

NETFLIX

Disney+

HBO  
max

prime video

CANAL+

NR INDEKSU 379236

PROGRAM TV NR 39/21.09.2026  
26.09-2.10.2026

4,79 zł (w tym 8% VAT)

## to&amp;owo TV

SPORT NA ŻYWO

PIŁKA NOŻNA

LIGA NARODÓW:  
SZWECJA - POLSKA

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN

FINAŁ MISTRZOSTW EUROPY

TENIS

TURNIEJ WTA W PEKINIE

PIŁKA NOŻNA: LN

ANGLIA - HISZPANIA

KALENDARZ KIBICA  
I INNE SPORTOWE  
WYDARZENIA  
TYGODNIA

» s. 14-16

PONAD  
**150**  
OPISÓW FILMÓW  
NA CAŁY  
TYDZIEŃ!

WYWIAD TO&amp;OWO TV

**ROBERT  
MOTYKA**PRZYCHODZĄ DO NAS  
BARWNI LUDZIE.  
MAJĄ SVOJE HISTORIE  
I MARZĄ O PRZYGODZIE  
IDŹ NA CAŁOŚĆ s. 4NA WSCHÓD  
OD EDENUNETFLIX  
DISNEY+  
HBO MAX  
I JESZCZE  
WIĘCEJ s. 18

ZMORA



TOY STORY 5

**NIE DA SIĘ  
ODERWAĆ OD TV!**

TASKMASTER



MASTERCHEF



OJCIEC MATEUSZ

TWOJA TWARZ  
BRZMI ZNAJOMO

PO POWODZI 2

Numer  
w sprzedaży  
od 27.09.2026

eprasa.pl 376976a8ff

# Możesz ćwiczyć we własnym domu!

REKLAMA  
ZAMÓW!  
ZA 169 zł.

Oto sposób na codzienną porcję ruchu bez wstawania z fotela

Chcesz ruszać się więcej, ale nie przepadasz za gimnastyką?  
Nie masz miejsca na profesjonalny sprzęt do ćwiczeń?

**ROTOR TRENINGOWY** pomoże Ci zadbać o codzienną aktywność fizyczną! Możesz postawić go na podłodze lub stole i ćwiczyć podczas oglądania telewizji oraz czytania gazety. Nawet nie zauważysz, że wykonujesz trening!

## Kompaktowy rotor do codziennych ćwiczeń

To świetny wybór dla osób, które chcą ćwiczyć wygodnie i na własnych zasadach. Urządzenie pozwala ćwiczyć zarówno nogi, jak i ręce, więc jeden mały sprzęt daje podwójną korzyść i pozwala urozmaicić treningi. Ćwiczenia możesz wykonywać **na siedząco**: bez pośpiechu i bez wychodzenia z domu. Co więcej, możesz przy tym **oglądać telewizję, czytać, słuchać radia czy rozmawiać**. Taki ruch naturalnie wpisuje się w codzienną rutynę!

Rotor jest **lekki, kompaktowy i poręczny** – po ćwiczeniach możesz schować go do szafy albo wsunąć pod łóżko. Dzięki **antypoślizgowym stopkom** stabilnie stoi na podłodze lub stole. Sprawia, że zadbasz o siebie na co dzień – bez skomplikowanego sprzętu, bez hałasu i bez rewolucji w domu.

**Domowy rotor treningowy powstał z myślą o osobach, które chcą:**

- 👉 Zachować sprawność
- 👉 Cieszyć się większą swobodą ruchu
- 👉 Ćwiczyć łatwo i bezpiecznie w domu



### ĆWICZENIA BEZ WYSIŁKU

#### DZIĘKI ĆWICZENIOM NA ROTORZE:

- ▶ wzmocnisz nogi
- ▶ każdy Twój krok stanie się pewniejszy
- ▶ zwiększysz siłę rąk i swoją niezależność



### DZIENNIE WYSTARCZY

## DOMOWY ROTOR TRENINGOWY

- ✓ Do ćwiczeń rąk i nóg
- ✓ Regulacja oporu – wbudowane pokrętko pozwala dostosować intensywność treningu
- ✓ Kompaktowa konstrukcja – lekka, niewielka rama ułatwiająca przechowywanie
- ✓ Wyposażony w antypoślizgowe nakładki i paski zabezpieczające



Nakładki i pedały antypoślizgowe



Regulacja obciążenia

## SPRAW SOBIE ROTOR - ĆWICZ Z PRZYJEMNOŚCIĄ!

Zadzwoń teraz, aby otrzymać nowy rotor treningowy za 169 zł!

Oferta obowiązuje wyłącznie do wyczerpania zapasów.



42 300 35 30

Pon.-pt. 8:00-20:00, sob. i niedz. 9:00-20:00;  
Standardowy koszt połączenia telefonicznego  
dla danego operatora.

Szczegóły oraz informacje dotyczące zwrotów i reklamacji dostępne są pod adresem sprzedawcy: Nargo Invest Sp. z o.o., ul. Żołnierzy i Armii Wojska Polskiego 10/B6, 81-383 Gdynia, +48 538448631, contactpl@globadvice.info. Regulamin: <https://customers-statute.com/statute/pl/>.

# WSZYSTKO SIĘ UŁOŻY

**O**tym, że program „Lego Masters” przeszedł z TVN do Polsatu, wiadomo już od kilku tygodni. Ciągłe jednak pojawiają się nowe informacje na temat odświeżonej wersji show. Powstać mają cztery odcinki, które premierowo obejrzymy już w listopadzie. Podobnie jak w poprzednich dwóch edycjach uczestnicy w każdym odcinku odwiedzą inne polskie miasto, a swoje konkursowe konstrukcje układać będą w różnych nietypowych lokalizacjach. Największe zainteresowanie budzi jednak tożsamość nowego gospodarza programu. Plotka niesie, że ma nim zostać Maciej Zakościelny! Jak aktor sprawdzi się w nowej roli?

JK



## DOCZEKALIŚMY SIĘ

**LALKA** wreszcie w kinach! My na seans możemy wybrać się najwcześniej w środę 30 września, ale już 28 września obejrzymy relację z uroczystej premiery (godz. 18.55 w TVN). Choć pozostało do niej zaledwie kilka dni, reżyser Maciej Kawalski wraz z ekipą nadal pracują nad ostateczną wersją. – Chcieliśmy stworzyć film dla kin. Połączyć najwyższej jakości rozrywkę, rozmach z fabułą najważniejszej polskiej powieści – mówią twórcy. W każdym ujęciu czekają więc na nas plejada gwiazd, piękne scenografie i kostiumy... a w tym wszystkim i tak najważniejsza jest ponadczasowa historia o miłości i podziałach klasowych.

JK

## BYĆ JAK DETEKTYW

**PRZEMYSŁAW BLUSZCZ** będzie gościem programu „Tamte lata, tamte dni” (SO, 26.09, godz. 16.35, TVP Kultura). Aktor opowie o swoim dzieciństwie, przeżyciach, które go ukształtowały, i o tym, jak jego prywatne historie zamieniają się w role, które poruszają widzów. Aktor często wciela się w czarne charaktery, ale nie ma z tym problemu. Grał m.in. gestapowca sadystę w „Czasie honoru”, ale i ojca, którego córka trafiła do sekty, w „Niebo. Rok w piekle”. Kiedyś wyznał, że zawsze chciał być jak detektyw Philip Marlowe z kryminałów Chandlera – z jego kodeksem, poczuciem humoru, podejściem do przyjaźni, lojalnością. Czego teraz dowiemy się o nim?

MP



## LWY CZEKAJĄ

**W GDYNI** już 21 września rozpocznie się 51. Festiwal Polskich Filmów Fabularnych. Przez pięć dni jego uczestnicy będą mieli okazję obejrzyć ponad sto produkcji. Najwięcej emocji budzi jak zawsze konkurs główny, którego zwycięzca zostanie ogłoszony podczas finałowej gali w sobotę 26 września. Już teraz wiemy zaś, że w tym roku Platynowe Lwy za całokształt twórczości otrzyma pani Halina Prugar-Ketling (zdj.), której zawdzięczamy m.in. montaż do filmów „Nóż w wodzie”, „Ziemia obiecana” i „Człowiek z żelaza” czy serialu „Polskie drogi”. Galę wręczenia nagród obejrzymy na żywo w TVP 1 (26.09, godz. 21.25).

JK



## TRYUMFATORZY

**NAGRODY EMMY** rozdane. „Wdowia zataka” (do obejrzenia w Apple TV) zgarnęła aż czternaście statuetek, w tym dla najlepszego serialu komediowego. Doceniono też odtwórcę głównej roli, Matthew Rhysa, reżysera Hiro Murai oraz scenarzystkę Katie Dippold (wszyscy troje na zdj.). Emmy dla najlepszego serialu dramatycznego i najlepszej serialowej antologii powędrowały kolejno do „The Pitt” (HBO Max) oraz „Chętnych na seks” (HBO Max, Prime Video). Wśród wyróżnionych produkcji znalazły się też „Kulawe konie” i „Jedyna” (oba z Apple TV), „Hacks” (HBO Max) czy „Dyplomata” (Netflix).

JK



# JESTEM JAK DIABEŁ TASMAŃSKI

→ Zygmunta Chajzera wnosi do programu spokój i doświadczenie, a on – odrobinę szaleństwa.  
– Rozumiemy się w pół słowa – mówi Robert Motyka.

**W**spółzałożyciel kabaretu Paraniennormalni, autor skeczów, reżyser i prezenter, a od trzech sezonów prowadzący teleturniej „Idź na całość”.

Przynajmniej, że w tym programie trudno zachować chłodną głowę.

**Mecze piłkarskie potrafią trzymać w napięciu do ostatnich sekund.**

**W „Idź na całość” też do końca nie wiadomo, kto wygra...**

W sporcie wciągające jest właśnie to, że niczego nie można być pewnym. Mamy swoich faworytów, wydaje nam się, że wszystko jest już rozstrzygnięte, ale jeden moment potrafi odmienić sytuację i emocje skaczą pod sufit. Drużyna, która przegrywa, podnosi się i w końcówce przechyla szalę zwycięstwa na swoją stronę. Dlatego oglądamy mecz do ostatniego gwizdka. Podobnie jest w programie, który prowadzimy z Zygmuntem. Do końca nie wiadomo, z czym uczestnik wróci do domu.

**Najwięcej emocji przynosi wielki finał.**

Trafia do niego osoba, która w odcinku zgromadziła nagrody o największej wartości. Musi wtedy zdecydować: zachować to, co wygrała, czy zaryzykować i – być może – wrócić do domu z niczym. To najtrudniejszy moment. Ktoś cieszy się z nagród, a po chwili może je stracić. Dlatego finały budzą podobne emocje jak mecze o najwyższą stawkę. Ogromnie się cieszę, kiedy marzenie gracza się spełnia.

**Przypominam sobie, jak jedna z uczestniczek zaryzykowała z nagród o sporej wartości, a w finale, niestety, wylosowała Zonka.**

Moja wrażliwość tu jednocześnie pomaga i przeszkadza. Lubię ludzi i chcę być blisko ich emocji, ale czasem wkrada się w to pewien brak profesjonalizmu, bo bardzo mi się te emocje udziela. Kiedy uczestniczka zaczyna płakać, co robię? Też płaczę.

**Program zniknął z anteny w 2001 roku, ale powrócił po blisko**

→ WYWIAD

## SWOJE MEDALE

przekazuje pacjentom onkologicznym.  
– Nie biegam dla wyniku. Chodzi o przeżywanie każdego maratonu – mówi.

**IDŹ NA CAŁOŚĆ (2025-2026)** – Kiedy mówimy sobie coś miłego, wiemy, że to szczerze – opowiada o relacji z Zygmuntem Chajzerem.



## ZAWSZE Z UŚMIECHEM

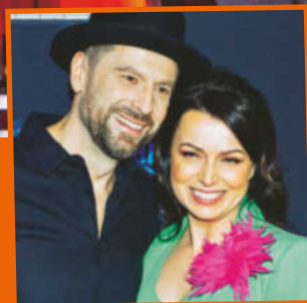
**MAŁY GRAND HOTEL (2019)**  
Barman Karol pracuje w zacisznym, tajemniczym hotelu na prowincji w Polsce. Na zdj. z Kingą Preis.



**PARANIENORMALNI (2004-2026)** Wciąż ma pomysły na świetne skecze. Na zdj. z Jarosławem Pająkiem.

**KABARET. SUPER SHOW DWÓJKI (2021)** Stworzyli z Bartoszem Gajdą duet reprezentujący Paraniennormalnych i Łowców.B.

**LOL: KTO SIĘ ŚMIEJE OSTATNI (2023)** Wystąpił w pierwszej edycji programu. Na zdjęciu z Katarzyną Pakosińską.



### 25 latach. Jak się Pan czuł, dołączając do tak kultowego tytułu?

Byłem skrupowany. Choć od lat występuję z kabaretem i mam kontakt z publicznością, ten format był dla mnie czymś nowym. Pierwsze nagrania przypominały skok do zimnej wody – byłem mocno rozedrgany i musiałem się wiele nauczyć. Na szczęście trafiłem na Zygmunta, który okazał się świetnym partnerem. Chętnie dzielił się doświadczeniem. Gdy miałem jakiś dylemat, odpowiadał spokojnie: – Nauczysz się. I rzeczywiście, z każdym odcinkiem czułem się coraz swobodniej. Pomogła też fantastyczna ekipa. Wszyscy gramy do jednej bramki, dlatego nawet podczas 12-godzinnych nagrań udaje nam się zachować dobrą atmosferę. Ja zresztą cały czas się wygłupiam i nie pozwalam publiczności nudzić się także między gramy.

### Jak Pan ocenia Wasz duet?

Uzupełniamy się. Zygmuntem zna ten format od podszewki. Wnosi spokój, świetnie wyczuwa sytuację, ma fantastyczny kontakt z uczestnikami i potrafi jasno tłumaczyć zasady. A potem pojawia się ja – diabeł tasmański, który przestawia klocki i wprowadza trochę zamieszania. Czasem podkradam coś z jego spokoju, a on przejmuję trochę mojej energii. Potrafi nagle wyjść w sombrero i zatańczyć. Ja dla odmiany wcielam się w niego i mówię: – Witam serdecznie w kolejnej grze. Rozumiemy się w pół słowa. Jak to się mówi w naszej branży – kliknęło od początku.

### Chemia między Wami działa poza planem?

Kiedy mówimy sobie coś miłego, wiemy, że to szczere. Ważne, żeby prowadzący się lubili, bo sympatia i wzajemne zrozumienie przekładają się na energię przed kamerą. Podziwiam Zygmunta, a jedną z rzeczy, które nas łączą, jest sport – choć u nie-

go na pierwszym miejscu jest siatkówka. Pamiętam naszą rozmowę o maratonie. – Słuchaj, kiedy po 42 kilometrach i 195 metrach przekroczysz metę, poczujesz coś niezwykłego. Potem się spotkamy i powiesz mi, co to było – poprosił. Pierwszy maraton przebiegłem w 2011 roku. Wtedy zrozumiałem, co miał na myśli. Po przekroczeniu mety poczułem się jak dwudziestolatek, który może wszystko – nawet polecieć w kosmos. Od tamtej pory biegam, a zdobyte medale przekazuję pacjentom onkologicznym. Nie zależy mi jednak na wynikach. Liczą się emocje, atmosfera maratonu i odkrywanie niezwykłych miejsc. Jedno ze swoich marzeń już spełniłem – ukończyłem maraton w Nowym Jorku.

### Dzisiaj czeka Pana wiele godzin pracy na planie. Jak Pan to odciąża?

Gdy jednego dnia realizujemy trzy odcinki, zaczynamy wcześniej rano, a kończymy późnym wieczorem, czasem nawet



**RZECZY, KTÓRYCH NIE NAUCZYŁ MNIE OJCIEC (2022)** Z tatą Tadeuszem wrócił do rodzinnej Sieniawy Żarskiej.

w nocy. W drodze do domu wciąż działa adrenalina, więc myślę: „Może wskoczę jeszcze na rower”. Wystarczy jednak, że usiądę na kanapie i zacznę opowiadać żonie: „Słuchaj, nagraliśmy trzy odcinki...”. Zanim skończę zdanie, już wiem, że kanapa mnie nie wypuści. Zwłaszcza gdy następnego ranka znów trzeba jechać na plan. Wtedy rower przekładam na pojutrze. Staram się jednak regularnie ruszać. Bieganie i jazda na rowerze pozwalają mi odzyskać równowagę.

### Rozpoczął się 3. sezon. Co nas czeka?

Pojawiło się sporo nowych gier. Musieliśmy poznać ich zasady i zobaczyć, jak sprawdzają się na żywo. Na szczęście wszystko świetnie działa. Każdy odcinek ma jednak własną energię, a to za sprawą widzów. Przychodzą do nas barwni ludzie. Mają swoje historie i marzą o przygodzie. Dlatego zawsze czuję się tak, jakbyśmy zaczęli od początku. Często spotykam później uczestników programu. Niedawno po występie kabaretu podeszła do mnie pani i zapytała: – Poznaje mnie pan? Wygrałam u pana samochód w finale! Odpowiedziałem: – Nie u mnie, tylko w „Idź na całość”. A ona na to: – No właśnie! Przyjechalśmy tym samochodem. Możemy zrobić sobie zdjęcie? Takie chwile są niezwykle miłe. Mamy więc nowe gry i tę samą, a może nawet jeszcze większą energię. No i my, piękni i młodzi, nie zamierzamy się zatrzymywać! Żartujemy z Zygmuntem, że w latach 90. program oglądało nawet dziesięć milionów widzów. Będziemy go więc robić tak długo, aż przebijemy ten wynik.

**Rozmawiał Maciej Misiorny**

→ IDŹ NA CAŁOŚĆ ND 27.09  
godz. 16.05 TTV

**sobota**
**niedziela**
**poniedziałek**
**SENSACJA**

**HIT**
**Top Gun: Maverick**

**GODZ. 20.00 TVN FABUŁA** Sequel kinowego hitu lat 80. z pamiętną rolą Toma Cruise'a. Pete „Maverick” Mitchell zostaje wezwany do legendarnej szkoły. Musi przygotować nowe pokolenie pilotów do niezwykle trudnej misji.


**Świat w płomieniach**

**GODZ. 21.00 SUPER POLSAT** Teryści przejmują kontrolę nad Białym Domem. John Cale ze Straży Kapitolu stawia czoło przestępcom. Stawką jest życie córki. Za kamerą stanął ekspert od superprodukcji katastroficznych, twórca „2012”.


**Przemytnik**

**GODZ. 22.20 TVN FABUŁA** Bankrutujący senior zostaje kurierem narkotykowym. Clint Eastwood, laureat czterech Oscarów, stanął po obu stronach kamery.

**KOMEDIA**

**HIT**
**Cwaniaki z Hollywood**

**GODZ. 22.30 TVP KOBIEȚA** Zadłużony u gangsterów filmowiec robi wszystko, aby aktor zginął na planie. Liczy na pieniądze z polisy. Imponującą obsadę tworzą wielcy weterani kina – Robert De Niro, Tommy Lee Jones i Morgan Freeman.


**Ludzie, których nie cierpimy na weselach**

**GODZ. 22.55 TVP 2** Amerykańska rodzina udaje się do Londynu na ślub krewnej. Wychodzą na jaw różnice charakterów i konsekwencje wychowania w odmiennym środowisku.


**Powodzenia, Leo Grande!**

**GODZ. 20.00 FILMBOX+ HITS** Wdowa wynajmuje 20-latkę, by pomógł spełnić jej najszybsze fantazje. Nominacja do Złotego Globu dla Emmy Thompson.

**DRAMAT**

**Nie ma duchów w mieszkaniu na Dobrej**

**GODZ. 21.00 C+ PREMIUM** Obspany nagrodami debiut reżyserski Emi Buchwald. Opowieść o wkraczającym w dorosłość rodzeństwie stanowi interesujący portret młodego pokolenia.


**Erin Brockovich**

**GODZ. 22.40 POLSAT** Sekretarka z kancelarii prawniczej demaskuje firmę, której działalność przyczynia się do poważnych chorób u ludzi. Ważny rozdział historii amerykańskiego sądownictwa. Krecję Julii Roberts wyróżniono Oscarem.


**Helikopter w ogniu**

**GODZ. 22.55 FX** Akcja amerykańskich oddziałów specjalnych w Somalii zamienia się w krwawą bitwę. Ekranizacja książki Marka Bowdena. Dwa Oscary.

**SF/FANTASY**

**Reminiscencja**

**GODZ. 22.15 METRO** Pełnometrażowy debiut reżyserski Lisy Joy, współtwórczyni serialowego hitu „Westworld”. Hugh Jackman wciela się w mieszkańca postapokaliptycznego Miami. Po zaginięciu kochanki odkrywa złowrogi spisek.


**Meg**

**GODZ. 20.00 TVN 7** Łódź podwodna zostaje zaatakowana przez prehistoryczną bestię. Naszpikowane efektami specjalnymi spotkanie z legendarnym megalodonom, któremu czoła stawia nieustraszony nurek – w tej roli Jason Statham.


**Supergirl**

**GODZ. 22.25 HBO** Perypetie bohaterki komiksowego uniwersum DC. Kara Zor-El, kuzynka Supermana, pomaga Ruthie zemścić się na zabójcy jej ojca, Kremie.

wtorek



### Mission: Impossible – Rogue Nation

**GODZ. 20.00 PARAMOUNT NETWORK** Tom Cruise po raz piąty w roli Hunta. Stawia czoło terrorystom realizującym zbrodniczy plan.

środa



### Misery

**GODZ. 22.20 TVP HD** Psychopatyczna fanka znęca się nad pisarzem, by zmienić losy książkowych postaci. Adaptacja prozy Stephen Kinga. Oscar dla Kathy Bates.

czwartek



### Paranoja

**GODZ. 22.20 TVP HD** Pracownik branży technologicznej zostaje wpłątany w rywalizację korporacji. Za kamerą Robert Luketic, twórca „Legalnej blondynki”.

piątek



### Podejrzana

**GODZ. 20.05 TVP KULTURA** Detektyw Jang Hae-joon ulega fascynacji wdową, która może być zamieszana w zbrodnię. Złota Palma w Cannes za reżyserię.



### Gorący towar

**GODZ. 21.00 POLSAT FILM** Służbistka z FBI i przebojowa policjantka muszą zjednoczyć siły w jednej akcji. Zgrany duet tworzą Sandra Bullock i Melissa McCarthy.



### 7 uczuć

**GODZ. 20.00 KINO POLSKA** Dziewiąta odsłona perypetii Adasia Miauczyńskiego. Powraca on do czasów dzieciństwa, wspomina kolegów, nauczycieli i rodziców.



### Magic Mike: Ostatni taniec

**GODZ. 20.00 TVN FABUŁA** Trzecia odsłona perypetii striptizera. 40-letni tancerz porzucił karierę w branży. Milionerka składa mu propozycję nie do odrzucenia.



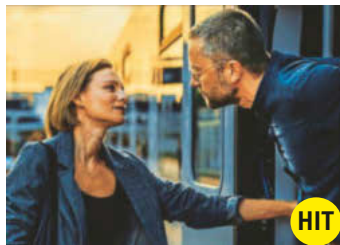
### Czarna owca

**GODZ. 20.00 TVN FABUŁA** Członkowie rodziny Gruzów stają na życiowym rozdrożu. Los każdego poddaje innej próbie. Połączenie humoru i gorzkich obserwacji.



### Błąd

**GODZ. 20.00 C+ PREMIUM** Trzymające w napięciu losy lekarki, która walczy o prawdę i swoją zawodową przyszłość. Na pierwszym planie Elizabeth Banks.



### Różyczka 2

**GODZ. 20.00 TVP KULTURA** Europosłanka odkrywa rodzinny sekret. Wikła się w rozgrywkę, w której ważną rolę odegra m.in. szukający odkupienia esbek.



### Aviator

**GODZ. 20.00 PARAMOUNT NETWORK** Uehonorowana pięcioma Oscarami historia burzliwego życia Howarda Hughesa. W miliardera wcieli się Leonardo DiCaprio.



### Matki równoległe

**GODZ. 22.30 TVP KOBIETA** Na porodowce splatają się losy kobiet z różnych światów, które czeka samotne rodzicielstwo. Nominacja do Oscara dla Penélope Cruz.



### Wielki mur

**GODZ. 22.50 POLSAT** Łucznik William dołącza do armii, która się mierzy z krwiożerczymi monstrami. Spektakularne dzieło Yimou Zhanga, twórcy „Hero”.



### Hellboy

**GODZ. 20.00 PARAMOUNT NETWORK** Sprowadzony przez nazistów demon staje się sojusznikiem aliantów. Na motywach komiksu Mike’a Mignoli.



### Kraven łowca

**GODZ. 23.45 POLSAT FILM** Losy komikсового antybohatera – jednego z antagonistów Spider-Mana. Wykorzystuje on swoją nadludzką moc do walki z porywaczem brata.



### Dredd

**GODZ. 22.20 PARAMOUNT NETWORK** Egzekutor wpada w pułapkę zastawioną przez gangsterów. Adaptacja komiksu „2000 AD” i remake filmu z 1995 roku.

**ŚLEDZTWA  
W SANDOMIERZU,**  
Krakowie  
i na wrzosowiskach,  
kolejny rozdział  
romansu  
z kryminałem w tle  
oraz spotkanie  
z Chyłką.

SERIALE  
→

NOWY SEZON

Jo nie będzie  
dane w spokoju  
cieszyć się urokami  
macierzyństwa.



## PO POWODZI

**KRYMINALNY** Od wydarzeń z poprzedniego sezonu minął rok. Córeczka Jo i Pata (Sophie Rundle, Matt Stokoe) obchodzi właśnie pierwsze urodziny. Trudno jednak skupić się na świętowaniu, gdy na pobliskich wrzosowiskach co chwila odkrywają się kolejne zwłoki, a w okolicy szaleją pożary... Młodym rodzicom spokoju nie daje też sprawa Mackiego (Nicholas Gleaves), który nadal wymyka się sprawiedliwości. Mają nadzieję, że prywatne śledztwo pomoże im znaleźć przeciwko niemu niepodważalne dowody. Swoje dochodzenie muszą ukrywać nie tylko przed przełożonym, ale i przed Molly, u której mieszka teraz Jo. **JK**

Czy mordercą  
może być jeden  
z miejscowych  
rolników?

Znajomości Molly  
(Lorraine Ashbourne)  
okażą się kluczowe  
podczas śledztwa  
w sprawie morderstw.

→ **PO POWODZI 2 PT 2.10 godz. 21.00**  
**BBC FIRST**

Anna Potaczek wie, że  
każdy szczegół może  
okazać się ważny.

## DETEKTYWI

**KRYMINALNY** Większość mieszkańców bloku woli nie interesować się kobietą, która znalazła schronienie w ich piwnicy. Tylko pewna nastolatka dostrzegła w niej osobę potrzebującą pomocy. Gdy staje się świadkiem napaści na bezdomną i jej porwania, natychmiast zgłasza się do Anny Potaczek i Katarzyny Kowalik. Początkowo jedyny trop wydaje się mało znaczący – to wizytówka ortodon-

ty znaleziona w rzeczach zaginionej. W klinice detektywki odkrywają jednak coś zaskakującego: lekarz nie jest dla poszukiwanej przypadkowym człowiekiem, lecz... jej mężem. Dlaczego więc kobieta mieszkała w piwnicy, a on stanowczo zapewnia, że nic go z nią nie łączy? **MAM**

→ **DETEKTYWI PO 28.09**  
**godz. 17.55 TVN**

## CHYŁKA – KASACJA

**KRYMINALNY** Kolejna wspólna sprawa Chyłki i Zordona (Magdalena Cielecka, Filip Pławiak) dotyczy Piotra Langer'a jr. (Jakub Gierszał), syna znanego biznesmena (Artur Żmijewski). W jego mieszkaniu znaleziono zmasakrowane zwłoki; w dodatku z ustaleń policji jasno wynika, że oskarżony spędził z ciałami ostatnich dziesięć dni. Wina chłopaka wydaje się oczywista, Joanna jest jednak zdeterminowana, żeby oczyścić swojego klienta ze wszystkich zarzutów. Niestety, ten uparcie odmawia zeznań... Od czasu premiery „Kasacji” Langer doczekał się własnego serialu. Teraz mamy okazję przypomnieć sobie początki jego „kariery”. **JK**

→ **CHYŁKA – KASACJA ND 27.09 godz. 23.05**  
**METRO**

**OD 1. ODCINKA**





Gdy Hubert w otoczeniu bliskich świętuje swoje urodziny, zjawiają się policjanci, by zabrać Bartka na przesłuchanie.

## ZDRADA

**KRYMINALNY** Patryk (Dawid Ogrodnik) już wie, że Julia (Anna Karczmarczyk) zdradza go z Kamińskim (Paweł Małaszyński). Dla prokuratora to podwójny cios – nie tylko został oszukany przez żonę, ale jej romans może zaszkodzić jego karierze. Wysocki stawia partnerce ultimatum – albo zostaje z rodziną i kończy romans, albo opuszcza dom. Tymczasem Hubert

(Piotr Polk) zleca morderstwo prostytutki, która zapewniła jego synowi, Bartkowi (Dobromir Dymecki), alibi na noc zabójstwa Karolczaka. Gdy w willi Huberta trwa jego przyjęcie urodzinowe, do drzwi pukają policjanci Balcerek (Mikołaj Krawczyk) i Michta (Olga Sarzyńska). **BD**

→ **ZDRADA CZ 1.10**  
**godz. 21.40 POLSAT**



Komu zależy na skompromitowaniu jednego z kandydatów na prezesa zarządu spółdzielni?

## OJCIEC MATEUSZ

**KRYMINALNY** W spółdzielni mieszkaniowej „Nasza Młodość” trwają wybory na prezesa zarządu. Kandydatami na to stanowisko są: właściciel lokalnej telewizji Radosław Narski oraz działacz społeczny Erwin Rosoń. Tuż po zakończeniu ciszy wyborczej do sieci trafia kompromitujący film z Rosonem w roli głównej. Mężczyzna wygrywa głosowanie, jednak z powodu

zawału serca trafia do szpitala, a jego sztab zgłasza na policję sfałszowanie nagrania. Tymczasem brutalnie pobity zostaje rolnik, zagorzały sympatyk Narskiego. Dochodzenie z udziałem księdza Mateusza (Artur Żmijewski) wykazuje, że te zagadkowe wydarzenia ściśle się ze sobą łączą. **PM**

→ **OJCIEC MATEUSZ CZ 1.10**  
**godz. 20.30 TVP 1**

# TeleKamery

TELE TYGODNIA 2026  
29. EDYCJA

Zapraszamy do głosowania  
na **telekamery.pl**  
w dniach 14 września  
– 9 października 2026



### AKTORKA

Barbara Bursztynowicz  
Paulina Gałązka  
Katarzyna Herman  
Anna Karczmarczyk  
Joanna Kulig  
Magdalena Rózcza  
Anna Maria Sieklucka  
Agata Turkot  
Justyna Wasilewska  
Zofia Zborowska-Wrona

### AKTOR

Ireneusz Czap  
Piotr Cyrwus  
Konrad Eleryk  
Tomasz Kot  
Maciej Musiał  
Filip Pławiak  
Piotr Polak  
Michał Sikorski  
Borys Szyk  
Tomasz Ziętek

### SERIAL

Czarna śmierć  
Drelich  
Heweliusz  
Młode gliny  
Ołowiane dzieci  
Piekło kobiet  
Przepis na zbrodnię  
Szpital św. Anny  
The Office PL 5  
Zajazd. Będzie się działo

ABY PRZEJŚĆ  
BEZPOŚREDNIO  
NA STRONĘ  
Z GŁOSOWANIEM  
ZESKANUJ KOD QR:



Regulamin głosowania jest dostępny na stronie [www.telekamery.pl](http://www.telekamery.pl) oraz w siedzibie Organizatora. Każdy numer telefonu bierze udział tylko raz w losowaniu nagród.

Weź udział w Plebiscycie. Czekają nagrody!

**Albatros travel**  
1x WYCIECZKA 2-OSOBOWA: OSŁO, BERGEN I NORWESKIE FIORDY  
WARTOŚĆ NAGRODY: 12 000 zł

4x ZESTAW ZEGARKÓW: DAMSKI ELIXA I MĘSKI AZTORIN  
Nagrodę ufundowała firma: **APART.pl**  
WARTOŚĆ ZESTAWU: 1680 zł

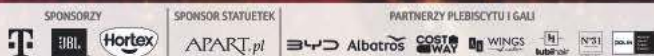
4x GŁOŚNIK JBL XTREME 5 Z MOCNYM BRZMIENIEM JBL PRO SOUND I TECHNOLOGIĄ AI SOUND BOOST  
WARTOŚĆ: 1499 zł

1x T TABLET 2  
WARTOŚĆ: 1299 zł  
1x T PHONE 3  
WARTOŚĆ: 849 zł  
1x TELEWIZOR HISENSE 55" 55E7Q OLED 60HZ 4K  
WARTOŚĆ: 1649 zł  
T MAGENTA TV

2x NAGRODA 1000 zł  
UFUNDOWAŁA MARKA HORTOX  
SPONSOR TELEKAMERY TELE TYGODNIA 2026  
Hortex

5x VOUCHER DO WYKORZYSTANIA NA STRONIE COSTWAY.PL  
COSTWAY  
WARTOŚĆ: 500 zł

WYDARZENIE WSPÓŁTWORZĄ



SPONSORZY: T, JBL, Hortex, APART.pl, BYD, Albatros, COSTWAY, WINGS, lubi solar, N31, DOLBY.  
PARTNERZY MEDIAMI: PM, RMF, Polskie Radio.  
PARTNERZY MEDIAMI: PM, RMF, Polskie Radio.  
Zwycięzca jest zobowiązany do zapłacenia 10% podatku od nagrody, której wartość przekracza 2000 zł. Zdjęcia nagród są poglądowe.

**MISTRZYNI  
CUKIERNICTWA**  
w kulinarnym  
show, odwiedziły  
u rolników, piosenki  
Rodowicz, sceniczne  
przebieranki i nowe  
wnętrza.

Uczestnicy będą  
musieli odtworzyć  
monoporcje  
autorstwa Justyny  
Sekunda (zdj.)

→ ROZRYWKAWKA

# MASTERCHEF

**TALENT SHOW** W najbliższym odcinku uczestnicy zmierzają się z prawdziwym wyzwaniem architektury smaku – monoporcjami, czyli efektownymi deserami przygotowywanymi dla jednej osoby. Słodkim sprawdzianem dowodzić będzie gość specjalny, mistrzyni cukiernictwa premium Justyna Sekunda, która była uczestniczką 8. edycji. Choć nie wygrała show, pojawiła się w 13. sezonie jako ekspert! –

W 2019 roku „MasterChef” był dla mnie początkiem, a 5 lat później wróciłam do tej samej kuchni już jako autorytet. Zaproszenie mnie do obecnej, jubileuszowej edycji, to dla mnie najpiękniejszy dowód, że czasem koniec jednego rozdziału jest dopiero początkiem całej historii – przyznała.

BD

→ **MASTERCHEF ND 27.09**  
**godz. 19.45 TVN**



Wcześniej w odcinku uczestnicy stworzą drużyny z influencerami kulinarnymi, m.in. Szymonem Czerwińskim (na zdj. z pr.)

**PREMIERA**

## NOWA SZELAĞOWSKA

**PORADNIKOWY** Jedną prowadzącą, osiem odcinków i... tysiące szalonych pomysłów, które wnoszą do programu jego bohaterowie. W nowym formacie Dorota Szelağowska nie tylko remontuje domy i mieszkania, ale przede wszystkim podpowiada, jak przez najbliższe otoczenie możemy wyrazić własną osobowość. Tu nie ma miejsca na nudne i zachowawcze rozwiązania! Każdy odcinek to nowa metamorfoza, ale i inna historia – uczestnicy przez odnawianie wnętrza chcieli podkreślić przełomowy moment w swoim życiu. – To jest program o spełnianiu marzeń. I o tym, że te marzenia mogą być totalnie odjechane – zapowiada gospodyni. JK

→ **NOWA SZELAĞOWSKA ND 27.09**  
**godz. 17.55 TVN**

## TWOJA TWARZ BRZMI ZNAJOMO

**TALENT SHOW** Po pierwszych odcinkach widać, że uczestnicy 23. edycji programu Polsatu coraz lepiej radzą sobie z trudnymi zadaniami, odkrywając przed jury i widzami niezwykle umiejętności. Dla wielu zaskoczeniem są występy Idy Nowakowskiej, która dopiero w „Twoja Twarz Brzmi Znajomo” pokazała swoją wokalną pasję. Tancerka i prezenterka w każdy występ wkłada ogrom pracy i serce, ale nie ukrywa, że za każdym razem, gdy wychodzi na scenie, towarzyszy jej wielka trema. Tej jesieni stoi przed nią znacznie więcej wyzwań. Dołączyła do „halo tu polsat”, a już wkrótce zobaczymy ją także w teleturnieju „Hitster. Muzyczna gra przebojów”. MJ

→ **TWOJA TWARZ BRZMI  
ZNAJOMO PT 2.10 godz. 19.55**  
**POLSAT**



FOT.: MATERIAŁY PRASOWE (8), AKPA

# TASKMASTER

**ROZRYWKOWY** W dziesięć minut zorganizować idealną pierwszą randkę? Przygotować egzotyczną kanapkę (a potem ją zjeść)? Większość z nas po usłyszeniu takiego polecenia wpadłaby w panikę, ale uczestnicy show są gotowi na wszystko. – Czuję się tu jak ryba w wodzie.

Jak dziecko w piaskownicy. Po co się stresować? Życie jest za krótką przygodą, żeby poddawać się takim emocjom jak stres – mówi Wiolka Walaszczyk, jedna z pięciu gwiazd mierzących się zadania-

mi Taskmastera. A jego asystent, Czarek Sikory, z uśmiechem podpowiada, jak można przygotować się do programu: – Wypaść się trzeba. To jedyne przygotowanie. JK

→ **TASKMASTER PO 28.09**  
**godz. 21.30 TVN**

**Stand-uperka**  
**Wiolka**  
**okazuje się**  
**kobietą wielu**  
**talentów!**



– Trzeciego dnia nagrań w studiu Żabson zapytał mnie: „Czarek, czy to jest program komediowy?” – wspomina Czarek Sikora.

Marzeniem gwiazdy jest, żeby jej kreacje trafiły na wystawę i mogła je podziwiać szeroka publiczność.



## SZANSA NA SUKCES. OPOLE 2027

**TALENT SHOW** Ma w dorobku ponad 2 tysiące piosenek, a przed każdym koncertem sama decyduje, które z nich zaśpiewa. Agnieszka Osiecka – legendarna autorka tekstów i prywatnie przyjaciółka naszej gwiazdy – powiedziała kiedyś, że Maryla Rodowicz ma unikatowy, jedyny w swoim rodzaju głos. Na każdy jej występ czekamy z ciekawością,

między innymi dlatego, że zawsze zaskakuje szaloną kreacją. W przyszłym roku będzie świętować 60-lecie pracy artystycznej, a już w najbliższą niedzielę z jej repertuarem zmierzą się uczestnicy programu „Szansa na sukces. Opole 2027”. MJ

→ **SZANSA NA SUKCES. OPOLE 2027 ND 27.09**  
**godz. 15.10 TVP 2**

## ROLNIK SZUKA ŻONY

**REALITY SHOW** Justyna, Mariusz, Wiktor, Karol i Łukasz przygotowują się do ważnego wydarzenia – odwiedzin wybranych przez siebie kandydatów i kandydatek w swoich gospodarstwach. Z niecierpliwością wypatrują przyjazdu zaproszonych osób, licząc, że wspólny czas pozwoli im zbudować bliższą relację. Emocje rosną z każdą chwilą, a pierwsze spotka-

nia przynoszą niespodzianki, ale i spięcia. Okazuje się, że oczekiwania wybierających i wybranych nie do końca odpowiadają rzeczywistości. Szczególnie że ci drudzy muszą też zaskarbić sobie sympatię rodzin rolników. W trudnych momentach pomaga Marta Manowska. **EGP**

→ **ROLNIK SZUKA ŻONY**  
**ND 27.09 godz. 21.25 TVP 1**



Kandydatki muszą zaprezentować się z jak najlepszej strony.

WYSOKA  
CENA

gwiazdorskiej  
stawy,  
przyszłość  
zbrojnych starć,  
zabójcza moc  
jadowitych  
zwierząt.

DOKUMENT  
↑

Matthew Perry  
zmarł w wieku 54 lat.  
To był szok dla fanów  
jego talentu.

# MATTHEW PERRY I KETAMINOWA KRÓLOWA

**PRZERWANE ŻYCIE** Dokument od-  
twarza ciąg zdarzeń, które w paź-  
dzierniku 2023 roku doprowadzi-  
ły do śmierci Matthew Perry'ego,  
gwiazdy popularnego amerykań-  
skiego serialu „Przyjaciele”. W cen-  
trum historii pojawia się Jasveen  
Sangha, dilerka narkotyków nazy-  
wana przez prokuratorów „Ketami-  
nową Królową” – podczas przeszu-  
kania jej domu znaleziono m.in.  
79 fiolek ketaminy. W związku ze

sprawą Perry'ego została skazana  
na 15 lat więzienia. Równolegle za-  
padł wyrok wobec asystenta akto-  
ra, Kennetha Iwamasy: 41 miesięcy  
więzienia, dozór i grzywna. Pro-  
dukcja odsłania kulisy hollywoodz-  
kiej sieci dostaw narkotyków i cenę  
uzależnienia.

MP

→ **MATTHEW PERRY  
I KETAMINOWA KRÓLOWA**  
ŚR 30.09 godz. 21.00 BBC BRIT



Jasveen Sangha – to głównie  
ją prokuratorzy obwinili  
o śmierć aktora i sprzedawanie  
narkotyków gwiazdom kina.

## ZABÓJCZE ROBOTY: PRZYSZŁOŚĆ WOJNY

**NOWA RZECZYWISTOŚĆ** Jak wyglądają europej-  
skie laboratoria, w których powstaje nowa gene-  
racja uzbrojenia? We francuskiej firmie Arqus  
trwają końcowe testy autonomicznego konwoju:  
pojazdy same planują trasę, utrzymują szyk i do-  
starczają zaopatrzenie bez udziału kierowców,  
ograniczając ryzyko dla żołnierzy. Niedaleko Bor-  
deaux startup Icarus Swarms pracuje nad rojami  
dronów, które dzięki algorytmom dzielą zadania,  
wymieniają dane i uderzają jednocześnie, prze-  
ciągając obronę przeciwnika. Film poszerza  
perspektywę o globalny wyścig zbrojeń – od poci-  
sków hipersonicznych po broń laserową.

MP

→ **ZABÓJCZE ROBOTY: PRZYSZŁOŚĆ WOJNY**  
CZ 1.10 godz. 22.15 TVP DOKUMENT

## NAJGROŹNIEJSZE ZWIERZĘTA ŚWIATA...

**BEZWZGLĘDNA NATURA** Jadowi-  
te zwierzęta wykorzystują swój jad  
w walce o przetrwanie. W dokumen-  
talnej serii przyjrzymy się, jak dzia-  
łają ich toksyny, a także jak polują te  
groźne stworzenia – od węża, austra-  
lijskiego tajpana pustynnego, przez  
śmiercionośną osę morską (meduzę  
spotykana u północnych wybrzeży  
Australii oraz w tropikalnych wodach

przybrzeżnych Oceanu Indyjskiego  
i Spokojnego), aż po niewielkiego  
stożka, jednego z najbardziej jadowi-  
tych ślimaków świata. Potrafi on po-  
razić ofiarę w mgnieniu oka, a jego  
jad mógłby zabić 700 osób!

MP

→ **NAJGROŹNIEJSZE ZWIERZĘTA  
ŚWIATA...** ŚR 30.09 godz. 19.00  
NATIONAL GEOGRAPHIC WILD



TAJEMNICZY ZESPÓŁ JELITA DRAŻLIWEGO:

# MITY, FAKTY I AKTUALNE ODKRYCIA

**B**iegunka, bóle brzucha, wzdęcia. Wielu Polaków od czasu do czasu cierpi na jeden lub kilka z tych objawów. Jeśli jednak dolegliwości jelitowe pojawiają się regularnie, najczęściej mamy do czynienia z zespołem jelita drażliwego (IBS). Czym właściwie jest to schorzenie? Eksperti w dziedzinie zdrowia jelit sprawdzili fakty!

## Mit 1: Jelito drażliwe to choroba XXI wieku

Zespół jelita drażliwego nie jest bynajmniej nową chorobą cywilizacyjną ani modnym zjawiskiem. Już Hipokrates, często opisywał ponad 2000 lat temu pacjenta z dolegliwościami brzuszными, zmienionym rytmem wypróżnień, wzdęciami i nagłym parciem na stolec — krótko mówiąc: z typowymi objawami jelita drażliwego.

## Mit 2: Jelito drażliwe — wszystko to tylko wyobraźnia?

Choć jelita i psychika są ze sobą ściśle powiązane, zespół jelita drażliwego nie jest wytworem wyobraźni. Nawracające objawy wynikają z rzeczywistych, chorobowych zmian zachodzących w organizmie. Same dolegliwości

mogą nie wydawać się dramatyczne osobom postronnym, jednak znacząco obniżają jakość życia pacjentów — zwłaszcza gdy pojawiają się regularnie i w najmniej odpowiednich momentach.

## Mit 3: Przyczyna zespołu jelita drażliwego jest nieznana

Obecnie naukowcy zakładają, że częstą przyczyną przewlekłych dolegliwości jelitowych jest uszkodzona bariera jelitowa. Nawet niewielkie jej naruszenia wystarczają, aby patogeny i szkodliwe substancje przenikały do ścian jelita. W efekcie dochodzi do podrażnienia jelitowego układu nerwowego, co prowadzi do nawracających biegunek, często połączonych z bólami brzucha, wzdęciami, a czasem również zaparciami.<sup>1</sup>

## Co naprawdę może pomóc osobom z zespołem jelita drażliwego?

Niemiecki zespół badawczy postanowił znaleźć sposób, by pomóc osobom cierpiącym na jelito drażliwe. Wspólnie z włoskim naukowcem już ponad 10 lat temu rozpoczęli poszukiwania skutecznego rozwiązania.

Z czasem natrafili na wyjątkowy szczep bakterii — B. bifidum MIMBb75. Jego unikalną cechą jest zdolność fizycznego przylegania do komórek nabłonka jelitowego — niczym plaster na ranie. Pomysł badaczy brzmiał: czy pod takim „plasterkiem” bariera jelitowa może się zregenerować, a w konsekwencji dolegliwości jelitowe ulec złagodzeniu? Aby sprawdzić tę hipotezę, przeprowadzili dwa badania o najwyższym standardzie metodologicznym, w których oceniali skuteczność szczepu B. bifidum MIMBb75 zarówno w formie żywej, jak i inaktywowanej cieplnie. Wyniki były imponujące: w obu badaniach

jednoznacznie potwierdzono skuteczność szczepu w łagodzeniu objawów zespołu jelita drażliwego.<sup>2,3</sup>

## Od pomysłu do produktu

Szczep B. bifidum MIMBb75, w jeszcze bardziej udoskonalonej, inaktywowanej cieplnie formie, jest dostępny wyłącznie w wyrobie medycznym Kijimea IBS PRO. Preparat ten należy obecnie do najczęściej sprzedawanych produktów na dolegliwości jelita drażliwego w całej Europie.<sup>4</sup>

Kijimea IBS PRO jest dostępny bez recepty w aptekach, można go również wygodnie zamówić bezpośrednio u producenta na stronie [www.kijimea.pl](http://www.kijimea.pl).

Nowość

## Dla Twojej apteki: Kijimea IBS PRO

- ✓ Z unikalnym szczepem bakterii B. bifidum HI-MIMBb75
- ✓ Na dolegliwości jelita drażliwego, takie jak biegunka, ból brzucha czy wzdęcia
- ✓ Skuteczność w IBS potwierdzona klinicznie<sup>5</sup>



SYNformulas GmbH

Am Haag 14 • 82166 Gräfelfing • Niemcy  
Tel.: +48 2230 77116 • [info@kijimea.pl](mailto:info@kijimea.pl) • [www.kijimea.pl](http://www.kijimea.pl)

(GTIN 4260344399437)

<sup>1</sup>Wood JD. Effects of bacteria on the enteric nervous system: implications for the irritable bowel syndrome. J Clin Gastroenterol. 2007;41 (Supplement 1): S7–S19. doi:10.1097/MCG.0b013e31802f1331. • <sup>2</sup>Guglielmetti S, Mora D, Gschwendner M, Popp K. Randomised clinical trial: Bifidobacterium bifidum MIMBb75 significantly alleviates irritable bowel syndrome and improves quality of life – a double-blind, placebo-controlled study. Alimentary pharmacology & therapeutics. 2011;33(10):1123–1132. doi: org/10.1111/j.1365-2036.2011.04633.x. • <sup>3</sup>Andresen V, Gschossmann J, Layer P. Heat-inactivated Bifidobacterium bifidum MIMBb75 (SYN-HI-001) in the treatment of irritable bowel syndrome: a multicentre, randomised, double-blind, placebo-controlled clinical trial. Lancet Gastroenterol Hepatol. 2020;5(7):658–666. doi:10.1016/S2468-1253(20)30056-X. • <sup>4</sup>Insight Health, MAT 01/24, u.a. DE, AT, ES, IT. • Zdjęcie ma charakter ilustracyjny.

To jest wyrób medyczny. Używaj go zgodnie z instrukcją używania lub etykietą.



**IANIS HAGI** jest synem Gheorghe Hagiego, słynnego piłkarza, a teraz selekcjonera rumuńskiej kadry.



**VIKTOR GYÖKERES** był autorem gola, który dał Szwecji wygraną z Polską (3:2) i awans do MŚ.



**JAKUB KIWIOR** od początku sezonu stanowi jeden z filarów defensywy FC Porto.

# SZWECJA – POLSKA

**PRZED NAMI** m.in. kolejne testy kadry Jana Urbana w Lidze Narodów, finał Speedway Grand Prix w Toruniu oraz mecz o złoto siatkarskich ME.

**PIŁKA NOŻNA** Spotkanie z Bośnią i Hercegowiną na PGE Narodowym było dla Biało-Czerwonych przetarciem przed konfrontacją z teoretycznie najsilniejszym przeciwnikiem w grupie B4 Ligi Narodów. Podopieczni Jana Urbana mają ze Szwedami rachunki do wyrównania. Po porażce w finale baraży nasi piłkarze mogli tylko z zazdrością śledzić poczynania ekipy Trzech Koron podczas mundialu w Meksyku, Kanadzie i USA. Viktor Gyökeres i spółka nie zrobili fu-

rory za wielką wodą. Na mistrzostwach świata ograli Tunezję 5:1, potem ulegli Holandii takim samym stosunkiem bramek i zremisowali 1:1 z Japonią. Z turniejem Szwedzi pożegnali się natomiast już na starcie fazy pucharowej, przegrywając 0:3 z Francją. Patrząc na te wyniki, Biało-Czerwoni nie powinni obawiać się Skandynawów. Szczególnie że najprawdopodobniej zagrają z nami osłabieni absencją kontuzjowanego Anthony'ego Elangi. Napastnik Newcastle Utd był jednym z piłka-

rzy, który wpisał się na listę strzelców w marcowym meczu Szwecji z Polską (3:2). Jeśli tym razem Orły wrócą z delegacji do Solny z tarczą, zrobią ogromny krok w kierunku powrotu do dywizji A Ligi Narodów, a także podbudują morale przed spotkaniem z Rumunią (PT 2.10 godz. 20.35 TVP 1) i rewanżowym starciem z Bośnią i Hercegowiną (PO 5.10 godz. 20.35 TVP 1).

→ **SZWECJA – POLSKA PO 28.09 godz. 20.35 TVP 1**

**BARTOSZ ZMARZLIK** walczy o swój siódmy tytuł indywidualnego mistrza świata.



## GRAND PRIX POLSKI

**ŻUŻEL** Obfite opady deszczu sprawiły, że przedostatnia runda cyklu Speedway Grand Prix, w Vojens, zakończyła się już po części zasadniczej. Skorzystał na tym Robert Lambert, który wyprzedził Bartosza Zmarzlika, wysuwając się na prowadzenie w klasyfikacji generalnej. Polak wciąż może jednak odwrócić losy wyścigu o indywidualne mistrzostwo świata. Na rumuńskiego Motoarenie nasz najlepszy żużlowiec musi gonić Roberta Lamberta, a na dodatek uważać na atak ze strony Brady'ego Kurtza. Australijczyk również pozostaje w grze o triumf w tegorocznej odsłonie SGP.

→ **GRAND PRIX POLSKI W TORUNIU SO 26.09 godz. 18.30 EUROSPORT 3**

## MISTRZOSTWA ŚWIATA – MONTREAL 2026

**KOLARSTWO** W dwóch poprzednich edycjach czempionatu złoty medal w wyścigu ze startu wspólnego padł łupem Tadeja Pogačara. Niestety, wypadek Słoweńca na trasie tegorocznej Vuelty wykluczył go z walki o kolejną obronę tytułu. Faworytem do przejęcia schedy po zawodniku grupy UAE Team Emirates wydaje się Remco Evenepoel. Niedawne Grand Prix Montre-

alu dowiodło jednak, że podczas kanadyjskich mistrzostw faworytowi mogą zagrozić choćby Isaac del Toro czy Paul Seixas. Polskim kibicom pozostaje trzymać kciuki za jak najlepszą postawę Biało-Czerwonych z Michałem Kwiatkowskim na czele.

→ **MŚ – MONTREAL 2026 ND 27.09 godz. 15.00 EUROSPORT 1**



**MICHAŁ KWIATKOWSKI** wygrał wyścig ze startu wspólnego na MŚ w 2014 roku.

# ANGLIA – HISZPANIA

**PIŁKA NOŻNA** Synowie Albionu wciąż czekają na sukces na miarę swojego triumfu w mistrzostwach świata sprzed sześćdziesięciu lat. Wyspiarze ukończyli tegoroczny mundial z brązowym medalem, pokonując Francję w meczu okraszonym dziesięcioma golami (6:4). Wcześniej dwa razy z rzędu ocierali się o prymat na Starym Kontynencie. W rozegranym w Londynie finale Euro 2020 Harry Kane i spółka ulegli Włochom po serii rzutów karnych. Z kolei w kolejnej edycji turnieju tytuł mistrzowski sprzątnęła im sprzed nosa reprezentacja Hiszpanii (2:1). Mecz pierwszej kolejki Ligi Narodów to dla Anglików okazja, by odplątać się rywalem za

tę bolesną porażkę. Nie będzie to jednak łatwe zadanie. La Furia Roja przybędzie na Wembley w roli urzędującego mistrza Europy, a zarazem świeżo upieczonego czempiona globu. Podopieczni selekcjonera Luisa de la Fuente pozostają niepokonani od czerwca 2025 roku, kiedy musieli uznać wyższość Portugalczyków w finale Ligi Narodów. W fazie grupowej piątej odsłony rozgrywek świetną passę Hiszpanów spróbują przerwać nie tylko Anglicy, lecz także Chorwaci oraz Czesi.

→ **ANGLIA – HISZPANIA**  
**SO 26.09 godz. 20.35**  
**TVP SPORT**

## LIGA NARODÓW

**FERRAN TORRES**  
był bohaterem  
finału ostatniego  
mundialu.



**JUDE BELLINGHAM**  
utrzymuje formę,  
którą imponował  
podczas MŚ.

## WTA

# TURNIEJ W PEKINIE

**TENIS** Tegoroczny US Open wywołał efekt domina, który doprowadził do przetasowań w czołówce światowych list. Po porażce w finale z Jeleną Rybakiną Aryna Sabalenka musiała ustąpić Kazaszcze miejsca w fotelu liderki, w którym zasiadała nieprzerwanie od października 2024 roku. W cieniu gry o tron Iga Świątek skupia się na utrzymaniu miejsca w top 10 ran-

kingu WTA. W realizacji celu pomogłoby jej nawiązanie do sukcesu sprzed trzech lat, kiedy dopisała do swojego CV jedyny jak dotąd triumf w Chińskiej Open. Oprócz Raszyńianki na kortach National Tennis Center w Pekinie sprawdzą się także jej rodaczki – Magdalena Fręch i Maja Chwalińska.

→ **TURNIEJ W PEKINIE ŚR**  
**30.09 godz. 07.00 C+ SPORT 2**

**IGA ŚWIĄTEK**  
powraca  
do rywalizacji  
w światowym  
tourze po  
nieudanym  
dla niej  
US Open.



**BIAŁO-CZERWONI**  
rozpoczęli zmagania  
w fazie pucharowej  
meczem z Łotwą.



**MISTRZOSTWA EUROPY**

# MECZ FINAŁOWY

**SIATKÓWKA** Finał 34. czempionatu Starego Kontynentu zostanie rozegrany w Unipol Forum w Assago, a jego stawką będzie nie tylko złoty medal, ale też kwalifikacja do olimpiady w Los Angeles. Początek turnieju pokazał, że finaliści poprzednich mistrzostw, Polacy i Włosi, są w formie i mogą znów zmierzyć się w najważniejszym meczu rozgrywek. Biało-Czerwoni liczyli

na dwunasty medal ME i trzeci z najcenniejszego kruszcu. Ekipa z Półwyspu Apenińskiego, współgospodarz turnieju, walczyła o szesnasty krążek, ósmy złoty. Trzy lata temu musiała zadowolić się srebrem, a plany pokrzyżowali jej Biało-Czerwoni. Czy historia się powtórzy?

→ **MECZ FINAŁOWY SO 26.09**  
**godz. 20.45 POLSAT SPORT 1**

# TYDZIEŃ SPORTU NA ŻYWO

TRANSMISJE OD SOBOTY 26 WRZEŚNIA DO PIĄTKU 2 PAŹDZIERNIKA Zaplanuj z nami cały tydzień sportowych emocji!

| PIŁKA NOŻNA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | INNE DYSCYPLINY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>LIGA NARODÓW</b><br><b>SO</b> Słowenia – Szkocja<br>14.50 POLSAT SPORT 3<br><b>SO</b> Anglia – Hiszpania<br>20.35 POLSAT SPORT 3; TVP SPORT<br><b>ND</b> Serbia – Holandia<br>17.50 POLSAT SPORT 1<br><b>ND</b> Dania – Walia<br>17.50 POLSAT SPORT 3<br><b>ND</b> Norwegia – Portugalia<br>20.35 POLSAT SPORT 2<br><b>ND</b> Niemcy – Grecja<br>20.35 POLSAT SPORT 1<br><b>PO</b> Rumunia – Bośnia i Hercegowina<br>20.35 POLSAT SPORT 3<br><b>PO</b> Szwecja – Polska<br>20.35 TVP 1; TVP SPORT <b>HIT</b> | <b>FORMUŁA 1</b><br><b>SO</b> GP Azerbejdżanu ELEVEN SPORTS 1<br>12.55 Wyścig<br><b>PT</b> GP Bahrajnu ELEVEN SPORTS 1<br>6.25 1. sesja treningowa<br><b>PT</b> GP Bahrajnu ELEVEN SPORTS 1<br>9.55 2. sesja treningowa<br><b>FUTSAL</b><br><b>SO</b> Futsal Ekstraklasa TVP SPORT<br>12.55 Mecz: Legia – Wiara Lecha Poznań<br><b>KOLARSTWO</b><br><b>SO</b> CRO Race EUROSPORT 1<br>13.00 5. etap<br><b>Reprezentanci Polski</b><br><b>ND</b> CRO Race EUROSPORT 1<br>13.00 6. etap<br><b>Reprezentanci Polski</b><br><b>ND</b> MS – Montreal EUROSPORT 1<br>15.00 Wyścig ze startu wspólnego<br><b>Reprezentanci Polski</b><br><b>PO</b> Tour of Langkawi EUROSPORT 2<br>8.00 2. etap<br><b>SR</b> Tour of Langkawi EUROSPORT 2<br>7.20 4. etap<br><b>KOSZYKÓWKA MĘŻCZYZN</b><br><b>SO</b> Supercup Polski<br>POLSAT SPORT 2<br>16.30 Mecz: Legia – Energa Trefl Sopot<br><b>SO</b> Supercup Polski<br>POLSAT SPORT 2<br>19.15 Mecz: Dzikie Warszawa – Zastal<br><b>ND</b> Supercup Polski<br>POLSAT SPORT 2<br>17.30 Mecz finałowy<br><b>PT</b> PLK<br>POLSAT SPORT 2<br>20.15 Mecz: Trefl Sopot – Dzikie Warszawa<br><b>PIŁKA NOŻNA KOBIET</b><br><b>ND</b> ORLEN Ekstraliga TVP SPORT<br>12.40 Mecz: Czarni Antrax Sosnowiec – KS Uniwersytet Jagielloński<br><b>ND</b> Mistrzostwa świata U-20 – Polska 2026 TVP SPORT<br>17.50 Mecz finałowy<br><b>PIŁKA RĘCZNA MĘŻCZYZN</b><br><b>SO</b> LOTTO Superliga POLSAT SPORT 3<br>18.00 Mecz: KGHM Chrobry Głogów – PGE Wybrzeże Gdańsk<br><b>ND</b> LOTTO Superliga POLSAT SPORT 2<br>15.00 Mecz: Ostrowia – Industria Kielce<br><b>SIATKÓWKA KOBIET</b><br><b>SO</b> Giganci Siatkówki TVP SPORT<br>15.25 Mecz o 3. miejsce                                                       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>SO</b> Giganci Siatkówki TVP SPORT<br>17.55 Mecz finałowy<br><b>PT</b> TAURON Liga POLSAT SPORT 1<br>17.30 Mecz: NETLAND MKS Kalisz – PGE Budowlani Łódź<br><b>PT</b> TAURON Liga POLSAT SPORT 3<br>20.00 Mecz: UNI Opole – Chemik Police<br><b>SIATKÓWKA MĘŻCZYZN</b><br><b>SO</b> ME 2026 POLSAT SPORT 1<br>15.45 Mecz o 3. miejsce<br><b>SO</b> ME 2026 POLSAT SPORT 1<br>20.45 Mecz finałowy <b>HIT</b><br><b>CZ</b> PLS 1. liga POLSAT SPORT 3<br>17.30 Mecz: MCKiS Jaworzno – Lechia Tomaszów Mazowiecki<br><b>SNOOKER</b><br><b>PO</b> Shenzhen Open EUROSPORT 1<br>13.30 1. dzień<br><b>WT</b> Shenzhen Open EUROSPORT 1<br>13.30 2. dzień<br><b>SR</b> Shenzhen Open EUROSPORT 1<br>13.30 3. dzień<br><b>CZ</b> Shenzhen Open EUROSPORT 1<br>13.30 4. dzień<br><b>PT</b> Shenzhen Open EUROSPORT 1<br>13.30 Mecz ćwierćfinałowy<br><b>SPORTY WALKI</b><br><b>SO</b> Babilon MMA 60 w Skierniewicach SUPER POLSAT<br>20.00 Walka: K. Głowacki – C. G. de Oliveira<br><b>TENIS</b><br><b>SO</b> Turniej WTA w Singapurze CANAL+ SPORT 2<br>8.30 Mecz półfinałowy gry pojedynczej<br><b>SO</b> Puchar Billie Jean King – półfinał POLSAT SPORT 1<br>11.00 Mecz gry pojedynczej<br><b>SO</b> Turniej WTA w Singapurze CANAL+ SPORT 2<br>12.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej<br><b>SO</b> Puchar Lavera EUROSPORT 2<br>14.00 2. dzień<br><b>SO</b> Puchar Lavera EUROSPORT 1<br>20.15 2. dzień<br><b>ND</b> ATP w Chengdu POLSAT SPORT 3<br>7.00 Ćwierćfinał gry pojedynczej<br><b>ND</b> Turniej WTA w Singapurze CANAL+ SPORT 2<br>11.00 Mecz finałowy gry pojedynczej<br><b>ND</b> Puchar Billie Jean King – finał POLSAT SPORT 1<br>13.00 Mecz gry pojedynczej<br><b>ND</b> Puchar Lavera EUROSPORT 2<br>13.00 3. dzień |
| <b>ELIMINACJE ME U-21</b><br><b>SR</b> Polska – Szwecja<br>17.55 TVP SPORT                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>ND</b> ATP w Chengdu POLSAT SPORT 2<br>13.00 Ćwierćfinał gry pojedynczej<br><b>PO</b> ATP w Chengdu POLSAT SPORT 2<br>11.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej<br><b>PO</b> ATP w Chengdu POLSAT SPORT 2<br>13.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej<br><b>WT</b> ATP w Chengdu POLSAT SPORT 2<br>13.00 Mecz finałowy gry pojedynczej<br><b>SR</b> ATP w Tokio POLSAT SPORT 2<br>6.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej<br><b>SR</b> ATP w Pekinie POLSAT SPORT 1<br>7.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej<br><b>SR</b> WTA w Pekinie CANAL+ SPORT 2<br>7.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej<br><b>Świątek, Chwaliońska</b><br> <b>CZ</b> ATP w Tokio POLSAT SPORT 2<br>6.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej<br><b>CZ</b> ATP w Pekinie POLSAT SPORT 1<br>7.00 Mecz 1. i 2. rundy<br><b>CZ</b> WTA w Pekinie CANAL+ SPORT 2<br>7.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej<br><b>CZ</b> ATP w Tokio POLSAT SPORT 2<br>4.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej<br><b>PT</b> WTA w Pekinie CANAL+ SPORT 2<br>5.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej<br><b>PT</b> ATP w Tokio POLSAT SPORT 2<br>6.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej<br><b>PT</b> ATP w Pekinie POLSAT SPORT 1<br>7.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej<br><b>PT</b> WTA w Pekinie CANAL+ SPORT 2<br>7.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej<br><b>ŻUŻEL</b><br><b>SO</b> Grand Prix Polski EUROSPORT 3<br>18.30 10. runda<br><b>Reprezentanci Polski</b><br><b>ND</b> PGE Ekstraliga CANAL+ SPORT<br>19.15 Mecz barażowy<br><b>PT</b> Indywidualne ME TVP SPORT<br>16.55 4. runda w Pardubicach<br><b>Reprezentanci Polski</b>                                                                                              |

# KOLAGENCITO

– dobry wybór każdego dnia!

Postaw na KolagenCito - wysokiej jakości kolagen  
i witamina C w jednym!



Produkt wzbogacony z kolagenem i witaminą C dla osób, które chcą świadomie dbać o swoją codzienną dietę. Wygodna forma miękkich pastylek sprawia, że KolagenCito możesz mieć zawsze przy sobie. KolagenCito – dobry wybór! To produkt stworzony z myślą o osobach, które cenią doświadczonego producenta, wygodną formę oraz znane składniki. KolagenCito zawiera kolagen oraz odpowiednią ilość witaminy C, która pomaga w prawidłowej produkcji kolagenu, w celu zapewnienia prawidłowego funkcjonowania skóry, kości, chrząstki, ścięgna oraz naczyń krwionośnych.

Dzięki praktycznej formie miękkich pastylek nie wymaga rozpuszczania ani przygotowywania. Wystarczy ssnąć do 3 pastylek dziennie – wygodnie w domu, w pracy, w podróży czy podczas aktywnego dnia. To prosty sposób na wzbogacenie codziennej diety o kolagen i wi-

taminę C. Ponadto witamina C pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu odpornościowego oraz w ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym. W nowoczesnej formie KolagenCito to twój codzienny przyjaciel. KolagenCito to także doskonały pomysł na praktyczny i wartościowy prezent dla bliskiej osoby, która dba o zdrowy styl życia i świadome odżywianie. Eleganckie opakowanie produktu sprawia, że będzie trafionym upominkiem na wiele okazji.

Produkt jest chroniony prawem patentowym na świecie, co potwierdza jego oryginalność i wyjątkowy charakter. Wybierając KolagenCito, sięgasz po produkt opracowany z myślą o wzbogaceniu diety i codziennym komforcie stosowania.

KolagenCito – wygoda i sprawdzone składniki każdego dnia.

**Kupisz w aptekach i sklepach zielarskich.**

Producent: Reutter GmbH Dystrybutor: P.P.H.U. IZAKPOL ul. Dąbrowskiego 5 96-300 Żyrardów, izakpol@go2.pl

epresa.pl 37b976a8ff



SERIAL THRILLER

## ZMORA

Do rodzinnego Torunia wraca Kama Kossowska (Magdalena Cielecka). Jej powrót nie wszystkim jest na rękę – tym bardziej że dziennikarka zaczyna pracę nad programem telewizyjnym o zaginięciach sprzed lat. Jedna ze spraw dotyczy zniknięcia jej przyjaciela z dzieciństwa, Piotra. Wznowione po dekadach śledz-

two prowadzi komisarz Tomasz Korcz (Piotr Żurawski). Im więcej tropów i akt sprawdzają wspólnie Korcz i Kossowska, tym wyraźniej widzą, jak wiele zamieciono w tej sprawie pod dywan. Serial na podstawie kryminału Roberta Małeckiego.

 → PREMIERA 2.10



SERIAL THRILLER

## OSTATNIA ZAGADKA

Gdy nagle burza odcina od świata grupę zamożnych turystów w kurorcie na wyspie w pobliżu Majorki, sprawy przyjmują nieoczekiwany obrót. Wkrótce jedna z turystek zostaje znaleziona martwa. Od tej chwili każdy z trzynaściora przebywających w hotelu gości staje się podejrzanym – w tym spędzający wakacje w Hiszpanii słynny aktor Benjamin Basil (Jose Coronado). Jako że kiedyś Basil wcielił się w Sherlocka Holmesa, postanawia podjąć się przeprowadzenia amatorskiego śledztwa. Szybko przekonuje się, że morderca prowadzi z nim grę w kotka i myszkę.

 → PREMIERA 25.09



KOMEDIODRAMAT

## NIEDOSZŁA PANNA MŁODA

Tego Gemma (Aisling Bea) nie mogła przewidzieć, planując swój ślub. Gdy jej narzeczony Nathan umiera tuż przed ceremonią, wszystko wymyka się spod kontroli. Zrozpaczona kobieta początkowo chce odwołać uroczystość – bo jaki sens ma ślub bez pana młodego? Wkrótce jednak, pod naciskiem przyszłej szwagierki i za sprawą wyjątko-



SERIAL DRAMATYCZNY

## NA WSCHÓD OD EDENU

Ponad 45 lat po premierze miniserialu z Jane Seymour w roli Cathy Ames czas na nową interpretację powieści Johna Steinbecka z 1952 roku. Tym razem w czarującą, lecz bezwzględnią Cathy, której losy spletały się z braćmi Adamem (Christopher Abbott) i Charlesem (Mike Faist) Traskami, wcieli się Florence Pugh. Pozbawiona sumienia i empatii Ames od najmłodszych lat krzywdziła innych i manipulowała otoczeniem, zwłaszcza mężczyznami. Nieświadomi tych toksycznych zachowań bracia Traskowie ulegają jej urokowi, po czym obaj zostają przez nią wykorzystani.

 → PREMIERA 1.10



SERIAL THRILLER

## AMERICAN HOSTAGE

Ceniony reporter radiowy z Indianapolis, Fred Heckman (Jon Hamm), rozważa przyjęcie posady w Nowym Jorku. Wszystko zmienia się jednak, gdy w jego mieście dochodzi do wstrząsających wydarzeń. Zdesperowany klient banku, Tony Kiritisis (Giovanni Ribisi), po odmowie udzielenia kolejnej pożyczki bierze zakładnika. Co więcej, Kiritisis nie zgadza się na negocjacje z policją – chce rozmawiać wyłącznie z Heckmanem. Stawia przy tym pewien warunek – rozmowa ma być nadawana na żywo na antenie. Serial oparty jest na prawdziwej historii.

 → PREMIERA 21.09

 → PREMIERA 22.09

DRAMAT

## WARTOŚĆ SENTYMENTALNA

Kiedy po rozstaniu z żoną Gustav Borg (Stellan Skarsgård) wyjechał z Norwegii, jego dorastające córki miały do niego ogromny żal. Przeżywający kryzys twórczy reżyser wykorzystał rozpad małżeństwa jako pretekst, by odciąć się od własnych korzeni. Po latach Gustav nieoczekiwanie znów pojawia się w życiu swoich córek. I to nie sam, lecz w towarzystwie hollywoodzkiej gwiazdy (Elle Fanning). Film Joachima Triera, nagrodzony Oscarem oraz Złotym Globem, przeszedł do historii również jako jeden z najbardziej oklaskiwanych tytułów na festiwalu w Cannes.



→ JUŻ DOSTĘPNY

SERIAL HORROR

## MOI SMUTNI ZMARLI

Buenos Aires. Emerytowana lekarka Ema (Mercedes Morán) od czasu śmierci matki stara się trzymać z dala od ludzi. Wszystko zmienia się, gdy przyjeżdża do niej dawno niewidziana siostrzenica Julie (Dolores Fonzi), a w sąsiedniej dzielnicy Piedrabuena dochodzi do brutalnego, potrójnego morderstwa nastolatków. Wkrótce mają miejsce niepokojące zjawiska, a na jaw wychodzi, że Julie ma ten sam dar co Ema – potrafi komunikować się ze zmarłymi. Tylko że w przeciwieństwie do swojej ciotki nie boi się z niego korzystać.



→ PREMIERA 24.09

KOMEDIA  
ROMANTYCZNA

## THE LOVE HYPOTHESIS



Ambitna doktorantka Olive (Lili Reinhart) skupia się na swojej naukowej karierze. Ale gdy odkrywa, że najlepsza przyjaciółka zakochała się w obiekcie jej wieloletnich marzeń, traci zdrowy rozsądek. Aby pokazać, że już jej nie zależy na Jeremym (Nicholas Duvernay), sponتانicznie całuje budzącego respekt profesora Adama Carlsena (Tom Bateman). Na tym się nie kończy. Olive i Adam postanawiają udawać związek, by sprawdzić swoje hipotezy na temat miłości. Problem się pojawia, gdy granica między udawanym uczuciem a tym, co w sercu, zaczyna się zacierać.



→ PREMIERA 23.09

ANIMOWANY

## TOY STORY 5

Dzielny kowboj znów staje w obronie porzuconych zabawek. Tym razem Chudy, jego przyjaciel Buzz Astral, Jessie i reszta ekipy mają wyjątkowo trudne zadanie. Do pokoju ośmioletniej Bonnie wkracza bowiem złowroga technologia. Nowa zabawka – tablet Lilypad, przypominający żabę – szybko zdobywa sympatię dziewczynki, budząc nieufność jej dotychczasowych ulubieńców. Czy zderzenie tradycji i elektroniki zakończy się przyjaźnią, czy rozpęta wojnę zabawek? Reżyserem 5. części kultowej animacji jest Andrew Stanton („Gdzie jest Nemo?”, „WALL•E”).



→ PREMIERA 23.09



SERIAL KOMEDIOWY

## INNY ŚWIAT

Jak to jest wrócić do szkoły po... 39 latach? Przekonują się o tym Whitley (Jasmine Guy) i Dwayne (Kadeem Hardison), bohaterowie przebojowej serii komediowej z lat 80. Tym razem naukę w Hilman College zaczyna bowiem ich najmłodsza córka, Deborah Wayne (Maleah Joi Moon). Na kampusie dziewczyna poznaje innych afroamerykańskich studentów, w tym m.in. Rashidę Duvall (Alijah Kai) – pierwszą w rodzinie studentkę kryminologii, utalentowanego sportowca Shaquille'a Johnsona (Cornell Young IV) i pochodzącą z prowincji religijną Hazel Henry (Kennedi Reece).



→ PREMIERA 24.09



CHCESZ  
WIEDZIEĆ  
WIĘCEJ?  
CZYTAJ  
NETFILM



**20.50** → Piotr i Andrzej martwią się o Adama. Postanawiają szybko interweniować, gdy ich kolega ponownie wpada w tarapaty.  
**TVP 2**

### M jak miłość

**OBYCZAJOWY PO** Olek zjawia się w domu nocą kompletnie pijany. Aneta robi mu wyrzuty. Tymczasem Mariusz u Sowińskiego zaciera ślady zbrodni. Następnego dnia personel kliniki zauważa, że dyrektor zniknął. Kasia proponuje mężowi wyjazd do USA. Marcin wraca do pracy detektywa. **WT** Werner po rozstaniu z Sylwią pograża się w kryzysie. Budzyńscy próbują wesprzeć przyjaciela, nawet gdy ten niszczy ich randkę. Następnego dnia koledzy prawnika tracą cierpliwość i urządzają na Deszczowej małą interwencję. Magda jest mile zaskoczona nagłym przyjazdem Julii z córkami.

**HID** POLSKA 2026 ▶ 60 min



**18.05** **Klan**  
**TVP 1** **TELENOWELA**

**PO** Jerzy i Mariola chwalą Oskara za organizację winobrania. Brajan zastaje w domu Darka. Uświadamia mu, że za często odwiedza Czesię. **WT** Dominika wypytuje Mariolę o relację z Oskarem. Agnieszka martwi się o córkę. Po kolejnej rozmowie z Zosią jedzie do Pragi. **SR** Wiga szykuje uroczystą kolację na powrót Pawełka i Toli z Bieszczad. Wraz ze Skoczka nie mogą się już doczekać. **CZ** Tola i Pawełek szykują się do inauguracji roku akademickiego. Oskar wyznaje Marioli miłość. **PT** Agnieszka informuje telefonicznie Janusza, że planuje razem z Zosią odwiedzić w rodziców Jaromira.

**HID** POLSKA 2026 ▶ 35 min



**18.00** **Pierwsza miłość**  
**POLSAT** **OBYCZAJOWY**

**PO** Jolka widzi Kingę i Janka w czułym uścisku. Obiecuje, że nikomu nic nie powie. Ewa umawia się z Łucją na spotkanie. Sądzi, że kobieta coś ukrywa. **WT** Alan towarzyszy Hubertowi i Erykowi podczas zakupów. Dowiaduje się, że ma rozmowę kwalifikacyjną za godzinę. **SR** Jolka oznajmia Tomkowi, że nie zamieszka w kawalerce. Chłopak próbuje porozumieć się z Kingą. Stawiają twarde warunki. **CZ** Bartek budzi się w dawnym domu. Emilka robi mu śniadanie, lecz on w pośpiechu wychodzi. **PT** Jurek pomaga Jadzi w opiece nad Anusią. Nieoczekiwanie u kobiety zjawia się z Waldek z bukietem kwiatów.

**HID** POLSKA 2026 ▶ 50 min



**20.25** **Komisarz Alex 26**  
**TVP 1** **KRYMINALNY**

**SO** Ginie ceniony dziennikarz, 44-letni Jan Szczęsny. Policjanci wszczynają śledztwo. Sprawdzają tematy, którymi mężczyzna zajmował się tuż przed tragedią i przesłuchują jego znajomych. Pomoc w tej sprawie oferuje Wojciech Sznajder, znany terapeuta.

**HID** POLSKA 2026 ▶ 60 min



**16.00** **Zjazd. Będzie się działo 2**  
**STOPKATKA**

**OBYCZAJOWY PO-CZ** Do zjazdu przyjeżdżają na urlop zakonnice – Małgosia, Kamila i Ewa. Pierwsza z nich spotyka dawną miłość. Pojawia się też specjalista do spraw restrukturyzacji, który ma skontrolować firmę znajomej Wiole. Próbuje wciągnąć ją w spisek.

**HID** POLSKA 2026 ▶ 60 min



**16.50** **Szpital św. Anny**  
**TVN** **OBYCZAJOWY**

**PO-PT** Marta i Tomek pomagają kobiecie, która cierpi na urojenia. Bartek próbuje wpłynąć na Kaśkę, by się nie wyprowadzała. Maciek z Olkiem mają zamieszkać z nią w jej nowym domu. Kiedy Alicja nie dzwoni do syna, rozgoryczony chłopiec zmienia zdanie.

**HID** POLSKA 2026 ▶ 65 min



**16.55** **Gliniarze. Śląsk**  
**POLSAT** **KRYMINALNY**

**PO-PT** Bankomaty na Śląsku stają się celem przestępców, którzy używają materiałów wybuchowych nieznanego pochodzenia. Trop prowadzi do handlarzy bronią. Gutek i Kowalski zajmują się śmiercią emerytki. Ciało znaleziono w splądrowanym mieszkaniu.

**HID** POLSKA 2026 ▶ 65 min

### NIE PRZEGAP!



**20.25** **Gra z cieniem 2**  
**TVP 1** **KRYMINALNY**

**ND** Kosek tropi Helenę i wchodzi w ryzykowny układ z fódzkim półświatkiem. Porada podejmuje śmiertelnie niebezpieczną próbę wyniesienia z gabinetu majora Opałki tajnych ksiąg lotów.

**HID** POLSKA 2026 ▶ 60 min



**21.00** **Apollo w ogniu: Apollo Has Fallen**  
**C+ PREMIUM**

**SENSACYJNY PO** Zara jest o krok od ujawnienia swojej tożsamości. Zamierza skonfrontować się z kretem w Londynie. Liczy, że uda się jej uniknąć aresztowania i zdobyć potrzebne informacje.

**HID** WLK. BRYT./FRANCJA 2026 ▶ 50 min



**20.30** **Felicita**  
**TVP 1** **OBYCZAJOWY**

**WT, SR** Stella i Francesca są zaniepokojone stanem Marco po rozwodzie. Ten oferuje Zośce pomoc. Wpada na pomysł, aby Giulia przyjechała z Nico do Warszawy. Oliwia martwi się o Davide.

**HID** POLSKA/WŁOCHY 2026 ▶ 35 min



**21.40** **Zdrada**  
**POLSAT** **KRYMINALNY**

**CZ** Patryk stawia żonie ultimatum. Joachim, zaufany człowiek Huberta, dostaje zadanie specjalne. Paweł jest w szoku, gdy się o tym dowiaduje. Podczas urodzin jego teścia do drzwi puka policja.

**HID** POLSKA 2023 ▶ 75 min



## 19.00 Lombard. Życie pod zastaw 19

**OBYČAJOWY PO** Marcin razem z mamą Ewą sprzedają planszówki. Roman przynosi do wyceny gadżety. Łądek i Michała natchodzi Jędrzej. **WT** W lombardzie zjawia się klient Osiek na nietypowym rowerze, co budzi zmieszanie Moczynosa. Wraca też Natalia. **SR** Sąd odbiera Magdzie 8-letniego syna i umieszcza go w rodzinie zastępczej. Kobieta przeżywa walkę o odzyskanie praw do dziecka. **CZ** Jacek i Oliwia podczas randki nad rzeką widzą mafijną egzekucję. Mężczyzna gubi dokumenty. **PT** Skradziony Januszowi rower trafia do lombardu. Poszkodowany postanawia zaprowadzić porządek.

**HD** POLSKA 2026 ▶ 60 min



## 19.00 Policjantki i Policjanci

**OBYČAJOWY PO** Pod skałkami na górnym szlaku zbieracz butelek znajduje ranną dziewczynę. Białach i Bachleda rozpoczynają śledztwo. **WT** Szulc i Sołtyś badają włamanie do domu adwokata. Skradziono pieniądze, biżuterię, zegarki i wino należące do mafijnego bossa. **SR** Pijani nastolatkiwie potracili kobietę, która wybiegła na drogę. Obrażenia ofiary wskazują na jej wcześniejsze pobicie. **CZ** Białach i Bachleda trafiają na sprawę związaną z porachunkami pseudokibiców. Plotka nakręca konflikt. **PT** Do komendy przychodzi Eugeniusz z ładunkiem wybuchowym przy ciele. Żąda spotkania z Kostyrą.

