachlässt.

Singles fehlt der Partner. Wozu? Na, zum Glück!

Offenbar lieben wir Schmerz, der nachlässt, mehr als neutrale Gefühle. Das erklärt auch, warum Frauen so gerne Schuhe kaufen, die einen Tick zu eng sind, für den kontrollierbaren Glücksmoment am Abend, wenn der Schmerz nachlässt.

Wir sind nicht auf der Erde, um glücklich zu sein.

Das Ziel der Evolution war immer: Überleben.

Wenn Sie diesen Text hier lesen, hat ihr Hirn seinen Job gemacht.

Glücksmomente sollen uns antreiben, unsere Überlebenschancen zu verbessern.

Deshalb macht Essen Spaß. Deshalb macht es auch Spaß, etwas dazulernen.

Aber auf Dauer glücklich? Nein - das wäre der Tod!

Die Urmenschen, die nach Mammuststeak und Orgie glücklich über die Wiese liefen, hat der Säbelzahn tiger gefressen. Von denen stammen wir nicht ab.

Wir überleben, weil Glück vorbei geht und wir weiter dazu lernen.

Kein Mensch ist dazu verdammt, **dauerhaft glücklich zu sein.** Das ist eine frohe Botschaft.

Shit happens

Mal bist du die Taube, mal bist du das Denkmal. Glück kommt und geht. Unglück auch. Aber im Unglück denken wir automatisch: Das bleibt jetzt für immer so. Eine der schönsten Nachrichten aus der Trauma-Forschung ist, dass über 80% der Menschen, die Schicksalsschläge erleben, gut damit klarkommen. Es braucht eine Zeit, aber auch ohne therapeutische Intervention sind sie zwei Jahre später nicht dauerhaft beeinträchtigt. Oft sogar noch gestärkt aus der überwundenen Krise.

Go for Bronze!

Wer ist ihrer Meinung nach glücklicher, Silber oder Bronze-Medaillien-Gewinner?

RICHTIG. Bronze gewinnt! Glückstechnisch.

Nicht das Ergebnis macht uns glücklich oder unglücklich. es ist die Bewertung -

vor allem die Frage: Mit wem vergleiche ich mich? Mit wem vergleicht sich Silber?

Er schielt nach oben und flucht: „Drei Hundertstel und du hättest Gold!“

Bronze denkt: „Drei Hundertstel und du hättest gar keine Medaille!“

Bronze ist glücklich, denn er weiß: Richtig doof ist VIERTER sein.

Wenn du wirklich was für dich tun willst, tu was für andere.

Wir können uns nicht selbst kitzeln. Denn bevor sich meine Finger an meiner Seite bewegen, ist mein Hirn vorgewarnt.

Es fehlt einfach die Überraschung.

Glück kann man sogar verschenken, ohne es selbst vorher gehabt zu haben! Und das ist nicht nur für Schwaben etwas sehr attraktives.

Glück ist ansteckend. Und jemanden anderen glücklich zu machen und glücklich zu sehen, bringt dir viel mehr als deinen eigenen Bauch zu pinseln.

Dafür haben wir sogar eigene Nervenzellen im Kopf, die Spiegelneuronen.

Lachen steckt an, also umgib dich mit lebensfrohen Leuten.

Lache - und die Welt lacht mit dir. Schnarche und du schläfst allein!“

Hier an Bord ist Aufbruchstimmung. Der 4. Abschnitt der Reise - von Peru nach Kuba - geht zu Ende. Die Koffer sind gepackt. Umarmungen - Lebewohl!

Für mich brechen morgen die letzten 23 Tage meiner 100tägigen Reise an.

Luthers Abendsegens überreicht vom Bordpfarrer

Ich danke dir mein himmlischer Vater,

durch Jesus Christus, deinen lieben Sohn,

dass du mich diesen Tag gnädiglich behütet hast,

Und bitte dich,

du wolltest mir vergeben alle meine Sünde, wo ich Unrecht getan habe

und mich diese Nacht auch gnädiglich behüten.

Denn ich befehle mich, meinen Leib und Seele und alles in deine Hände.

Dein heiliger Engel sei mit mir, dass der böse Feind keine Macht an mir finde.