**HD** POLSKA 2026 ▶ 60 min



## 20.05 Barwy szczęścia

**OBYČAJOWY** **TVP 2** **PO** Grzelakowie zostają pozwani przez pana Bogumiła, który po zatruciu grzybami żąda od nich 100 tysięcy złotych odszkodowania. **WT** Aldona i Borys chcą ustalić wysokość rekompensaty dla klienta. Ten awanturuje się w sklepie. Amelia jest zawiedziona postawą Bruna. **SR** Zaangażowanie Mariusza w pomoc Jance irytuje Kasię. Hubert upewnia się, że Lucyna nie była z nim szczerza. **CZ** Kasia i Łukasz konsultują się w sprawie Ksawerego. Ten dowiaduje się, że urodził się dzięki in vitro. **PT** Pyrkowie wciąż są wstrząśnięci po ujawnieniu intrygi Wilka i kłamstw Lucyny. Na Zaczisnej interweniuje policja.

**HD** POLSKA 2026 ▶ 35 min



## 20.15 Na Wspólnej

**OBYČAJOWY** **TVN** **PO** Igor wciąga Leona w akcję przeciw dilerowi Julki. Chłopak spotyka się z przestępcą, by nagrać transakcję. Ilona i Babiliszewski spierają się z Mileną o lokal na dachu. **WT** Seba jedzie z Agnieszką i Heblem na mecz do poprawczaka. Tomek znika przed rozgrywką i spóźnia się na spotkanie. Okazuje się, że okradziono drużynę gości. **SR** Córka Grega wyznaje Weronice, że to ona dźgnęła ojca nożem. Agnieszka słyszy, jak Ryszard każe Sebie obserwować Tomka. **CZ** Żaba odkrywa, że to Olszewska doprowadziła do cofnięcia Tomkowi zgody na pracę poza ośrodkiem. Zrywa umowę z kobietą.

**HD** POLSKA 2026 ▶ 35 min



## 20.05 Uroczysko

**KRYMINALNY** **TV 4** **PO-CZ** Funkcjonariusze szukają zaginionej Wiktorii, a do komendy zgłaszają się kolejne kobiety przynajmniej się do tej samej zbrodni. Walicki wie, że któraś z nich kłamie. Śledczy badają też śmierć 18-letniego ministranta po romantycznym spotkaniu.

**HD** POLSKA 2026 ▶ 35 min



## 20.40 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny

**KRYMINALNY PO-CZ** W tartaku policja znajduje odciski poszukiwanego Szymona Czyż, który rok wcześniej napadł na kanta gangstera Damiana Karasia. Wach i Kujawińska próbują go schwycić, gdy dochodzi do brutalnego morderstwa właściciela obiektu.

**HD** POLSKA 2026 ▶ 60 min



## 21.40 Sprawiedliwi. Trójmiasto

**KRYMINALNY PO-CZ** Berg i Pietras prowadzą śledztwo w sprawie gwałtu na 15-letniej Sylwii. Osica i Serafin badają sprawę makabrycznej przesyłki zostawionej Elżbiecie Waleckiej. Podejrzanie pada na brutalnego męża kobiety, byłego komandos.

**HD** POLSKA 2026 ▶ 65 min



## 21.50 Na sygnale

**FABULAR.-DOKUM.** **TV 2** **PO-SR** Wiktor ponownie trafia na Milenę, która po upadku rani się w rękę i zaczyna krwawić z dróg rodnych. Banach pilnie wiezie ją do szpitala. Zespół Góry jedzie do rzekomego zawału u kobiety. Pomocy potrzebuje także jej mąż, u którego rozwija się sepsa.

**HD** POLSKA 2026 ▶ 30 min



## 20.10 Edukacja XD

**KOMEDIOWY** **ALE KINO+** **SR** W Pałacu Kultury i Nauki ma dojść do sprzedaży Polski Żydom lub ewentualnie odwrotnej transakcji. Malcolmowi, Stomilowi i ich towarzyszom depczą jednak po piętach wierzyciele Remika.

**HD** POLSKA 2025 ▶ 65 min



## 20.50 Na dobre i na złe

**OBYČAJOWY** **TVP 2** **SR** Falkowicza niepokoi związek Matyldy z ratownikiem Darkiem. Postanawia otwarcie porozmawiać z partnerem córki. Po spotkaniu wpada w panikę, podejrzewając, że dziewczyna jest w ciąży.

**HD** POLSKA 2026 ▶ 60 min



## 20.30 Ojciec Mateusz 35

**KRYMINALNY** **TVP 1** **CZ** Ktoś umieszcza w sieci kompromitujące nagranie z kandydatem na prezesa spółdzielni mieszkaniowej. Dochodzi też do pobicia rolnika. Sprawy są powiązane. Do śledztwa dołącza Mateusz.

**HD** POLSKA 2026 ▶ 55 min



## 22.25 Czas niedokonany

**SENSACYJNY** **TVP 1** **CZ** W 1977 roku śmierć Stanisława Pyjasa stawia krakowskich bohaterów przed decyzjami, które zaważą na ich życiu. W 2019 roku umierający ojciec Adama zdobywa się na poruszające wyznanie.

**HD** POLSKA 2024 ▶ 60 min

## Warto zobaczyć

**12.25** **Jak wytresować smoka 2**  
**POLSAT** **ANIMOWANY** Drago chce skłócić przedstawicieli ras ludzkiej i smoczej. Ciekawka i Szczerbatek krzyżują mu plany. Reż.: Dean DeBlois, D: Grzegorz Drojewski, Danuta Stenka  
 USA/Indie 2014 **145 min** ► do godz. 14.50

**12.35** **Vera Cruz**  
**TVP 1** **WESTERN** Rok 1866, Meksyk. Były major wojsk Południa i bandyta Joe eskortują hrabinę Duvarre, która przewozi do Vera Cruz złoto. Reż.: Robert Aldrich, A: Gary Cooper, Burt Lancaster, Denise Darcel  
 USA 1954 **110 min** ► do godz. 14.25

**13.40** **Sztuczki**  
**TVP KULTURA** **KOMEDIODRAMAT** Stefek i jego siostra mieszkają z matką. Chłopiec wierzy, że zdoła sprawić, by ojciec, który ich porzucił, wrócił do domu. Reż.: Andrzej Jakimowski, A: Ewelina Walendziak, Damian Ul, Tomasz Sapryk  
 Polska 2007 **110 min** ► do godz. 15.30

**15.45** **Chłopiec z burzy**  
**TVP** **PRZYGODOWY** Emeryt opowiada wnuczce o swoim dzieciństwie. Dorastał na austrijskim wybrzeżu. Zaopiekował się osieroconymi pelikanami. Reż.: Shawn Seet, A: Finn Little, Jai Courtney, Geoffrey Rush  
 Australia 2019 **130 min** ► do godz. 17.55

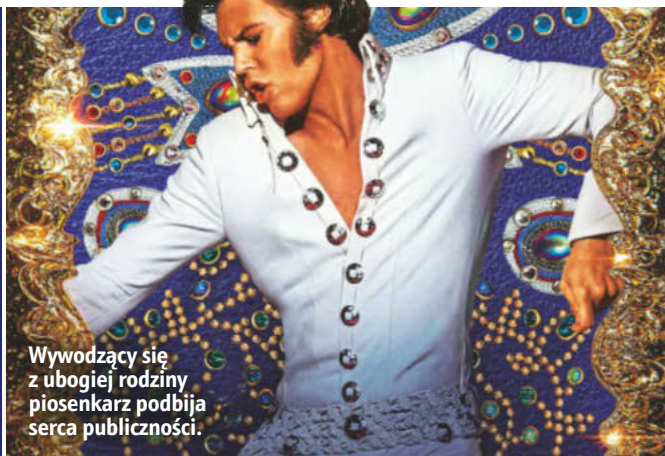
**15.55** **Najczarniejsza godzina**  
**STOPKLATKA** **HORROR SF** Moskwa. Programiści z USA stają się świadkami inwazji obcych. Celem najeźdźców jest zagłada Ziemi. Reż.: Chris Gorak, A: Emile Hirsch, Max Minghella, Joel Kinnaman  
 USA/Rosja 2011 **110 min** ► do godz. 17.45

**18.20** **Kot w butach: Ostatnie życzenie**  
**HBO** **ANIMOWANY** Awanturnik musi przejść na emeryturę po utracie ośmiu żyć. Gwiazdka może odwrócić jego los. Reż.: Joel Crawford, Januel Mercado, D: Wojciech Malajkat, Monika Dryl  
 USA/Japonia 2022 **100 min** ► do godz. 20.00

**20.00** **Kamerdyner**  
**KINO POLSKA** **HISTORYCZNY** Mateusz po śmierci matki trafia do arystokratycznej rodziny ojca. Wraz z wybranką staje w obliczu dziejowych wydarzeń. Reż.: Filip Bajon, A: Anna Radwan, Janusz Gajos, Anna Radwan  
 Polska 2018 **180 min** ► do godz. 23.00

**23.00** **Inni ludzie**  
**ALE KINO+** **OBYCZAJOWY** Warszawa. Zbuntowany trzydziestolatek Kamil spotyka się ze studentką i romansuje z mężatką. Ich życie obserwuje Jezus. Reż.: Aleksandra Terpińska, A: Jacek Beler, Sonia Bohosiewicz, Lech Dyblak  
 Polska/Francja 2021 **125 min** ► do godz. 1.05

## → filmowe hity



Wychodzący się z ubogiej rodziny piosenkarz podbija serca publiczności.

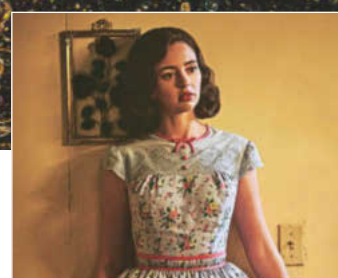
**21.35** **Elvis**

TVN

**BIOGRAFICZNY** Opowieść o karierze króla rock and rolla i jego trudnej współpracy z menedżerem.

**HIT DNIA**

Rok 1997. Śmiertelnie chory Tom Parker wspomina swoją znajomość ze słynnym artystą, którego był menedżerem. Jest połowa lat 50., gdy Parker po raz pierwszy spotyka Elvisa Presleya. Szybko dostrzega ogromny potencjał wokalisty i przekonuje go, by oddał mu na wyłączność kontrolę nad swoją karierą. Początkowo współpraca układa się dobrze i dzięki Parkerowi Presley i jego rodzice mogą zapomnieć o ubóstwie, z którym dotąd się zmagali. Po kilku latach Elvis zaczyna dotkliwie odczuwać negatywne strony umowy. Menedżer podejmuje bowiem za niego wszelkie decyzje, także te dotyczące re-



peruaru. Narastający konflikt wybucha, gdy Parker zabrania muzykowi wyruszyć w światową trasę koncertową. Na dodatek także w małżeństwie Elvisa z Priscillą nie układa się najlepiej. **HD 195 min** ► do godz. 0.50

USA/Australia 2022 Reż.: Baz Luhrmann WYST.: Austin Butler, Tom Hanks, Olivia DeJonge, Alton Mason



20.00

TVN 7

**Top Gun**

**SENSACYJNY** Zdolny pilot Maverick (Tom Cruise) zostaje wysłany na szkolenie do elitarniej jednostki lotniczej. Rywalizuje z Tomem (Val Kilmer) o tytuł przyznawany najlepszemu absolwentowi i względy instruktorki Charlotte.

Reż.: Tony Scott WYST.: Kelly McGillis  
 USA 1986 **HD 145 min** ► do godz. 22.25



20.00

TV PULS

**Alarum**

**SENSACYJNY** Szpieg Joe (Scott Eastwood) i Lara (Willa Fitzgerald) po ślubie rezygnują z ryzykownej pracy. Ich spokój kończy się, gdy Joe przejmie skradziony dysk. Jego byli szefowie wysyłają za nim zabójcę.

Reż.: Michael Polish WYST.: Sylvester Stallone  
 USA 2025 **HD 120 min** ► do godz. 22.00



20.00

HBO

**Czas kruka**

**OBYCZAJOWY** Po niespodziewanej śmierci ukochanej żony młody ojciec (Benedict Cumberbatch) zostaje sam z dwoma synami. Przełomem w życiu pogrążonej w żałobie rodziny okazuje się pojawienie się tajemniczego kruka.

Reż.: Dylan Southern WYST.: David Thewlis  
 Wlk. Bryt. 2025 **HD 95 min** ► do godz. 21.35



22.00

POLSAT

**Jeden gniewny człowiek**

**THRILLER** Los Angeles. H (Jason Statham) rozpoczyna pracę w firmie zajmującej się przewozem cennych ładunków. Musi wytropić weteranów z Afganistanu, którzy odpowiadają za napady na konwoje.

Reż.: Guy Ritchie WYST.: Holt McCallany  
 USA 2021 **HD 160 min** ► do godz. 0.40



22.00

TV PULS

**Demaskator**

**THRILLER** Rządowy agent do zadań specjalnych Travis (Liam Neeson) wpada na trop tajnego programu FBI wymierzonego w obywateli USA. Próbuje odkryć prawdę. Ściąga wielkie niebezpieczeństwo na siebie i swoją rodzinę.

Reż.: Mark Williams WYST.: Taylor John Smith  
 Australia 2022 **HD 120 min** ► do godz. 0.00



22.25

TVN 7

**Diuna: Część druga**

**SCIENCE FICTION** Paul Atryda (Timothée Chalamet), ocalały z rzezi dokonanej przez Harkonnenów, chroni się wśród wędrownego ludu Fremenów. Biorą go oni za wybrańca. Tymczasem baron przeprowadza kolejne ataki.

Reż.: Denis Villeneuve WYST.: Zendaya  
 USA 2023 **HD 205 min** ► do godz. 1.50

## → filmowe hity



Lucjan liczy, że wkrótce wróci do swojego domu. Edward wie, że to płonne nadzieje.

22.40 **Cisza nocna**

TVP 1

**HORROR** Emerytowany aktor musi zamieszkać w domu opieki. Odkrywa mroczny sekret tego miejsca.

HIT DNIA

Lucjan ma prawie osiemdziesiąt lat. Tęskni za zmarłą żoną i karierą na deskach teatru. Mieszka z synem, który proponuje seniorowi, aby na czas remontu przeniósł się do domu opieki. Emeryt czuje się nieswojo w nowym miejscu, mimo że w placówce pracuje uprzejmy personel, a inni pensionariusze wydają się

sympatyczni. Przytłacza go atmosfera zbliżającej się śmierci. Pewnej nocy pod wpływem opowieści współlokatora, Edwarda, Lucjan schodzi do piwnic. Odkrywa tajemnicze przejście do równoległego świata. **HD 125 min ► do godz. 0.45**

Polska 2024 **Reż.:** Bartosz M. Kowalski  
**Wyst.:** Maciej Damiecki, Zdzisław Wardęjn, Włodzimierz Press, Joanna Balasz

20.00 **Szybcy i martwi**

STOKLATKA

**WESTERN** Dzikie Zachód. Sadystyczny bogacz John Herod (Gene Hackman) organizuje krwawy turniej rewolwerowców w miasteczku Redemption. Pragnąca się na nim zemścić Ellen (Sharon Stone) bierze udział w zawodach.

**Reż.:** Sam Raimi **Wyst.:** Russell Crowe  
USA 1995 **HD 130 min ► do godz. 22.10**

22.30 **Cwaniaki z Hollywood**

TVP KOBIETA

**KOMEDIA KRYMINALNA** Producent filmowy (Robert De Niro) zginie, jeśli nie spłaci długu u gangstera. Chce doprowadzić do śmierci aktora (Tommy Lee Jones) na planie i zgarnąć miliony z polisy.

**Reż.:** George Gallo **Wyst.:** Robert De Niro  
USA 2020 **HD 110 min ► do godz. 0.20**

21.00 **Nie ma duchów w mieszkaniu**

C+ PREMIUM

**OBYCZAJOWY** Benek (Bartłomiej Deklewa) i jego troje rodzeństwa wchodzi w dorosłość. Lęki oraz życiowe rozterki komplikują łącząca ich dotychczas relacje.

**Reż.:** Erni Buchwald **Wyst.:** Tymoteusz Rozynek  
Polska 2025 **HD 90 min ► do godz. 22.30**

22.45 **Kos**

TVP KULTURA

**HISTORYCZNY** Rok 1794. Generał Kościuszko (Jacek Braciak) planuje powstanie przeciw Rosjanom. W tym czasie Ignac (Bartosz Bielenia), nieślubny syn szlachcica, ucieka z cennym dokumentem. Ściga go okrutny brat.

**Reż.:** Paweł Maślona **Wyst.:** Michał Czernecki  
Niemcy 2023 **HD 130 min ► do godz. 0.55**

## → sport



12.55

**Grand Prix Azerbejdżanu**

ELEVEN SPORTS 1

**FORMUŁA 1 LIVE**

Piętnasty wyścig w tegorocznym cyklu odbędzie się na ulicznym torze w Baku. O trzecie zwycięstwo z rzędu i dziewiąte w sezonie zawalczy Andrea Kimi Antonelli. Włoch pewnie zmierza po swój premierowy tytuł mistrza F1. **HD 125 min ► do godz. 15.00**



20.00

**Babilon MMA 60**

SUPER POLSAT

**SPORTY WALKI LIVE**

Podczas gali w Skierniewicach weteran polskiego MMA Rafał Błachuta zmierzy się z Domem Norkusem. W klatce pojawi się też Krzysztof Głowacki. Rywalem byłego mistrza świata w boksie będzie Calley de Oliveira. **HD 240 min ► do godz. 0.00**



20.35

**Anglia – Hiszpania**

TVP SPORT

**PIŁKA NOŻNA LIVE**

Wielki hit Ligi Narodów, a zarazem rewanż za finał Euro 2024. Wówczas w Berlinie górą była drużyna La Furia Roja (2:1). Czy w tym spotkaniu na Wembley Synowie Albionu zdołają odegrać się na Laminie Yamalu i spółce? **HD 175 min ► do godz. 23.30**



20.45

**Mistrzostwa Europy 2026**

POLSAT SPORT 1

**SIATKÓWKA LIVE**

Forum w Assago będzie areną meczu o złoty medal 34. czempionatu Starego Kontynentu. W finale poprzednich ME Polska ograła Włochy 3:0. Obie drużyny dobrze rozpoczęły tegoroczną turniej. **HD 135 min ► do godz. 23.00**

## → rozrywka



16.00

**Kaśka Sochacka – „Ta Druga na Bis” (Live)**

C+ PREMIUM

**KONCERT** Zapis wyjątkowej sesji studyjnej wokalistki, której twórczość wymyka się klasyfikacjom. Melomani usłyszą nowe aranżacje piosenek, łączące elementy popu, muzyki alternatywnej i poezji śpiewanej. **HD 50 min ► do godz. 16.50**



19.45

**Azja Express**

TVN

**REALITY SHOW**

Uczestnicy docierają do Surabai. Para z immunitetem ma szansę zrelaksować się w kompleksie basenów rytualnych świątyni Candi Jolotundo. Reszta śmiałków walczy o przetrwanie na trasie do mety w Madiun. **HD 110 min ► do godz. 21.35**



20.30

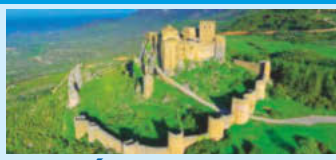
**The Voice of Poland 17**

TVP 2

**WIDOWISKO**

Podczas kolejnych „Przesłuchań w ciemno” Michał Szpak, Kuba Badach, Tomson i Baron oraz Edyta Bartosiewicz staną przed trudnymi wyborami. Prowadzą Paulina Chylewska i Maciej Musiał. **HD 75 min ► do godz. 21.45**

## → dokument



20.00

**Świat z góry. Zamki**

FOKUS TV

**REPORTAŻ**

Podniebna podróż nad najpiękniejszymi zamkami Europy. Dzięki ujęciom z dronów widzowie ujrzą twierdze, pałace oraz fortece z nieznaną im dotąd perspektywą. **HD 60 min ► do godz. 21.00**

| TVP 1 | TVP 1                                                                                                                                                 | HD | DVB T2 | TVP 2 | TVP 2                                                                                        | HD | DVB T2 | polsat      | POLSAT                                                                                                                                                                    | HD | DVB T2 | tvn         | TVN                                                                                                                                              | HD | DVB T2 |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|--------|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------|----|--------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|--------|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|--------|
| 5.15  | <b>Wykrywacz kłamstw</b><br>– program publicystyczny                                                                                                  |    |        | 5.20  | <b>Barwy szczęścia</b> (3402, 3403)<br>– serial obyczajowy, Polska 2026                      |    |        | 4.40        | <b>Disco Gramy</b>                                                                                                                                                        |    |        | 5.40        | <b>Uwaga!</b> – magazyn reporterów                                                                                                               |    |        |
| 5.30  | <b>Pytanie dnia</b> – pr. publicyst.                                                                                                                  |    |        | 6.30  | <b>M jak miłość</b> (1941) – serial obyczajowy, Polska 2026                                  |    |        | 5.25        | <b>Telezakupy TV Okazje</b>                                                                                                                                               |    |        | 5.55        | <b>Ukryta prawda</b> (1487) – serial paradokumentalny, Polska 2023                                                                               |    |        |
| 5.55  | <b>Oko na świat</b> – magazyn                                                                                                                         |    |        | 7.30  | <b>Pytanie na śniadanie</b><br>– pobudka – magazyn                                           |    |        | 6.00        | <b>Nowy dzień z Polsat News</b>                                                                                                                                           |    |        | 6.50        | <b>Kobieta na krańcu świata</b> (4)<br>– serial dok., Polska 2026                                                                                |    |        |
| 6.20  | <b>Balans bieli</b> – program religijny                                                                                                               |    |        | 7.55  | <b>Pytanie na śniadanie</b><br>– magazyn                                                     |    |        | 8.00        | <b>halo tu polsat</b> – magazyn                                                                                                                                           |    |        | 7.45        | <b>Dzień Dobry TVN</b> – magazyn                                                                                                                 |    |        |
| 7.00  | <b>Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze</b>                                                                              |    |        | 11.15 | <b>Super Gary. Gotuj z Bosacką!</b> (4) – magazyn kulinarny                                  |    |        | 12.00       | <b>Shrek ma wielkie oczy</b><br>– film animowany, USA 2010                                                                                                                |    |        | 11.30       | <b>Dobrze zrobione w domu</b> (6)<br>– magazyn poradnikowy                                                                                       |    |        |
| 7.40  | <b>Rok w ogrodzie</b> (1184) – magazyn                                                                                                                |    |        | 12.00 | <b>W poszukiwaniu dobrego filmu</b> – magazyn filmowy                                        |    |        | 12.25       | <b>Jak wytresować smoka 2</b><br>– film animowany, USA/Indie 2014, reż. Dean DeBlois, 145 min                                                                             |    |        | 11.35       | <b>Na Wspólnej</b> (4280-4283) – serial obyczajowy, Polska 2026                                                                                  |    |        |
| 8.05  | <b>Rok w ogrodzie extra</b> (457) – magazyn                                                                                                           |    |        | 12.35 | <b>Informacje kulturalne</b>                                                                 |    |        | <b>FILM</b> |                                                                                                                                                                           |    |        | 13.35       | <b>Kobieta na krańcu świata</b> (2)<br>– serial dok., Polska 2026                                                                                |    |        |
| 8.20  | <b>Pełnosprawni</b> (671) – magazyn dla niepełnosprawnych                                                                                             |    |        | 13.00 | <b>Panna młoda</b> (207) – serial obyczajowy, Turcja 2024                                    |    |        |             |                                                                                                                                                                           |    |        |             |                                                                                                                                                  |    |        |
| 8.50  | <b>Ranczo 2</b> (15): Gmina to ja – serial obyczajowy, Polska 2007                                                                                    |    |        | 14.00 | <b>Familiada</b> – teleturniej                                                               |    |        |             |                                                                                                                                                                           |    |        |             |                                                                                                                                                  |    |        |
| 9.50  | <b>Felicita</b> (7-9) – serial obyczajowy, Polska/Włochy 2026                                                                                         |    |        | 14.35 | <b>Koło fortuny</b> – teleturniej                                                            |    |        |             |                                                                                                                                                                           |    |        |             |                                                                                                                                                  |    |        |
| 11.25 | <b>Ojciec Mateusz 21</b> (272) – serial kryminalny, Polska 2019                                                                                       |    |        | 15.15 | <b>Szansa na sukces. Opole 2027</b> (3): Kuba Badach – widowisko                             |    |        | 14.50       | <b>Zaginiony świat: Park jurajski</b> – film przygodowy, USA 1997, reż. Steven Spielberg, wyk. Jeff Goldblum, Pete Postlethwaite, Richard Schiff, Peter Stormare, 160 min |    |        | 14.10       | <b>MasterChef</b> (3)<br>– program rozrywkowy                                                                                                    |    |        |
| 12.20 | <b>Dobre strony</b> (2)<br>– cykl felietonów                                                                                                          |    |        | 16.20 | <b>Na dobre i na złe</b> (998): Świat powinien się skończyć – serial obyczajowy, Polska 2026 |    |        | <b>FILM</b> |                                                                                                                                                                           |    |        |             |                                                                                                                                                  |    |        |
| 12.35 | <b>Gwiazdy w południe: Vera Cruz</b> – western, USA 1954, reż. Robert Aldrich, wyk. Gary Cooper, Burt Lancaster, Denise Darcel, Cesar Romero, 110 min |    |        | 17.20 | <b>Panna młoda</b> (208) – serial obyczajowy, Turcja 2024                                    |    |        |             |                                                                                                                                                                           |    |        |             |                                                                                                                                                  |    |        |
| 14.25 | <b>Okrasa łamie przepisy</b> – mag.                                                                                                                   |    |        |       |                                                                                              |    |        |             |                                                                                                                                                                           |    |        |             |                                                                                                                                                  |    |        |
| 15.00 | <b>Rolnik szuka żony</b> 13 (3) – telenowela dokum., Polska 2026                                                                                      |    |        | 18.15 | <b>Omnibus – szybci i mądzy</b> (44) – teleturniej                                           |    |        |             |                                                                                                                                                                           |    |        | 15.45       | <b>Chłopiec z burzy</b> – film przygodowy, Australia 2019, reż. Shawn Seet, wyk. Finn Little, Jai Courtney, Geoffrey Rush, Erik Thomson, 130 min |    |        |
| 16.00 | <b>Zaraz wracam 3</b> (146, 147) – serial obyczajowy, Polska 2026                                                                                     |    |        | 19.10 | <b>Słowo na niedzielę</b>                                                                    |    |        | 17.30       | <b>Awantura o kasę</b> – teleturniej                                                                                                                                      |    |        | <b>FILM</b> |                                                                                                                                                  |    |        |
| 17.00 | <b>Teleexpress, pogoda</b>                                                                                                                            |    |        | 19.25 | <b>Rodzinka.pl</b> (315, 316): Restrukturyzacja; Urodzinki – serial komediowy, Polska 2026   |    |        | 18.50       | <b>Wydarzenia</b>                                                                                                                                                         |    |        |             |                                                                                                                                                  |    |        |
| 17.30 | <b>Ojciec Mateusz 35</b> (453) – serial kryminalny, Polska 2026                                                                                       |    |        |       |                                                                                              |    |        | 19.15       | <b>Prezydenci i premierzy</b> (468) – program publicystyczny                                                                                                              |    |        | 17.55       | <b>Taskmaster</b> (4)<br>– program rozrywkowy                                                                                                    |    |        |
| 18.20 | <b>Przed ekranem</b> – magazyn                                                                                                                        |    |        |       |                                                                                              |    |        | 19.25       | <b>Wypasiona kuchnia</b> (27) – program rozrywkowy                                                                                                                        |    |        | 19.00       | <b>Fakty, sport i pogoda</b>                                                                                                                     |    |        |
| 18.40 | <b>Jaka to melodia?</b> – teleturniej muzyczny                                                                                                        |    |        |       |                                                                                              |    |        | 19.35       | <b>Sport, pogoda</b>                                                                                                                                                      |    |        |             |                                                                                                                                                  |    |        |
| 19.30 | <b>Program informacyjny</b> 19.30                                                                                                                     |    |        |       |                                                                                              |    |        |             |                                                                                                                                                                           |    |        |             |                                                                                                                                                  |    |        |
| 19.55 | <b>Pytanie dnia</b> – pr. publicyst.                                                                                                                  |    |        |       |                                                                                              |    |        |             |                                                                                                                                                                           |    |        |             |                                                                                                                                                  |    |        |
| 20.05 | <b>Sport, pogoda</b>                                                                                                                                  |    |        |       |                                                                                              |    |        |             |                                                                                                                                                                           |    |        |             |                                                                                                                                                  |    |        |

20

## KRYMINALNY



**20.25 Komisarz Alex 26** (324)  
– Polska 2026

Ginie ceniony dziennikarz. Policjanci wszczynają śledztwo. Sprawdzają tematy, którymi mężczyzna zajmował się tuż przed tragedią i przesłuchują jego znajomych, próbując odtworzyć ostatnie dni ofiary. Niespodziewanie pomoc w tej wyjątkowo trudnej sprawie oferuje terapeuta Wojciech Sznajder.

**21.25 Gala wręczenia nagród 51. Festiwalu Polskich Filmów Fabularnych w Gdyni** – widowisko

**22.40 Czysta nocna** – horror, Polska 2024, reż. Bartosz M. Kowalski, wyk. Maciej Damiecki, Zdzisław Wardęj, Włodzimierz Press, Anna Nehrebecka, 125 min

**0.45 Morderstwa w Montauban** – film kryminalny, Francja 2024, reż. Muriel Aubin, wyk. Hubert Delattre, Déborah Krey, Lionnel Astier, Ahmed Hammadi Chassin, 100 min

**2.25 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny

**3.25 Film dokumentalny**  
**4.20 Zakończenie**

## WIDOWISKO



**20.30 The Voice of Poland 17** (5, 6): Przesłuchania w ciemno

Michał Szpak, Kuba Badach, Tomson i Baron oraz Edyta Bartosiewicz staną przed kolejnymi trudnymi wyborami, oceniając potencjał uczestników rywalizacji jedynie na podstawie głosu. Nie obędzie się bez dyskusji. Wokalistów wspiera publiczność. Ania Karwan ponownie jest trenerką The Voice Comeback Stage powered by Orange.

**23.00 Program rozrywkowy**  
**23.25 51. Festiwal Polskich Filmów Fabularnych w Gdyni** – studio festiwalowe – cykl reportaży, Polska 2026

**23.45 Postaw na milion** – teleturniej  
**0.45 Dzień dobry, Kocham Cię** – komedia romantyczna, Polska 2014, reż. Ryszard Zatorski, wyk. Aleksy Komorowski, Barbara Kurdej-Szatan, Paweł Domagała, Olga Boładź, 100 min

**2.25 Prawo Bronxu** – dramat kryminalny, USA 1993, reż. Robert De Niro, wyk. Robert De Niro, Chazz Palminteri, Lillo Brancato, Francis Capra, 120 min

**4.25 Zakończenie**

## ROZRYWKOWY



**19.55 Kabaret na żywo. Młodzi i Moralni** (4)

W nowej edycji programu ma być więcej scenek z codziennego życia, a mniej polityki. Robert Górski i Robert Korólczyk w cyklu „Fachowcy” sportretują ludzi pracujących w różnych branżach. Powrócą skecze o polskiej rodzinie, próbującej odnaleźć się w czasach poprawności politycznej.

**22.00 Jeden gniewny człowiek** – thriller, USA/Wielka Brytania 2021, reż. Guy Ritchie, wyk. Jason Statham, Holt McCallany, Rocci Williams, Josh Hartnett, 160 min  
Los Angeles. H zatrudnia się w firmie przewożącej cenne ładunki. Ma wytropić ludzi odpowiedzialnych za napady na konwoje. Zlecenie jest jego szansą na zemstę.

**0.40 Ghost Rider** – thriller, USA/Australia 2007, reż. Mark Steven Johnson, wyk. Nicolas Cage, Eva Mendes, Peter Fonda, 140 min

**3.00 Telefon** – thriller, USA 2002, reż. Joel Schumacher, wyk. Colin Farrell, Kiefer Sutherland, Forest Whitaker, Radha Mitchell, 115 min

## REALITY SHOW



**19.45 Azja Express** (4)

Edyta Herbuś i Piotr Bukowiecki oraz pozostali śmiarkowie kontynuują szalony wyścig przez Azję. Po drodze mierzą się z kolejnymi wymagającymi zadaniami, zmagając się przy tym z nieznosnym upałem i presją czasu. Nad przebiegiem rywalizacji czuwa prowadząca Izabella Krzan.

**21.35 Elvis** – dramat biograficzny, USA/Australia 2022, reż. Baz Luhrmann, wyk. Austin Butler, Tom Hanks, Olivia DeJonge, Helen Thomson, 195 min  
Historia króla rocka i rolla ukazana z perspektywy jego wieloletniego menedżera, Toma Parkera. Osiem nominacji do Oscara.

**0.50 Nostalgia anioła** – dramat obyczajowy, USA/Wielka Brytania/Nowa Zelandia 2009, reż. Peter Jackson, wyk. Mark Wahlberg, Susan Sarandon, Stanley Tucci, Saoirse Ronan, 165 min

**3.35 Uwaga!** – magazyn reporterów

**3.55 Młode gliny** (21) – serial kryminalny, Polska 2026

**4.55 Nauka jazdy 6** (12) – program rozrywkowy



- 4.55 Szkoła (482)**  
– serial paradokumentalny, Polska 2017
- 5.55 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie (25)**  
– program rozrywkowy
- 6.45 Nowe Zwiariowane Melodie (46)** – serial animowany, USA 2018
- 7.00 Liga potworów** – film animowany, USA 2022, reż. Hamish Grieve, 125 min
- 9.05 The Floor (9, 10)** – teleturniej
- 10.20 Ukryta prawda (1547)** – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 11.20 Mówię Wam 5 (6)**  
– program kulturalny
- 12.35 Ukryta prawda (1548, 1549)**  
– serial paradokumentalny, Polska 2023
- 14.40 Szpital św. Anny (65, 66)**  
– serial obyczajowy, Polska 2025
- 16.45 Detektywi (130): 30 sekund** – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
- 17.50 Vabank 2, czyli riposta**  
– komedia sensacyjna, Polska 1984, reż. Juliusz Machulski, wyk. Jan Machulski, Leonard Pietraszak, Witold Pyrkosz, Ewa Szykulska, 130 min  
W wyniku misternej intrygi uknutej przez Kwintę Kramer trafia do więzienia. Poznaje tam Sztycę, który proponuje mu swoją pomoc w wydostaniu się na wolność. Akcja kończy się powodzeniem. Teraz uciekinier może zająć się przygotowaniem zemsty. Postanawia zwać byłego kaszara w pułapkę.

## SENSACYJNY



- 20.00 Top Gun**  
– USA 1986, 145 min  
Młody pilot Pete „Maverick” Mitchell zostaje wysłany na szkolenie do elitarniej jednostki lotniczej w Kalifornii. Rywalizuje o miano najlepszego absolwenta. Między nim a instruktorką Charlotte rodzi się uczucie. Wkrótce w ośrodku dochodzi do tragedii.
- 22.25 Diuna: Część druga** – film s.f., USA/Kanada/Jordania 2023, reż. Denis Villeneuve, wyk. Timothee Chalamet, Zendaya, Rebecca Ferguson, Javier Bardem, 205 min  
Ocalali Paul Atryda chroni się wśród Fremenów. Przywódca społeczności, Stilgar, nabiera przekonania, że to wybrańcy, którego nadejście jest przepowiedziane od pokoleń. Tymczasem baron Harkonnen przeprowadza kolejne ataki.
- 1.50 72 godziny** – dramat sensacyjny, USA/Serbia 2014, reż. McG, wyk. Kevin Costner, Amber Heard, Hailee Steinfeld, Connie Nielsen, 140 min
- 4.10 Fachowcy (7)** – serial paradokumentalny, Polska 2017

- 6.00 Kobra – oddział specjalny (14-16): Karambol; Motyw; Długa droga** – serial sensacyjny, Niemcy 2020
- 9.00 Taki jest świat 11 (38)**  
– program informacyjny  
Anna Bogusiewicz podsumowuje kluczowe wydarzenia minionego tygodnia z kraju i ze świata. Wyjaśnia, jak wpływają na codzienne życie Polaków, co pozwala lepiej zrozumieć bieżącą sytuację.
- 9.25 Boso przez świat: Polowanie**  
– cykl reportaży, Polska 2009  
Podróżnik pokaże polowanie na anakondę, największego węża Ameryki Południowej. Pojawi się też relacja z polowu piranii w dorzeczu Amazonki. Na koniec degustacja lokalnego przysmaku – mięsa zółwia.
- 10.00 Lombard. Życie pod zastaw 14 (751, 753, 755, 757, 759)** – obycz., Polska 2024  
Urzędniczka Lucyna odwiedza Marię, która mieszka z córką w lokalu socjalnym. Przejeżdża ich sytuacją, postanawia zakupić im piec olejowy. Klient przychodzi do lombardu Barskiego z samurajskim mieczem.
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1025-1029)** – serial obyczajowy, Polska 2026  
Olga przed laty upozorowała własną śmierć, by uciec od agresywnego męża. Podejrzewa, że w niebezpieczeństwie jest jego druga żona. W lombardzie kupuje gaz pieprzowy i kamerkę.

## SENSACYJNY



- 20.00 Mocne sobotnie kino: Alarum** – USA 2025, 120 min  
Szpieg Joe i Lara zakochują się w sobie podczas wspólnej misji. Po ślubie rezygnują z pracy, w której niejednokrotnie narażali swoje życie. Ich spokój kończy się, gdy Joe przejmuję skradziony dysk. Jego byli szefowie wysyłają za nim zabójcę na zlecenie, Chestera, z zadaniem eliminacji rzekomego zdradcy oraz odzyskania dysku.
- 22.00 Demaskator** – thriller, Australia/Chiny/USA 2022, reż. Mark Williams, wyk. Liam Neeson, Aidan Quinn, Taylor John Smith, Emmy Raver-Lampman, 120 min  
Agent specjalny Travis Block wpada na trop tajemnego programu FBI wymierzonego w obywateli Stanów Zjednoczonych. Z pomocą dziennikarki Miry Jones próbuje dotrzeć do prawdy. Ściąga na siebie kłopoty.
- 0.00 Snajper: Samotna misja**  
– thriller, USA 2022, reż. Oliver Thompson, wyk. Chad Michael Collins, Ryan Robbins, Sayaka Akimoto, Josh Brener, 125 min
- 2.05 Zobacz to!** – pr. powtórkowe

- 5.50 Ale numer! 19 (3)**  
– program rozrywkowy
- 6.35 Smerfy (64, 65)** – serial animowany, Belgia 1988
- 7.35 Pingwiny z Madagaskaru 2 (3, 4)** – serial animowany, USA 2010-2012
- 8.35 Przygody Kubusia Puchatka**  
– film animowany, USA 1977, reż. John Lounsbery, 85 min
- 10.00 Mavka i strażnicy lasu**  
– film animowany, Ukraina 2023, reż. Oleksandra Ruban, 125 min
- 12.05 Wojciech Ciejrowski. Boso – Meksyk/Paragwaj (10, 11)**  
– serial dokumentalny, Polska 2015
- 13.10 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (6, 7)**  
– program rozrywkowy
- 15.25 Najpiękniejsze baśnie: Kraina obfitości** – baśń filmowa, Niemcy 2016, reż. Carsten Fiebler, wyk. Björn Böske, Judith Engel, Klara Deutschmann, Heikko Deutschmann, 75 min
- 16.40 Zaczarowany nos** – film familijny, Słowacja/Czechy 2016, reż. Stanislav Párnický, wyk. Kristína Kanátová, Vladislav Plevčík, Anna Javorková, Ivan Romančík st., 140 min  
Księżniczka Diana pragnie znaleźć miłość. Aby dowiedzieć się, czy książę Filip jest tym jedynym, decyduje się użyć zaklęcia. Dzięki niemu zyskuje wyjątkową zdolność rozpoznawania ludzkich intencji. Okazuje się jednak, że nie zawsze magia pomaga w życiu.

## ANIMOWANY



- 19.00 Pasma superanimacji: Pinokio. Prawdziwa historia** – Rosja 2021, 120 min  
Drewniany pajacyk ma dość życia pod czujnym okiem Dżepetta. Dołącza do wędrownego cyrku, gdzie poznaje Belle. Gdy się w niej zakochuje, postanawia dołożyć starań, by stać się prawdziwym człowiekiem.
- 21.00 Naga broń: Z akt Wydziału Specjalnego** – komedia kryminalna, USA 1988, reż. David Zucker, wyk. Leslie Nielsen, Priscilla Presley, Ricardo Montalban, George Kennedy, 95 min
- 22.35 Purpurowe rzeki 2: Aniołowie Apokalipsy** – thriller, Francja/Włochy/Wielka Brytania 2004, reż. Olivier Dahan, wyk. Jean Reno, Christopher Lee, Camille Natta, Johnny Hallyday, 120 min
- 0.35 Wstydliwe choroby: XXL 2 (2)**  
– serial dokumentalny, Wlk. Bryt.
- 3.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (280, 281)** – serial obyczajowy, Polska 2020
- 5.00 Kręcimy z gwiazdami 3 (7)**  
– program rozrywkowy



## DOMEK NA PRERII

Charles Ingalls (Luke Bracey) wraz z żoną i córkami walczy o przetrwanie na odludnych stepach amerykańskiego pogranicza. Pionierzy uczą się życia w zgodzie z naturą i poznają rządzące nią surowe prawa. Najnowsza ekranizacja autobiograficznego cyklu książek autorstwa Laury Ingalls Wilder.

►serial obycz. (8 odc.), USA 2026



## STRANGER THINGS 5

Mike (Finn Wolfhard), Will (Noah Schnapp) i pozostali członkowie grupy próbują odnaleźć sens po dramatycznych wydarzeniach. Muszą podjąć wysiłek, by się zjednoczyć i pokonać Vecnę (Jamie Campbell Bower). Ten jednak zniknął, a jego plany pozostają nieznane. Ostatnia część popularnego cyklu.

►serial fantasy (8 odc.), USA 2025



## KOLORY ZŁA: CZERŃ

Prokurator Leopold Biłski (Jakub Gierszał) zostaje karnie przeniesiony do miasteczka na Kaszubach. Poznaje pisarkę Julię (Marianna Żydek). Niebawem znikną jej syn. Śledztwo ujawnia, że mieszkańcy skrywają mroczne tajemnice. Biłski odkrywa, że zagrożenie może czaić się bliżej, niż przypuszczał.

►dram. krym., Polska 2026; 109 min



## NIKT TEGO NIE CHCE 2

Agnostyczka Joanne (Kristen Bell) i rabin Noah (Adam Brody) zakochali się w sobie, mimo że pochodzą z odmiennych światów. Teraz decydują się być razem i połączyć swoje rodziny. Szybko okazuje się, że nie będzie łatwo pokonać różnice, które wciąż się ujawniają. Zakochanych czeka trudna próba.

►serial obycz. (10 odc.), USA 2025

## STACJE FILMOWE I SERIALOWE

| AXN HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | TVP SERIALE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | TVP KULTURA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | ALE KINO+ HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | CANAL+ PREMIUM HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | HBO HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>6.30 Smerfy: Poszukiwacze zaginionej wioski</b> – film animowany, USA/Hongkong 2017, reż. Kelly Asbury, 90 min<br><b>8.00 FBI 6 (1)</b> – serial kryminalny, USA 2024, wyk. Missy Peregryn, Zeeko Zaki<br><b>9.00 FBI: Most Wanted 5 (4)</b> – serial kryminalny, USA 2024<br><b>10.00 Rekrut: FBI (9-13)</b> – serial kryminalny, USA 2022-2023<br><b>14.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (4-8)</b> – serial kryminalny, USA/Kanada 2000                                                                                                                    | <b>5.25 Na sygnale (916, 917)</b> – serial fab.-dokum.<br><b>6.25 Czarne chmury (6)</b> – serial przyg., Polska<br><b>7.30 Na sygnale (918-922)</b> – serial fab.-dokum.<br><b>10.15 Ranczo 2 (26)</b> – serial obyczajowy, Pol. 2007<br><b>11.15 Na dobre i na złe (997)</b> – serial obyczajowy, Pol. 2026<br><b>12.15 Rodzinka.pl (314, 315)</b> – serial kom.<br><b>13.30 Ojciec Mateusz 34 (436, 437)</b> – serial kryminalny, Pol. 2025<br><b>15.30 Komisarz Alex 26 (323)</b> – krym., Pol. 2026<br><b>16.30 Ranczo 3 (27)</b> – serial obyczajowy, Pol. 2008<br><b>17.30 Czarne chmury (7)</b> – serial przyg., Polska | <b>9.40 Wspomnienia z Francji</b> – komediodramat, Francja 1975, 110 min<br><b>11.30 Kosmos 1999 (33)</b><br><b>12.35 Hollywoodzki remake (4)</b> – dok., Fr.<br><b>13.40 Sztuczki</b> – komediodramat, Polska 2007, 110 min<br><b>15.30 Nad Niemnem (1)</b><br><b>16.35 Tamte lata, tamte dni</b> – magazyn kult.<br><b>17.15 Gwiazda szeryfa</b> – western, USA 1957, 105 min<br><b>19.00 51. Festiwal Polskich Filmów Fabularnych w Gdyni – studio festiwalowe (11)</b> – cykl reportaży, Pol.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>6.30 Polska z góry 2 (11)</b> – serial dok., Pol. 2018<br><b>7.00 Przybieżeli</b> – film krótkometraż.<br><b>7.55 Minari</b> – dramat obyczajowy, USA 2020, 140 min<br><b>10.15 Indiana Jones. Ikona popkultury</b> – film dokum., Fr. 2023<br><b>11.30 41 dni nadziei</b> – dramat przyg., USA/Islandia/Hongkong 2018, 120 min<br><b>13.30 Trzy dni Kondora</b> – dramat sensacyjny, USA 1975, 140 min<br><b>15.50 Patience 2 (5, 6)</b> – serial kryminalny<br><b>18.05 Dream Scenario</b> – horror komediowy, USA 2023, 125 min                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>12.35 Łapę capu</b> – program rozrywkowy<br><b>12.50 Miss Potter</b> – dramat biograf., USA/Wielka Brytania 2006, 90 min<br><b>14.20 Cudowne życie</b> – komediodramat, Fr./Kanada 2025, 100 min<br><b>16.00 Kaśka Sochacka – „Ta Druga na Bis” (Live)</b> – koncert<br><b>16.50 Tożsamość Bourne’a</b> – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, 115 min<br><b>18.45 Hollywood Buzz</b> – magazyn filmowy<br><b>19.10 Trzej muszkieterowie</b> – kostium., Niemcy/Francja/Wielka Brytania 2011, 110 min                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>9.05 Horton słyszy Ktosia</b> – film anim., USA 2008, 85 min<br><b>10.30 Prawdziwy ból</b> – komediodramat, USA 2024, 90 min<br><b>12.00 Jak wytresować smoka 3</b> – film animowany, USA/Japonia 2019, 105 min<br><b>13.45 Królestwo niebieskie</b> – dramat hist., USA/Hiszp./Wlk. Bryt. 2005, 140 min<br><b>16.05 Bohemian Rhapsody</b> – dramat biograf., Wlk. Bryt./USA 2018, 135 min<br><b>18.20 Kot w butach: Ostatnie życzenie</b> – film anim., USA/Japonia 2022, 100 min                                                                           |
| SENSACYJNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | WOJENNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | WIDOWISKO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | DRAMAT BIOGRAFICZNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | OBYDZAJOWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | DRAMAT OBYDZAJOWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>20.00 Adrenalina</b> – USA/Wielka Brytania 2006, 110 min<br>Zabójca Chev dowiaduje się, że wstrzyknięto mu truciznę. Umrze, jeśli rytym jego serca spadnie. Wyrusza na poszukiwanie antidotum.<br><b>21.50 Snajper 2</b> – film sens., USA 2002, 105 min<br><b>23.35 Dorwać Cartera</b> – film sensacyjny, USA 2000, 130 min<br><b>1.45 Uprowadzona 3</b> – film sens., Fr./Hiszp./USA 2014, 130 min<br><b>3.55 Rekrut 5 (9)</b> – krym.<br><b>4.50 Rekrut: FBI (9)</b>                                                                                          | <b>18.30 Stawka większa niż życie (4)</b> – Pol. 1968<br>Hans Kloss wyjeżdża do Stambułu, aby zlikwidować agenta wywiadu brytyjskiego. Na miejscu kontaktuje się z madame Rose, członkinią siatki wywiadowczej.<br><b>19.55 Ojciec Mateusz 34 (438-440)</b> – krym., Pol.<br><b>22.50 Ranczo 3 (28, 29)</b> – serial obyczajowy, Polska<br><b>0.45 Komisarz Alex 26 (323)</b> – krym., Pol. 2026<br><b>1.35 Ojciec Mateusz 35 (452)</b> – krym., Pol. 2026<br><b>2.30 PiłBull (30)</b> – sens.<br><b>3.30 Trzeci oficer (5)</b>                                                                                                | <b>19.30 Gwiazda szeryfa nagród 51. Festiwalu Polskich Filmów Fabularnych w Gdyni</b><br>W konkursie głównym znalazły się takie filmy jak: „Ojczyzna” Pawła Pawlikowskiego, „Mniej obcy” Kristoffera Rusa czy „Dobry chłopiec” Jana Komasy.<br><b>22.45 Kos</b> – dramat hist., Niemcy/Szwecja/Polska 2023, 130 min<br><b>0.55 Wieczór kinomana</b><br><b>1.05 Pachnidło: Historia mordercy</b> – dram. kostium., Niem./Fr./Hiszp. 2006, 155 min                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>20.10 Rebeliant</b> – USA 2016, 170 min<br>Trwa wojna secesyjna. Były żołnierz Armii Konfederacji, farmer Newton Knight, staje na czele buntowników. Walczą o niepodległy stan, w którym wszyscy byłoby sobie równi.<br><b>23.00 Inni ludzie</b> – dramat obyczajowy, Polska/Francja 2021, 125 min<br><b>1.05 Igrając z ogniem</b> – thriller, Francja/Belgia 2023, 105 min<br><b>2.50 Król (5)</b> – serial sens.<br><b>4.05 Moje stare</b><br><b>4.35 Warsaw Story</b><br><b>5.05 Sortownia (5)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>21.00 Nie ma duchów w mieszkaniu na Dobrej</b> – Polska 2025, 90 min<br>Czworo wchodzącego w dorosłość rodzeństwa mierzy się z lękami i życiowymi rozterkami. Stawiając czoło kolejnym problemom, próbują nie zatracić łączącej ich więzi.<br><b>22.30 7 snajperów</b> – thriller, Australia/Wielka Brytania/USA 2026, 90 min<br><b>0.00 Zdażyć przed śmiercią</b> – western, USA 2025, reż. Ned Crowley, 105 min                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>20.00 Czas kruka</b> – Wielka Brytania 2025, 95 min<br>Po śmierci żony młody ojciec zostaje sam z dwoma synami. Przełomem w życiu pogrążonej w żałobie rodziny staje się pojawienie się tajemniczego kruka.<br><b>21.35 Wartość sentymalna</b> – dramat psychologiczny, Norwegia/Niemcy/Dania 2025, 130 min<br><b>23.45 Frendo</b> – horror, USA/Luksemburg/Wielka Brytania 2025, 95 min<br><b>1.20 Joe Baby</b> – thriller, USA 2024, 85 min                                                                                                                |
| AXN WHITE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | WARNER TV                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | CANAL+ FILM                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | CANAL+ SERIALE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | CANAL+ 360 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | HBO 2 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>6.20 Wszystkie drogi prowadzą do Rzymu</b> – komedia romantyczna, Włochy/USA 2015, 90 min<br><b>7.50 Detektyw Murdoch 8 (13-17)</b> – serial kryminalny<br><b>13.10 Unforgettable: Zapisane w pamięci (17-21)</b> – krym.<br><b>18.00 Dowody zbrodni 2 (2-6)</b><br><b>23.00 Autor widmo</b> – thriller, FILM 2010, 160 min<br><b>1.40 Książę i ja</b> – komedia romant., 2004, 130 min<br><b>3.50 Złe mamusie 2: Jak przetrwać święta</b> – komedia, 2017, 105 min<br><b>5.35 Blok promocyjny AXN White</b>                                                     | <b>10.40 Sok z żuka</b> – horror komediowy, 1988, 110 min<br><b>12.30 Skazani na Shawshank</b> – dramat sensacyjny, USA 1994, 170 min<br><b>15.20 Godziny szczytu</b> – kom. sens., USA 1998, 110 min<br><b>17.10 Akademia policyjna 4: Patrol obywatelski</b> – komedia, USA 1987, reż. Jim Drake, 100 min<br><b>18.50 Raport Pelikana</b> – film sensacyjny, 1993, 170 min<br><b>21.40 Ocean's Eleven: Ryzykowna gra</b> – komedia sensacyjna, USA/Australia 2001, 140 min<br><b>0.00 Hannibal (11, 12)</b> – krym.                                                                                                          | <b>7.25 Mikołaj i ekipa</b> – anim., Hiszpania/Kan. 2024, 90 min<br><b>8.55 Dog Man</b> – film animowany, 2025, 90 min<br><b>10.25 Łapę capu</b> – pr. rozrywk.<br><b>10.30 Zgrę</b> – dramat obycz., Polska 2025, 85 min<br><b>11.55 Kiedy nadchodził jesień</b> – dramat obyczajowy, Francja 2024, 100 min<br><b>13.35 Jutro będzie nasze</b> – komediodramat, Włochy 2023, 115 min<br><b>15.30 Być kochaną</b> – dramat obyczajowy, Norwegia/Szwecja 2024, 100 min<br><b>17.10 Wicked</b> – musical, USA/Kanada/Islandia 2024, reż. Jon M. Chu, 165 min<br><b>19.55 Jak mi capu</b> – pr. rozrywk.<br><b>20.00 Quebonafide: Polnoc/Południe</b> – musical, Polska 2025, 70 min<br><b>21.10 Everest</b> – film katastrof., Wielka Brytania/USA/Islandia 2015, 120 min<br><b>23.10 Pewnego razu w Paryżu</b> – komediodramat, Francja/Belgia 2025, 125 min<br><b>1.15 Utrata równowagi</b> – dramat psychologiczny, Polska 2024, 100 min<br><b>2.55 Polana pośród brzozy</b> – dramat obyczajowy, Fr./Pol./Niemcy 2003, 90 min<br><b>4.25 Cudownie ocalony</b> – kom. obycz., 2004, 95 min | <b>9.50 Polska z góry. Zamki, dworci, pałace 2 (9, 10)</b> – serial dokumentalny, Pol.<br><b>10.50 The Office PL 5 (4-6)</b> – serial komediowy, Polska<br><b>12.25 Wszystkie kolory świata (3, 4)</b> – serial dokumentalny, Fr. 2025<br><b>14.30 Premiera: Naruto 5 (21-23)</b> – serial anime, Japonia 2004-2005<br><b>16.05 Łapę capu</b> – program rozrywkowy<br><b>16.25 Hot Roads</b> – Najniebezpieczniejsze drogi świata 4 (3, 4) – serial dokumentalny, Niemcy 2024<br><b>18.25 The Office PL 2 (1-3)</b> – serial komediowy, Polska<br><b>20.00 Premiera: S.W.A.T.</b> – serial sensacyjny, USA 2017<br><b>21.35 Ekspedycja XD (5)</b> – serial komediowy, Polska 2026<br><b>22.00 Kontyngent (1, 2)</b> – serial wojenny, Szwecja 2025<br><b>23.35 Scarlet Hill (5, 6)</b> – serial kryminalny, Wietnam 2022<br><b>1.35 Miłość, seks &amp; pandemia (4)</b> – serial obyczajowy, Polska 2021<br><b>2.25 Mały Zgon</b> – serial kryminalny, Polska 2020<br><b>4.30 Hollywood Buzz</b> – magazyn filmowy<br><b>5.05 Miasta rytm (10)</b> – serial dokumentalny, Polska 2020 | <b>6.00 13 posterunek 2 (25, 26)</b> – serial komediowy, Polska 2025, 100 min<br><b>7.15 8 wspaniałych (6)</b> – dok.<br><b>8.00 Manny Pacquiao: niepokonana siła</b><br><b>9.20 Polska z góry: Stadion 2 (1)</b> – dok., Pol.<br><b>10.00 Zholowani: ciężarówka w opałach 7 (8)</b> – dok.<br><b>11.00 Kolejną przez świat 4 (2)</b><br><b>12.00 Stalowe bestie z demobilu (9)</b> – dok.<br><b>13.55 Z archiwów historii (2)</b><br><b>15.00 Kolejną przez świat 5 (1, 2)</b> – serial dok., Wlk. Bryt.<br><b>17.00 Lotniskowce na wojnie (2)</b> – dok., Wlk. Bryt. 2018<br><b>18.00 Porzucone konstrukcje (4)</b> – serial dok., Wlk. Bryt.<br><b>19.00 Na krawędzi możliwości (11, 12)</b> – dok.<br><b>20.00 Speedshop: warsztat marzeń (3)</b> – serial dokum.<br><b>21.15 Okręty wojenne (8)</b> – dok.<br><b>22.10 Porzucona Ameryka (5)</b> – serial dokumentalny, USA<br><b>23.05 Co poszło nie tak (3)</b> – serial dok., Wlk. Bryt. 2025<br><b>0.10 Klopp: transfer stulecia (1)</b> – dok., Wlk. Bryt. 2020<br><b>1.05 Projekt Fighter (4)</b><br><b>2.10 Polska z góry: Stadion 2 (3)</b> – dok., Pol.<br><b>2.45 Łowcy tajemnic Bałtyku (2)</b> – serial dok., Polska 2020<br><b>3.45 Pogotowie remontowe Wieśka 3 (11, 12)</b> – mag.<br><b>4.55 Mam zamek (6, 7)</b> – dok. | <b>14.05 Najlepiej, jak potrafisz</b> – komediodramat, USA 2025, 100 min<br><b>15.45 Wielka mała koza</b> – film animowany, USA/Brazylia/Japonia 2026, 95 min<br><b>17.20 Więzień labiryntu: Próby ognia</b> – thriller, USA 2015, reż. Wes Ball, 130 min<br><b>19.30 Strefa interesów</b> – dram. hist., USA/Wielka Brytania/Polska 2023, 100 min<br><b>21.10 Ciche miejsce 2</b> – horror, USA 2020, 95 min<br><b>22.45 The Pitt 2 (1)</b> – obycz.<br><b>23.25 Latarnie (6)</b> – serial s.f.<br><b>0.25 Queer</b> – dramat obycz., Włochy/USA 2024, 135 min |
| AXN BLACK                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | POLSAT SERIALE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | CANAL+ 360 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | HBO 3 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>6.20 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 8 (5, 6)</b> – krym.<br><b>7.50 Drużyna A 2 (12-15)</b> – serial sensacyjny, USA<br><b>12.00 Gwiazdne wrota 7 (19-22)</b> – serial s.f., USA/Kan.<br><b>16.00 Gwiazdne wrota 8 (1)</b> – serial s.f., USA/Kan. 2004<br><b>17.00 MacGyver 5 (7-10)</b> – serial akcji, USA 2020-2021<br><b>21.00 Drużyna A 2 (12-15)</b> – serial sensacyjny, USA<br><b>0.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 8 (5, 6)</b> – krym.<br><b>2.50 MacGyver 5 (7-9)</b> – serial akcji, USA 2020-2021<br><b>5.25 Blok promocyjny AXN Black</b> | <b>6.00 Gliniarze (391-393)</b> – serial paradokumentalny, Polska<br><b>9.00 Poirot (10, 1)</b> – serial kryminalny, Wielka Brytania<br><b>11.10 Doktor Martin (44-47)</b> – serial obyczajowy, Wielka Brytania 2013<br><b>15.10 Świat według Kiepskich (233, 234, 172)</b> – serial komediowy, Polska<br><b>17.05 Gliniarze (666-670)</b> – serial paradokumentalny, Polska<br><b>22.00 Czarna lista 2 (26-30)</b> – serial kryminalny, USA<br><b>2.50 Święty (251, 252)</b> – serial komediowy, Polska 2022<br><b>4.00 48h. Zaginięci (232, 233)</b> – serial kryminalny, Polska                                             | <b>9.45 Batman: Początek</b> – film sensacyjny, 2005, 135 min<br><b>12.00 Franczyza (5, 6)</b> – kom.<br><b>12.55 Sound of Metal</b> – dramat obyczajowy, 2019, 115 min<br><b>14.50 Marsjanin</b> – film s.f., USA/Wielka Brytania/Jordania 2015, 140 min<br><b>17.10 Twórca</b> – thriller s.f., USA 2023, 130 min<br><b>19.20 Dzikie łowy</b> – film przygodowy, Nowa Zelandia 2016, 100 min<br><b>21.00 Lady (1-4)</b> – serial krym.<br><b>0.15 Oddaj ją</b> – horror, 2025, 105 min<br><b>2.00 Showek 234</b> – thriller, USA 2024, 90 min                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>9.45 Batman: Początek</b> – film sensacyjny, 2005, 135 min<br><b>12.00 Franczyza (5, 6)</b> – kom.<br><b>12.55 Sound of Metal</b> – dramat obyczajowy, 2019, 115 min<br><b>14.50 Marsjanin</b> – film s.f., USA/Wielka Brytania/Jordania 2015, 140 min<br><b>17.10 Twórca</b> – thriller s.f., USA 2023, 130 min<br><b>19.20 Dzikie łowy</b> – film przygodowy, Nowa Zelandia 2016, 100 min<br><b>21.00 Lady (1-4)</b> – serial krym.<br><b>0.15 Oddaj ją</b> – horror, 2025, 105 min<br><b>2.00 Showek 234</b> – thriller, USA 2024, 90 min                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |



to&amp;owo | 27

## STACJE SPORTOWE

| EUROSPORT 1 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | POLSAT SPORT 1 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | CANAL+ SPORT HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | TVP SPORT HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | ELEVEN SPORTS 1 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Discovery DISCOVERY CHANNEL HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>7.00 Biegi górskie:</b> GT World Series – Pitztal – podsumowanie<br><b>7.30 Biegi górskie:</b> GT World Series – Sierre-Zinal – podsumowanie<br><b>8.00 Biegi górskie:</b> GT World Series – Myoko – podsumowanie<br><b>8.30 Tenis:</b> Puchar Lavera – 1. dzień<br><b>12.00 Kolarstwo:</b> Mistrzostwa świata – Montreal 2026<br><b>13.00 Kolarstwo:</b> CRO Race – 5. etap<br><b>15.00 Kolarstwo kobiet:</b> Mistrzostwa świata – wyścig ze startu wspólnego                               | <b>6.00 Siatkówka mężczyzn:</b> ME 2026 – półfinał<br><b>8.00 Siatkówka mężczyzn:</b> ME 2026 – półfinał<br><b>10.00 Magazyn Polskiego Sportu</b> – mag.<br><b>11.00 Tenis:</b> Puchar Billie Jean King – półfinał<br><b>13.00 Tenis:</b> Puchar Billie Jean King – półfinał – mecz gry pojedynczej<br><b>15.00 Siatkówka mężczyzn:</b> ME 2026 – mecz o 3. miejsce<br><b>18.30 Siatkówka mężczyzn:</b> ME 2026 – studio                                                                                                   | <b>6.00 Premier League Stories (5)</b> – mag.<br><b>6.40 Piłka nożna:</b> PKO BP Ekstraklasa: Motor Lublin – Górnik Zabrze<br><b>9.00 Premier League: The Big Interview (6)</b> – magazyn piłkarski<br><b>9.30 LaLiga Highlights:</b> 7. kolejka<br><b>10.00 Boks:</b> Walka o pas IBF World w Fuji – waga junior musza: T. Simsiri – M. Vicelles<br><b>16.15 Premier League Stories (5)</b> – magazyn piłkarski<br><b>17.00 Hit the Mic – Zostań komentatorem!</b> – reality show<br><b>17.45 Turbokozak (2)</b> – magazyn piłkarski                                      | <b>8.30 Piłka nożna:</b> Liga Narodów: Polska – Bośnia i Hercegowina<br><b>10.45 Strongman:</b> Finał Pucharu Polski<br><b>11.40 Orlen Lang Team Race – Bytów</b> – fel.<br><b>12.05 Zagrajmy to po swojemu</b> – film dokum., Polska 2025<br><b>12.55 Futsal:</b> FOGO Futsal Ekstraklasa: Legia – Wiara Lecha Poznań<br><b>15.10 Siatkówka kobiet:</b> LOTTO Giganci Siatkówki – mecz o 3. miejsce<br><b>17.55 Siatkówka kobiet:</b> LOTTO Giganci Siatkówki – finał                                                                                  | <b>7.50 Formula 2:</b> Grand Prix Azerbejdżanu<br><b>8.55 Formula 2:</b> Grand Prix Azerbejdżanu<br><b>10.05 Formula 1</b><br><b>11.00 Formula 1:</b> Grand Prix Azerbejdżanu – parada kierowców<br><b>11.30 Formula 1:</b> Grand Prix Azerbejdżanu – studio<br><b>12.55 Formula 1:</b> Grand Prix Azerbejdżanu – studio<br><b>15.00 Formula 1:</b> Grand Prix Azerbejdżanu – studio<br><b>16.00 Formula 1:</b> Grand Prix Azerbejdżanu<br><b>18.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka: Bayer 04 Leverkusen – RB Lipsk<br><b>20.00 Bundesliga Special Show (3)</b> – magazyn piłkarski | <b>6.00 Budowa na końcu świata 8</b> – serial dok.<br><b>7.00 Klan z Alaski</b> – dok.<br><b>8.00 Kwatery Hitlera (2)</b><br><b>9.00 Ocalić dom: Interwencja</b> – dok.<br><b>11.00 Od samochodu do domu 3</b> – mag.<br><b>12.00 Kroniki policyjne: Szwecja 2</b> – dok.<br><b>13.00 Złomowisko PL 5 (11, 12)</b> – serial dok.<br><b>15.00 Nic do zgłoszenia (6)</b> – serial dok., Pol. 2019<br><b>16.00 Bracia Collins biorą się do roboty (9)</b><br><b>17.00 Ciężarówka przez Route 66 (6)</b> – dok.<br><b>18.00 W dżungli z Edem Staffordem (6)</b> – dok.<br><b>19.00 Fani czterech kółek: w trasie 2</b> – dok.        |
| TENIS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | SIATKÓWKA MĘŻCZYZN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | MAGAZYN PIŁKARSKI                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | PIŁKA NOŻNA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | PIŁKA NOŻNA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | DOKUMENTALNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>20.15 Puchar Lavera</b><br><b>LIVE</b> – 2. dzień<br>Na początku września Alex De Minaur zajmował siódme miejsce w rankingu ATP. Australijczyk to obok Bena Sheltona drugi najwyżej notowany zawodnik drużyny Reszty Świata.<br><b>0.00 Tenis:</b> Puchar Lavera – 2. dzień<br><b>1.30 Tenis:</b> Puchar Lavera – 2. dzień<br><b>3.30 FIA World Endurance Championship:</b> Wyścig 6-godzinny w Fuji                                                                                         | <b>20.45 Mistrzostwa Europy 2026</b> – finał<br>Przed trzema laty Biało-Czerwoni cieszyli się z tytułu mistrzów Europy. W decydującym spotkaniu pokonali reprezentację Włoch.<br><b>23.00 Siatkówka mężczyzn:</b> Mistrzostwa Europy 2026 – studio<br><b>0.00 Siatkówka mężczyzn:</b> Mistrzostwa Europy 2026 – mecz finałowy<br><b>2.00 Sporty walki: UFC</b> Fight Night: Raul Rosas Jr – Raoni Barcelos                                                                                                                 | <b>19.00 Premier League Review</b><br>Podsumowanie ostatniej kolejki ligi angielskiej, skróty meczów i przypomnienie wszystkich bramek.<br><b>20.00 Boks:</b> BKFC 94:<br><b>LIVE</b> Manchester: Darren Till – Yoel Romero<br><b>0.15 Sporty walki: ONE Friday Fights 172</b><br><b>1.30 Ligomistrzowe historie (5)</b> – mag.<br><b>2.40 Piłka nożna:</b> PKO BP Ekstraklasa – mecz: Korona Kielce – Raków<br><b>5.00 Champions Pack</b> – magazyn piłkarski                                                                                                             | <b>20.15 Liga Narodów:</b> Anglia – Hiszpania<br>Synowie Albionu nie mają dobrzych wspomnień z ostatniego meczu z La Furia Roja. Przegrali z nią 1:2 finał mistrzostw Europy w 2024 roku.<br><b>23.30 Sportowy wieczór</b><br><b>0.05 Piłka nożna kobiet:</b> MS U-20 – Polska 2026 – mecz o 3. miejsce<br><b>2.15 Sporty walki:</b> Oktagon 94 we Frankfurcie nad Menem<br><b>4.25 Boks:</b> Gala w Las Vegas – podsumowanie                                                                                                                           | <b>20.40 Liga włoska</b> – mecz: Juventus – Atalanta<br>Bianconeri przystąpili do konfrontacji z Bergamczykami podrażnieni sensacyjną porażką 2:3 z Sassuolo.<br><b>22.40 Bundesliga Clubs</b><br><b>0.00 Serie A</b> – mag.<br><b>0.00 F2: Chasing the Dream</b> – mag. motor.<br><b>1.00 Ligue 1 Show (5)</b><br><b>1.40 Najszystsze gole Bundesligi</b> – mag.<br><b>2.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska – mecz: Monza – US Sassuolo Calcio<br><b>4.00 Bundesliga Daino</b> – film dokumentalny                                                                                    | <b>20.00 W oku cyklonu (5)</b> – 2026<br>Kamery rejestrują groźne zjawiska w czasie rzeczywistym, pokazując ich przebieg oraz skutki. Widzowie mogą obserwować, jak żywioł wyrywa się spod kontroli.<br><b>21.00 Najniebezpieczniejszy zawód świata 22</b> – dok.<br><b>22.00 Alaska: przetrwać na krańcu świata</b> – dok., USA<br><b>23.00 Gwiazdne bitwy</b><br><b>0.00 Tajemnice Alaski</b><br><b>1.00 Poszukiwawcze przeklętego złota 5</b>                                                                                                                                                                                 |
| EUROSPORT 2 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | POLSAT SPORT 2 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | CANAL+ SPORT 2 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | EXTREME CHANNEL HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | ELEVEN SPORTS 2 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | life DISCOVERY LIFE HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>10.00 Kolarstwo:</b> CRO Race – 4. etap<br><b>11.00 Motocross:</b> Mistrzostwa świata w Hidden Valley – 2. wyścig w klasie MX2 i MXGP<br><b>12.00 Tenis:</b> Puchar Lavera – 1. dzień i dzień<br><b>14.00 Tenis:</b> Puchar Lavera – 2. dzień<br><b>18.00 Golf:</b> President's Cup – 3. dzień<br><b>1.00 Zęglarstwo:</b> SailGP w Genewie<br><b>2.00 Biegi górskie:</b> GT World Series – Pitztal<br><b>2.30 Biegi górskie:</b> GT World Series – Sierre-Zinal                              | <b>6.00 Siatkówka mężczyzn:</b> Mistrzostwa Europy 2026<br><b>8.30 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>11.00 Piłka nożna:</b> LN<br><b>13.00 Siatkówka mężczyzn:</b> Mistrzostwa Europy 2026<br><b>16.30 Koszykówka mężczyzn:</b> Supercup Polski: Legia – Trefl<br><b>19.15 Koszykówka mężczyzn:</b> Supercup Polski: Dzikie Warszawa – Zastal<br><b>21.30 Piłka nożna:</b> LN<br><b>23.00 Piłka nożna:</b> LN<br><b>1.00 Sporty walki:</b> FEN<br><b>3.30 FIA WEC:</b> Wyścig 6-godzinny w Fuji                          | <b>8.30 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – mecz półfinałowy gry pojedynczej<br><b>11.00 8 wspaniałych (1)</b> – dok.<br><b>12.00 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – półfinał<br><b>14.30 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – półfinał<br><b>17.00 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – półfinał<br><b>19.30 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – półfinał<br><b>22.00 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – półfinał<br><b>0.30 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – półfinał<br><b>3.00 Piłka nożna:</b> PKO BP Ekstraklasa                                    | <b>6.00 X Games – Aspen 2020</b><br><b>8.00 WWE Classic Gold</b><br><b>9.00 KPW Kombatt TV (21)</b><br><b>10.00 AEW: PAN PAWŁOWSKI x PAUL WIGHT (1)</b><br><b>11.00 WWE Highlights (34)</b><br><b>11.30 WWE Classic Gold</b><br><b>12.00 Low – Legacy of Wrestling (4)</b><br><b>14.30 WWE Highlights (20, 56)</b><br><b>15.30 WWE Classic Gold (3)</b><br><b>16.00 New Japan Pro-Wrestling (55)</b><br><b>20.00 AEW Dynamite (2638)</b><br><b>22.00 New Japan Pro-Wrestling (55)</b><br><b>2.00 WWE Highlights</b><br><b>3.00 X Games – Aspen 2020</b> | <b>12.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka: Bayer – Lipsk<br><b>14.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: AS Roma – Inter<br><b>16.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka: Stuttgart – BVB<br><b>18.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka: Bayern – Union<br><b>20.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Milan – Lecce<br><b>22.00 GP Confidential</b> – mag.<br><b>23.40 Full Impact Serie A (5)</b><br><b>23.40 Bundesliga Clubs</b> – mag.<br><b>0.00 Piłka nożna:</b> Liga francuska: Monaco – Lens<br><b>2.00 Najlepsi napastnicy Bundesligi lat 90.</b> – mag.                                    | <b>10.30 Kosmetyczne rewolucje</b><br><b>11.15 Mistrzowie porządku 2</b><br><b>12.15 Szalone domy</b> Ameryki 2 (2) – pr. rozr.<br><b>12.45 Powrót doktora Szczyta</b><br><b>14.45 Bez tabu. Gry</b> – "dzieciocy nałóg" (2)<br><b>15.45 Szpital (380-383)</b> – serial paradoksu, Polska<br><b>19.45 Historie wielkiej wagi 10 (2)</b> – serial dokum.<br><b>21.45 Obsesyna miłośca sióstr</b><br><b>22.45 Śmierć Diany: dwa śledztwa (2)</b> – serial dok.<br><b>23.45 Sekrety chirurgii (13)</b><br><b>0.45 Sekrety lekarzy (5, 6)</b><br><b>2.45 Eks-tra zmiana (2)</b> – rozr.<br><b>3.45 19+</b> (22, 23) – paradok., Pol. |
| POLSAT SPORT FIGHT HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | POLSAT SPORT 3 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | CANAL+ SPORT 3 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | ELEVEN SPORTS 4 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | ELEVEN SPORTS 3 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | CANAL+ DOKUMENT HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>12.50 Sporty walki:</b> One Punch V w Piotrkowie Trybunalskim – waga ciężka: Andrzej Sabaciński – Jan Pelak<br><b>14.35 Boks:</b> Rocky Boxing Night w Koszalinie – waga ciężka: K. Meyna – A. Kownacki<br><b>17.05 Strzelnica Renaty Mauer (5)</b> – pr. sportowy<br><b>17.45 Triathlon:</b> Zawody World Triathlon Championship Series w Pontevedra – wyścig kobiet<br><b>19.00 Sporty walki:</b> Babilon MMA 60 w Skierniewicach – walka: Krzysztof Glowacki – Cally Gibrainn de Oliveira | <b>6.00 Piłka nożna</b><br><b>7.00 FIA World Endurance Championship:</b> Wyścig 6-godzinny w Fuji – kwalifikacje<br><b>11.00 Piłka nożna</b><br><b>13.00 Tenis:</b> Puchar Billie Jean King – mecz gry podwójnej<br><b>14.50 Piłka nożna:</b> LN – mecz: <b>LIVE</b> Słowenia – Szkocja<br><b>18.00 Piłka ręczna mężczyzn:</b> <b>LIVE</b> LOTTO Superliga: Chrobry – Wybrzeże<br><b>20.35 Piłka nożna:</b> LN – mecz: <b>LIVE</b> Anglia – Hiszpania<br><b>23.00 Piłka nożna</b><br><b>1.00 Sporty walki:</b> Babilon MMA | <b>12.45 Piłka nożna:</b> PKO BP Ekstraklasa – mecz: Widzew Łódź – Wiczyta Kraków<br><b>15.15 Premier League Stories (5)</b> – magazyn piłkarski<br><b>16.15 Strongman:</b> Puchar Polski – Nowy Tomyśl 2026<br><b>17.25 Speedways</b> – mag.<br><b>18.00 Złoty:</b> PGE Ekstraliga – mecz: <b>LIVE</b> Łódź – PGE Ekstraliga – finał<br><b>21.00 Złoty:</b> PGE Ekstraliga – finał<br><b>0.00 LaLiga Highlights</b> – mag.<br><b>0.40 Strongman:</b> Puchar Polski – Nowy Tomyśl 2026<br><b>1.45 Piłka nożna:</b> PKO BP Ekstraklasa – mecz: Wisła Kraków – Śląsk Wrocław | <b>13.30 Najlepsze gole VfL Wolfsburg</b> – mag. piłkarski<br><b>13.45 Najlepsze gole Bayernu Monachium</b> – mag.<br><b>14.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka – mecz: FC Schalke 04 – SV 07 Elversberg<br><b>16.00 Piłka nożna:</b> Liga francuska: Olympique Marsylia – PSG<br><b>18.00 Serie A (1, 5)</b> – mag.<br><b>19.00 Bundesliga Weekly (6)</b><br><b>19.30 Full Impact Serie A (5)</b><br><b>20.00 Piłka nożna:</b> Liga portugalska: Porto – Benfica<br><b>22.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Udinese – Cagliari                           | <b>11.25 Birds of paradise</b> – dok.<br><b>12.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Bologna – Torino<br><b>14.00 Piłka nożna:</b> Liga francuska: Monaco – Lens<br><b>16.00 RC Lens – Sekrety sukcesu</b> – reportaż<br><b>17.40 Pewnego razu w Gruzji</b> – historia Khvichy Kvaratskhelii – film dok.<br><b>18.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Venezia – Lazio<br><b>20.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka: Schalke – Elversberg<br><b>22.00 Piłka nożna:</b> Liga francuska: OGC Nice – Lille<br><b>0.00 Legendy Bundesligi</b>                                                     | <b>10.05 Polska z góry 7 (7-9)</b><br><b>11.40 Wszystkie kolory świata 7</b> – serial dok., Fr.<br><b>12.40 Wszystkie kolory świata</b> – serial dok., Fr.<br><b>13.40 Życie lwów</b> – film dokum.<br><b>14.40 Yintah</b> – film dok., Kan.<br><b>16.50 Prost (3, 4)</b> – serial dok., Fr.<br><b>18.00 Rozmowa z rekinem</b><br><b>19.00 Piękni, silni i zdrowi</b><br><b>20.00 Chiny z Benem Foglem (3)</b> – film dokum., Wlk. Bryt.<br><b>21.40 KarakoRun</b> – film dokum.<br><b>22.40 2000 metrów do Andrijiwki</b> – film dok.<br><b>0.40 Morze Południowo-chińskie. Kolejny punkt zapalny?</b> – film dokum., Fr.       |



## STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

| TVP POLONIA                                                                                                                | TVP POLONIA                                                                                                                                                             | TVP ROZRYWKA                                                                                                                                                | POLSAT CAFÉ                                                                                                                                                     | TV 4                                                                                                                           | TTV HD                                                                                                                                                                | TVN STYLE HD |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| 13.15 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka (70)                                                                        | 9.25 Koło fortuny (2053)                                                                                                                                                | 6.00 Komisarz Mama (21) – serial krym., Polska                                                                                                              | 6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (215)                                                                                                                        | 10.05 Gogglebox. Przed telewizorem 19 (4)                                                                                      | 6.00 Ugotowani w parach (12)                                                                                                                                          |              |
| 13.45 Echo serca (14)                                                                                                      | 10.05 Tańcząca ze światem – Chorwacja (1)                                                                                                                               | 7.05 Demakijaż (169) – program rozrywkowy                                                                                                                   | 7.00 Galileo (1156, 1157)                                                                                                                                       | 11.05 Nic do zgłoszenia 6 (4) – serial dokum., Pol.                                                                            | 6.55 Co za tydzień – mag.                                                                                                                                             |              |
| 14.35 Na sygnale (667, 668)                                                                                                | 10.40 Szansa na sukces. Opole 2027 (1)                                                                                                                                  | 7.30 Drugie życie sukni ślubnej (22) – pr. rozr.                                                                                                            | 9.05 Jesteśmy dla dzieci – magazyn                                                                                                                              | 12.05 Zakup w ciemno extra 3 (15)                                                                                              | 7.35 Dobrze zrobione w domu (4) – mag.                                                                                                                                |              |
| 15.35 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin.                                                                                  | 11.45 To jest grane – wakacyjnie (105)                                                                                                                                  | 8.00 Bogaty dom – biedny dom (124, 125, 160) – reality show                                                                                                 | 9.30 A na obiad... (3)                                                                                                                                          | 12.35 Zakup w ciemno 8 (14-16) – reality show                                                                                  | 7.45 Dzień Dobry TVN                                                                                                                                                  |              |
| 16.05 Europa da się lubić – nowe pokolenie (3) – program rozrywk.                                                          | 12.20 Prywatne życie zwierząt 15 (3)                                                                                                                                    | 11.00 Nasz nowy dom (304) – reality show                                                                                                                    | 9.35 Galileo (1158, 1210, 1211)                                                                                                                                 | 15.45 Express – pr. inform.                                                                                                    | 11.30 Jestem z Polski 9 (13) – serial dokum.                                                                                                                          |              |
| 17.00 Teleexpress                                                                                                          | 12.55 Daję słowo                                                                                                                                                        | 12.00 Shopping Queens. Królowe Zakupów (79-81) – pr. rozrywk.                                                                                               | 12.45 Mini Galileo (47)                                                                                                                                         | 16.05 Idź na całość 3 (3)                                                                                                      | 12.30 Jestem z Polski (14)                                                                                                                                            |              |
| 17.25 M jak miłość (1932)                                                                                                  | 13.55 Postaw na milion                                                                                                                                                  | 15.00 Kolacja w ciemno (57-59) – pr. rozrywk.                                                                                                               | 13.00 Hot Shots! 2                                                                                                                                              | 17.05 Usterka 14 (33) – serial fab.-dokum.                                                                                     | 13.30 Jestem z Polski 9 (15-ost.) – serial dok.                                                                                                                       |              |
| 18.20 Alternatywy 4 (3)                                                                                                    | 15.45 Moje przeboje (14)                                                                                                                                                | 18.00 Nasz nowy dom (305, 306) – reality show, Polska                                                                                                       | 14.55 Policjantki i Policjanci (1441-1444) – obycz.                                                                                                             | 17.45 Express – pr. inform.                                                                                                    | 14.30 Do zobaczenia 2 (9)                                                                                                                                             |              |
| 19.10 Lato z Radiem i Telewizją Polską                                                                                     | 16.20 Jeden z dziesięciu                                                                                                                                                | 20.00 Zdrady (5, 6) – serial paradok.                                                                                                                       | 19.00 Wypasiona kuchnia (26) – pr. rozrywk.                                                                                                                     | 18.00 Pogoda, sport                                                                                                            | 15.00 Bitwa o gości (8)                                                                                                                                               |              |
| 19.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu (57)                                                                             | 17.35 Koło fortuny (2054) – teleturniej                                                                                                                                 |                                                                                                                                                             | 19.05 Policjantki i Policjanci (1445) – serial obycz., Polska                                                                                                   | 18.10 Zakup w ciemno extra 3 (14)                                                                                              | 16.00 Ostre cięcie (8-ost.)                                                                                                                                           |              |
| 19.30 Program informacyjny 19.30                                                                                           | 18.15 Szansa na sukces. Opole 2027 (2)                                                                                                                                  |                                                                                                                                                             | 20.05 A na deser... (13) – magazyn kulinarny                                                                                                                    | 18.45 Kochaj albo wróć (4)                                                                                                     | 17.00 Złóż remont 11 (9)                                                                                                                                              |              |
| 19.55 Pytanie dnia – publ.                                                                                                 | 19.20 Europa da się lubić – nowe pokolenie (3) – program rozrywk.                                                                                                       |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                 | 19.45 Express – pr. inform.                                                                                                    | 18.00 Mniej znaczy więcej. Live Better for Less (3) – mag.                                                                                                            |              |
| 20.05 Sport, pogoda                                                                                                        |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                 | 20.00 Zakup w ciemno 7 (3) – reality show                                                                                      | 18.35 Ugotowani w parach (12)                                                                                                                                         |              |
| KRYMINALNY                                                                                                                 | ROZRYWKOWY                                                                                                                                                              | DOKUMENTALNY                                                                                                                                                | KRYMINALNY                                                                                                                                                      | SERIAL                                                                                                                         | REALITY SHOW                                                                                                                                                          |              |
| 20.20 Archiwista (3) – Polska 2020                                                                                         | 20.25 62. KFPP w Opolu – KabaretYM (1, 2)                                                                                                                               | 22.05 Wzięcie kobiet (26, 27) – Polska 2023                                                                                                                 | 20.20 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1052-1055) – Pol. 2026                                                                                                 | 22.00 Damy i wieśniaczki. PL 6 (14) – Polska 2022                                                                              | 21.40 Top Model (4) – Pol.                                                                                                                                            |              |
| Strączek chce wykorzystać daną mu władzę. Wzywa do siebie Zuzę i Henryka, by przekazać im, że archiwum zostanie zamknięte. | W hołdzie Stanisławowi Tymowi wystąpią Katarzyna Zielińska, Jacek Fedorowicz, Artur Andrus, Andrzej Poniedziałziński, Wiktor Zborowski oraz popularne grupy kabaretowe. | Kulisy codziennego życia w zakładzie karnym. Więźniarki zostały skazane za różne przestępstwa. Mimo to starają się normalnie żyć i celebrować ważne chwile. | Wach oraz Kujańskiś bada ją sprawę dwóch ciał w lesie, w tym zaginionego przedsiębiorcy związanego z agencją Madame. Sprawdzają pensjonat obok miejsca zbrodni. | Julia z Tarnowa opuści apartament w Warszawie i zamieszka Jolanta z 7-letnim synem. Dama mierzy się m.in. z kizieniem kapusty. | Rozpoczyna się zacięta rywalizacja. Jurorzy, którym przewodzi Joanna Krupa, oceniają uczestników i decydują, kto odpadnie. Gospodynią programu jest Klaudia El Dursi. |              |
| 21.10 Wielki Polonez Es – dur op. 22 – Michał Basista – widowisko                                                          | 22.30 Postaw na milion – teleturniej                                                                                                                                    | 23.00 Gry małżeńskie (194, 195) – reality show, Polska                                                                                                      | 0.20 Gwiazdy Kabaretu (183, 182) – pr. rozr.                                                                                                                    | 23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 21 (1)                                                                                      | 23.05 Nagi rary. Wielka Brytania 2 (4) – reality show                                                                                                                 |              |
| 21.25 Gala wręczenia nagród 51. Festiwalu Polskich Filmów Fabularnych w Gdyni – widowisko                                  | 23.30 Jaka to melodia? 0.25 Koło fortuny (2054, 2030) – telet.                                                                                                          | 1.05 Wzięcie kobiet (138-141) – serial dokumentalny, Polska                                                                                                 | 2.25 STOP Drogołka                                                                                                                                              | 0.00 Gogglebox. Przed telewizorem 25 (4)                                                                                       | 0.10 Dziewicze (4)                                                                                                                                                    |              |
| 22.35 Dobry żart (14) – rozr.                                                                                              | 1.55 Kabaret. Super Show Dwójki (3)                                                                                                                                     | 3.00 Zdrady (170-172) – serial paradokumentalny, Polska 2021                                                                                                | 3.25 Lubie disco! (267)                                                                                                                                         | 1.20 Diabeł nie boskie (4)                                                                                                     | 1.10 Pani gadzet erotycznie (4) – mag.                                                                                                                                |              |
| 23.00 Stawka większa niż życie (4)                                                                                         | 3.00 Kabaret Letnia Porą (49) – pr. rozrywk.                                                                                                                            |                                                                                                                                                             | 4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.                                                                                                                        | 1.50 Zapukaj do moich drzwi (147) – telen.                                                                                     | 1.45 Apetyt na miłość (6)                                                                                                                                             |              |
|                                                                                                                            | 4.00 Do śmiechu! (19)                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                             | 5.30 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.                                                                                                                          | 2.50 Drugie serce (3) – telen., Turcja 2025                                                                                    | 2.50 Dieta czy cud? (1, 2)                                                                                                                                            |              |
|                                                                                                                            |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                 | 3.55 Detektywi (119)                                                                                                           | 4.15 Wiem, co kupuję (1)                                                                                                                                              |              |
|                                                                                                                            |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                | 4.45 Wiem, co jem na diecie (2) – mag.                                                                                                                                |              |
| TVP HD                                                                                                                     | TVS                                                                                                                                                                     | ZOOM                                                                                                                                                        | TLC                                                                                                                                                             | C+ KUCHNIA HD                                                                                                                  | TVN TURBO                                                                                                                                                             |              |
| 6.55 Ranczo 4 (50) – obycz., Pol.                                                                                          | 7.05 Klachy i Lachy – pr. rozr.                                                                                                                                         | 8.00 Jakubiak rozgryza Polskę 2 (6-8) – mag. kulin.                                                                                                         | 11.00 Rodzina Chantel 3                                                                                                                                         | 14.35 Domowa piekarnia Kucharskiego 5 (1, 2)                                                                                   | 9.00 Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia (3) – pr. rozr.                                                                                                               |              |
| 7.55 Rodzinka.pl (95, 96)                                                                                                  | 7.40 Koncert życzeń                                                                                                                                                     | 9.35 Wojciech Cejrowski – boszo przez świat                                                                                                                 | 12.00 Ekstremalne choroby                                                                                                                                       | 15.30 Nie bój ryby! (10) – mag.                                                                                                | 9.30 Po raz trzeci Sprzedane                                                                                                                                          |              |
| 8.55 Ojciec Mateusz 3 (31, 32)                                                                                             | 9.25 Muzyczne dzień dobry                                                                                                                                               | 12.55 Sensacje XX wieku                                                                                                                                     | 13.00 Historie wielkiej wagi: Bryzylia 2 – reality show                                                                                                         | 16.00 Jamie: uczta za mniej (3)                                                                                                | 10.15 Moto kombi (3) – mag.                                                                                                                                           |              |
| 10.45 Czy wiesz, że? (308)                                                                                                 | 10.05 Przy muzyce po Śląsku                                                                                                                                             | 15.15 Cztery pancerni i pies (5, 6) – wojenny, Pol. 1966                                                                                                    | 14.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show                                                                                                          | 16.55 Jamie Oliver: gotuj sezonowo (8) – mag. kulin.                                                                           | 11.00 Cieżarówka przez pół świata (3) – pr. rozrywk.                                                                                                                  |              |
| 11.20 Na sygnale (812, 813)                                                                                                | 11.20 Koncert Gwiazd TVS – Rozgrzewka                                                                                                                                   | 17.35 Jaś Fasola (4, 5) – kom.                                                                                                                              | 17.00 Podwójne życie Zon (1)                                                                                                                                    | 17.55 Kulinarne wdrwówki Gordona i przyjaciół – Hiszpania (2) – dok.                                                           | 12.00 Mobilni mechanicy (5)                                                                                                                                           |              |
| 12.25 Ojciec Mateusz 12 (157)                                                                                              | 12.35 Przy muzyce po Śląsku                                                                                                                                             | 18.50 MasterChef: Cześć 7 (3)                                                                                                                               | 18.00 Wiza na miłość 12 (18)                                                                                                                                    | 18.45 Czego nie jeść (4) – dok.                                                                                                | 12.45 Wojny samochodowe                                                                                                                                               |              |
| 13.20 Komisarz Alex 23 (292)                                                                                               | 13.35 Klachy i Lachy – pr. rozr.                                                                                                                                        | 20.05 Igrzyska śmierci: Kosogłos. Część 2 – dramat s.f., USA/Niemcy 2015, 175 min                                                                           | 20.00 Baylen – życie na głos 3 (15) – serial dokumentalny                                                                                                       | 19.50 Poza lab: podróz do serca Indonezji (1)                                                                                  | 15.45 Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia (3, 15) – rozr.                                                                                                              |              |
| 14.15 Ranczo 3 (33, 34) – obycz.                                                                                           | 14.00 Słagierowa lista – muz.                                                                                                                                           | 23.00 Adam szuka Ewy VIP. Holandia (2) – pr. rozrywk.                                                                                                       | 21.00 Design w australijskim stylu – program rozrywk.                                                                                                           | 20.50 Włoska uczta (7, 8) – dok.                                                                                               | 16.45 Zawodowi handlarze (3)                                                                                                                                          |              |
| 16.10 Postaw na milion – telet.                                                                                            | 16.00 Koncert życzeń                                                                                                                                                    | 0.00 Magia nagości. Polska 5                                                                                                                                | 22.00 Kamera, akcja, wpadka! ER: Caught On Camera – serial dokumentalny, USA                                                                                    | 21.50 James Martin: hiszpańska przygoda (5)                                                                                    | 17.30 Jeździć, obserwować (3)                                                                                                                                         |              |
| 17.10 Okrasa lamie przepisy                                                                                                | 17.45 Przy muzyce po Śląsku                                                                                                                                             | 1.05 Magia nagości. Najsmaczniejsze kaski                                                                                                                   | 23.00 ER: Caught On Camera – serial dokumentalny, USA                                                                                                           | 22.45 Tajemnice indyjskich smaków (7) – serial dok.                                                                            | 18.15 Z drugiej ręki (3) – mag.                                                                                                                                       |              |
| 17.45 Makłowicz w podróży                                                                                                  | 18.25 Śląska karuzela – muz.                                                                                                                                            |                                                                                                                                                             | 0.00 Dr Pryszczyla 4 – dok.                                                                                                                                     | 0.15 Nie bój ryby! (12) – mag.                                                                                                 | 19.00 Mobilni mechanicy (7, 8)                                                                                                                                        |              |
| 18.20 Ojciec Mateusz 31 (400)                                                                                              | 19.55 Hansi Hinterseer zaprasza – pr. rozrywk.                                                                                                                          |                                                                                                                                                             | 1.00 Baylen – życie na głos 3 (15) – serial dokumentalny                                                                                                        |                                                                                                                                | 20.30 Zawodowi handlarze                                                                                                                                              |              |
| 19.20 Ranczo 9 (107-109)                                                                                                   | 22.05 Koncert w TVS – pr. muz.                                                                                                                                          |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                | 22.00 Naprawy nie do naprawy (6, 8) – mag.                                                                                                                            |              |
| 22.20 Na granicy – thriller, FILM Polska 2016, 110 min                                                                     | 23.45 Słagierowa lista – muz.                                                                                                                                           |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                | 23.30 The Grand Tour (6, 3) – mag.                                                                                                                                    |              |
| 0.10 Głina 2 (18-20) – krym., Pol.                                                                                         | 1.40 Program muzyczny                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                |                                                                                                                                                                       |              |
| 0.10 Władza – thriller, USA FILM 2013, 120 min                                                                             |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                |                                                                                                                                                                       |              |
| NOVA                                                                                                                       | METRO                                                                                                                                                                   | ANTENA HD                                                                                                                                                   | WP                                                                                                                                                              | C+ DOMO HD                                                                                                                     | HGTV                                                                                                                                                                  |              |
| 7.30 Interwencja – taka jest Polska (576) – mag.                                                                           | 7.00 Gorączka złota 12 (22, 23)                                                                                                                                         | 9.00 Niezwykły dr Pol (26-30)                                                                                                                               | 12.15 Pokochaj lub sprzedaj 6                                                                                                                                   | 13.10 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo (13) – dok., Kan.                                                          | 15.35 Polowanie na ogród 7                                                                                                                                            |              |
| 8.20 Frieren. U kresu drogi                                                                                                | 8.55 Klan z Alaski (14-16)                                                                                                                                              | 13.55 Australijskie poszukiwacze złota 6                                                                                                                    | 13.10 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 3 (12)                                                                                                                       | 14.10 Wielkie projekty: Australia 12 (3) – dok.                                                                                | 16.40 Polowanie na ogród 6 (6)                                                                                                                                        |              |
| 9.30 Dragon Ball Super (46-54)                                                                                             | 11.55 Złomowisko PL 5 (7, 8)                                                                                                                                            | 17.00 Co Polak potrafi na drodze? 2 (4) – pr. rozr.                                                                                                         | 14.10 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver (6) – dok., Kan.                                                                                                          | 15.15 House Hunters – Poszukiwacze domów 3 (9, 10) – pr. rozr.                                                                 | 17.15 House Hunters – Poszukiwacze domów 4 (1) – pr. rozrywk.                                                                                                         |              |
| 14.00 Co ludzie powiedzą? 2 (5, 6) – kom., Wlk. Bryt. 1990                                                                 | 13.55 Makłowicz w drodze 4                                                                                                                                              | 18.00 77 TV 5 (29) – pr. rozrywk.                                                                                                                           | 15.05 Policjanci z sąsiedztwa 3 (6, 7)                                                                                                                          | 15.20 Gardeners' World 16 (25)                                                                                                 | 18.20 House Hunters – Poszukiwacze domów 4 (1) – pr. rozrywk.                                                                                                         |              |
| 15.20 Co ludzie powiedzą? 2 (7) – serial kom., Wlk. Bryt.                                                                  | 15.05 Farma Clarkson 2 (1)                                                                                                                                              | 19.00 77 TV 6 (5) – pr. rozrywk.                                                                                                                            | 17.05 Policjanci z sąsiedztwa 3 (8, 9)                                                                                                                          | 16.30 Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie 9 (4)                                                                                   | 18.55 Weekendowa metamorfoza 2 (2) – rozr.                                                                                                                            |              |
| 16.00 Miódowe lata (119-122)                                                                                               | 16.10 Azja Express (3)                                                                                                                                                  | 20.00 Morderstwa we Francji                                                                                                                                 | 19.00 Policjanci w akcji 2 (4) – serial obycz., Polska 2026                                                                                                     | 17.00 Kupione i co dalej? 4                                                                                                    | 19.50 Weekendowa metamorfoza 4 (4) – rozr.                                                                                                                            |              |
| 20.05 Pólit 8 – serial kryminalny                                                                                          | 20.00 Miss agent – komedia                                                                                                                                              | 22.00 Sekret siostry – dramat                                                                                                                               | 20.00 Policjanci z sąsiedztwa 3 (10) – dok.                                                                                                                     | 18.00 Daleko od miasta 16                                                                                                      | 20.45 Weekendowa metamorfoza 4 (4) – pr. rozr.                                                                                                                        |              |
| 0.00 Ślad (86) – krym., Pol. 2019                                                                                          | 22.15 Reminiscencja – film s.f.                                                                                                                                         | 22.00 Piłkarski – dramat                                                                                                                                    | 21.00 Strażacy z sąsiedztwa 2                                                                                                                                   | 19.00 Dom w mieście 1 (2)                                                                                                      | 21.40 Mieszkanie na miarę 2 (4) – program rozrywkowy                                                                                                                  |              |
| 1.00 Łowca pedofiliów                                                                                                      | 22.15 Joy, 140 min                                                                                                                                                      | 23.50 Whitey Houston: zawsze będę cię kochać – dramat biograficzny, USA 2015, 105 min                                                                       | 22.00 Mistrzowie Kabaretu 2                                                                                                                                     | 22.50 W luksusowej ucieczce 8                                                                                                  | 22.35 Mieszkanie na miarę (1)                                                                                                                                         |              |
| 3.00 TV Okazje (24, 25)                                                                                                    | 0.35 Kuba Wojewódzki (4)                                                                                                                                                |                                                                                                                                                             | 23.00 Mistrzowie Kabaretu 5                                                                                                                                     | 23.55 Wielkie projekty: Australia 10 (7) – dok.                                                                                | 23.35 Aloha, nowy dom! 2                                                                                                                                              |              |
| 3.50 Wokaliści czasu (926, 925)                                                                                            | 1.40 Szpital (915) – paradok.                                                                                                                                           |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                |                                                                                                                                                                       |              |
| 4.00 Daleko od noszy – szpital futpolowy (39, 40) – serial kom., Polska                                                    | 2.35 Szkoła (642) – paradok.                                                                                                                                            |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                |                                                                                                                                                                       |              |
| 5.00 Pod lupą (7, 8) – magazyn                                                                                             | 3.35 Nowa Maja w ogrodzie 2 (28) – mag.                                                                                                                                 |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                |                                                                                                                                                                       |              |
|                                                                                                                            | 4.05 Szpital (904) – paradok.                                                                                                                                           |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                |                                                                                                                                                                       |              |



## Warto zobaczyć

**13.05** **Kraina lodu**  
**ANIMOWANY** Księżniczka Elsa ma moc zamrażania przedmiotów. Niechcący pograża swój kraj w wiecznej zimie. Jej siostra próbuje to odwrócić. Reż.: Chris Buck, Jennifer Lee, D: Anna Cieslak, Lidia Sadowna USA 2013 **150 min ► do godz. 15.35**

**14.10** **Czarne złoto**  
**HISTORYCZNY** Rejon Zatoki Perskiej, lata 30. Syn sułtana bierze ślub z córką emira. Oboje chcą zapobiec konfliktowi między ich ojcami. Reż.: Jean-Jacques Annaud, A: Tahar Rahim, Mark Strong, Antonio Banderas Francja/Wł. 2011 **135 min ► do godz. 16.25**

**14.25** **Paryżanka**  
**OBYČAJOWY** Brigitte, córka znanego polityka, pragnie uwieść współpracownika swojego ojca. Jej zachowanie doprowadza do skandalu. Reż.: Michel Boisrond, A: Brigitte Bardot, Charles Boyer, Noël Roquevert Fr./Wł. 1957 **100 min ► do godz. 16.05**

**15.50** **Wojna z dziadkiem**  
**KOMEDIA** Po śmierci żony Ed zamieszkuje z córką oraz jej rodziną. Zajmuje pokój wnuka. Niezadowolony nastolatek wypowiada seniorowi wojnę. Reż.: Tim Hill, A: Robert De Niro, Uma Thurman, Oakes Fegley USA/Włk. Bryt. 2020 **125 min ► do godz. 17.55**

**17.35** **San Andreas**  
**KATASTROFICZNY** Trzęsienia ziemi zmieniają kolejne amerykańskie miasta w gruzowiska. Doświadczony pilot helikoptera usiłuje ocalić córkę. Reż.: Brad Peyton, A: Dwayne Johnson, Alexandra Daddario USA 2015 **145 min ► do godz. 20.00**

**18.00** **Był sobie pies**  
**FAMILIJNY** Golden retriever zaprzysiężnia się z Ethanem. Po latach sędziwy pies odchodzi. To nie koniec jego przygód. Odradza się jako owczarek. Reż.: Lasse Hallström, A: Dennis Quaid, Peggy Lipton, KJ Apa USA/Indie 2021 **120 min ► do godz. 20.00**

**20.00** **Ludzie honoru**  
**SENSACYJNY** Dwaj żołnierze zostają oskarżeni o zabójstwo kolegi z bazy. Ich obrońcy odkrywają, że ofiarę dręczono na rozkaz przełożonych. Reż.: Rob Reiner, A: Tom Cruise, Jack Nicholson, Demi Moore USA 1992 **170 min ► do godz. 22.50**

**22.25** **Generał Nil**  
**BIOGRAFICZNY** Rok 1947. Generał Emil Fieldorf, bohater AK, wraca z zagru na Uralu do Polski. Pada ofiarą komunistycznego reżimu. Reż.: Ryszard Bugajski, A: Olgierd Łukaszewicz, Magdalena Emilianowicz Polska 2009 **135 min ► do godz. 0.40**

## → filmowe hity



Podwodną łódź atakuje bestia. Nurek Taylor miał okazję walczyć z nią już wcześniej.

**20.00** **Meg**

**TVN 7** **SCIENCE FICTION** W głębinach czai się prehistoryczne monstrum. Grupa śmiałków musi ocalić załogę łodzi.

**HIT DNIA**

W ramach międzynarodowego programu obserwacji podmorskich naukowcy eksplorują okolice Rowu Mariańskiego. Niespodziewanie ich łódź zostaje zaatakowana przez gigantyczne stworzenie, które setki lat temu uznano za wymarłe. Statek ulega awarii i osiada na dnie. Oceanograf

Zhang wzywa na ratunek doświadczonego nurka, byłego żołnierza Jonasa Taylora. Mężczyzna już kiedyś stawiał czoło morskiej bestii, jednak nikt nie wierzył w jego opowieść. Teraz po raz drugi decyduje się zmierzyć ze swoimi lękami i zaryzykować życie w potyczce z potworem, by ocalić uwięzioną ekipę.

Dodatkową motywacją jest fakt, że w głębinach utknęła jego była żona. W nierównej walce z potężnym megalodonom Taylor i jego zespół są zmuszeni zastosować niekonwencjonalne metody działania. **HD 155 min ► do godz. 22.35**

USA/Chiny 2018 Reż.: Jon Turteltaub Wyst.: Jason Statham, Li Bingbing, Ruby Rose, Rainn Wilson



**20.00** **Siedem lat w Tybecie**

**BIOGRAFICZNY** Heinrich Harrer (Brad Pitt) wyrusza w Himalaje. Gdy wybucha II wojna światowa, alpiniści zostają internowani. Harrerowi udaje się uciec do Tybetu. Tam poznaje on Dalajlamę.

Reż.: Jean-Jacques Annaud Wyst.: Brad Pitt USA 1997 **HD 145 min ► do godz. 22.25**



**22.35** **Godziny szczytu**

**KOMEDIA SENSACYJNA** Córka chińskiego konsula w USA zostaje porwana. Jej ojciec chce, aby sprawą zajął się zaufany policjant z Hongkongu, Lee (Jackie Chan). Przybyszowi pomaga gadatliwy Carter (Chris Tucker).

Reż.: Brett Ratner Wyst.: Julia Hsu, Tzi Ma USA 1998 **HD 120 min ► do godz. 0.35**



**20.00** **Agent Sensacyjny**

**TV PULS** Żona Benjamina (Aaron Eckhart), kierownika placówki CIA w Budapeszcie, ginie w zamachu. Mężczyzna zamierza dotrzeć do sprawców. Razem z agentką Krystyną Kowarski wpada na trop spisku.

Reż.: Jesse V. Johnson Wyst.: Olga Kurylenko USA 2024 **HD 125 min ► do godz. 22.05**



**22.40** **Erin Brockovich**

**OBYČAJOWY** Lata 90., Los Angeles. Erin (Julia Roberts) pracuje jako sekretarka w kancelarii prawniczej. Znajduje dokumenty świadczące o tym, że potężny koncern zatruwa środowisko. Sprawa trafia na wokandy.

Reż.: Steven Soderbergh Wyst.: Julia Roberts USA 2000 **HD 170 min ► do godz. 1.30**



**20.00** **Lodowy szlak: Zemsta**

**THRILLER** Mike McCann (Liam Neeson) udaje się do Nepalu, by rozszpać prochy brata na Mount Everest. Podczas podróży do obozu autobusem pełnym turystów, musi stawić czoło najemnikom.

Reż.: Jonathan Hensleigh Wyst.: Bingbing Fan USA 2025 **HD 110 min ► do godz. 21.50**



**22.45** **Miłość i turbulencje**

**KOMEDIA ROMANTYCZNA** Prawnik Antoine (Nicolas Bedos) leci do Paryża. Miejsce obok zajmuje jego była dziewczyna Julie (Ludivine Sagnier). Dawni kochankowie zyskują okazję do rozliczenia się ze swoją przeszłością.

Reż.: Alexandre Castagnetti Wyst.: Kelly Kopen Francja 2013 **HD 110 min ► do godz. 0.35**

## → filmowe hity



Kinga i Jacek próbują odnaleźć się w gąszczu kościelnych przepisów.

21.<sup>25</sup> **Rozwodnicy**

TVN

**KOMEDIODRAMAT** Zwykła formalność okazuje się zawiłą procedurą. Dwoje ludzi czeka cenna życiowa lekcja.

HIT DNIA

Mijają dwie dekady od rozstania Kingi i Jacka. Oboje na nowo ułożyli sobie życie. Mężczyzna rozpoczyna jednak starania, aby Kościół unoważnił ich związek małżeński. Byłych partnerów czekają niełatwe spotkania z duchownymi, którzy zadają im niewygodne pytania o przyczyny rozpadu krótkotrwałej relacji. Każ-

de kolejne spotkanie zmusza Kingę oraz Jacka do refleksji. Procedura wprowadza spore zamieszanie w życiu niedoszłych rozwodników oraz ich bliskich. Staje się przyczyną wielu nieprzewidzianych sytuacji. **HD 125 min ► do godz. 23.30**

Polska 2024 **Reż.:** Michał Chaciński, Radosław Drabik **Wyst.:** Magdalena Póławska, Wojciech Meczaldowski

20.40 **Rozgrywka**

TVP 2

**SENSACYJNY** Włamywacz

Nick (Robert De Niro) chce zmienić swoje życie. Ulega jednak namowom przyjaciela, który proponuje mu kradzież dzieła sztuki. W ryzykownym przedsięwzięciu pomaga mu Jack (Edward Norton).

Reż.: Frank Oz **Wyst.:** Angela Bassett  
Niemcy 2001 **HD 135 min ► do godz. 22.55**

22.55 **Ludzie, których nie cierpimy na weselach**

TVP 2

**KOMEDIA** Alice (Kristen Bell) razem z bratem i matką udaje się do Londynu na ślub swojej zamożnej, przyrodniej siostry. To dla nich okazja na udzielenie relacji.

Reż.: Claire Scanlon **Wyst.:** Annie McGrath  
USA 2022 **HD 110 min ► do godz. 0.45**

22.05 **Pakt z mordercą**

TV PULS

**THRILLER** Lucas (Sam

Worthington) to profesjonalny zabójca działający na zlecenie. Pewnego razu nie wywiązuje się w pełni z zadania, narażając się na modawcom. Postanawia pomóc swej niedoszłej ofierze, Elli (Odeya Rush).

Reż.: Jonathan Mostow **Wyst.:** Allen Leech  
USA 2017 **HD 110 min ► do godz. 23.55**

23.30 **Na twoim miejscu**

TVN

**KOMEDIA** Pracownik k

poracji Krzysiek (Miron Jagiewicz) i przedszkolanka Kasia (Paulina Gałązka), rodzice Tadzia, w magiczny sposób zamieniają się ciałami. Zaczynają rozumieć siebie nawzajem i doceniać swoje starania.

Reż.: Antonio Galdamez Munoz **Wyst.:** Jan Frycz  
Polska 2023 **HD 130 min ► do godz. 1.40**

## → sport



13.00

**Puchar Billie Jean King – finał**

POLSAT SPORT 1

**TENIS LIVE**

Pora na najważniejszą rywalizację w 63. edycji Pucharu Billie Jean King. Do turnieju finałowego w Shenzhen w roli obrończyni tytułu przystąpiła reprezentacja Włoch na czele z Jasmine Paolini. Walczyła ona o siódmy triumf w rozgrywkach. **HD 120 min ► do godz. 15.00**



15.00

**MŚ – Montreal 2026**

EUROSPORT 1

**KOLARSTWO LIVE**

Na koniec MŚ odbędzie się wyścig ze startu wspólnego. Kolarze przejadą 273,7 km, w tym 12 okrążeń na trasie znanej z Grand Prix Cycliste de Montréal. Wyzwanie podejmie np. Remco Evenepoel i Michał Kwiatkowski. **HD 420 min ► do godz. 22.00**



17.30

**Superpuchar Polski**

POLSAT SPORT 2

**KOSZYKÓWKA LIVE**

Decydujący mecz turnieju w Sosnowcu. O pierwsze trofeum w tym sezonie zaważają zwycięzcy sobotnich spotkań półfinałowych: Legia – Trefl Sopot oraz Dzikie Warszawa – Zastal Zielona Góra. **HD 120 min ► do godz. 19.30**



20.35

**Norwegia – Portugalia**

POLSAT SPORT 2

**PIŁKA NOŻNA LIVE**

Rewelacja tegorocznego mundialu kontra triumfator poprzedniej edycji Ligi Narodów. Portugalczycy spróbują przerwać passę gospodarzy, którzy są niepokonani u siebie od marca 2024 r. **HD 115 min ► do godz. 22.30**

## → rozrywka



16.35

**Teraz one**

TVN STYLE

**LIFESTYLE**

Małgorzata Tomaszewska, Aleksandra Rogowska-Lichnerowicz i Żaneta Rosińska komentują najgorętsze tematy, którymi aktualnie żyją media oraz internauci. Nie zabraknie informacji na temat premierowych produkcji oraz wydarzeń ze świata sportu. **HD 35 min ► do godz. 17.10**



17.35

**Daję słowo – Maciej Orłoś 2**

TVP 1

**TALK-SHOW**

Tym razem gościem odcinka jest Robert Gawiński. W rozmowie prowadzący oraz artysta poruszają najważniejsze wątki z życia i kariery muzyka. Spotkanie ma formę swobodnego wywiadu. **HD 65 min ► do godz. 18.40**



19.55

**Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami**

POLSAT

**WIDOWISKO** Jasper Sołtysiewicz ma za sobą trudny start w programie, ale pokazał wolę walki. Wraz z Darią Sytą przygotowuje się pod okiem choreografa do kolejnego występu. **HD 165 min ► do godz. 22.40**

## → dokument



21.00

**Górnicy z Chile: wyścig z czasem**

NATIONAL GEO.

**REPORTAŻ**

W 2010 roku 33 górników zostało uwięzionych ponad 800 m pod pustynią. Walczyli o życie w niehumanitarnych warunkach. Zorganizowano brawurową akcję ratunkową. **HD 60 min ► do godz. 22.00**

TVP 1 HD DV3 T2

- 5.00 Sprawdzamy** – magazyn  
**5.25 Sprawa dla reportera** – magazyn interwencyjny  
**6.20 Słownik polsko@polski** (694) – talk-show prof. Jana Miodka  
**6.50 Słowo na niedzielę**  
**7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie-Łagiewnikach**  
**8.00 Tydzień** – magazyn rolniczy  
**8.30 Pociąg do Polski** (4) – dok., Pol.  
**9.05 U Pana Boga w ogródku** (4) – serial komediowy, Polska 2008  
**9.55 Ojciec Mateusz 21** (273) – serial kryminalny, Polska 2019  
**10.55 Komisarz Alex 26** (324) – serial kryminalny, Polska 2026  
**11.55 Między ziemią a niebem** – magazyn  
**12.00 Anioł Pański**  
**12.15 Między ziemią a niebem** – magazyn  
**12.45 Taize. Dom serca** – reportaż, Polska 2026  
**13.05 BBC w Jedynie: Ssaki** (1) – serial dok., Wielka Brytania 2024  
**14.10 Rolnik szuka żony. Odwiedziny** (3) – pr. rozrywk.  
**14.35 Łalka** (4) – serial obycz., Pol. 1977  
**16.00 Zaraz wracam 3** (148, 149) – serial obyczajowy, Polska 2026  
**17.00 Teleexpress, pogoda**  
**17.35 Daję słowo – Maciej Orłoś 2** (44): Robert Gawliński – talk-show publicystyczny  
**20.05 Sport, pogoda**

TVP 2 HD DV3 T2

- 4.40 Barwy szczęścia** (3404-3406) – serial obyczajowy, Polska 2026  
**6.25 M jak miłość** (1942) – serial obyczajowy, Polska 2026  
**7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn  
**7.55 Pytanie na śniadanie** – magazyn  
**11.00 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka** (71) – magazyn kulturalny  
**11.35 The Voice of Poland 17** (5, 6): Przesłuchania w ciemno – widowisko  
**14.00 Familiada** – teleturniej  
**14.35 Koło fortuny** – teleturniej  
**15.10 Szansa na sukces. Opole 2027** (4): Maryla Rodowicz – widowisko  
**Gwiazdą wydania jest ikona polskiej sceny muzycznej. Uczestnicy mierzą się z wybranymi hitami z bogatego repertuaru artystki, znanymi od lat wszystkim Polakom – „Małgośka”, „Niech żyje bal”, „Remedium”, „Sing-Sing” czy „Ale to już było”.**  
**16.10 Europa da się lubić – nowe pokolenie** (4) – program rozrywkowy  
 Szescioro uczestników z różnych krajów, którzy związali swoje życie z Polską, bierze udział w pełnych humoru konkurencjach testujących wiedzę, błyskotliwość i refleks.  
**17.10 Tak to leciało!** (89) – teleturniej muzyczny  
**18.10 Omnibus – szybcy i mądry** (45) – teleturniej  
**19.10 Kocham Cię, Polsko!** (3) – program rozrywkowy

polsat HD DV3 T2

- 4.55 Disco Gramy**  
**5.40 Telezakupy TV Okazje**  
**6.00 Nowy dzień z Polsat News**  
**8.00 halo tu polsat** – magazyn  
 Reportaże, spotkania z gwiazdami i porady na dobry początek dnia. W tym sezonie nie brakuje nowych cykli, np. „Rodzicielstwa bez luku” prowadzonego przez aktorkę Marię Konarowską.  
**11.30 Kevin sam w domu – po raz czwarty** – komedia, USA 2002, reż. Rod Daniel, wyk. Mike Weinberg, French Stewart, Jason Beghe, Joanna Goins, 95 min  
 Kevin jedzie na święta do rezydencji nowej narzeczonej ojca. Zostaje sam w ogromnym domu. Nie wie, że złodziej Marv ze swoją współniczką Verą planuje włamanie do posiadłości.  
**13.05 Kraina lodu** – film animowany, USA 2013, reż. Chris Buck, 150 min  
 Księżniczka Elsa ma moc zamrażania przedmiotów. Pewnego dnia niechcący sprawia, że podłoga w sali balowej pokrywa się lodem. Zrozpaczona ucieka. Nie wie, że w ten sposób pograża kraj w wiecznej zimie. Siostra Anna pragnie ją odnaleźć.  
**15.35 Twoja Twarz Brzmi Znamo** (229) – program rozrywkowy  
**17.30 Awantura o kasę** – teleturniej  
**18.50 Wydarzenia**  
**19.15 Wypasiona kuchnia** (28) – program rozrywkowy  
**19.20 Sport, pogoda**  
**19.35 Być Gwiazdą** (4) – program kulturalny

tvn HD DV3 T2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów  
**5.55 Ukryta prawda** (1488) – serial paradokumentalny, Polska 2023  
**6.50 Kuchenne rewolucje** (5): Poznań – Pomyłone Gary – program rozrywkowy  
**7.45 Dzień Dobry TVN** – magazyn  
**11.30 Kobieta na krańcu świata** (5) – serial dokumentalny, Polska 2026  
**12.35 Co za tydzień** – magazyn kulturalny  
**13.05 Azja Express** (4) – reality show  
**14.45 Kuchenne rewolucje** (4) Gosia wraz z narzeczoną Lukaszem prowadzi restaurację Dętką w Wejherowie. Magda Gessler próbuje przywrócić im wiarę w sukces biznesu.  
**15.50 Wojna z złądkami** – komedia, USA/Wielka Brytania/Kanada 2020, reż. Tim Hill, wyk. Robert De Niro, Uma Thurman, Oakes Fegley, Jane Seymour, 125 min  
 Po śmierci żony Ed Marino zamieszkuje z córką i jej rodziną. Zajmuje pokój wnuka, Petera. Chłopiec wypowiada seniorowi wojnę. Planuje z kolegami serię żartów, które uprzykrzą mu życie. Ed nie pozostaje mu dłużny.  
**17.55 Nowa Szelągowska** (1) – program rozrywkowy  
 Oktawia i Piotr z Ząbkowic Śląskich wraz z dziećmi marzą o mieszkaniu lepiej dopasowanym do rodzinnej codzienności. Do akcji wkracza nie tylko Dorota, lecz także nowa ekipa, gotowa na wewnętrzskie wyzwania.  
**19.00 Fakty, sport i pogoda**

20

## KRYMINALNY



- 20.25 Gra z Cieniem 2** (17) – Polska 2026

Trwa oblawa na uciekinierki. Kosk bezwzględnie tropi Helenę i wchodzi w ryzykowny układ z łódzkim półświatkiem: oferuje likwidację gangstera w zamian za pomoc w odnalezieniu Bielawskiej i jej syna. Tymczasem Porada podejmuje śmiertelnie niebezpieczną próbę wyniesienia z gabinetu majora Opalki tajnych ksiąg lotów.

- 21.25 Rolnik szuka żony 13** (4) – telenowela dokumentalna, Pol.  
**22.20 Rolnik szuka żony. Odwiedziny** (4) – pr. rozrywk.  
**22.45 Zakochana Jedynka: Miłość i turbulencje** – komedia romantyczna, Francja 2013, reż. Alexandre Castagnetti, wyk. Ludivine Sagnier, 110 min  
**0.35 Vera Cruz** – western, USA 1954, reż. Robert Aldrich, wyk. Gary Cooper, Burt Lancaster, 105 min  
**2.20 Jaka to melodia?** – telet. muz.  
**3.15 Hydrozagadka** – komedia, Polska 1970, reż. Andrzej Kondratiuk, wyk. Józef Nowak, Wiesław Michnikowski, 75 min  
**4.30 Zakończenie**

## SENSACYJNY



- 20.40 Gwiazdy w akcji: Rozgrywka** – Niemcy/USA 2001, 135 min

Nick, specjalista od włamań do sejfów, zamierza zerwać z przestępczą działalnością. Max proponuje mu jednak udział w skoku życia. Zleca kradzież berła francuskich królów. Włamywacz ulega namowom. Jego kompanem zostaje Jack, młody adept złodziejskiego fachu. Wkrótce okazuje się, że partnerzy nie są wobec siebie lojalni.

- 22.55 Ludzie, których nie cierpimy na weselach** – komedia, USA 2022, reż. Claire Scanlon, wyk. Cynthia Addai-Robinson, Allison Janney, Kristen Bell, Ben Platt, 110 min  
**0.45 Będziemy mieszkać razem** (4) – serial obyczajowy, Polska 2023  
**1.45 Carte Blanche** – dramat obyczajowy, Polska 2015, reż. Jacek Lusinski, wyk. Andrzej Chyra, Arkadiusz Jakubik, Urszula Grabowska, Tomasz Ziętek, 120 min  
**3.45 Rodzinka.pl** – serial komediowy, Polska 2025  
**4.15 Zakończenie**

## ROZRYWKOWY



- 19.55 Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami** (187)

Helena Englert może pochwalić się bardzo udanym startem w programie. Wspólnie z Romanem Osadchym oczarowała jurorów i widzów m.in. energiczną sambą, uznaną za jeden z najtrudniejszych tańców latynoamerykańskich, oraz walcem wiedeńskim.

- 22.40 Erin Brockovich** – dramat obyczajowy, USA 2000, reż. Steven Soderbergh, wyk. Julia Roberts, David Brisbin, Dawn Didawick, Albert Finney, 170 min  
 Lata 90., Los Angeles. Erin pracuje jako sekretarka w kancelarii prawniczej. Znajduje dokumenty świadczące o tym, że potężny koncern zatruwa środowisko, co zagraża zdrowiu i życiu mieszkańców okolicy. Sprawa trafia na wokandę.  
**1.30 Zła kobieta** – komedia, USA 2011, reż. Jake Kasdan, wyk. Cameron Diaz, Lucy Punch, Jason Segel, Justin Timberlake, 110 min  
**3.20 Świat według Kiepskich** (411, 412): Gorzkie gody: Badurka – serial komediowy, Polska 2013

## ROZRYWKOWY



- 19.45 MasterChef** (4)

W studiu pojawiają się popularni twórcy kulinarni, tacy jak Adrian Owsianik (Foxx), Sara Moritz czy Ewa Szczesna. Dobierają się w drużyny z uczestnikami i stają do rywalizacji na najbardziej kreatywne dania. Ich wysiłki ocenia między innymi Pascal Brodnicki.

- 21.25 Rozwodnicy** – komediodramat, Polska 2024, reż. Michał Chaciński, wyk. Magdalena Popławska, Wojciech Meczaldowski, Tomasz Schuchardt, Michalina Łabacz, 125 min  
**23.30 Na twoim miejscu** – komedia, Polska 2023, reż. Antonio Galdamez Munoz, wyk. Paulina Gałązka, Miron Jagniewski, Olivier Grzegorzewski, Maria Pakulinska, 130 min  
**1.40 Uwaga!** – magazyn reporterów  
**2.00 Superwizjer** – mag. reporterów  
**2.35 Klara** (7, 8) – kom., Polska 2024  
**4.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10** (17) – serial kryminalny, USA/Kanada 2010  
**5.00 Nauka jazdy 6** (13) – program rozrywkowy



## STACJE FILMOWE I SERIALOWE

| AXN HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | TVP SERIALE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | TVP KULTURA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | ALE KINO+ HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | CANAL+ PREMIUM HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | HBO HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>6.10 Wykiwać klawisza</b> – komedia obyczajowa, USA 2005, reż. Peter Segal, wyk. Adam Sandler, Chris Rock, 110 min<br><b>8.00 Walker: Strażnik Teksasu 3</b> (1, 2) – serial kryminalny<br><b>9.55 Rekrut: FBI</b> (14-18) – serial kryminalny<br><b>14.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas</b> (9-13) – serial kryminalny, USA/Kanada<br>Ekipa bada okoliczności śmierci pasażera samolotu. Musi ustalić, czy wyłączną przyczyną zgonu mężczyzny był zły stan zdrowia.                                                                                                            | <b>5.30 Czarne chmury</b> (7) – serial przyg., Polska<br><b>6.35 Na sygnale</b> (923-926) – serial fab.-dokum.<br><b>8.55 Stawka większa niż życie</b> (3, 4) – serial wojenny, Polska 1968<br><b>11.20 Cztery pancerni i pies</b> (14, 15) – wojenny, Pol. 1969<br><b>13.35 Ojciec Mateusz 34</b> (439, 440) – serial kryminalny, Pol. 2025<br><b>15.30 Komisarz Alex 26</b> (324) – krym., Pol. 2026<br><b>16.30 Ranczo 3</b> (30) – serial obyczajowy, Pol. 2008<br><b>17.30 Cztery pancerni i pies</b> (16, 17) – serial wojenny, Polska<br><b>19.50 Ojciec Mateusz 35</b> (453) – krym., Pol. 2026                                | <b>9.55 Kroniki Sherlocka Holmesa</b> (4) – krym.<br><b>11.00 Kosmos 1999</b> (34)<br><b>12.10 Scena Młodego Widza: Król Maciuś Pierwszy</b> – sztuka na podstawie powieści Janusza Korczaka, Polska 2026, reż. Tadeusz Kabicz<br><b>13.40 Koncert</b><br><b>14.25 Paryżanka</b> – dramat obyczajowy, Francja/Włochy 1957, 100 min<br><b>16.05 Nad Niemnem</b> (2)<br><b>17.15 Niedziela z...</b> – kult.<br><b>18.05 Gala wręczenia dorocznego Nagród Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego 2026</b> – widowisko                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>7.10 W 80 dni dookoła świata</b> – film przyg., USA/Niem./Irlandia 2004, 145 min<br><b>9.35 Matthew Perry. Ten, którego zabrakło</b> – film dokum., Fr. 2024<br><b>10.50 Księżyc nad Karoliną</b> – dramat obyczajowy, USA/Kanada 2007, 120 min<br><b>12.50 Bracia ze stali</b> – dramat biograficzny, USA/Wielka Brytania 2023, 155 min<br><b>15.25 Wszyszczy wiedzą</b> – krym., Hiszpania/Fr./Włochy 2018, 155 min<br><b>18.00 Strefa interesów</b> – dramat historyczny, USA/Wielka Brytania/Polska 2023, 130 min                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>10.55 Nowa fala</b> – dramat biograficzny, Francja/USA 2025, 110 min<br><b>12.45 Być kochaną</b> – dramat obyczajowy, Norwegia/Szwecja 2024, reż. Lilja Ingolfssdottir, 105 min<br><b>14.30 Ocaleni</b> – thriller, USA/Kanada 2008, reż. Rodrigo García, 90 min<br><b>16.00 Niemożliwe</b> – dramat katastroficzny, Hiszp./USA 2012, 110 min<br><b>17.50 Niania w Nowym Jorku</b> – komedia romantyczna, USA 2007, reż. Robert Pulcini, 105 min<br><b>19.35 Ultimatum Bourne'a</b> – film sensacyjny, USA/Niemcy 2007, 115 min                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>9.40 Warzywno opowieści: Piraci, którzy nic nie robią</b> – film animowany, USA 2008, 85 min<br><b>11.05 Chórzysci</b> – dramat historyczny, Wlk. Bryt./USA 2025, 110 min<br><b>12.55 Policzalne</b> – dramat psychologiczny, Australia 2024, 90 min<br><b>14.25 Nowy początek</b> – film s.f., USA 2016, reż. Denis Villeneuve, 115 min<br><b>16.20 Jumanji: Następny poziom</b> – film przygodowy, USA 2019, 120 min<br><b>18.20 Blue Moon</b> – dramat biograficzny, USA/Irlandia 2025, 100 min                                         |
| SENSACYJNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | KRYMINALNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | DRAMAT BIOGRAFICZNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | KRYMINALNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | SENSACYJNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | THRILLER                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>20.00 Snajper 2</b> – USA<br><b>FILM</b> 2002, 115 min<br>Sierżant Beckett jedzie na Balkany z misją. Ma wyeliminować serbskiego generała oskarżonego o zbrodnię wojenną. Zostaje zdradzony przez swoich młocodawców.<br><b>21.55 Snajper 3</b> – film sens., USA 2004, 105 min<br><b>23.40 Adrenalina</b> – film sensacyjny, USA/Wlk. Bryt. 2006, 110 min<br><b>1.30 Po własnych śladach</b> – film krym., USA 2018, 120 min<br><b>3.30 Agenci NCIS: Hawaje 3</b> (8) – krym.                                                                                                      | <b>20.50 Ojciec Mateusz 34</b> (441, 442) – Polska<br>Fabian domaga się od byłej żony połowy wartości prowadzonej przez nią przychodni. Niebawem kobieta zostaje znaleziona martwa. W śledztwo angażuje się ksiądz.<br><b>22.45 Ranczo 3</b> (31, 32) – serial obycz., Polska<br><b>0.40 Rodzinka.pl</b> (315, 316) – kom., Pol.<br><b>1.50 Korona królów. Jagiellonowie</b> (33, 34) – telen. hist.<br><b>2.50 Krucjata. Prawo serii</b> (6) – krym., Pol.<br><b>3.50 Niedzielnicy 2</b> (1)                                                                                                                                          | <b>20.00 Siedem lat w Tybecie</b> – USA/Wielka Brytania 1997, 145 min<br>Harter rusza w Himalaje. Wybuchła II wojna światowa. Zbieg okoliczności sprawia, że Austriak poznaje Dalajlamę.<br><b>22.25 Porozmawiajmy szczerze</b> – mag. kult.<br><b>23.05 Tycjan: imperium barw</b> – dok., Wł. 2022<br><b>0.45 Uderzenie</b> – etiuda filmowa, Polska 2020<br><b>1.25 Kos</b> – dramat hist., Niemcy/Szwecja/Polska 2023, 135 min<br><b>3.40 Niedziela z...</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>20.10 Premiera: Patience 2</b> (7, 8-ost.) – Belgia/Niemcy/Wielka Brytania 2025<br>Ekipa prowadzi śledztwo w sprawie śmierci mnicha. Patience i Frankie stają się zakładnikami Nicolii, która twierdzi, że została niesłusznie oskarżona o morderstwo.<br><b>22.25 Ból i blask</b> – dramat obyczajowy, Hiszpania 2019, 135 min<br><b>0.40 Chleb i sól</b> – dramat obyczajowy, Polska 2022, 125 min<br><b>2.45 Król</b> (6) – serial sens.<br><b>4.10 Moje stare</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>21.30 Niewypowiedziana wojna 2</b> (6)<br>Danny jest przekonany, że wie, gdzie może znaleźć dowody korupcji w rządzie. Oddaje stery w ręce Roz, przekazując jej sensacyjne informacje wywiadowcze.<br><b>22.20 Mexicali. Ziemia bezprawia</b> – dramat sensacyjny, USA 2026, 100 min<br><b>0.00 Piła</b> – thriller, USA 2004, 100 min<br><b>1.40 Piła 2</b> – thriller, USA 2005, 90 min<br><b>3.10 To uczucie</b> – film dokum., Polska 2024                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>20.00 Lodowy szlak: Zemsta</b> – USA/Australia 2025, 110 min<br>Mike McCann udaje się do Nepalu, żeby zrosnąć prochy brata na Mount Everest. Podczas podróży do obozu autobusem pełnym turystów musi stawić czoło grupie najemników.<br><b>21.50 Creed 3</b> – dramat obyczajowy, USA 2023, 115 min<br><b>23.45 Nocna suka</b> – komediodramat, USA 2024, 100 min<br><b>1.25 Prawa ludzi</b> – krym., USA 2024, 95 min                                                                                                                     |
| AXN WHITE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | WARNER TV                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | CANAL+ FILM                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | CANAL+ SERIALE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | CANAL+ 360 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | HBO 2 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>6.20 Smerfy: Poszukiwacze zaginionej wioski</b> – film animowany, 2017, 90 min<br><b>7.50 Detektyw Murdoch 8</b> (18) – krym., Wlk. Bryt./Kan.<br><b>8.50 Detektyw Murdoch 9</b> (14) – krym., Wlk. Bryt./Kan.<br><b>13.05 Rekrut 4</b> (2-6) – krym., USA<br><b>18.00 Dowody zbrodni 2</b> (7-11)<br><b>22.55 Książę i ja</b> – komedia romant., 2004, 130 min<br><b>1.05 I że cię nie opuszczę</b> – melodram., 2012, 130 min<br><b>3.15 Smerfy: Poszukiwacze zaginionej wioski</b> – film animowany, 2017, 110 min<br><b>5.05 Unforgettable: Zapisane w pamięci</b> (17) – krym. | <b>12.45 Akademia policyjna 4: Patrol obywatelski</b> – kom., USA 1987, 100 min<br><b>14.25 Superman 4</b> – przyg., USA/Wlk. Bryt. 1987, 100 min<br><b>16.05 Uwolnić orkę 4: Uczestka z Zatok Pięt</b> – film familijny, USA 2010, reż. Will Geiger, wyk. Bindi Irwin, 125 min<br><b>18.10 Dziedzic maski</b> – komedia przygodowa, USA/Niemcy 2005, 110 min<br><b>20.00 W samym sercu morza</b> – film przyg., USA/Australia/Hiszpania 2015, 140 min<br><b>22.20 Chłopcy z ferajny</b> – dram. gangsterski, 1990, 180 min                                                                                                            | <b>6.15 Nadzieja</b> – dramat sens., Pol./Niemcy 2006, 100 min<br><b>7.55 Mój jedyny wróg</b><br><b>8.15 Wszyszczy święci</b> – film obycz., Polska 2002, 80 min<br><b>9.35 Zwierzęta na ratunek</b> – film anim., 2024, 85 min<br><b>11.00 Łap capu</b> – pr. rozrywk.<br><b>11.15 Ida</b> – dram. obycz., Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min<br><b>12.35 Zapalęcy. Historia polskiego filmu animowanego</b><br><b>14.05 Balony</b> – film krótkometr.<br><b>14.40 Łap capu</b> – pr. rozrywk.<br><b>14.55 Zmiennokształtni 2</b> – film familijny, Niemcy 2026, 100 min<br><b>16.35 Masz ci los!</b> – komedia, Polska 2023, 90 min<br><b>18.05 Cudowne życie</b> – komediodramat, Francja/Kanada 2025, 100 min<br><b>19.45 Łap capu</b> – pr. rozrywk.<br><b>20.00 Strefa zagrożenia</b> – thriller, Wielka Brytania 2025, 100 min<br><b>21.40 Dla niej wszystko</b> – dramat kryminalny, USA/Francja 2010, 130 min<br><b>23.50 June i John</b> – thriller, Francja 2025, 95 min<br><b>1.25 Wyrwa</b> – thriller, Polska 2023, 95 min<br><b>3.00 Moje miasto</b> – serial dok.<br><b>4.05 Julia wraca do domu</b> – dramat obycz., Niem./Kanada/Pol. 2002, 115 min | <b>9.50 Naruto 5</b> (21-23) – serial anime, Japonia 2004-2005<br><b>11.20 Cat's Eyes</b> (1, 2) – serial przygodowy, Francja 2024<br><b>13.30 Afryka z góry 2</b> (3) – serial dokum., Wlk. Bryt./Holandia<br><b>14.30 Naruto 5</b> (24-26) – serial anime, Japonia 2004-2005<br><b>16.00 Making of CANAL+</b> – magazyn filmowy<br><b>16.15 Hollywood Buzz</b> – magazyn filmowy<br><b>16.45 The Office Pl 2</b> (9-12) – serial komediowy, Polska<br><b>18.55 To nie jest zagadka kryminalna</b> (3) – serial kryminalny, Belgia 2025<br><b>20.00 Premiera: S.W.A.T.</b> (11, 12) – serial sensacyjny, USA 2017<br>Oddział Harrelsona podejmuje walkę z gangsterami, którzy sprowadzają narkotyki do Los Angeles.<br><b>21.35 Łap capu</b> – program rozrywkowy<br><b>22.00 Wartożnicy</b> (5, 6) – serial wojenny, Francja 2023<br><b>23.40 Prosta sprawa</b> (5, 6) – serial krym., Polska 2024<br><b>1.50 Rum i rewolucja. Historia Hawany</b> – film dokumentalny<br><b>2.40 Small World</b> (1-3) – serial sensacyjny, Polska 2021<br><b>5.10 Miasta rytm</b> (5) – serial dokumentalny, Polska 2020 | <b>6.00 8 wspaniałych</b> (7) – dok.<br><b>6.55 Lotniskowce na wojnie</b> (2) – dok., Wlk. Bryt. 2018<br><b>8.00 Okrety wojenne</b> (8) – dok.<br><b>9.00 Porzucona Ameryka</b> (5)<br><b>10.00 Stalowe bestie z demobilu</b> (9) – dok.<br><b>12.10 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa</b> – mecz: Wisła Kraków – Śląsk Wrocław<br><b>14.20 Hit the Mic</b> – Zostań komentatorem!<br><b>15.50 Na krawędzi możliwości</b> (11, 12) – dok.<br><b>16.50 Speedshow: warsztat marzeń</b> (3) – serial dokum.<br><b>18.05 Kolejka przez świat</b> 3 (5) – serial dok., Wlk. Bryt. 2016<br><b>19.00 2 archiwów historii</b> (2) – serial dokumentalny, 2025<br><b>20.05 Klopp: transfer stulecia</b> (1) – dok., Wlk. Bryt. 2020<br><b>21.00 Eksperyment: Odsiadka</b> (6) – reality show<br><b>22.10 Kiler</b> – komedia sens., Polska 1997, 130 min<br><b>0.20 Manny Pacquiao: niepokonana siła</b> – film dokumentalny, 2023<br><b>2.00 Polska z góry: Stadion 2</b> (4) – dok., Pol.<br><b>2.35 Łowcy tajemnic Bałtyku</b> (3) – serial dok., Polska 2020<br><b>3.40 Pogotowie remontowe: Wieśka 3</b> (12) – mag.<br><b>4.20 Pogotowie remontowe: Wieśka 4</b> (1) – mag.<br><b>4.55 Mam zamek</b> (7, 8) – dok. | <b>13.05 Spider-Man: Uniwersum</b> – film anim., 2018, 115 min<br><b>15.00 Sztycy i wściekły: Hobbs i Shaw</b> – film sensacyjny, USA/Japonia 2019, 130 min<br><b>17.10 Więzień labiryntu: Lek na śmierć</b> – thriller s.f., USA 2018, reż. Wes Ball, wyk. Dylan O'Brien, Ki Hong Lee, 140 min<br><b>19.30 Wyzwolenie</b> – dramat biograficzny, 2023, 100 min<br><b>21.10 28 lat później: Świętymia kości</b> – horror, Wielka Brytania/USA/Kanada 2026, reż. Nia DaCosta, 105 min<br><b>22.55 G20</b> – film sensacyjny, USA 2025, 105 min |
| AXN BLACK                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | POLSAT SERIALE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | CANAL+ 360 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | HBO 3 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>6.20 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 8</b> (7, 8) – serial kryminalny, USA/Kan. 2007<br><b>7.50 Drużyna A 2</b> (16-19) – serial sensacyjny, USA<br><b>12.00 Gwiezdne wrota 8</b> (2-6) – serial s.f., USA/Kan. 2004<br><b>17.00 MacGyver 5</b> (11-14) – serial akcji, USA<br><b>21.00 Drużyna A 2</b> (16-19) – serial sensacyjny, USA<br><b>0.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 8</b> (7, 8) – serial kryminalny, USA/Kan. 2007<br><b>2.50 MacGyver 5</b> (11-13) – serial akcji, USA<br><b>5.30 Blok promocyjny AXN Black</b>                                              | <b>6.00 Kabełkrota</b> (71) – pr. rozr.<br><b>6.05 Gliniarze</b> (394-396) – serial paradokumentalny, Pol.<br><b>9.05 Niania</b> (33-38) – kom., Pol.<br><b>12.10 Miodowe lata</b> (66-68) – serial komediowy, Polska<br><b>14.55 Co ludzie powiedzą?</b> (13-15) – serial komediowy<br><b>16.55 Świat według Kiepskich</b> (23-27, 182) – serial kom.<br><b>20.00 Poirot</b> (2, 3) – serial krym.<br><b>22.10 Krew</b> (7, 8) – serial krym.<br><b>23.00 Snajper 3</b> – film sensacyjny, 2004, 100 min<br><b>2.00 Ślad</b> (74) – krym., Pol. 2019<br><b>3.00 Święty</b> (253, 254) – kom.<br><b>4.00 48h. Zaginięni</b> (234, 235) | <b>13.05 Terry Gilliam: Potęga wyobraźni</b> – dok., Fr. 2024<br><b>14.00 Człowiek z bieżnia</b> – komediodramat, USA 2014, 90 min<br><b>15.30 Twój potwór</b> – czarna komedia, USA/Wielka Brytania 2024, 100 min<br><b>17.10 Niebo. Rok w piekle</b> (4) – serial obycz., Polska 2025<br><b>17.55 Tokyo Vice 2</b> (4) – krym.<br><b>18.50 Druga młodość</b> (1, 2) – obycz., USA/Wlk. Bryt.<br><b>19.55 Latarnie</b> (6) – serial s.f.<br><b>21.00 Kocham LA</b> (5) – kom.<br><b>21.30 Odwiz 3</b> (2) – krym., Pol.<br><b>22.20 Przemyśle</b> – dramat wojenny, 2023, 120 min                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>13.05 Terry Gilliam: Potęga wyobraźni</b> – dok., Fr. 2024<br><b>14.00 Człowiek z bieżnia</b> – komediodramat, USA 2014, 90 min<br><b>15.30 Twój potwór</b> – czarna komedia, USA/Wielka Brytania 2024, 100 min<br><b>17.10 Niebo. Rok w piekle</b> (4) – serial obycz., Polska 2025<br><b>17.55 Tokyo Vice 2</b> (4) – krym.<br><b>18.50 Druga młodość</b> (1, 2) – obycz., USA/Wlk. Bryt.<br><b>19.55 Latarnie</b> (6) – serial s.f.<br><b>21.00 Kocham LA</b> (5) – kom.<br><b>21.30 Odwiz 3</b> (2) – krym., Pol.<br><b>22.20 Przemyśle</b> – dramat wojenny, 2023, 120 min                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |



## STACJE SPORTOWE

| EUROSPORT 1 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | POLSAT SPORT 1 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | CANAL+ SPORT HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | TVP SPORT HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | ELEVEN SPORTS 1 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Discovery DISCOVERY CHANNEL HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>6.00 FIA World Endurance Championship:</b> Wyścig 6-godzinny w Fuji<br><b>10.30 Tenis:</b> Puchar Laveria – 2. dzień<br><b>12.00 Kolarstwo:</b> Mistrzostwa świata – Montreal 2026<br><b>13.00 Kolarstwo:</b> CRO Race – 6. etap Kibice mogą dopinować zawodników z grupy kolarzkiej Włobach Lubelskie Perla Polski.<br><b>15.00 Kolarstwo:</b> Mistrzostwa świata – Montreal 2026 – wyścig ze startu wspólnego                                                                                                     | <b>6.00 Siatkówka mężczyzn:</b> Mistrzostwa Europy 2026 – mecz o 3. miejsce<br><b>8.30 Siatkówka mężczyzn:</b> Mistrzostwa Europy 2026 – mecz finałowy<br><b>11.00 Cafe Futbol</b> – magazyn piłkarski<br><b>13.00 Tenis:</b> Puchar Billie Jean King – finał – mecz gry pojedynczej<br><b>15.00 Siatkówka mężczyzn:</b> Mistrzostwa Europy 2026 – mecz finałowy<br><b>17.50 Piłka nożna:</b> Liga Narodów – mecz: Serbia – Holandia                                                                                                                        | <b>6.00 Piłka nożna:</b> PKO BP Ekstraklasa: Jagiellonia Białystok – Legia<br><b>8.20 Ekstraklasa:</b> 9. kolejka<br><b>9.30 Wysoki Pressing</b> – magazyn sportowy<br><b>11.00 Hit the Mic – Zostań komentatorem!</b> – reality show<br><b>12.30 Boks:</b> Walka o pas IBF World w Fuji – waga junior musza: Thanongsak Samsri – Mark Vicelles<br><b>13.40 Premier League Review:</b> 5. kolejka – magazyn piłkarski<br><b>14.45 Żużel:</b> PGE Ekstraliga – mecz finałowy<br><b>17.30 Wysoki Pressing</b> – magazyn sportowy | <b>5.55 Sportowy wieczór</b> – program inform.<br><b>6.30 Piłka nożna:</b> Liga Narodów – mecz: Anglia – Hiszpania<br><b>8.45 Lekkoatletyka:</b> Maraton Warszawski<br><b>11.45 Niezwykłe historie Białoczerwonych</b> – cykl reportaży, Pol.<br><b>12.10 Polska Liga Żeglarska</b> – mag.<br><b>12.40 Piłka nożna kobiet:</b> ORLEN Ekstraliga – mecz: Czarni – KS Uniwersytet Jagielloński<br><b>14.55 Piłka nożna:</b> LN: Anglia – Hiszpania<br><b>17.00 Zagrajmy to po swojemu</b> – film dokum., Polska 2025                                                                        | <b>6.00 Pewnego razu w Gruzji – historia Khvichy Kvaratskheli</b> – dok.<br><b>6.30 Legendy Bundesligi:</b> Lothar Matthäus<br><b>7.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka: Bayer 04 Leverkusen – RB Lipsk<br><b>9.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Milan – Lecce<br><b>11.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Roma – Inter<br><b>13.00 GP Confidential</b><br><b>13.45 Formula 2:</b> Grand Prix Azerbejdżanu<br><b>15.00 Formula 1:</b> Grand Prix Azerbejdżanu<br><b>17.05 Bundesliga Weekly</b> (6) – magazyn piłkarski<br><b>17.40 Bundesliga Clubs:</b> Hamburger SV                            | <b>6.00 Szczęki w powietrzu: USA</b> – film dokumentalny<br><b>7.00 Najniebezpieczniejszy zawodnik świata 22</b> – dok.<br><b>8.00 Być jak Da Vinci</b> – serial dokum.<br><b>9.00 Złomowisko PL 5</b> (11, 12) – serial dok.<br><b>11.00 Kwatery Hitlera</b> (2) – serial dok., Pol. 2019<br><b>12.00 Bracia Collins biorą się do roboty</b> (9)<br><b>13.00 Cień zarwaku przez Route 66</b> (7) – dok.<br><b>14.00 Ocalić dom: Interwencja</b> – dok.<br><b>16.00 Zawodowcy: drwale</b> (2) – dok., Pol.<br><b>17.00 Nic do zgłoszenia</b> (6) – serial dok., Pol. 2019                                                                      |
| KOLARSTWO GORSKIE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | PIŁKA NOŻNA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | ŻUŻEL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | PIŁKA NOŻNA KOBIEC                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | PIŁKA NOŻNA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | MAGAZYN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>22.00 PŚ w Whistler</b> – zjazd kobiet i zjazd mężczyzn<br>W klasyfikacji najszybszej konkurencji kolarstwa górskiego pierwsze miejsce zajmuje Valentina Höll.<br><b>1.15 Cycling Show</b> – magazyn sportowy<br><b>1.30 FIA WEC:</b> Wyścig 6-godzinny w Fuji<br><b>3.00 Kolarstwo:</b> MS – Montreal 2026 – wyścig ze startu wspólnego<br><b>5.00 Kolarstwo górskie:</b> Zawody Pucharu Świata w Whistler                                                                                                         | <b>20.35 Liga Narodów:</b> Niemcy – Grecja<br>Po nieudanych mistrzostwach świata reprezentanci Niemiec będą chcieli pokazać, że nadal należą do najlepszych drużyn na Starym Kontynencie.<br><b>23.00 Siatkówka mężczyzn:</b> Mistrzostwa Europy 2026 – mecz finałowy<br><b>1.00 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>3.00 Siatkówka mężczyzn:</b> Mistrzostwa Europy 2026                                                                                                                                                                                   | <b>19.15 PGE Ekstraliga</b> – mecz barażowy<br>Stawką starcia jest ostatnie wolne miejsce na najwyższym poziomie rozgrywkowym w kolejnym sezonie.<br><b>22.00 Boks:</b> BKFC 94: Manchester: Darren Till – Yoel Romero<br><b>23.15 Boks:</b> Walka o pas IBF World w Fuji: T. Samsri – M. Vicelles<br><b>0.30 LaLiga Highlights</b><br><b>1.00 Ligamistrzowe historie</b> (3) – mag.<br><b>2.00 Piłka nożna:</b> PKO BP Ekstraklasa: Lech Poznań – Radomiak                                                                    | <b>17.50 MŚ U-20 – Polska</b> – mecz finałowy<br>Przed dwoma laty tytuł mistrzyni świata w tej kategorii wiekowej wywalczyły reprezentantki Korei Północnej.<br><b>20.30 Lekkoatletyka:</b> Maraton Warszawski<br><b>21.15 Sportowy wieczór</b><br><b>21.45 Piłka nożna:</b> Liga Narodów: Polska – Bośnia i Hercegowina<br><b>0.00 Piłka nożna:</b> MS 2026 – mecz grupy F: Holandia – Szwecja<br><b>2.05 Boks:</b> Gala w Los Angeles – podsumowanie                                                                                                                                    | <b>18.00 Liga niemiecka:</b> VfB Stuttgart – BVB<br>Plasujący się tuż nad strefą spadkową Die Roten podejmują wicelidera Bundesligi, który zdobył komplet punktów w trzech pierwszych kolejkach sezonu.<br><b>20.00 Ligue 1 Show</b> (5) – magazyn piłkarski<br><b>20.40 Piłka nożna:</b> Liga włoska – mecz: ACF Fiorentina – SSC Napoli<br><b>22.40 Serie A</b> – mag.<br><b>23.20 Bundesliga Special Show</b> (3) – mag.<br><b>0.00 Bundesliga Clubs</b><br><b>1.05 GP Confidential</b>                                                                                                     | <b>18.00 Od samochodu do domu 3</b><br>Ant Anstead podejmuje się renowacji trzykółkowego BMW Isotta. W warsztacie szybko robi się niebezpiecznie: silnik staje w płomieniach, a hamulce przestają działać.<br><b>19.00 Kroniki policyjne:</b> Szwecja 2 – dok.<br><b>20.00 Ocalić dom: Interwencja</b> – dok.<br><b>22.00 W oku cyklonu</b> (5)<br><b>23.00 Kroniki policyjne:</b> Szwecja 2 – dok.<br><b>0.00 Nagi instynkt przetrwania:</b> tajemnicza wyspa                                                                                                                                                                                 |
| EUROSPORT 2 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | POLSAT SPORT 2 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | CANAL+ SPORT 2 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | EXTREME CHANNEL HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | ELEVEN SPORTS 2 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | life DISCOVERY LIFE HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>10.45 Kolarstwo:</b> CRO Race – 5. etap<br><b>12.00 Tenis:</b> Puchar Laveria – 2. dzień<br><b>13.00 Tenis:</b> Puchar Laveria – 3. dzień<br><b>21.00 Golf:</b> President's Cup – 4. dzień<br><b>0.00 FIA World Endurance Championship:</b> Wyścig 6-godzinny w Fuji<br><b>1.30 Kolarstwo:</b> MS – Montreal 2026 – wyścig ze startu wspólnego<br><b>3.00 Snooker:</b> Turniej British Open – mecz finałowy<br><b>5.00 FIA WEC:</b> Wyścig 6-godzinny w Fuji                                                        | <b>6.00 FIA World Endurance Championship:</b> Wyścig 6-godzinny w Fuji<br><b>11.00 Tenis:</b> Puchar Billie Jean King – mecz finałowy<br><b>13.00 Tenis:</b> Turniej ATP w Chengdu – ćwierćfinał<br><b>15.00 Piłka ręczna mężczyzn:</b> LOTTO Superliga – mecz: Ostrowia – Industria Kielce<br><b>17.00 Koszykówka mężczyzn:</b> Superpuchar Polski – finał<br><b>19.30 Koszykówka mężczyzn:</b> Superpuchar Polski – studio<br><b>20.35 Piłka nożna:</b> LN – mecz: Norwegia – Portugalia<br><b>22.30 Piłka nożna:</b> LN<br><b>1.00 Sporty walki:</b> FEN | <b>6.00 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – półfinał<br><b>8.30 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – półfinał<br><b>11.00 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – finał<br><b>13.30 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – półfinał<br><b>16.00 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – półfinał<br><b>18.30 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – półfinał<br><b>21.00 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – półfinał<br><b>23.30 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – półfinał<br><b>2.00 Piłka nożna:</b> PKO BP Ekstraklasa | <b>6.00 Action Sports World</b> (1, 2) – magazyn sportowy<br><b>8.00 KPW Komat TV</b> (23)<br><b>9.00 AEW: PAUL PAWLOWSKI x PAN WIGHT</b> (1)<br><b>10.00 AEW Dynamite</b> (2638)<br><b>12.00 AEW Collision</b> 2 (2638)<br><b>14.00 AEW PPV</b> (10)<br><b>19.45 WWE Highlights</b> (69)<br><b>20.00 New Japan Wrestling</b> – Highlights (15, 19)<br><b>21.00 PTW Wrestling</b> (30)<br><b>0.00 New Japan Wrestling</b> – Highlights (27, 28)<br><b>1.00 WWE Highlights</b> (71, 61)<br><b>2.15 WWE Classic Gold</b> (85)<br><b>3.00 Action Sports World</b> (19-21) – magazyn sportowy | <b>12.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka: Bayern – Union<br><b>14.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Fiorentina – Napoli<br><b>16.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka: Bayer – Lipsk<br><b>18.00 Formula 1</b><br><b>20.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: AS Roma – Inter<br><b>22.00 Bundesliga Weekly</b> (6)<br><b>22.40 Bundesliga Clubs</b> – mag.<br><b>23.00 Bundesliga Clubs</b> – mag.<br><b>23.20 Ligue 1 Show</b> (5) – mag.<br><b>0.00 Piłka nożna:</b> Liga francuska: Stade Rennais FC – Olympique Marsylia<br><b>2.00 Magazyn piłkarski</b><br><b>2.40 Birds of paradise</b> – dok. | <b>10.30 Kosmetyczne rewolucje</b><br><b>11.15 Mistrzowie porządku 2</b><br><b>12.15 Szalone domy</b><br><b>Ameryki 2</b> (3) – pr. rozr.<br><b>12.45 Powrót doktora Szczyty</b><br><b>13.45 Historie wielkiej wagi</b> 10 (1) – serial dokum.<br><b>15.45 Jak to robią zwierzęta?</b><br><b>16.15 Misja ratunkowa</b> (1, 2)<br><b>17.45 Wyższekowice</b> (17)<br><b>18.45 Nalógowe panny młode</b><br><b>19.45 Salon sukien ślubnych z Tanem France'em</b> (6)<br><b>20.45 Poligamista szuka żony</b><br><b>21.45 Chirurgia otętych</b> (6)<br><b>22.45 Historie wielkiej wagi</b> 10 (2) – serial dokum.<br><b>0.45 Sekrety lekarzy</b> (6) |
| POLSAT SPORT FIGHT HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | POLSAT SPORT 3 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | CANAL+ SPORT 5 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | ELEVEN SPORTS 4 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | ELEVEN SPORTS 3 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | CANAL+ DOKUMENT HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>12.40 Sporty walki:</b> FEN 53 w Lublinie – walka: Cezary Oleksiejczuk – Bauyrzhan Kuanyshbayev<br><b>15.00 KOTV Classics</b> (4) – mag.<br><b>15.50 Boks:</b> Babilon Boxing Show w Chojnicach – waga półciężka: Paweł Stepien – Sierżod Chusanow<br><b>17.45 Triathlon:</b> Zawody World Triathlon Championship Series w Pontevedra – wyścig mężczyzn<br><b>20.30 Sporty walki:</b> UFC 329: C. McGregor – M. Holloway 2<br><b>20.55 Boks:</b> Rocky Boxing Night w Żukowie: Mateusz Polski – Luis Romero Mendoza | <b>7.00 Tenis:</b> Turniej ATP w Chengdu – ćwierćfinał gry pojedynczej<br><b>9.00 Tenis:</b> Turniej ATP w Chengdu – ćwierćfinał gry pojedynczej<br><b>11.00 Tenis:</b> Turniej ATP w Chengdu – ćwierćfinał<br><b>13.00 Piłka nożna:</b> LN<br><b>15.00 Piłka nożna:</b> LN<br><b>17.50 Piłka nożna:</b> Liga Narodów: Dania – Walia<br><b>20.00 Sporty walki:</b> UFC Fight Night – walka: Raul Rosas Jr – Raoni Barcelos<br><b>23.00 Piłka nożna:</b> LN<br><b>1.00 Sporty walki:</b> Babilon MMA                                                         | <b>11.05 Premier League: The Big Interview</b> (6) – mag.<br><b>11.40 Żużel:</b> PGE Ekstraliga – mecz finałowy<br><b>14.30 Żużel:</b> Metalikas 2. Ekstraliga – mecz o 7. miejsce<br><b>17.15 LaLiga Highlights</b> – mag.<br><b>18.00 Boks:</b> Walka o pas IBF World w Fuji – waga junior musza: Thanongsak Samsri – Mark Vicelles<br><b>19.15 Wysoki Pressing</b> – mag.<br><b>20.55 Sporty walki:</b> ONE Friday Fights 171<br><b>22.00 Żużel:</b> Metalikas 2. Ekstraliga – mecz o 7. miejsce                            | <b>12.00 Legendy Bundesligi</b> – magazyn piłkarski<br><b>13.00 Birds of paradise</b> – dok.<br><b>13.35 Podróż do świata Calcio</b><br><b>14.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka: Paderborn – Hoffenheim<br><b>16.00 Piłka nożna:</b> Liga francuska: Monaco – Lens<br><b>18.00 Bundesliga Clubs</b> – mag.<br><b>19.00 Bundesliga Special Show</b> (2) – mag. piłkarski<br><b>19.30 Serie A</b> (1) – mag. piłkarski<br><b>20.00 Piłka nożna:</b> Liga portugalska – mecz: Sporting CP – FC Arouca<br><b>22.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Frosinone – Como                            | <b>12.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Udinese – Cagliari<br><b>14.00 Piłka nożna:</b> Liga francuska: Olympique Lyon – Stade Rennais FC<br><b>16.00 Bundesliga Clubs</b> – mag.<br><b>17.00 Full Impact Serie A</b> (5)<br><b>17.30 Wywiad z Michałem Skórasiem</b> – wywiad<br><b>18.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Bologna – Torino<br><b>20.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka: Paderborn – Hoffenheim<br><b>22.00 Piłka nożna:</b> Liga francuska: Monaco – Lens<br><b>0.00 Legendy ligi niemieckiej</b> – magazyn piłkarski                                                            | <b>13.30 Wszystkie kolory świata 7</b> – serial dok., Fr.<br><b>14.30 Matterhorn: Śmiercionośny szczyt</b><br><b>15.30 Lili</b> – film dokum., Pol. 2021<br><b>16.50 Prost</b> (5, 6) – serial dok., Fr.<br><b>18.00 Agnieszka Radwańska. Anatomia zwycięstwa</b><br><b>19.45 Hot Roads</b><br><b>21.45 Oscar Schindler: trudne dziedzictwo</b> – film dok.<br><b>22.45 W smartfonach prezydentów</b> – film dok.<br><b>23.45 Świat zwierząt: zaskakujące pokrewieństwa</b> – dok.                                                                                                                                                             |

## STACJE POPULARNONAUKOWE

| DISCOVERY SCIENCE HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | ID HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | NATIONAL GEOGRAPHIC HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | FOKUS TV DVB T2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | HISTORIA DVB T2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | HISTORIA HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>6.00 Tajemnice ładowania na Księżycu</b> (1, 2) – serial dokumentalny<br><b>8.00 Zoom na architekturę</b> – serial dokumentalny<br><b>10.00 Jak to jest zrobione?</b> – dok.<br><b>12.00 Zwyczajne rzeczy, niezwykle wynalazki 15</b> – dok.<br><b>14.00 Pogromca mitów w akcji</b> – serial dok.<br><b>16.00 Jak działa wszechświat?</b> – dok.<br><b>18.00 Jak to jest zrobione?</b> – serial dokumentalny, Kanada<br><b>20.00 Megaprojekty generała Franco</b> (4) – serial dokumentalny                                                                                                                                                 | <b>6.00 Prawdziwy koszmarny z ulicy Wiązów</b> – serial dokumentalny, USA<br><b>8.00 Ekstremalna kryminalistyka</b> – serial dokumentalny<br><b>10.00 Dziecko czy oszustka. Przypadek Natalii Grace</b> – serial dok.<br><b>12.00 Śmierć w cieniu stadionu 4</b> – serial kryminalny, 2025<br><b>14.00 Kłamstwa żądne krwi</b> – serial dokum.<br><b>16.00 Zbrodnia w sąsiedztwie 4</b> – serial dokumentalny<br><b>18.00 Żyjąc z potworem</b> (18, 12) – serial dokumentalny, USA                                                                                 | <b>8.00 Ekstremalne zagrożenia</b> (3, 4)<br><b>10.00 Łowcy huraganów</b> (1): Dorian – serial dok.<br><b>11.00 Morskie megamaszyny</b> (7)<br><b>12.00 Eva Zu Beck: Przekroczyć granice</b> (4) – dok.<br><b>13.00 Odkopać historię</b> (4)<br><b>14.00 Makro inżynieria</b> (3)<br><b>15.00 Burzliwa historia Tudorów</b> (4) – dok.<br><b>16.00 Klucz do przepowiedni</b> (4)<br><b>17.00 Utracone bomby zimnej wojny</b> (1, 2) – film dokum., Fr. 2018<br><b>19.00 Śladami tajemnic: Jerozolima</b><br><b>20.00 Al-Kaida: Przed 11 września</b> (3)                                                           | <b>6.00 Wehikuł czasu</b> (927) – program inform.<br><b>6.05 48h. Zaginięni</b> (65) – serial krym., Polska<br><b>7.00 Rolnicy. Podlasie</b> (37, 38) – serial dok.<br><b>9.00 Działkowcy</b> (3, 4) – serial dok., Pol. 2024<br><b>11.00 Z klimatem i z pasją</b> (15) – pr. publicyst.<br><b>11.30 Wojny magazynowe 9</b> (5-9) – reality show<br><b>14.00 Gwiazdy lombardu 25</b> (25)<br><b>15.00 Poszukiwacze złota w Australii</b> (5, 6) – serial dok., Australia<br><b>17.00 Rolnicy. Podlasie</b> (36-39) – serial dok.<br><b>21.00 Wioski wioszczki</b> (6, 7) – serial dokum.                 | <b>9.10 Szyfrowe prace</b> (3)<br><b>10.10 Wojownicy czasu</b><br><b>10.45 Wszystkie kolory świata</b> – dok., Francja<br><b>11.45 Odkryć tajemnicę</b><br><b>12.45 Kraina górskich szczytów i rzek</b><br><b>13.45 Flesz historii</b> (780)<br><b>14.10 Czarne złoto</b> – dram. hist., Francja/Wł./Katar 2011, 135 min<br><b>16.25 Ex Libris</b> – magazyn<br><b>16.50 Starożytny Egipt</b> – kroniki imperium (4) – serial dok.<br><b>17.50 Na kłopoty... Bednarski</b> (5) – krym.<br><b>18.55 Gry wojenne</b> (1)<br><b>20.00 Otcłan. Narodziny i upadek nazizmu</b> (3) – serial dok., Niem.<br><b>20.55 Polskie 100 lat</b> | <b>14.00 Tajemnice Dolnego Śląska</b> (3) – dok.<br><b>14.25 David Duchovny: archiwum tajemnic</b> 2 (16) – dok.<br><b>15.20 Starożytni kosmici 18</b> (8) – dok.<br><b>16.10 Największe tajemnice świata 7</b> (4) – serial dok., USA<br><b>17.10 Jak Hitler przegrał wojnę</b> (5, 6) – serial dokum., Australia 2020<br><b>19.05 Starożytni kosmici 16</b> (10) – serial dokumentalny<br><b>20.00 Tom Hanks: II wojna światowa</b> (14) – serial dokum.<br><b>21.00 David Duchovny: archiwum tajemnic</b> (3) – serial dok., USA                                                                   |
| <b>DOKUMENTALNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>DOKUMENTALNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>DOKUMENTALNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>DOKUMENTALNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>OBYCZAJOWY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>DOKUMENTALNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>21.00 Wyprawa w nieznane 9</b><br>Josh rozpoczyna wykopalską przed Skarbcem Faraona w Petrze, próbując odkryć sekrety tego miejsca. Zjeżdża na linie po stromym klifie, wykonując skan fasady.<br><b>22.00 Pojedynki wizjonerów</b> – dok.<br><b>23.00 Poszukiwacze dinozaurów</b> – dok.<br><b>0.00 Tajemnice ładowania na Księżycu</b> (3, 4) – serial dokumentalny<br><b>2.00 Autostrada spotkań z UFO</b> – serial dok.                                                                                                                                                                                                                 | <b>20.00 Morderca z kręgu przyjaciół</b> – USA 2025<br>Detektywi oskarżają członków obsady o morderstwo. Koledzy z planu odtwarzają krok po kroku momenty, które mogą mieć związek z makabryczną zbrodnią.<br><b>21.00 Morderstwa i taśmy video</b> – serial dok., USA/Kan. 2021<br><b>1.00 Mój sąsiad morderca</b> – dok.<br><b>3.00 Zaginięni</b> – serial dok.<br><b>4.00 Dziecko czy oszustka. Przypadek Natalii Grace</b> – serial dok.                                                                                                                       | <b>21.00 Górniczy z Chile: wysiść z czasem</b> (1, 2) – Wlk. Bryt./USA<br>33 górników zostaje uwięzionych około 700 m pod pustynią. Z każdym dniem ich szanse na przetrwanie maleją. Pewne odkrycie zmienia bieg wydarzeń.<br><b>23.00 Katastrofa w przestworzach</b> (8, 10) – serial dokum.<br><b>1.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny</b> (1) – serial dokum.<br><b>2.00 Alaski: Następne pokolenie</b> (2, 3)                                                                                                                                                                                     | <b>22.00 Narcos. Francuski łącznik</b> – Fr. 2025<br>Marsylia, jedno z największych miast Francji, stała się niebezpiecznym miejscem przez walki handlarzy narkotyków o wpływy. Autorzy ujawniają kulisy biznesu.<br><b>23.00 Najsłynniejsze napady</b> (1) – serial dokumentalny, USA<br><b>0.00 UFO. Zaginięne dowody</b> (5) – serial dokumentalny, USA<br><b>1.00 Rolnicy. Podlasie</b> (14-17) – serial dok.<br><b>5.00 Kolowrotek</b> (2, 3) – magazyn wędkarski                                                                                                                                   | <b>21.25 Dom pod Dwoma Orlami</b> (4) – Pol. 2021<br>Lata 20. Karla odwiedza Peter Litke, który wspiera Lisę w planach studiowania medycyny. Dziewczyna wkrótce pomyśli o zdaniu egzaminu i zarchęza się z kolegą brata.<br><b>22.25 Generał Nil</b> – dramat biograficzny, Polska 2009, 135 min<br><b>0.40 O Polskę trzeba walczyć</b> – film dokum., Polska 1994<br><b>1.45 Na kłopoty... Bednarski</b> (5) – krym.<br><b>2.45 Boża podszezwka</b> (7, 8) – serial obycz.                                                                                                                                                        | <b>22.00 Absurdy przeszłości: historie pełne ryzyka 2</b> (2)<br>Dawniej dbanie o urodę było niebezpieczne dla zdrowia, a nawet życia. Twórcy programu przyglądają się m.in. protezom dentystycznym, które groziły eksplozją.<br><b>23.00 Starożytni kosmici 18</b> (8) – dok.<br><b>23.55 Starożytni kosmici 17</b> (17) – dok.<br><b>0.50 David Duchovny: archiwum tajemnic</b> (3) – serial dok., USA<br><b>1.50 Jak Hitler przegrał wojnę</b> (5, 6) – dok.                                                                                                                                       |
| <b>DISCOVERY HISTORIA HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>PLANETE+ HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>POLSAT VIASAT NATURE HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>BBC EARTH HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>ANIMAL PLANET HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>9.00 Kings of Cash</b> (4) – dok.<br><b>10.00 Łowcy klasyków</b> – rozr.<br><b>12.00 Tajemnice starożytnych mumii</b> – serial dok., USA<br><b>13.00 Skarby z szopy</b> (11, 12)<br><b>14.00 Wyciągi po antyki</b> – dok.<br><b>15.00 Zoom na architekturę</b><br><b>17.00 Pogromca mitów w akcji</b> (2) – serial dok.<br><b>18.00 Tajemnice słynnych budowli</b> (7) – serial dokum.<br><b>19.00 Początki polskiej awiacji</b> (1, 2) – cykl dokum.<br><b>20.00 Tajemnice oceanów</b> (1)<br><b>22.00 Akta ekspedycji</b> – dok.<br><b>23.00 Miasteczko demonów</b> – serial dokumentalny, USA<br><b>1.00 Dżungla złota</b> – serial dok. | <b>13.35 Natura kontra upał</b><br><b>14.45 Najdłuższe ostepy</b><br><b>17.00 Planeta ciętych przemian</b> 2 (3) – dok.<br><b>18.05 Dokąd dzisiaj?</b> 4 (54, 55)<br><b>18.50 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace</b> 3 (8)<br><b>19.20 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace</b> 4 (1)<br><b>19.45 Dynastia Nehru-Gandhi</b> 2 – film dok., Francja 2025<br><b>20.55 Kasperow. Gra o wielką stawkę</b> – film dokum., Fr.<br><b>22.00 Śmierć na Cyprze</b> 4 (1)<br><b>23.10 Polując na drapieżców</b><br><b>0.15 Ravensbrück. Ostatni świadkowie</b> – film dok. | <b>13.00 Dzika przyroda strefy równikowej</b> (2) – dok.<br><b>14.00 Sekretne życie pingwinów</b> (1) – dok.<br><b>15.00 Życie w Karpatach</b> (3)<br><b>16.00 W królestwie lwa</b> (3, 4)<br><b>18.00 Królestwo białego wilka</b> (3) – film dokum., USA 2019<br><b>19.00 Dzikie cuda Europy</b> (1)<br><b>20.00 Europa z powietrza</b> (1)<br><b>21.00 Drapieżnik kontra ofiara</b> (3) – dok., Wlk. Bryt.<br><b>22.00 Wspaniałe Filipiny</b> (2)<br><b>23.00 Dzikie Mississippi</b> (3) – film przyrodniczy, USA 2011<br><b>0.00 Drapieżnik w raju</b> (2)<br><b>1.00 Critter Fixers</b> – zwierzęcy cudotwórcy | <b>10.30 Skrzydła nad wodą</b><br><b>11.20 Umysł drapieżcy</b> (1-4)<br><b>15.50 Rekiny: wojna płci</b> – dok.<br><b>16.55 Zwierzęta: maszyny doskonałe</b> 2 (5) – dok.<br><b>18.00 Dzikie języki</b> (5) – dok.<br><b>19.10 Egipt: dolina wielorybów</b> – film dokum.<br><b>20.20 Śladami wielkiego mamuta</b> – film dokum., Fr.<br><b>21.30 Podwodne miasto</b> (1, 2)<br><b>23.45 Pacyfik</b> (1-4) – dok., Kan.<br><b>3.20 Potwory z głębin</b> (1) – film dok., Wielka Brytania<br><b>4.05 Egipt: dolina wielorybów</b> – film dokum.<br><b>5.05 Śladami wielkiego mamuta</b> – film dokum., Fr. | <b>10.55 Niezwykłe wyspy tropikalne</b> (1) – serial dok.<br><b>12.05 David Attenborough i cuda natury</b> 3 (2) – dok.<br><b>12.35 W okowach mrozu</b> 5 (10)<br><b>13.35 Przez nieznaną Afrykę</b><br><b>14.35 Planeta doskonała</b> (3, 4)<br><b>16.40 Życie na pustkowiu</b> 4<br><b>18.40 Miłosne rozgrywki zwierząt</b> (5) – przyrod.<br><b>19.45 Błękitna Planeta</b> 2 (3)<br><b>20.55 Niezwykłe wyspy tropikalne</b> (1) – serial dok.<br><b>22.00 W okowach mrozu: Odwili</b> (6) – serial dok.<br><b>23.00 Przyszłość natury</b> (4)<br><b>0.15 Fenomeny współczesnego życia</b> 2                                     | <b>11.00 Weterynarz z Gór Skalistych</b> – serial dok.<br><b>13.00 Alaski: przetrwać na krańcu świata</b> – dok.<br><b>15.00 Mekka żarłaczów białych</b><br><b>16.00 Legenda głębin</b> – dok.<br><b>17.00 Cztery kąt, cztery łapy</b><br><b>18.00 Podwodny świat z bliska</b> – serial dok., USA<br><b>19.00 Jak to robią zwierzęta?</b><br><b>20.00 Zagadki świata zwierząt</b> – serial dok., USA<br><b>21.00 Nowojorskie Zoo</b> – Bronx – serial dok., USA<br><b>22.00 Projekt akwarium</b> – dok.<br><b>23.00 Człowiek w roli ofiary</b><br><b>1.00 Supermoce małych stworzeń</b> (1, 2) – dok. |
| <b>TVP DOKUMENT HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>POLSAT DOKU HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>POLSAT VIASAT EXPLORE HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>POLSAT VIASAT HISTORY HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>CI POLSAT HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>TRAVEL CHANNEL HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>15.05 Borneo – cudowna dżungla</b> – film dokum.<br><b>16.10 Zdumiewające ciało człowieka</b> (2) – film dok.<br><b>17.10 Ukryte oblicze</b> (6) – dok.<br><b>18.05 Sanatorium miłości</b> 4 (9)<br><b>19.00 Ingmar Bergman: Okiem choreografy</b> – film dokum.<br><b>20.00 Twarze Agaty</b> – film dok.<br><b>21.25 Barbara Włodarczyk zaprasza</b> – magazyn<br><b>21.35 Endometrioza – nadzieja na nowe terapie</b> – film dok., Niem.<br><b>22.40 Tamte lata, tamte dni</b><br><b>23.15 My Sunnyside</b> – film dok.<br><b>0.55 Fascynujące migracje</b> (3)<br><b>1.55 Przyrodnik na tropie</b> (27)                                  | <b>9.05 Wojny kontenerowe</b> (1)<br><b>9.35 Najniebezpieczniejsze drogi do szkoły: Brazylia</b> – dok.<br><b>10.40 Najkrwawsze bitwy drugiej wojny światowej</b> (5, 6) – dok.<br><b>13.00 Słynne cieki II wojny światowej</b> (5, 6) – dok.<br><b>14.55 Poszukiwacze historii</b><br><b>15.25 Historia broni</b> (7, 8) – dok.<br><b>17.40 Prawdziwa historia komunizmu</b> (1, 2) – dok.<br><b>19.25 Top 10 Największe tajemnice świata</b><br><b>22.00 Jak to wyjaśnić?</b> (7, 8)<br><b>23.50 Poszukiwacze historii</b><br><b>2.00 Kolowrotek</b> (175, 176)  | <b>6.10 Australijski łowcy bydła</b> 2 (4) – dok., Australia<br><b>6.40 Drwale z Kolumbii Brytyjskiej</b> 2 (5-8) – dok.<br><b>10.30 Drwale z Kolumbii Brytyjskiej</b> (1) – dok., Kan.<br><b>11.30 Ostatni kapitanowie</b><br><b>16.00 Australijski poszukiwacze złota</b> 10<br><b>21.00 W okowach mrozu</b> 4 (15, 16) – serial dok., USA<br><b>23.00 Naziści: ściśle tajna nauka</b> (7) – serial dok., USA<br><b>0.00 Czarodziej z kanadyjskich złomowisk</b> 2 (6-12) – dok.<br><b>5.30 Australijski łowcy bydła</b> 2 (4) – dok., Australia                                                                 | <b>8.55 Starożytnie superbudowle</b> 3 (5, 6)<br><b>11.10 Wielkie budowle Rzymian</b> (1-3) – serial dok.<br><b>14.35 Naziści. U-booty i bitwa o Atlantyk</b> (1, 2) – film dok.<br><b>17.05 Ładowanie w Normandii: Historia żołnierza</b> (1, 2) – dok.<br><b>19.05 Wiołoncelistka z Auschwitz</b> – film dokum.<br><b>21.00 Duma i prostytucja</b><br><b>22.00 Anna Boleyn i Elżbieta I: królowe-wieśniarki</b><br><b>23.00 Maria Stuart: listy pisane szpalem</b> – dok., Fr.<br><b>0.05 Punkty zwrotne II wojny światowej</b> (6)                                                                    | <b>14.10 Kobiety z piekła rodem</b><br><b>15.05 Morderstwo czy wypadek?</b> 3 (9) – dok.<br><b>16.00 Specjaliści od zbrodni</b><br><b>17.00 Nie ma ciała, nie ma zbrodni?</b> (1) – serial dok.<br><b>18.00 Morderstwo sobotniej nocy</b> 2 (4) – serial dokum.<br><b>19.00 Jedno z nas zabije</b> (3, 4)<br><b>20.00 Polowanie na pedofila</b><br><b>21.00 Absurdalne przestępstwa</b> 4 (1, 2)<br><b>22.00 Protokół zbrodni</b> (13)<br><b>23.00 Dowody zbrodni: ślady DNA</b> (7) – serial dok., USA<br><b>23.55 Jak zostałem seryjnym mordercą</b> (7) – serial dok.<br><b>0.50 Nastoletni mordercy</b> (1)                    | <b>6.00 Tajemnice mrocznych wód</b> (7, 8) – serial dokum.<br><b>8.05 Smakuj świat z Pascalem</b> (10, 1-3)<br><b>10.15 Pod okiem kosmitów</b><br><b>12.15 Baseny z rozmachem</b><br><b>13.25 Etiopia według Jarka Nowaka</b> – film dok., Pol.<br><b>14.25 Człowiek kontra jedzenie</b> (25-28) – mag.<br><b>16.25 Kobieta na krańcu świata</b> (7, 1, 2, 4) – dok.<br><b>18.40 Ciężarówka przez Stany</b><br><b>21.40 Pomocy! W moim domu straszy</b> (14, 15)<br><b>23.45 Sukces nie zna granic</b><br><b>1.45 W co wierzą Osbourne'owie</b> (2-5)                                                 |

## STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

|  TVP POLONIA           |  TVP ROZRYWKA |  POLSAT CAFÉ |  TV 4 |  TTV HD |  TVN STYLE HD |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 12.15 Między ziemią a niebem – mag.                                                                    | 9.25 Koło fortuny (2054)                                                                       | 6.00 Komisarz Mama (22) – serial krym., Polska                                                | 6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (216) – reality show                                | 12.35 Gogglebox. Przed telewizorem 25 (4)                                                 | 5.35 Tu jest pięknie (8) – program rozrywkowy                                                    |
| 12.50 Słowo na niedzielę                                                                               | 10.00 Tańcząca ze światem – Chorwacja (2)                                                      | 7.05 Demakijaż (170)                                                                          | 6.55 Wielkie tajemnice historii (9, 10) – dok.                                         | 13.40 Damy i wieśniaczki. PL 6 (14) – fab.-dok.                                           | 6.20 MasterChef (3) – rozr.                                                                      |
| 13.00 Transmisja mszy świętej z kościoła katedralnego św. Stanisława B. M. i św. Wacława M. w Świdnicy | 10.40 Szansa na sukces. Opole 2027 (2)                                                         | 7.35 Wypasiona kuchnia (16) – pr. rozrywk.                                                    | 8.45 A na deser... (13) – magazyn kulinarny                                            | 14.40 Kochaj albo wróć (4)                                                                | 7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn                                                                   |
| 14.15 Nad Niemnem (1, 2)                                                                               | 11.45 Postaw na milion                                                                         | 8.00 Bogaty dom – biedny dom (126)                                                            | 8.55 Galileo (1212, 1213)                                                              | 15.45 Express – pr. inform.                                                               | 11.30 Ostre cięcie (1) – rozr.                                                                   |
| 16.15 Największe przeboje – mag. muz.                                                                  | 13.40 Prywatne życie zwierząt 15 (4)                                                           | 9.00 Rolniczki (11, 12)                                                                       | 10.55 I że ci nie odpuszczę – komedia romantyczna, USA 2018, 150 min                   | 16.05 Idź na całość 3 (4) – program rozrywkowy                                            | 12.30 Love the Look (1) – mag. poradnikowy                                                       |
| 17.00 Teleexpress                                                                                      | 14.10 Super Gary. Gotuj z Bosacką! (4) – mag.                                                  | 11.00 Działkowcy (17)                                                                         | FILM Obłądny rycerz – komedia przyg., USA 2001, 155 min                                | 17.10 Życie na kredytcie 9 (7) – reality show                                             | 13.30 Jestem z Polski 18 (1) – serial dokum., Pol.                                               |
| 17.25 M jak miłość (1933)                                                                              | 14.50 Tak to leciało! (88)                                                                     | 12.00 Bogaty dom – biedny dom (127, 128)                                                      | FILM S.W.A.T.: Miasto w ogniu – film sens., USA 2011, 115 min                          | 17.45 Express – pr. inform.                                                               | 14.30 Jestem z Polski 16 (36, 37) – serial dok.                                                  |
| 18.20 Kabaretomania                                                                                    | 15.40 Moje przeboje (15)                                                                       | 14.00 Nasz nowy dom (307) – reality show                                                      | 16.00 Uroczysko (211-214) – serial krym., Polska                                       | 18.00 Pogoda, sport                                                                       | 16.35 Teraz one (1) – rozr.                                                                      |
| 19.10 Łato z Radiem i Telewizją Polską                                                                 | 16.20 Jeden z dziesięciu                                                                       | 15.05 Demakijaż (216)                                                                         | FILM Wypasiona kuchnia (27) – pr. rozrywk.                                             | 18.10 Życie na kredytcie 9 (8) – reality show                                             | 17.10 Do zobaczenia 3 (1) – mag. poradnikowy                                                     |
| 19.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu (58)                                                         | 17.35 Koło fortuny (2055) – teleturniej                                                        | 15.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (49) – reality show                                  |                                                                                        | 18.45 Damy i wieśniaczki. PL 12 (4) – fab.-dok.                                           | 17.45 Bitwa o gości (9) – reality show                                                           |
| 19.30 Program informacyjny 19.30                                                                       | 18.15 Szansa na sukces. Opole 2027 (3)                                                         | 17.00 Bogaty dom – biedny dom (129)                                                           |                                                                                        | 19.45 Express – pr. inform.                                                               | 18.45 Kuchenne rewolucje (8, 9) – program rozrywkowy                                             |
|                                                                                                        | 19.20 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (3) – pr. rozr.                               | 18.00 Nasz nowy dom (308, 309)                                                                |                                                                                        | 20.00 Zakup w ciemno 8 (14) – reality show                                                | 20.45 Ostre cięcie (1) – program rozrywkowy                                                      |
|                                                                                                        |                                                                                                |                                                                                               |                                                                                        | 21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 25 (4) – program rozrywkowy                            |                                                                                                  |
| KRYMINALNY                                                                                             | TELETURNIEJ MUZYCZNY                                                                           | REALITY SHOW                                                                                  | KRYMINALNY                                                                             | DOKUMENTALNY                                                                              | DOKUMENTALNY                                                                                     |



|                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 20.20 Komisarz Alex 24 (296) – Polska 2025<br>Monika angażuje się w pomoc Romie, która poszukuje córki. Alex odnajduje w lesie zakopaną walizkę ze zwiłkami dziewczynki. Podejrzany jest były chłopak ofiary. | 20.00 Jak to melodia? Zawodnicy muszą rozpoznać prezentowane fragmenty utworów i podać ich prawdziwe tytuły. Gospodarzem muzycznego show jest Robert Janowski. | 20.00 Bogate dzieciaki bez kasy (46) – Polska<br>Wychowywani przez zamożnych rodziców młodzi ludzie zamieszkują z rodzinami, które ledwie wiążą koniec z końcem. Obie strony poznają zupełnie inne życie. | 20.05 Sprawiedliwi. Trójmiasto (169-172)<br>Nowa śledcza Nina Strzelecka prowadzi sprawę zwiłok Aliny Ziętek, zaginionej strażniczki parku. Sekcja wykazuje, że została pobita, po czym zakopano ją żywcem. | 22.00 Down the road 4 (4) – Polska 2026<br>Monika Hoffman-Piszora wspiera grupę niezwykłych podróżników, którzy z ograniczonym budżetem przemierzają Tajlandię. Czekają ich wiele wyzwań. | 21.50 Kobieta na krańcu świata (4)<br>Podróżniczka poznaje dzieci z Republiki Środkowoafrykańskiej, które sąli wcielano do oddziałów zbrojnych. Odwiedza też szkołę muzyczną założoną przez brata Benka. |
| 21.15 Pod wulkanem – dramat obyczajowy, Polska 2024, 110 min                                                                                                                                                  | 21.00 Kocham Cię, Polsko! (3) – program rozrywk.                                                                                                               | 21.00 Gry małżeńskie (215) – reality show                                                                                                                                                                 | 0.15 STOP Drogówka                                                                                                                                                                                          | 23.00 Ciężarówką przez Chile (4) – pr. rozrywk.                                                                                                                                           | 22.50 Azja Express (4) – reality show                                                                                                                                                                    |
| 23.05 Gabi Drzewiecka zaprasza 2 (1)                                                                                                                                                                          | 22.35 Postaw na milion – teleturniej                                                                                                                           | 22.00 Kolacja w ciemno (87) – pr. rozrywk.                                                                                                                                                                | 1.15 Gwiazdy Kabaretu (2) – program rozrywk.                                                                                                                                                                | 0.00 Nic do zgłoszenia 6 (4) – serial dokum., Pol.                                                                                                                                        | 0.35 No to leć! (4) – rozr.                                                                                                                                                                              |
| 23.50 Świat w obłokach – muzyczny spadkobiercy Marka Grechuty                                                                                                                                                 | 0.30 Koło fortuny (2055, 2031) – telet.                                                                                                                        | 23.00 Gry małżeńskie (196, 197)                                                                                                                                                                           | 1.30 Wielkie tajemnice historii (11, 12) – dok.                                                                                                                                                             | 1.00 Down the road 4 (3)                                                                                                                                                                  | 1.35 Dieta czy cud? (3, 4) – mag. poradnikowy                                                                                                                                                            |
| 0.40 M jak miłość (1933)                                                                                                                                                                                      | 2.00 Kabaret. Super Show Dwójki (4)                                                                                                                            | 1.05 Wzięcie kobiet (142, 143, 1, 2) – dok.                                                                                                                                                               | 3.25 Lubie disco! (268)                                                                                                                                                                                     | 2.00 SOS. Ekipy w akcji (33, 34) – paradyk., Pol.                                                                                                                                         | 3.05 Wiem, co kupuję (2) – mag. poradnikowy                                                                                                                                                              |
|                                                                                                                                                                                                               | 3.00 Kabaret Letnia Porą (50) – pr. rozrywk.                                                                                                                   | 3.00 Zdrady (173-175) – serial paradyk., Pol.                                                                                                                                                             | 4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.                                                                                                                                                                    | 3.55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (537) – serial fab.-dok., Pol.                                                                                                                          | 3.35 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (2, 3) – mag.                                                                                                                                                        |

| TVP HD                                                                     | TVP HD                                                                              | TVP HD                                                                       | TVP HD                                               | TVP HD                                                                    | TVP HD                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| 8.55 Ojciec Mateusz 3 (33, 34)                                             | 8.05 Przy muzyce po Śląsku                                                          | 11.45 Sensacje XX wieku (29, 30) – program hist.                             | 8.00 Sześć razy córka 4 – dok.                       | 14.35 James Martin: hiszpańska przystojak (6)                             | 13.15 Duda kontra Szafranski                              |
| 10.45 Czy wiesz, że? (309)                                                 | 8.35 Muzyczne dzieło dobry                                                          | 14.05 Cztery pancerni i pies (7, 8) – wojenny, Pol. 1966                     | 10.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach 3          | 15.25 Jamie Oliver: gotuj sezonowo (8) – mag. kulin.                      | 14.00 Moto kombi (4) – mag.                               |
| 11.20 Na sygnale (814, 815)                                                | 9.35 Przy muzyce po Śląsku                                                          | 16.10 1920 Bitwa Warszawska – dramat wojenny, Polska 2011, 160 min           | 11.00 Dzikusy do wzięcia                             | 16.20 Wiosna uczta (7, 8) – dok.                                          | 14.45 Zawodowi handlarze (4)                              |
| 12.25 Ojciec Mateusz 12 (158)                                              | 10.50 Klachy i Lachy – pr. rozr.                                                    | 18.50 MasterChef: Cześć 7 (4)                                                | 12.00 Podwójne życie żon (2)                         | 17.20 U sąsiadów w kuchni 16 (3, 4) – serial dokumentalny                 | 15.30 Po raz trzeci Sprzedane                             |
| 13.20 Komisarz Alex 23 (293)                                               | 11.25 Muzyczne podróże Karoliny Treli – pr. rozr.                                   | 20.05 Dynam – najlepsze momenty – film dokum.                                | 13.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 7            | 18.30 Jakubski rozgryza Polskę 2 (3, 4) – mag. kulin.                     | 16.15 Uwaga! Oszust: Szciana z ogłoszenia (4, 16) – rozr. |
| 14.15 Ranczo 3 (35, 36) – obycz.                                           | 12.20 Hansi Hinterseer zaprasza – pr. rozrywk.                                      | 21.05 Kryptonim Banshee – thriller, USA 2022, reż. Jon Keeyes, 115 min       | 14.00 Jay i Pamela 2                                 | 19.25 Nie bój ryby! (10, 11)                                              | 17.15 Ciężarówką przez pół świata (4) – pr. rozrywk.      |
| 16.10 Postaw na milion – telet.                                            | 14.30 Śląska karuzela – muz.                                                        | 23.00 Magia nagości. Polska – Najsmaczniejsze kaski (2) – program rozrywkowy | 15.00 Nałogowe panny młode                           | 20.15 M jak mięso (5, 6) – dok.                                           | 18.15 Naprawy nie do naprawy (4) – mag.                   |
| 17.10 Okrasa łamie przepisy                                                | 16.00 Koncert zwycięż                                                               | 0.00 Adam szuka Ewy VIP. Holandia (2) – pr. rozrywk.                         | 16.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 8           | 21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 9 (8)                           | 19.00 Raport końcowy (837)                                |
| 17.45 Makłowicz w podróży                                                  | 17.50 Szlagierowa lista – muz.                                                      |                                                                              | 20.00 Podwójne życie żon (2)                         | 22.05 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 10 (1, 2) – serial dokumentalny | 19.25 Wojny samochodowe (9, 10) – program rozrywk.        |
| 18.20 Ojciec Mateusz 31 (401)                                              | 19.45 Koncert w TVS – pr. muz.                                                      |                                                                              | 21.00 Wiza na miłość 12 (19)                         | 23.45 Hongkong od kuchni z Jeremym Pangiem (6)                            | 21.25 Zawodowi handlarze (4)                              |
| 19.20 Ranczo 9 (110-112)                                                   | 21.50 Rosamunde Pilcher – Oczami miłości – melodramat, Niemcy/Austria 2002, 105 min |                                                                              | 23.00 Ekstremalne choroby – serial dokumentalny, USA |                                                                           | 22.10 Jeździć, obserwować (4)                             |
| 22.20 Pestka – dramat psychologiczny, Polska 1995, 105 min                 | 23.35 Śląska karuzela – muz.                                                        |                                                                              | 0.00 Dr Przyszczyla 4 – dok.                         |                                                                           | 22.55 Duda kontra Szafranski (4) – program rozrywkowy     |
| 0.05 Parada oszustów (2, 3)                                                | 1.20 Program kulinarny                                                              |                                                                              | 2.00 Wiza na miłość 12 (19)                          |                                                                           | 23.40 Po raz trzeci Sprzedane                             |
| 2.05 Tożsamość zdrajcy – sens., Czechy/Szwajcaria/Wlk. Bryt. 2017, 110 min |                                                                                     |                                                                              |                                                      |                                                                           |                                                           |

| NOVA                                                                            | NOVA TV                                              | METRO                                                | ANTENA HD                                                                   | WP                                                     | C+ DOMO HD                                               | HGTV                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| 8.20 Frieren. U kresu drogi                                                     | 8.10 Klan z Alaski (1) – dok.                        | 8.10 Klan z Alaski (1) – dok.                        | 8.10 Koniec świata na 10 sposobów (3) – serial dok.                         | 11.05 Pogoda                                           | 12.20 Ucieczka na wieś 25                                | 12.05 Polowanie na ogród 7 (6)                                          |
| 9.30 Dragon Ball Super (55-63)                                                  | 9.10 The Floor (7, 8) – telet.                       | 9.10 The Floor (7, 8) – telet.                       | 9.10 Życie po zagładzie ludzkości 3 (23, 24) – dok.                         | 11.10 Pogromca tajemnic (9)                            | 14.10 Wielkie projekty: Nowa Zelandia 10 (3) – dok.      | 12.40 Najbardziej podwórko w dzielnicy (7, 8) – pr. rozr.               |
| 14.00 Kabaretowa Ekstraklasa (16, 17) – rozr.                                   | 10.35 Step Up 3 – film muzyczny, USA 2010, 130 min   | 10.35 Step Up 3 – film muzyczny, USA 2010, 130 min   | 11.05 Polska. Największe dylematy (10) – pr. publ.                          | 12.05 Świat bez fikcji (7, 16)                         | 15.10 Luksusowa ucieczka 8                               | 13.40 Letnia chatka na lata 13                                          |
| 16.00 Kabaret na żywo – Klinika Skępców Męczących (70) – pr. rozr.              | 12.45 Twarzą w twarz (4)                             | 12.45 Twarzą w twarz (4)                             | 12.05 Co Polak potrafi na drodze? 2 (5) – pr. rozr.                         | 13.05 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver (7) – dok., Kan. | 16.15 W mieście czy na wsi?                              | 15.45 Złoty remont 5 (6) – rozr.                                        |
| 18.00 Kabaret na dobry wieczór. Paranie normalni Show (7, 8) – program rozrywk. | 13.50 Belle Epoque (7, 8)                            | 13.50 Belle Epoque (7, 8)                            | 13.05 Detektyw Candice: Niezawodny instykt 5 (3-6) – serial kryminalny, Fr. | 14.05 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 3 (13)              | 17.15 Wielkie projekty: Nowa Zelandia (5) – serial dok.  | 16.40 Weekendowa metamorfoza 2 (3) – rozr.                              |
| 20.00 Nowa Rewia Kabaretowa (1) – pr. rozr.                                     | 17.55 Kryminalni (13) – krym.                        | 17.55 Kryminalni (13) – krym.                        | 18.00 77 TV 6 (5) – pr. rozrywk.                                            | 15.00 Strażacy z sąsiedztwa 2                          | 18.10 Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie 8 (3)             | 17.40 Weekendowa metamorfoza (6) – pr. rozr.                            |
| 21.00 Zdrady (5-8) – paradyk.                                                   | 20.00 Wallander (4) – krym.                          | 20.00 Wallander (4) – krym.                          | 19.00 77 TV 5 (30) – pr. rozrywk.                                           | 16.00 Policjanci z sąsiedztwa 2 (1-5)                  | 18.35 Daleko od miasta 16 (7)                            | 18.40 Złoty remont (4) – pr. rozr.                                      |
| 1.00 Łowca pedofilów (199-202) – serial dokum.                                  | 22.05 Chyłka – Zaginięcie (7)                        | 22.05 Chyłka – Zaginięcie (7)                        | 20.00 Unforgettable: Zapisane w pamięci (15-19) – krym.                     | 17.50 Pogoda                                           | 19.05 Ucieczka na wieś 22 (48, 49) – dok., Wlk. Bryt.    | 19.40 House Hunters – Poszukiwacze domów 4 (2-4) – pr. rozr.            |
| 3.00 TV okazje (26, 27)                                                         | 23.50 Chyłka – Kasacja (1)                           | 23.50 Chyłka – Kasacja (1)                           | 0.50 Sekret siostry – dramat kryminalny, USA 2018, reż. D.J. Viola, 105 min | 21.55 Pogoda                                           | 21.00 Pokochaj lub sprzedaj: Wielka Brytania 10 (5)      | 21.20 Pogromcy chaosu (9)                                               |
| 3.50 Wehikuł czasu (927, 926)                                                   | 0.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 6 (16) – dok. | 0.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 6 (16) – dok. |                                                                             | 22.00 Mistrzowie Kabaretu 12                           | 21.55 Pomocy! Kupiliśmy wioskę (4) – serial dokum.       | 22.20 Dorota inspiruje 2 (8)                                            |
|                                                                                 | 1.00 Szpital (913) – paradyk.                        | 1.00 Szpital (913) – paradyk.                        |                                                                             | 23.00 1, 2, 3... Kabaret! 4 (8)                        | 22.50 Mały metraż w wielkim stylu 2 (7, 8) – serial dok. | 23.15 Nowe życie w starym domu: Witajcie we Włoszech (1, 2) – pr. rozr. |
|                                                                                 | 2.00 Szkoła (643) – paradyk.                         | 2.00 Szkoła (643) – paradyk.                         |                                                                             | 1.00 Mistrzowie Kabaretu 7                             |                                                          |                                                                         |
|                                                                                 | 3.00 Nowa Majja w ogrodzie 2 (28, 29)                | 3.00 Nowa Majja w ogrodzie 2 (28, 29)                |                                                                             |                                                        |                                                          |                                                                         |



## Warto zobaczyć

**15.55** **Nieemożliwe**  
**KATASTROFICZNY** Tajlandia,  
rok 2004. Fala tsunami  
uderza w wybrzeże. Turysta Henry  
rozpoczyna poszukiwania żony i naj-  
starszego syna. Reż.: Juan Antonio Bayona,  
A: Naomi Watts, Ewan McGregor, Tom Holland  
Hiszpania/USA 2012 **130 min** ▶ do godz. 18.05

**16.10** **Weekend z królem**  
**BIOGRAFICZNY** Lata 30.  
Angielska para królewska  
przybywa do USA na spotkanie  
z Rooseveltem. Weekend obfituje  
w zabawne momenty. Reż.: Roger Michell,  
A: Bill Murray, Laura Linney, Samuel West  
Wlk. Bryt. 2012 **105 min** ▶ do godz. 17.55

**17.55** **Maska**  
**KOMEDIA** Stanley, nieś-  
miały urzędnik bankowy,  
znajduje starożytną maskę, która  
daje mu nadludzkie moce. Próbuje  
zdobyć wybrankę. Reż.: Chuck Russell,  
A: Jim Carrey, Cameron Diaz, Peter Riegert  
USA 1994 **125 min** ▶ do godz. 20.00

**18.00** **Pierwsza krowa**  
**WESTERN** Oregon, XIX w.  
Chiński imigrant i marzyciel  
Cookie potajemnie doją należącą  
do bogacza krowę. Pięką ciastką,  
które zdobywają uznanie. Reż.: Kelly  
Reichardt, A: Alia Shawkat, John Magaro  
USA 2019 **120 min** ▶ do godz. 20.00

**18.10** **L.A.R.P. Miłość, trolle**  
**i inne kwesty**  
**KOMEDIA** Szkolny outsider  
Sergiusz zakochuje się w nowej  
koleżance z klasy, Helenie. Wkrótce  
poznaje jej sekret. Reż.: Kordian Kądziała,  
A: Filip Zareba, Martyna Byczkowska, Filip Łanicki  
Polska 2025 **95 min** ▶ do godz. 19.45

**18.30** **Wstrząs**  
**OBYČAJOWY** Neuropatolog  
odkrywa zależność między  
urazami u futbolistów a ich skłonno-  
ścią do depresji. Działacze sportowi  
chcą go zniszczyć. Reż.: Peter Landesman,  
A: Will Smith, Alec Baldwin, Albert Brooks  
USA/Wlk. Bryt. 2015 **150 min** ▶ do godz. 21.00

**20.10** **Bandyci**  
**WESTERN** Po zakończeniu  
wojny secesyjnej grupa  
farmerów z Liberty wraca do domu.  
Odkrywają, że miasteczko zajęły  
oddziały federalne. Reż.: Les Mayfield,  
A: Colin Farrell, Scott Caan, Ali Larter, Kathy Bates  
USA 2001 **125 min** ▶ do godz. 22.15

**21.00** **Sisu**  
**WOJENNY** Rok 1944. Były  
żołnierz Korpi znajduje  
na pustkowiu złoto. Skarb próbują  
mu odebrać naziści. Nie wiedzą oni,  
że są bez szans. Reż.: Jalmari Helander,  
A: Jorma Tommila, Aksel Hennie, Jack Doolan  
Finlandia 2022 **110 min** ▶ do godz. 22.50

## → filmowe hity



Ethan zgadza się  
na układ, od którego  
zależy jego życie.

## 21.00 72 godziny

**TVN 7** **SENSACYJNY** Śmiertelnie chory agent musi wypełnić  
karkołomną misję. W zamian otrzyma nowatorski lek.

**HIT DNIA** Agent CIA Ethan Renner, specjalista od zwalczania terroryzmu, z zaskoczeniem dowiaduje się, że jest śmiertelnie chory. Chce wykrzyszczyć ostatnie miesiące życia i odbudować zaniedbane relacje z żoną Christine, a także córką Zoey, które porzucił ze względu na niebezpieczne zajęcie. Wcze-

śniejsza emerytura nie jest mu jednak pisana. Z mężczyzną kontaktuje się funkcjonariuszka wywiadu Vivi Delay. Składa koledze po fachu propozycję nie do odrzucenia. Jeżeli w ciągu 72 godzin Ethan namierzy i zlikwiduje nieuchwytnego przestępcę o pseudonimie Wilk, otrzyma eksperymentalny specyfik, któ-



ry pozwoli mu ocalić życie. Renner zgadza się na układ. Musi pogodzić niebezpieczną misję w Paryżu z opieką nad krnąbrną nastolatką. Pragnąca wolności dziewczyna nie ułatwia ojcu zadania. **HD 150 min** ▶ do godz. 23.30

USA/Francja/Serbia 2014 Reż.: McG  
Wyst.: Kevin Costner, Amber Heard, Hailee Steinfeld, Connie Nielsen



**20.00** **Książę przyplwów**  
**OBYČAJOWY** Po próbie  
samobójczej swojej bliź-  
niaczki Tom Wingo (Nick Nolte)  
szuka pomocy u psychoanalizy Susan. Podczas sesji wraca do prze-  
żyć z dzieciństwa. Między dwójką  
samotnych ludzi rodzi się więź.

Reż.: Barbra Streisand Wyst.: Barbra Streisand  
USA 1991 **HD 140 min** ▶ do godz. 22.20



**22.35** **90 minut do śmierci**  
**THRILLER** Opuszczony  
szpital ma zostać wyburzony. Szef  
gangu, który przebywa w więzieniu,  
ukrył tam trzy miliony dolarów.  
Pojawiają się chętni na przejęcie  
fortuny, m.in. Mike (Scott Adkins).  
Reż.: Dolph Lundgren Wyst.: Dolph Lundgren  
USA 2021 **HD 100 min** ▶ do godz. 0.15



**20.00** **22 kule**  
**SENSACYJNY** Były gang-  
ster Charly wiecie spokoj-  
ne życie u boku żony i dzieci. Pew-  
nego dnia staje się celem zabójcy. Po  
rekonwalescencji szuka zemsty. Po-  
dejrzewa, że zamach zorganizował  
jego dawny przyjaciel (Kad Merad).

Reż.: Richard Berry Wyst.: Jean Reno  
Francja 2010 **HD 155 min** ▶ do godz. 22.35



**22.40** **Godziny szczytu 2**  
**KOMEDIA SENSACYJNA**  
Inspektor Lee (Jackie Chan)  
bada sprawę zamachu na ambasadę  
USA w Hongkongu. Pomaga mu  
Carter (Chris Tucker), który spę-  
dza tu wakacje. Trop prowadzi ich  
do trójki działającej w Las Vegas.  
Reż.: Brett Ratner Wyst.: John Lone, Ziyi Zhang  
USA 2001 **HD 115 min** ▶ do godz. 0.35



**20.00** **Elektra**  
**PRZYGODOWY** Płatna za-  
bójczyni Elektra (Jennifer  
Garner) jest mistrzynią wschodnich  
sztuk walki. Jej kolejnym celem są  
Mark Miller i jego córka. Gdy poznaje  
ich historię, rezygnuje z wykonania  
zlecenia. Całą trójkę ścigają ninja.

Reż.: Rob Bowman Wyst.: Goran Visnjic  
USA 2005 **HD 120 min** ▶ do godz. 22.00



**23.10** **Killerman**  
**KRYMINALNY** Santos ra-  
zem z Diamondem (Liam  
Hemsworth) zajmuje się praniem  
brudnych pieniędzy. Gdy jedna  
z transakcji nie dochodzi do skut-  
ku, chce zainwestować w narkoty-  
ki. Przyjaciele wpadają w tarapaty.  
Reż.: Malik Bader Wyst.: Emory Cohen  
USA 2019 **HD 145 min** ▶ do godz. 1.35

## → filmowe hity



Desperat usiłuje znaleźć dla swoich bliskich miejsca w specjalnych schronach.

**20.30 2012**

**POLSAT KATASTROFICZNY** Przepowiednia Majów o zagładzie zaczyna się spełniać. Bezradni ludzie szukają szansy ocalenia.

**HIT DNIA**

Naukowcy odkrywają, że w chwili katastrofizmu zabiorą na Słońcu dochodzi do silnych burz. To zjawisko może przynieść katastrofalne skutki. Badacze o swoich przewidywaniach powiadamiają światowych przywódców. Upływa kilka lat, a część z nich ma już ustalony plan postępowania na wypadek zagłady. Konstruuje statki, które

w chwili kataklizmu zabiorą na pokład wybrańców. Pisarz Jackson Curtis wpada na trop tajemnicy państwowej. Postanawia za wszelką cenę umieścić we współczesnych arkach własną rodzinę. **HD 205 min ► do godz. 23.55**

USA/Kanada 2009 **Reż.:** Roland Emmerich **Wyst.:** John Cusack, Amanda Peet, Chiwetel Ejiofor, Thandie Newton



**21.00 Aniołki Charliego: Zawrotna szybkość**

**SENSACYJNY** Trzy super-agentki, Natalie (Cameron Diaz), Alex (Lucy Liu) i Dylan (Drew Barrymore), szukają obrączek, które pozwalają odkryć tożsamość dawnych świadków koronnych.

**Reż.:** McG **Wyst.:** Demi Moore, Robert Patrick **USA 2003 HD 140 min ► do godz. 23.20**



**23.20 Wrogowie publiczni**

**GANGSTERSKI** Rok 1933. John Dillinger zostaje zwolniony z więzienia. Dokonuje serii napadów na banki. Policja jest bezsilna. Agent Melvin Purvis (Christian Bale) ma za zadanie go schwycić.

**Reż.:** Michael Mann **Wyst.:** Johnny Depp **USA 2009 HD 165 min ► do godz. 2.05**



**22.30 Trzy królowe**

**KOMEDIA** W domu Helen (Ellen Burstyn) wybucha pożar. Na czas remontu postanawia ona przenieść się do ośrodka spokojnej starości. Wkracza w świat ekscentrycznych seniorów, zawiłych układów i skomplikowanych intryg.

**Reż.:** Michael Lembeck **Wyst.:** Jane Curtin **USA 2021 HD 105 min ► do godz. 0.15**



**23.55 Koszmar na noc**

**THRILLER** W San Juan Taylor zostaje postrzelona przez dwóch skorumpowanych policjantów, Pierce'a i Tulla. Jako jedyny świadek zbrodni musi walczyć o życie. Wzywa na pomoc porucznika Wakesa (Bruce Willis).

**Reż.:** Matt Eskandari **Wyst.:** Nicky Whelan **USA 2019 HD 130 min ► do godz. 2.05**

## → sport



**8.00**

**Tour of Langkawi**

**KOLARSTWO LIVE** Drugi etap wyścigu. Kolarze startują z Taipingu, a po przejechaniu niemal 146 km przekroczą linię mety zlokalizowaną na szczycie Gunung Jerai. To prawdziwy test możliwości kolarzy. Zmierzą się z nim m.in. Jordan Jegat i Alessandro Romele. **HD 90 min ► do godz. 9.30**



**20.35**

**Szwecja – Polska**

**PIŁKA NOŻNA LIVE** Stawką meczu w Solnie będzie coś więcej niż punkty w fazie grupowej Ligi Narodów. Biało-Czerwoni chcą bowiem odegrać się na ekipie Trzech Koron za porażkę 2:3 w finale baraży o awans do tegorocznego mundialu. **HD 160 min ► do godz. 23.15**



**20.35**

**Belgia – Francja**

**PIŁKA NOŻNA LIVE** Po MŚ stery w reprezentacji Francji przejął Zinedine Zidane. W drugim meczu pod jego wodzą Trójkolorowi zmierzają się w Brukseli z ekipą Czerwonych Diabłów, którą pokonali w pięciu spotkaniach z rzędu. **HD 145 min ► do godz. 23.00**



**20.35**

**Turcja – Włochy**

**PIŁKA NOŻNA LIVE** Italia w grupie A1 Ligi Narodów ma szczególne znaczenie dla Vincenza Montelli, selekcjonera reprezentacji Turcji, który jest Włochem. Ekipa z nad Bosforu dotychczas nie wygrała meczu ze Squadra Azzurra. **HD 145 min ► do godz. 23.00**

## → rozrywka



**11.45**

**Okrasa łamie przepisy**

**KULINARNY** Kucharz odwiedzi Suwalszczyznę. Pokaże trzy regionalne wypieki na kiju: drożdżowe ciasto z konfiturą i ricottą z kandyzowaną skórką limonki, sękacza podanego z sałatką z duszonej jagnięciny oraz ciasto francuskie. **HD 40 min ► do godz. 12.25**



**20.50**

**The Floor**

**TELETURNIEJ** Trwa rywalizacja pod czujnym okiem Mikołaja Roznerskiego. Nowością w tym sezonie jest możliwość wymiany kategorii. Jednemu z uczestników, Pawłowi, ukradziono ją aż dwukrotnie na przestrzeni kilku odcinków. **HD 40 min ► do godz. 21.30**

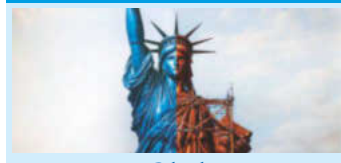


**22.00**

**Gogglebox. Przed telewizorem 25**

**REALITY SHOW** Mateusz Borkowski, jego koledzy oraz inni uczestnicy programu z humorem komentują perypetie bohaterów telenowel czy rywalizację w talent show. Nie zabraknie ironii i ciętych ripost. **HD 80 min ► do godz. 23.20**

## → dokument



**22.10**

**Statua Wolności**

**HISTORIA** Posąg był darem Francji dla nowo powstającego narodu amerykańskiego. Film pokazuje, jak go budowano. Omówione też zostaną idee, które symbolizuje. **HD 70 min ► do godz. 23.20**

TVP 1 TVP 1 HD DVBT2

- 5.00 Sprawdzamy** – magazyn  
**5.20 Pytanie dnia** – pr. publicyst.  
**5.40 Reporterzy** – mag. reporterów  
**5.55 Akacja 38** (948) – telenowela, Hiszpania 2018  
**7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**  
**7.30 Studio Raban** – mag.  
**8.00 Serwis Info** – program inform.  
**8.10 Pogoda Info**  
**8.25 Zaraz wracam 3** (146) – serial obyczajowy, Polska 2026  
**9.00 Ranczo 2** (16) – obycz., Pol. 2007  
**10.05 Komisarz Alex 2** (16) – serial kryminalny, Polska 2012  
**11.00 Ojciec Mateusz 21** (274) – serial kryminalny, Polska 2019  
**12.00 Serwis Info** – program inform.  
**12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy  
**12.25 Agropogoda** – program inform.  
**12.35 Rok w ogrodzie extra** – mag.  
**12.50 BBC w Jedynce: Ssaki** (1)  
**14.00 Splątane losy** (54) – serial obyczajowy, Turcja 2024  
**15.00 Serwis Info** – program inform.  
**15.10 Reporterzy** – mag. reporterów  
**15.35 Gra słów. Krzyżówka** (1151)  
**16.00 Dziedzictwo** (1038) – serial obyczajowy, Turcja 2020  
**17.00 Teleexpress, pogoda**  
**17.25 Jaka to melodia?** – telet. muz.  
**18.05 Klan** (4742) – telenowela, Polska 2026  
**18.40 Akacja 38** (965) – telenowela, Hiszpania 2018  
**19.30 Program informacyjny 19.30**  
**19.55 Pytanie dnia** – pr. publicyst.  
**20.10 Sport, pogoda**  
**20.25 Piłka nożna: Liga Narodów** – studio

TVP 2 TVP 2 HD DVBT2

- 4.35 Na dobre i na złe** (943): Mecz – serial obyczajowy, Polska 2025  
**5.30 M jak miłość** (1847) – serial obyczajowy, Polska 2025  
**6.20 Rodzina (nie od) święta** – magazyn religijny  
**6.50 Barwy szczęścia** (3406) – serial obyczajowy, Polska 2026  
**7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn  
**7.55 Pytanie na śniadanie** – magazyn  
**11.45 Okrasa łamie przepisy** – magazyn kulinarny  
**12.25 Koło fortuny** – teleturniej  
**13.15 Panna młoda** (208) – serial obyczajowy, Turcja 2024  
**14.05 Va banque** – teleturniej  
**14.35 Na sygnale** (926): Na haju – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026  
**15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (486) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024  
 Martina ucieka z sanatorium. Manuel, wspierany przez Salvadora, stara się zataić nieobecność Curra przed domownikami. Vera wyznaje Lopemu, że jest córką księżnej de Carril. Petra nabiera wkrótce przekonania, że ktoś celowo spowodował astrykację do La Promesy.  
**16.00 Koło fortuny** – teleturniej  
**16.35 Familiada** – teleturniej  
**17.20 Panna młoda** (209) – serial obyczajowy, Turcja 2024  
**18.15 Va banque** – teleturniej  
**18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej  
**19.25 Barwy szczęścia** (3406) – serial obyczajowy, Polska 2026

polsat POLSAT HD DVBT2

- 4.40 Disco Gramy**  
**5.25 Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy  
**5.55 Nowy dzień z Polsat News**  
**8.00 Trudne sprawy** (760) – serial paradokumentalny, Polska 2018  
**9.00 Dlaczego ja?** (1319) – serial paradokumentalny, Polska 2024  
**10.05 Wypasiona kuchnia** (16) – program rozrywkowy  
**10.20 Dlaczego ja?** (1318, 1320) – serial paradokumentalny, Polska 2024  
**12.20 Gliniarze. Ślask** (19): Drapieżne żądze – serial kryminalny, Polska 2026  
**13.20 Gliniarze** (980, 981) – serial paradokumentalny, Polska 2024  
**15.30 Wydarzenia 24**  
**15.50 Pogoda**  
**15.55 Gliniarze** (1234) – serial paradokumentalny, Polska 2026  
**16.55 Gliniarze. Ślask** (20): Plan doskonały – serial kryminalny, Polska 2026  
**18.00 Pierwsza miłość** (4254) – serial obyczajowy, Polska 2026  
 Jolka zauważa Kingę i Janka w czułym uścisku. Obiecuje, że nikomu nie powie o tym, co widziała. Sekret jej jednak ciąży. Ewa umawia się z Łucją na spotkanie. Zaczyna podejrzewać, że kobieta coś ukrywa.  
**18.50 Wydarzenia**  
**19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny  
**19.25 Wypasiona kuchnia** (29) – program rozrywkowy  
**19.35 Sport, pogoda**  
**19.55 Milionerzy** – teleturniej

tvn TVN HD DVBT2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów  
**5.55 Ukryta prawda** (1489) – serial paradokumentalny, Polska 2023  
**6.50 Kuchenne rewolucje** (6): Nowy Tomyśl – Oaza Smaku – program rozrywkowy  
**7.45 Dzień Dobry TVN** – magazyn  
**11.20 Doradca smaku** (17) – magazyn kulinarny  
**11.30 Kuchenne rewolucje** (4, 11): Wejherowo – Deptak; Grodzisk Mazowiecki – Orient X-press/ Pelen Rondel – program rozrywkowy  
**13.40 Ukryta prawda** (1636, 1637, 1769) – paradok., Polska  
**16.50 Szpital św. Anny** (150) – serial obyczajowy, Polska 2026  
 Marta i Tomek pomagają kobiecie, która cierpi na urojenia. Gdy dolaża do nich mąż pacjentki, ta nie pozwala mu się do siebie zbliżyć. Dzieci też wyraźnie się go boją.  
**17.55 Detektywi** (351) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026  
 Nastolatka prosi Annę i Katarzynę o pilną pomoc w sprawie bezdomnego, koczującego w piwnicy jej bloku. Kobieta została napadnięta i porwana.  
**18.55 „Lalka” – relacja z premiery** (1) – program rozrywkowy  
**19.00 Fakty**  
**19.30 „Lalka” – relacja z premiery** (2) – program rozrywkowy  
**19.35 Sport, pogoda**  
**19.55 Uwaga!** – magazyn reporterów  
**20.15 Na Wspólnej** (4284) – serial obyczajowy, Polska 2026  
**20.50 The Floor** (17) – teleturniej

## 20 PIŁKA NOŻNA

**20.35 Liga Narodów: mecz:**  
**LIVE** Szwecja – Polska

Biało-Czerwoni mają do wyrównania rachunki z ekipą Trzech Koron. To właśnie reprezentacja Szwecji pozabawia Jakuba Kamińskiego i spółkę marzeń o wyjeździe na tegoroczne mistrzostwa świata. W finale baraży Szwecja pokonała Polaków 3:2.

**23.15 Świat bez fikcji: Film dokumentalny**

- 0.25 Balans bieli** – program religijny  
**1.10 Czysta nocna** – horror, Polska 2024, reż. Bartosz M. Kowalski, wyk. Maciej Damięcki, Zdzisław Wardejn, Włodzimierz Press, Anna Nehrebecka, 115 min  
 Prawie 80-letni Lucjan tęskni za zmarłą żoną i karierą na deskach teatru. Mieszka z synem, który proponuje seniorowi, aby na czas remontu przeniósł się do domu opieki. Pewnej nocy emeryt schodzi tam do piwnicy i odkrywa tajemnicze przejście do równoległego świata.  
**3.05 Film dokumentalny**  
**4.10 Notacje** – cykl dokum., Pol. 2007  
**4.20 Zakonczenie**

## OBYCZAJOWY

**20.05 Barwy szczęścia** (3407)  
**LIVE** – Polska 2026

Bruno i Karolina szykują w hotelu inscenizację własnego ślubu. Amelia jest oburzona, gdy dowiaduje się, że wydarzenie to jest tylko wyreżyserowanym spektaklem dla mediów. Grzelakowie zostają pozwani przez Bogumiła. Natalia namawia Borysa do ugody.

**20.40 Kulisy serialu „M jak miłość”** – cykl felietonów

- 20.50 M jak miłość** (1943) – serial obyczajowy, Polska 2026  
**21.50 Na sygnale** (927): Furia zdradzonej kobiety – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026  
**22.20 Berlin Ku'damm 77** (22) – serial obyczajowy, Niemcy 2025  
**23.20 Matlock** (17, 18) – serial kryminalny, USA 2024  
**1.00 Zaślubiona** (4) – serial obyczajowy, Włochy 2022  
**2.15 Rozgrywka** – film sensacyjny, Niemcy/USA 2001, reż. Frank Oz, wyk. Robert De Niro, Edward Norton, Marlon Brando, Angela Bassett, 120 min  
**4.15 Zakonczenie**

## KATASTROFICZNY

**20.30 Megahit: 2012** – USA/  
**FILM** Kanada 2009, 205 min

W 2009 roku naukowcy odkrywają burze na Słońcu. Największe państwa świata ustalają plan na wypadek zagłady. Po trzech latach przepowiednia Majów wieszczą koniec świata zaczyna się spełniać. Pisarz Curtis dowiaduje się, że dla wybrańców powstały współczesne arki. Pragnie umieścić na nich swoją rodzinę.

**23.55 Koszmarna noc** – thriller, USA  
**FILM** 2019, reż. Matt Eskandari, wyk. Nicky Whelan, Bruce Willis, Tito Ortiz, Texas Battle, 130 min

W San Juan na Portoryko Madison Taylor przypadkowo zostaje postrzelona przez dwóch skorumpowanych policjantów, którzy wcześniej zamordowali śledczego. Ciężko ranna trafia na nocny oddział szpitalny. Jako jedyny świadek zbrodni staje się celem morderców.  
**2.05 Krwawa profesja** – dramat sensacyjny, USA 2002, reż. Clint Eastwood, wyk. Clint Eastwood, Jeff Daniels, Anjelica Huston, Wanda De Jesus, 155 min

## ROZRYWKOWY

**21.30 Taskmaster** (5)

Kazimierz Mazur, Wiołka Walaszczyk i pozostali uczestnicy programu mierzą się z zadaniami bez jednego właściwego rozwiązania. W grze liczą się przede wszystkim spryt, improwizacja i odwaga, a codzienne przedmioty mogą stać się kluczem do sukcesu.

**22.40 Godziny szczytu 2** – komedia  
**FILM** sensacyjna, USA 2001, reż. Brett Ratner, wyk. Chris Tucker, Jackie Chan, John Lone, Ziyi Zhang, 115 min**0.35 Rozwodnicy**  
**FILM** – komediodramat, Polska 2024, reż. Michał Chaciński, wyk. Magdalena Popławska, Wojciech Meczaldowski, Tomasz Schuchardt, Michalina Łabacz, 125 min

- 2.40 Co za tydzień** – magazyn kult.  
**3.10 Uwaga!** – magazyn reporterów  
**3.30 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** 10 (19) – serial kryminalny, USA/Kanada 2010  
**4.30 Nauka jazdy 6** (14) – program rozrywkowy  
**5.00 Zamieszkać na plaży 6** (2) – program rozrywkowy



- 5.20 Ten moment** (51) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (484-486) – serial paradokumentalny, Polska 2017
- 8.45 Ukryta prawda** (1394, 1557, 1558) – serial paradokumentalny, Polska 2017
- 11.50 W-11 – Wydział Śledczy** (709-711): Niech mi ktoś pomoże; Trudna miłość; Trucizna – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010
- 13.55 Detektywi** (135) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
- 15.00 Szpital św. Anny** (140) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 16.00 Szpital** (884) – serial paradokumentalny, Polska 2019
- 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (563) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
- 18.00 Rozwód. Walka o wszystko** (15) – serial paradokumentalny, Polska 2020  
U Dominiki zdiagnozowano raka piersi. Guz usunięto, a kobieta jest po drugim cyklu chemioterapii. W tym trudnym czasie odkrywa, że maż ma kochankę.
- 19.00 Ukryta prawda** (1695) – serial paradokumentalny, Polska 2025  
Janek poznaje szokującą prawdę o siostrze. Dziewczyna, zamiast pracować jako barmanka, zarabia na życie na kamerkach erotycznych.
- 20.00 Hotel Paradise 13** (19) – reality show



- 6.00 Policjanci z Miami 5** (16, 17): Ofiary zbiegu okoliczności; Swobodny lot, część 1 – serial kryminalny, USA 1989
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (2, 3): Bez litości; Odlot – serial sensacyjny, Niemcy 2021
- 10.00 Zaklinaczka duchów 5** (100) – serial fantasy, USA 2010
- 11.00 Kotka** (39) – telenowela, Meksyk 2014
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (170) – serial obyczajowy, Meksyk 2008  
Guz Marichuy okazuje się duży. Juan Miguel robi wszystko, aby uratować ukochaną. Sąd przyznaje Amadorowi opiekę nad Eduarditem. On zostawia dziecko na śmietniku.
- 13.00 Wspaniałe stulecie** (12) – serial kostiumowy, Turcja 2013-2014
- 14.00 Rodzinny interes** (5): Oldtimer – serial obyczajowy, Polska 2019
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 14** (760, 761) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 17.00 Rodzinny interes** (6): Brzydkie kaczątko – serial obyczajowy, Polska 2019  
Magda otrzymuje zaproszenie na studniówkę od najprzystojniejszego chłopaka w klasie. Fryzjerki robią wszystko, by wyglądała ośniewająco.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 19** (1029, 1030) – serial obyczajowy, Polska 2026  
Dwaj bracia chcą uciec od ojca. Ogrzywają seniorów w szachy. Stosują nieuczciwe metody. Wkrótce zostają zdemaskowani.



- 5.50 Ale numer! 19** (4) – pr. rozrywk.
- 6.20 Superthings: Kazoom Power** (14) – serial anim., Hiszpania 2024
- 6.30 SamSam: Kosmiczne przygody** (12) – serial anim.
- 6.45 Gigantozaur 2** (51) – serial anim.
- 7.00 Blaze i Megamaszyny 7** (23) – serial animowany, USA 2022
- 7.30 Psi Patrol 6** (4) – serial anim.
- 7.50 Dora** (7) – anim., Kan./USA 2024
- 8.30 Wielkie przygody małego rekina 2** (4) – serial dla dzieci, USA/Korea Południowa 2023
- 8.50 Masza i Niedźwiedź 9** (18-20) – serial animowany, Rosja
- 9.25 Świnka Peppa** (14-16) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
- 9.45 Bing** (19, 20) – serial animowany
- 10.00 Język i Przyjaciele** (7, 6) – anim.
- 10.35 Basia 2** (17, 18) – anim., Pol. 2019
- 11.10 Gus. Mały – wielki rycerz 2** (1, 2) – serial animowany, Fr. 2021
- 11.35 Tomek i przyjaciele: Naprzód lokomotywy!** (21, 22, 22) – anim.
- 12.00 Psi Patrol 4** (20) – serial anim.
- 12.35 Gumisie 6** (2, 3) – serial anim.
- 13.35 Smerfy** (66) – serial anim., Belgia
- 14.00 Baranek Shaun 6** (16-18) – serial anim., Wielka Brytania
- 14.35 Marta mówi** (16) – serial anim.
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 6** (5, 6) – anim., Fr./Korea Południowa/Jap. 2025
- 16.00 Patryk Rozgwiazda Show** (21, 22) – serial anim., USA 2021
- 17.00 SpongeBob Kanciastoporty 9** (199, 200) – anim., USA 2011-2012
- 18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2** (5, 6) – serial animowany, USA
- 19.00 Kacze opowieści** (62, 63) – serial animowany, USA 1987



### OPONIARZE 3

Nerwowo menedżer Will (Steve Gerben) robi wszystko, by podnieść standard obsługi i uratować podupadającą sieć warsztatów Valley Forge. Jego wysiłki sabotuje bezzelny i leniwy kuzyn Shane (Shane Gillis) oraz reszta załogi. Ich działania prowadzą do serii niezręcznych i absurdalnych starć z klientami.

►serial kom. (12 odc.), USA 2026



### OBSERWATOR

Dean (Bobby Cannavale) i Nora (Naomi Watts) wprowadzają się wraz z dziećmi do wymarzonego domu na przedmieściach Westfield w New Jersey. Zostają chłodno przyjęci przez sąsiadów. Niebawem ich życie zamienia się w koszmar. Otrzymują złowieszcze listy i orientują się, że ktoś obserwuje każdy ich ruch.

►serial grozy (7 odc.), USA 2022



### MAPA PRAGNIĘĆ

Poruszająca adaptacja powieści Alice Kellen. Greta (Alicia Falcó) opiekuje się chorą na białaczkę siostrą, Lucy. Przed śmiercią dziewczyna pozostawia zestaw wskazówek, które mają pomóc krewniej przeżyć żałobę. Pierwsze zadanie prowadzi do tajemniczego Willa, który może odmienić przyszłość Gretty.

►obycz. (6 odc.), Hiszpania 2026



### NIEWYBRANI

Rosie wraz z mężem Adamem (Asa Butterfield) i córką mieszka w odizolowanej wspólnotie chrześcijańskiej. Gdy w jej życiu pojawia się zbiegły więzień Sam (Fra Fee), zaczyna dostrzegać ograniczenia w społeczności, z którą się związała. Z czasem na jaw wychodzi także mroczna przeszłość przybysza.

►krym. (6 odc.), Wlk. Bryt. 2026

### DRAMAT SENSACYJNY



**21.00 72 godziny** – USA/Francja/Serbia 2014, 150 min

**HIT DNIA** Renner, specjalista od zwalczania terroryzmu, dowiaduje się, że jest śmiertelnie chory. Pragnie odbudować relacje z żoną i córką. Wcześniej szansa emerytura nie jest mu jednak pisana. Vivi Delay z CIA składa mu ofertę – jeśli zlikwiduje przestępcę w ciągu trzech dni, otrzyma eksperymentalne lekarstwo.

**23.30 Elvis** – dramat biograficzny, USA/Australia 2022, reż. Baz Luhrmann, wyk. Austin Butler, Tom Hanks, Olivia DeJonge, Helen Thomson, 195 min  
Lata 50. XX w. Tom Parker zostaje menedżerem obiecującego wokalisty. Szybko dostrzega jego potencjał i przekonuje, by oddał mu na wyłączność kontrolę nad swoją karierą. Z czasem wybucha między nimi konflikt.

**2.45 Mówię Wam 5** (6) – program kulturalny

**3.55 Fachowcy** (9) – serial paradokumentalny, Polska 2017

**4.30 Usterka 12** (4) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019

### SENSACYJNY



**20.00 Poniedziałki z Jeanem Reno: 22 kule** – Francja 2010, 155 min

Charly Mattei przed trzema laty zerwał z gangsterskim fachim. Teraz wie, że spokojne życie u boku żony, z którą wychowuje dwoje dzieci. Pewnego zimowego poranka ktoś strzela do niego na podziemnym parkingu w Marsylii. 22 kule sięgają celu. Mimo poważnych obrażeń Mattei uchodzi z życiem. Po rekonwalescencji postanawia się zemścić.

**22.35 90 minut do śmierci** – thriller, USA 2021, reż. Dolph Lundgren, wyk. Scott Adkins, Dolph Lundgren, Vas Sanchez, Scott Hunter, 100 min

**0.15 Gotowy na wszystko** – thriller, Francja/Belgia 2018, reż. Julien Leclercq, wyk. Jean-Claude Van Damme, Sami Bouajila, Sveva Alviti, Sam Louwyck, 110 min

**2.05 Dzielnica strachu 3** (81): Głosy w mojej głowie – serial kryminalny, Polska 2022

**3.00 Lombard. Życie pod zastaw 19** (1025) – serial obyczajowy, Polska 2026

**4.00 Zobacz to!** – pr. powtórkowe

### OBYCZAJOWY



**20.00 Lombard. Życie pod zastaw 19** (1019) – Polska 2026

Podczas spotkania przy piwie Tanek daje do zrozumienia Nano, że martwi się o niego. Między kumplami narasta napięcie. Spacerując po parku wraz z Sebastianem Patrycja spotyka Sele. Nie kryje zaskoczenia na jego widok.

**21.00 Dzielnica strachu 4** (122, 123): Dzień ojca; Koszmar z tysiąca i jednej nocy – serial kryminalny, Polska 2023

**23.00 Wstydlive choroby: XXL 2** (5) – serial dokumentalny, Wielka Brytania

**1.00 Dzielnica strachu 4** (121): Wdowy – serial kryminalny, Polska 2023

**2.00 Lombard. Życie pod zastaw** (37) – serial obyczajowy, Polska 2017

**3.00 Lombard. Życie pod zastaw 6** (288) – serial obyczajowy, Polska 2020

**4.00 Niesamowite!** (17, 18) – serial dokumentalny, Polska 2014

**5.00 Lombard. Życie pod zastaw 11** (562) – serial obyczajowy, Polska 2022



## STACJE FILMOWE I SERIALOWE

| POLSAT FILM HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | COMEDY CENTRAL HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | TVN FABUŁA HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 13 ULICA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | KINO POLSKA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | STOPKLATKA DVB T2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>6.05 Górale</b> (132-134) – serial dokum., Polska<br><b>7.30 Doktor Martin</b> (12) – serial obyczajowy<br><b>8.30 Przyjaciółki</b> (247, 248) – obycz., Pol.<br><b>10.25 Świat według Kiepskich</b> (96, 97, 14, 15, 224, 225, 23) – serial kom., Polska<br><b>14.30 Nadchodzi Polly</b> – komedia romant., USA 2004, 115 min<br><b>16.25 Wielki mur</b> – film fantasy, USA/Chiny/Hongkong 2016, reż. Yimou Zhang, wyk. Matt Damon, 125 min<br><b>18.30 Wstrząs</b> – dramat obycz., USA/Wielka Brytania/Australia 2015, 150 min                     | <b>6.00 Tata ma plan</b> (13, 14) – serial komediowy, USA 2016<br><b>7.00 Dwóch i pół 4</b> (1-4) – serial komediowy, USA 2006<br><b>8.55 Przyjaciele 2</b> (9, 10, 5-8) – serial komediowy, USA 1996<br><b>11.55 Teoria wielkiego podrywku 9</b> (20-24) – serial komediowy, USA 2015<br><b>14.00 Teoria wielkiego podrywku 10</b> (1) – serial komediowy, USA 2016-2017<br><b>14.30 Dwóch i pół 4</b> (5-8) – serial komediowy<br><b>16.30 Przyjaciele 2</b> (11-14) – serial komediowy, USA 1996                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>5.05 Szkoła</b> (2) – paradok.<br><b>6.00 Top 100: filmy wszech czasów</b> (4)<br><b>6.30 Najpiękniejsza muzyka filmowa</b> (7)<br><b>6.45 Julia</b> (6, 7) – serial obycz.-kom.<br><b>7.45 Detektywi</b> (310-313) – serial fab.-dokum.<br><b>9.50 Młode gliny</b> (16) – serial krym., Polska<br><b>10.55 Lekarze 4</b> (12)<br><b>11.55 Zapukaj do moich drzwi</b> (108, 109)<br><b>13.55 Młode gliny</b> (17)<br><b>14.55 Detektywi</b> (646, 647)<br><b>16.05 Na Wspólnej</b> (100, 101) – obycz., Pol.<br><b>17.10 Kino w drodze</b> (3)<br><b>17.45 Alfabet filmowy</b> (23)<br><b>17.55 Maska</b> – komedia, USA 1994, 125 min                                                    | <b>6.25 Morderstwo na przylądku Finisterre</b> – krym., Francja 2023, 115 min<br><b>8.20 Motyw 3</b> (12) – serial kryminalny, Kan. 2015<br><b>9.15 Motyw 4</b> (1) – serial kryminalny, Kan. 2016<br><b>10.10 Bez śladu 2</b> (20, 21) – serial kryminalny<br><b>12.05 Kasandra 6</b> (2) – serial kryminalny, Fr.<br><b>14.10 Zabójstwo w Strasburgu</b> – thriller, Francja 2016, 120 min<br><b>16.10 Motyw 4</b> (2, 3) – serial kryminalny, Kan. 2016<br><b>18.10 Bez śladu 2</b> (22, 23) – serial kryminalny<br><b>19.55 Kasandra 6</b> (3) – serial kryminalny, Fr.                                                          | <b>7.25 Bolek i Lolek na wakacjach</b> (11, 12) – serial anim.<br><b>7.45 Przygody Myszi</b> (11, 12) – serial anim.<br><b>8.05 Siedem życzeń</b> (5)<br><b>9.15 Tego się nie robi kotu</b> – krótkometraż.<br><b>9.40 Diabeł</b> – film krótkometraż., 2022<br><b>10.00 Żegnaj, Ameryko!</b> – film obycz., Niemcy/Polska 1994, 110 min<br><b>11.50 Papierowe małżeństwo</b> – kom. obycz., Polska/Wlk. Bryt. 1991, 115 min<br><b>13.45 Quo vadis</b> (1/2, 2-ost.) – dramat historyczny, 2001, 215 min<br><b>17.20 Cztery pancerni i pies</b> (2, 3) – wojenny                                                                 | <b>6.00 Kabaretowe hity</b> (5)<br><b>6.50 Wojciech Cielkowski – boso przez świat</b><br><b>7.55 Robert Makłowicz</b> (232, 247) – mag. kulin.<br><b>9.35 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś</b> 2 (16) – magazyn kulin.<br><b>9.45 Górski lekarz</b> (6, 7) – obycz., Niem./Austria<br><b>11.45 Zagadki kryminalne panny Fisher 2</b> (13) – serial krym., Australia<br><b>12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher 3</b> (1)<br><b>14.00 Hudson i Rex 4</b> (11)<br><b>15.00 Zajazd. Będzie się działo 2</b> (16, 17) – serial obycz., Polska<br><b>17.00 Katastrofy w przestworzach</b> (1, 10) – serial dokum. |
| <b>DRAMAT WOJENNY</b><br>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>KOMEDIOWY</b><br>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>SENSACYJNY</b><br>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>KRYMINALNY</b><br>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>SENSACYJNY</b><br>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>PRZYGODOWY</b><br>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>21.00 Sisu</b> – Finlandia/Wielka Brytania/USA 2022, 110 min<br>Laponia, 1944 r. Były żołnierz znajduje na pustkowiu złoto. Skarb próbują mu odebrać naziści. Nie wiedzą, z kim mają do czynienia.<br><b>22.50 Życzenie śmierci</b> – film sensacyjny, USA 2018, 135 min<br><b>1.05 Gliniarze</b> (659, 660) – serial paradokumentalny, Polska<br><b>3.05 Fala zbrodni</b> (19, 20) – serial sens., Pol. 2004<br><b>5.00 Na ratunek 112</b> (942, 943) – paradok.                                                                                      | <b>18.30 Hoży doktorzy</b> (1, 2) – USA 2001<br>Młodzi lekarze zaczynają pracę w szpitalu Świętego Serca. J.D. już na początku naraża się cieciami, a jego przyjaciel Turk jest zauroczony pielęgniarką Carlą.<br><b>19.30 Duchy</b> (9, 10) – serial fantasy<br><b>20.30 Teoria wielkiego podrywku 10</b> (2-4)<br><b>22.00 VMA's 2026</b><br><b>0.05 Miasteczko South Park 9</b> (14)<br><b>0.30 Miasteczko South Park 10</b> (1)<br><b>1.00 Pracholnicy 5</b> (8, 9)                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>20.00 Jack Ryan: Teoria chaosu</b> – USA/Rosja/Wielka Brytania 2014, 140 min<br>Pracujący dla CIA Jack Ryan odkrywa plany oligarchy, który zamierza doprowadzić do upadku USA.<br><b>22.20 Przemysłownik</b> – dramat sensacyjny, USA/Kanada 2018, 140 min<br><b>0.40 Nico: Ponad prawem</b> – film sensacyjny, USA/Hongkong 1988, reż. Andrew Davis, 125 min<br><b>2.45 Dziewczyny z Hollywood 2</b> (9)                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>22.00 Astrid i Raphaëlle 3</b> (1, 2) – Francja/Bel./Szwajcaria<br>Pracownica policji pomaga detektywu Raphaëlle Coste w zbadaniu sprawy śmierci znanego astrofizyka. Badacz przed śmiercią miał ujawnić ściśle tajne informacje.<br><b>0.15 Podróżnik</b> (3) – serial kryminalny, Fr. 2021<br><b>2.15 Motyw 3</b> (12) – serial kryminalny, Kan. 2015<br><b>3.15 Motyw 4</b> (1) – krym.<br><b>4.10 Morderstwo na przylądku Finisterre</b> – krym., Francja 2023, 135 min                                                                                                                                                       | <b>20.00 Ostatnia misja</b> – film obycz., 1999, 125 min<br>Zawodowy zabójca Andre dowiaduje się, że jest śmiertelnie chory. Wraca do Polski, aby odnaleźć córkę. Jednocześnie przyjmuje swoje ostatnie zlecenie.<br><b>22.05 Lokatorka</b> – dramat krym., 2021, 155 min<br><b>0.40 Symetria</b> – dramat obycz., 2003, 130 min<br><b>2.50 Mistyfikacja</b> – dram. krym., 2010, 135 min<br><b>5.05 Fuck them all</b> – etiuda filmowa, 2025<br><b>5.40 Sabina</b> – film krótkometraż., 2022                                                                                                                                   | <b>20.00 Elektra</b> – USA/Kanada/Szwajcaria 2005, 120 min<br>Platna zabójczyni jest mistrzynią wschodnich sztuk walki. Jej kolejnym celem są Mark Miller i jego córka. Gdy poznaje ich historię, rezygnuje z wykonania zlecenia.<br><b>22.00 Ekstradycja 3</b> (2, 3) – serial sens., Pol. 1998<br><b>0.30 Pulp Fiction</b> – dramat sensacyjny, USA 1994, 195 min<br><b>3.45 Gangsterzy i filantropi</b> – sens., Polska 1963, 120 min<br><b>5.45 Zakalec</b>                                                                                                                                                   |
| <b>CINEMAX HD</b><br><b>12.40 Kika</b> – komediodramat, Bel./Francja 2025, 115 min<br><b>14.35 Pocalunek</b> – dramat obycz., Dania 2022, 110 min<br><b>16.25 Trudny zakład</b> – komedia, Francja 1997, 95 min<br><b>18.00 Pierwsza krowa</b> – western, USA 2019, reż. Kelly Reichardt, 120 min<br><b>20.00 Zion</b> – film kryminalny, Francja/Belgia 2025, reż. Nelson Foix, wyk. Sloan Descombes, 100 min<br><b>21.40 Cienka czerwona linia</b> – film wojenny, USA 1998, 170 min<br><b>0.30 Kiedy nikt nie patrzy</b> – thriller, USA 2021, 120 min | <b>POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD</b><br><b>10.00 Graczykowie</b> (49, 50)<br><b>11.05 Daleko od noszy</b> (21, 22)<br><b>12.05 Młody Sheldon 6</b> (10-12)<br><b>13.25 Święty</b> (23, 24) – kom., Pol.<br><b>14.25 Spadkobiercy 2</b> (3) – rozr.<br><b>15.25 Co ludzie powiedzą?</b> 2 (4) – serial kom., Wlk. Bryt.<br><b>16.05 Jedną nogą w grobie</b> 6 (6) – serial kom., Wlk. Bryt.<br><b>16.55 Czarna Żmija</b> (6) – kom.<br><b>17.35 Młody Sheldon 6</b> (13-15)<br><b>19.00 Dwóch i pół 4</b> (1-4) – kom.<br><b>21.00 Świat według Kiepskich</b> (11, 12) – serial kom., Polska<br><b>22.00 VMA's 2026</b> – widowisko<br><b>23.50 Czarna Żmija 2</b> (1) – kom.<br><b>0.30 Comedy Club 9</b> (3) – rozr.<br><b>1.00 Spadkobiercy 2</b> (3) – rozr. | <b>SCI FI</b><br><b>7.00 Bibliotekarze 4</b> (5, 6)<br><b>9.00 Medium 6</b> (14, 15) – krym.<br><b>11.00 Czarodziejki 2</b> (15-18)<br><b>15.00 Medium 6</b> (16, 17) – krym.<br><b>17.00 Czarodziejki 2</b> (19-22) – serial fantasy, USA 2000<br><b>21.00 Szkoła czarownic: Dziedzictwo</b> – dramat fantasy, USA/Kanada 2020, 120 min<br><b>23.00 Trzej muskietierowie</b> – kostium., 2011, 135 min<br><b>1.15 Wojna światów: wyginięcie</b> – film s.f., USA 2024, 110 min<br><b>3.05 Medium 6</b> (14, 15) – krym.<br><b>5.00 Sanktuarium: Opowieść czarownicy</b> (4) – krym.                                                                                                         | <b>FX HD</b><br><b>9.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas</b> (18) – krym.<br><b>10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami</b> (7, 8) – serial krym.<br><b>11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku</b> (2, 3)<br><b>13.50 FBI 5</b> (3) – serial kryminalny<br><b>14.40 Agenci NCIS</b> (14) – sens.<br><b>15.35 CSI: Kryminalne zagadki Miami</b> (9, 10) – serial krym.<br><b>17.25 Z archiwum X</b> (10, 11)<br><b>19.15 FBI 5</b> (5) – serial kryminalny<br><b>20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku</b> (4, 5)<br><b>22.00 The Hunting Party</b> (11)<br><b>22.55 Helikopter w ogniu</b> – dramat wojenny, USA 2001, 180 min | <b>FILMBOX+ ONE HD</b><br><b>9.45 Vera 9</b> (3) – serial krym.<br><b>11.45 Zagadki kryminalne panny Fisher 2</b> (12) – serial krym., Australia<br><b>12.55 Poirot</b> – serial kryminalny<br><b>15.00 Strażnik Teksasu 5</b> (23, 25) – serial sensacyjny<br><b>17.05 Vera 9</b> (4) – serial krym.<br><b>18.55 Poirot</b> (9) – serial krym.<br><b>20.00 Uprowadzona 3</b> – film sensacyjny, Francja/Hiszp./USA 2014, 130 min<br><b>22.10 Nienawistna osemka</b> – western, USA 2015, reż. Quentin Tarantino, 225 min<br><b>1.55 Nieuchwytny cel</b> – film sensacyjny, 1993, 145 min<br><b>4.20 Bonanza</b> – serial obycz. | <b>ROMANCE TV HD</b><br><b>14.25 Miłość na horyzoncie</b> – komedia romantyczna, USA 2024, 115 min<br><b>16.20 Rosamunde Pilcher: Letnie marzenie</b> – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2004, 105 min<br><b>18.05 Górski lekarz</b> (95) – obycz.<br><b>20.00 Wszystko po polowie</b> – komedia, Niemcy 2024, 140 min<br><b>22.20 Wszyscy lekko stuknięci</b> – komedia, Niemcy 2024, 115 min<br><b>0.15 Górski lekarz</b> (95) – obycz.<br><b>2.05 Wszystko po polowie</b> – komedia, Niemcy 2024, 130 min                                                                                                       |
| <b>CINEMAX 2 HD</b><br><b>12.55 Holiday</b> – komedia romant., USA 2006, 135 min<br><b>15.10 Wybór pianisty</b> – dramat hist., Francja 2024, 105 min<br><b>16.55 Kilik: I robisz, co chcesz</b> – kom., USA 2006, 110 min<br><b>18.45 Whiplash</b> – dramat obyczajowy, 2014, 105 min<br><b>20.30 Biegnać po piasku</b> – komediodramat, Izrael 2023, 105 min<br><b>22.15 Skąd pochodzimy</b> – film obycz., 2024, 95 min<br><b>23.50 Listy miłosne</b> – komediodramat, Francja 2025, 95 min<br><b>1.25 Bez przebaczenia</b> – thriller, 2024, 105 min  | <b>VIASAT EPIC DRAMA HD</b><br><b>8.25 Detektywi Murdoch</b> 17 (19) – krym., Kan./Wlk. Bryt.<br><b>9.20 Wszystkie stworzenia duże i małe</b> 3 (5) – obycz.<br><b>10.20 Lekarze na start</b> (46, 47)<br><b>11.55 Panna Scarlet 6</b> (2, 3)<br><b>14.10 Agenci NCIS 18</b> (7) – sens.<br><b>15.00 Panna Marple: Morderstwo odbędzie się...</b> – film krym., USA/Wlk. Bryt. 2005, 130 min<br><b>17.10 Dagliesh</b> (2) – serial krym.<br><b>19.00 Agenci NCIS 18</b> (8) – sens.<br><b>19.55 Poirot 5</b> (7) – serial krym.<br><b>21.00 Montmartre</b> (3) – kostium.<br><b>22.10 Sherlock i córka</b> (8)<br><b>23.05 Poirot 5</b> (7) – serial krym.<br><b>0.15 Agenci NCIS 18</b> (8) – sens.                                                             | <b>NOVELAS+ HD</b><br><b>9.00 Miłość w Cabo</b> (32)<br><b>10.00 Opowieść o wyspie</b> (50)<br><b>11.00 Siłda namiętności</b> (11)<br><b>12.00 Duma i uprzedzenie</b> (33)<br><b>13.00 Róże i grzechy</b> (72)<br><b>14.00 Domenica Montero</b> (35, 36) – telen., Meksyk<br><b>16.00 Róże i grzechy</b> (73)<br><b>17.00 Duma i uprzedzenie</b> (34) – telenowela, Brazylia 2018<br><b>18.00 Siłda namiętności</b> (12)<br><b>19.00 Miłość w Cabo</b> (33)<br><b>20.00 Opowieść o wyspie</b> (51)<br><b>21.00 Domenica Montero</b> (36)<br><b>22.00 Róże i grzechy</b> (73)<br><b>23.00 Duma i uprzedzenie</b> (34)<br><b>0.00 Siłda namiętności</b> (12)<br><b>1.00 Miłość w Cabo</b> (33) | <b>FX COMEDY HD</b><br><b>10.35 Diabli nadali 5</b> (1) – kom.<br><b>11.05 Jim wie lepiej 4</b> (16, 17)<br><b>12.00 Sposób użycia</b> (6, 7)<br><b>13.00 Wszyscy kochają Raymonda 9</b> (1-5) – kom.<br><b>15.30 Simpsonowie 36</b> (3, 8, 10, 9)<br><b>17.30 Jak poznałem waszą matkę</b> (3-5) – serial kom.<br><b>19.00 Współczesna rodzina 6</b> (16-19) – serial komediowy<br><b>21.00 Family Guy: Głowa rodziny 19</b> (17, 18)<br><b>22.00 Ali G</b> – komedia, Wlk. Bryt./Fr./Niem. 2002, 100 min<br><b>23.40 Simpsonowie</b> 36 (7, 5)<br><b>0.40 Family Guy: Głowa rodziny 19</b> (11-14)                                 | <b>FILMBOX+ FILMS HD</b><br><b>14.20 Zaginiona</b> – thriller, USA 2012, 110 min<br><b>16.10 Weekend z królem</b> – dramat biograf., Wielka Brytania 2012, 105 min<br><b>17.55 Książę i ja</b> – komedia romantyczna, USA/Czechy 2004, 125 min<br><b>20.00 Powodzenia, Leo Grande!</b> – komediodramat, Wielka Brytania/USA 2022, reż. Sophie Hyde, 110 min<br><b>21.50 Mechanik: Prawo</b> – film sensacyjny, USA 2011, 105 min<br><b>23.35 Historia mojego życia</b> – dramat obycz., Węgry/Niemcy/Fr. 2021, 180 min                                                                                                           | <b>PARAMOUNT NETWORK HD</b><br><b>11.00 Narzeczona dla geniusza</b> – komedia romant., USA 1994, 120 min<br><b>13.00 Czarodziejki 4</b> (17, 18)<br><b>15.00 Dobre rady</b> – komedia romant., USA 2001, 135 min<br><b>17.15 Mission: Impossible</b> – film sensacyjny, USA/Czechy/ZEA 2011, 165 min<br><b>20.00 Liberator 2</b> – film sensacyjny, 1995, 125 min<br><b>22.05 2026 MTV USA Main Show</b> – widowisko<br><b>0.55 Indiana Jones i Królestwo Kryształowej Czaszki</b> – film przyg., 2008, 155 min                                                                                                   |

## STACJE SPORTOWE

| EUROSPORT 1 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | POLSAT SPORT 1 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | CANAL+ SPORT HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | TVP SPORT                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | TVP SPORT                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | ELEVEN SPORTS 1 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Discovery DISCOVERY CHANNEL HD |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
| <b>6.30 Snooker:</b> Turniej British Open<br><b>8.00 Snooker:</b> Shenzhen Open – 1. dzień<br><b>LIVE</b><br><b>11.00 Tenis:</b> Puchar Lavera – podsumowanie<br><b>13.30 Snooker:</b> Shenzhen Open – 1. dzień<br><b>LIVE</b><br>Rusza szósta rankingowa impreza bieżącego sezonu. Snookerzyści rywalizują o nagrody z puli 850 tys. funtów.<br><b>17.30 Kolarstwo:</b> Mistrzostwa świata – Montreal 2026<br><b>18.30 FIA World Endurance Championship:</b> Wyścig 6-godzinny w Fuji                                                                        | <b>6.00 Siatkówka mężczyzn:</b> Mistrzostwa Europy 2026<br><b>8.30 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>11.00 Cafe Futbol</b> Dziennikarze Polsatu Sport rozmawiają przy kawie ze swoimi gośćmi na tematy związane z piłką nożną.<br><b>12.30 Siatkówka mężczyzn:</b> Mistrzostwa Europy 2026<br><b>15.00 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>17.50 Piłka nożna:</b> Liga Narodów – mecz: Gruzja – Ukraina<br><b>LIVE</b>                                                                         | <b>6.00 Liga+ Extra</b> – magazyn piłkarski<br><b>8.15 Ligomistrzowie historie (1):</b> Leeds United – magazyn piłkarski<br><b>9.00 Piłka nożna:</b> Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Athletic Club<br><b>11.20 Piłka nożna:</b> PKO BP Ekstraklasa – mecz: Pogoń Szczecin – Legia Warszawa<br><b>13.40 Ekstraklasa:</b> 1. kolejka – magazyn piłkarski<br><b>14.40 Ekstraklasa po godzinach</b> – magazyn piłkarski<br><b>15.45 Wysoki Pressing</b> – magazyn sportowy                                                      | <b>5.45 Sportowy wieczór</b> – program inform.<br><b>6.15 Piłka nożna kobiet:</b> Mistrzostwa świata U-20 – Polska 2026 – mecz o 3. miejsce<br><b>8.25 Piłka nożna kobiet:</b> MŚ U-20 – Polska 2026 – finał<br><b>10.35 Piłka nożna:</b> LN: Anglia – Hiszpania<br><b>12.45 Piłka nożna:</b> Liga Narodów: Polska – Bośnia i Hercegowina<br><b>14.50 Piłka nożna:</b> Eliminacje MŚ: Szwecja – Polska<br><b>17.00 Siatkówka kobiet:</b> LOTTO Giganci Siatkówki – finał<br><b>19.00 Piłka nożna:</b> Liga Narodów – studio<br><b>LIVE</b>                                    | <b>6.00 Werder Double</b> – film dokumentalny<br><b>7.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka – mecz: FC Bayern Monachium – 1. FC Union Berlin<br><b>9.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska – mecz: AS Roma – Inter Mediolan<br><b>11.00 Piłka nożna:</b> Liga portugalska – mecz: FC Porto – SL Benfica<br><b>13.00 Formula 2:</b> Grand Prix Azerbejdżanu<br><b>14.00 Formula 1:</b> Grand Prix Azerbejdżanu<br><b>16.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska – mecz: AC Milan – US Lecce<br><b>18.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka: Bayer 04 Leverkusen – RB Lipsk | <b>8.00 Zoom</b> na architekturę<br><b>9.00 Parker</b> na złotym szlaku – serial dok.<br><b>10.00 Wyprawa</b> w nieznanie – dok.<br><b>11.00 Gorączka złota 16</b><br><b>12.00 Przemysłnicy:</b> na lotnisku – dok.<br><b>13.00 Awantura o furę</b><br><b>13.30 Nagi instynkt przetwarzania:</b> nagroda za przeżycie 3 – pr. rozr.<br><b>15.00 Złomowisko PL 9 (16)</b> – serial dokum.<br><b>16.00 Kroniki policyjne:</b> Szwecja 2 – dok.<br><b>17.00 Od samochodu do domu 3</b> – mag.<br><b>18.00 Przygody truckerki (2)</b> – serial dokum., Pol.                                                                                      |                                |
| JEZDZIECTWO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | PIŁKA NOŻNA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | BOKS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | PIŁKA NOŻNA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | PIŁKA NOŻNA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | FORMUŁA 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | DOKUMENTALNY                   |
| <b>20.00 Global Champions Tour w Wiedniu</b><br>Za jednego z faworytów zmagani w Austrii uchodzi reprezentujący Belgi Abdel Said.<br><b>22.00 Snooker:</b> Shenzhen Open – 1. dzień<br><b>0.00 Kolarstwo:</b> Mistrzostwa świata – Montreal 2026<br><b>1.30 Snooker:</b> Shenzhen Open – 1. dzień<br><b>3.00 Kolarstwo:</b> Mistrzostwa świata – Montreal 2026<br><b>5.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Ateny 2004</b>                                                                                                                                   | <b>20.35 Liga Narodów</b> – mecz: Belgia – Francja<br>Pojedynek zespołów, które dobrze zaprezentowały się na MŚ. Obie reprezentacje musiały jednak uznać wyższość Hiszpanii. Belgowie zostali pokonani przez nich w ćwierćfinale, Francuzi w półfinale.<br><b>23.00 Formula 1:</b> Grand Prix Azerbejdżanu<br>W poprzednim sezonie ze zwycięstw cieszył się Holender Max Verstappen.<br><b>1.00 Boks</b>                                                                                         | <b>17.30 Walka o pas IBF World w Fuji:</b> T. Simrsi – M. Vicelles<br>To już druga obrona pasa przez Thanongsaka Simrsiego. Poprzednią, z Sergio Alfonso Mendoza Cordova, rozstrzygnął w 2. rundzie.<br><b>0.30 Piłka nożna:</b> PKO BP Ekstraklasa: Lech Poznań – Cracovia<br><b>3.00 Premier League Review:</b> 5. kolejka – magazyn piłkarski<br><b>4.10 Premier League Stories (5)</b> – mag.<br><b>4.50 Turbokozak (2)</b> – magazyn piłkarski                                                                                | <b>20.40 Liga Narodów</b> – mecz: Szwecja – Polska<br>To właśnie reprezentanci Trzech Koron w marcu pozabawili nas marzeń wyjeżdżając na mistrzostwa świata. Podopieczni Jana Urbana są żądni rewanżu.<br><b>23.50 Sporty walki:</b> Oktagon 94 we Frankfurcie nad Menem<br><b>2.05 Boks:</b> Gala w Londynie – podsumowanie<br><b>3.05 Boks:</b> Gala w Tokio – waga kogucia: Riku Masuda – Daigo Higa                                                                                                                                                                       | <b>20.00 Grand Prix Azerbejdżanu</b> – podsumowanie<br>Zaproszeni do studia eksperci omawiają najważniejsze momenty 15. wyścigu sezonu.<br><b>20.40 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Roma – Inter<br><b>22.40 Bundesliga Weekly (6)</b> – magazyn piłkarski<br><b>23.20 Serie A</b> – mag.<br><b>0.00 Eleven Top Goals</b><br><b>1.00 Moi bohaterowie</b><br><b>1.40 Najlepsze gole Schalke 04</b> – mag.<br><b>2.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Monza – Sassuolo                                                                                      | <b>19.00 Nagi instynkt przetwarzania 4</b><br>Ava, projektantka mody z Seattle i Larry, ratownik medyczny z Kentucky, przemierzają meksykańską dżunglę. Oboje bardzo boją się o swoje zdrowie.<br><b>21.00 Nic do zgłoszenia (7)</b><br><b>22.00 Od samochodu do domu 3 (6)</b> – mag.<br><b>23.00 Kroniki policyjne:</b> Szwecja 2 – dok.<br><b>0.00 Fani czterech kółek:</b> w trasie (3) – dok.<br><b>1.00 Hotrod w Kingda 9</b> – serial dok.<br><b>2.00 Eurotruckerzy 3 (5)</b>                                                                                                                                                         |                                |
| EUROSPORT 2 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | POLSAT SPORT 2 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | CANAL+ SPORT 2 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | EXTREME CHANNEL HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | ELEVEN SPORTS 2 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | life DISCOVERY LIFE HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                |
| <b>12.00 FIA WEC:</b> Wyścig 6-godzinny w Fuji<br><b>13.30 Kolarstwo górskie:</b> Zawody PŚ w Whistler – zjazd mężczyzn<br><b>14.30 Kolarstwo: MŚ</b> – Montreal 2026 – wyścig ze startu wspólnego<br><b>16.30 FIA WEC:</b> Wyścig 6-godzinny w Fuji<br><b>18.30 Tenis:</b> Puchar Lavera – 3. dzień<br><b>20.00 Snooker:</b> Shenzhen Open – 1. dzień<br><b>22.00 FIA WEC:</b> Wyścig 6-godzinny w Fuji – Wyścig<br><b>0.00 Snooker:</b> Shenzhen Open – 1. dzień                                                                                            | <b>6.00 Piłka ręczna mężczyzn:</b> LOTTO Superliga<br><b>8.30 Tenis:</b> Puchar Billie Jean King – mecz finałowy<br><b>11.00 Tenis:</b> Turniej ATP w Chengdu – mecz półfinałowy gry pojedynczej<br><b>13.00 Tenis:</b> Turniej ATP w Chengdu – mecz półfinałowy gry pojedynczej<br><b>15.00 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>17.30 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>20.35 Piłka nożna:</b> Liga Narodów: Turcja – Włochy<br><b>23.00 Piłka nożna:</b> LN<br><b>1.00 Sporty walki:</b> FEN | <b>6.00 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – finał<br><b>8.30 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – półfinał<br><b>11.00 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – półfinał<br><b>13.30 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – finał<br><b>16.00 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – półfinał<br><b>18.30 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – półfinał<br><b>21.00 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – finał<br><b>23.30 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – półfinał<br><b>2.00 Piłka nożna:</b> PKO BP Ekstraklasa           | <b>9.00 Liquid Edge (6)</b><br><b>10.00 AMA Motocross Series Highlights (6)</b><br><b>11.00 X Games – Aspen 2020</b><br><b>12.00 Drift Style (6, 7)</b> – mag.<br><b>13.00 Action Sports World (22)</b><br><b>14.00 WWE Highlights</b><br><b>17.00 KPW Kombatt TV (24)</b><br><b>18.00 WWE Highlights (16, 17)</b><br><b>19.00 AEW: PAN PAWŁOWSKI x PAUL WIGHT (1)</b><br><b>20.00 AEW Collision 2 (2638)</b><br><b>22.00 LoW – Legacy of Wrestling (4)</b><br><b>0.30 WWE Classic Gold</b><br><b>2.00 AMA Motocross Series Highlights (6)</b><br><b>3.00 Liquid Edge (6)</b> | <b>12.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka – mecz: VfB Stuttgart – BVB<br><b>14.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska – mecz: Juventus FC – Atalanta BC<br><b>16.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka: Bayern – Union<br><b>18.00 Formula 1</b><br><b>20.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Fiorentina – Napoli<br><b>22.00 Bundesliga Clubs</b> – mag.<br><b>22.20 Bundesliga Clubs</b> – mag.<br><b>22.40 Bundesliga Clubs</b> – mag.<br><b>23.00 Formula 1:</b> Grand Prix Azerbejdżanu<br><b>23.40 Najlepsze gole VfL Wolfsburg</b> – mag. piłkarski          | <b>10.15 Nowa Maja</b> w ogrodzie 4 (19, 20)<br><b>11.15 Idealna niania 8 (12)</b><br><b>12.00 Idealna niania 9 (1)</b><br><b>12.45 Klinika naturalnego piękna (8-10)</b><br><b>14.15 Tajemnice salonów piękności</b> – pr. rozrywk.<br><b>14.45 Szpital (574, 575)</b><br><b>16.45 Idealna niania 8 (5, 12)</b><br><b>18.15 Idealna niania 9 (1, 2)</b><br><b>19.45 Beauty ekspert (1)</b> – mag.<br><b>20.15 Skórne na ratunek 4 (10)</b><br><b>21.15 Kilogramy do szczęścia</b><br><b>22.15 Nie do uwierzenia! 5</b><br><b>1.15 Raport Life (5, 6)</b> – mag.<br><b>2.15 Druga twarz 3 (11)</b> – rozr.<br><b>3.15 Szpital (468, 469)</b> |                                |
| POLSAT SPORT FIGHT HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | POLSAT SPORT 3 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | CANAL+ SPORT 5 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ELEVEN SPORTS 3 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | ELEVEN SPORTS 3 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | CANAL+ DOKUMENT HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                |
| <b>13.20 KOTV Classics (19)</b> – mag.<br><b>14.10 Sporty walki:</b> UFC Fight Night: Anthony Hernandez – Gregory Rodrigues<br><b>16.25 Boks:</b> Babilon Boxing Show w Żyrardowie: Paweł Stepien – Łukasz Staniach<br><b>18.50 Atłeci</b> – magazyn sportowy<br><b>19.15 Sporty walki:</b> UFC 314 – Alexander Volkanovski – Diego Lopes<br><b>20.05 Boks:</b> Rocky Boxing Night w Kościelcu – waga ciężka: K. Meyna – A. Wright<br><b>22.40 Sporty walki:</b> FEN 55 w Ostródzie – walka: M. Abdurzakov – M. Pietrzak<br><b>1.15 Strzelnica Navala (6)</b> | <b>6.00 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>8.30 Piłka ręczna mężczyzn:</b> LOTTO Superliga<br><b>11.00 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>13.00 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>15.00 Piłka nożna:</b> LN<br><b>17.30 Piłka ręczna mężczyzn:</b> LOTTO Superliga<br><b>20.35 Piłka nożna:</b> LN: Rumunia – Bośnia i Hercegowina<br><b>22.30 Sporty walki:</b> UFC Fight Night – walka: Raul Rosas Jr – Raoni Barcelos<br><b>1.30 Sporty walki:</b> Babilon MMA                            | <b>8.30 Wysoki Pressing</b> – mag.<br><b>10.15 Żużel:</b> Metalikas 2. Ekstraliga – mecz o 7. miejsce<br><b>13.15 La Liga Highlights</b> – mag.<br><b>13.50 Premier League: The Big Interview (6)</b> – mag.<br><b>14.25 Premier League Stories (5)</b> – magazyn piłkarski<br><b>15.00 Żużel:</b> PGE Ekstraliga – mecz barażowy<br><b>18.00 Magazyn Metalikas 2. Ekstraliga</b> – mag.<br><b>19.00 Dart:</b> World Grand Prix w Leicester<br><b>0.30 Piłka nożna:</b> PKO BP Ekstraklasa – mecz: Pogoń Szczecin – Legia Warszawa | <b>12.40 Podróż do świata Calcio</b><br><b>13.05 Najlepsi bramkarze Bundesligi lat 90.</b> – mag.<br><b>13.35 Pewnego razu w Gruzji</b> – historia Khivchi Kvaratskheli – film dok.<br><b>14.00 Goal Arena Bundesligi</b><br><b>16.00 Piłka nożna:</b> Liga francuska: Monaco – Lens<br><b>18.00 Bundesliga Clubs</b> – mag.<br><b>19.00 Bundesliga Special Show (3)</b> – mag. piłkarski<br><b>19.30 Ligue 1 Show (5)</b> – mag.<br><b>20.00 Piłka nożna:</b> Liga portugalska – mecz: Sporting CP – FC Arouca<br><b>22.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Parma – Genoa CFC   | <b>12.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Bologna – Torino<br><b>14.00 Piłka nożna:</b> Liga francuska: Olympique Lyon – Stade Rennais FC<br><b>16.00 Bundesliga Weekly (6)</b><br><b>16.30 Serie A</b> – mag. piłkarski<br><b>17.00 AJ Auxerre – Male miasto, wielki klub</b><br><b>17.30 Ligue 1 Show (5)</b> – mag.<br><b>18.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Frosinone – Como<br><b>20.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka: Paderborn – Hoffenheim<br><b>22.00 Piłka nożna:</b> Liga francuska: Olympique Marsylia – PSG                              | <b>11.35 Siedem cudów świata</b> z Bettany Hughes (1-3)<br><b>14.15 Zapomniane świątynie Tybetu: Królestwo Mustangu</b> – film dokum.<br><b>15.15 Tybet kontra Chiny</b><br><b>16.15 Arabia di bravura</b> – dok.<br><b>17.45 Wschodnia Kanada</b> – mroźna kraina – dok.<br><b>18.35 Czy AI zabija internet?</b><br><b>19.35 Hot Roads</b> – Najniebezpieczniejsze drogi świata 4<br><b>21.35 Przewidywana historia szeregowca Ryana</b><br><b>22.35 Wcielenie zła: Akta Epstein</b> – film dok., 2026<br><b>0.15 Odległości</b> – film dokum.                                                                                              |                                |

## STACJE POPULARNONAUKOWE

| DISCOVERY SCIENCE HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | ID HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | NATIONAL GEOGRAPHIC HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | FOKUS TV DVB T2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | HISTORIA DVB T2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | HISTORY HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>6.00 Jak to jest zrobione?</b> (9, 10) – serial dokumentalny<br><b>8.00 Jak działa wszechświat? 6</b> – serial dokumentalny<br><b>11.00 Pogromca mitów w akcji</b> – serial dokumentalny, USA<br><b>12.00 Inżynieria ekstremalna</b> – serial dokumentalny, USA<br><b>13.00 Kosmiczna mapa skarbów</b> (3): Niebezpieczne wody – serial dokumentalny<br><b>15.00 Jak działa wszechświat?</b> (8) – serial dokumentalny<br><b>18.00 Jak to jest zrobione?</b> – serial dokumentalny, Kanada                                                                                                              | <b>6.00 Celnicy na straży Europy</b> (17, 13, 18, 14) – serial dok., Hiszp.<br><b>8.00 Proces na gorąco</b> – serial dokumentalny<br><b>10.00 Śmierć na drugą zmianę</b> – serial dok.<br><b>11.00 Śmierć na drugą zmianę 3</b> – serial dok.<br><b>12.00 Cień wątpliwości</b> – serial dokumentalny<br><b>14.00 Śledztwo w sieci</b><br><b>16.00 Morderstwo na bagnach</b> – dok.<br><b>18.00 Karnawał zbrodni</b> – serial dok., USA<br><b>19.00 Zbrodnie, które zmieniły świat: Patty Hearst</b> – film dok., USA 2020<br><b>20.00 Taśmy zbrodni</b> – serial dokumentalny                                                                        | <b>10.00 Człowiek kontra żywioł</b> (5, 1) – dok.<br><b>12.00 Katastrofa w przestworzach</b> (6, 3, 7) – serial dokum.<br><b>16.00 Grecja: Miejsce pełne tajemnic</b> (4)<br><b>17.00 Najdziwniejsze przedmioty</b> (10)<br><b>18.00 Krwawe pieniądze: Tajemnice nazistowskiej gospodarki</b> (2) – film dok., Francja 2020<br><b>19.00 Zaginione okręty II wojny światowej</b> (4)<br><b>20.00 Katastrofa w przestworzach</b> (10) – serial dokum.<br><b>21.00 Górniczy z Chile: Wyścig z czasem</b> (3)                                                                                                        | <b>6.00 Wehikuł czasu</b> (928)<br><b>6.05 48h. Zaginięci</b> (18) – serial krym., Polska<br><b>7.00 Był sobie człowiek</b><br><b>8.55 Wehikuł czasu</b> (928)<br><b>9.00 Starożytni kosmici</b> (2) – serial dok., USA<br><b>10.00 Gwiazdy lombardu</b> (23, 24) – reality show<br><b>12.00 Broń w hollywoodzkich filmach</b> (3, 4) – dok.<br><b>13.00 Poszukiwacze historii</b> (8, 9) – dok.<br><b>14.00 Apokalipsa: II wojna światowa</b> (6)<br><b>15.00 Poszukiwacze złota w Australii</b> (2) – dok.<br><b>16.00 Dorwać tuńczyka</b> – serial dokumentalny<br><b>18.00 Rolnicy. Podlasie</b> (25, 26) – serial dok.                                                                    | <b>6.45 Było, nie minęło – kronika zwiadowców historii</b> – mag. hist.<br><b>8.40 Dom</b> (20) – obycz., Pol.<br><b>10.10 Ex Libris</b> – magazyn<br><b>10.40 Zagrabiony, odnaleziony, odzyskany</b><br><b>11.40 Plaże Europy</b> (1)<br><b>12.40 Obłoki śmierci. Bollimów 1915</b><br><b>14.00 Dom</b> (21) – obycz., Pol.<br><b>15.40 Sensacje XX wieku</b><br><b>17.00 Niezwykłe historie Białoczerwonych</b><br><b>17.25 Wojenne dziewczyny 2</b> (21)<br><b>18.20 Ex Libris</b> – magazyn<br><b>18.50 Polskie Państwo Podziemne 1939-1945</b>                                                                           | <b>14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 3</b> (12) – dok., USA<br><b>14.50 Największe tajemnice świata 7</b> (18) – serial dok., USA<br><b>15.45 Gwiazdy lombardu 13</b> (8)<br><b>16.15 Ranczo kosmitów 7</b> (4) – dok., USA<br><b>17.10 II wojna światowa w kolorze – przełomowe momenty</b> (8) – dok.<br><b>18.10 Największe tajemnice świata 7</b> (13) – serial dok., USA<br><b>19.05 Starożytni kosmici 16</b> (11, 18) – serial dokumentalny<br><b>21.00 Starożytni kosmici 18</b> (9) – dok.                                                                                                                     |
| DOKUMENTALNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | DOKUMENTALNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | DOKUMENTALNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | POPULARNONAUKOWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | SZPIEGOWSKI                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | DOKUMENTALNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>21.00 Jak działa wszechświat?</b><br>Między gwiazdami jest wiele rozległej przestrzeni. Najnowsze odkrycia pokazują, że jest to miejsce niezwykle i wbrew pozorom wcale nie puste.<br><b>23.00 NASA – archiwum tajemnic 4</b> – serial dok., Wielka Brytania<br><b>1.00 Jak działa wszechświat?</b> (8) – serial dokumentalny, USA 2019<br><b>4.00 Podziemne sekrety</b> – serial dokumentalny, USA 2017                                                                                                                                                                                                | <b>21.00 Gra na śmierć i życie</b> – USA 2026<br>Legendarny koszykarz wkrótce po przejściu na emeryturę zostaje zamordowany. Wiadomość o tragedii wstrząsa jego bliskimi i całym środowiskiem sportowym.<br><b>22.00 Podejrzany przy telefonie</b> – serial dok.<br><b>23.00 Żądza i krew</b> – dok.<br><b>0.00 Towarzysze w zbrodni</b> – dok.<br><b>1.00 Gra na śmierć i życie</b> – serial dok.<br><b>2.00 Taśmy zbrodni</b><br><b>3.00 Karnawał zbrodni</b><br><b>4.00 Cień wątpliwości</b>                                                                                                                                                      | <b>22.00 Premiera: Ikony lotnictwa</b> (9): Beluga – Wielka Brytania 2025<br>Autorzy omówią historię i innowacje stojące za Airbusem Beluga XL. Okaze się, jak wyglądał rozwój tych gigantycznych transportowców.<br><b>23.00 Katastrofa w przestworzach</b> (4): Zabójczy szczegół<br><b>0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny</b> (7)<br><b>1.00 Katastrofa w przestworzach</b> (2, 3) – serial dok., Kan.<br><b>3.00 Car SOS</b> (3, 4) – dok.                                                                                                                                                    | <b>20.00 Galileo 34</b> (7)<br>Tematem reportażu będzie herbata oraz sposoby jej produkcji. W finale odbędzie się prezentacja przeciwpróchnicznych właściwości sera.<br><b>21.00 Supersamoloty bojowe</b> (4) – serial dokumentalny, USA<br><b>22.00 Okręty wojenne</b> (5, 6): Mutiny – serial dok., Wielka Brytania<br><b>0.00 Starożytni kosmici</b> (8) – serial dok., USA<br><b>1.00 Rolnicy. Podlasie</b> (18-21) – serial dok.<br><b>5.00 Kolowrotek</b> (4, 5) – magazyn wędkarski                                                                                                                                                                                                     | <b>20.00 Zatoką szpiegów 2</b> (15) – Polska 2025<br>Franz ukrywa Jadzię u Redlińskiego. Wulf wyrusza ich śladem, próbując zdobyć dokumenty. Niemcy przygotowują zasadzkę. Franz i Johann ratują inżyniera i dziewczynkę.<br><b>20.55 Berlin 1945</b> (1) – film dok., Niemcy 2020<br><b>22.00 Otchłań. Narodziny i upadek nazizmu</b> (4) – serial dok., Niem.<br><b>23.00 Sensacje XX wieku</b><br><b>0.35 Encyklopedia II wojny światowej</b><br><b>1.15 Zatoką szpiegów 2</b> (15) – szpiegowski, Pol.                                                                                                                    | <b>22.00 Największe tajemnice świata 7</b> (4) – USA 2026<br>Z Luwru znika najsłynniejszy obraz świata. Śledztwo przejmują detektywi, którzy odwiedzają przebieg kradzieży. Trop prowadzi do grupy podejranych, mających motyw i środki, by dokonać skoku.<br><b>23.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 4</b> (7) – serial dok., USA<br><b>23.55 David Duchovny: archiwum tajemnic 2</b> (16)<br><b>0.50 Starożytni kosmici 16</b> (18) – dok.                                                                                                                                                                               |
| DISCOVERY HISTORY HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | PLANETE+ HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | POLSAT VIASAT NATURE HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | BBC EARTH HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ANIMAL PLANET HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>9.00 Mikroprzygoda</b> (6) – dok.<br><b>10.00 Estonia – katastrofa na morzu</b> (1-5) – serial dok.<br><b>15.30 Estonia. Katastrofa na morzu – nowe fakty</b><br><b>17.30 Skarby z szopy</b> (2) – dok.<br><b>18.00 Łowcy staroci</b> (14, 15)<br><b>20.00 Miasztoko demonów</b> – serial dokumentalny, USA<br><b>22.00 Na tropie legendarnych potworów</b> – serial dok.<br><b>0.00 Przypadki z archiwum 10</b> – dok.<br><b>2.00 Wrzesień '39</b> (18, 19)<br><b>3.00 Europejskie bazy</b> (4)<br><b>4.00 Lotnikowie HMS Ark Royal</b> (4) – serial dok., USA<br><b>5.00 Łowcy staroci</b> (1) – dok. | <b>12.30 Niezwykłe podróże koleją</b> (3) – serial dok., Fr.<br><b>13.35 Targowiska świata</b> (1)<br><b>14.45 Afryka z góry</b> (6) – dok.<br><b>15.50 360° Świat bez granic</b> (8)<br><b>16.55 Świat z góry 7</b> (4, 5) – dok.<br><b>17.55 Dokąd dzisiaj?</b> (4) (56)<br><b>18.15 Polska z góry: Blokowiści</b> (4, 5) – dok.<br><b>19.10 Mam zamek 3</b> (4) – dok.<br><b>19.40 First Person Shooter. Idź, strzelaj, kombinuj</b><br><b>20.50 Sapiens. Narodziny sztuki</b> – film dokumentalny<br><b>22.00 Co kryje „Straż nocna” Rembrandta?</b> (2) – dok.<br><b>23.10 Planeta Seka</b> (4) – dok.<br><b>0.15 360° Świat bez granic</b> (9) | <b>10.00 Niezwykły dr Pol</b> (1)<br><b>11.00 Niezwykły dr Pol</b> (9)<br><b>12.00 Dzikie, sprytne i zabójcze</b> (1) – serial dok.<br><b>13.00 Olsniwająca Ameryka</b><br><b>14.00 Urodzone w Afryce: Cykl życia</b> (1) – film dok.<br><b>15.00 Dzikie, sprytne i zabójcze</b> (1) – serial dok.<br><b>16.00 Dziką Północ Europy</b> (3)<br><b>17.00 Królów świata zwierząt</b> (5) – serial dok.<br><b>18.00 Dziką Japonia</b> (1) – dok.<br><b>19.00 Wrogi świat</b> (3) – dok.<br><b>20.00 Pogodowe anomalie</b><br><b>21.00 Niezwykły dr Pol</b><br><b>2.00 Olsniwająca Ameryka</b> (1): Potężna Missisipi | <b>8.05 Rzeczne potwory 6</b> (3)<br><b>9.10 W okowach mrozu 5</b> (3)<br><b>10.15 Naczelne</b> (1) – film dokum.<br><b>11.30 Afrykańskie drapieżniki: wielka zwierzka</b> (1) – dok.<br><b>12.35 W okowach mrozu 5</b> (3)<br><b>13.35 Zabójcza pogoda 2</b> (1)<br><b>14.40 Rzeczne potwory 6</b> (3)<br><b>15.45 W okowach mrozu 5</b> (3)<br><b>16.40 Podwodne miasto</b> (2)<br><b>17.50 Afrykańskie drapieżniki: wielka zwierzka</b> (1) – dok.<br><b>18.55 Rzeczne potwory 6</b> (2)<br><b>20.00 W okowach mrozu 5</b> (4)<br><b>20.55 Naczelne</b> (1) – film dokum.<br><b>22.00 Lista drapieżników</b> (2)<br><b>23.15 W okowach mrozu 5</b> (4)<br><b>0.20 Zabójcza pogoda 2</b> (1) | <b>10.25 Życie na pustkowiu 11</b><br><b>11.25 Cała prawda o kaloriach</b><br><b>12.30 Wielka australijska przygoda</b> (5) – serial dok.<br><b>13.35 Planeta Ziemia 2</b> (3)<br><b>14.40 W okowach mrozu 8</b> (6)<br><b>15.40 Życie na pustkowiu 11</b><br><b>16.40 Przez nieznaną Afrykę</b><br><b>17.45 Planeta Ziemia 2</b> (3)<br><b>18.45 Wielka australijska przygoda</b> (6) – serial dok.<br><b>19.45 Fenomeny współczesnego życia 2</b><br><b>20.55 W okowach mrozu 9</b><br><b>22.55 Przez nieznaną Afrykę</b><br><b>23.55 Amazonia z Robsonem Greenem</b> (3) – film dokum.<br><b>0.55 Planeta Ziemia 2</b> (3) | <b>13.00 Irwinowie – następne pokolenie</b> – serial dok.<br><b>14.00 Resocjalizacja z Pit Bullem 4</b> – serial dok., USA<br><b>15.00 Kot z piekła rodem</b><br><b>17.00 Na krańcu Alaski</b> – dok.<br><b>18.00 Weterynarz z Gór Skalistych 7</b> – serial dok.<br><b>19.00 Cztery kęsy, cztery łapy</b><br><b>20.00 Zwierzęta – czego nie widać</b> – serial dok., USA<br><b>21.00 Klan z Alaski</b> – serial dok.<br><b>22.00 Baseny z rozmachem</b><br><b>23.00 Resocjalizacja z Pit Bullem 4</b> – serial dok., USA<br><b>0.00 Cuda z drewna</b> – dok.<br><b>1.00 Irwinowie – następne pokolenie</b> – serial dok.  |
| TVP DOKUMENT HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | POLSAT DOKU HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | POLSAT VIASAT EXPLORE HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | POLSAT VIASAT HISTORY HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | CI POLSAT HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | TRAVEL CHANNEL HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>15.05 Sekrety dzikich kwiatów</b> (6) – serial dok.<br><b>16.05 Owady. Czy czeka nas katastrofa?</b> – film dok.<br><b>17.00 Weekendowe wypadki z Greggiem Wallace'em</b><br><b>17.55 Sanatorium miłości</b><br><b>18.55 Jules Verne i jego podróże dookoła świata</b><br><b>20.00 Kości na handel</b> – dok.<br><b>21.05 Kalendarz przyrody</b> (11)<br><b>22.10 Barbara Włodarczyk zaprasza</b> – magazyn<br><b>22.15 Sagrada Familia – wyzwanie dla Gaudiego</b> – film dok., Fr.<br><b>23.25 Człowiek z blizną: historia Ala Capone</b>                                                             | <b>12.00 Wojny kontenerowe</b><br><b>13.05 Poszukiwacze historii</b><br><b>14.00 Bajeczne żaby</b> – film dok.<br><b>15.00 Poszukiwacze historii</b><br><b>15.35 Wygrać z żywiołem</b> (7, 8)<br><b>17.35 Najniebezpieczniejsze drogi do szkoły</b> (7, 8) – dok.<br><b>19.50 Titanic – tragiczny błąd</b><br><b>20.55 Walka o światową dominację</b> – film dokum.<br><b>22.00 MH17 – katastrofa, która wstrząsnęła światem</b> – dok., Wlk. Bryt.<br><b>23.00 Życie na marginesie. W romskich obozowiskach</b> – film dok.<br><b>0.10 Kroniki Hitlera</b> (12) – dok.                                                                              | <b>13.15 Królowie klasycznych aut</b> (4) – dok., Wlk. Bryt.<br><b>14.15 Australijscy poszukiwacze złota 2</b><br><b>16.10 Drwal z Vancouver Island</b> (4) – reality show<br><b>17.10 Zabójczy polowy</b><br><b>18.10 Złoto Jukonu 5</b> (6) – dok.<br><b>19.05 Australijscy poszukiwacze złota 9</b><br><b>21.00 Ostatni kapitanowie 2</b><br><b>22.00 Nago, samotnie i do domu daleko</b> (1)<br><b>23.00 Za kratami: najcięższe więzienia na świecie 3</b><br><b>0.10 Złoto z mroźnej krainy</b><br><b>1.00 Australijscy poszukiwacze złota 5</b>                                                            | <b>10.25 Największe oszustwa II wojny światowej</b> (4)<br><b>11.30 Najgroźniejsi ludzie Hitlera</b> (5) – serial dokum.<br><b>12.20 Starożytne superbudowle 3</b> (3-6)<br><b>16.55 II wojna światowa: cena imperium</b> (3) – serial dok.<br><b>18.00 Military ranking</b> (1)<br><b>19.10 Wiołoncelista z Auschwitz</b> – film dokum.<br><b>21.00 Linie frontu</b> (2) – dok.<br><b>22.10 Statua Wolności</b> – dok.<br><b>23.20 Najgroźniejsi ludzie Hitlera</b> (6) – serial dokum.<br><b>0.15 Starożytne superbudowle 3</b> (3-6)<br><b>4.05 Linie frontu</b> (2) – dok.                                                                                                                 | <b>13.15 Dowody zbrodni 4</b> (1)<br><b>14.10 Morderstwo w motelu 2</b><br><b>15.05 Zbrodnia po angielsku 3</b><br><b>16.00 Cyfrowe dowody zbrodni</b> (10) – serial dok.<br><b>17.00 Pogrzebani za domem 3</b> (1) – serial dokumentalny<br><b>18.00 Polskie prywatne zbrodnie 2</b> (4, 5) – dok.<br><b>19.00 Specjaliści od zbrodni Szokujące morderstwa: Atlanta</b> (7) – serial dok.<br><b>21.00 Morderce babie 7</b><br><b>22.00 Kobiety, które niosły śmierć</b> 13 (6, 7) – dok.<br><b>23.55 Zbrodnia po angielsku</b><br><b>0.50 Zbrodnia prawie doskonała</b> 3 (11) – dok.                                        | <b>8.05 Jak to robią zwierzęta?</b><br><b>10.10 Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta</b> (1-4)<br><b>12.15 Remont safari</b> (4, 5) – rozr.<br><b>14.15 Człowiek kontra jedzenie</b> (24) – mag. kulin.<br><b>14.50 Nieoczywiste miejsca</b><br><b>16.55 Grenlandia – wyspa skarbów</b> (3, 4) – serial dok.<br><b>18.55 Kamperem przez świat</b><br><b>21.00 Sprawa dla medium i detektywa</b> (9, 10) – dok.<br><b>23.05 Kobieta na krańcu świata</b> (5-7) – serial dok.<br><b>0.50 Remont safari</b> (4, 5) – rozr.<br><b>2.45 Grenlandia – wyspa skarbów</b> (3, 4) – serial dok.<br><b>4.50 Dziwaczne potrawy</b> (5) |

## STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

| TVP POLONIA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | TVP POLONIA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | TVP ROZRYWKA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | POLSAT CAFÉ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | TV 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | TTV HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | TVN STYLE HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 12.00 Serwis Info – pr. inf.<br>12.10 Blondynka 6 (75, 76)<br>13.50 Zmiennicy (4) – kom.<br>15.00 Serwis Info – pr. inf.<br>15.10 100 pytań do...<br>16.00 Pan Mamo (3) – kom.<br>16.30 Barwy szczyścia (3384) – serial obycz.<br>17.00 Telexpress<br>17.20 Gra słów.<br>Krzyżówka (1146)<br>17.50 Telexpress Extra<br>18.15 Słownik polsko <polski (695)<br=""></polski> 18.45 Panorama<br>19.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu (59)<br>19.30 Program informacyjny 19.30<br>19.55 Pytanie dnia – publ.<br>20.10 Sport, pogoda                | 7.15 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin.<br>8.20 Familiada – telet.<br>8.55 Va banque (997)<br>9.25 Koło fortuny (2055)<br>10.05 Makłowicz w podróży – mag.<br>10.45 Postaw na milion<br>12.35 Familiada – telet.<br>13.15 Janosik (3) – przyg.<br>14.05 Rodzinka.pl (247, 248) – kom., Pol.<br>15.10 Program rozrywkowy<br>15.50 Kocham Cię, Polsko! (3) – program rozrywk.<br>17.25 Va banque (998) – teleturniej<br>18.00 Koło fortuny (2056)<br>18.40 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin.<br>19.45 Jaka to melodia?                        | 6.00 Demakijaż (171-173) – program rozrywkowy<br>7.30 Przyjaciółki (36, 37) – serial obyczajowy, Polska 2014<br>9.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (45, 46) – reality show<br>12.30 Oszukane (30, 31) – serial paradokum, Polska 2016<br>14.30 Komisarz Mama (3) – serial krym., Polska<br>15.30 Bogaty dom – biedny dom (130) – reality show<br>16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (36) – reality show<br>18.00 Nasz nowy dom (310, 311) – reality show, Polska                                            | 6.00 Strażnik Teksasu (22, 23) – serial sens.<br>7.55 Bogaty dom – biedny dom (143) – reality show<br>8.55 Policjantki i Policjanci (642-644) – serial obycz., Polska<br>11.55 Na ratunek 112 (994, 995) – serial paradokum, Pol. 2025<br>12.55 Trudne sprawy (766-768) – serial paradokum, Pol. 2018<br>15.55 Policjantki i Policjanci (1455) – serial obycz., Polska<br>17.00 Trudne sprawy II (1372) – paradok., Pol.<br>18.00 łowcy skarbów. Kto da więcej? (448) – reality show              | 6.00 Strażnik Teksasu (22, 23) – serial sens.<br>7.55 Bogaty dom – biedny dom (143) – reality show<br>8.55 Policjantki i Policjanci (642-644) – serial obycz., Polska<br>11.55 Na ratunek 112 (994, 995) – serial paradokum, Pol. 2025<br>12.55 Trudne sprawy (766-768) – serial paradokum, Pol. 2018<br>15.55 Policjantki i Policjanci (1455) – serial obycz., Polska<br>17.00 Trudne sprawy II (1372) – paradok., Pol.<br>18.00 łowcy skarbów. Kto da więcej? (448) – reality show                                        | 10.35 Detektywi (124, 346)<br>12.35 Zakup w ciemno 5 (12) – reality show<br>13.35 Zakup w ciemno 7 (4) – reality show<br>14.35 Nic do ukrycia 2 (4)<br>15.35 Złomowisko PL 8 (14) – serial dokum.<br>16.45 Express – pr. inform.<br>16.58 Pogoda, sport<br>17.05 Zakup w ciemno extra (34)<br>17.45 Życie na kredyt 8 (3, 4) – reality show<br>18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 21 (3)<br>19.45 Express – pr. inform.<br>20.05 Zakup w ciemno 8 (17) – reality show<br>21.05 Zakup w ciemno extra 3 (17)<br>21.45 Express – pr. inform. | 5.15 Tu jest pięknie (1) – program rozrywkowy<br>6.00 I nie opuszczę Cię – reality show<br>7.20 Co za tydzień – mag.<br>7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn<br>11.20 Dobrze zrobione w domu (4) – mag.<br>11.30 Ugotowani 13 (8, 9) – pr. kulin.-rozrywk.<br>13.30 Kuchenne rewolucje (8, 7) – program rozrywkowy<br>15.35 Pojedynkę na podróże (3) – program rozrywkowy<br>16.35 Mniej znaczy więcej. Live Better for Less (3, 4) – mag. poradnikowy |
| HISTORYCZNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | TELETURNIJ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | ROZRYWKOWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | ROZRYWKOWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | OBYDZAJOWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ROZRYWKOWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | ROZRYWKOWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| 20.25 Wojenne dziewczyny (7) – Pol.<br>Jurek śledzi Marysię, która ma pracować w domu Dietricha. Podejrzewa ją o kolaborację lub romans z Niemcem. Tymczasem ona przeszukuje gabinet pracodawcy.<br>21.15 Dom (3) – obycz., Pol.<br>22.40 Moje przeboje (9)<br>23.15 Panorama<br>23.45 Historie z Indii<br>0.35 Moda na język polski (66) – magazyn<br>1.00 Między pamięcią a zapomnieniem (4)<br>1.30 Program informacyjny 19.30                                                                                                                  | 20.25 Postaw na milion<br>W grze bierze udział dwójka bliskich sobie uczestników. Dostają milion złotych. Żeby go nie stracić, muszą odpowiedzieć na osiem pytań. Prowadzi Łukasz Nowicki.<br>22.10 Rodzinka.pl (90) – serial kom., Pol. 2013<br>22.50 The Voice of Poland 17 (5, 6)<br>1.20 The Voice<br>Comeback Stage<br>Powered by Orange<br>1.45 Koło fortuny (2032)<br>2.30 Kabaretomaniacy<br>4.40 Hity wszech czasów – mag. muz.                                                                                                       | 20.00 Kolacja w ciemno (58) – Polska<br>Szukająca miłości bohaterka odcinka dostaje rozmaite wersje menu od pięciu samotnych mężczyzn. Wybiera spośród nich trzy propozycje i spotyka się z ich autorami.<br>21.05 Wzięcie kobiet (106, 107) – dok., Pol.<br>22.05 Miłość z internetu (9, 10) – serial dokum.<br>23.00 Gry małżeńskie (198, 199)<br>1.05 Wzięcie kobiet (3-6) – serial dokum.<br>3.00 Zdrady (176-178) – serial paradokum.                                                                             | 19.00 Policjantki i Policjanci (1456)<br>Pod skalkami na górskim szlaku zbieracz butelek znajduje nieprzytomną, brutalnie zgwałconą i pobłądzającą dziewczynę.<br>20.00 Wypasiona kuchnia<br>20.05 Uroczysko (277)<br>20.40 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1056)<br>21.40 Sprawiedliwi. Trójmiasto (173)<br>22.45 Opowieści o zbrodni (4) – dok.<br>23.10 Killerman – dramat kryminalny, USA 2019, 145 min                                                                                    | 22.00 Gogglebox. Przed telewizorem 25 (5)<br>Koledzy Jakub Feliński, Krzysztof Ufnal i Konrad Mariński komentują wybrane programy telewizyjne. Okazuje się, co ich irytuje, co bawi, a co ekscytuje.<br>23.20 Gogglebox. Przed telewizorem 21 (2)<br>0.20 Idź na całość (3)<br>1.20 Kochaj albo wróć (4) – serial dok., Pol. 2026<br>2.20 Wyburzacz 8 (1, 2)<br>3.40 Sędzia Anna Maria Wesołowska 7 (24) – serial fab.-dokum.<br>4.25 Nauka jazdy 6 (4)                                                                     | 17.40 Kuchenne rewolucje (10-12)<br>Magda Gessler pomaga ocalić restaurację Gold w Janowie. Prowadzi ją małżeństwo bez doświadczenia w gastronomii. Biznes pochłania ogromne fundusze, a gości brak.<br>20.50 Kobieta na krańcu świata (4) – dok., Pol.<br>21.50 Jestem z Polski 9 (13) – serial dokum.<br>22.50 Hotel Paradise 13 (19) – reality show<br>23.45 Mój sąsiad morderca (10-12)<br>0.50 Apetyt na miłość (7)<br>1.50 Dieta czy cud? (5, 6)                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| TVP HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | TVP HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | ZOOM                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | TLC                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | C+ KUCHNIA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | TVN TURBO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 13.20 Komisarz Alex 23 (294)<br>14.15 Ranczo 3 (37, 38) – obycz.<br>16.00 Minuta dla Twojego bezpieczeństwa (7)<br>16.10 Gwiazdorska kuchnia Ani 4 (45) – magazyn kulin.<br>16.40 Tańcząca ze światem – Jordania (5) – magazyn<br>17.15 Okrasa lamie przepisy<br>17.45 Makłowicz w podróży<br>18.20 Ojciec Mateusz 31 (402)<br>19.20 Ranczo 9 (113) – obycz.<br>20.10 Rodzinka.pl (304, 305) – serial komedijowy, Polska<br>21.25 Ojciec Mateusz 32 (420)<br>22.20 Cały ten zgiełk – musical, USA 1979, reż. Bob Fosse, wyk. Roy Scheider, 135 min | 15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział<br>16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel – krym., Austria<br>17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział<br>18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz.<br>19.50 Rosamunde Pilcher – Az płe kranie świata – melodramat, Niemcy 2002, 120 min<br>21.50 Rosamunde Pilcher: Pióra na wietrze – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2003, 105 min<br>23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział                                                                                     | 8.00 Strażnik Teksasu 3 (15, 16) – serial sensacyjny<br>10.00 Kobra – oddział specjalny 24 (16, 17)<br>12.15 Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw 2<br>13.15 Winy magazynowe: Kanada (11, 12)<br>14.25 Sensacje XX wieku<br>16.45 Wojciech Cejrowski – bosy przez świat<br>19.00 Kobra – oddział specjalny 23 (8, 9) – sens.<br>21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami 8 (13, 14) – krym.<br>23.00 Magia nagości. Polska 5<br>0.05 Magia nagości. Niemcy<br>1.10 Adam szuka Ewy. Dania                                    | 9.00 Wiza na miłość 11<br>12.00 Jay i Pamela 2<br>12.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 7<br>13.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 3<br>15.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 8<br>16.00 Historie wielkiej wagi 5<br>17.00 Dr Pryszczylla 4 – dok.<br>18.00 Wiza na miłość 11<br>20.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 6<br>21.00 Wiza na miłość 12 (18)<br>23.00 Koleżanki na zabój 2<br>0.00 Dr Pryszczylla 4 – dok.<br>1.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 6                        | 10.40 U sąsiadów w kuchni 14<br>11.50 Kulisy wielkiej kuchni<br>13.45 Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków<br>14.40 U sąsiadów w kuchni 16<br>15.45 Zgrillowani (2, 3) – mag.<br>16.40 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień<br>18.30 Kulinarne mapy Wielkiej Brytanii (8, 9) – serial dok.<br>19.25 M jak mięso 2 (6) – dok.<br>19.50 Maximum Foodie 4 (8)<br>20.20 Gotuj taniej z Jamiem (6)<br>21.15 Anthony Bourdain – miejsca niezbrane 11<br>23.55 Top Chef 22 (6)<br>0.55 M jak mięso 8 (3, 4) – dok. | 10.20 Złomowisko PL (5) – dok.<br>11.15 Wojny samochodowe<br>12.15 Naprawy nie do naprawy (6) – mag.<br>13.00 Zawodowi handlarze<br>14.30 Wojny samochodowe<br>16.30 Jeździć, obserwować (9, 10) – serial dokum., Pol.<br>18.00 Raport Turbo – mag. inf.<br>18.25 Wojny samochodowe<br>20.15 Cieżarówka przez pół świata (4) – pr. rozrywk.<br>21.15 Moto kombi (4) – mag.<br>22.00 Raport Turbo – mag. inf.<br>22.15 Po raz trzeci! Sprzedane<br>23.00 Jeździć, obserwować (4)<br>23.45 Naprawy nie do naprawy (6) – mag.                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| NOVA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | METRO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | ANTENA HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | WP                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | C+ DOMO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | HGTV                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 7.30 Świat według Kiepskich (269-273) – kom., Pol. 2007<br>10.00 Komisarz Mama (16)<br>11.00 Pólit 10 – serial krym.<br>15.00 Świat według Bukdych 7 (145-150)<br>18.00 Kalkiem nowe lata miodowe (4) – kom., Pol.<br>18.30 Miodowe lata (109-111)<br>21.00 Zdrady (66) – paradok., Pol.<br>22.00 Ślad (16, 17) – krym.<br>1.00 Łowca pedofilów<br>3.00 TV okazje (28, 29)<br>3.50 Wehikuł czasu (928, 927)<br>4.00 Daleko od noszy – szpital futpolowy (43, 44) – serial kom., Polska<br>5.00 Pod lupą (2, 3) – magazyn                           | 10.35 Sędzia Anna Maria Wesołowska (471, 472)<br>12.35 Szkoła (637) – paradok.<br>13.35 Bez kompleksów (1)<br>14.40 Za głosem serca (33)<br>15.50 Magda M. 4 (4) – obycz.<br>16.55 Idź na całość 2 (28) – rozr.<br>18.00 Złomowisko PL 5 (7)<br>19.00 Kartoteka 8 (3, 4)<br>21.05 Kryminalni 2 (5, 6) – krym.<br>23.15 Hannibal 2 (6) – krym.<br>0.20 Zbrodnia z pierwszych stron gazet 7 (2) – dok.<br>1.20 Szpital (916) – paradok.<br>2.20 Szkoła (644) – paradok.<br>3.20 Nowa Maja w ogrodzie 2 (29, 30)<br>4.25 Szpital (914) – paradok. | 12.00 Wojny Kontenerowe 5<br>12.55 Klątwa Wyspy Dębów 5<br>13.55 Australijscy poszukiwacze złota 5<br>16.00 Unforgettable: Zapisane w pamięci (15) – krym.<br>16.55 Detektywi z Bordeaux 7 (6) – serial krym., Fr./Bel.<br>18.00 77 TV 2 (6, 7) – pr. rozrywk.<br>20.00 Alex Hugo – górski detektyw (27) – krym., Fr.<br>22.05 Detektywi Candice: Niezawodny instykt 5 (7) – serial kryminalny, Fr.<br>23.15 Detektywi z Bordeaux 6 (6) – serial krym., Fr./Bel.<br>0.25 Polska. Największe tajemnice 2 (4, 5) – rozr. | 12.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnia w Alpach 2 (4)<br>14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 2 (14, 15)<br>16.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec (4) – reality show<br>16.55 Pogoda<br>17.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 3 (18, 21) – serial dok., USA<br>19.00 Makłowicz w podróży<br>20.00 Pogromca tajemnic (9)<br>21.00 Świat bez fikcji (7, 16)<br>21.55 Pogoda<br>22.05 Mistrzowie Kabaretu (4)<br>23.00 Kabaret na żądanie (13)<br>0.00 Mistrzowie Kabaretu 9<br>1.00 Mistrzowie Kabaretu 16 | 13.05 Pokochaj lub sprzedaj: Wielka Brytania 10 (2)<br>14.05 Adres: rezydencje marzeń (1) – serial dok.<br>15.00 Wakacyjne domy na wynajem (12) – dok.<br>15.55 Meblokreacje 2 (9, 10)<br>16.50 Gardeners' World 15 (1)<br>18.00 Ucieczka na wieś 23 (15)<br>19.00 Wielkie projekty: Nowa Zelandia 9 (5) – serial dok.<br>20.00 Daleko od miasta 10<br>21.00 Adres: rezydencje marzeń (2) – serial dok.<br>21.55 Wielkie projekty: Nowa Zelandia 10 (3) – dok.<br>22.50 W mieście czy na wsi?<br>23.40 Luksusowa ucieczka 8 | 12.35 Wymarzony dom w 100 dni 6 (8, 9) – pr. rozrywk.<br>14.30 Mieszkanie na miarę (4)<br>15.20 Mieszkanie na miarę 4<br>16.25 Polowanie na ogród 8<br>18.05 Najbrzydsze podwórko w dzielnicy (7, 8) – pr. rozr.<br>19.05 Weekendowa metamorfoza 2 (3) – rozr.<br>20.05 Zgłoś remont 5 (6) – rozr.<br>21.00 Dorota wasz urządził! (8, 9) – program rozrywk.<br>22.30 Dobrze zrobione w domu (2) – mag.<br>22.40 House Hunters – Poszukiwacze domów 6 (2-5) – pr. rozr.<br>0.45 Kamera, akcja, wpadka!                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

| POLSAT 2 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | SUPER POLSAT DVB-T2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | TV 6 DVB-T                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | BBC FIRST HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | STACJE DZIECIĘCE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | STACJE INFORMACYJNE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>5.50 Wydarzenia</b><br><b>6.30 Nasz nowy dom</b> (265) – reality show<br><b>7.30 Na ratunek 112</b> (1041, 1042) – serial paradokum.<br><b>8.30 Sekrety rodziny</b> (158-160) – serial paradokum., Pol. 2020<br><b>11.30 Trudne sprawy</b> (927) – serial paradokum.<br><b>12.30 Dlaczego ja?</b> (1464, 1465) – serial paradokum.<br><b>14.30 Świat według Kiepskich</b> (400-404) – serial kom., Pol. 2012<br><b>17.00 48h. Zaginięci</b> (271, 272) – krym., Pol.<br><b>19.00 Gliniarze</b> (1053) – serial paradokum.<br><b>20.00 Ślad</b> (45) – krym., Pol.                                                                                                     | <b>6.40 Wypasiona kuchnia</b> (20) – pr. rozrywk.<br><b>6.50 SuperLudzie Extra</b> (44) – magazyn<br><b>7.00 Na ratunek 112</b> (824, 825) – paradok.<br><b>8.00 Doktor Martin</b> (11, 12) – serial obycz.<br><b>10.00 Wydarzenia 24</b> – inf.<br><b>10.30 SuperLudzie</b> (4, 5)<br><b>11.30 Świat według Kiepskich</b> (364-367)<br><b>13.30 Bitwa o palety</b> (13)<br><b>14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia</b> 3 (25)<br><b>16.00 Ninja Warrior Polska</b> (35)<br><b>17.55 Świat według Kiepskich</b> (464, 465, 578, 579)<br><b>20.00 Złomiarze</b> (1) – dok.                                                                                             | <b>6.00 Więzienie</b> (180, 181) – serial dok., Pol. 2024<br><b>6.55 Policjantki i Policjanci</b> (821, 822) – serial obyczajowy, Polska 2021<br><b>8.55 Kobra – oddział specjalny</b> (184, 185) – serial sens., Niemcy<br><b>11.00 48h. Zaginięci</b> (116-118) – serial kryminalny, Pol. 2022<br><b>14.00 Policjantki i Policjanci</b> (1256) – serial obycz., Polska<br><b>15.00 Uroczysko</b> (157, 158) – serial kryminalny, Polska 2025<br><b>16.00 Kobra – oddział specjalny</b> (186, 187) – serial sensacyjny, Niemcy 2008                                                                                              | <b>6.00 Z pamiętnika położnej 14</b> (8)<br><b>6.50 Tajemnice Brokenwood</b> 5 (1)<br><b>8.40 Lewis</b> 4 (1) – krym.<br><b>9.50 Ojciec Brown</b> 5 (7)<br><b>10.50 Śmierć pod palmami</b> 11 (5)<br><b>11.55 Z pamiętnika położnej 14</b> (8)<br><b>13.00 Tajemnice Brokenwood</b> 5 (2)<br><b>15.00 Ojciec Brown</b> 13 (5)<br><b>16.00 Lewis</b> 4 (1) – krym.<br><b>17.00 My Life Is Murder</b> 5 (3) – serial kryminalny<br><b>18.00 Morderstwa w Midsomer</b> 20 (5)<br><b>19.55 Śmierć pod palmami</b> 11 (6) – krym., Wlk. Bryt. 2021<br><b>21.00 Harry Wild</b> 5 (5)                                                                                        | <b>10.20 Bolek i Lolek wyruszają w świat</b> Reksio (57, 58)<br><b>10.45 Pająk Lucas</b> 2 (29)<br><b>11.15 Świnka Peppa</b> 4<br><b>11.30 Pszczółka Maja</b><br><b>11.55 Strażak Sam</b> 8 (5, 6)<br><b>12.25 Domisie</b> – dla dzieci<br><b>12.55 Halo, halo!</b> (35)<br><b>13.00 Figo Migu na planecie Czochozas</b> (46)<br><b>13.20 Płtyś i Bill</b> (19, 20)<br><b>13.50 Odo</b> (81) – serial anim.<br><b>14.05 Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię Kocham</b> (5, 6) – anim.<br><b>14.30 Świnka Peppa</b><br><b>14.45 Kid Lucky</b> (5, 6)<br><b>15.15 Al-chemik</b> (21) – mag.<br><b>15.35 Lassie i przyjaciele</b><br><b>16.05 Ricky Zoom</b> (5, 6)                                                                             | <b>7.30 Rozmowa Piaseckiego</b> – publ.<br><b>8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody</b><br><b>9.55 Biznes</b> – pr. publicyst.<br><b>10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody</b><br><b>10.55 Biznes</b> – pr. publicyst.<br><b>11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody</b><br><b>11.55 Biznes</b> – pr. publicyst.<br><b>12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody</b><br><b>13.55 Biznes</b> – pr. publicyst.<br><b>14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody</b><br><b>14.55 Biznes</b> – pr. publicyst.<br><b>15.00 15 na żywo</b> – inf.<br><b>16.00 Fakty po południu</b><br><b>18.00 Tak jest</b> – pr. publ.<br><b>19.15 Serwis informacyjny</b><br><b>19.30 Fakty po Faktach</b> |
| <b>PARADOKUMENTALNY</b><br> <b>21.00 Gliniarze</b> (983) – Polska 2024                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>SENSACYJNY</b><br> <b>21.00 Aniolki Charliego: Zawrotna szybkość</b> – USA 2003, 140 min                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>SENSACYJNY</b><br> <b>18.05 Strażnik Teksasu</b> (24, 25) – USA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>KRYMINALNY</b><br> <b>22.00 Dyplomatki</b> (1, 2) – Wlk. Bryt. 2023                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>ANIMOWANY</b><br> <b>16.35 44 Koty</b> (5, 6) – Włochy 2018                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>PUBLICYSTYCZNY</b><br> <b>20.00 Kropka nad i</b><br>Monika Olejnik prowadzi rozmowy z najważniejszymi postaciami polskiej sceny politycznej na temat bieżących wydarzeń w kraju.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>22.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi</b> (137, 138) – dok., Pol.<br><b>23.00 Świat według Kiepskich</b> (451, 452)<br><b>0.00 Ślad</b> (87) – krym., Pol.<br><b>1.00 Zdrady II</b> (57)<br><b>2.05 Wydarzenia</b><br><b>2.45 Interwencja</b> – mag.<br><b>3.00 Ewa gotuje</b> (560)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>23.20 Wrogowie publiczni</b> – film gangsterski, USA 2009, reż. Michael Mann, 165 min<br><b>2.05 Świat według Kiepskich</b> (425-427) – serial kom., Pol. 2013<br><b>3.40 Nasz nowy dom</b> (255, 256)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>20.05 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku</b> (135, 136)<br><b>22.00 Mentalista</b> 3<br><b>23.05 Łowca pedofilów</b> (163-139) – dok., Pol.<br><b>1.00 Cztery gwiazdki</b> – komedia, USA/<br>Niemcy 2008, 115 min<br><b>2.55 Więzienie</b> (182)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>0.00 Zbrodnie Saint-Pierre</b> (8)<br><b>0.55 Line of Duty – Wydział wewnętrzný</b> 2 (6)<br><b>2.00 Morderstwa w Midsomer</b> 20 (5)<br><b>3.30 Ojciec Brown</b> 13 (5) – krym., Wlk. Bryt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>17.05 Robin Hood</b> (29, 30)<br><b>17.30 Super Wings</b> (121, 122) – anim.<br><b>18.00 Opowieści z zielonego lasu</b><br><b>18.30 The Garfield Show</b><br><b>19.00 Dolina Muminków</b><br><b>19.25 Ernest i Celestyna</b><br><b>19.35 Tykiaki</b><br><b>19.45 Wegezaury 2</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>20.30 Czarno na białym</b><br><b>21.00 Polska i świat</b> – inf.<br><b>22.00 Szkło kontaktowe</b><br><b>23.00 Dzień po dniu</b> – mag.<br><b>0.25 Biznes</b> – pr. publicyst.<br><b>0.45 Fakty po Faktach</b><br><b>1.20 Kropka nad i</b> – publ.<br><b>1.50 Tak jest</b> – pr. publ.<br><b>2.50 Nowa Maja w ogrodzie</b> – mag.<br><b>3.10 Akademia ogrodnika</b> – mag.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>POLSAT PLAY HD</b><br><b>6.00 Budowańcy</b> (65) – dok.<br><b>6.30 Kolowrotek</b> (223) – mag.<br><b>7.00 Dorwać tuńczyka</b> (6, 7)<br><b>9.00 Wojny magazynowe</b><br><b>10.00 Wojny kontenerowe</b> (10, 11) – serial dok., USA<br><b>11.00 Hardkorowy lombard</b> (67, 66, 68-71) – serial dok.<br><b>14.00 Polacy za granicą</b> (57, 58)<br><b>16.00 Złomiarze</b> (5, 6) – dok., Pol.<br><b>18.05 Poszukiwacze historii</b> (205-207) – serial dok., Pol.<br><b>20.00 Złomiarze</b> (39, 49) – dok.<br><b>22.00 Siły specjalne – Polska</b> (5, 6) – reality show<br><b>1.05 Łowca pedofilów</b> (234, 215-219) – dok., Pol.<br><b>4.00 Starożytni kosmici</b> | <b>FOOD NETWORK HD</b><br><b>8.15 Kuchenne rewolucje</b> (5)<br><b>9.15 Makłowicz w drodze</b><br><b>11.30 10 zadań specjalnych Michela Morana</b> (2-4)<br><b>13.15 Apetyt na miłość</b> (2)<br><b>14.15 Akcja: Restauracja!</b> (1)<br><b>15.15 24/24</b> (3) – maraton kulin.<br><b>16.50 Kuchenne rewolucje</b> (8)<br><b>17.50 Ciasteczkowe dzieła sztuki</b> – film dokum., USA<br><b>18.50 Halloweenowe wojny</b><br><b>19.50 Pyszne miejscówki</b> (7)<br><b>20.50 Posiekani: gotowanie w dzicy</b> (4) – reality show<br><b>21.55 Akcja: Restauracja!</b> (4)<br><b>22.55 Posiekani</b> (9) – telet. kulin.<br><b>23.55 Symon gotuje w ogrodzie</b> (1-3) – mag. | <b>POLSAT RODZINA HD</b><br><b>10.25 Jeźdźcy smoków na końcu świata</b><br><b>11.55 Rodzina zastępcza</b> (162, 163) – kom., Pol. 2004<br><b>13.50 Największe statki świata</b> (5, 6) – serial dok.<br><b>15.45 Świat z góry</b> (2, 3) – dok.<br><b>16.55 Wypasiona kuchnia</b> (26)<br><b>17.05 Pingwiny z Madagaskaru</b> (7-10)<br><b>19.00 Rodzina zastępcza</b> (191)<br><b>20.00 Calkiem nowe lata miodowe</b> (8, 9) – kom.<br><b>21.05 Miodowe lata</b> (56) – kom.<br><b>21.55 Nasz nowy dom</b><br><b>23.50 Historia broni</b> (7, 8) – dok.<br><b>2.00 Ewa gotuje</b> (501, 502)<br><b>3.00 SuperLudzie</b> (35, 36) | <b>BBC LIFESTYLE HD</b><br><b>13.30 Najlepszy konsultant</b> Słubny (4) – pr. rozrywk.<br><b>14.45 Wielkie brytyjskie wypieki</b> 5 (2) – pr. rozrywk.<br><b>15.50 Zapraszamy do stołu: Wielka porcja</b> 20 (2)<br><b>17.50 Najpiękniejsze domy: Nowa Zelandia</b> (5) – rozr.<br><b>18.50 Mistrzowie szycia</b> 10 (6)<br><b>19.55 Wielkie brytyjskie wypieki</b> 5 (3) – pr. rozrywk.<br><b>21.00 Hotel Savoy</b> (3) – dok.<br><b>22.00 Karaiby: raj miliarderów</b><br><b>23.00 Życie w Monako</b> (2) – film dok., Wielka Brytania 2020<br><b>0.05 Ratunek dla skóry</b> 5 (8)<br><b>1.00 Wstydlive choroby: Nastolatki</b> 2 (2) – dok.                        | <b>NICK JR. HD</b><br><b>16.04 Świnka Peppa</b> 2<br><b>16.15 Świnka Peppa</b> 3 (8)<br><b>16.30 Dora</b> 4 (12) – serial anim.<br><b>17.00 Pan Krokodyl</b> (11) – anim.<br><b>17.30 Barabapa i jego rodzinka</b> 2 (14) – anim., Fr.<br><b>18.10 Rubble i jego ekipa</b> (4)<br><b>18.30 Psi Patrol</b> (15) – anim.<br><b>19.00 Santiago z mórz</b> (4)<br><b>19.30 Przygody Misia Paddingtona</b> (14) – anim.<br><b>19.59 Świnka Peppa</b> (29)<br><b>20.04 Świnka Peppa</b> 7<br><b>20.31 Świnka Peppa</b> 2 (43)<br><b>20.36 Świnka Peppa</b> 8 (32, 33)<br><b>20.45 Świnka Peppa</b> (52)<br><b>21.00 Barabapa i jego rodzinka</b> (6, 8, 9) – anim.                                                                             | <b>POLSAT NEWS HD</b><br><b>13.55 Pogoda</b><br><b>14.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny</b><br><b>14.55 Pogoda</b><br><b>15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny</b><br><b>15.30 Sport, pogoda</b><br><b>15.50 Wydarzenia 15:50</b><br><b>16.30 Punkt widzenia Jankowskiego</b> – pr. publ.<br><b>18.00 Najważniejsze pytania</b><br><b>19.15 Gość „Wydarzeń”</b> – publ.<br><b>19.50 Debata Gozdyry</b> – publ.<br><b>21.50 Wydarzenia wieczorne</b><br><b>22.30 Dzień na świecie</b> – pr. inf.<br><b>23.30 Obraz dnia – serwis informacyjny</b><br><b>0.00 Najważniejsze pytania</b>                                                                                                       |
| <b>Kobieta DVB-T2</b><br><b>12.50 Przepis dnia</b> 4 (21) – mag.<br><b>13.00 Na dobre i na złe</b> (612)<br><b>13.50 Tajemnice samolotów przydrożnych</b> – film dok.<br><b>15.00 Rodzinka.pl</b> (301) – kom.<br><b>15.30 Ojciec Mateusz</b> 13 (171, 172) – krym., Pol. 2015<br><b>17.20 Rajske zakatki Europy</b><br><b>18.30 Rolnik szuka żony</b> 13 (2)<br><b>19.30 Panna młoda</b> (1) – obycz.<br><b>20.30 Wichrowe wzgórce</b> (359) – serial obycz., Turcja 2024<br><b>21.30 La Promesa – pałac tajemnic</b> (327) – obycz.<br><b>22.30 Trzy królowe</b> – komedia, USA 2021, 105 min<br><b>0.15 Dzieci w niewoli lajków</b> – film dok., Francja 2024         | <b>E! ENTERTAINMENT HD</b><br><b>10.35 Z Kamera</b> u Kardashianów (1, 2)<br><b>12.35 Tyler Henry – medium z Hollywood</b> (5, 6) – rozr.<br><b>14.35 Plastikowa fuszerka</b><br><b>16.05 Z Kamera</b> u Kardashianów (3, 4)<br><b>18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje!</b> – program rozrywk.<br><b>18.30 Tyler Henry – medium z Hollywood</b> (11) – pr. rozr.<br><b>20.30 Plastikowa fuszerka</b><br><b>22.30 Z Kamera</b> u Kardashianów (5, 6)<br><b>0.30 Oglądaj na żywo, co się dzieje!</b> – program rozrywk.<br><b>1.00 Tyler Henry – medium z Hollywood</b> (5, 6) – rozr.                                                                                     | <b>TV TRWAM DVB-T</b><br><b>16.00 Informacje dnia</b><br><b>16.10 Sanktuaria polskie</b><br><b>16.30 Porady medyczne bonifratrów</b> (48) – med.<br><b>17.00 Świadkowie</b><br><b>17.30 Spotkanie Rodziny Radia Maryja</b> – pr. religijny<br><b>20.00 Informacje dnia</b><br><b>20.20 Różaniec</b><br><b>20.50 Kartka z kalendarza – powstanie warszawskie</b> – pr. eduk.<br><b>21.00 Apol Jasnogórski</b><br><b>21.20 Informacje dnia</b><br><b>21.40 Polski punkt widzenia</b><br><b>22.00 Głos serca</b> (107) – obycz.<br><b>22.45 Z wędka nad wodę w Polskę i świat</b> – rozr.                                            | <b>BBC BRIT HD</b><br><b>10.15 Wymieniaczki, które zmieniły świat</b> (6) – dok.<br><b>11.25 Brytyjskie fabryki</b> 2 (2)<br><b>12.30 Top Gear</b> 18 (3) – mag.<br><b>13.35 Legendarne samoloty gąsienic: ostatni lot</b> (1)<br><b>14.40 Cuda inżynierii</b> 6 (7)<br><b>15.45 Who Wants to Be a Millionaire</b> z Jeremym Clarksonem 4 (21)<br><b>16.45 Brytyjskie fabryki</b> 2 (2)<br><b>17.50 Top Gear</b> 18 (4) – mag.<br><b>18.55 Cuda inżynierii</b> 6 (7)<br><b>19.55 Brytyjskie fabryki</b> 2 (3)<br><b>21.00 Ikony motoryzacji</b> (3)<br><b>22.00 Samochód roku</b> (1, 2)<br><b>23.05 Top Gear</b> 18 (3) – mag.<br><b>0.10 Top Gear</b> 12 (2) – mag. | <b>MINI MINI+ HD</b><br><b>11.25 Baczne oczka</b> (13, 1-3)<br><b>11.55 Marta mówi</b> (38, 39)<br><b>12.50 Moje urodziny</b> – dla dzieci<br><b>12.59 Marta mówi</b> (40, 41)<br><b>13.55 Moje urodziny</b> – dla dzieci<br><b>14.00 Basia</b> (10-13, 1) – anim.<br><b>15.10 Kicia Kocia</b> 2 (5-9) – anim.<br><b>15.55 Blaze i megamaszynny</b> 3<br><b>16.23 Blaze i megamaszynny</b> 2<br><b>17.20 Staś i fagna Babcia</b> (38, 39) – serial animowany<br><b>17.50 Moje urodziny</b> – dla dzieci<br><b>17.57 Staś i fagna Babcia</b> (40)<br><b>18.15 Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia</b><br><b>18.40 Dora i przyjaciele</b> 2<br><b>19.35 Kicia Kocia</b> 2 (4-8) – anim.<br><b>20.25 Mały Charlie</b> (4-8) – anim. | <b>TVP 3 DVB-T2</b><br><b>13.00 Agrobiznes</b><br><b>13.20 Agropogoda</b><br><b>13.30 Rozmowy (nie)wygodne</b><br><b>14.10 Inwestujemy w Twoje zdrowie</b> – magazyn<br><b>15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego</b> – program religijny<br><b>15.20 Serwis Info Dzień</b> – inf.<br><b>15.30 Program lokalny</b><br><b>19.30 Dlaczego krowa...</b> – mag.<br><b>19.45 Kryminalna siódemka</b><br><b>20.00 Dzienniki regionów</b> – inf.<br><b>20.13 Gość Regionów</b> – pr. publ.<br><b>20.30 Kryminalna siódemka</b><br><b>21.00 Program lokalny</b><br><b>22.00 Dzienniki regionów</b> – inf.<br><b>22.30 Złoty chłopak</b> (248) – serial obycz., Turcja 2022                                     |

## Warto zobaczyć

15.05 **Fredek uszczęśliwia świat**

**KOMEDIA** Inżynier konstruuje wynalazek, który wprowadza chaos w spokojne życie mieszkańców Warszawy. Reż.: Zbigniew Ziemiński, A: Loda Halama, Zbigniew Rakowiecki  
Polska 1936 **95 min ► do godz. 16.40**

15.20 **Pan i władca: Na krańcu świata**

**PRZYGODOWY** Kapitan Aubrey ściga francuski okręt. Nie zamierza się poddać. Stawia na szali życie załogi i dobre imię. Reż.: Peter Weir, A: Russell Crowe, Paul Bettany, James D'Arcy  
USA 2003 **195 min ► do godz. 18.35**

16.00 **Marzyłam o Afryce**

**OBYCZAJOWY** Kuki razem z narzeczoną i synkiem wyjeżdża do Kenii. Po śmierci ukochanego sama stawia czoło przeciwnościom. Reż.: Hugh Hudson, A: Kim Basinger, Vincent Perez, Eva Marie Saint  
USA 2000 **130 min ► do godz. 18.10**

17.50 **Tajna baza**

**PRZYGODOWY** Charlie odkrywa pod domem kryjówkę superbohatera. Wraz z przyjaciółmi postanawiają kontynuować jego misję. Reż.: Henry Joost, Ariel Schulman, A: Owen Wilson, Walker Scobell  
USA 2022 **130 min ► do godz. 20.00**

18.00 **Szkoła stewardes**

**KOMEDIA** Ekspedientka z prowincji marzy o tym, by zostać stewardesą renomowanych linii lotniczych. Reż.: Bruno Barreto, A: Gwyneth Paltrow, Christina Applegate  
USA 2003 **120 min ► do godz. 20.00**

18.10 **Magik z Nowego Jorku**

**KOMEDIODRAMAT** Szewc odkrywa tajemnicę rodzinnej firmy. Jej magia pozwala mu poznać życie klientów. Reż.: Tom McCarthy, A: Elii, Adam B. Shapiro, Evan Neumann  
USA 2014 **110 min ► do godz. 20.00**

20.00 **Błąd**

**OBYCZAJOWY** Umiera pacjentka, którą operowali chirurg i stażysta. Lekarka chce dowiedzieć, że do tragedii nie doprowadziła pomyłka kolegi. Reż.: Christine Jeffs, A: Elizabeth Banks, Matthew Sunderland  
Nowa Zelandia 2024 **105 min ► do godz. 21.45**

22.15 **Nadzieja**

**MELODRAMAT** Anja ma guza mózgu. Lekarze twierdzą, że pacjentce zostały trzy miesiące życia. Jej małżeństwo przechodzi próbę. Reż.: Maria Sodahl, A: Andrea Brain Hovig, Stellan Skarsgård  
Norwegia 2019 **135 min ► do godz. 0.30**

## → filmowe hity



Ross i jego kompani nie mogą pozwolić, by groźna broń trafiła w niepowołane ręce.

20.30 **Niezniszczalni 4**

**SENSACYJNY** Doświadczeni najemnicy łączą siły z młodymi ryzykantami, aby zapobiec wojnie.

**HIT DNIA** Barney Ross, Lee Christmas, Gunner oraz ich kompani tworzą jednostkę specjalizującą się w karkołomnych misjach. Czekają ich kolejne wyzwania. Pracujący dla CIA Marsh powierza im zadanie pokrzyżowania planów Rahmata, który na zlecenie dyktatora ma wejść w posiadanie broni

masowego rażenia w Libii. Rossa dąży do rozpoczęcia konfliktu zbrojnego ze Stanami Zjednoczonymi, co wywoła chaos na świecie. Żeby powstrzymać wroga, do zespołu najemników dołącza młode pokolenie ryzykantów wykorzystujących odmienne style walki oraz metody działania. Pomimo dzielących

ich różnic śmiałkowicie muszą nauczyć się porozumiewać, by osiągnąć cel. Stawką udanej współpracy jest przyszłość zagrożonej ludzkości. Rozpoczyna się emocjonujący wyścig z czasem. **HD 140 min ► do godz. 22.50**

USA 2023 Reż.: Scott Waugh Wyst.: Jason Statham, 50 Cent, Megan Fox, Dolph Lundgren, Sylvester Stallone

20.00 **Snajper: Kolejne starcie**

**THRILLER** Oddział Branda Becketta (Chad Michael Collins) podczas misji w Afryce zostaje ostrzelany. Tylko jemu udaje się ocalać. Żołnierz postanawia pomścić swoich towarzyszy broni.

Reż.: Yuval Adler Wyst.: Richard Sammel  
RPA 2011 **HD 115 min ► do godz. 21.55**

22.45 **Diabelska jazda**

**THRILLER** David (Joel Kinnaman) spieszy się do szpitala, aby towarzyszyć żonie podczas porodu. Do jego samochodu nagle wsiada nieznajomy (Nicolas Cage), który grozi mu bronią. Zdesperowany kierowca zaczyna grę o życie.

Reż.: Yuval Adler Wyst.: Cameron Lee Price  
USA 2023 **HD 105 min ► do godz. 0.30**

21.00 **Ścigane**

**SENSACYJNY** Sam Carlson (Noomi Rapace) ma ochraniać dziedziczkę fortuny, Zoe (Sophie Nélisse). Zadanie się komplikuje, gdy dochodzi do próby porwania dziewczyny. Aby przetrwać, muszą zabijać podążających ich tropem bandytów.

Reż.: Vicky Jewson Wyst.: Eoin Macken  
Wlk. Bryt. 2019 **HD 130 min ► do godz. 23.10**

22.50 **Wielki mur**

**FANTASY** Łucznik William (Matt Damon) wraz z towarzyszem dociera do warowni otoczonej zaporą. Przybywsze stają się świadkami ataku siejących spustoszenie stworzeń. Proszą o możliwość przyłączenia się do walki z bestiami.

Reż.: Yimou Zhang Wyst.: Pedro Pascal  
USA 2016 **HD 130 min ► do godz. 1.00**

22.10 **W sieci zła**

**THRILLER** Hobbes (Denzel Washington) i Jonesy są świadkami egzekucji zabójcy, którego aresztowali. Kilka dni po śmierci mordercy zostają wezwani na miejsce zbrodni. W trakcie śledztwa dokonują wstrząsającego odkrycia.

Reż.: Gregory Hoblit Wyst.: Donald Sutherland  
USA 1998 **HD 135 min ► do godz. 0.25**

23.10 **Impas**

**THRILLER** Ron (Bruce Willis) sądzi, że policjanci są odpowiedzialni za śmierć jednego z jego synów i bezprawne uwięzienie drugiego. Wraz z grupą najemników wdzierają się na teren zapory wodnej. Grozi zatopieniem miasta.

Reż.: Jared Cohn Wyst.: Patrick Muldoon  
USA 2021 **HD 130 min ► do godz. 1.20**

→ sport



**13.00** **Turniej ATP w Chengdu**  
POLSAT SPORT 2 **TENIS LIVE** Fani przekonają się, kto zasili grono triumfatorów turnieju w Chengdu, w którym są np. Alexander Zverev i Alejandro Tabilo. Szansę na występ w finale ma m.in. rozstawiony z numerem piątym Hubert Hurkacz. **HD** 270 min ▶ do godz. 17.30



**20.35** **Szkocja – Szwajcaria**  
POLSAT SPORT 3 **PIŁKA NOŻNA LIVE** Helweci w ostatnich MŚ dotarli do 1/4 finału, potwierdzając swój status w futbolowej hierarchii. Czy sprostają roli faworytów meczu Ligi Narodów na Hampden Park? **HD** 115 min ▶ do godz. 22.30



**20.35** **Czechy – Anglia**  
POLSAT SPORT 2 **PIŁKA NOŻNA LIVE** Synowie Albionu wrócili z mundialu z brązowym medalem. Ich kolejnym celem jest zawojowanie Ligi Narodów. Przed nimi pierwszy mecz w Pradze od siedmiu lat. Poprzedni przegrali 1:2. **HD** 145 min ▶ do godz. 23.00



**20.40** **Hiszpania – Chorwacja**  
TVP SPORT **PIŁKA NOŻNA LIVE** Ten mecz można nazwać rewanżem za finał LN w 2023 r. Wtedy po rzutach karnych wygrali Hiszpanie. To ich pierwszy występ na swoim terenie po triumfie w mistrzostwach świata. **HD** 170 min ▶ do godz. 23.30

→ rozrywka



**20.00** **Hotel Paradise 13**  
TVN 7 **REALITY SHOW** Jednym z uczestników rywalizacji jest barber Jakub Szypuła, który interesuje się motocrossem. 27-latek podkreśla, że pomimo miłosnego zawodu wciąż wierzy w prawdziwe uczucia. Okaże się, czy któraś z mieszanek wili zdoła podbić jego serce. **HD** 60 min ▶ do godz. 21.00



**20.20** **Embodying Pasolini**  
TVP KULTURA **TEATR TV** Aktorka Tilda Swinton w ciszy przymierza kolejne kostiumy. Każdy ze strojów, zaprojektowanych przez Danilo Donatiego, odwołuje się do określonego filmu Piera Paolo Pasoliniego z lat 60. i 70. **HD** 115 min ▶ do godz. 22.15



**21.30** **Kuba Wojewódzki**  
TVN **TALK-SHOW** W studiu pojawiają się kolejne osoby ze świata kultury czy muzyki. W nowym sezonie dziennikarz rozmawiał już z Jackiem Kawalcem, Sebastianem Karpiem-Bułęką, Filipem Chajzerem, Miuoshem czy Ignacym Lissem. **HD** 75 min ▶ do godz. 22.45

→ dokument



**12.55** **Osobliwa planeta**  
TVP 1 **NATURA** Przedstawione zostaną zaskakujące zachowania zwierząt. Od lotów wiszących ważki po taniec godowy altannika płomiennego, który wykonywany jest w celu przyciągnięcia partnera. **HD** 65 min ▶ do godz. 14.00

# Zamów najbliższe wydania swojego ulubionego tytułu!



## Oferta PRENUMERATY

Od teraz możesz kupić to&owoTV dla siebie i swoich bliskich bez wychodzenia z domu.  
5 wydań za 23,95 zł lub 26 wydań za 124,54 zł

Możesz także zamówić **e-wydanie** na [www.czytelnia.pl](http://www.czytelnia.pl) – to wygodny i szybki dostęp do najlepszych treści na Twoim smartfonie, tablecie czy komputerze.



Aby zamówić kolejne wydania **to&owoTV**:  
→ przez internet: wejdź na [www.czytelnia.pl](http://www.czytelnia.pl)  
→ telefonicznie (w godz. 8.00 – 17.00):  
zadzwoń pod numer:  
**67 210 86 05, 67 354 16 05**  
[prenumerata@bauer.pl](mailto:prenumerata@bauer.pl)

- \* Najdogodniejszą formą składania zamówień jest nasz sklep [www.czytelnia.pl](http://www.czytelnia.pl)
- \* Szacowany czas dostawy: 4 dni od daty ukazania się w kiosku.
- \* Wysyłka za pośrednictwem Poczty Polskiej listami ekonomicznymi, na terenie Polski. W przypadku wysyłki poza granice kraju do cen prenumeraty doliczamy opłatę pocztową zgodną z aktualnym cennikiem Poczty Polskiej.

TVP 1 HD DV3 T2

- 4.35 **Wykrywacz kłamstw** – publ.  
4.50 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.  
5.15 **Reporterzy** – mag. reporterów  
5.25 **Oko na świat** – magazyn  
5.50 **Akacja 38** (949) – telenowela, Hiszpania 2018  
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**  
7.30 **Kościół z bliska** – mag. religijny  
8.00 **Serwis Info** – program inform.  
8.10 **Pogoda Info**  
8.20 **Zaraz wracam 3** (147) – serial obyczajowy, Polska 2026  
9.00 **Ranczo 2** (17) – obycz., Pol. 2007  
10.00 **Komisarz Alex 2** (17) – serial kryminalny, Polska 2012  
11.00 **Ojciec Mateusz 21** (275) – serial kryminalny, Polska 2019  
12.00 **Serwis Info** – program inform.  
12.10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy  
12.30 **Agropogoda** – program inform.  
12.40 **Magazyn rolniczy**  
12.55 **Natura w Jedyńce: Osobliwa planeta** (1) – serial dok., Australia  
14.00 **Splątane losy** (55) – serial obyczajowy, Turcja 2024  
15.00 **Serwis Info** – program inform.  
15.10 **Reporterzy** – mag. reporterów  
15.35 **Gra słów. Krzyżówka** (1152)  
16.00 **Dziedzictwo** (1039) – serial obyczajowy, Turcja 2020  
17.00 **Teleexpress, pogoda**  
17.25 **Jaka to melodia?** – telet. muz.  
18.05 **Klan** (4743) – telenowela, Polska 2026  
18.40 **Akacja 38** (966) – telenowela, Hiszpania 2018  
19.30 **Program informacyjny** 19.30  
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.  
20.10 **Sport, pogoda**

TVP 2 HD DV3 T2

- 4.35 **Na dobre i na złe** (944): Najlepsze ogniwo – serial obyczajowy, Polska 2025  
5.35 **M jak miłość** (1848) – serial obyczajowy, Polska 2025  
6.20 **Nasza wiara, nasza historia** – reportaż, Polska 2026  
6.50 **Barwy szczęścia** (3407) – serial obyczajowy, Polska 2026  
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn  
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn  
11.45 **Rosół polski** (40) – magazyn kulinarny  
12.25 **Koło fortuny** – teleturniej  
13.15 **Panna młoda** (209) – serial obyczajowy, Turcja 2024  
14.05 **Va banque** – teleturniej  
14.35 **Na sygnale** (927): Furia zdradzonej kobiety – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026  
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (487) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024  
16.00 **Koło fortuny** – teleturniej  
16.35 **Familiada** – teleturniej  
17.20 **Panna młoda** (210) – serial obyczajowy, Turcja 2024  
Dziecko i Beyza przechodzą testy DNA. Siła łączy fakty i rzuca cięń podejrzeń na Mukadder.  
18.15 **Va banque** – teleturniej  
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej  
19.25 **Barwy szczęścia** (3407) – serial obyczajowy, Polska 2026  
20.05 **Barwy szczęścia** (3408) – serial obyczajowy, Polska 2026  
20.40 **Kulisy serialu „M jak miłość”** – cykl felietonów

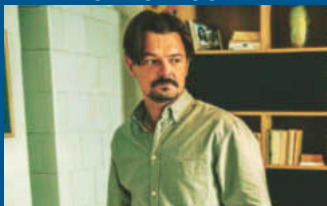
polsat HD DV3 T2

- 4.40 **Disco Gramy**  
5.25 **Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy  
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**  
8.00 **Trudne sprawy** (761) – serial paradokumentalny, Polska 2018  
9.05 **Dlaczego ja?** (1321) – serial paradokumentalny, Polska 2024  
10.05 **Wypasiona kuchnia** (17) – program rozrywkowy  
10.20 **Dlaczego ja?** (1322, 1323) – serial paradokumentalny, Polska 2024  
12.25 **Gliniarze. Śląsk** (20): Plan doskonały – serial kryminalny, Polska 2026  
13.25 **Gliniarze** (982, 983) – serial paradokumentalny, Polska 2024  
15.30 **Wydarzenia 24**  
15.50 **Pogoda**  
15.55 **Gliniarze** (1235) – serial paradokumentalny, Polska 2026  
16.55 **Gliniarze. Śląsk** (21): Najwyższa cena – serial kryminalny, Polska 2026  
18.00 **Pierwsza miłość** (4255) – serial obyczajowy, Polska 2026  
Alan towarzyszy Hubertowi i Erykowi podczas zakupów. Dowiaduje się, że ma rozmowę kwalifikacyjną za godzinę. Piotrek prosi Melkę, by zrezygnowała z pracy w terenie. Ona jednak nie chce o tym słyszeć.  
18.50 **Wydarzenia**  
19.15 **Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny  
19.25 **Wypasiona kuchnia** (30) – program rozrywkowy  
19.35 **Sport, pogoda**  
19.55 **Milionerzy** – teleturniej

tvn TVN HD DV3 T2

- 5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów  
5.55 **Ukryta prawda** (1490) – serial paradokumentalny, Polska 2023  
6.50 **Kuchenne rewolucje** (7): Żnin – Chicken Go – pr. rozrywk.  
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn  
11.20 **Doradca smaku** (18) – magazyn kulinarny  
11.30 **Kuchenne rewolucje** (4, 12): Wrocław – Margaret; Gorzów Wielkopolski – Bar Agata/Bar Agata 1965 – pr. rozr.  
13.40 **Ukryta prawda** (1638, 1639, 1770) – paradok., Polska  
Rodzice Darii rok temu się rozwieli. Jej siostra zamieszkała z matką, a ona z ojcem i jego partnerką. Parze niedawno urodziło się dziecko. Nastolatka nie akceptuje macochy, a niemowlę ją irytuje. Niebawem Daria pozna sekret ojca.  
16.50 **Szpital św. Anny** (151) – serial obyczajowy, Polska 2026  
Na SOR trafiają 5-latek i jego babcia, poszkodowani w wypadku. Bilewicz podejmuje decyzję o natychmiastowej operacji starszej kobiety. Asystuje mu Wroński.  
17.55 **Detektywi** (352) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026  
Anna Potaczek dostaje zlecenie od byłego gangstera, który podejrzewa ukochaną o zdradę. Detektywi rozpoczynają obserwację kobiety.  
19.00 **Fakty, sport i pogoda**  
19.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów  
20.15 **Na Wspólnej** (4285) – serial obyczajowy, Polska 2026

## 20 OBYCZAJOWY



20.30 **Felicita** (10) – Polska/Włochy 2026

Zoska wciąż stara się rozwiązać zagadkę dotyczącą domu oraz przelewów Kamila do Giulii. Stella i Francesca są zaniepokojone stanem Marco po rozwodzie. Mężczyzna z kolei oferuje Zośce pomoc. Wpada na pomysł, aby Giulia przyjechała z Nico do Warszawy.

21.05 **Sekielski wieczorową porą** (39) – program publicystyczny

22.10 **Kino mocnych wrażeń: W sieci zła** – thriller, USA 1998, reż. Gregory Hoblit, wyk. Denzel Washington, John Goodman, Donald Sutherland, 135 min

0.25 **Miłość i turbulencje** – komedia romantyczna, Francja 2013, reż. Alexandre Castagnetti, wyk. Ludivine Sagnier, Nicolas Bedos, Jonathan Cohen, 105 min

2.10 **Morderstwa w Montauban** – film kryminalny, Francja 2024, reż. Muriel Aubin, wyk. Hubert Delattre, Déborah Krey, Lionel Astier, 100 min

3.50 **Sekielski wieczorową porą** (40) – program publicystyczny

4.40 **Zakończenie**

## OBYCZAJOWY



20.50 **M jak miłość** (1944) – Polska 2026

Werner po rozstaniu z Sylwią pogrąża się w kryzysie. Budyniński próbuje wesprzeć przyjaciela, nawet gdy ten, kompletnie pijany, niszczy ich randkę. Prawnik znów pakuje się w kłopoty, kiedy poznaje seksowną Oliwię. Magdę zaskakuje nagły przyjazd Julii z córkami. Okazuje się, że kobieta nie jest szczęśliwa w Ukrainie.

21.50 **Na sygnale** (928, 929) – serial fabularno-dokum., Polska 2026

22.55 **Matlock** (19) – serial kryminalny, USA 2024

23.50 **Człowiek z magicznym pudełkiem** – dramat s.f., Polska 2017, reż. Bodo Kox, wyk. Olga Bołądź, Piotr Polak, Sebastian Stankiewicz, Helena Norowicz, 120 min

1.50 **Kim Jo Dzong. Czerwona księżniczka** – film dokumentalny, Francja 2022

2.55 **Akacja 38** – telenowela, Hiszpania 2015-2021

3.45 **Rodzinka.pl** – serial komediowy, Polska 2026

4.10 **Zakończenie**

## SENSACYJNY



20.30 **Niezniszczalni 4** – USA 2023, 140 min

Najemnicy Barney Ross, Gunner oraz ich kompani specjalizują się w misjach niemożliwych. Muszą powstrzymać Rahmatę, który na zlecenie dyktatora ma zdobyć broń masowego rażenia w Libii.

22.50 **Wielki mur** – film fantasy, USA/Chiny/Hongkong 2016, reż. Yimou Zhang, wyk. Matt Damon, Tian Jing, Willem Dafoe, Andy Lau, 130 min

Łucznik William wraz z towarzyszem dociera do otoczonej zaporą warowni. Na ich oczach dochodzi do ataku niszczycielskich stworzeń. Śmiałowice postanawiają dołączyć do walki z bestiami. Wojna zadecyduje o przyszłości ludzi.

1.00 **Pierwszy śnieg** – film kryminalny, Wielka Brytania/USA/Szwecja 2017, reż. Tomas Alfredson, wyk. Michael Fassbender, Rebecca Ferguson, Charlotte Gainsbourg, 155 min

3.35 **Kabaretowa Ekstraklasa** (99) – program rozrywkowy

## TELETURNIEJ



20.50 **The Floor** (18)

W bieżącej edycji programu pojawiły się nowe, zaskakujące kategorie. Uczestnicy mają również szansę trafić na ukryty kwadrat z voucherem o wartości 10 tysięcy złotych. Teleturniej prowadzi Mikołaj Roznerski.

21.30 **Kuba Wojewódzki** (5) – talk-show

22.45 **Diabelska jazda** – thriller, USA 2023, reż. Yuval Adler, wyk. Nicolas Cage, Joel Kinnaman, Alexis Zollicoffer, Cameron Lee Price, 105 min  
David spieszy się do szpitala, by towarzyszyć żonie podczas porodu. Do jego samochodu wsiada nieznajomy, który grozi mu bronią.

0.30 **Superwizjer** – magazyn

1.10 **Uwaga!** – magazyn reporterów

1.30 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10** (20) – serial kryminalny, USA/Kanada 2010

2.35 **Młode gliny** (22, 23) – serial kryminalny, Polska 2026

4.35 **Nauka jazdy 6** (15)

5.05 **Zamieszkać na plaży 6** (4) – program rozrywkowy

TVN 7 HD DVBT2

- 5.20 Ten moment** (52) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (487-489) – serial paradokumentalny, Polska 2017
- 8.45 Ukryta prawda** (1395, 1559, 1560) – serial paradokumentalny, Polska 2015
- 11.50 W-11 – Wydział Śledczy** (712-714): Nie potrafię z tym żyć; Diabeł, część 2; Tajemnicza śmierć – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010
- 13.55 Detektywi** (136) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
- 15.00 Szpital św. Anny** (141) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 16.00 Szpital** (885) – serial paradokumentalny, Polska 2019
- 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (564) – serial fab. dok., Polska 2011
- 18.00 Rozwód. Walka o wszystko** (16) – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 19.00 Ukryta prawda** (1696) – serial paradokumentalny, Polska 2025 Po śmierci Jana rodzina poznaje treść testamentu, w którym całość majątku przepisał on córce, pomijając synów.
- 20.00 Hotel Paradise 13** (20) – reality show

TV PULS HD DVBT2

- 6.00 Policjanci z Miami 5** (17, 18): Swobodny lot, część 1 i 2 – serial kryminalny, USA 1989
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (3, 4): Odłot; Tożsamość – serial sensacyjny, Niemcy 2021
- 10.00 Zaklinaczka duchów 5** (101) – serial fantasy, USA 2010
- 11.00 Kotka** (40) – telenowela, Meksyk 2014
- 12.00 Nie igra z aniołem** (171) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
- 13.00 Wspaniałe stulecie** (13) – serial kostiumowy, Turcja 2013-2014
- 14.00 Rodzinny interes** (6): Brzydkie kaczątko – serial obyczajowy, Polska 2019
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 14** (762, 763) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 17.00 Rodzinny interes** (7): Mała miss – serial obyczajowy, Polska 2019 W warsztacie dochodzi do kradzieży. Klient ma pretensje, że zginęła kamera z ważnym nagraniem. Ela podejrzewa, że mąż ma coś na sumieniu.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 19** (1030, 1031) – serial obyczajowy, Polska 2026 Marcin doświadcza neknania ze strony dawnego kolegi. Pewnego dnia oprawca znika. Wkrótce policja puka do drzwi Marcina.

PULS 2 HD DVBT2

- 6.30 SamSam: Kosmiczne przygody** (13) – serial anim.
- 6.45 Gigantozaur 2** (52) – serial anim.
- 7.00 Blaze i Megamaszyny 7** (24)
- 7.30 Psi Patrol 3** (5) – serial anim.
- 7.50 Dora** (8) – anim., Kan./USA 2024
- 8.30 Wielkie przygody małego rekina 2** (5)
- 8.50 Masza i Niedźwiedź 9** (21-23)
- 9.25 Świnka Peppa** (17-19) – anim.
- 9.45 Bing** (21, 22) – serial animowany
- 10.00 Jeżyk i Przyjaciele** (8, 7) – anim.
- 10.35 Basia 2** (19, 20) – anim., Pol. 2019
- 11.10 Gus. Mały – wielki rycerz 2** (2, 3) – serial animowany, Fr. 2021
- 11.35 Tomek i przyjaciele: Naprzód lokomotywy!** 27 (22, 23) – anim.
- 12.00 Psi Patrol 4** (21) – serial anim.
- 12.35 Gumisie 6** (3, 4) – serial anim.
- 13.35 Smerfy** (67) – serial anim., Belgia
- 14.00 Baranek Shaun 6** (19, 20)
- 14.10 Baranek Shaun 4** (1) – anim.
- 14.35 Marta mówi** (17) – serial anim.
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 6** (6, 7) – anim.
- 16.00 Patryk Rozgwiazda Show** (22, 23) – serial anim., USA 2021
- 17.00 SpongeBob Kanciastoporty 9** (200, 201) – anim., USA 2011-2012
- 18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2** (7, 8) – serial animowany, USA
- 19.00 Kacze opowieści** (63, 64)
- 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 19** (1020)

NETFLIX



## ERIC

Syn Vincenta (Benedict Cumberbatch), twórcy programu dla dzieci, znika w drodze do szkoły. Ojciec ożywia w telewizji potwora z rysunków chłopca. Wierzy, że to pomoże mu wrócić do domu.

►serial krym. (6 odc.), USA 2024

## PREMIERA



## MONONOKE – FILM: ROZDZIAŁ 3 – KLATWA WĘŻA

W zamku Edo wrą dworskie intrgry. Gniew plotkarzy uaktywnia groźne bóstwo, które ma postać węża. Z mononoke walczy tajemniczy przybysz.

►film anim., Japonia 2026; 88 min



**CUKIERKI ALOESOWE – SEKRET URODY, DOBREGO SAMOPOCZUCIA, WZMOCNIENIA ODPORNOŚCI.**

## THRILLER



## 20.00 Snajper. Kolejne starcie

**FILM** – RPA/USA/Niemcy 2011, 115 min  
Oddział Brandona Becketta, syna słynnego snajpera, ma uratować Europejczyka osaczonego na farmie w ogarniętym wojną domową Kongu. Podczas akcji żołnierze zostają ostrzelani. Tylko Brandonowi udaje się przeżyć. Postanawia pomścić swoich towarzyszy broni. Zaczyna trening pod okiem Millera, byłego protegowanego swojego ojca.

## 21.55 Tajna broń – film sensacyjny,

**FILM** USA 1996, reż. John Woo, wyk. John Travolta, Christian Slater, Samantha Mathis, Delroy Lindo, 130 min

## 0.05 Żelazny orzeł 3: Asy

**FILM** przestworzy – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 1992, reż. John Glen, wyk. Louis Gossett Jr., Horst Buchholz, Rachel McLish, Paul Freeman, 125 min

## 2.10 Dzielnica strachu 3 (82):

Porachunki – serial kryminalny, Polska 2022

## 3.00 Lombard. Życie pod

zastaw 19 (1026) – serial obyczajowy, Polska 2026

4.00 Zobacz to! – pr. powtórkowe

## KRYMINALNY



## 21.00 Dzielnica strachu 4

(123, 124): Koszmar z tysiąca i jednej nocy; Wszystkie imiona diabła – Polska 2023

Senior zawiadamia policjantów, że w kamienicy słychać tajemnicze krzyki i jęki. Prawdopodobnie dochodzą z piwnicy. Agata i Andrzej udają się na miejsce. Ojciec nastolatki ma wątpliwości, czy wyprawić córkę urodziny w klubie, w którym była strzelanina. Dyżurna otrzymuje propozycję pomocy przy reorganizacji komisariatu.

## 23.00 Nietylidne choroby:

**Wstydliwe przypadłości** (1, 2) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2008

## 1.00 Dzielnica strachu 4 (122):

Dzień ojca – serial kryminalny, Polska 2023

## 2.00 Lombard. Życie pod

zastaw 6 (289, 290) – serial obyczajowy, Polska 2020

## 5.00 Lombard. Życie pod

zastaw 11 (563) – serial obyczajowy, Polska 2022

## PREMIERA



## LEGO ONE PIECE

Przygody załogi Słomkowego Kapelusza w świecie zbudowanym z klocków. Głównym bohaterem jest Usopp, który koloryzuje i wyolbrzymia dokonania ekipy, zamieniając każdą wyprawę w sensacyjną opowieść. U jego boku wiernie trwa klockowa wersja Choppera, który zawsze dotrzymuje mu towarzystwa.

►film anim., USA/Kan./Japonia 2026



## PANI PLAYMEN

Adelina Tattilo (Carolina Crescentini), założycielka pierwszego włoskiego magazynu erotycznego Playmen, rewolucjonizowała konserwatywny Rzym lat 70. Po odejściu męża przekształciła zadłużone pismo w poczytny tytuł. Swoją działalnością przyczyniła się do kulturowej rewolucji we Włoszech.

►serial obycz. (7 odc.), Włochy 2025

## 21.00 Ścigane – dramat

**FILM** sensacyjny, Wielka Brytania/USA 2019, 130 min

Wyszkolona do misji antyterrorystycznych Sam dostaje zadanie polegające na zapewnieniu bezpieczeństwa Zoe. Wydaje się, że ochrona bogatej dziewcziczki nie jest zbyt trudna dla zaprawionej w bojach funkcjonariuszki. Wszystko się jednak zmienia, kiedy dochodzi do próby porwania jej podopiecznej. Odtąd agentka i przerażona nastolatka muszą zabić, aby przetrwać.

## 23.10 Margaux – horror, USA 2022,

**FILM** reż. Steven C. Miller, wyk. Madison Pettis, Vanessa Morgan, Jediah Goodacre, Richard Harmon, 130 min

## 1.20 Hotel Paradise 13 (19)

– reality show

## 2.20 Wrota piekiel 3 (8) – serial

dokumentalny, USA 2022

## 3.20 Fachowcy (10) – serial

paradokumentalny, Polska 2017

3.55 Usterka 12 (4) – serial

fabularno-dokumentalny, Polska 2019

4.25 Dorota was urządzi! (8)

– program rozrywkowy

Następny odcinek obejrzyj na:

TVP VOD polsat go player DVBT DVBT2 – stacje dostępne za darmo w nazimnej telewizji cyfrowej

toowo I 55

## STACJE FILMOWE I SERIALOWE

| AXN HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | TVP SERIALE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | TVP KULTURA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | ALE KINO+ HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | CANAL+ PREMIUM HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | HBO HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas</b> (6, 7) – krym., USA/Kan.<br><b>7.35 Ostry dyżur 6</b> (5, 6) – serial obyczajowy<br><b>9.25 Castle 8</b> (2, 3) – serial krym., USA 2015-2016<br><b>11.25 Rekrut: FBI</b> (21, 22) – serial kryminalny<br><b>13.15 Agenci NCIS 10</b> (10, 11) – serial sensacyjny, USA 2012<br><b>15.15 FBI 6</b> (3, 4) – serial kryminalny, USA 2024<br><b>17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 9</b> (3, 4) – serial krym., USA/Kanada 2008<br><b>19.05 Castle 8</b> (4, 5) – serial krym., USA 2015-2016<br><b>21.05 Rekrut 5</b> (10) – serial krym., USA 2022-2023                             | <b>5.25 Rodzinka.pl</b> (160, 161) – kom., Pol.<br><b>6.30 Na sygnale</b> (543, 544)<br><b>7.35 Ojciec Mateusz 7</b> (93) – krym., Pol. 2011<br><b>8.35 Komisarz Alex 10</b> (125) – krym., Pol. 2017<br><b>9.25 Rodzinka.pl</b> (162)<br><b>10.00 Klan</b> (1509) – telen.<br><b>10.45 Ranczo 3</b> (30) – obycz.<br><b>11.35 M jak miłość</b> (1943)<br><b>12.35 Zaraz wracam 3</b> (146, 147) – obycz., Pol.<br><b>13.40 Ojciec Mateusz 34</b> (444, 445) – krym., Pol.<br><b>15.40 Komisarz Alex 10</b> (126) – krym., Pol. 2017<br><b>16.25 Na sygnale</b> (545, 546)<br><b>17.30 Ranczo 3</b> (32, 33) – serial obycz., Polska<br><b>19.35 Ojciec Mateusz 34</b> (446) – krym., Pol. 2026 | <b>8.25 Porozmawiajmy szczerze</b> – mag. kult.<br><b>9.00 Rodzina Polanieckich</b> (1)<br><b>10.35 Dzieci i ryby</b> – komedia obyczajowa, Polska 1996, 110 min<br><b>12.25 Kino Muranów</b> – film dokumentalny, 2025<br><b>14.00 Kosmos 1999</b> (34)<br><b>15.05 Fredek uszczęśliwia świat</b> – komedia, Polska 1936, 95 min<br><b>16.40 Rodzina Polanieckich</b> (2)<br><b>18.15 W poszukiwaniu dobrego filmu</b><br><b>18.55 Rawhide 3</b> (72)<br><b>20.00 Wstęp do filmu „Embodying Pasolini”</b> (31)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>6.30 Polska z góry 3</b> (1) – serial dok., Pol. 2018<br><b>7.00 Kot</b> – film krótkometr., Pol. 2022<br><b>7.20 Ultima Thule</b> – dramat obyczajowy, Polska 2023, 105 min<br><b>9.05 Gorzko</b> – film krótkometr.<br><b>9.50 Karen Pirie</b> (3) – krym., Wlk. Bryt. 2022<br><b>11.45 Detektyw Foyle 2</b> (4) – serial kryminalny<br><b>13.50 Peknięte lustro</b> – film kryminalny, Wlk. Bryt. 1980, 130 min<br><b>16.00 Marzylam o Afryce</b> – dramat obyczajowy, USA 2000, reż. Hugh Hudson, 130 min<br><b>18.10 Detektyw Foyle 3</b> (1) – serial kryminalny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>12.20 Ida</b> – dramat obyczajowy, Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min<br><b>13.40 Ekstremalne opady: niszczycielski żywioł</b> – film dokum., USA 2026<br><b>14.30 Saga „Zmierzchni”: Zacmienienie</b> – film fantasy, USA 2010, reż. David Slade, 120 min<br><b>16.30 Morderstwo w ambasadzie</b> – film kryminalny, Wielka Brytania 2025, 85 min<br><b>17.55 Premierowa jazda</b> – magazyn<br><b>18.10 Łapu capu</b> – pr. rozr.<br><b>18.15 Pompeje</b> – film katastroficzny, Kanada/Niemcy/USA 2014, 105 min                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>8.25 Akademia pana Kleksa 2</b> – film familijny, Polska 2024, 120 min<br><b>10.25 Władca Pierścieni: Powrót króla</b> – film fantasy, USA/Nowa Zelandia/Niemcy 2003, 195 min<br><b>13.40 Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13</b> (23) – talk-show<br><b>14.20 Karate kid</b> – przyg., USA 1984, 125 min<br><b>16.25 Witajcie w Marwen</b> – film biograf., USA/Japonia 2018, 115 min<br><b>18.20 Tak się poznaliśmy</b> – komedia romant., USA 2023, 100 min<br><b>20.00 The Pitt 2</b> (11)                           |
| KRYMINALNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | KRYMINALNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | TEATR TELEWIZJI                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | DRAMAT WOJENNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | DRAMAT OBYCZAJOWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | OBYCZAJOWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>22.05 Rekrut: FBI</b> (10) – USA 2022-2023<br>Zespół prowadzi dochodzenie w sprawie anonimowego szantażysty. Przestępca grozi ujawnieniem wykradzionej listy agentów FBI.<br><b>23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 9</b> (3, 4) – serial krym.<br><b>0.45 Castle 8</b> (4, 5) – serial krym., USA 2015-2016<br><b>2.40 Rekrut 5</b> (10) – krym.<br><b>3.40 Rekrut: FBI</b> (10) – serial kryminalny<br><b>4.30 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6</b> (11) – krym., USA/Kan.                                                                                                                                                 | <b>20.35 Ojciec Mateusz 7</b> (94) – Polska 2011<br>Mateusz odnajduje porzuconego niemowlaka. Tymczasem Kornacki zgłasza zaginięcie żony. Podejrzewa, że może ona próbować popełnić samobójstwo.<br><b>21.30 Ranczo 3</b> (34, 35) – serial obycz., Polska<br><b>23.30 Ojciec Mateusz</b> (1)<br><b>0.30 Na dobre i na złe</b> (998) – serial obycz.<br><b>1.30 Dom pod Dwoma Orłami</b> (9, 10) – obycz.<br><b>3.30 Wojenne dziewczyny</b> (8) – hist.<br><b>4.20 Klan</b> (1509) – telen.                                                                                                                                                                                                     | <b>20.20 Teatr Telewizji: Embodying Pasolini</b> – Polska 2025<br>Aktorka Tilda Swinton w czyszy przemyrzka kolejnemu kostiumu. Każdy ze strojów odwołuje się do określonego filmu Piera Paol Pasoliniego z lat 60. i 70.<br><b>22.15 Nadzieja</b> – melodramat, Norwegia/Szwecja/Dania 2019, 135 min<br><b>0.30 Książę przypraw</b> – dramat obyczajowy, USA 1991, 140 min<br><b>2.50 The Rolling Stones</b> – życie w rytmie rocka (4) – dok.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>20.10 Byliśmy żołnierzami</b> – Niemcy/USA 2002, 160 min<br>Rok 1965. Weteran wojny w Korei, podpułkownik Hal Moore, leci z oddziałem do Wietnamu. W dolinie La Drang żołnierze staczą się krwawą bitwą z armią wroga.<br><b>22.50 Agent</b> – film sens., USA 2024, 125 min<br><b>0.55 Love Lies Bleeding</b> – sens., Wlk. Bryt./USA 2024, 125 min<br><b>3.00 Król</b> (8-ost.) – sens.<br><b>4.25 Warsaw Story</b> – film krótkometr.<br><b>5.00 Sortownia</b> (8-ost.)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>20.00 Błąd</b> – Nowa Zelandia/Wielka Brytania 2024, 105 min<br>Umiera pacjentka, którą operowali ceniona chirurg Eliza-beth Taylor i sztyżysta Richard Whitehead. Lekarka chce udowodnić, że to tragedia nie doprowadziła pomyłki jej kolegi.<br><b>21.45 Bezsensuś</b> – thriller, USA 2002, 115 min<br><b>23.40 13 dni, 13 nocy</b> – thriller, Francja/Belgia 2025, 110 min<br><b>1.30 The Blair Witch Project</b> – horror, USA 1999, reż. Eduardo Sánchez, 80 min                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>20.50 Niebo. Rok w piekle</b> (5) – Polska 2025<br>Mimo że wspólnota ostatecznie się rozpadła, jej dawni członkowie nie potrafili całkowicie uwolnić się od jej wpływu. Sebastian cały czas zmaga się z traumą.<br><b>21.35 Mortal Kombat 2</b> – film sensacyjny, USA 2026, 110 min<br><b>23.25 Firendro</b> – horror, USA/Luksemburg/Wielka Brytania 2025, 95 min<br><b>1.00 Bękart</b> – dramat historyczny, Dania/Szwecja/Norwegia 2023, 125 min                                                                                 |
| AXN WHITE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | WARNER TV                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | CANAL+ FILM                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | CANAL+ SERIALE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | CANAL+ 360 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | HBO 2 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>6.10 Detektyw Murdoch 8</b> (16) – krym., Wlk. Bryt./Kan.<br><b>7.00 Dr House 3</b> (4, 5) – obycz.<br><b>8.45 Napisała: Morderstwo 3</b> (10, 11) – serial kryminalny<br><b>10.55 Agenci NCIS 19</b> (18-20)<br><b>13.50 Rekrut 4</b> (7) – serial krym.<br><b>14.50 Dr House 3</b> (6, 7) – obycz.<br><b>16.50 Downton Abbey 5</b> (4, 5)<br><b>19.00 Unforgettable</b> (4)<br><b>20.00 Dowody zbrodni 2</b> (14, 15) – serial kryminalny<br><b>22.00 Rekrut 4</b> (8) – serial krym.<br><b>23.00 Agenci NCIS 19</b> (18-20)<br><b>1.40 Dowody zbrodni 2</b> (14, 15) – serial kryminalny<br><b>3.35 Zaklinacze koni 2</b> (5, 6) | <b>11.35 Pełniejsza chata 4</b> (1)<br><b>12.10 Teraz albo nigdy! 2</b> (9, 10)<br><b>14.10 Bajer z Bel-Air 3</b> (24)<br><b>14.40 Bajer z Bel-Air 4</b> (1-3)<br><b>16.05 Pełniejsza chata 3</b> (18)<br><b>16.40 Pełniejsza chata 4</b> (1-3)<br><b>18.20 Uwolnić orkę 4</b><br><b>FILM Ucieczka z Zatoki Piratów</b> – film familijny, USA 2010, 125 min<br><b>20.25 Jackie Chan: Pierwsze uderzenie</b> – film sensacyjny, USA/Hongkong/Ukraina 1996, 95 min<br><b>22.00 4 Blocks</b> (5, 6) – krym.<br><b>0.15 Czarnowice z Eastwick</b> – horror komediowy, USA 1987, 145 min                                                                                                             | <b>6.00 Łapu capu</b> – pr. rozrywk.<br><b>6.05 Benek</b> – komediodramat, Polska 2007, 100 min<br><b>7.45 Dumna królewna</b> – film anim., 2024, 80 min<br><b>9.05 Orzelek Iggy</b> – film anim., Polska/USA 2025, 85 min<br><b>10.30 Łapu capu</b> – pr. rozrywk.<br><b>10.35 Call me lala</b> – film krótkometr., Pol.<br><b>11.00 Riefenstahl</b> – dok., 2024<br><b>13.00 Ocaleni</b> – thriller, USA/Kanada 2008, 90 min<br><b>14.30 Niania w Nowym Jorku</b> – komedia romantyczna, USA 2007, 105 min<br><b>16.15 Thelma</b> – komedia, Szwajcaria/USA 2024, reż. Josh Margolin, 95 min<br><b>17.50 Saga „Zmierzchni”: Księżyc w nowiu</b> – film fantasy, Australia/USA 2009, reż. Chris Weitz, wyk. Kristen Stewart, 125 min<br><b>19.55 Łapu capu</b> – pr. rozrywk.<br><b>20.00 Bad Man</b> – komedia sensacyjna, 2025, 100 min<br><b>21.40 Wcielenie</b> – horror, Wielka Brytania 2024, reż. Alexander J. Farrell, 95 min<br><b>23.15 Rozcznica</b> – thriller, USA 2025, 110 min<br><b>1.05 Żurek</b> – film obyczajowy, Polska 2003, 75 min<br><b>2.20 Pornografia</b> – film obycz., Fr./Fr. 2003, 115 min<br><b>4.15 Skarbek</b> – thriller, Pol./Wlk. Bryt./USA 2024, 105 min | <b>9.50 Naruto 5</b> (15-17) – serial anime, Japonia 2004-2005<br><b>11.20 13 posterunek 2</b> (40-42) – serial komediowy, Polska<br><b>13.15 Making of CANAL+</b> – magazyn filmowy<br><b>13.30 Wszystkie kolory świata 5</b> (5) – serial dokumentalny, Fr. 2024<br><b>14.30 Naruto 5</b> (18, 19) – serial anime, Japonia 2004-2005<br><b>15.30 Naruto 6</b> (20) – serial anime, Japonia 2005<br><b>16.05 Łapu capu</b> – program rozrywkowy<br><b>16.25 The Office PL 5</b> (4-6) – serial komediowy, Polska 2025<br><b>18.00 8 wspaniałych</b> (4-6) – serial dok., Pol. 2025-2026<br><b>20.05 Król i zdobywca</b> (5, 6) – serial historyczny, Wielka Brytania/Izlandia/USA 2025<br><b>21.45 Making of CANAL+</b> – magazyn filmowy<br><b>22.00 Nie zostawiaj mnie</b> (7) – serial kryminalny, Wł. 2022<br><b>23.00 Premiera: Spartakus: Wojna potęgonych</b> (5) – serial przygodowy, USA 2013<br><b>0.00 Czarne stokrotki</b> (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2024<br><b>2.05 Furioza</b> (1-4) – serial sensacyjny, Polska 2021<br><b>5.35 Premierowa jazda</b> – magazyn | <b>6.00 13 posterunek 2</b> (21, 22) – serial komediowy, Polska<br><b>7.20 Na pierwszym planie</b> (1)<br><b>8.05 Porzucona Ameryka 4</b> (3)<br><b>9.00 Wykrywcze historii 6</b> (2)<br><b>10.05 Kolejną przez świat 3</b> (4)<br><b>11.05 Rekrut</b> (5, 6) – dok., Pol.<br><b>13.00 Porzucone konstrukcje 4</b> (4) – dok.<br><b>13.55 Zholowani: ciężarówka w opalach 6</b> (7) – dok.<br><b>14.50 Wykrywcze historii 6</b> (3)<br><b>15.55 Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie 2</b> (5) – pr. rozr.<br><b>16.55 Mega transporty</b> (7) – serial dok., Wlk. Bryt. 2016<br><b>18.00 Porzucona Ameryka 4</b> (4) – serial dokumentalny, USA<br><b>18.55 Zholowani: ciężarówka w opalach 6</b> (5) – dok.<br><b>19.50 Mega transporty</b> (8)<br><b>20.55 Kryptonim Polska</b> (2)<br><b>21.50 13 posterunek 2</b> (13, 14) – serial komediowy, Polska<br><b>23.00 Porzucone konstrukcje 4</b> (5) – dok.<br><b>23.55 Kolejną przez świat</b> (6) – serial dok., Wlk. Bryt. 2014<br><b>1.00 Chwila prawdy</b> (5) – dok.<br><b>2.00 Polska z góry: Stawiony 2</b> (6) – dok., Pol.<br><b>2.35 Łowcy tajemnic Bałtyku</b> (5) – serial dok., Polska 2020<br><b>3.40 Pogotowie remontowe Wieska 4</b> (2, 3) – mag.<br><b>4.55 Mam zamek 2</b> (1, 2) – dok. | <b>12.55 Rozwód 2</b> (3) – serial kom.<br><b>13.25 Małe kobietki</b> – melodram., 2019, 130 min<br><b>15.35 Na samą 23</b> (39) – mag.<br><b>16.00 Na planie myśli o Tobie</b> – dramat obyczajowy, USA 2024, 115 min<br><b>17.55 Lista</b> – komedia, USA 2023, 95 min<br><b>19.30 Birdman</b> – komediodramat, USA 2014, 115 min<br><b>21.25 Ostatni wiking</b> – komediodramat, Dania/Szwecja 2025, 110 min<br><b>23.15 Tokyo Vice 2</b> (4) – krym.<br><b>0.10 Milion minut</b> – dram.<br><b>FILM obycz., Niem. 2024, 120 min</b> |
| AXN BLACK                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | POLSAT SERIALE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | CANAL+ SERIALE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | CANAL+ 360 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | HBO 3 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>10.50 Gwiezdne wrota</b> (20, 21)<br><b>12.50 Kobra</b> – oddział specjalny (10) – sens.<br><b>13.50 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 3</b> (14, 15) – sens.<br><b>15.55 Nieustraszone 4</b> (6)<br><b>17.00 MacGyver</b> (19)<br><b>17.55 Zagadki z przeszłości</b> (11) – przyg., Fr./Niem./Kan.<br><b>18.55 Gwiezdne wrota</b> (22)<br><b>19.55 Gwiezdne wrota 2</b> (1)<br><b>21.00 Dorwać Cartera</b> – film sensacyjny, 2000, 125 min<br><b>23.05 Po własnych śladach</b> – film krym., 2018, 110 min<br><b>0.55 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 3</b> (14, 15) – sens.<br><b>2.55 MacGyver</b> (19)                                 | <b>6.00 Gliniarze</b> (400-402) – serial parodokum., Polska 2019<br><b>9.00 Co ludzie powiedzą?</b> (7-12) – serial komediowy<br><b>13.00 Niania</b> (61-64) – kom., Pol.<br><b>15.05 Świat według Kiepskich</b> (338-343) – kom., Pol. 2010<br><b>18.05 Komisarz Mama</b> (25, 26) – serial kryminalny, Polska<br><b>20.05 Czarna lista 2</b> (32) – krym.<br><b>21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami</b> (131-133) – krym.<br><b>23.50 CSI: Kryminalne zagadki Miami 6</b> (134) – krym., USA<br><b>0.50 Ślad</b> (78, 79) – krym., Pol.<br><b>2.50 Święty</b> (257, 258) – kom.<br><b>4.00 48h. Zaginięcie</b> (238, 239) – serial kryminalny, Polska                                         | <b>19.55 Łapu capu</b> – pr. rozrywk.<br><b>20.00 Bad Man</b> – komedia sensacyjna, 2025, 100 min<br><b>21.40 Wcielenie</b> – horror, Wielka Brytania 2024, reż. Alexander J. Farrell, 95 min<br><b>23.15 Rozcznica</b> – thriller, USA 2025, 110 min<br><b>1.05 Żurek</b> – film obyczajowy, Polska 2003, 75 min<br><b>2.20 Pornografia</b> – film obycz., Fr./Fr. 2003, 115 min<br><b>4.15 Skarbek</b> – thriller, Pol./Wlk. Bryt./USA 2024, 105 min                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>6.00 13 posterunek 2</b> (13, 14) – serial komediowy, Polska<br><b>23.00 Porzucone konstrukcje 4</b> (5) – dok.<br><b>23.55 Kolejną przez świat</b> (6) – serial dok., Wlk. Bryt. 2014<br><b>1.00 Chwila prawdy</b> (5) – dok.<br><b>2.00 Polska z góry: Stawiony 2</b> (6) – dok., Pol.<br><b>2.35 Łowcy tajemnic Bałtyku</b> (5) – serial dok., Polska 2020<br><b>3.40 Pogotowie remontowe Wieska 4</b> (2, 3) – mag.<br><b>4.55 Mam zamek 2</b> (1, 2) – dok.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>14.20 Jak wytrwasować smoka 2</b> – film anim., USA/Indie 2014, 100 min<br><b>16.00 Jak wytrwasować smoka 3</b> – film anim., USA/Japonia 2019, 100 min<br><b>17.40 Eleanor Wspaniała</b> – dramat obyczajowy, USA 2025, 100 min<br><b>19.20 Wielkie kłamstwa 2</b> (5) – serial obycz., USA 2019<br><b>20.05 Perry Mason</b> (1) – krym.<br><b>21.00 The Pitt 2</b> (11) – obycz.<br><b>21.50 Niebo. Rok w piekle</b> (5) – serial obycz., Polska 2025<br><b>22.35 Zaulek koszmarów</b> – dram. psychologiczny, Kanada/Meksyk/USA 2021, 150 min                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

## STACJE FILMOWE I SERIALOWE

| POLSAT FILM HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | COMEDY CENTRAL HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | TVN FABUŁA HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 13 ULICA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | KINO POLSKA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | STOPKLATKA DVB-T2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>6.05 Górale</b> (135-137) – serial dok., Pol. 2022<br><b>7.25 Doktor Martin</b> (13) – serial obyczajowy<br><b>8.30 Przyjaciółki</b> (249, 250) – serial obyczajowy, Pol. 2023<br><b>10.25 Świat według Kiepskich</b> (98, 99, 16, 17, 207) – serial kom.<br><b>13.15 Ewolucja</b> – komedia s.f., USA 2001, reż. Ivan Reitman, wyk. David Duchovny, 125 min<br><b>15.20 Pan i wiciada</b> – serial obyczajowy, USA 2003, reż. Peter Weir, 195 min<br><b>18.35 Kochaj albo rzuć</b> – komedia, Polska 1977, 145 min            | <b>6.00 Tata ma plan</b> (15, 16) – serial komediowy, USA 2016<br><b>7.00 Dwóch i pół 4</b> (5-8) – serial komediowy, USA 2006<br><b>8.55 Hoży doktorzy</b> (1, 2) – serial komediowy, USA 2001<br><b>9.55 Przyjaciele 2</b> (11-14) – serial komediowy<br><b>11.55 Teoria wielkiego podrywku</b> (10-12) – kom., USA 2016-2017<br><b>14.30 Dwóch i pół 4</b> (9-12) – serial komediowy<br><b>16.30 Przyjaciele 2</b> (15-18) – serial komediowy, USA 1996<br><b>18.30 Hoży doktorzy</b> (3, 4) – serial komediowy, USA 2001                                                                                                                                                                                 | <b>5.05 Szkoła</b> (3) – paradok.<br><b>6.00 Kino w drodze</b> (5)<br><b>6.30 Dziewczyny z Hollywood</b> (16)<br><b>6.45 Julia</b> (8, 9) – serial obyczajowy<br><b>7.45 Detektywi</b> (314-317) – serial fab.-dokum.<br><b>9.50 Młode gliny</b> (17) – serial krym., Polska<br><b>10.55 Lekarze 4</b> (13) – serial obyczajowy, Pol. 2014<br><b>11.55 Zapukaj do moich drzwi</b> (110, 111)<br><b>13.55 Młode gliny</b> (18)<br><b>14.55 Detektywi</b> (648, 649)<br><b>16.05 Na Wspólnej</b> (102, 103) – obycz., Pol.<br><b>17.10 Top 100: filmy wszech czasów</b> (1)<br><b>17.50 Tajna baza</b> – przyg., USA 2022, 130 min                                       | <b>6.25 Zabójstwo w Strasburgu</b> – thriller, Francja 2016, reż. Laurence Katrian, wyk. Hélène de Fougerolles, 115 min<br><b>8.20 Motyw 4</b> (2, 3) – serial kryminalny, Kan. 2016<br><b>10.15 Bez śladu 2</b> (22, 23) – serial kryminalny<br><b>12.10 Kasandra 6</b> (3) – serial kryminalny, Fr.<br><b>14.15 Zabójstwo w Grasse</b> – thriller, Francja/Belgia 2016, 125 min<br><b>16.20 Motyw 4</b> (4, 5) – serial kryminalny, Kan. 2016<br><b>18.15 Bez śladu 2</b> (24) – serial kryminalny<br><b>19.05 Bez śladu 3</b> (1) – serial kryminalny                                                                               | <b>6.50 Polska Kronika Filmowa</b> – serial dok.<br><b>7.15 Bolek i Lolek na wakacjach</b> (13, 1)<br><b>7.40 Przygody Mysiki</b> (13, 1) – serial anim.<br><b>8.00 Siedem życzeń</b> (6)<br><b>9.30 7 słów o przemianach</b><br><b>9.40 Podróż za jeden uśmiech</b> – film przyg., 1972, 115 min<br><b>11.35 Bitwa pod Wiedniem</b> – dramat historyczny, Polska/Włochy 2012, 145 min<br><b>14.00 Złoty pociąg</b> (1/2, 2-ost.) – film sens., Polska/Rumunia 1986, 200 min<br><b>17.20 Cztery pancerni i pies</b> (3, 4) – wojenny                                           | <b>6.00 Kabaretowe hity</b> (6) – program rozrywkowy<br><b>6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat</b> (240, 233) – mag. kulin.<br><b>7.50 Robert Makłowicz</b> (240, 233) – mag. kulin.<br><b>9.35 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2</b> (9) – magazyn kulin.<br><b>9.45 Górski lekarz</b> (7, 8) – obycz., Niem./Austria<br><b>11.45 Zagadki kryminalne panny Fisher 3</b> (1, 2) – krym., Australia 2015<br><b>14.00 Hudson i Rex 4</b> (12) – serial krym., Kanada<br><b>15.00 Zajądź. Będzie się działo 2</b> (17, 18) – serial obycz., Polska<br><b>17.00 Katastrofy w przestworzach</b> (2, 1) – serial dok., Kan. |
| <b>KOMEDIA KRYMINALNA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>KOMEDIOWY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>MELODRAMAT</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>KRYMINALNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>DRAMAT OBYCZAJOWY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>SENSACYJNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>21.00 Wesoły wtorek: Gorący towar</b> – USA 2013, 145 min<br>Agentka FBI ma ująć barona narkotykowego. Jej partnerka zostaje detektyw Mullins. Pannie nie darzą się sympatią.<br><b>23.25 Potęga miłości</b> – dramat obyczajowy, USA 2022, reż. D.J. Caruso, wyk. Abigail Cowen, Tom Lewis, 160 min<br><b>2.05 Fala zbrodni</b> (20-22) – serial sens., Pol. 2004<br><b>5.00 Na ratunek 112</b> (943, 944) – serial paradokum., Pol. 2024                                                                                     | <b>19.30 Teoria wielkiego podrywku</b> 10 (8-13)<br>Po udanym eksperymencie rekombinacji genów Sheldon decyduje się na prokreację z Amy. Bezskutecznie próbuje ją uwieść. Raj zdarza się w sprzątacze z pracy.<br><b>22.00 The Office PL 4</b> (3, 4) – serial kom., Pol. 2024<br><b>23.05 Comedy Club</b> (9, 10)<br><b>0.05 Miasteczko South Park</b> 10 (2, 5)<br><b>1.00 Pracholnicy 5</b> (10, 11)<br><b>2.00 Śmieszniej nie będzie</b> (3, 4) – pr. rozr.<br><b>3.00 Miasteczko South Park</b> 9 (13, 14)                                                                                                                                                                                              | <b>20.00 Wiek Adaline</b> – USA/Film Kanada 2015, 150 min<br>Urodzona na początku XX wieku Adeline zyskuje nieśmiertelność. Jej długa podróż przez życie naznaczona jest samotnością.<br><b>22.30 Domówka</b> – kom., USA 2023, 125 min<br><b>0.35 Jack Ryan: Teoria chaosu</b> – film sens., USA/Rosja/Wielka Brytania 2014, 135 min<br><b>2.50 Dziewczyny z Hollywood 3</b> (15)<br><b>3.05 Szkoła</b> (790)<br><b>4.05 Ukryta prawda</b> (1381) – paradok.                                                                                                                                                                                                          | <b>20.00 Kasandra 6</b> (4) – Francja 2022<br>Anicée Fromentin znajduje ciała swoich zamordowanych rodziców. Sasiad, Louis Grandet, zeznaje, że usłyszał dwa strzały. Cassandre prowadzi śledztwo.<br><b>22.00 Prawo i porządek Toronto: Zbrodniczy zamiar</b> (5) – krym.<br><b>23.00 Prosto w serce</b> (3, 4)<br><b>1.15 Tajemnice Hannah Swensen 7: Ciasto grzechu warte</b> – film kryminalny, Kanada 2025, 110 min<br><b>3.05 Motyw 4</b> (3) – krym.                                                                                                                                                                            | <b>20.00 Zabawa zabawa</b> – 2018, 110 min<br>Trzy kobiety zmagają się z uzależnieniem od alkoholu. Lekarza Teresa przychodzi pijana na dyżur. Prokurator Dorota wykorzystuje immunet, aby uniknąć kary.<br><b>21.50 Demony wojny wg Goi</b> – dramat wojenny, 1998, 120 min<br><b>23.50 Złoty pociąg</b> – thriller, 2015, 160 min<br><b>2.30 Jestem mordercą</b> – thriller, 2016, 140 min<br><b>4.50 Tama</b> – etiuda film.<br><b>5.35 Moje stare</b> – etiuda filmowa, 2023                                                                                               | <b>20.00 Powódź</b> – USA/Wielka Brytania/Dania 1998, 120 min<br>Rzeka Ohio występuje z bręgow. Dwaj konwojenci bankow. Tom i jego wuj Charlie, wywożą z zalanego miasta 3 mln dolarów. Zostają zaatakowani przez bandytów.<br><b>22.00 Kryptonim Banshee</b> – thriller, USA 2022, reż. Jon Keeyes, wyk. Antonio Banderas, Jaime King, 110 min<br><b>23.50 Fuga</b> – film psychologiczny, Polska/Czechy/Szwecja 2018, 145 min                                                                                                                                                                                                   |
| <b>CINEMAX HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>SCI FI</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>FX</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>FILMBOX+ ONE HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>ROMANCE TV HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>13.20 Niepowstrzymany</b> – dramat biograficzny, USA 2024, 125 min<br><b>15.25 Młoda noc</b> – film obycz., Francja/Bel. 2021, 90 min<br><b>16.55 Sztuka kradzieży</b> – komedia kryminalna, Kanada/USA 2013, 90 min<br><b>18.25 Jedenaste: Znaj sąsiada</b> – serial obycz., Niemcy 2021, 95 min<br><b>20.00 Raport</b> – dramat biograficzny, USA 2019, reż. Scott Z. Burns, 120 min<br><b>22.00 Pewnego razu... w Hollywood</b> – komediodramat, USA/Wlk. Bryt./Chiny 2019, 155 min                                         | <b>12.05 Młody Sheldon 6</b> (13-15)<br><b>13.25 Święty</b> (25, 26) – kom., Pol.<br><b>14.25 Spadkobiercy 2</b> (4) – rozr.<br><b>15.25 Co ludzie powiedzą?</b> 2 (5) – serial kom., Wlk. Bryt.<br><b>16.05 Jedną nogą w grobie</b> (1)<br><b>16.55 Czarna Zmija 2</b> (1) – kom.<br><b>17.35 Młody Sheldon 6</b> (16-18) – serial komediowy, USA<br><b>19.00 Dwóch i pół 4</b> (5-8) – kom.<br><b>21.00 Świat według Kiepskich</b> (2-4) – serial kom., Pol. 2016<br><b>22.30 Co ludzie powiedzą?</b> 2 (6) – serial kom., Wlk. Bryt.<br><b>23.05 Jedną nogą w grobie</b> (2)<br><b>23.50 Czarna Zmija 2</b> (2) – kom.<br><b>0.30 Comedy Club 9</b> (4) – rozr.<br><b>1.00 Spadkobiercy 2</b> (4) – rozr. | <b>6.00 Sanktuarium: Opowieść czarownicy</b> (5) – krym.<br><b>7.00 Bibliotekarze 4</b> (7-9) – serial przyg., USA 2017<br><b>10.00 Medium 6</b> (16, 17) – krym.<br><b>12.00 Czarodziejki 2</b> (20-22)<br><b>15.00 Medium 6</b> (18, 19) – krym.<br><b>17.00 Czarodziejki 3</b> (1-4) – serial fantasy, USA 2000<br><b>21.00 Linia życia</b> – horror s.f., USA/Kanada 2017, 135 min<br><b>23.15 Wyspa fantazji</b> – horror, USA 2020, 130 min<br><b>1.25 Tożsamość</b> – thriller, USA 2023, 115 min<br><b>3.20 Medium 6</b> (16, 17) – krym.<br><b>5.00 Sanktuarium: Opowieść czarownicy</b> (5) – krym.                                                          | <b>9.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas</b> (19) – krym.<br><b>10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami</b> (9, 10) – serial krym.<br><b>11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku</b> (4, 5)<br><b>13.50 FBI 5</b> (5) – serial kryminalny<br><b>14.40 Agenci NCIS</b> (16) – sens.<br><b>15.35 CSI: Kryminalne zagadki Miami</b> (11, 12) – krym.<br><b>17.25 Z archiwum X</b> (12, 13) – serial s.f., USA/Kan. 1995<br><b>19.15 FBI 5</b> (5) – serial kryminalny<br><b>20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku</b> (6, 7)<br><b>22.00 9-1-1: Nashville</b> (12)<br><b>22.55 Królestwo niebieskie</b> – dram. hist., 2005, 180 min | <b>9.45 Vera 9</b> (4) – serial krym.<br><b>11.45 Zagadki kryminalne panny Fisher 2</b> (13)<br><b>12.55 Poirot</b> – serial kryminalny<br><b>15.00 Strażnik Teksasu 5</b> (24)<br><b>17.05 Vera 5</b> (1) – serial krym.<br><b>19.00 Poirot</b> (10) – serial krym.<br><b>20.00 Walkiria</b> – dramat wojenny, Niemcy/USA/Włochy 2008, 160 min<br><b>22.40 Millennium: Zamek z piasku, który runął</b> – dram. krym., Dania/Niem./Szwecja 2009, 190 min<br><b>1.50 Pokój grozy</b> – thriller, USA 2016, 125 min<br><b>3.55 Cimarron Strip</b> (19) – serial przyg., USA 1968 | <b>12.25 Malibu – Pocałuj żabę</b> – film obycz., 2023, 115 min<br><b>14.20 Zakochana w Panu Niani</b> – film obyczajowy, USA 2023, 115 min<br><b>16.15 Kryminal z Bolzano</b> – piąte przykazanie – film kryminalny, Niemcy 2016, 110 min<br><b>18.05 Górski lekarz</b> (96) – obycz.<br><b>20.00 Rosamunde Pilcher: Zawsze z tobą</b> – film obycz., Niem. 2010, 115 min<br><b>21.55 Rosamunde Pilcher: W polowie życia</b> – melodramat, Niemcy/Austria 2012, 115 min<br><b>23.50 Górski lekarz</b> (96)                                                                                                                       |
| <b>CINEMAX 2 HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>VIAPIC EPIC DRAMA HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>NOVELAS+ HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>FX COMEDY HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>FILMBOX+ HITS HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>PARAMOUNT NETWORK HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>12.55 15 lat</b> – dramat obyczajowy, 2023, 140 min<br><b>15.15 Moje ulubione ciasto</b> – komediodramat, Iran/Fr./Szwecja 2024, 100 min<br><b>16.55 Mr. Deeds – milioner z przypadku</b> – komedia romantyczna, 2002, 95 min<br><b>18.30 Jason Bourne</b> – thriller, USA 2016, reż. Paul Greengrass, 120 min<br><b>20.30 Ex Machina</b> – dramat s.f., Wielka Brytania 2014, reż. Alex Garland, 110 min<br><b>22.20 Django</b> – western, USA 2012, 160 min<br><b>1.00 Pięć minut nieba</b> – dram. psycholog., 2009, 90 min | <b>8.15 Detektyw Murdoch 17</b> (20) – krym., Kan./Wlk. Bryt.<br><b>9.15 Wszystkie stworzenia duże i małe</b> 3 (6) – obycz.<br><b>10.20 Lekarze na start</b> (48, 49)<br><b>11.55 Panna Scarlet 6</b> (3, 4)<br><b>14.05 Agenci NCIS 18</b> (8) – sens.<br><b>15.00 Panna Marple: Uśpienie morderstwo</b> – krym., Wlk. Bryt. 2006, 125 min<br><b>17.05 Daigleish 3</b> – serial krym.<br><b>19.05 Agenci NCIS 18</b> (9) – sens.<br><b>19.55 Poirot 5</b> (8) – serial krym.<br><b>21.05 Hiszpańska księżniczka 2</b> (5)<br><b>22.15 Domina 2</b> (5) – serial hist.<br><b>23.25 Poirot 5</b> (8) – serial krym.<br><b>0.35 Agenci NCIS 18</b> (9) – sens.                                                | <b>9.00 Miłość w Cabo</b> (33)<br><b>10.00 Opowieść o wyspie</b> (51)<br><b>11.00 Siłda namiętności</b> (12)<br><b>12.00 Duma i uprzedzenie</b> (34)<br><b>13.00 Róża i grzechy</b> (73)<br><b>14.00 Domenica Montero</b> (36, 37) – telen., Meksyk<br><b>16.00 Róża i grzechy</b> (74)<br><b>17.00 Duma i uprzedzenie</b> (35) – telenowela, Brazylia 2018<br><b>18.00 Siłda namiętności</b> (13)<br><b>19.00 Miłość w Cabo</b> (34)<br><b>20.00 Opowieść o wyspie</b> (52)<br><b>21.00 Domenica Montero</b> (37)<br><b>22.00 Róża i grzechy</b> (74)<br><b>23.00 Duma i uprzedzenie</b> (35)<br><b>0.00 Siłda namiętności</b> (13)<br><b>1.00 Miłość w Cabo</b> (34) | <b>9.40 Diabli nadali 5</b> (1-3)<br><b>11.05 Jim wie lepiej 4</b> (18, 19)<br><b>12.00 Sposób użycia</b> (8, 9)<br><b>13.00 Wszyscy kochają Raymonda 9</b> (6-10) – kom.<br><b>15.30 Simpsonowie 36</b> (10, 9, 11, 12)<br><b>17.30 Jak poznałem waszą matkę</b> (6-8) – serial kom.<br><b>19.00 Współczesna rodzina 6</b> (20-23) – serial komediowy<br><b>21.00 Family Guy: Głowa rodziny 19</b> (19, 20)<br><b>22.00 Rok pierwszy</b> – komedia przygodowa, 2009, 115 min<br><b>23.55 Simpsonowie 36</b> (2, 6)<br><b>0.55 Family Guy: Głowa rodziny 19</b> (13-16)                                                                | <b>14.30 Miłość x 3</b> – komediodramat, USA 2020, 105 min<br><b>16.15 Leonie</b> – dram. biograf. Francja/Wielka Brytania/Australia 2010, 115 min<br><b>18.10 Magik z Nowego Jorku</b> – komediodramat, USA 2014, 110 min<br><b>20.00 Jazda bez zasad</b> – thriller, USA 2018, reż. Jeremy Ungar, 90 min<br><b>21.30 Oficer i szpieg</b> – dramat biograficzny, Włochy/Francja 2019, 140 min<br><b>23.50 Poznajmy się jeszcze raz</b> – komediodramat, Francja/Bel. 2019, 130 min                                                                                            | <b>11.00 Król Kalifornii</b> – komediodramat, USA 2007, 120 min<br><b>13.00 Czarodziejki 4</b> (19, 20)<br><b>15.00 Pingwin z Madagaskaru 2</b> (36)<br><b>15.30 Top Gun</b> – film sensacyjny, USA 1986, 150 min<br><b>18.00 Szkoła stewardes</b> – kom., USA 2003, 120 min<br><b>20.00 Mission: Impossible – Rogue Nation</b> – film sensacyjny, 2015, 170 min<br><b>22.50 Pyszczelarz</b> – thriller, USA/Wlk. Bryt. 2024, 120 min<br><b>0.50 Zrodzony w ogniu</b> – dramat sensacyjny, USA/Wlk. Bryt. 2013, 145 min                                                                                                           |

## STACJE SPORTOWE

| EUROSPORT 1 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | POLSAT SPORT 1 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | CANAL+ SPORT HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | TVP SPORT HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | ELEVEN SPORTS 1 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Discovery DISCOVERY CHANNEL HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>6.00 Snooker:</b> Shenzhen Open – 1. dzień<br><b>8.00 Snooker:</b> Shenzhen Open – 2. dzień<br><b>LIVE</b><br><b>11.00 Kolarstwo:</b> Mistrzostwa świata – Montreal 2026<br><b>13.30 Snooker:</b> Shenzhen Open – 2. dzień<br><b>LIVE</b><br><b>16.30 Kolarstwo górskie:</b> Zawody PS w Whistler – zjazd kobiet i zjazd mężczyzn<br><b>18.00 Kolarstwo:</b> MS – Montreal 2026<br><b>19.00 Wspinaczka:</b> Zawody World Series w Koprze – prowadzenie kobiet i mężczyzn – finały<br><b>20.00 Biegi górskie:</b> GT World Series – Wielki Mur Chiński<br><b>FIA WEC</b>                           | <b>6.00 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>8.00 Formuła 1:</b> Grand Prix Azerbejdżanu<br><b>9.00 Siatkówka mężczyzn:</b> Mistrzostwa Europy 2026<br><b>11.00 Cafe Futbol</b> – magazyn piłkarski<br><b>12.30 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>15.00 Siatkówka mężczyzn:</b> ME 2026<br><b>17.50 Piłka nożna:</b> Liga Narodów – mecz: Finlandia – Białoruś<br><b>LIVE</b> Poprzednia edycja rozgrywek była nieudana dla Finów. Suomi przegrali wszystkie mecze.<br><b>PIŁKA NOŻNA</b> | <b>6.00 Liga+ Extra</b> – magazyn piłkarski<br><b>8.00 Ligomistrzowe historie (3)</b> – magazyn piłkarski<br><b>9.00 Hit the Mic – Zostań komentatorem!</b> – reality show<br><b>10.00 Turbokozak (2)</b> – magazyn piłkarski<br><b>11.20 Piłka nożna:</b> PKO BP Ekstraklasa: Lech Poznań – Radomiak<br><b>13.40 Ekstraklasa:</b> 2. kolejka<br><b>14.40 Ekstraklasa po godzinach</b> – mag.<br><b>15.40 Piłka nożna:</b> Liga hiszpańska – mecz: Espanyol – Real Madryt<br><b>18.00 LaLiga Highlights:</b> 7. kolejka<br><b>MAGAZYN SPORTOWY</b>   | <b>5.40 Piłka nożna:</b> LN: Anglia – Hiszpania<br><b>7.50 Polska Liga Żeglarska</b> – mag.<br><b>8.15 Piłka nożna:</b> LN: Szwecja – Polska<br><b>10.25 Siatkówka kobiet:</b> LOTTO Giganci Siatkówki – mecz o 3. miejsce<br><b>12.20 Siatkówka kobiet:</b> LOTTO Giganci Siatkówki – finał<br><b>14.20 Piłka nożna kobiet:</b> MŚ U-20 – Polska 2026 – finał<br><b>16.30 Piłka kobiet (15)</b><br><b>17.30 Kamera TVP Sport</b><br><b>18.05 Piłka nożna:</b> LN: Szwecja – Polska<br><b>20.15 Piłka nożna:</b> Liga Narodów – studio<br><b>LIVE</b><br><b>PIŁKA NOŻNA</b>                                                  | <b>6.00 Bundesliga Dino</b> – film dokumentalny<br><b>7.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka – mecz: VfB Stuttgart – Borussia Dortmund<br><b>9.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska – mecz: Fiorentina – SSC Napoli<br><b>11.00 Formuła 2:</b> Grand Prix Azerbejdżanu<br><b>12.00 Piłka nożna:</b> Liga portugalska – mecz: FC Porto – SL Benfica<br><b>14.00 Formuła 1:</b> Grand Prix Azerbejdżanu<br><b>16.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska – mecz: AS Roma – Inter Mediolan<br><b>PIŁKA NOŻNA</b>                                                                                                                          | <b>7.00 Jak to jest zrobione? 16 (1, 2)</b><br><b>8.00 Parker na złotym szlaku 7</b> – serial dok.<br><b>10.00 Wyprawa w nieznanne</b> – dok.<br><b>11.00 Gorączka złota 16</b><br><b>13.00 W dżungli z Edem Staffordem (5)</b> – dok.<br><b>14.00 Nagi instynkt przetrwania: Ameryka Łacińska (1)</b> – serial dokum.<br><b>15.00 Złomowisko PL 10 (1)</b> – serial dokum., Pol.<br><b>16.00 Gorączka złota: Na kłopoty Freddy Dodge 5</b> – serial dok.<br><b>18.00 Przygody truckerki (3)</b> – serial dokum., Pol.<br><b>19.00 Nagi instynkt przetrwania 4</b> – dok.<br><b>DOKUMENTALNY</b>                                                                        |
| <b>21.00 Wyścig 6-godzinny w Fuji</b><br>Rok temu Robert Kubica i jego koledzy z teamu AF Corse ukończyli rundę w Japonii na dziewiątym miejscu.<br><b>22.00 Snooker:</b> Shenzhen Open – 2. dzień<br><b>0.00 Wspinaczka:</b> Zawody World Series w Guiyang<br><b>1.30 Snooker:</b> Shenzhen Open – 2. dzień<br><b>3.00 Motocross:</b> Mistrzostwa świata w Uddevall<br><b>5.00 IO: Galeria Sław Pekin 2008</b>                                                                                                                                                                                      | <b>20.35 Liga Narodów</b> – mecz: Hiszpania – Chorwacja<br>Świeżo upieczeni mistrzowie świata z Półwyspu Iberyjskiego będą chcieli pokazać swoim kibicom, że nie osiedli na laurach i nadal są głodni zwycięstw. Reprezentanci Chorwacji pod wodzą nowego trenera próbują sprawić niespodziankę i pokonać La Furia Roja.<br><b>23.00 Siatkówka mężczyzn:</b> Mistrzostwa Europy 2026<br><b>1.00 Boks</b>                                                                                   | <b>18.45 Wysoki Pressing</b> Daria Kabala-Malarz zaprasza na program omawiający najważniejsze wydarzenia w świecie futbolu.<br><b>20.30 Premier League Stories (5)</b> – mag.<br><b>21.15 Premier League: The Big Interview (6)</b> – magazyn piłkarski<br><b>22.00 Boks:</b> BKFC 94: Manchester: Darren Till – Yoel Romero<br><b>23.15 Sporty walki:</b> ONE Friday Fights 171<br><b>0.20 Boks:</b> Walka o pas IBF World w Fuji: T. Simrsi – M. Vicelles                                                                                          | <b>20.40 Liga Narodów</b> – mecz: Hiszpania – Chorwacja<br>Po ostatnich mistrzostwach świata nastąpiły zmiany na ławce trenerskiej Chorwacji. Miejsce Zlatko Dalicia zajęł Slaven Bilic.<br><b>23.30 Sportowy wieczór</b> – program informacyjny<br><b>0.00 Piłka nożna:</b> Liga Narodów – mecz: Szwecja – Polska<br><b>2.05 Boks:</b> Gala w Guidonii – podsumowanie<br><b>3.40 Boks:</b> Gala w San Juan – podsumowanie                                                                                                                                                                                                   | <b>18.00 Liga niemiecka:</b> Bayern – Union<br>Żelazni próbują wziąć przykład z Schalke, które jako pierwsze w tym sezonie potrafiło zatrzymać rozpoznanego mistrza Niemiec (0:0).<br><b>20.00 Bundesliga Clubs:</b> Borussia M'gladbach; Hamburger SV<br><b>20.40 Formuła 1:</b> Grand Prix Azerbejdżanu<br><b>22.40 Wywiad Eleven</b><br><b>23.10 Olympique Lyon</b> – Między legendą a teraźniejszością<br><b>23.50 RC Lens</b> – Sekrety sukcesu – reportaż                                                                                                                                                         | <b>21.00 Poszukiwawce przekłętego złota 5</b><br>James i Josh w dalszym ciągu rozszyfrowują wskazówki ukryte na mapie z dziennika Rhoadesa. Odkrywają kamienne drzwi, które mogą prowadzić do złota.<br><b>22.00 W oku cyklonu (6)</b><br><b>23.00 Najniebezpieczniejszy zawód świata 22</b> – dok.<br><b>0.00 Fani czterech kółek:</b> w trasie (4) – dok.<br><b>1.00 Hotrod wg Kindiga 10</b> – dok.<br><b>2.00 Eurotruckerzy 3 (6)</b> – serial dokumentalny                                                                                                                                                                                                         |
| <b>EUROSPORT 2 HD</b><br><b>12.30 Wspinaczka:</b> Zawody World Series w Koprze<br><b>13.30 Kolarstwo górskie:</b> PS w Whistler – zjazd kobiet<br><b>14.30 Kolarstwo kobiet:</b> MS – Montreal 2026 – wyścig ze startu wspólnego<br><b>16.30 Wspinaczka:</b> Zawody World Series w Koprze<br><b>17.00 Jeździectwo:</b> Global Champions Tour w Wiedniu<br><b>19.00 Igrzyska Olimpijskie:</b> Galeria Sław Ateny 2004 – magazyn sportowy<br><b>20.00 Snooker:</b> Shenzhen Open – 2. dzień<br><b>22.00 Kolarstwo kobiet:</b> MS – Montreal 2026                                                       | <b>POLSAT SPORT 2 HD</b><br><b>6.00 Siatkówka mężczyzn:</b> Mistrzostwa Europy 2026<br><b>8.30 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>11.00 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>13.00 Tenis:</b> Turniej ATP w Chengdu – mecz finałowy gry pojedynczej<br><b>17.30 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>20.35 Piłka nożna:</b> Liga Narodów – mecz: Czechy – Anglia<br><b>23.00 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>1.00 Sporty walki:</b> FEN                                                 | <b>CANAL+ SPORT 2 HD</b><br><b>6.00 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – półfinał<br><b>8.30 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – finał<br><b>11.00 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – półfinał<br><b>13.30 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – półfinał<br><b>16.00 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – finał<br><b>18.30 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – półfinał<br><b>21.00 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – półfinał<br><b>23.30 Tenis:</b> Turniej WTA w Singapurze – finał<br><b>2.00 Piłka nożna:</b> PKO BP Ekstraklasa | <b>EXTREME CHANNEL HD</b><br><b>10.00 AMA Motocross Series Highlights (7)</b><br><b>11.00 X Games – Aspen 2020</b><br><b>12.00 Drift Style (1, 2)</b> – mag.<br><b>13.00 AEW: PAN PAWŁOWSKI x PAUL WIGHT (1)</b><br><b>14.00 New Japan Wrestling – Highlights (11)</b><br><b>14.20 WWE Highlights (23, 24)</b><br><b>15.50 WWE Classic Gold</b><br><b>17.00 KPW Komat TV (25, 32)</b><br><b>19.00 WWE Highlights (59)</b><br><b>19.15 WWE Classic Gold (39)</b><br><b>20.00 AEW Collision 2 (2639)</b><br><b>22.00 PTW Wrestling (8)</b><br><b>23.45 WWE Classic Gold</b><br><b>2.00 AMA Motocross Series Highlights (7)</b> | <b>ELEVEN SPORTS 2 HD</b><br><b>12.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka: Bayer – Lipsk<br><b>14.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Milan – Lecce<br><b>16.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka: Stuttgart – BVB<br><b>18.00 Formuła 1</b><br><b>20.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Juventus – Atalanta<br><b>22.00 Serie A International Break Special</b> – mag.<br><b>22.40 Bundesliga Clubs</b> – mag.<br><b>23.00 Bundesliga Clubs</b> – mag.<br><b>23.20 Bundesliga Clubs</b> – mag.<br><b>23.40 Bundesliga Clubs</b> – mag.<br><b>0.00 Piłka nożna:</b> Liga francuska: Monaco – Lens<br><b>2.00 Magazyn piłkarski</b> | <b>life DISCOVERY LIFE HD</b><br><b>10.15 Nowa Maja w ogrodzie 4 (20, 21)</b><br><b>11.15 Idealna niania 9 (1, 2)</b><br><b>12.45 Klinika naturalnej piękności (10)</b> – reality show<br><b>13.15 Tajemnice salonów piękności</b> – pr. rozrywk.<br><b>13.45 Klinika bez tajemnic (1)</b><br><b>14.45 Szpital (575, 576)</b><br><b>16.45 Idealna niania 8 (12)</b><br><b>17.30 Idealna niania 9 (1-3)</b><br><b>19.45 Beauty ekspert (2)</b> – mag.<br><b>20.15 Wycieczki (18)</b><br><b>21.15 Moje koszarne stopy</b><br><b>22.15 Nie do uwierzenia! 5</b><br><b>0.15 Sekrety lekarzy (12)</b><br><b>1.15 Szpital (470, 471)</b><br><b>3.15 Eks-tra zmiana (2, 3)</b> |
| <b>POLSAT SPORT FIGHT HD</b><br><b>10.30 Sporty walki:</b> FEN 56 we Wrocławiu – walka: Tomasz Ostrowski – Łukasz Stanek<br><b>12.45 KOTV Classics (15)</b> – mag.<br><b>13.35 Sporty walki:</b> UFC 326: M. Holloway – C. Oliveira 2<br><b>16.00 Boks:</b> Rocky Boxing Night w Żukowie – waga ciężka: K. Meyna – K. Twardowski<br><b>19.20 Sporty walki:</b> DWM 8 w Świdwinie: Krystian Wiśniewski – Rafał Lewon<br><b>20.00 Strzelnica Renaty Maurer (6)</b> – pr. sportowy<br><b>20.45 Strzelnica Navala (7)</b><br><b>21.35 Sporty walki:</b> Babilon MMA 55 w Radomiu: M. Łazarz – S. Kolecki | <b>POLSAT SPORT 3 HD</b><br><b>6.00 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>8.30 Piłka ręczna mężczyzn:</b> LOTTO Superliga<br><b>11.00 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>13.00 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>15.00 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>17.30 Piłka ręczna mężczyzn:</b> LOTTO Superliga<br><b>20.35 Piłka nożna:</b> LN – mecz: Łódź – Szwajcaria<br><b>22.30 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>1.00 Sporty walki:</b> Babilon MMA                                  | <b>CANAL+ SPORT 3 HD</b><br><b>11.15 Boks:</b> Walka o pas IBF World w Fuji: Thanongsak Simsi – Mark Vicelles<br><b>12.30 Piłka nożna:</b> PKO BP Ekstraklasa: Lech Poznań – Radomiak<br><b>15.00 Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga</b> – mag.<br><b>16.00 Zuzel:</b> Metalkas 2. Ekstraliga – mecz o 7. miejsce<br><b>19.00 Dart:</b> World Grand Prix w Leicester<br><b>0.15 Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga</b> – mag.<br><b>1.15 Piłka nożna:</b> PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lech Poznań – Radomiak Radom                                            | <b>ELEVEN SPORTS 4 HD</b><br><b>13.25 Najlepsze pomocnicy Bundesligi lat 90.</b><br><b>14.00 Piłka nożna:</b> mecz: Paderborn – Hoffenheim<br><b>16.00 Piłka nożna:</b> Liga francuska: OGC Nice – Lille<br><b>18.00 Serie A (1)</b> – mag. piłkarski<br><b>18.30 Olympique Lyon</b> – Między legendą a teraźniejszością – dok.<br><b>19.10 Wywiad z Michałem Skórasiem</b> – wywiad<br><b>19.35 Podróż do świata Kolarstwa</b> – magazyn piłkarski<br><b>20.00 Piłka nożna:</b> Liga portugalska: Porto – Benfica<br><b>22.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Frosinone – Como                                                | <b>ELEVEN SPORTS 3 HD</b><br><b>12.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska – mecz: Udinese Calcio – Cagliari Calcio<br><b>14.00 Piłka nożna:</b> Liga francuska: Monaco – Lens<br><b>16.00 Wywiad Eleven</b><br><b>16.20 Olympique Lyon</b> – Między legendą a teraźniejszością – dok.<br><b>17.00 Bundesliga Clubs</b> – mag.<br><b>18.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Bologna – Torino<br><b>20.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka: Borussia M'gladbach – Mainz<br><b>22.00 Piłka nożna:</b> Liga francuska: Olympique Lyon – Stade Rennais FC                                                                               | <b>CANAL+ DOKUMENTALNY HD</b><br><b>13.30 Wyspa olbrzymów</b> – dok.<br><b>14.30 Wszystkie smaki Prowansji</b> – film dok., Fr.<br><b>15.30 Majorka dzika i niezmana</b> – dok., Austria<br><b>16.30 Arktyczna przyroda Laponii</b> – dok., Finlandia<br><b>17.45 Zabójcze asteroidy. Jak uniknąć apokalipsy</b> – film dok., Francja 2024<br><b>18.45 Fenomen Taylor Swift – więcej niż gwiazda</b><br><b>19.45 Hot Roads</b> – Najniebezpieczniejsze drogi świata 4<br><b>21.45 Motocyklem przez góry Wietnamu</b> – film dokum.<br><b>22.45 Copa 71</b> – dok., Wlk. Bryt.                                                                                           |

## STACJE POPULARNONAUKOWE

| DISCOVERY SCIENCE HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | ID HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | NATIONAL GEOGRAPHIC HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | FOKUS TV DVB-T2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | TVP HISTORIA DVB-T2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | HISTORY HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>6.00 Jak to jest zrobione?</b> – serial dokumentalny, Kanada<br><b>8.00 Jak działa wszechświat? 6</b> – serial dokumentalny, USA 2018<br><b>11.00 Czy jest z nami inżynier?</b> (2, 3) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2015<br><b>13.00 Kosmiczna mapa skarbów</b> – serial dokumentalny, USA 2018<br><b>15.00 Jak działa wszechświat?</b> – serial dokumentalny, USA 2020<br><b>18.00 Jak to jest zrobione?</b> – serial dokumentalny, Kanada                                                                                                                                                                  | <b>6.00 Śledztwo w sieci</b> – serial dokumentalny<br><b>8.00 Morderstwo na bagnach</b> – serial dokumentalny, USA<br><b>10.00 Karnawał zbrodni</b> – serial dokum., USA<br><b>11.00 Zbrodnie, które zmieniły świat: Patty Hearst</b> – film dokum., USA 2020<br><b>12.00 Krótkie życie, niewyjaśniona śmierć 6</b> – serial dok.<br><b>14.00 Zaginięni 2</b> – dok.<br><b>15.00 Zaginięni</b> – serial dok.<br><b>16.00 Żyjąc z potworem</b> (20-ost., 19) – serial dokumentalny, USA<br><b>18.00 Koleżanki na zabój 2</b> – serial dokumentalny, USA                                                                                                                                        | <b>6.00 Katastrofa w przestworzach</b> (8) <b>Złapać przemytnika</b> (7, 8) – serial dok., USA<br><b>8.00 Człowiek kontra żywioł</b> (2, 3) – dok.<br><b>12.00 Katastrofa w przestworzach</b> (2-4) – serial dok., Kan.<br><b>16.00 Grecja: Miejsce pełne tajemnic</b> (5)<br><b>17.00 Zaginione skarby Biblii: Tajemnice wiary</b> (1) – serial dok.<br><b>18.00 Krwawe pieniądze: Tajemnice radzieckiej gospodarki</b> (1)<br><b>19.00 Zaginione okręty II wojny światowej</b><br><b>20.00 Katastrofa w przestworzach</b> (1)                                                                      | <b>6.05 48h. Zaginięni</b> (19)<br><b>7.00 Był sobie człowiek</b><br><b>8.55 Wehikuł czasu</b> (929)<br><b>9.00 Starożytni kosmici</b> (3) – serial dok., USA<br><b>10.00 Gwiazdy lombardu</b> (25, 26) – reality show<br><b>12.00 Broń w hollywoodzkich filmach</b> (5, 6) – dok.<br><b>13.00 Poszukiwawcze historii</b> (10, 1) – dok.<br><b>14.00 Apokalipsa Hitlera</b> (1) – film dok., Fr. 2011<br><b>15.00 Poszukiwawcze złota w Australii</b> (3) – dok.<br><b>16.00 Dorwać tuńczyka</b><br><b>18.00 Rolnicy. Podlasie</b> (27, 28) – serial dok.<br><b>20.00 Galileo 34</b> (8)<br><b>21.00 Supersamoloty bojowe</b> (5) – dok.                                                     | <b>6.15 Był taki dzień</b><br><b>6.20 Fake czy historia?</b> (68) – pr. publicyst.<br><b>6.55 Na tropach historii</b><br><b>8.35 Dom</b> (21) – obycz., Pol.<br><b>10.10 Wszystkie kolory świata</b> – dok., Francja<br><b>11.10 Lwów pod okupacją</b> (2-ost.) – film dok., Pol. 2017<br><b>12.05 Kraina górskich szczepów i rzek</b> – film dok., Niem. 2024<br><b>13.00 Mała Moskwa kontra mały Londyn</b> – film dok., Pol. 2018<br><b>14.00 Dom</b> (22) – obycz., Pol.<br><b>15.40 Sensacje XX wieku</b> – program historyczny<br><b>17.10 Polska i świat z historią w tle</b> – cykl reportaży, Pol. | <b>13.05 Starożytni kosmici</b> 14 (4) – dok.<br><b>14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 3</b> (13) – serial dok., USA<br><b>14.50 Największe tajemnice świata 6</b> (5) – serial dok., USA<br><b>15.45 Gwiazdy lombardu</b> 13 (9)<br><b>16.15 Gwiazdy lombardu</b> 20 (13)<br><b>17.10 II wojna światowa w kolorze</b> – przełomowe momenty (9) – dok.<br><b>18.10 Największe tajemnice świata 7</b> (14) – dok., USA<br><b>19.05 Starożytni kosmici</b> 16 (12, 19) – serial dokumentalny                                                                                                                             |
| <b>DOKUMENTALNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>DOKUMENTALNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>DOKUMENTALNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>DOKUMENTALNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>HISTORYCZNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>DOKUMENTALNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>21.00 Pogromca mitów w akcji</b> – USA 2019<br>Adam zamierza poeksperymentować z nitrogliceriną. Towarzyszy mu ekspert od wybuchów. Razem przeprowadzą kilka niebezpiecznych doświadczeń.<br><b>23.00 W sieci eksperymentów</b> – serial dokumentalny, USA/Wielka Brytania<br><b>1.00 Jak działa wszechświat?</b> – serial dokumentalny, USA 2020<br><b>4.00 Podziemne sekrety</b> – serial dokumentalny                                                                                                                                                                                                               | <b>20.00 Taśmy zbrodni: Dziewczyna z tłumu</b><br>Policjanci i śledczy odsłaniają kulisy swojej codziennej pracy za pomocą nagrań z osobistych kamer. Widzowie będą więc mogli uczestniczyć w posługach.<br><b>21.00 Psychopata – znaki szczególne</b> 6 – dok.<br><b>22.00 Gra na śmierć i życie</b> – serial dok.<br><b>23.00 Morderca z kregu przyjaciół</b> – dok., USA<br><b>0.00 Żyjąc z potworem</b><br><b>1.00 Psychopata – znaki szczególne</b> 6 – dok.<br><b>2.00 Taśmy zbrodni</b>                                                                                                                                                                                                | <b>21.00 Zaginione miasta: Tikal</b> – Wlk. Bryt. 2020<br>Albert Lin trafia na ślad potężnego władcy i odkrywa stolicę jego królestwa. Może to być największe z odnalezionych dotąd imponujących miast Majów.<br><b>22.00 Odkopać historię</b> (4)<br><b>23.00 Sekrety starożytnej medycyny</b> (2) – dok.<br><b>0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny</b> (1)<br><b>1.00 Katastrofa w przestworzach</b> (4, 5) – serial dok., Kan.<br><b>3.00 Car SOS</b> (5, 6) – dok.                                                                                                                 | <b>22.00 Okręty wojenne</b> (7, 8) – Wielka Brytania 2023<br>Widzowie poznają najszybsze okręty wojenne. Program prezentuje konstrukcje, które wyznaczały standardy w historii marynarki – od pancerników po fregaty.<br><b>0.00 Starożytni kosmici</b> (9) – serial dokumentalny, USA 2014<br><b>1.00 Rolnicy. Podlasie</b> (22-25) – serial dokumentalny, Polska<br><b>5.00 Kolowrotek</b> (6, 7) – magazyn wędkarski                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>17.30 Wojenne dziewczyny</b> 2 (22)<br>Między Ewką a Witkiem dochodzi do nieporozumień. Witek udaje się do mieszkania Lesia, w którym nocuje Ewka. Wpada na niemiecki patrol i zostaje zatrzymana.<br><b>18.25 Odnaleźć zaginionego</b> (8) – serial dokum., Pol.<br><b>18.55 Kurierka</b> – film anim., Polska 2021, 65 min<br><b>20.00 Zatoka szpiegów</b> 2 (16) – szpiegowski, Pol.<br><b>20.50 Kroniki Hitlera</b> (5) – serial dokumentalny<br><b>21.55 Gry wojenne</b> (1)<br><b>22.55 Sensacje XX wieku</b>                                                                                      | <b>21.00 Tom Hanks: II wojna światowa</b> (15) – USA/Wielka Brytania 2026<br>Sytuacja ulega zmianie i staje się niekorzystna dla państw Osi. Wówczas przywódca Niemiec oraz Japonii zaczynają sięgać na swoich frontach po przeciwne sobie strategie.<br><b>22.00 II wojna światowa: Walka o Europę</b> (5, 6) – dok., Wielka Brytania 2019<br><b>23.55 Jak to wyjaśnić? 4</b> (4) – serial dok., USA<br><b>0.50 Starożytni kosmici</b> 16 (19) – serial dok.                                                                                                                                                            |
| <b>DISCOVERY HISTORIA HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>PLANETE+ HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>POLSAT VIASAT NATURE HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>BBC EARTH HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>ANIMAL PLANET HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>9.00 Mikroprzygoda</b> (7) – dok.<br><b>10.00 Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołwki</b><br><b>10.30 Wolna miłość w PRL</b><br><b>11.00 Militaria na warsztat</b> (3)<br><b>12.00 Muzealne tajemnice</b><br><b>14.00 Łowcy starożytności</b> (3-6)<br><b>16.00 Skarby z szopy</b> (3-6)<br><b>18.00 Łowcy starożytności</b> – dok.<br><b>20.00 Zoom na architekturę</b><br><b>22.00 Dżungla złota</b> – serial dok.<br><b>23.00 Złota góra: walka o skarb</b> – serial dok., USA<br><b>0.00 Przypadki z archiwum</b> 10 – dok.<br><b>2.00 Socjalistyczna Filmoteka Powiatowa</b><br><b>3.00 Europejskie bazy</b> (5) | <b>10.15 Krajobrazy świata</b> (6)<br><b>11.20 Ocalić raj</b> (4) – serial dok.<br><b>12.30 Niewyżłone podróże koleją</b> (4) – serial dok., Fr.<br><b>13.40 Targowiska świata</b> (2)<br><b>14.45 Afryka z góry</b> (7) – dok.<br><b>15.50 360° Świat bez granic</b> (9)<br><b>16.55 Świat z góry</b> (5, 6) – dok.<br><b>18.00 Dokąd dzisiaj?</b> (4, 57, 58)<br><b>18.40 Historia fantasy</b> (1) – dok.<br><b>19.45 First Person Shooter. Idź, strzelaj, kombinuj</b><br><b>20.50 Zaginiona cywilizacja Elamu</b> – film dokumentalny<br><b>22.00 Prywatne życie nazistów</b> – film dokum.<br><b>23.10 Planeta Seks</b> (5) – dok.<br><b>0.15 360° Świat bez granic</b>                  | <b>10.00 Niewyżłony dr Pol</b> (2)<br><b>11.00 Niewyżłony dr Pol</b> (10)<br><b>12.00 Dziekie, sprytnie i zabójcze</b> (2) – serial dok.<br><b>13.00 Olsniwiająca Ameryka</b><br><b>14.00 Planeta słoń</b> – film dok.<br><b>15.00 Dziekie, sprytnie i zabójcze</b> (2) – serial dok.<br><b>16.00 Dziekie Północ Europy</b> (4)<br><b>17.00 Królów świata</b><br><b>18.00 Dziekie Japonia</b> (2) – dok.<br><b>19.00 Zabójcze szerszenie Azji</b> – film dokumentalny, RPA<br><b>20.00 Pogodowe anomalie</b> (3)<br><b>21.00 Niewyżłony dr Pol</b><br><b>2.00 Olsniwiająca Ameryka</b> (5): Appalacy | <b>8.15 Rzeczne potwory</b> 6 (4)<br><b>9.15 W okowach mrozu</b> 5 (4)<br><b>10.15 Naczelne</b> (2) – film dokum.<br><b>11.30 Afrykańskie drapieżniki: wielka czwórka</b> (2) – dok.<br><b>12.35 W okowach mrozu</b> 5 (4)<br><b>13.35 Zabójcza pogoda</b> 2 (2)<br><b>14.40 Rzeczne potwory</b> 6 (4)<br><b>15.45 W okowach mrozu</b> 5 (4)<br><b>16.45 Podwodne miasto</b> (3)<br><b>17.50 Afrykańskie drapieżniki: wielka czwórka</b> (2) – dok.<br><b>18.55 Rzeczne potwory</b> 6 (3)<br><b>20.00 W okowach mrozu</b> 5 (5)<br><b>20.55 Naczelne</b> (2) – film dokum.<br><b>22.00 Lista drapieżników</b> (3)<br><b>23.15 W okowach mrozu</b> 5 (5)<br><b>0.15 Zabójcza pogoda</b> 2 (2) | <b>12.30 Wielka australijska przygoda</b> (6) – serial dok.<br><b>13.30 Planeta Ziemia</b> 2 (4)<br><b>14.35 W okowach mrozu</b> 8 (7)<br><b>15.35 Życie na pustkowiu</b> 11<br><b>16.35 Mroczne dzieje Pompejów</b> (1) – serial dok.<br><b>17.35 Planeta Ziemia</b> 2 (4)<br><b>18.35 Ben Fogle na szczytach wyspach</b> 2 (1) – serial dok.<br><b>19.45 Niewyżłone wyspy tropikalne</b> (1) – serial dok.<br><b>20.55 W okowach mrozu</b> 9<br><b>22.55 Czym karmimy nasze dzieci?</b> (1) – dok., Wlk. Bryt.<br><b>0.00 Moje życie z tourette'em</b> (1) – dok.<br><b>1.10 Planeta Ziemia</b> 2 (4)     | <b>13.00 Irwinowie – następne pokolenie</b> – serial dok.<br><b>14.00 Resocjalizacja z Pit</b> Bullem 4 – serial dok., USA<br><b>15.00 Kot z pieką rodem</b><br><b>17.00 Na krańcu Alaski</b> – dok.<br><b>18.00 Weterynarz z Góral</b> Skalistych 7 – serial dok.<br><b>19.00 Cztery kęsy, cztery łapy</b><br><b>20.00 Alaski: Ostatni przystanek</b> – serial dok.<br><b>21.00 Klan z Alaski</b> – serial dok.<br><b>22.00 Baseny z rozmachem</b><br><b>23.00 Resocjalizacja z Pit</b> Bullem 4 – serial dok., USA<br><b>0.00 Taniec z rekinami</b> – dok.<br><b>1.00 Irwinowie – następne pokolenie</b> – serial dok. |
| <b>TVP DOKUMENT HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>POLSAT DOKU HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>POLSAT VIASAT EXPLORE HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>POLSAT VIASAT HISTORY HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>CI POLSAT HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>TRAVEL CHANNEL HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>13.00 Kości na handel</b> – dok.<br><b>14.00 Król łak</b> (2) – cykl dokum.<br><b>14.55 Dźwiękowe krajobrazy Australii</b> (1) – film dokum.<br><b>16.05 Góry. Granice ludzkich możliwości</b> – film dok.<br><b>16.55 Weekendowe wypadki z Greggiem Wallace'em</b><br><b>17.50 Sanatorium miłości</b> 5 (1)<br><b>18.50 Albert Camus. Ikona buntu</b> – film dokumentalny<br><b>20.00 Wenecja, miasto wyrosłe z bagien</b> – dok.<br><b>21.05 Kalendarz przyrody</b> (12)<br><b>22.05 Barbara Włodarczyk zaprasza</b> – magazyn<br><b>22.15 Wojna o sztukę</b> – dok.<br><b>23.45 Ostatni szpieg</b> – film dok.      | <b>8.05 48h. Zaginięni</b> (240, 81)<br><b>10.05 Polacy za granicą</b> (57, 58)<br><b>12.05 Wojny kontenerowe</b><br><b>13.10 Poszukiwawcze historii</b><br><b>14.05 Titanic</b> – tragiczny błąd<br><b>15.15 Poszukiwawcze historii</b><br><b>15.40 Jak to wyjaśnić?</b> (7, 8)<br><b>17.35 Świat z góry</b> (1, 2) – dok.<br><b>19.45 Niewyżłone konstrukcje</b> (5) – serial dok., Fr./Niemcy<br><b>20.55 Stalowe potwory</b> (1, 2)<br><b>23.05 Bitwy morskie – historia okrętów wojennych</b> (4)<br><b>0.15 Kroniki Hitlera</b> (13) – dok.<br><b>1.25 Tajemnice II wojny światowej</b> (7) – serial dok.<br><b>2.30 Kolowrotek</b> (177) – mag.<br><b>3.10 Tajna historia XX wieku</b> | <b>13.15 Królowie klasycznych aut</b> (5) – dok., Wlk. Bryt.<br><b>14.15 Australijscy poszukiwawcze złota 3</b><br><b>16.10 Drenow z Kolumbii Brytyjskiej</b> (6) – dok., Kan.<br><b>17.10 Kowboje z zimnych wód</b> 3 (4) – serial dokum.<br><b>18.10 Złoto Jukonu</b> 5 (7) – dok.<br><b>19.05 Australijscy poszukiwawcze złota 9</b><br><b>21.00 Ostatni kapitanowie</b><br><b>22.00 Ciepłarówka po lepsze życie</b> (7) – serial dokum.<br><b>23.00 Special Ops: Prawda</b><br><b>0.10 Złoto z mroźnej krainy</b><br><b>1.00 Australijscy poszukiwawcze złota 5</b>                              | <b>11.50 Najgroźniejsi ludzie Hitlera</b> (6) – serial dokum.<br><b>12.40 Jak inżynieria zmieniała świat</b> (1-4) – serial dok.<br><b>16.40 II wojna światowa: cena imperium</b> (4) – serial dok.<br><b>17.45 Military ranking</b> (2)<br><b>18.55 Naciści: kosmiczny wysięg</b> – dok., Wlk. Bryt.<br><b>19.55 Berlin 1936: olimpiada Hitlera w kolorze</b> – dok.<br><b>21.00 Linia frontu</b> (3) – dok.<br><b>22.15 Starożytnie superbudowle</b> 4 (1)<br><b>23.20 Najgroźniejsi ludzie Hitlera</b> (7) – serial dokum.<br><b>0.20 Jak inżynieria zmieniała świat</b> (1-5) – serial dok.                                                                                              | <b>16.00 Cyfrowe dowody zbrodni</b> (7) – serial dok.<br><b>17.00 Pogrzebani za domem</b> 3<br><b>18.00 Polskie prywatne zbrodnie</b> 2 (6) – dok., Pol.<br><b>18.30 Akta Fabjusiewicza</b> (1)<br><b>19.00 Ktoś ma coś do ukrycia</b> 3 (19) – dok.<br><b>20.00 Szokujące mordstwa: Atlanta</b> (8) – serial dok.<br><b>21.00 Chippendales: mroczne sekrety</b> (1) – serial dok.<br><b>22.00 Ciała w walizkach: krawy багаж</b> (2) – dok.<br><b>23.00 Kroniki seryjnych morderców – Zimny chirurg</b> (1) – film dok., Pol.<br><b>23.55 Zbrodnia po angielsku</b>                                        | <b>12.15 Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń</b> – rozr.<br><b>13.20 Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń. Dubaj</b><br><b>14.20 Człowiek kontra jedzenie</b> (25) – mag. kulin.<br><b>14.55 Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta</b> (1-4)<br><b>17.00 Wyprowadź w nieznane</b> (11) – serial dokumentalny<br><b>18.00 Patent na podróż</b> (1)<br><b>19.00 Remont safari</b> (4, 5) – rozr.<br><b>20.55 Nagi instykt przetrwania</b> (11, 13)<br><b>23.00 Kobieta na krańcu świata</b> (8, 1, 2) – dok., Pol.<br><b>0.45 Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń</b> – rozr.                                                 |

## STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

| TVP POLONIA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | TVP ROZRYWKA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | POLSAT CAFÉ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | TV 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | TTV HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | TVN STYLE HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>13.05 Ranczo 3</b> (38)<br><b>14.00 Największe hity</b><br><b>Letniej trasy Lata z Radiem i Telewizją Polską</b> (1)<br><b>15.00 Serwis Info</b> – pr. inf.<br><b>15.10 Kulturalni</b> – magazyn<br><b>16.00 Pan Mama</b> (4) – kom.<br><b>16.30 Barwy szczytów</b> (3385) – serial obycz.<br><b>17.00 Teleexpress</b><br><b>17.20 Gra słów. Krzyżówka</b> (1147)<br><b>17.50 Teleexpress Extra</b><br><b>18.15 Oko na Wschód</b><br><b>18.45 Panorama</b><br><b>19.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu</b> (60)<br><b>19.30 Program informacyjny</b> 19.30<br><b>19.55 Pytanie dnia</b> – publ.                                                                                             | <b>7.10 Okrasa lamie przepisy</b> – mag. kulin.<br><b>8.15 Familiada</b> – telet.<br><b>8.50 Va banque</b> (998)<br><b>9.25 Kolo fortuny</b> (2056)<br><b>10.00 Makłowicz w podróży</b> – mag.<br><b>10.35 Minuta dla Twojego bezpieczeństwa</b> (7)<br><b>10.45 Postaw na milion</b><br><b>12.35 Familiada</b> – telet.<br><b>13.15 Janosik</b> (4) – przyg.<br><b>14.05 Rodzinka.pl</b> (249, 250) – kom., Pol.<br><b>15.25 Rolnik szuka żony</b> 13 (2)<br><b>16.25 Kabaretomania</b><br><b>17.25 Va banque</b> (999) – teleturniej<br><b>18.00 Kolo fortuny</b> (2057)<br><b>18.40 Okrasa lamie przepisy</b> – mag. kulin.                                     | <b>6.00 Demakijaż</b> (174-176)<br><b>7.30 Przyjaciółki</b> (38, 39) – serial obycz., Polska<br><b>9.30 Hell's Kitchen</b> – <b>Piekielna Kuchnia</b> (47, 48) – reality show<br><b>12.30 Oszukane</b> (32, 33) – serial paradok.<br><b>14.30 Komisarz Mama</b> (4) – serial krym., Polska<br><b>15.30 Bogaty dom</b> – <b>biedny dom</b> (131)<br><b>16.30 Hell's Kitchen</b> – <b>Piekielna Kuchnia</b> (37) – reality show<br><b>18.00 Nasz nowy dom</b> (312, 313) – reality show, Polska<br><b>20.00 Kolacja w ciemno</b> (59) – pr. rozrywk.<br><b>21.05 Więzienie kobiet</b> (108, 109) – dok., Pol. | <b>6.00 Strażnik Teksasu</b> (24, 25) – serial sens.<br><b>7.55 Bogaty dom</b> – <b>biedny dom</b> (68)<br><b>8.55 Policjanci</b> i <b>Policjanci</b> (645-647)<br><b>11.55 Na ratunek 112</b> (996, 997) – paradok.<br><b>12.55 Trudne sprawy</b> (769-771) – paradok.<br><b>15.55 Policjanci</b> i <b>Policjanci</b> (1456) – serial obycz., Polska<br><b>17.00 Trudne sprawy II</b> (1373) – paradok., Pol.<br><b>18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej?</b> (449)<br><b>19.00 Policjanci</b> i <b>Policjanci</b> (1457) – serial obycz., Polska<br><b>20.00 Wypasiona kuchnia</b> (29) – pr. rozrywk.                                               | <b>6.00 24 godziny</b> (80) – inf.<br><b>7.10 Express</b> – pr. inform.<br><b>7.35 DeFacto 14</b> (14, 15)<br><b>8.30 Kartoteka 8</b> (16, 17)<br><b>10.35 Detektywi</b> (125, 347)<br><b>12.35 Zakup w ciemno 5</b> (13) – reality show<br><b>13.35 Zakup w ciemno 8</b> (17) – reality show<br><b>14.35 Nic do zgłoszenia 2</b> (1) – serial dokum., Pol.<br><b>15.35 Złomowisko PL 8</b> (15) – serial dokum.<br><b>16.45 Express</b> – pr. inform.<br><b>16.58 Pogoda, sport</b><br><b>17.05 Zakup w ciemno extra</b> (35)<br><b>17.45 Życie na kredyt 8</b> (5, 6) – reality show<br><b>18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 21</b> (5)<br><b>19.45 Express</b> – pr. inform. | <b>5.35 Tu jest pięknie</b> (2) – program rozrywkowy<br><b>6.20 I nie opuszczę Cię aż do ślubu</b> (8, 1) – reality show<br><b>7.45 Dzień Dobry TVN</b> – magazyn<br><b>11.20 Love the Look</b> (1) – mag. poradnikowy<br><b>12.20 Ugotowani</b> (3) – pr. kulin.-rozrywk.<br><b>13.25 Kuchenne rewolucje</b> (11, 10) – program rozrywkowy<br><b>15.35 Pojedynek na podróże</b> (4) – program rozrywkowy<br><b>16.35 Ambasadory luksusu</b> (8) – program rozrywk.<br><b>17.40 Kuchenne rewolucje</b> (13-15) – program rozrywkowy                                                                     |
| OBYDZAJOWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | MAGAZYN KULINARNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | REALITY SHOW                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | KRYMINALNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | REALITY SHOW                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | ROZRYWKOWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>20.25 Stulecie Winnych</b> (5) – Polska 2019<br><p>Bronię cieszy wiadomość o powrocie Antoniego. Mieszkańcy Brwinowa świętują odnalezienie krewnego. Tymczasem w Europie rozprzestrzenia się hiszpanka.</p> <b>21.20 Ojciec Mateusz 3</b> (37) – krym., Pol. 2010<br><b>22.10 Autopotręt za mgłą. Olga Bożdanowska</b> – film dokum., Polska 2021<br><b>23.15 Panorama</b><br><b>23.45 Magazyn Ekspresu Reporters</b><br><b>0.40 Pan Mama</b> (3) – kom.                                                                                                                                                                                                                                        | <b>19.15 Okrasa lamie przepisy</b><br><p>Według legend podczas wypraw rycerze opiekali nad ogniem kawałki mięsa nabite na szablę. Prowadzący pokazuje, jak zrobić szaszłyki, kebaba oraz koftę.</p> <b>19.45 Jak to melodia?</b><br><b>20.30 Postaw na milion</b><br><b>22.15 Rodzinka.pl</b> (91)<br><b>22.50 Tak to leciało!</b> (89)<br><b>23.50 Kabaret. Super Show Dwójki</b> (7)<br><b>0.55 Kolo fortuny</b> (2057, 2033) – telet.<br><b>2.20 Kabaret. Letnią Porą</b> (49, 50) – pr. rozrywk.                                                                                                                                                               | <b>22.00 Bogaty dom</b> – <b>biedny dom</b> (161) – Polska 2026<br><p>Zamożni małżonkowie, Edyta i Damian, wraz z trójką dzieci łączą pracę z licznymi pasjami. Z kolei Dominika, Sylwester i Julka żyją skromnie. Zamienią się miejscami.</p> <b>23.00 Gry małżeńskie</b> (200, 201) – reality show, Polska<br><b>1.05 Więzienie kobiet</b> (7-10) – serial dokum., Polska<br><b>3.00 Zdrady</b> (179-181) – serial paradokum., Polska 2022                                                                                                                                                                | <b>20.05 Uroczysko</b> (278) – Polska 2026<br><p>Funkcjonariusze szukają zaginionej Wiktorii, a do komendy zgłaszają się kolejne kobiety, które przynajmniej do tej samej zbrodni.</p> <b>20.40 Sprawiedliwi</b> – <b>Wydział Kryminalny</b> (1057)<br><b>21.40 Sprawiedliwi. Trójmiasto</b> (174)<br><b>22.45 Opowieści o zbrodni</b> (5) – dok.<br><b>23.10 Impas</b> – thriller, USA 2021, 130 min<br><b>1.20 Love Island. Wyspa miłości</b> (22)                                                                                                                                                                                                 | <b>20.05 Zakup w ciemno 8</b> (18) – Polska 2026<br><p>Nowe magazyny i zaskakujące kategorie palet przyciągają starych i początkujących handlarzy. Do zdobycia są towary z likwidowanych sklepów czy nadwyżki premium.</p> <b>21.05 Zakup w ciemno extra 3</b> (18)<br><b>21.45 Express</b> – pr. inform.<br><b>22.00 Damy i wieśniaczki. PL 12</b> (5) – fab.-dok.<br><b>23.00 Kochaj albo wróć</b> (4)<br><b>0.00 Fachowcy</b> (8)<br><b>0.45 Nic do ukrycia 2</b> (3)<br><b>1.45 Niebezpieczne dzielnice</b> (4) – dok.                                                                                                                                                       | <b>20.50 Ostre cięcie</b> (1)<br><p>Andrzej Wierzbicki i Tomasz Schmidt odpowiadają zakładcy fryzjerskie, które z różnych powodów nienajlepiej prosperują. Oceniają sytuację i proponują niezbędne zmiany.</p> <b>21.50 Jestem z Polski</b> (14) – serial dok., Pol. 2022<br><b>22.50 Hotel Paradise 13</b> (10) – reality show<br><b>23.45 Mój sąsiad morderca 10</b> (3)<br><b>0.50 Apetyt na miłość</b> (8)<br><b>1.55 Dieta czy cud?</b> (7, 8)<br><b>3.25 Wiem, co jem</b> (6, 7) – mag.                                                                                                           |
| TVP HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | TVP HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | ZOOM                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | TLC                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | C+ KUCHNIA HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | TVN TURBO HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>11.20 Na sygnale</b> (818, 819)<br><b>12.25 Ojciec Mateusz 12</b> (160)<br><b>13.20 Komisarz Alex 9</b> (105)<br><b>14.15 Ranczo 3</b> (39) – obycz., Pol.<br><b>15.15 Ranczo 4</b> (40) – obycz., Pol.<br><b>16.05 Minuta dla Twojego bezpieczeństwa</b> (8)<br><b>16.10 Górna półka smaku</b> (4)<br><b>16.40 Przyszanek słow food 5</b><br><b>17.10 Okrasa lamie przepisy</b><br><b>17.45 Makłowicz w podróży</b><br><b>18.20 Ojciec Mateusz 31</b> (403)<br><b>19.20 Ranczo 9</b> (114) – obycz.<br><b>20.10 Rodzinka.pl</b> (276, 277)<br><b>21.25 Ojciec Mateusz 33</b> (421)<br><b>22.20 Syn 2</b> (18) – serial obycz.<br><b>23.15 Psy 2. Ostatnia krew</b> – sens., Pol. 1994, 115 min | <b>16.50 Wydział kryminalny</b> Kitzbühel – krym., Austria<br><b>17.50 Doktor z alpejskiej wioski</b> – nowy rozdział – obycz., Niemcy/Austria<br><b>18.50 Doktor Kleist</b> – lekarz rodzinny – serial obycz.<br><b>19.50 Rosamunde Pilcher. Igranie z miłością</b> – film obyczajowy, Austria/Niemcy 2004, 120 min<br><b>21.50 Rosamunde Pilcher. Gwiazdy spadają w sierpniu</b> – melodramat, Niemcy/Wielka Brytania 2003, 105 min<br><b>23.35 Doktor z alpejskiej wioski</b> – nowy rozdział                                                                                                                                                                   | <b>8.00 Strażnik Teksasu 3</b> (16, 17) – serial sensacyjny<br><b>10.00 Kobra</b> – oddział specjalny 24 (17, 18)<br><b>12.15 Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw 2</b><br><b>13.15 Wojny magazynowe: Kanada</b> (12, 13)<br><b>14.25 Sensacje XX wieku</b> (1)<br><b>16.45 Wojciech Cichewski</b> – bosy przez świat<br><b>19.00 Kobra</b> – oddział specjalny 23 (11, 10)<br><b>21.00 CSI: Kryminalne zagadki</b> Miami 8 (14, 15) – krym.<br><b>23.00 Magia nagości. Polska 3</b><br><b>0.05 Magia nagości</b> 6 (10)<br><b>1.10 Magia nagości. Niemcy</b>                                              | <b>8.00 Łowcy promocji</b> – dok.<br><b>9.00 Wiza na miłość</b> 11 (3)<br><b>11.00 Wiza na miłość</b> 12 (18)<br><b>13.00 Kiedy dzieci mają dzieci</b><br><b>15.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 8</b><br><b>16.00 Historie wielkiej wagi 5</b><br><b>17.00 Dr Przyszycilla 4</b> – dok.<br><b>18.00 Wiza na miłość 11</b><br><b>20.00 Niepokonani</b> (3) – dok.<br><b>21.00 Ekstremalne choroby</b><br><b>22.00 Historie wielkiej wagi: Brazylia 2</b> – reality show<br><b>23.00 Nie do uwierzenia!</b><br><b>0.00 Dr Przyszycilla 4</b> – dok.<br><b>1.00 Niepokonani</b> (3) – dok.<br><b>2.00 Ekstremalne choroby</b> | <b>10.40 U sąsiadów w kuchni 14</b><br><b>11.50 Kulisy wielkiej kuchni</b><br><b>13.45 Eva Longoria</b> w poszukiwaniu hiszpańskich smaków<br><b>14.40 U sąsiadów w kuchni 16</b><br><b>15.45 Zgrillowani</b> (4, 5) – mag.<br><b>16.40 Jamie Oliver</b> – łatwe przepisy na co dzień<br><b>18.30 Kulinarium</b> mapa Wielkiej Brytanii (9, 10) – serial dok.<br><b>19.25 M jak mięso 2</b> (7) – dok.<br><b>19.50 Maximum Foodie 4</b> (9)<br><b>20.20 Czego nie jeść</b> (4) – dok.<br><b>21.15 Anthony Bourdain</b> – miejsca nieznanne 11<br><b>23.55 Top Chef 27</b><br><b>0.55 M jak mięso 8</b> (5, 6) – dok.                                                             | <b>12.15 Naprawy nie do naprawy</b> (1) – mag.<br><b>13.00 Zawodowi handlarze</b><br><b>14.30 Wojny samochodowe</b> (8)<br><b>16.30 Jeździć, obserwować</b><br><b>18.00 Raport Turbo</b> – mag. inf.<br><b>18.15 Z drugiej ręki</b> (4) – mag.<br><b>19.00 Duda kontra Szafrański</b><br><b>19.45 Naprawy nie do naprawy</b> (4) – mag.<br><b>20.30 Jeździć, obserwować</b> (5, 4) – serial dokum.<br><b>22.00 Raport Turbo</b> – mag. inf.<br><b>22.15 Uwaga! Oszust: Schemata z ogłoszenia</b> (4, 16) – rozr.<br><b>23.20 Zawodowi handlarze</b><br><b>0.50 Naprawy nie do naprawy</b> (1, 5) – mag. |
| NOVA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | METRO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | ANTENA HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | WP                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | C+ DOMO HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | HGTV HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>10.00 Komisarz Mama</b> (17)<br><b>11.00 Poirot 10</b> – serial krym.<br><b>13.00 Poirot 11</b> – serial krym.<br><b>15.00 Świat według Buncych</b> 7 (148-153)<br><b>18.00 Calkiem nowe lata miodowe</b> (5) – kom., Pol.<br><b>18.30 Miodowe lata</b> (112-114) – serial komediowy, Polska<br><b>21.00 Zdrady</b> (67) – paradok., Pol.<br><b>22.00 Ślad</b> (17, 18, 88) – krym.<br><b>1.00 Łowca pedofilów</b><br><b>3.00 TV okazje</b> (30, 31)<br><b>3.50 Wehikuł czasu</b> (929, 928)<br><b>4.00 Daleko od noszy</b> – szpital futpolowy (45, 46) – serial kom., Polska<br><b>5.00 Pod lupą</b> (4, 5) – magazyn                                                                         | <b>10.30 Sedzia Anna Maria Wesołowska</b> (473, 474)<br><b>12.30 Szkoła</b> (638) – paradok.<br><b>13.30 Brzydula</b> (147, 148) – kom.<br><b>14.40 Za głosem serca</b> (34)<br><b>15.50 Magda M.</b> (4, 5) – obycz.<br><b>16.55 Idź na calosc</b> 2 (29) – rozr.<br><b>18.00 Złomowisko PL 5</b> (8)<br><b>19.00 Kartoteka 8</b> (5, 6)<br><b>21.05 Kryminalni 2</b> (7, 8) – krym.<br><b>23.15 Hannibal 2</b> (7) – krym.<br><b>0.20 Zbrodnice z pierwszych stron gazet</b> 7 (3) – dok.<br><b>1.20 Szpital</b> (918) – paradok.<br><b>2.20 Szkoła</b> (645) – paradok.<br><b>3.20 Nowa Majja</b> w ogrodzie 2 (30, 31)<br><b>4.25 Szpital</b> (917) – paradok. | <b>12.00 Wojny Kontenerowe 5</b><br><b>13.00 Klątwa Wyspy Dębów 5</b><br><b>13.55 Australijscy poszukiwawcy złota 5</b><br><b>16.00 Unforgettable: Zapisane w pamięci</b> (16) – krym.<br><b>16.55 Detektywi z Bordeaux 7</b> (7) – serial krym., Fr./Bel.<br><b>18.00 77 TV 2</b> (13, 14) – pr. rozr.<br><b>20.00 Alex Hugo</b> – górski detektyw (28) – krym., Fr.<br><b>22.10 Detektywi Candice: Niezawodny instykt</b> 5 (8) – serial kryminalny, Fr.<br><b>23.20 Detektywi z Bordeaux 6</b> (7) – serial krym., Fr./Bel.<br><b>0.30 Polska. Największe dylematy</b> (4, 5) – pr. publ.                | <b>11.00 Wariaci za kierownicą 3</b><br><b>12.00 Komisarz Cassandra: Zbrodnie w Alpach</b> 3 (1)<br><b>14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 2</b> (16, 17)<br><b>16.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec</b> (5) – reality show<br><b>16.55 Pogoda</b><br><b>17.00 Wyjaśnione tajemnice świata 3</b> (19, 22) – serial dok., USA<br><b>19.00 Makłowicz w podróży</b> – magazyn kulinarny<br><b>20.00 Policjanci z sąsiedztwa</b> 5 (19, 20)<br><b>21.50 Pogoda</b><br><b>22.00 Przeboje kabarety</b> (1)<br><b>23.00 Mistrzowie Kabaretu 11</b>                                                                                                          | <b>13.05 Pokochaj lub sprzedaj: Wielka Brytania</b> 10 (3)<br><b>14.00 Adres: rezydencje marzeń</b> 2 – serial dok.<br><b>15.00 Wakacyjne domy na wynajem</b> (13) – dok.<br><b>15.55 Kupione i co dalej?</b> 7<br><b>16.50 Gardeners' World</b> 15 (2)<br><b>18.00 Ucieczka na wieś</b> 23 (16)<br><b>19.00 Wielkie projekty: Nowa Zelandia</b> 9 (6) – serial dok.<br><b>20.00 Daleko od miasta</b> 10<br><b>21.00 Adres: rezydencje marzeń</b> (3) – serial dok.<br><b>22.05 Wielkie projekty: transformacje</b> (8) – dok.<br><b>23.10 Pokochaj lub sprzedaj</b> – Wielka Brytania 8 (2)                                                                                     | <b>13.25 Nowe życie w starym domu</b> 6 (1) – pr. rozrywk.<br><b>14.30 Mieszkanie na miarę</b> 4<br><b>15.30 Pogromcy chaosu</b> (9)<br><b>16.30 Polowanie na ogród</b> 8<br><b>17.15 Polowanie na ogród</b> 9 (1)<br><b>18.10 Weekendowa metamorfoza</b> 2 (4) – rozr.<br><b>19.05 Złoty remont</b> 5 (6) – rozr.<br><b>20.00 Dobrze zrobione w domu</b> 2 – mag.<br><b>20.10 Dorota inspiruje</b> 3 (1)<br><b>21.05 Dorota wasz urządzi!</b> (10, 11) – program rozrywk.<br><b>22.35 House Hunters</b> – Poszukiwawcy domów 6 (6-9) – pr. rozr.<br><b>0.40 Kamera, akcja, wpadka!</b>                 |



## Warto zobaczyć

**13.05** **W zawieszeniu**  
**POLITYCZNY** Rok 1949.  
Oficer AK ucieka z więzienia i chroni się u byłej kochanki. Gdy zostają rodzicami, z ukrycia obserwuje dorastającą córkę. Reż.: Waldemar Krzystek, A: Krystyna Janda, Jerzy Radziwiłowicz  
Polska 1986 **125 min ▶ do godz. 15.10**

**13.55** **Nasze córki**  
**OBYCZAJOWY** Dwie pary wspólnie spędzają wakacje w Alpach. Wypadek, któremu ulegają ich córki, wystawia wieloletnią przyjaźń na próbę. Reż.: Mike van Diem, A: Thekla Reuten, Fedja van Huet, Noortje Herlaar  
Austria/Belgia 2025 **125 min ▶ do godz. 16.00**

**15.10** **Przystań**  
**OBYCZAJOWY** Pracująca w świetlicy Karolina jedzie do miasta za ukochanym. Nastoletni podopieczny chce jej towarzyszyć. Ucieka z domu. Reż.: Jan Hryniak, A: Maja Ostaszewska, Rafał Królikowski  
Polska 1997 **95 min ▶ do godz. 16.45**

**17.40** **Fantastyczne zwierzęta: Tajemnice Dumbledora**  
**FANTASY** Gellert pragnie zawładnąć światem magii. Newt ma pokrzyżować jego plany. Reż.: David Yates, A: Jude Law, Cara Mahoney, Mads Mikkelsen  
Wlk. Bryt./USA 2022 **140 min ▶ do godz. 20.00**

**17.55** **Dwa tygodnie na miłość**  
**KOMEDIA ROMANTYCZNA** Lucy składa wymówienie. Wkrótce jednak uświadamia sobie, że szef nie jest jej obojętny. Reż.: Marc Lawrence, A: Sandra Bullock, Hugh Grant, Alicia Witt  
USA/Australia 2002 **125 min ▶ do godz. 20.00**

**18.10** **Listy do Julii**  
**KOMEDIA ROMANTYCZNA** Amerykanka Sophie jedzie z narzeczonym do Werony. Pomaga tam spotkać się parze, którą los rozdzielił w 1957 r. Reż.: Gary Winick, A: Amanda Seyfried, Gael García Bernal  
USA 2010 **105 min ▶ do godz. 19.55**

**21.00** **Wielki Stach**  
**KOMEDIA** Oszust decyduje się opanować wschodnie sztuki walki, by przetrwać w więziennej celi. Jego trenerem zostaje tajemniczy mistrz. Reż.: Rob Schneider, A: Rob Schneider, David Caradine  
USA 2007 **130 min ▶ do godz. 23.10**

**23.20** **Może to ty**  
**KOMEDIA OBYCZAJOWA** Pete i jego przyjaciółka doświadczali zawodu miłośnego. Postanawiają zmienić strategię. Uważają się na randkę. Reż.: Cameron Fay, A: Brett Dier, Veronica St. Clair, Molly McCook  
USA 2023 **95 min ▶ do godz. 0.55**

## → filmowe hity



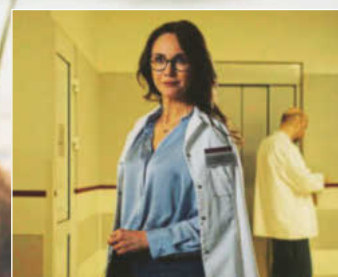
Dziennikarz zabiega o względy ukochanej. Ich relacja zostaje wystawiona na próbę.

## 21.00 Druga połowa

**TVN 7** **KOMEDIA ROMANTYCZNA** Kobieta wikła się w miłosny trójkąt. Będzie musiała podjąć trudną decyzję.

**HIT DNIA** Lekarka Magdalena BERNAT spotyka przypadkowo dziennikarza sportowego Mateusza Ostrowskiego. Szybko się w sobie zakochują, jednak ich związek od początku napotyka wiele przeszkód. Wychodzi bowiem na jaw, że kobieta jest córką selekcjonera reprezentacji narodowej, Zbigniewa, z którym

jej wybranek od dawna pozostaje w poważnym konflikcie. Mateusz musi więc przekonać do siebie surowego rodzica partnerki, co wydaje się skazane na niepowodzenie. Sytuację dodatkowo komplikuje fakt, że o serce pani doktor zabiega utalentowany, ale rozkapryszony i zadufany w sobie piłkarz Jarosław. Nie



szczędzi on sił i środków, żeby zaimponować Magdzie. Wykorzystuje wskazówki jej przyjaciółki, by ją zaskoczyć. W zaciętej walce o względy kobiety rywale stosują odmienne metody. **HD 120 min ▶ do godz. 23.00**

Polska 2021 Reż.: Łukasz Wiśniewski  
Wyst.: Marianna Żydek, Maciej Musiał, Jacek Knap, Cezary Pazura



## 20.00 Różyczka 2

**OBYCZAJOWY** Europosłanka Joanna Warczeńska traci męża w zamachu. Wkrótce otrzymuje materiały kompromitujące bliskich. Anonimowy nadawca sugeruje, że przeszłość jej matki (Magdalena Boczańska) pełna jest sekretów. Reż.: Jan Kidawa-Błoriski Wyst.: Jacek Braciak  
Polska 2023 **HD 120 min ▶ do godz. 22.00**



## 22.00 Nie ma mocnych

**KOMEDIA** Kargul (Władysław Hańcza) oraz Pawlak chcą, żeby ich wnuczka (Anna Dymna) została na wsi. Postanawiają wyswatać dziewczynę z młodym technikiem mechanizacji rolnictwa (Andrzej Wasilewicz). Reż.: Sylwester Chęciński Wyst.: Władaw Kowalski  
Polska 1974 **HD 125 min ▶ do godz. 0.05**



## 20.00 Tropem mordercy

**THRILLER** Detektyw Lawson (Samuel L. Jackson) z pomocą dawnego kolegi ściga sadystycznego seryjnego mordercę, który grasuje w Szkocji. Zwyrrodnialec rozczłonkowuje ciała ofiar i układa je tak, by przypominały krzyż. Reż.: Terry McDonough Wyst.: Vincent Cassel  
USA 2024 **HD 120 min ▶ do godz. 22.00**



## 22.30 Lalka

**OBYCZAJOWY** Zamożny kupiec Wokulski (Mariusz Dmochowski) zakochuje się w zubożałej arystokratce (Beata Tyszkiewicz). Podporządkowuje uczuciu swoje przedsięwzięcia finansowe, zaniedbując m.in. przyjaciela. Reż.: Wojciech Jerzy Has Wyst.: Tadeusz Fijewski  
Polska 1968 **HD 165 min ▶ do godz. 1.15**



## 20.00 7 uczuć

**KOMEDIODRAMAT** Adam Miauczyński (Michał Koterski) ma problemy z nazwaniem towarzyszących mu emocji. Powraca do czasów dzieciństwa. Wspomina rodzinę, przyjaciół, szkolnych rówieśników i dawną miłość. Reż.: Marek Koterski Wyst.: Maja Ostaszewska  
Polska 2018 **HD 150 min ▶ do godz. 22.30**



## 23.00 Ścigany

**SENSACYJNY** Chirurg Richard Kimble zostaje skazany na śmierć za zabójstwo żony. Ucieka, aby znaleźć prawdziwego mordercę. W ślad za nim wyrusza bezkompromisowy szeryf federalny Samuel Gerard (Tommy Lee Jones). Reż.: Andrew Davis Wyst.: Harrison Ford  
USA 1993 **HD 165 min ▶ do godz. 1.45**

## → filmowe hity



Despero prowadzi niebezpieczną rozgrywkę, aby wyjaśnić sprawę zabójstwa.

## 22.00 Pitbull. Ostatni pies

**TV PULS** **SENSACYJNY** Doświadczony policjant wnika w szeregi mafii. Dużo ryzykuje, by wykonać misję.

**HIT DNIA** Ginie Soczek, partner Majamiego. Stofeczni policjanci tropią zabójcę kolegi. Jednocześnie zamierzają rozwiązać problem gangów z Pruszkowa i Wołomina, które walczą o dominację w mieście. Zadania nie ułatwiają im problemy kadrowe i organizacyjne. Komendant ściąga do pomocy doświadczonych funk-

cjonariuszy: Metyla, Nielata, będącego po szkoleniu w FBI, oraz Despero. Ten ostatni wnika w szeregi zaufanych ludzi gangstera Gawrona. W wojnę w półświatku angażuje się również żona bandyty, Mira. **HD 140 min ► do godz. 0.20**

Polska 2018 **Reż.:** Władysław Pasikowski **Wyst.:** Marcin Dorociński, Krzysztof Stroiński, Rafał Mohr, Marian Dziędziel



## 20.00 Dobry rok

**STOKPŁATKA** **KOMEDIODRAMAT** Bankier Max (Russell Crowe) dziedziczy posiadłość w Prowansji. Jedzie na miejsce z zamiarem sprzedaży majątku. Gdy okazuje się, że przez swój błąd straci pracę, postanawia zostać we Francji na dłużej.

**Reż.:** Ridley Scott **Wyst.:** Marion Cotillard **USA 2006** **HD 155 min ► do godz. 22.35**



## 23.05 Colombiana

**TVN** **SENSACYJNY** Płatna zabójczyni Cataleya (Zoe Saldana) potrafi zmylić każdy pościg i mistrzowsko się kamuflować. W życiu ma jeden cel – wytropić i zlikwidować wszystkie osoby, które przyczyliły się do śmierci jej rodziców.

**Reż.:** Olivier Megaton **Wyst.:** Cliff Curtis **USA 2011** **HD 135 min ► do godz. 1.20**



## 21.05 Frantic

**TV P 1** **THRILLER** W tajemniczych okolicznościach znika żona chirurga Walkera (Harrison Ford). Lekarz rozpoczyna poszukiwania. Zostaje wplątany w kryminalną afere. Na jego drodze staje tajemnicza Michelle (Emmanuelle Seigner).

**Reż.:** Roman Polański **Wyst.:** Betty Buckley **USA 1988** **HD 130 min ► do godz. 23.15**



## 23.10 Zabójczy numer

**TV 4** **SENSACYJNY** Slevin (Josh Hartnett) jednego dnia traci pracę, dom oraz ukochaną. W dodatku szef gangu (Morgan Freeman) bierze go za swojego dłużnika. Tropem pechowca ruszają płatny morderca oraz policjanci.

**Reż.:** Paul McGuigan **Wyst.:** Bruce Willis **USA 2006** **HD 140 min ► do godz. 1.30**

## → sport



## 6.00 Turniej ATP w Tokio

**POLSAT SPORT 2** **TENIS LIVE** W US Open Ben Shelton przegrał dopiero w finale, po drodze pokonując m.in. Carlosa Alcaraza. Obaj znaleźli się w gronie uczestników turnieju w stolicy Japonii. Hiszpan będzie bronił tytułu wywalzonego rok temu. **HD 120 min ► do godz. 8.00**



## 7.00 Turniej WTA w Pekinie

**C+ SPORT 2** **TENIS LIVE** Na kortach w stolicy Chin zobaczymy Magdalę Fręch. Polka w tym sezonie grała już z tak uznanymi tenisistkami jak Jessica Pegula czy Jelena Rybakina. Okaze się, czy wyciągnęła wnioski z porażek. **HD 120 min ► do godz. 9.00**



## 8.00 Shenzhen Open

**EUROSPORT 1** **SNOOKER LIVE** Premierowa edycja zawodów, które zastąpiły w snookerowym kalendarzu Xi'an Grand Prix. W Bao'an Sports Centre o nagrody z puli wynoszącej 850 tys. funtów zawalczą m.in. Mark Williams, Ronnie O'Sullivan i Kyren Wilson. **HD 180 min ► do godz. 11.00**



## 17.55 Polska – Szwecja

**PIŁKA NOŻNA LIVE** Przedostatni mecz kadry U-21 w eliminacjach Euro 2027. Jesienią 2025 roku w Jönköping podopieczni Jerzego Brzęczka rozbili Szwedów aż 6:0. Jeśli w Katowicach też wygrają, będą o krok od wywalczenia awansu do ME. **HD 170 min ► do godz. 20.45**

## → rozrywka



## 20.30 Kabaret K2. Jedziemy po bandzie

**POLSAT** **SATYRA** Dominika Najdek oraz jej koledzy po fachu zapraszają na scenę kolejnych gości. Nie zabraknie „Newsów”, czyli pełnego humoru przeglądu wydarzeń społecznych i politycznych, czy zaskakujących „Baśni i bajek dla dorosłych”. **HD 90 min ► do godz. 22.00**



## 21.30 Top Model

**REALITY SHOW** Uczestnicy rywalizacji zmierzają się z nowymi wyzwaniami i zadaniami specjalnymi. Dawid Woliński oraz pozostali jurorzy oceniają ich predyspozycje do sesji zdjęciowych i pokazów mody. Kto dziś nie sprosta oczekiwaniom? **HD 95 min ► do godz. 23.05**



## 22.00 Ciężarówka przez Chile

**PODRÓŻE** Dawid Andres dociera do najdalej wysuniętego na południe punktu wyprawy. Odbiera ładunek, a następnie rusza na północ Patagonii, by zdążyć na prom. Mija miejsca dotknięte kataklizmami. **HD 60 min ► do godz. 23.00**

## → dokument



## 23.15 Lech Wałęsa. Nasza historia

**BIOGRAFIA** Sylwetka pierwszego przewodniczącego „Solidarności”, laureata Nobla oraz byłego prezydenta Polski. Odegrał on istotną rolę w kształtowaniu zjednoczonej Europy. **HD 55 min ► do godz. 0.10**

TVP 1 HD DVBT2

- 4.50 Wykrywacz kłamstw** – publ.  
**5.10 Pytanie dnia** – pr. publicyst.  
**5.30 Reporterzy** – mag. reporterów  
**5.40 Oko na świat** – magazyn  
**6.05 Akacjaowa 38** (950) – telenowela, Hiszpania 2018  
**7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**  
**7.30 Rodzina (nie od) święta**  
**8.00 Serwis Info** – program inform.  
**8.10 Pogoda Info**  
**8.25 Zaraz wracam 3** (148) – serial obyczajowy, Polska 2026  
**9.00 Ranczo 2** (18) – obycz., Pol. 2007  
**10.05 Komisarz Alex 2** (18) – serial kryminalny, Polska 2012  
**11.00 Ojciec Mateusz 21** (276)  
**12.00 Serwis Info** – program inform.  
**12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy  
**12.30 Agropogoda** – program inform.  
**12.40 Magazyn rolniczy**  
**12.55 Natura w Jedynce: Osobliwa planeta** (2) – serial dok., Australia  
**14.00 Splątane losy** (56)  
**15.00 Serwis Info** – program inform.  
**15.10 Reporterzy** – mag. reporterów  
**15.35 Gra słów. Krzyżówka** (1153)  
**16.00 Dziedzictwo** (1040) – serial obyczajowy, Turcja 2020  
**17.00 Teleexpress, pogoda**  
**17.25 Jaka to melodia?** – telet. muz.  
**18.05 Klan** (4744) – telenowela, Polska 2026  
**18.40 Akacjaowa 38** (967) – telenowela, Hiszpania 2018  
**19.30 Program informacyjny 19.30**  
**19.55 Pytanie dnia** – pr. publicyst.  
**20.10 Sport, pogoda**  
**20.30 Felicita** (11) – serial obyczajowy, Polska/Włochy 2026

THRILLER



**21.05 Wiedźmierz z gwiazdami:**

**Frantic** – USA/  
 Francja 1988, 130 min

Żona chirurga Walkera znika w tajemniczych okolicznościach. Lekarz rozpoczyna poszukiwania. Zostaje wpłątany w kryminalną afere. Na jego drodze staje tajemnicza Michelle. Lekarz podejrzewa, że kobieta może naprowadzić go na trop ukochanej.

**23.15 Historia: Lech Wałęsa. Nasza historia** – film dokumentalny, Polska 2026  
 Sylwetka Lecha Wałęsy – przywódcy i przewodniczącego „Solidarności”, laureata Pokojowej Nagrody Nobla oraz byłego prezydenta Polski.

**0.10 Kurier** – film historyczny, Polska 2019, reż. Władysław Pasikowski, wyk. Philippe Tiókiński, Julie Engelbrecht, Bradley James, Martin Butzke, 120 min

**2.10 W sieci zła** – thriller, USA 1998, reż. Gregory Hoblit, wyk. Denzel Washington, John Goodman, Donald Sutherland, Embeth Davidtz, 150 min

**4.40 Zakończenie**

TVP 2 HD DVBT2

- 4.35 Na dobre i na złe** (945):  
 W zgodzie z własnym sumieniem – serial obyczajowy, Polska 2025  
**5.30 M jak miłość** (1849) – serial obyczajowy, Polska 2025  
**6.25 Pozyteczni.pl** – magazyn  
**6.50 Barwy szczęścia** (3408) – serial obyczajowy, Polska 2026  
**7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn  
**7.55 Pytanie na śniadanie** – magazyn  
**11.45 Gwiazdorska kuchnia Ani 5** (50) – magazyn kulinarny  
**12.25 Koło fortuny** – teleturniej  
**13.15 Panna młoda** (210) – serial obyczajowy, Turcja 2024  
**14.05 Va banque** – teleturniej  
**14.35 Na sygnale** (928): Odświeżyć wiedzę – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026  
**15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (488) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024  
 Curro wraca do La Promesy i przyznaje się Manuelowi, że to on pomógł Martinie uciec z sanatorium. Tymczasem stan Pii nadal się pogarsza.  
**16.00 Koło fortuny** – teleturniej  
**16.35 Familiada** – teleturniej  
**17.20 Panna młoda** (211) – serial obyczajowy, Turcja 2024  
**18.15 Va banque** – teleturniej  
**18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej  
**19.25 Barwy szczęścia** (3408) – serial obyczajowy, Polska 2026  
**20.05 Barwy szczęścia** (3409) – serial obyczajowy, Polska 2026  
**20.40 Przepis dnia** (16) – magazyn kulinarny

OBYCZAJOWY



**20.50 Na dobre i na złe** (999):  
 Siwy włos – Polska 2026

Do Leśnej Góry trafiają ofiary wypadku motocyklowego: dziewczyna z ciężkimi urazami miednicy i pękniętą tętnicą biodrową oraz chłopak z uszkodzoną aortą. Oboje przechodzą kolejne operacje. Falkowicz i Wilczewski wspólnie walczą o ich życie. Profesora coraz bardziej niepokoi również związek Matyldy z ratownikiem Darkiem.

**21.50 Na sygnale** (930): Zła sytuacja jest dobrą sytuacją – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026

**22.20 Magazyn Ekspresu Reporterów**

**23.20 Pi!** – komedia obyczajowa, USA 2023, reż. Cameron Fay, wyk. Brett Dier, Veronica St. Clair, Molly McCook, Nicolette Pearse, 95 min

**0.55 Peaky Blinders 2** (7) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2014

**2.05 Ta, którą kocham** – film dokumentalny, Polska 2023

**3.45 Rodzinka.pl** – serial komediowy, Polska 2025

**4.15 Zakończenie**

POLSAT HD DVBT2

- 4.40 Disco Gramy**  
**5.25 Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy  
**5.55 Nowy dzień z Polsat News**  
**8.00 Trudne sprawy** (762) – serial paradokumentalny, Polska 2018  
**9.05 Dlaczego ja?** (1324) – serial paradokumentalny, Polska 2024  
**10.05 Wypasiona kuchnia** (18) – program rozrywkowy  
**10.20 Dlaczego ja?** (1325, 1326) – serial paradokumentalny, Polska 2024  
**12.25 Gliniarze. Śląsk** (21): Najwyższa cena – serial kryminalny, Polska 2026  
**13.25 Gliniarze** (984, 985) – serial paradokumentalny, Polska 2024  
**15.30 Wydarzenia 24**  
**15.50 Pogoda**  
**15.55 Gliniarze** (1236) – serial paradokumentalny, Polska 2026  
**16.55 Gliniarze. Śląsk** (22): Driver – serial kryminalny, Polska 2026  
 Mężczyzna ginie w wypadku samochodowym. Detektywi szybko ustalają, że auto ofiary zostało celowo zepchnięte do rowu. Wpadają na trop nielegalnych wyścigów. Decydują się przeprowadzić ryzykowną akcję pod przykrywką.  
**18.00 Pierwsza miłość** (4256) – serial obyczajowy, Polska 2026  
**18.50 Wydarzenia**  
**19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny  
**19.25 Wypasiona kuchnia** (31) – program rozrywkowy  
**19.35 Sport, pogoda**  
**19.55 Milionerzy** – teleturniej

ROZRYWKOWY



**20.30 Kabaret K2. Jedziemy po bandzie** (2)

Dominika Najdek, Bartosz Klauziński i Tomasz Łupak zapraszają na scenę gości, którzy prezentują się z zaskakującej strony. Nie zabraknie „Newsów” i filmowych opowieści.

**22.00 Komediodwa środa: Nie ma mocnych** – komedia, Polska 1974, reż. Sylwester Chęciński, wyk. Władysław Hańcza, Anna Dymna, Jerzy Janeczek, Waław Kowalski, 125 min  
 Pawlak martwi się o przyszłość gospodarstwa. Nadzieję pokłada we wnuczce. Pragnie wydać ją za mąż. We wsi pojawia się obiecujący kandydat.

**0.05 Aniołki Charliego** – film sensacyjny, USA/Niemcy 2000, reż. McG, wyk. Cameron Diaz, Drew Barrymore, Lucy Liu, Bill Murray, 130 min

**2.15 Barry Seal: Król przemytu** – film biograficzny, USA/Japonia/Kanada 2017, reż. Doug Liman, wyk. Tom Cruise, Domhnall Gleeson, Sarah Wright, Jesse Plemons, 160 min

TVN HD DVBT2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów  
**5.55 Ukryta prawda** (1491) – serial paradokumentalny, Polska 2023  
**6.50 Kuchenne rewolucje** (8):  
 Grudziądz – Bar Pierożek – program rozrywkowy  
**7.45 Dzień Dobry TVN** – magazyn  
**11.20 Doradca smaku** (19) – magazyn kulinarny  
**11.30 Kuchenne rewolucje** (5, 13):  
 Witnica: Działdowo – Bar Palce Lizać/Bar Viola – program rozrywkowy  
**13.40 Ukryta prawda** (1640, 1641, 1771) – paradok., Polska  
 Patrik, 33-letni laborant, próbuje pomóc żonie Edycie, która cierpi na zakupoholizm. Mimo terapii i straty pracy kobieta ponownie zaczyna kompulsywnie kupować. Twierdzi jednak, że ma problem pod kontrolą.  
**16.50 Szpital św. Anny** (152) – serial obyczajowy, Polska 2026  
 Asia mówi Łukasowi, że zamierza wyjechać na stałe do Kanady. Mężczyzna nie chce rozstawać się z dziećmi. Tymczasem Kaja mocno przeżywa ultimatum ordynatora.  
**17.55 Detektywi** (353) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026  
 Dwaj bracia i ich kolega wchodzi do opuszczonego domu, w którym rok wcześniej doszło do zbrodni. Kilka godzin później okazuje się, że zniknęli bez śladu. Kowalik i Nowacki badają sprawę.  
**19.00 Fakty, sport i pogoda**  
**19.55 Uwaga!** – magazyn reporterów

OBYCZAJOWY



**20.15 Na Wspólnej** (4286)  
 player – Polska 2026

Agnieszka słyszy, jak Ryszard każe Sebastianowi obserwować Tomka. Żąda wyjaśnień. Poznaje prawdę o wypadkach chłopaka. Bożydar dowiaduje się, że Milena ma wystąpić w programie telewizyjnym półnaga.

**20.50 The Floor** (19) – teleturniej  
**21.30 Top Model** (5) – reality show

**23.05 Colombiana** – dramat sensacyjny, USA/Francja 2011, reż. Olivier Megaton, wyk. Zoe Saldana, Amanda Stenberg, Michael Vartan, Cliff Curtis, 135 min

**1.20 Nowa Szlagowska** (1) – program rozrywkowy

**2.25 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10** (21) – serial kryminalny, USA/Kanada 2010

**3.25 Uwaga!** – magazyn reporterów

**3.45 Młode giny** (24) – serial kryminalny, Polska 2026

**4.45 Nauka jazdy 6** (16) – program rozrywkowy

**5.15 Zamieszkać na plaży 6** (3) – program rozrywkowy

TVN 7 HD DVBT2

- 5.20 Ten moment** (53) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (490-492) – serial paradokumentalny, Polska 2017
- 8.45 Ukryta prawda** (1396, 1561, 1562) – serial paradokumentalny, Polska 2010
- 11.50 W-11 – Wydział Śledczy** (715-717): Spokojny dzień; Nigdy mi nie wybaczysz; Dla dobra córki – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2020
- 13.55 Detektywi** (137) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
- 15.00 Szpital św. Anny** (142) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 16.00 Szpital** (886) – serial paradokumentalny, Polska 2019
- 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (565) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
- 18.00 Rozwód. Walka o wszystko** (17) – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 19.00 Ukryta prawda** (1697) – serial paradokumentalny, Polska 2025 Beata wygrywa 1,5 mln złotych na loterii. Jej partner robi plany na wakacje i remont, a syn chwali się sukcesem matki. Wkrótce kobieta staje się obiektem roszczeń rodziny i znajomych. Na domiar złego młody pracownik męża zaczyna się do niej zalecać, a córka zostaje uprowadzona.
- 20.00 Hotel Paradise 13** (21) – reality show

## KOMEDIA ROMANTYCZNA



- 21.00 Druga połowa** – Polska 2021, 120 min

**HIT DNIA** Lekarka Magda zakochuje się w dziennikarzu sportowym Mateuszu. Niebawem orientuje się, że jest on skłócony z jej ojcem, trenerem piłkarskiej reprezentacji. Do tego o względy dziewczyny zabiega też kapryśny gwiazdor futbolu Jarosław.

- 23.00 Ścigany** – dramat sensacyjny, USA 1993, reż. Andrew Davis, wyk. Harrison Ford, Tommy Lee Jones, Sela Ward, Ron Dean, 165 min
- Chirurg Richard zostaje niesłusznie skazany na śmierć za zabójstwo żony. Ucieka z konwoju, by znaleźć prawdziwego mordercę. Rusza za nim pościg.

- 1.45 Hotel Paradise 13** (20) – reality show
- 2.40 Wrota piekieł 3** (8) – serial dokumentalny, USA 2022
- 3.40 Fachowcy** (11) – serial paradokumentalny, Polska 2017
- 4.20 Usterka 12** (5) – serial fab.-dokum., Polska 2019
- 4.50 Dorota was urządzi!** (9) – program rozrywkowy

Następny odcinek obejrzysz na:

TV PULS HD DVBT2

- 6.00 Policjanci z Miami 5** (18, 19): Swobodny lot, część 2; Świat w kłopotach – serial kryminalny, USA 1989
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (4, 5): Tożsamość; Bezboleśnie – serial sensacyjny, Niemcy 2021
- 10.00 Zaklinaczka duchów 5** (102) – serial fantasy, USA 2010
- 11.00 Kotka** (41) – telenowela, Meksyk 2014
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (172) – serial obyczajowy, Meksyk 2008 Daniel oświadcza się Rocio. Juan Miguel postanawia poważnie porozmawiać z Aną Julią. W jej mieszkaniu ukrywa się Amador. Rafael chce wiedzieć, czy Mari-chuy wróci do Juana Miguela.
- 13.00 Wspaniałe stulecie** (14) – serial kostiumowy, Turcja 2013-2014
- 14.00 Rodzinny interes** (7): Mała miss – serial obyczajowy, Polska 2019
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 14** (764, 765) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 17.00 Rodzinny interes** (8): Auto dla ukochanej – serial obyczajowy, Polska 2019 Znajomy Ryszarda chce kupić samochód i prosi w tej sprawie o radę. Wszyscy są przekonani, że szykuje on prezent dla żony.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 19** (1031, 1032) – serial obyczajowy, Polska 2026 Były skazaniec Cezary bezskutecznie szuka pracy. Z desperacji zatrudnia się na czarno u chciwego przedsiębiorcy. Ulega wypadkowi.

## THRILLER



- 20.00 Tropem mordercy** – USA/ Wielka Brytania 2024, 120 min

W Szkocji pojawia się sadyistyczny seryjny morderca. Władze ściągają do Edynburga Dana Lawsona, doświadczanego detektywa z Chicago. Już kilka lat temu ścigał on sprawcę zbrodni działającego podobnie. Teraz z pomocą dawnego kolegi, Walkera Bravo, ma szansę w końcu go dopaść.

- 22.00 Pitbull. Ostatni pies** – film sensacyjny, Polska 2018, reż. Władysław Pasikowski, wyk. Marcin Dorociński, Krzysztof Stróliński, Rafał Mohr, Dorota Rabczewska, 140 min

- 0.20 22 kule** – film sensacyjny, Francja 2010, reż. Richard Berry, wyk. Jean Reno, Kad Merad, Jean-Pierre Darroussin, Marina Fois, 155 min
- 2.55 Dzielnica strachu 3** (83): Ostatnie śledztwo – serial kryminalny, Polska 2022
- 4.00 Lombard. Życie pod zastaw 19** (1027) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 5.00 Dzielnica strachu 3** (86): Powrót – serial kryminalny, Polska 2022

PULS 2 HD DVBT2

- 5.50 Ale numer! 19** (6) – pr. rozrywk.
- 6.20 Superthings: Kazoom Power** (16) – serial anim., Hiszpania 2024
- 6.30 SamSam: Kosmiczne przygody** (14) – serial anim.
- 6.45 Gigantozaur 2** (18) – serial anim.
- 7.00 Blaze i Megamaszyny 7** (25) – serial animowany, USA 2022
- 7.30 Psi Patrol 6** (6) – serial anim.
- 7.50 Dora** (9) – anim., Kan./USA 2024
- 8.30 Wielkie przygody małego rekina 2** (6) – serial dla dzieci, USA/Korea Południowa 2023
- 8.50 Masza i Niedźwiedź 9** (24-26) – serial animowany, Rosja
- 9.25 Świnka Peppa** (20-22) – anim.
- 9.45 Bing** (23, 24) – serial animowany
- 10.00 Jezyk i Przyjaciele** (9, 8) – anim.
- 10.35 Basia 2** (21, 22) – anim., Pol. 2019
- 11.10 Gus. Mały – wielki rycerz 2** (3, 4) – serial animowany, Fr. 2021
- 11.35 Tomek i przyjaciele: Naprzd lokomotywy! 27** (23, 24) – anim.
- 12.00 Psi Patrol 4** (22) – serial anim.
- 12.35 Gumisie 6** (4, 5) – serial anim.
- 13.35 Smerfy** (68) – serial anim., Belgia
- 14.00 Baranek Shaun 4** (2-4) – anim.
- 14.35 Marta mówi** (18) – serial anim.
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 6** (7, 8) – anim.
- 16.00 Patryk Rozgwiazda Show** (23, 24) – serial anim., USA 2021
- 17.00 SpongeBob Kanciastoporty 9** (201, 202) – anim., USA 2011-2012
- 18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2** (9, 10) – serial animowany, USA
- 19.00 Kacze opowieści** (64, 65) – serial animowany, USA 1987
- 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 19** (1021) – serial obyczajowy, Polska 2026

## KOMEDIA



- 21.00 Wielki Stach** – USA 2007, 130 min

Nieuczciwy biznesmen Stach zostaje skazany na karę więzienia. Świadomość czekającego go pobytu w otoczeniu samych kryminalistów sprawia, że niegrzeszący ani odwagą, ani siłą oszust postanawia opanować wschodnie sztuki walki. Jego trenerem zostaje tajemniczy Mistrz.

- 23.10 Naga broń: Z akt Wydziału Specjalnego** – komedia kryminalna, USA 1988, reż. David Zucker, wyk. Leslie Nielsen, Priscilla Presley, Ricardo Montalban, George Kennedy, 110 min
- 1.00 Lombard. Życie pod zastaw** (39) – serial obyczajowy, Polska 2017
- 2.00 Lombard. Życie pod zastaw 2** (40) – serial obyczajowy, Polska 2018
- 3.00 Lombard. Życie pod zastaw 6** (291, 292) – serial obyczajowy, Polska 2020
- 5.00 Lombard. Życie pod zastaw 11** (564) – serial obyczajowy, Polska 2022

NETFLIX



## ZAKOCHANI W PRACY

Graciela (Paola Fernández) spędza noc z nieznanym. Nie zamierza więcej się z nim spotykać. Pechowo okazuje się jednak, że jest on drugim kandydatem na stanowisko, o które sama się ubiega, a także synem potencjalnego szefa. Niebawem oboje będą musieli wybierać pomiędzy ambicją a pożądaniem.

►serial kom. (8 odc.), Meksyk 2025

## PREMIERA



## SERYJNY WDOWIEC: DOPÓKI ŚMIERĆ NAS NIE ROZŁĄCZY

Uwodziciel czaruje kobiety i szybko zdobywa ich zaufanie. Na przestrzeni trzydziestu lat zawiera kolejne małżeństwa, a każde z nich kończy się tragedią. Dziennikarz i detektyw podejmują współpracę, by poznać mroczną prawdę stojącą za serią podejrzanych zgonów.

►film dokum., USA 2026; 91 min

## PREMIERA



## MEDUSA 2

Po zamachu, do którego doszło na jachtach, i ujawnieniu serii spisków Bárbara Hidalgo (Juana Acosta) nie przerywa walki o wpływ w rodzinnym imperium Medusy. Będzie musiała stawić czoło nowym intrygom, a ich konsekwencje uderzą tym razem w nią samą i osoby z jej najbliższego otoczenia.

►serial kryminalny, Kolumbia 2025



## DARK 3

Toczy się odwieczna walka dobra ze złem. Stawką w tej grze jest przyszłość całej ludzkości. Jonas (Louis Hofmann) i Martha (Lisa Vicari) próbują odnaleźć początek wszystkiego. Na ich drodze staje pewna kobieta związana ze światem Marthy. Ma ona swój własny plan i konsekwentnie go realizuje.

►SF (8 odc.), Niemcy/USA 2020







## STACJE POPULARNONAUKOWE

| DISCOVERY SCIENCE HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | ID HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | NATIONAL GEOGRAPHIC HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | FOKUS TV DVB T2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | TVP HISTORIA DVB T2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | HISTORY HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>6.00 Jak to jest zrobione?</b> – serial dokumentalny, Kanada<br><b>8.00 Jak działa wszechświat? 6</b> – serial dokumentalny<br><b>10.00 Jak działa wszechświat?</b> – serial dokumentalny<br><b>11.00 Czy jest z nami inżynier?</b> (4, 5) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2015<br><b>13.00 Kosmiczna mapa skarbów</b> – serial dokumentalny, USA<br><b>15.00 Jak działa wszechświat?</b> – serial dokumentalny<br><b>18.00 Jak to jest zrobione?</b> – serial dokumentalny, Kanada                                                                                                                     | <b>6.00 Zaginieni 2</b> – serial dokumentalny, USA<br><b>7.00 Zaginieni</b> – serial dok.<br><b>8.00 Żyjąc z potworem</b> (20-ost., 19) – serial dokumentalny, USA<br><b>10.00 Koleżanki na zabój 2</b> – serial dokumentalny, USA<br><b>12.00 Morderstwa w Dolinie Krzemowej</b> – serial dokumentalny, USA<br><b>14.00 Przypadek Natalii Grace: ostatni rozdział</b> – serial dok.<br><b>16.00 Pokój przesłuchań</b> – serial dokumentalny<br><b>18.00 Kłamstwa żądne krwi</b> – serial dokum.<br><b>19.00 Taśmy zbrodni</b> – serial dokumentalny                                                                                                                                | <b>12.00 Złapać przemytnika: Misja na Karaibach</b> (5-7) – serial dok., USA<br><b>15.00 Katastrofa w przestworzach</b> (5)<br><b>16.00 Grecja: Miejsce pełne tajemnic</b> (6)<br><b>17.00 Zaginione skarby Biblii: Tajemnice wiary</b> (2) – dok.<br><b>18.00 Krwawe pieniądze: Tajemnice radzieckiej gospodarki</b> (2) – film dokum., Francja 2024<br><b>19.00 Zaginione okłady II wojny światowej</b> (6)<br><b>20.00 Katastrofa w przestworzach</b> (2) – serial dokum., Kan.<br><b>21.00 Odkopać historię</b> (9)                                                                               | <b>6.05 48h. Zaginieni</b> (20)<br><b>7.00 Był sobie człowiek</b> (36) – pr. publicyst.<br><b>8.55 Wehikuł czasu</b> (930)<br><b>9.00 Starożytni kosmici</b> (4) – serial dok., USA<br><b>10.00 Gwiazdy lombardu</b> (27, 28) – reality show<br><b>12.00 Broń w hollywoodzkich filmach</b> (7, 8) – dok.<br><b>13.00 Poszukiwacze historii</b> (2, 3) – dok.<br><b>14.00 Apokalipsa Hitlera</b> (2) – film dok., Fr. 2011<br><b>15.00 Poszukiwacze złota w Australii</b> (4) – dok.<br><b>16.00 Dorwać tuńczyka</b><br><b>18.00 Rolnicy. Podlasie</b> (29, 30) – serial dok.<br><b>20.00 Gallio 34</b> (9)<br><b>21.00 Supersamoloty bojowe</b> (6) – dok.                                     | <b>6.00 Był taki dzień</b> (36) – pr. publicyst.<br><b>6.05 Fake czy historia?</b><br><b>6.50 Wojownicy czasu</b><br><b>8.45 Dom</b> (22) – obycz., Pol.<br><b>10.25 Wszystkie kolory świata</b> – dok., Francja<br><b>11.20 Doktorka</b> – film dokum., Polska 2025<br><b>12.25 Listy z barykady</b> – film dok., Pol. 2008<br><b>13.00 Kroniki Hitlera</b> (5)<br><b>14.00 Dom</b> (23) – obycz., Pol.<br><b>15.35 Sensacje XX wieku</b><br><b>17.30 Wojenne dziesięć</b> (2) (23) – serial hist., Pol. 2018<br><b>18.20 Fake czy historia?</b><br><b>19.00 Ostatni bój</b> – film dokum., Polska 2019<br><b>20.05 Zatoka szpiegów 2</b> (17) – szpiegowski, Pol. | <b>13.05 Starożytni kosmici 14</b> (5) – dok.<br><b>14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 3</b> (14) – serial dok., USA<br><b>14.50 Największe tajemnice świata 6</b> (9) – serial dok., USA<br><b>15.45 Gwiazdy lombardu 13</b> (10)<br><b>16.15 Gwiazdy lombardu 20</b> (14)<br><b>17.10 II wojna światowa w kolorze</b> – przełomowe momenty (10) – dok.<br><b>18.10 Największe tajemnice świata 7</b> (15) – serial dok., USA<br><b>19.05 Starożytni kosmici 16</b> (13, 20) – serial dokumentalny                                                                                                                                |
| <b>DOKUMENTALNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>DOKUMENTALNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>DOKUMENTALNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>DOKUMENTALNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>DOKUMENTALNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>DOKUMENTALNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>21.00 Na tropie legendarnych potworów</b><br>Zajmujący się zjawiskami nadprzyrodzonymi specjaliści przedstawiają swoje ustalenia dotyczące pojawiającej się w mitologii Indian tajemniczej istoty – wendigo.<br><b>22.00 Na tropie legendarnych potworów:</b> Yeti<br><b>23.00 Przypadki z archiwum 10</b> (1, 2) – serial dokumentalny<br><b>1.00 Jak działa wszechświat?</b><br><b>4.00 Podziemne sekrety</b>                                                                                                                                                                                                | <b>21.00 Podejrzany przy telefonie</b><br>Po zabójstwie nauczyciela policja rozpoczyna śledstwo i przesłuchuje osoby z najbliższego otoczenia ofiary, próbując odtworzyć jej ostatnie dni i namierzyć sprawcę.<br><b>22.00 Nikt cię nie usłyszy</b><br><b>23.00 Psychopata – znaki szczególne 6</b> – dok.<br><b>0.00 Gra na śmierć i życie</b> – serial dok.<br><b>1.00 Podejrzany przy telefonie</b> – serial dok.<br><b>2.00 Taśmy zbrodni</b><br><b>3.00 Kłamstwa żądne krwi</b> – serial dokum.                                                                                                                                                                                | <b>22.00 Premiera: Makro inżynieria</b> (4): Rekordowe samoloty pasażerskie<br>Przez 40 lat europejscy konstruktorzy konsekwentnie przesuwali granice, tworząc trzy wyjątkowe maszyny. Kolejne projekty przyniosły przełomowe rozwiązania.<br><b>23.00 Uwaga, katastrofa!</b> (4) – serial dokum., Kanada 2020<br><b>0.00 Katastrofa w przestworzach</b> (8, 1, 2) – serial dokum.<br><b>3.00 Car SOS</b> (7, 8) – serial dok., Wielka Brytania                                                                                                                                                       | <b>22.00 Jak Niemcy przegrali wojnę</b> (1, 2) – Australia 2020<br>Jeszcze przed wybuchem II wojny światowej zamiary hitlerowskich Niemiec wspierał niewiele dyktatorów. Żadne przemyśle nie przyniosło korzyści.<br><b>0.00 Starożytni kosmici</b> (10) – serial dokumentalny, USA 2014<br><b>1.00 Rolnicy. Podlasie</b> (26-29) – serial dokumentalny, Polska<br><b>5.00 Kolowrotek</b> (8, 9) – magazyn wędkarski                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>20.55 Putin i Zachód</b> (2): Powrót z ciemem – Wielka Brytania 2022<br>Putin zwraca swoją uwagę na Bliski Wschód, gdy Kaddafi traci władzę w Libii. Putin jest w stanie wiele poświęcić, by wspierać swojego popelnicznika, prezydenta Syrii, Assada.<br><b>22.05 Tablice pamięci</b><br><b>23.05 Sensacje XX wieku</b><br><b>0.50 Encyklopedia II wojny światowej</b><br><b>1.25 Zatoka szpiegów 2</b> (17) – szpiegowski, Pol.<br><b>2.15 Wojenne dziesięć 2</b> (23)<br><b>3.05 Doktorka</b>                                                                                                                                                                 | <b>21.00 David Duchovny: archiwum tajemnic 2</b> (17)<br>Wszyscy szpiegowie potrzebują przykrywkę i a mają ją również gadzety. David przygląda się m.in. amerykańskiemu szpiegowi, który mógł namierzać ukrywających się wrogów.<br><b>22.00 Ranczo kosmitów 7</b> (5) – serial dok., USA<br><b>23.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 4</b> (5) – serial dok., USA<br><b>23.55 Jak to wyjaśnić? 4</b> (5) – serial dok., USA<br><b>0.50 Starożytni kosmici 16</b> (20) – dok.                                                                                                                                                         |
| <b>DISCOVERY HISTORIA HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>PLANETE+ HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>POLSAT VIASAT NATURE HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>BBC EARTH HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>ANIMAL PLANET HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>9.00 Mikroprzygoda</b> (8) – dok.<br><b>10.00 Wolna miłość w PRL</b><br><b>11.00 Militaria na warsztat</b> (4)<br><b>12.00 Muzealne tajemnice</b><br><b>14.00 Łowcy starości</b> (4, 5) – dok.<br><b>16.00 Skarby z szopy</b> (7-10)<br><b>18.00 Łowcy starości</b> – dok.<br><b>20.00 Zoom na architekturę: Siedem cudów świata</b> – serial dokum., Wlk. Bryt.<br><b>22.00 Kings of Cash</b> (5) – dok.<br><b>23.00 Złota góra: walka o skarb</b> – serial dok., USA<br><b>0.00 Przypadki z archiwum 10</b> (9) – dok.<br><b>2.00 Socjalistyczna Filmoteka Powiatowa</b><br><b>3.00 Europejskie bazy</b> (6) | <b>9.20 Polska z góry 8</b> (4, 5)<br><b>10.20 Królowie świata</b> (7)<br><b>11.25 Jak się bawi przyroda?</b><br><b>12.35 Niezwykłe podróże koleją</b> (5) – serial dok., Fr.<br><b>13.40 Targowiska świata</b> (3)<br><b>14.45 Afryka z góry</b> (8) – dok.<br><b>15.50 360° Świat bez granic</b><br><b>16.55 Świat z góry 7</b> (6, 7) – dok.<br><b>18.00 Dokąd dzisiaj?</b> (4) (59, 60)<br><b>18.40 Historia fantasy</b> (2) – dok.<br><b>19.45 First Person Shooter. Idź, strzelaj, kombinuj</b><br><b>20.50 Zagadka pustynnych latawców</b> – film dokum.<br><b>22.00 Krew, pot i cukier</b> (2)<br><b>23.10 Planeta Seks</b> (6) – dok.<br><b>0.15 360° Świat bez granic</b> | <b>9.00 Niezwykły dr Pol</b><br><b>12.00 Dzikie, sprytnie i zabójcze</b> (3) – serial dok.<br><b>13.00 Olsniwająca Ameryka</b><br><b>14.00 Ratując żyrafy</b> – dok.<br><b>15.00 Dzikie, sprytnie i zabójcze</b> (3) – serial dok.<br><b>16.00 Dzikie Północ Europy</b> (5)<br><b>17.00 Królowe świata zwierząt</b> (7) – serial dok.<br><b>18.00 Dzikie Tajwan: nieznaną wyspę</b> – film dokum., USA<br><b>19.00 Najgroźniejsze zwierzęta świata: jadowite</b> (1) – serial dok.<br><b>20.00 Pogodowe anomalie</b> (4)<br><b>21.00 Niezwykły dr Pol</b><br><b>2.00 Olsniwająca Ameryka</b>          | <b>8.05 Rzeczne potwory 6</b> (5)<br><b>9.10 W okowach mrozu 5</b> (5)<br><b>10.10 Naczelne</b> (3) – film dokum.<br><b>11.25 Afrykańskie drapieżniki: wielka zwierzka</b> (3) – dok.<br><b>12.30 W okowach mrozu 5</b> (5)<br><b>13.30 Zabójcza pogoda 2</b> (3)<br><b>14.35 Rzeczne potwory 6</b> (5)<br><b>15.40 W okowach mrozu 5</b> (5)<br><b>16.40 Podwodne miasto</b> (4)<br><b>17.50 Afrykańskie drapieżniki: wielka zwierzka</b> (3) – dok.<br><b>18.55 Rzeczne potwory 6</b> (4)<br><b>20.00 W okowach mrozu 5</b> (6)<br><b>20.55 Naczelne</b> (3) – film dokum.<br><b>22.00 Lista drapieżników</b> (4)<br><b>23.20 W okowach mrozu 5</b> (6)<br><b>0.20 Zabójcza pogoda 2</b> (3) | <b>12.25 Ben Fogle na szkockich wyspach 2</b> (1) – serial dok.<br><b>13.30 Planeta Ziemia 2</b> (5)<br><b>14.40 W okowach mrozu 8</b> (8)<br><b>15.35 Życie na pustkowiu 11</b><br><b>16.35 Wielkie archeologiczne odkrycia 2</b> (1) – serial dok.<br><b>17.35 Planeta Ziemia 2</b> (5)<br><b>18.35 Ben Fogle na szkockich wyspach 2</b> (2) – serial dok.<br><b>19.45 Mroczne dzieje Pompejów</b> (2) – serial dok.<br><b>20.55 W okowach mrozu 9</b><br><b>22.55 Wielkie archeologiczne odkrycia 2</b> (2) – serial dok.<br><b>23.55 Lucy Worsley i zagadki historii: rewolucja amerykańska</b> (2) – dok.                                                      | <b>13.00 Irwinowie – następne pokolenie</b> – serial dok.<br><b>14.00 Resocjalizacja z pitbullem 7</b> – serial dok.<br><b>15.00 Kot z piekła rodem</b><br><b>17.00 Na krańcu Alaski</b> – dok.<br><b>18.00 Weterynarz z Góral Skalistych 7</b> – serial dok.<br><b>19.00 Cztery kąty, cztery łapy</b><br><b>20.00 Kot na drzewie</b> – dok.<br><b>21.00 Klan z Alaski</b> – serial dok.<br><b>22.00 Baseny z roznamiętnieniem</b> – serial dok.<br><b>23.00 Resocjalizacja z Pit Bullem 4</b> – serial dok., USA<br><b>0.00 Supernaturalne stworzenia</b> – serial dok.<br><b>1.00 Irwinowie – następne pokolenie</b> – serial dok. |
| <b>TVP DOKUMENT HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>POLSAT DOKU HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>POLSAT VIASAT EXPLORE HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>POLSAT VIASAT HISTORY HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>CI POLSAT HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>TRAVEL CHANNEL HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>14.30 Król Iak</b> (3) – cykl dokum.<br><b>15.20 Dzikie okowach krajoznawcy Australii</b> (2) – film dokum.<br><b>16.30 Czy to autyzm?</b> – dok.<br><b>17.25 Weekendowe wypadki z Greggiem Wallace'em</b><br><b>18.20 Sanatorium miłości 5</b> (2)<br><b>19.20 Jadwiga Jankowska-Cieślak. Dotknięcie</b><br><b>20.00 Muzeum na miarę faraonów</b> – film dok., Fr.<br><b>21.00 Zjawiskowe góry Portugalii</b> – film dokum.<br><b>22.05 Barbara Włodarczyk zaprasza</b> – magazyn<br><b>22.15 Oblicza wojny</b> – film dok.<br><b>23.20 Ostatni szpieg</b> – film dok.<br><b>0.20 Królestwo mokradeł</b> (1)  | <b>12.05 Wojny kontenerowe</b><br><b>13.05 Poszukiwacze historii</b><br><b>14.00 Walka o światową dominację</b> – film dokum.<br><b>15.15 Top 10 Największe tajemnice świata</b><br><b>17.40 MH17 – katastrofa, która wstrząsnęła światem</b> – dok., Wlk. Bryt.<br><b>18.40 Życie na marginesie. W romskich obozowiskach</b> – film dok.<br><b>19.55 Operacja Overlord – alianci atakują</b> (1, 2)<br><b>22.00 Najkrwawsze bitwy drugiej wojny światowej</b> (7, 8) – dok.<br><b>0.25 Kroniki Hitlera</b> (1) – dok.                                                                                                                                                              | <b>12.20 Złoto Jukonu</b> (7) – dok.<br><b>13.20 Królowie klasycznych aut</b> (6) – dok., Wlk. Bryt.<br><b>14.15 Australijskie poszukiwacze złota 3</b><br><b>16.15 Drwale z Kolumbii Brytyjskiej</b> (2) (6) – dok.<br><b>17.15 Ostatni kapitanowie</b> (5)<br><b>18.10 Złoto Jukonu 5</b> (8) – dok.<br><b>19.05 Australijskie poszukiwacze złota 9</b><br><b>21.00 Ostatni kapitanowie 2</b><br><b>22.00 Australia: polowanie na złoto</b> (1) – serial dokum.<br><b>22.55 Tytani KSW</b> (1) – film dok.<br><b>23.55 Złoto z mroźnej krainy</b><br><b>0.50 Australijskie poszukiwacze złota 5</b> | <b>10.05 Military ranking</b> (2)<br><b>11.15 Najgroźniejsi ludzie Hitlera</b> (7) – serial dokum.<br><b>12.10 Jak inżynieria zmieniała świat</b> (5-8) – serial dok.<br><b>16.05 II wojna światowa: cena imperium</b> (5) – serial dok.<br><b>17.15 Military ranking</b> (3)<br><b>18.25 Naziści. U-booty i bitwa o Atlantyk</b> (1, 2) – film dok.<br><b>21.00 Linie frontu</b> (4) – dok.<br><b>22.10 Starożytne superbudowle 4</b> (2)<br><b>23.20 Najgroźniejsi ludzie Hitlera</b> (8) – serial dokum.<br><b>0.10 Jak inżynieria zmieniała świat</b> (5-8, 1) – serial dok.<br><b>4.10 Linie frontu</b> (4) – dok.                                                                        | <b>12.20 Dowody zbrodni 4</b> (6, 7)<br><b>14.10 Morderstwo w motelu 2</b><br><b>15.05 Zbrodnia po angielsku 4</b><br><b>16.00 Cyfrowe dowody zbrodni</b> (4) – serial dok.<br><b>17.00 Pogrzebani za domem 3</b><br><b>18.00 Akta Fabjusiewicza</b> (2, 3)<br><b>19.00 Policjanci, którzy zabijają</b> (2) – serial dokum.<br><b>20.00 Szokujące morderstwa: Atlanta</b> (9) – serial dok.<br><b>21.00 Specjaliści od zbrodni</b><br><b>22.00 Morderstwo w rodzinie</b> – film dokum.<br><b>23.00 Protokół zbrodni</b> (13)<br><b>23.55 Specjaliści od zbrodni</b><br><b>0.50 Zbrodnia prawie doskonała</b> 3 (13) – dok.                                          | <b>8.05 Niezwykłe Stany Prokopa</b> (1-3) – pr. rozr.<br><b>10.10 Kobieta na krańcu świata</b> (4-7) – serial dok.<br><b>12.25 Ciepłarówka przez Stany</b><br><b>14.45 Smakuj świat z Pascalem</b> (5-8)<br><b>16.50 Najlepsze drinki z Shay Mitchell</b> (2, 3) – serial dok.<br><b>18.50 Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń</b> – rozr.<br><b>19.50 Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń. Dubaj</b><br><b>20.55 Bimbrownicy</b> (15, 16)<br><b>23.05 Kobieta na krańcu świata</b> (3-5) – serial dok.<br><b>0.50 Najlepsze drinki z Shay Mitchell</b> (2, 3) – serial dok.                                                         |

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

| TVP POLONIA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | TVP ROZRYWKA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | POLSAT CAFÉ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | TV 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | TTV HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | TTV STYLE HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 15.10 Lena na Bałkanach<br>15.40 Między pamięcią a zapomnieniem (4)<br>16.05 Moda na język polski (66) – magazyn<br>16.30 Barwy szczęścia (3386) – serial obycz.<br>17.00 Teleexpress<br>17.20 Gra słów.<br>Krzyżówka (1148)<br>17.50 Teleexpress Extra<br>18.15 Moje Wilno ma smak lodów czekoladowych – film dok., Pol. 2019<br>18.45 Panorama<br>19.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu (61)<br>19.30 Program informacyjny 19.30<br>19.55 Pytanie dnia – publ.                                                                                  | 8.20 Familiada – telet.<br>8.55 Va banque (999)<br>9.25 Koło fortuny (2057)<br>10.05 Makłowicz w podróży – mag.<br>10.45 Postaw na milion<br>12.35 Familiada – telet.<br>13.15 Janosik (5) – przyg.<br>14.10 Program rozrywkowy<br>14.35 The Voice of Poland 17 (5, 6)<br>17.00 The Voice Comeback Stage Powered by Orange – widowisko<br>17.25 Va banque (1000)<br>18.00 Koło fortuny (2058)<br>18.40 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin.<br>19.45 Jaka to melodia?<br>20.25 Postaw na milion                                                  | 6.00 Demakijaż (177-179)<br>7.30 Przyjaciółki (40) – serial obycz., Polska<br>8.30 Drugie życie sukni ślubnej (23) – pr. rozr.<br>9.05 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (49, 50) – reality show<br>12.30 Oszukane (34, 35) – serial paradokum.<br>14.30 Komisarz Mama (5)<br>15.30 Bogaty dom – biedny dom (132)<br>16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (38) – reality show<br>18.00 Nasz nowy dom (314, 315)<br>20.00 Kolacja w ciemno (60) – pr. rozrywk.<br>21.05 Więzienie kobiet (110, 111) – dok., Pol. | 6.00 Strażnik Teksasu (26, 1) – serial sens.<br>7.55 Bogaty dom – biedny dom (69)<br>8.55 Policjanci i Policjanci (648-650)<br>11.55 Na ratunek 112 (998, 999) – paradok.<br>12.55 Trudne sprawy (772-774) – paradok.<br>15.55 Policjanci i Policjanci (1457)<br>17.00 Trudne sprawy II (1374) – paradok., Pol.<br>18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (450)<br>19.00 Policjanci i Policjanci (1458) – serial obycz., Polska<br>20.00 Wypasiona kuchnia (30) – pr. rozrywk.<br>20.05 Uroczysko (279)                                 | 12.35 Zakup w ciemno 5 (14) – reality show<br>13.35 Zakup w ciemno 8 (18) – reality show<br>14.35 Nic do zgłoszenia 2 (2) – serial dokum., Pol.<br>15.35 Złomowisko PL 8 (16) – serial dokum.<br>16.45 Express – pr. inform.<br>16.58 Pogoda, sport<br>17.05 Zakup w ciemno extra (36)<br>17.45 Życie na kredycie 8 (7, 8) – reality show<br>18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 21 (6)<br>19.45 Express – pr. inform.<br>20.05 Zakup w ciemno 8 (19) – reality show<br>21.05 Zakup w ciemno extra 3 (19)<br>21.45 Express – pr. inform. | 5.25 Tu jest pięknie (3) – program rozrywkowy<br>6.10 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (2) – reality show<br>6.50 Love the Look (1) – mag. poradnikowy<br>7.45 Dzień Dobry TVN<br>11.20 Jestem z Polski 18 (1) – serial dokum., Pol.<br>12.20 Ugotowani (4)<br>13.25 Kuchenne rewolucje (1, 13)<br>15.35 Pojedynek na podróże (6) – rozr.<br>16.40 Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń. Zanzibar – program rozrywkowy<br>17.40 Kuchenne rewolucje (16, 17, 10) – program rozrywkowy                                                    |
| OBYCZAJOWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | KOMEDIOWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | DOKUMENTALNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | KRYMINALNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | ROZRYWKOWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | REALITY SHOW                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 20.25 Nad rozlewiskiem... (2, 3) – Polska 2012<br>Konrad spędza z Małgosią coraz więcej czasu. Marysia robi karierę w agencji reklamowej. Przygotowuje z Agatą projekt, od którego zależy, czy utrzyma tą pracę.<br>22.10 Rozmowy (nie) wygodne – pr. publ.<br>22.45 Polscy szpiedzi<br>23.05 Słowo daje! – mag.<br>23.15 Panorama<br>23.45 Sekielski wieczorową porą (39) – pr. publicyst.<br>0.40 Pan Mama (4) – kom.<br>1.10 Stacja innowacja                                                                                                      | 22.15 Rodzinka.pl (92) – Polska 2013<br>Kuba informuje rodziców, że zapisał się do kółka teatralnego. Ludwikowi wydaje się to podejrzane. Gdy wyjawia mu swoje powody, ojciec może odechnąć z ulgą.<br>22.50 Rolnik szuka żony 13 (3) – telen. dok., Pol. 2026<br>23.55 Kabaret. Super Show Dwójki (8)<br>0.55 Koło fortuny (2058, 2034) – telet.<br>2.20 Do śmiechu! (19, 20)<br>4.30 Hity wszech czasów – mag. muz.                                                                                                                           | 22.00 Rolniczki (13) – Polska 2025<br>Program przedstawia dalsze losy kobiet mieszkających na wsi. Bohaterki łączą tradycyjne metody gospodarowania z bardziej nowoczesnymi rozwiązaniami.<br>23.00 Gry małżeńskie (202, 203) – reality show, Polska<br>1.05 Więzienie kobiet (11-14) – serial dokumentalny, Polska<br>3.00 Zdrady (182-184) – serial paradokumentalny, Polska 2022                                                                                                                                  | 20.40 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1058)<br>Górska i Kowalski badają sprawę zabójstwa Anny. Kobieta przed śmiercią została zgwałcona. Przy ciele policjanci znajdują wizytówkę z kodem QR.<br>21.40 Sprawiedliwi. Trójmiasto (175)<br>22.45 Opowieść o zbrodni (6) – dok.<br>23.10 Zabójczy numer – film sensacyjny, USA 2006, 140 min<br>1.30 Love Island. Wyspa miłości (23)                                                                                                                                                 | 22.00 Ciężarówka przez Chile (5)<br>Dawid Andres dociera do najdalej wysuniętego na północy punktu swojej wyprawy po Chile. Odbiera kolejny ładunek i spieszy na północ Patagonii, by zdążyć na prom.<br>23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 25 (5)<br>0.25 Życie na kredycie 9 (7, 8) – reality show<br>1.20 Back to school. Prawdziwy egzamin (5) – eduk.<br>2.20 Dobra robota 2 (5)<br>3.20 Detektywi. Na zlecenie 3 (20, 21)                                                                                                         | 20.50 Bitwa o gości (9)<br>Ania i Łukasz prezentują sielską Ann-tonówkę. Letycja i Kasia zapraszają konkurencję do domków na wodzie. Wybredni goście oceniają relację jakości do ceny.<br>21.50 Jestem z Polski 9 (15-ost.) – serial dok.<br>22.50 Hotel Paradise 13 (21) – reality show<br>23.45 Mój sąsiad morderca 10 (4) – dok., USA/Wlk. Bryt.<br>0.50 Apetyt na miłość (9) – program rozrywkowy<br>1.55 Dieta czy cud? (9, 10) – mag.                                                                                          |
| TVP HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | TVP TVS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | ZOOM                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | TLC                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | C+ KUCHNIA HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | TVN TURBO HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 11.20 Na sygnale (820, 821)<br>12.25 Ojciec Mateusz 13 (161)<br>13.20 Komisarz Alex 9 (106)<br>14.15 Ranczo 4 (41, 42) – obycz.<br>16.10 Kulinarne wędrówki z Jolą Kleser (3) – mag.<br>16.40 Operacja zdrowie (80)<br>17.10 Okrasa łamie przepisy<br>17.45 Makłowicz w podróży<br>18.20 Ojciec Mateusz 31 (404)<br>19.20 Ranczo 9 (115) – obycz.<br>20.10 Rodzinka.pl (278, 279)<br>21.25 Ojciec Mateusz 33 (422)<br>22.20 Misery – thriller, USA 1990, FILM<br>0.20 Cały ten zgiełk – musical, USA 1979, rez. Bob Fosse, wyk. Roy Scheider, 130 min | 15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział<br>16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel – krym., Austria<br>17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział<br>18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz.<br>19.50 Rosamunde Pilcher – Letnie marzenia – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2004, 120 min<br>21.50 Rosamunde Pilcher – Pewność serca – melodramat, Niemcy/Austria 2003, 105 min<br>23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział                                                                                     | 11.00 Kobra – oddział specjalny 25 (1) – sens.<br>12.15 Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw 2<br>13.15 Wojny magazynowe: Kanada (13, 14)<br>14.25 Sensacje XX wieku<br>16.45 Wojciech Ciejrowski – boso przez świat<br>19.00 Kobra – oddział specjalny 23 (12, 11) – serial sensacyjny, Niemcy<br>21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami 8 (15, 16) – krym.<br>23.00 Miłf manor – mamuśki rządzą (5) – reality show<br>0.00 Magia nagości. Polska 5<br>1.05 Magia nagości 2 (8) – rozr.                                | 8.00 Łowcy promocji – dok.<br>9.00 Wiza na miłość 11 (4)<br>11.00 Design w australijskim stylu – program rozrywk.<br>12.00 Kamera, akcja, wpadka!<br>13.00 Pokonać otyłość (7, 8)<br>15.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, posłowie rozmowy 8<br>16.00 Historie wielkiej wagi 5<br>17.00 Dr Przyszyłyca 4 – dok.<br>18.00 Wiza na miłość 11<br>20.00 Ciało, w którym żyje<br>21.00 ER: Caught On Camera<br>22.00 Skórne na ratunek 7<br>23.00 Moje koszmarnie stopy<br>0.00 Dr Przyszyłyca 4 – dok.<br>1.00 Ciało, w którym żyje | 13.45 Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków<br>14.40 U sąsiadów w kuchni 16<br>15.45 Zgrillowani (6, 7) – mag.<br>16.40 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień<br>17.35 Gotuj taniej z Jamiem (1)<br>18.30 Kulinarne mapa Wielkiej Brytanii (10) – serial dok.<br>18.55 Jedz, podróżuj, smakuj<br>19.25 M jak mięso 2 (8) – dok.<br>19.50 Maximum Foodie 4 (10)<br>20.20 Jamie Oliver nad Morzem Śródziemnym<br>21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 11<br>23.55 Top Chef 22 (8)                                     | 12.15 Naprawy nie do naprawy (2) – mag.<br>13.00 Zawodowi handlarze<br>14.30 Wojny samochodowe<br>16.30 Jeździć, obserwować (1, 2) – serial dok., Pol. 2024<br>18.00 Raport Turbo – mag. inf.<br>18.15 Zawodowi handlarze<br>19.45 Po raz trzeci! Sprzedane<br>20.30 Uwaga! Oszust Ściema z ogłoszenia (16) – pr. rozr.<br>21.00 Wojny samochodowe (4)<br>22.00 Raport Turbo – mag. inf.<br>22.15 Z drugiej ręki (4) – mag.<br>23.00 Duda kontra Szafranski<br>23.45 Moto kombi (4) – mag.<br>0.30 Naprawy nie do naprawy (2) – mag. |
| NOVA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | METRO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | ANTENA HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | WP                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | C+ DOMO HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | HGTV HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 7.30 Świat według Kiepskich (279, 281-283) – kom., Pol.<br>10.00 Komisarz Mama (18)<br>11.00 Poirat 11 (2) – serial krym.<br>15.00 Świat według Bundy'ch 7 (151-156)<br>18.00 Całkiem nowe lata miodowe (4) – kom., Pol.<br>18.30 Miodowe lata (115-117)<br>21.00 Zdrady (68) – paradok., Pol.<br>22.00 Ślad (18, 19, 89) – krym.<br>1.00 Łowca pedofilów<br>3.00 TV okazje (32, 33)<br>3.50 Wehikuł czasu (930, 929)<br>4.00 Daleko od noszy – szpital futpolowy (47, 48) – serial kom., Polska<br>5.00 Pod lupą (6, 7) – magazyn                    | 10.30 Sedzia Anna Maria Wesołowska (475, 476)<br>12.30 Szkoła (639) – paradok.<br>13.30 Brzydula (149, 150) – kom.<br>14.40 Za głosem serca (35)<br>15.50 Magda M. 4 (6) – obycz.<br>16.55 Idź na całosc 2 (30) – rozr.<br>18.00 Złomowisko PL 5 (9)<br>19.00 Kartoteka 8 (7, 8)<br>21.05 Kryminalni 2 (9, 10)<br>23.15 Hannibal 2 (8) – krym.<br>0.20 Zbrodnia z pierwszych stron gazet 7 (5) – dok.<br>1.20 Szpital (921) – paradok.<br>2.20 Szkoła (646) – paradok.<br>3.20 Nowa Maja w ogrodzie 2 (31, 32)<br>4.25 Szpital (920) – paradok. | 12.00 Wojny kontenerowe 2<br>13.00 Kłójna Wyspy Dębów 5<br>13.55 Australijscy poszukiwacze złota 5<br>16.00 Unforgettable: Zapisane w pamięci (17) – krym.<br>16.55 Detektywi z Bordeaux 7 (8) – serial krym., Fr./Bel.<br>18.00 77 TV 2 (15, 18) – pr. rozr.<br>20.00 Alex Hugo – górski detektyw (29) – krym., Fr.<br>22.05 Detektywi Candice: Niezawodny instykt 5 (9) – serial kryminalny, Fr.<br>23.15 Bathazem: Śledczy fenomen 3 (7) – krym., Fr.<br>0.30 Co Polak potrafi na drodze? (2, 3) – pr. rozr.      | 11.00 Wariaci za kierownicą 3<br>12.00 Komisarz Cassandra: Zbrodnie w Alpach 3 (2)<br>14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 2 (18, 14)<br>16.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec (6) – reality show<br>16.55 Pogoda<br>17.00 Wyjaśnione tajemnice świata 3<br>19.00 Makłowicz w podróży<br>20.00 Policjanci w akcji 2 (4) – serial obycz., Polska 2026<br>21.00 Policjanci z sąsiedztwa 5 (21) – dok.<br>21.50 Pogoda<br>22.00 Mistrzowie Kabaretu 7<br>23.00 Mistrzowie Kabaretu 6                                                      | 14.00 Adres: rezydencje marzeń (3) – dok.<br>15.00 Wakacyjne domy na wynajem (14)<br>15.55 Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie 7 (9)<br>16.20 Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie 8 (1)<br>16.50 Gardeners' World 15 (3)<br>18.00 Ucieczka na wieś 23 (17)<br>19.00 Wielkie projekty: Nowa Zelandia 9 (7) – serial dok.<br>20.00 Daleko od miasta 11<br>21.00 Adres: rezydencje marzeń (4) – serial dok.<br>22.00 Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie 7 (2)<br>23.20 Patent na zieleń (5)                                                        | 11.25 Kamera, akcja, wpadka! (16)<br>12.00 Odlotowy ogród<br>12.30 Nowe życie w starym domu 6 (2, 3) – rozr.<br>14.30 Mieszkanie na miarę 4<br>16.30 Polowanie na ogród 9<br>18.10 Dobrze zrobione w domu (2) – mag.<br>18.20 Zgłoś remont 5 (6) – rozr.<br>19.15 Weekendowa metamorfoza 2 (5) – rozr.<br>20.10 Dorota inspiruje 3 (2)<br>21.05 Dorota was urządzi! (12, 1) – program rozrywk.<br>22.35 House Hunters – Poszukiwacze domów 6 (10) – pr. rozr.                                                                        |



## Warto zobaczyć

## → filmowe

**14.20**  
**FILMBOX+ HITS**  
**Scenariusz na miłość**  
**KOMEDIA ROMANTYCZNA**

Reżyser prowadzi kurs pisania scenariuszy. Ulega urokowi jednej ze swoich słuchaczek. Reż.: Marc Lawrence, A: Marisa Tomei, Hugh Grant, Allison Janney  
USA 2014 **120 min ► do godz. 16.20**

**16.00**  
**CINEMAX**  
**Manchester by the Sea**  
**OBYCZAJOWY** Lee wraca w rodzinne strony, by zaopiekować się bratankiem. Mierzy się z dramatem sprząda lat. Reż.: Kenneth Lonergan, A: Casey Affleck, Michelle Williams, Kyle Chandler  
USA 2016 **140 min ► do godz. 18.20**
**16.10**  
**ALE KINO+**  
**Exodus**  
**OBYCZAJOWY** Dwunastoletnia Amal ucieka z Syrii. Chce dostać się do Szwecji. W Turcji poznaje przemytnika Sama. Razem kontynuują podróż. Reż.: Abbe Hassan, A: Ashraf Barhom, Isa Aoufija, Iwan Alqatami  
Szwecja 2023 **120 min ► do godz. 18.10**
**17.30**  
**TVN FABUŁA**  
**Sonic. Szybki jak błyskawica 2**  
**PRZYGODOWY** Na Ziemię wraca dr Robotnik, któremu towarzyszy kosmita Knuckles. Jeź Sonic musi ich powstrzymać. Reż.: Jeff Fowler, A: James Marsden, Jim Carrey, Tika Sumpter  
USA/Japonia 2022 **150 min ► do godz. 20.00**
**17.55**  
**WARNER TV**  
**Willy Wonka i fabryka czekolady**  
**FAMILIJNY** Charlie zwiedza zakład produkujący słodkości. Wycieczka jest fascynującą, ale i niebezpieczną przygodą. Reż.: Mel Stuart, A: Gene Wilder, Jack Albertson, Peter Ostrum  
USA 1971 **125 min ► do godz. 20.00**
**18.55**  
**POLSAT FILM**  
**A więc wojna**  
**KOMEDIA ROMANTYCZNA** Foster i Tuck służą w wywiadzie. Przyjaźń agentów zostaje wystawiona na próbę, gdy zakochują się w tej samej kobiecie. Reż.: McG, A: Chris Pine, Reese Witherspoon, Tom Hardy  
USA 2012 **125 min ► do godz. 21.00**
**21.00**  
**POLSAT FILM**  
**Potęga miłości**  
**OBYCZAJOWY** Czesy gorączki złota w Kalifornii. Prostytutka Angel walczy z demonami przeszłości. Zakochany farmer pragnie ją poślubić. Reż.: D.J. Caruso, A: Abigail Cowen, Tom Lewis, Eric Dane  
USA 2022 **165 min ► do godz. 23.45**
**22.45**  
**ALE KINO+**  
**Wszystkie odcienie światła**  
**OBYCZAJOWY** Wzajemne wsparcie pomaga pracownikom szpitala w Mumbaju mierzyć się z wyzwaniami życia. Reż.: Payal Kapadia, A: Kani Kusruti, Divya Prabha, Chhaya Kadam  
Indie/Fr./Hol. 2024 **140 min ► do godz. 1.05**


Byli lekarz przyłączył się do pościgu za szaleńcem, którego celem są terminalnie chorzy ludzie.

**22.55**  
**POLSAT**  
**Ukojenie**

**THRILLER** Śledczy bezskutecznie poszukują mordercy. Potrzebują pomocy eksperta od psychologii.

**HIT DNIA** Emerytowany psychiatra John Clancy, jeden z najlepszych współpracowników FBI, przed dwoma laty wycofał się z zawodu. Zakończył karierę po śmierci córki. Teraz kontaktuje się z nim dawny przyjaciel, Joe Merriwether, który prosi o pomoc w rozwikłaniu zagadki kilku niewyjaśnionych zbrodni. Wszystkie ofiary tajemniczego przestępcy cierpiały na nieuleczalną chorobę i były skazane na śmierć. Kiedy Joe zostaje postrzelony przez podejrzanego i trafia do szpitala, wychodzi na jaw, że nie był to przypadek – agent miał raka. Po pogrzebie z doktorem Clancym kontaktuje się morderca,

który wyjawia motyw działania. Twierdzi, że zabija z litości. Zapewnia, że pragnie oszczędzić innym cierpień. Śledczy muszą jak najszybciej go dopaść, by zapobiec kolejnym tragediom. **HD 135 min ► do godz. 1.10**

USA 2015 Reż.: Afonso Poyart Wyst.: Anthony Hopkins, Jeffrey Dean Morgan, Abbie Cornish, Colin Farrell


**20.00**  
**TV PULS**  
**Pomścić córkę**  
**SENSACYJNY** Były żołnierz marines William (Clive Standen) mieszka w spokojnej okolicy w stanie Georgia. Pewnego dnia jego córka zostaje zamordowana przez synów wpływowego Fettera. Zrozpaczony ojciec planuje odwet. Reż.: Jared Cohn Wyst.: Bruce Willis  
USA 2022 **HD 120 min ► do godz. 22.00**

**21.00**  
**PULS 2**  
**Moje skarby**  
**KOMEDIA** Złodziejka Caroline (Camille Chamoux) i informatyczka Carole (Reem Kherici) poznają swojego ojca, Patricka. Okazuje się on osławionym przestępcą. Razem z córkami zamierza dokonać brawurowej kradzieży. Reż.: Pascal Bourdiaux Wyst.: Jean Reno  
Francja 2017 **HD 115 min ► do godz. 22.55**

**20.00**  
**KINO POLSKA**  
**Kamienie na szaniec**  
**WOJENNY** Rudy (Tomasz Ziętek), Alek (Kamil Szeptycki) i Żoska działają w harcerstwie. Ich plany na przyszłość burzy wybuch wojny. Konflikt stawia młodych ludzi przed dramatycznymi wyborami. Reż.: Robert Gliński Wyst.: Eryk Kulm  
Polska 2014 **HD 135 min ► do godz. 22.15**

**22.00**  
**TV PULS**  
**Córka wilka**  
**THRILLER** Alaska. Clair (Gina Carano) wraca do rodzinnego domu na pogrzeb ojca. Gdy rozchodzą się pogłoski o spadku, jaki odziedziczyła, jej syn zostaje porwany dla okupu. Kobieta chce sama odbić zakładnika. Reż.: David Hackl Wyst.: Anton Gillis-Adelman  
Kanada 2019 **HD 115 min ► do godz. 23.55**

**20.00**  
**STOPKLATKA**  
**Mroczny opiekun**  
**SENSACYJNY** Mafia uprowadza syna zabiję Interpolu, Hacha (Jean-Claude Van Damme). Mężczyzna nie cofnie się przed niczym, by odbić zakładnika. Na jego drodze stają niebezpieczni ludzie. Reż.: James Cullen Bressack Wyst.: Emerson Min  
USA 2024 **HD 145 min ► do godz. 22.25**

**22.30**  
**TVP KOBIEȘA**  
**Strzępy**  
**OBYCZAJOWY** Wykładowca Gerard (Grzegorz Przybył) podupada na zdrowiu. Lekarz uważa, że to początki alzheimera, ale syn seniora nie chce wstąpić go do ośrodka pomocy. Ta decyzja prowadzi do konfliktów w rodzinie. Reż.: Beata Działowicz Wyst.: Michał Żurawski  
Polska 2022 **HD 105 min ► do godz. 0.15**

## → filmowe hity

Cyborg wypowiada wojnę bandytom i skorumpowanym stróżom prawa.



## 22.40 RoboCop

TVP 2 SCIENCE FICTION Skonstruowany przez genialnego naukowca superpolicjant wymyka się spod kontroli.

HIT DNIA

Rok 2028. OmniCorp staje się wiodącym na świecie producentem robotów używanych do celów militarnych. Zarządzający korporacją Sellars wpada na pomysł, by zaoferować społeczeństwu produkt doskonały – cyborga. Tymczasem w półświatku zostaje wydany wyrok śmierci na policjanta Murphy'ego. Stróż

prawa ginie w zamachu. Wdowa zgadza się na połączenie mózgu ukochanego z maszyną. Tak powstaje RoboCop. Policjiny cyborg nie zamierza odgrywać roli superbohatera, ale schwytać swoich oprawców. HD 125 min ► do godz. 0.45

USA 2014 Reż.: José Padilha Wyst.: Joel Kinnaman, Gary Oldman, Michael Keaton, Abbie Cornish, Jennifer Ehle

## → sport



## 5.00 Turniej ATP w Pekinie

POLSAT SPORT 1 TENIS LIVE Podczas zawodów w stolicy Chin do rywalizacji po kontuzji ma wrócić Jannik Sinner. Byłby to pierwszy występ Włocha od wygranego finału Wimbledonu. Dotychczas obecny lider rankingu ATP dwukrotnie wygrał turniej w Pekinie. HD 120 min ► do godz. 7.00



## 20.35 Niemcy – Serbia PIŁKA NOŻNA LIVE

POLSAT SPORT 1 Die Mannschaft pod wodzą Jürgena Kloppa ma odzyskać błysk. Droga do tego jest jednak długa i wyboista. W Monachium formę Niemców sprawdzi zespół, który w ostatnich miesiącach notował słabe wyniki. HD 145 min ► do godz. 23.00

## → rozrywka



## 20.30 Nasz nowy dom REALITY SHOW

POLSAT Anna i Robert długo czekali na upragnioną córeczkę. Alicja przyszła na świat, kiedy stracili już nadzieję na powiększenie rodziny. Szczęście zmać wypadek. Ekipa Elżbiety Romanowskiej pomoże w remoncie mieszkania, który jest niezbędny. HD 70 min ► do godz. 21.40



## 21.30 Kuchenne rewolucje REALITY SHOW

TVN Magda Gessler odwiedza restaurację z pięknym widokiem na najwyższym szczycie Karkonoszy. Właściciele Izby pod Śnieżką podchodzą sceptycznie do opinii ekspertki oraz jej propozycji zmian. HD 70 min ► do godz. 22.40



## 20.05 Wstręt

TVP KULTURA PSYCHOLOGICZNY Młoda Carole (Catherine Deneuve) po wyjeździe siostry zostaje w domu sama. Paraliżuje ją strach. Przestaje chodzić do pracy, barykaduje się w mieszkaniu. Choroba nasyła się, prowadząc do obłędu...

Reż.: Roman Polański Wyst.: Yvonne Furneaux, Wilk. Bryt. 1965 HD 115 min ► do godz. 22.00



## 21.00 Polowanie na druchny KOMEDIA ROMANTYCZNA

TVN 7 John (Owen Wilson) i Jeremy (Vince Vaughn) wpraszają się na wesela. To dla nich okazja do podrywania kobiet. Na jednym z przyjęć sami wpadają w sidła uroczych druchien.

Reż.: David Dobkin Wyst.: Rachel McAdams, USA 2005 HD 150 min ► do godz. 23.30



## 20.35 Dania – Portugalia PIŁKA NOŻNA LIVE

POLSAT SPORT 3 W poprzedniej odsłonie Ligi Narodów Portugalia spotkała się z Danią w ćwierćfinale. Wygrała w dwumeczu 5:3. W tegorocznej edycji obie ekipy trafiły do grupy A4. Znalazły się w niej także Norwegia i Walia. HD 145 min ► do godz. 23.00



## 23.00 Magia nagości. Czechi i Słowacja REALITY SHOW

ZOOM Uczestnicy szukają partnerów w nietypowy sposób: dokonują wyboru, oglądając ich ciało. Dopiero później mają okazję się przekonać, czy fizyczne dopasowanie przekłada się na realną chemię. HD 85 min ► do godz. 0.25



## 22.40 Miss agent 2: Uzbrojona i uroczą KOMEDIA SENSACYJNA

TVN Gracie (Sandra Bullock) zdobyła sławę dzięki akcji podczas konkursu piękności. Nie może pracować incognito. Gdy jej przyjaciele zostają porwani, postanawia zająć się sprawą.

Reż.: John Pasquin Wyst.: Heather Burns, USA 2005 HD 135 min ► do godz. 0.55



## 23.20 S.W.A.T.: Miasto w ogniu SENSACYJNY

TV 4 Antyterrorysta Paul Cutler (Gabriel Macht) szkoli drużynę komandosów. Podczas rutynowego zadania ginie załodniczek. Jej partner postanawia się zemścić na funkcjonariuszach.

Reż.: Benny Boom Wyst.: Robert Patrick, USA 2011 HD 100 min ► do godz. 1.00



## 20.35 Grecja – Holandia PIŁKA NOŻNA LIVE

POLSAT SPORT 2 Ten mecz Ligi Narodów odbędzie się na stadionie PAOK-u w Salonikach. Miejscowi kibice słyną z głośnego dopingu i mogą stanowić atut gospodarzy w starciu z Pomarańczowymi, uczącymi się grać pod wodzą Xaviego. HD 145 min ► do godz. 23.00



## 22.55 Zabójcza historia REPORTAŻ

HBO Detektywi amatorzy z Kansas oraz reporterka z Nowego Jorku próbują dowiedzieć niewinności Dany Chandler, skazanej za podwójne morderstwo. Sprawą interesuje się dziennikarz Joe Sexton. HD 50 min ► do godz. 23.45

## → dokument

TVP 1 HD DVBT2

- 4.55 Wykrywacz kłamstw** – publ.  
**5.15 Pytanie dnia** – pr. publicyst.  
**5.35 Reporterzy** – mag. reporterów  
**5.45 Oko na świat** – magazyn  
**6.10 Akacjaowa 38** (951)  
 – telenowela, Hiszpania 2018  
**7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**  
**7.30 Dobre historie** – magazyn  
**8.00 Serwis Info** – program inform.  
**8.10 Pogoda Info**  
**8.20 Zaraz wracam 3** (149) – serial obyczajowy, Polska 2026  
**9.00 Ranczo 2** (19) – obycz., Pol. 2007  
**10.00 Komisarz Alex 2** (19): Ślady krwi – serial kryminalny, Polska 2012  
**11.00 Ojciec Mateusz 21** (277)  
 – serial kryminalny, Polska 2019  
**12.00 Serwis Info** – program inform.  
**12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy  
**12.30 Agropogoda** – program inform.  
**12.40 To się oplaca** – magazyn  
**12.55 Natura w Jedyńce: Osobliwa planeta** (3) – serial dok., Australia  
**14.00 Splątane losy** (57) – serial obyczajowy, Turcja 2024  
**15.00 Serwis Info** – program inform.  
**15.10 Reporterzy** – mag. reporterów  
**15.35 Gra słów. Krzyżówka** (1154)  
**16.00 Dziedzictwo** (1041) – serial obyczajowy, Turcja 2020  
**17.00 Teleexpress, pogoda**  
**17.25 Jaka to melodia?** – telet. muz.  
**18.00 Klan** (4745) – telenowela, Polska 2026  
**18.40 Akacjaowa 38** (968)  
 – telenowela, Hiszpania 2018  
**19.30 Program informacyjny 19.30**  
**19.55 Pytanie dnia** – pr. publicyst.  
**20.10 Sport, pogoda**

## KRYMINALNY



- 20.30 Ojciec Mateusz 35** (454):  
 Rumba dla początkujących  
 – Polska 2026

Trwają wybory prezesa spółdzielni mieszkaniowej. W internecie ktoś umieszcza kompromitujące nagranie z udziałem jednego z kandydatów. Ten z objawami zawału trafia do szpitala. Tego samego wieczoru brutalnie pobity zostaje rolnik. Sprawy okazują się powiązane. Policjantom w śledztwie pomaga sandomierski proboszcz.

- 21.25 Sprawa dla reportera**  
 – magazyn interwencyjny  
**22.25 Czas niedokonany** (4)  
 – serial sensacyjny, Polska 2024  
**23.25 Gra z Cieniem 2** (17)  
 – serial kryminalny, Polska 2026  
**0.25 Morderstwa w Cantal**  
 – film kryminalny, Francja 2023, reż. Sandrine Cohen, wyk. Jean Fornerod, Alexandre Varga, Joséphine Jobert, Nicky Marbot, 105 min  
**2.10 Magazyn Ekspresu Reporterów**  
**3.10 Sprawa dla reportera**  
**3.55 Film dokumentalny**  
**4.50 Zakończenie**

TVP 2 HD DVBT2

- 4.35 Na dobre i na złe** (946):  
 Tęsknota – serial obyczajowy, Polska 2025  
**5.30 M jak miłość** (1850) – serial obyczajowy, Polska 2025  
**6.20 Operacja zdrowie** (86)  
 – magazyn medyczny  
**6.55 Barwy szczęścia** (3409)  
 – serial obyczajowy, Polska 2026  
**7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn  
**7.55 Pytanie na śniadanie**  
 – magazyn  
**11.45 Jedzenie ma znaczenie** (29)  
 – magazyn kulinarny  
**12.25 Koło fortuny** – teleturniej  
**13.15 Panna młoda** (211) – serial obyczajowy, Turcja 2024  
**14.05 Va banque** – teleturniej  
**14.35 Na sygnale** (929): Gildia wiedźm – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026  
**15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (489) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024  
**16.00 Koło fortuny** – teleturniej  
**16.35 Familiada** – teleturniej  
**17.20 Panna młoda** (212) – serial obyczajowy, Turcja 2024  
 Cihan jest bardzo przejęty historią starszego mężczyzny i decyduje się go wesprzeć. Sinem spotyka się z Melihem. Wyjaśnia sprawę listu i próbuje ustalić, czy ich relacja ma jeszcze szansę. Siła zachowuje wobec Engina dystans.  
**18.15 Va banque** – teleturniej  
**18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej  
**19.25 Barwy szczęścia** (3409)  
 – serial obyczajowy, Polska 2026

## OBYCZAJOWY



- 20.05 Barwy szczęścia** (3410)  
 – Polska 2026

Kasia i Łukasz biorą udział w konsultacji psychiatrycznej online dotyczącej Ksawerego. Ten odkrywa, że urodził się dzięki metodzie in vitro. Hubert za wszelką cenę chce poznać prawdę o Lucynie. Śledzi seniorkę aż do jej domu i żąda wyjaśnień. Joanna odkrywa, że kobieta jest matką Wilka.

- 20.40 Postaw na milion** – teleturniej  
**21.40 Europa da się lubić – nowe pokolenie** (4) – program rozrywkowy  
**22.40 RoboCop** – film s.f., USA 2014, reż. José Padilha, wyk. Joel Kinnaman, Gary Oldman, Michael Keaton, Abbie Cornish, 125 min  
 Rok 2028. Policjant Alex Murphy zostaje śmiertelnie ranny. Naukowcy postanawiają połączyć jego mózg z maszyną.  
**0.45 Rodzinka.pl** (316): Urodzinki – serial komediowy, Polska 2026  
**1.20 Peaky Blinders 2** (8) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2014  
**2.30 Akacjaowa 38** – telenowela, Hiszpania 2015-2021  
**4.05 Zakończenie**

polsat HD DVBT2

- 4.55 Disco Gramy**  
**5.40 Telezakupy TV Okazje**  
 – magazyn reklamowy  
**6.00 Nowy dzień z Polsat News**  
**8.00 Trudne sprawy** (1112) – serial paradokumentalny, Polska 2022  
**9.05 Dlaczego ja?** (1327) – serial paradokumentalny, Polska 2024  
**10.05 Wypasiona kuchnia** (19)  
 – program rozrywkowy  
**10.20 Dlaczego ja?** (1328, 1329)  
 – serial paradokumentalny, Polska 2024  
**12.20 Gliniarze. Śląsk** (22): Driver – serial kryminalny, Polska 2026  
**13.25 Gliniarze** (986, 987) – serial paradokumentalny, Polska 2024  
**15.30 Wydarzenia 24**  
**15.50 Pogoda**  
**15.55 Gliniarze** (1237) – serial paradokumentalny, Polska 2026  
**16.55 Gliniarze. Śląsk** (23): Najwyższy czas – serial kryminalny, Polska 2026  
 Dorota znika bez śladu w drodze do domu. Porywacze kontaktują się z jej mężem – byłym funkcjonariuszem Straży Granicznej. Żądają okupu. Gutek i Kowalski odkrywają, że sprawa może mieć związek z przeszłością mężczyzny.  
**18.00 Pierwsza miłość** (4257)  
 – serial obyczajowy, Polska 2026  
**18.50 Wydarzenia**  
**19.15 Gość „Wydarzeń”**  
 – program publicystyczny  
**19.25 Wypasiona kuchnia** (32)  
 – program rozrywkowy  
**19.35 Sport, pogoda**  
**19.55 Milionerzy** – teleturniej

## REALITY SHOW



- 20.30 Nasz nowy dom** (377)  
 – Polska 2026

Państwo Anna i Robert długo czekali na upragnioną córeczkę. Alicja przyszła na świat, kiedy stracili już nadzieję na powiększenie rodziny. Szczęście zmałł wypadek. Ekipa Elżbiety Romanowskiej pomoże w remoncie mieszkania, który jest niezbędny.

- 21.40 Zdrada** (5) – serial kryminalny, Polska 2023  
 Patryk stawia żonie ultimatum. Jej romans z adwokatem zagraża jego karierze w prokuraturze. Podczas imprezy urodzinowej u Czarcńskiego zjawia się policja.  
**22.55 Ukojenie** – thriller, USA 2015, reż. Afonso Poyart, wyk. Anthony Hopkins, Jeffrey Dean Morgan, Abbie Cornish, Colin Farrell, 135 min  
**1.10 Chlopak z sąsiedztwa** – thriller, USA 2015, reż. Rob Cohen, wyk. Jennifer Lopez, Ryan Guzman, Ian Nelson, John Corbett, 115 min  
**3.05 Nasz nowy dom** (325)  
 – reality show  
**4.25 Kabaretowa Ekstraklasa** (91)  
 – program rozrywkowy

tvn HD DVBT2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów  
**5.55 Ukryta prawda** (1492) – serial paradokumentalny, Polska 2023  
**6.50 Kuchenne rewolucje** (8): Łódź  
 – Świńskie sprawki  
 – program rozrywkowy  
**7.45 Dzień Dobry TVN** – magazyn  
**11.20 Doradca smaku** (20)  
 – magazyn kulinarny  
**11.30 Kuchenne rewolucje** (6, 14): Komorniki – Pod Dębami; Sosnowiec – Okraglak  
**13.40 Ukryta prawda** (1642, 1643, 1772) – paradok., Polska  
 Blanka znajduje w domu nieprzutomnego ojca. Mężczyzna umiera. Okazuje się, że przepisał na córkę część firmy. Jego nieuczciwy wspólnik próbuje przejąć udziały dziewczyny.  
**16.50 Szpital św. Anny** (153) – serial obyczajowy, Polska 2026  
 Poszkodowana w wypadku kobieta umiera, a mąż rzuca się na sprawcę. Mężczyzna próbuje uciec z karetki. Bartek desperacko stara się wpłynąć na Kaśkę, by się nie wyprowadzała. Ona jednak nie ma złudzeń.  
**17.55 Detektywi** (354) – serial fab.-dok., Polska 2026  
 Jakub ma problem z matką, która po powrocie z USA ingeruje w jego życie. W pracy detektyw razem z Katarzyną poszukuje zaginionej nastolatki.  
**19.00 Fakty, sport i pogoda**  
**19.55 Uwaga!** – magazyn reporterów  
**20.15 Na Wspólnej** (4287) – serial obyczajowy, Polska 2026  
**20.50 The Floor** (20) – teleturniej

## ROZRYWKOWY



- 21.30 Kuchenne rewolucje** (5)

Magda Gessler odwiedza restaurację z pięknym widokiem na najwyższy szczyt Karkonoszy. Właściciele Izby pod Śnieżką, Krzysia i Karol, podchodzą sceptycznie do negatywnych opinii ekspertki. Nie wiadomo, czy takie nastawienie szefostwa umożliwi wprowadzenie jakichkolwiek zmian.

- 22.40 Miss agent 2: Uzbrojona i uroczą** – komedia sensacyjna, USA 2005, reż. John Pasquin, wyk. Sandra Bullock, Regina King, Enrique Murciano, William Shatner, 135 min  
**0.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10** (22)  
 – serial kryminalny, USA/Kanada 2010  
**2.00 Młode gliny** (25) – serial kryminalny, Polska 2026  
**3.00 Uwaga!** – magazyn reporterów  
**3.20 Kwatery Hitlera** (8) – serial dokumentalny, Polska 2019  
**4.20 Nauka jazdy 6** (17)  
 – program rozrywkowy  
**4.55 Zamieszkać na plaży 6** (5)  
 – program rozrywkowy



- 5.20 Ten moment** (54) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (493-495) – serial paradokumentalny, Polska 2017
- 8.45 Ukryta prawda** (1397, 1563, 1564) – serial paradokumentalny, Polska
- 11.50 W-11 – Wydział Śledczy** (718-720) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010
- 13.55 Detektywi** (138) – serial fab.-dok., Polska 2024
- 15.00 Szpital św. Anny** (143) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 16.00 Szpital** (887) – serial paradokumentalny, Polska 2019
- 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (566) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
- 18.00 Rozwód. Walka o wszystko** (18) – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 19.00 Ukryta prawda** (1698) – serial paradokumentalny, Polska 2025  
Eliza jest związana z ruchem oazowym. Zaczyna spotykać się z Kostkiem, co prowadzi do konfliktu z matką. Wkrótce Barbara odkrywa szokującą prawdę na temat chłopaka i jego ojca.
- 20.00 Hotel Paradise 13** (22) – reality show



- 6.00 Policjanci z Miami 5** (19, 20): Świat w kłopotach; Cudotwórca – serial kryminalny, USA 1989
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (5, 6): Bezboleśnie; Wróg wewnętrzny – serial sensacyjny, Niemcy 2021
- 10.00 Zaklinaczka duchów 5** (103) – serial fantasy, USA 2010
- 11.00 Kotka** (42) – telenowela, Meksyk 2014
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (173) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
- 13.00 Wspaniałe stulecie** (15) – serial kostiumowy, Turcja 2013-2014
- 14.00 Rodzinny interes** (8): Auto dla ukochanej – serial obyczajowy, Polska 2019
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 14** (766, 767) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 17.00 Rodzinny interes** (9): Trudne decyzje – serial obyczajowy, Polska 2019
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 19** (1032, 1033) – serial obyczajowy, Polska 2026  
Sąd odbiera Magdzie 8-letniego syna, Stasia, i umieszcza go w rodzinie zastępczej. Kobieta podejmuje rozpaczliwą walkę o odzyskanie praw. Wikary szuka wsparcia dla klubu młodzieżowego przy parafii.



- 6.30 SamSam: Kosmiczne przygody** (15) – serial anim.
- 6.45 Gigantozaur 2** (19) – serial anim.
- 7.00 Blaze i Megamaszyny 7** (26)
- 7.30 Psi Patrol 6** (7) – serial anim.
- 7.50 Dora** (10) – anim., Kan./USA 2024
- 8.30 Wielkie przygody małego rekina 2** (7)
- 8.50 Masza i Niedźwiedź 6** (1-3)
- 9.25 Świnka Peppa** (23-25) – anim.
- 9.45 Bing** (25, 26) – serial animowany
- 10.00 Jeżyk i Przyjaciele** (10, 9)
- 10.35 Basia 2** (23, 24) – anim., Pol. 2019
- 11.10 Gus. Mały – wielki rycerz 2** (4, 5) – serial animowany, Fr. 2021
- 11.35 Tomek i przyjaciele: Naprzd lokomotywy!** 27 (24, 25) – anim.
- 12.00 Psi Patrol 4** (23) – serial anim.
- 12.35 Gumisie 6** (5, 6) – serial anim.
- 13.35 Smerfy** (69) – serial anim., Belgia
- 14.00 Baranek Shaun 4** (5-7) – anim.
- 14.35 Marta mówi** (19) – serial anim.
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 6** (8, 9) – anim.
- 16.00 Patryk Rozgwiazda Show** (24, 25) – serial anim., USA 2021
- 17.00 SpongeBob Kanciastoporty 9** (202, 203) – anim., USA 2011-2012
- 18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2** (11, 12) – serial animowany, USA
- 19.00 Kacze opowieści** (65, 33)
- 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 19** (1022) – serial obyczajowy, Polska 2026



### ZA WSZELKĄ CENĘ

Ojciec (Sam Worthington) zostaje niesłusznie skazany na dożywocie za zabójstwo syna. Okazuje się jednak, że chłopak mógł przeżyć. Mężczyzna próbuje oczyścić się z zarzutów.

►serial krym. (8 odc.), USA 2026



### OUTER BANKS 5

Po dramatycznych wydarzeniach, do jakich doszło w Maroku, grupa próbuje wrócić do domu. Jej członkowie mierzą się z bólem po tragicznej stracie JJ-a, pragną też odzyskać utracony skarb.

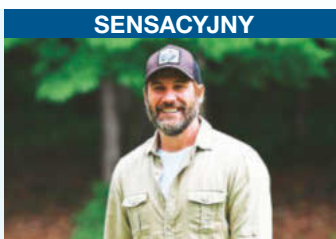
►dla młodzieży (10 odc.), USA 2026



W APTEKACH I ZIELARNIACH



CUKIERKI ŻENŚZENIOWO-IMBIROWE – ZŁAP SIŁĘ I ODPORNOŚĆ!



### SENSACYJNY

**20.00 Pomścić córkę**  
FILM – USA 2022, 120 min

William Duncan, były żołnierz, traci córkę. Dziewczyna została zamordowana przez braci Rory'ego i Danny'ego. Zabójstwo zlecił im ojciec, który terroryzuje okolicę. Jeden z morderców szybko zostaje pojmany. Podczas procesu William zeznaje jednak, że nie rozpoznaje w nim sprawcy zbrodni. Przestępca wychodzi na wolność. Teraz Duncan może sam wymierzyć sprawiedliwość.

**22.00 Córka wilka** – thriller, Kanada  
FILM 2019, reż. David Hackl, wyk.

Gina Carano, Richard Dreyfuss, Brendan Fehr, Sydelle Noel, 115 min

**23.55 Krwawa gra** – film sensacyjny,  
FILM Kolumbia 2015, reż. Ken Sanzel, wyk. Mickey Rourke, Freida

Pinto, Ryan Kwanten, Jason Gibson, 125 min

**2.00 Dzielnica strachu 3** (84): Wróć do mnie! – serial kryminalny, Polska 2022

**3.00 Lombard. Życie pod zastaw 19** (1028) – serial obyczajowy, Polska 2026

**3.55 Zobacz to!** – pr. powtórkowe



### KOMEDIA

**21.00 Moje skarby**  
FILM – Francja 2017, 115 min

Carole to zamknięta w sobie informatyczka, Caroline jest przebiegłą wia-  
mywaczką. Obie nie wiedzą o swoim istnieniu. Mają jednak coś wspólnego – ojca, którego nigdy nie poznały. Pewnego dnia mężczyzna, złodziej poszukiwany przez policję w całej Europie, powraca. Razem z córkami chce ukraść skrzypce warte 15 mln dolarów.

**22.55 Przyjaciół gangstera** – komedia kryminalna, Francja/Włochy 2003, reż. Francis Veber, wyk. Gérard

Depardieu, Jean Reno, 95 min

**0.30 Lombard. Życie pod zastaw 2** (41, 42) – serial obyczajowy, Polska 2018

**3.00 Lombard. Życie pod zastaw 6** (293, 294) – serial obyczajowy, Polska 2020

**5.00 Lombard. Życie pod zastaw 11** (565) – serial obyczajowy, Polska 2022



### PREMIERA

### NA WSCHÓD OD EDENU

Losy braci Adama (Christopher Abbott) i Karola (Mike Faist) oraz ich dzieci. Napiecie między ojcami a synami podsyca Cathy Ames (Florence Pugh), matka chłopców. Dla wielodzietnej rodziny imigrantów moralnym autorytetem i oparciem dla lokalnej społeczności jest prawy Samuel Hamilton.

►serial obycz. (7 odc.), USA 2026



### PREMIERA

### THE RAMPARTS OF ICE 2

Koyuki Hikawa, zwykle chłodna i trzymająca innych na dystans, powoli oswaja się z codziennym życiem wśród rówieśników. Zaczyna zmieniać swoje podejście do innych, gdy w jej życiu pojawia się Minato. Chłopak stara się wspierać koleżankę i pomagać jej przełamać lęk przed bliskością.

►serial animowany, Japonia 2026

Następny odcinek obejrzysz na:

TVP VOD polsat go player DVBT DVBT2 – stacje dostępne za darmo w nazimnej telewizji cyfrowej

toowo I 75





## STACJE SPORTOWE

| EUROSPORT 1 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | POLSAT SPORT 1 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | CANAL+ SPORT HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | TVP SPORT HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | ELEVEN SPORTS 1 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Discovery DISCOVERY CHANNEL HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>8.00</b> <b>Snooker:</b> Shenzhen Open – 4. dzień<br><b>LIVE</b><br><b>11.00 Wspinaczka:</b> Zawody World Series w Chongqing<br><b>13.30 Snooker:</b> Shenzhen Open – 4. dzień<br><b>LIVE</b><br><b>16.30 Wspinaczka:</b> Zawody World Series w Chongqing – speed par mieszanych<br><b>17.15 Wspinaczka:</b> Zawody World Series w Chongqing – speed par – finały<br><b>18.00 Kolarstwo górskie:</b> Zawody Pucharu Świata w Whistler – zjazd mężczyzn<br><b>19.00 FIA WEC:</b> Wyścig 24-godzinny w Le Mans                                     | <b>5.00</b> <b>Tenis:</b> Turniej ATP w Pekinie – mecze 1. i 2. rundy<br><b>LIVE</b><br><b>7.00</b> <b>Tenis:</b> Turniej ATP w Pekinie – mecze 1. i 2. rundy<br><b>LIVE</b><br><b>9.00</b> <b>Tenis:</b> Turniej ATP w Pekinie – mecze 1. i 2. rundy<br><b>LIVE</b><br><b>11.00 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>13.00</b> <b>Tenis:</b> Turniej ATP w Pekinie – mecze 1. i 2. rundy<br><b>LIVE</b><br><b>15.00</b> <b>Tenis:</b> Turniej ATP w Pekinie – mecze 1. i 2. rundy<br><b>LIVE</b><br><b>18.00 Siatkówka mężczyzn:</b> Mistrzostwa Europy 2026 – mecz fazy play-off         | <b>9.00 Piłka nożna:</b> Liga hiszpańska: Valencia CF – FC Barcelona<br><b>11.20 Piłka nożna:</b> PKO BP Ekstraklasa: Górnik Zabrze – Wisła Kraków<br><b>13.45 Premier League Stories (6)</b> – mag.<br><b>14.30 Ekstraklasa po godzinach</b> – mag.<br><b>15.40 Piłka nożna:</b> Liga hiszpańska – mecz: Betis – Real Madryt CF<br><b>18.00 Boks:</b> Walka o pas IBF World w Fuji: T. Simrsi – M. Vicelles<br><b>19.10 Hit the Mic – Zostań komentatorem!</b> – reality show<br><b>20.00 Premier League: The Big Interview (7)</b> – magazyn piłkarski                                                                                                                                                                                                             | <b>7.30 Strongman:</b> Finał Pucharu Polski Strongman Tyberian Team – Męcinka 2026<br><b>8.30 Żużel:</b> Indywidualne mistrzostwa Europy – 2. runda w Głostowie<br><b>10.35 Piłka nożna:</b> Liga Narodów – mecz: Hiszpania – Chorwacja<br><b>12.45 Piłka nożna:</b> LN: Szwecja – Polska<br><b>14.55 Piłka nożna:</b> Liga Narodów – podsumowanie 1. i 2. kolejki oraz zapowiedź 3. i 4. kolejki<br><b>16.45 Piłka nożna:</b> Eliminacje ME U-21: Polska – Szwecja<br><b>18.50 Boks:</b> Gala w Londynie – podsumowanie                                                | <b>6.00 Werder Double</b> – film dokumentalny<br><b>7.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka – mecz: FC Bayern Monachium – 1. FC Union Berlin<br><b>9.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska – mecz: AC Milan – US Lecce<br><b>11.00 Formula 2:</b> Grand Prix Azerbejdżanu<br><b>12.00 Piłka nożna:</b> Liga portugalska – mecz: FC Porto – SL Benfica<br><b>14.00 Formula 1:</b> Grand Prix Azerbejdżanu<br><b>16.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska – mecz: Juventus – Atalanta BC<br><b>18.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka: Bayer 04 Leverkusen – RB Lipsk | <b>10.00 Wyprawa w nieznane</b> – dok.<br><b>11.00 Klan z Alaski</b> – dok.<br><b>12.00 Przemysłnicy: na lotnisku</b> – dok.<br><b>13.00 Człowiek kontra niedźwiedź</b> – pr. rozr.<br><b>14.00 Nagi instynkt przetrwania: Ameryka Łacińska (3)</b> – serial dokum.<br><b>15.00 Złomowisko PL 10 (3)</b> – serial dokum., Pol.<br><b>16.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5</b> – serial dok.<br><b>17.00 Kroniki policyjne: Szwecja</b> – serial dok.<br><b>18.00 Przygody truckerki (5)</b> – serial dokum., Pol.<br><b>19.00 Nagi instynkt przetrwania 4</b> – dok.                                                             |
| MOTOCROSS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | PIŁKA NOŻNA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | MAGAZYN SPORTOWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | MAGAZYN BOKSERSKI                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | MAGAZYN FORMUŁY 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | DOKUMENTALNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>21.00 Mistrzostwa świata w Arnhem</b> – 2. wyścig w klasie MXGP<br><p>Holender Jeffrey Herlings wysunął się na zdecydowane prowadzenie w wyścigu o tytuł mistrza globu.</p> <b>22.00 Snooker:</b> Shenzhen Open – 4. dzień<br><b>0.00 Kolarstwo górskie:</b> Zawody Pucharu Świata w Whistler – zjazd mężczyzn<br><b>1.30 Snooker:</b> Shenzhen Open – 4. dzień<br><b>3.00 Motocross:</b> Mistrzostwa świata w Afyonkarahisar                                                                                                                    | <b>20.35 Liga Narodów</b> – mecz: Niemcy – Serbia<br><p>Pomimo słabszych MŚ gospodarze należą do ścisłej europejskiej czołówki i celują w końcowy triumf. Z kolei Serbowie chcą udowodnić, że są w stanie regularnie rywalizować z najlepszymi.</p> <b>23.00 Siatkówka mężczyzn:</b> Mistrzostwa Europy 2026<br><b>23.55 Magazyn Ligi Narodów</b> – magazyn piłkarski<br><b>1.00 Boks</b>                                                                                                                                                                                                 | <b>20.30 Speedway+</b> Zbiór najważniejszych informacji i ciekawostek na temat klubów rywalizujących w PGE Ekstralidze.<br><b>21.00 Żużel:</b> PGE Ekstraliga – mecz barażowy<br><b>0.00 Hit the Mic – Zostań komentatorem!</b><br><b>0.50 Speedway+</b> – mag.<br><b>1.25 Premier League: The Big Interview (7)</b> – magazyn piłkarski<br><b>2.00 Piłka nożna:</b> PKO BP Ekstraklasa: Piast Gliwice – Wierzyca<br><b>4.20 Premier League Stories (6)</b> – mag.                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>21.05 Ring TVP Sport</b> W programie spotkania z wybitnymi polskimi pięściami i zapowiedzi nadchodzących pojedynków.<br><b>22.00 Sportowy wieczór</b> – program informacyjny<br><b>22.35 Piłka nożna:</b> Liga Narodów – mecz: Szwecja – Polska<br><b>0.45 Sporty walki:</b> Oktagon 94 we Frankfurcie nad Menem<br><b>3.00 Boks:</b> Gala w Montrealu – podsumowanie                                                                                                                                                                                                | <b>20.00 GP Confidential</b> Widzowie mają możliwość zajrzeć za kulisy najbardziej prestiżowej serii wyścigów samochodowych.<br><b>20.40 Formula 1:</b> Grand Prix Azerbejdżanu<br><b>22.40 Bundesliga Special Show (4)</b> – mag.<br><b>23.20 Serie A</b> – mag.<br><b>0.00 Eleven Top Goals</b> – magazyn piłkarski<br><b>1.00 Moi bohaterowie</b><br><b>1.40 Najlepsze gole Schalke 04</b> – mag.<br><b>2.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Monza – Sassuolo                                                                                      | <b>21.00 Ocalić dom: Interwencja</b><br><p>Raneyowie wyruszają do Montany, aby wesprzeć mieszkającą tam rodzinę. Zbliżające się zjawisko La Nina może pozbawić ich domu i zapasów żywności.</p> <b>23.00 Poszukiwacze przekłętą złotą 5</b> – serial dokum.<br><b>0.00 Fani czterech kółek: w trasie</b> – serial dok.<br><b>1.00 Hotrod wg Kindiga 10</b> – dok.<br><b>2.00 Eurotruckerki 3 (8)</b><br><b>3.00 Łowcy staroci 13 (15)</b> – dok., Wlk. Bryt.                                                                                                                                                                                |
| EUROSPORT 2 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | POLSAT SPORT 2 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | CANAL+ SPORT 2 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | EXTREME CHANNEL HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | ELEVEN SPORTS 2 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | life DISCOVERY LIFE HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>12.00 Kolarstwo:</b> MŚ – Montreal 2026<br><b>13.00 Wspinaczka:</b> Zawody World Series w Chongqing – speed par – finały<br><b>15.00 Kolarstwo górskie:</b> pŚ w Whistler<br><b>16.00 Kolarstwo:</b> Mistrzostwa świata – Montreal 2026<br><b>18.00 Wspinaczka:</b> Zawody World Series w Chongqing<br><b>20.00 Snooker:</b> Shenzhen Open – 4. dzień<br><b>22.00 FIA World Endurance Championship:</b> Wyścig 24-godzinny w Le Mans<br><b>23.00 Golf:</b> Black Desert Championship – 1. dzień                                                  | <b>4.00</b> <b>Tenis:</b> Turniej ATP w Tokio – mecz 1. rundy<br><b>LIVE</b><br><b>6.00</b> <b>Tenis:</b> Turniej ATP w Tokio – mecz 1. rundy<br><b>LIVE</b><br><b>8.00</b> <b>Tenis:</b> Turniej ATP w Tokio – mecz 1. rundy<br><b>LIVE</b><br><b>10.00</b> <b>Tenis:</b> Turniej ATP w Tokio – mecz 1. rundy<br><b>LIVE</b><br><b>13.00 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>15.30 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>18.30 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>20.35 Piłka nożna:</b> Liga Narodów: Grecja – Holandia<br><b>23.00 Piłka nożna:</b> LN<br><b>1.00 Sporty walki:</b> FEN | <b>9.00</b> <b>Tenis:</b> Turniej WTA w Pekinie – mecz 1. rundy<br><b>LIVE</b><br><b>11.00</b> <b>Tenis:</b> Turniej WTA w Pekinie – mecz 1. rundy<br><b>LIVE</b><br><b>13.00</b> <b>Tenis:</b> Turniej WTA w Pekinie – mecz 1. rundy<br><b>LIVE</b><br><b>15.20</b> <b>Tenis:</b> Turniej WTA w Pekinie – mecz 1. rundy<br><b>LIVE</b><br><b>17.40</b> <b>Tenis:</b> Turniej WTA w Pekinie – mecz 1. rundy<br><b>LIVE</b><br><b>20.00</b> <b>Tenis:</b> Turniej WTA w Pekinie – mecz 1. rundy<br><b>LIVE</b><br><b>22.15</b> <b>Tenis:</b> Turniej WTA w Pekinie – mecz 1. rundy<br><b>LIVE</b><br><b>0.30</b> <b>Tenis:</b> Turniej WTA w Pekinie – mecz 1. rundy<br><b>LIVE</b><br><b>5.00</b> <b>Tenis:</b> Turniej WTA w Pekinie – mecz 1. rundy<br><b>LIVE</b> | <b>9.00 Liquid Edge (9)</b><br><b>10.00 AMA Motocross Series Highlights (9)</b><br><b>11.00 X Games – Aspen 2020</b><br><b>12.00 Drift Style (5, 6)</b> – mag.<br><b>13.00 Action Sports World (25)</b><br><b>14.00 WWE Classic Gold</b><br><b>16.00 EFC – Extreme Fighting Championship 137 (1)</b><br><b>19.00 AEW: PAM PAWLÓWSKI x PAUL WIGHT (1)</b><br><b>20.00 AEW Collision 2 (2639)</b><br><b>22.00 New Japan Pro-Wrestling (31)</b><br><b>2.00 AMA Motocross Series Highlights (9)</b><br><b>3.00 Liquid Edge (9)</b><br><b>4.00 Drift Style (5, 6)</b> – mag. | <b>12.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka – mecz: VfB Stuttgart – BVB<br><b>14.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska – mecz: ACF Fiorentina – SSC Napoli<br><b>16.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka: Bayern – Union<br><b>18.00 Formula 1</b><br><b>20.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: AS Roma – Inter<br><b>22.00 Bundesliga Clubs</b> – mag.<br><b>22.20 Bundesliga Clubs</b> – mag.<br><b>22.40 Bundesliga Clubs</b> – mag.<br><b>23.00 Formula 1:</b> Grand Prix Azerbejdżanu<br><b>23.40 Najlepsze gole VfL Wolfsburg</b> – mag. piłkarski          | <b>8.15 Szpital (578, 579)</b><br><b>10.15 Nowa Majja w ogrodzie 4 (22, 23)</b><br><b>11.15 Idealna niania 9 (3, 4)</b><br><b>12.45 Klinika bez tajemnic</b><br><b>14.45 Szpital (577, 578)</b><br><b>16.45 Idealna niania 9 (2-5)</b><br><b>19.45 Beauty ekspert (4)</b> – mag.<br><b>20.15 Życie zaczyna się po 60-tce (2)</b> – pr. rozrywk.<br><b>21.15 Wycieczkowicz (18)</b><br><b>22.15 Nie do uwierzenia! 5</b><br><b>0.15 Powrót doktora Szczyty</b><br><b>1.15 Śmierć Diany: dwa śledztwa (2)</b> – serial dok.<br><b>2.15 Eks-tra zmiana (3)</b> – rozr.<br><b>3.15 Szpital (474, 475)</b><br><b>5.15 Pojedynek na modę (10)</b> |
| POLSAT SPORT FIGHT HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | POLSAT SPORT 3 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | CANAL+ SPORT 5 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | ELEVEN SPORTS 4 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | ELEVEN SPORTS 3 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | CANAL+ DOKUMENT HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>12.45 Atleci</b> – magazyn sportowy<br><b>13.10 Sporty walki:</b> FEN 58 w Częstochowie – walka: W. Bartnik – J. Jędraszczyk<br><b>15.25 Sporty walki:</b> NOC MMA 14: Turek<br><b>17.15 Strzelnica Navala (7)</b><br><b>18.05 Boks:</b> Babilon Boxing Show w Ożarowie Mazowieckim – waga superlekka: A. Jedrzejczyk – H. Connart<br><b>20.15 2 archiwum ESPN</b> – mag.<br><b>21.20 Sporty walki:</b> UFC 329: C. McGregor – M. Holloway 2<br><b>23.15 K.O. TV Weekly (40)</b><br><b>23.45 Sporty walki:</b> Game Changer MMA 6 w Rabce Zdroju | <b>6.00 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>8.30 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>11.00 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>13.00 Piłka nożna:</b> LN<br><b>15.00</b> <b>Tenis:</b> Turniej ATP w Pekinie – mecz 1. rundy<br><b>LIVE</b><br><b>17.30 Siatkówka mężczyzn:</b> PLS 1. liga – mecz: MKKS Jaworzno – Lechia<br><b>20.35 Piłka nożna:</b> LN – mecz: Dania – Portugalia<br><b>23.00</b> <b>Tenis:</b> Turniej ATP w Pekinie – mecz 1. rundy<br><b>LIVE</b><br><b>1.00 Sporty walki:</b> Babilon MMA                                                                         | <b>7.10 Ligomistrzowe historie</b><br><b>8.15 Żużel:</b> PGE Ekstraliga – finał<br><b>11.15 Żużel:</b> PGE Ekstraliga – mecz barażowy<br><b>14.15 Hit the Mic – Zostań komentatorem!</b><br><b>15.15 Piłka nożna:</b> PKO BP Ekstraklasa: Legia – Radomkiak<br><b>17.45 Turbokozak (2)</b> – mag.<br><b>19.00 Magazyn Metalaks 2. Ekstraliga</b> – mag.<br><b>20.00 Dart:</b> World Grand Prix w Leicester<br><b>0.15 Speedway+</b> – mag.<br><b>1.00 Piłka nożna:</b> PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Wisła Kraków                                                                                                                                                                                                                                       | <b>13.35 Pewnego razu w Gruzi</b> – historia Khvichy Kvaratskheli – film dok.<br><b>14.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka – mecz: FC Schalke 04 – SV 07 Elversberg<br><b>16.00 Piłka nożna:</b> Liga francuska – mecz: AS Monaco – RC Lens<br><b>18.00 Bundesliga Clubs</b> – mag.<br><b>19.00 Bundesliga Special Show (3)</b> – mag. piłkarski<br><b>19.30 Ligue 1 Show (5)</b> – mag.<br><b>20.00 Piłka nożna:</b> Liga portugalska: Porto – Benfica<br><b>22.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Bologna – Torino                                                       | <b>12.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Parma – Genoa CFC<br><b>14.00 Piłka nożna:</b> Liga francuska: Olympique Marsylia – PSG<br><b>16.00 Bundesliga Special Show (4)</b> – mag. piłkarski<br><b>16.30 Serie A</b> – mag. piłkarski<br><b>17.00 AJ Auxerre – Male miasto, wielki klub</b><br><b>17.30 Ligue 1 Show (5)</b> – mag.<br><b>17.30 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Venezia – Lazio<br><b>20.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka: Paderborn – Hoffenheim<br><b>22.00 Piłka nożna:</b> Liga francuska: OGC Nice – Lille                      | <b>12.40 Karl Lagerfeld. Objawienie (1-4)</b> – dok., Fr.<br><b>15.55 Gwadelupa. Od szczytów do głębin oceanu</b> – film dokum., Fr.<br><b>16.55 Maria Callas. Nieznane lata</b> – film dokum., Grecja<br><b>18.45 Dynastia Kimów: Czas zemsty (1, 2)</b> – serial dok.<br><b>20.30 CIA. Po 11 września (1)</b><br><b>21.25 Cicha wojna – Rosja kontra europejskie demokracje</b> – film dokum.<br><b>22.25 Putin i nowa strategia morska</b> – film dokum., Fr.<br><b>23.25 Broń ostateczna. Od Oppenheima do Hiroszimy</b> – film dok.                                                                                                    |

## STACJE POPULARNONAUKOWE

| DISCOVERY SCIENCE HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | ID HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | NATIONAL GEOGRAPHIC HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | FOKUS TV DVB-T2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | HISTORIA DVB-T2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | HISTORY HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>6.00 Jak to jest zrobione?</b> – serial dokumentalny, Kanada<br><b>8.00 Jak działa wszechświat?</b> – serial dokumentalny, USA 2019<br><b>11.00 Czy jest z nami inżynier?</b> (6) – serial dok., Wielka Brytania<br><b>12.00 Niemiecka budowlanka</b> (1) – program rozrywkowy<br><b>13.00 Kosmiczna mapa skarbów:</b> Smocze kły, Wyspa skarbów – serial dokumentalny, USA 2018<br><b>15.00 Jak działa wszechświat?</b> – serial dokumentalny, USA 2020                                                                                                                                                              | <b>6.00 Przypadek Natalii Grace: ostatni rozdział</b> – serial dokumentalny, USA<br><b>8.00 Pokój przesłuchań</b> – serial dokumentalny, USA 2019<br><b>10.00 Kłamstwa żądne krwi</b> – serial dokumentalny<br><b>11.00 Taśmy zbrodni:</b> Między przyjaciółmi – serial dokumentalny<br><b>12.00 Ekstremalna kryminalistyka</b> – serial dokumentalny<br><b>14.00 Śmierć w cieniu stadionu 4</b> – serial kryminalny, 2025<br><b>16.00 Agent taki jak ty</b> – serial dokumentalny, USA 2022                                                                                                                                                | <b>8.00 Złapać przemytnika</b> (1, 5) – serial dok., USA<br><b>10.00 Niszczycielskie żywioły</b> (1) – dok.<br><b>11.00 Pogodowe anomalie</b> (10)<br><b>12.00 Tajemniczy świat Majów</b> (4, 2, 1) – dok.<br><b>15.00 Katastrofa w przestworzach</b> (6)<br><b>16.00 Ukryte pod miastami</b> (1) – dok.<br><b>17.00 Zaginione skarby Biblii: Tajemnice wiary</b> (3) – serial dok.<br><b>18.00 Gulag – system śmierci</b> (1)<br><b>19.00 Piekło pod wodą: II wojna światowa</b> (4)<br><b>20.00 Katastrofa w przestworzach</b> (3)                                                                                                                   | <b>6.05 48h. Zaginięni</b> (21) – serial krym., Polska<br><b>7.00 Był sobie człowiek</b><br><b>8.55 Wehikuł czasu</b> (1001) – pr. inform.<br><b>9.00 Starożytni kosmici</b> (5) – serial dok., USA<br><b>10.00 Gwiazdy lombardu</b> (29, 30) – reality show<br><b>12.00 Broń w hollywoodzkich filmach</b> (1, 2) – dok.<br><b>13.00 Poszukiwacze historii</b> (4, 5) – dok.<br><b>14.00 Apokalipsa Hitlera – front zachodni</b> (1)<br><b>15.00 Poszukiwacze złota w Australii</b> (5) – dok.<br><b>16.00 Dorwać tuńczyka</b><br><b>18.00 Rolnicy. Podlasie</b> (31, 32) – serial dok.<br><b>20.00 Galileo 34</b> (10)                                          | <b>6.10 Fake czy historia?</b><br><b>6.45 Było, nie minęło</b> – kronika zwiadowców historii – mag. hist.<br><b>8.50 Dom</b> (23) – obycz., Pol.<br><b>10.30 Ex Libris</b> – magazyn<br><b>11.00 Wszystkie kolory świata</b> – dok., Francja<br><b>12.00 Juliusz Cezar, narodził się</b><br><b>13.00 Putin i Zachód</b> (2)<br><b>14.10 Dom</b> (24) – obycz., Pol.<br><b>15.50 Sensacje XX wieku</b><br><b>17.30 Wojenne dzwiny</b> (2) (24) – serial hist., Pol. 2018<br><b>18.20 Polskie Państwo Podziemne 1939-1945</b><br><b>19.30 Flesz historii</b>                                                                          | <b>13.05 Starożytni kosmici</b> 14 (6) – dok.<br><b>14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata</b> 3 (15) – serial dok., USA<br><b>14.50 Największe tajemnice świata</b> 6 (10) – serial dok., USA<br><b>15.45 Gwiazdy lombardu</b> 13 (11)<br><b>16.15 Gwiazdy lombardu</b> 20 (15)<br><b>17.10 II wojna światowa: Walka o Europę</b> (1) – serial dok., Wlk. Bryt.<br><b>18.10 Największe tajemnice świata</b> 7 (1) – dok., USA<br><b>19.05 Starożytni kosmici</b> 18 (9) – dok.<br><b>20.00 Starożytni kosmici</b> 17 (1) – dok.                                                                                           |
| <b>DOKUMENTALNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>DOKUMENTALNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>DOKUMENTALNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>DOKUMENTALNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>SZPIGOWSKI</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>DOKUMENTALNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>18.00 Jak to jest zrobione?</b><br>Twórcy odwiedzają fabryki i zakłady produkcyjne, by przyjrzeć się procesowi powstawania przedmiotów codziennego użytku. Tematem odcinka są pianina i flagi.<br><b>21.00 Jak to jest zrobione?</b> 25 (16) – serial dokumentalny<br><b>23.00 Zwykłe rzeczy</b> – niezwykle wynalazki 16 (9-12) – serial dok., Wlk. Bryt.<br><b>1.00 Jak działa wszechświat?</b> – dok.<br><b>4.00 Podziemne sekrety</b>                                                                                                                                                                             | <b>18.00 Zbrodnia w sąsiedztwie 4</b><br>Wstrząsające historie osób, które poniosły śmierć z rąk swoich bliskich. W toku śledztwa powoli wyłania się prawdziwy obraz zdarzeń.<br><b>20.00 Taśmy zbrodni</b> – dok., USA 2021<br><b>21.00 Negocjatorzy: walka z czasem 911</b><br><b>23.00 Podejrzany przy telefonie</b> – serial dok.<br><b>0.00 Porwania: cena za życie</b> – serial dokum.<br><b>2.00 Taśmy zbrodni</b><br><b>3.00 Zbrodnia w sąsiedztwie 4</b>                                                                                                                                                                           | <b>21.00 Morskie megamaszyny</b> (6)<br>Mosty pływające są odpowiedzią na jedno z najtrudniejszych zadań inżynierii. Okazuje się, na czym polega ich wyjątkowa konstrukcja i jak utrzymują stabilność.<br><b>22.00 Logistyka na wielką skalę</b> (4) – dok., Niem.<br><b>23.00 Inżynieria po katastrofie</b> (5) – dok.<br><b>0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny</b> (8)<br><b>1.00 Katastrofa w przestworzach</b> (3, 4) – serial dok., Kan.                                                                                                                                                                                           | <b>21.00 Poszukiwacze historii</b> (5-8)<br>Pochód aliantów na Rzym zatrzymał pozycje niemieckie wokół klasztoru Monte Cassino. Atak wojsk polskich rozpoczął się w nocy 12 maja 1944 roku.<br><b>23.00 Stalowa bestia Hitlera</b> – film dokum., Francja 2017<br><b>0.00 Starożytni kosmici</b> 6 (11) – serial dokumentalny, USA<br><b>1.00 Rolnicy. Podlasie</b> (30-33) – serial dok.<br><b>5.00 Kolowrotek</b> (10, 11) – magazyn wędkarski                                                                                                                                                                                                                 | <b>20.00 Zatoka szpiegów 2</b> (18) – Polska 2025<br>Sabotaż Bismarcka jest zagrożony. Eva stara się zorganizować raut na pancerniku, który ma być kluczowy dla przeprowadzenia akcji. Franz opracowuje nowy plan.<br><b>20.50 Największe tajemnice monarchii</b> (5) – dok.<br><b>21.55 Profesor Michałowski. Droga do Faras</b> – film dokum., Polska 2023<br><b>23.00 Sensacje XX wieku</b><br><b>0.50 Encyklopedia II wojny światowej</b>                                                                                                                                                                                       | <b>21.00 Jak to wyjaśnić? 5</b> (1) – USA 2025<br>Twórcy programu zastanawiają się, czy badający ocean naukowcy odkryli nieznana forma życia, a także czy rodzina w Las Vegas przeżyła bliskie spotkanie z kosmitami.<br><b>22.00 Wojny magazynowe</b> 16 (6)<br><b>23.00 Gwiazdy lombardu</b> 25 (11)<br><b>23.55 Jak to wyjaśnić? 4</b> (6) – serial dok., USA<br><b>0.50 Starożytni kosmici</b> 17 (1) – dok.<br><b>1.50 II wojna światowa: Walka o Europę</b> (1)                                                                                                                                                    |
| <b>DISCOVERY HISTORIA HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>PLANETE+ HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>POLSAT VIASAT NATURE HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>BBC EARTH HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>ANIMAL PLANET HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>9.00 Mikroprzygoda</b> (9) – dok.<br><b>10.00 Wstęp wzbroniony</b> (1, 2)<br><b>11.00 Militaria na warsztat</b> 5<br><b>12.00 Muzealne tajemnice</b><br><b>14.00 Łowcy starożytności</b> (6, 7) – dok.<br><b>16.00 Skarby z szopy</b> (1-4)<br><b>18.00 Łowcy starożytności</b> – dok.<br><b>20.00 Zoom na architekturę: Siedem cudów świata</b> – serial dokum., Wlk. Bryt.<br><b>22.00 Akta ekspedycji</b> – dok.<br><b>23.00 Złota góra: walka o skarby</b> – serial dok., USA<br><b>0.00 Przypadki z archiwum</b> 10 – dok.<br><b>2.00 Socjalistyczna Filmoteka Powiatowa</b><br><b>3.00 Europejskie bazy</b> (7) | <b>12.30 Niezwykłe podróże koleją</b> (6) – serial dok., Fr.<br><b>13.40 Targowiska świata</b> 4<br><b>14.45 Afryka z góry</b> (9) – dok.<br><b>15.50 360° Świat bez granic</b><br><b>16.55 Świat z góry</b> 7 (7, 8) – dok.<br><b>18.00 Dokąd dzisiaj?</b> 4 (61, 62)<br><b>18.40 Pomyśl, zanim zjesz!</b> (1)<br><b>19.45 First Person Shooter. Idź, strzelaj, kombinuj</b><br><b>20.55 Sekrety budowniczych piramid</b> 2 (1) – serial dok.<br><b>22.00 Wszystko o Marii. Matce Bożej</b> (1) – dok., Fr.<br><b>23.10 Seks chrześcijański</b> – film dok., Kan.<br><b>0.20 360° Świat bez granic</b><br><b>1.30 Polska z góry</b> 10 (6) | <b>8.00 W królestwie lwa</b> (4)<br><b>9.00 Niezwykły dr Pol</b> (2)<br><b>10.00 Niezwykły dr Pol</b> (4)<br><b>11.00 Niezwykły dr Pol</b> (12)<br><b>12.00 Dzikie, sprytnie i zabójcze</b> (4) – serial dok.<br><b>13.00 Olsniwająca Ameryka</b><br><b>14.00 Młodzież: mistrzowie przetrwania</b> – film dok.<br><b>15.00 Dzikie, sprytnie i zabójcze</b> (4) – serial dok.<br><b>16.00 Dziką Alaskę</b> – film dok.<br><b>17.00 Sekretne życie pszczoł</b><br><b>18.00 Chiny: ukryte królestwa</b><br><b>19.00 Afryka dzika</b> (1) – dok.<br><b>20.00 Pogodowe anomalie</b> (5)<br><b>21.00 Niezwykły dr Pol</b><br><b>2.00 Olsniwająca Ameryka</b> | <b>10.20 Samice na czele stada</b><br><b>11.35 Afrykańskie drapieżniki: wielka czwórka</b> (4) – dok.<br><b>12.35 W okowach mrozu</b> 5 (6)<br><b>13.40 Zabójcza pogoda</b> 2 (4)<br><b>14.45 Rzeczne potwory</b> 6 (6)<br><b>15.50 W okowach mrozu</b> 5 (6)<br><b>16.50 Potwory z głębin</b> (1)<br><b>17.50 Afrykańskie drapieżniki: wielka czwórka</b> (4) – dok.<br><b>18.55 Rzeczne potwory</b> 6 (5)<br><b>19.55 W okowach mrozu</b> 5 (7)<br><b>21.00 Samice na czele stada</b> – film dokum., Niemcy 2024<br><b>22.05 Afrykańskie drapieżniki: wielka czwórka</b> (4) – dok.<br><b>23.10 W okowach mrozu</b> 5 (7)<br><b>0.10 Zabójcza pogoda</b> 2 (4) | <b>10.05 Życie na pustkowiu</b> 11<br><b>11.05 Cała prawda o fitnessie</b><br><b>12.05 Ben Fogle na szczytach wyspach</b> 2 (2) – serial dok.<br><b>13.05 Planeta Ziemia</b> 2 (6)<br><b>14.20 W okowach mrozu</b> 8 (9)<br><b>15.25 Życie na pustkowiu</b> 11<br><b>16.25 Fenomeny współczesnego życia</b> 2<br><b>17.30 Planeta Ziemia</b> 2 (6)<br><b>18.40 Ben Fogle na szczytach wyspach</b> 2 (3) – serial dok.<br><b>19.45 Przyszłość natury</b> (4)<br><b>20.55 W okowach mrozu</b> 10<br><b>22.55 Cała prawda o nadwadze</b> – film dok.<br><b>0.00 Czym karmimy nasze dzieci?</b> (1) – dok., Wlk. Bryt.                  | <b>13.00 Irwinowie – następne pokolenie</b> 2 – serial dok.<br><b>14.00 Resocjalizacja z pitbulami</b> 7 – serial dok.<br><b>15.00 Kot na piekło rodem</b><br><b>17.00 Na krańcu Alaski</b> – dok.<br><b>18.00 Weterynarz z Górali</b> – serial dok.<br><b>19.00 Cztery kąty, cztery łapy</b> 20<br><b>20.00 Julia kontra węże</b> 2<br><b>21.00 Klan z Alaski</b> – serial dok.<br><b>22.00 Baseny z rozmachem</b><br><b>23.00 Resocjalizacja z Pit Bullami</b> 4 – serial dok., USA<br><b>0.00 Kot na drzewie</b> – dok.<br><b>1.00 Irwinowie – następne pokolenie</b> – serial dok.<br><b>2.00 Baseny z rozmachem</b> |
| <b>TVP DOKUMENT HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>POLSAT DOKU HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>POLSAT VIASAT EXPLORE HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>POLSAT VIASAT HISTORY HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>CI POLSAT HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>TRAVEL CHANNEL HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>13.55 Iwohoro – zapomniany las</b> – film dokumentalny, Fr.<br><b>14.55 Margaj i ja</b> – film dokum.<br><b>16.00 Życie z nerwicą natrętną</b> – dok., Wlk. Bryt.<br><b>16.55 Weekendowe wypadki z Greggiem Wallace'em</b><br><b>17.55 Sanatoriów miłoścy</b> 5 (3)<br><b>18.55 Kobieta pracująca: Irena Kwiatkowska</b> – film dok.<br><b>20.00 Saint Malo: wyzwania forticy morskiej</b> – dok.<br><b>21.05 Niedźwiedź polarny</b><br><b>22.10 Barbara Włodarczyk zaprasza</b> – magazyn<br><b>22.15 Zabójcze roboty: przyszłość wojny</b> – dok.<br><b>23.25 Spacer z Aniołami</b> – dok.                          | <b>13.05 Poszukiwacze historii</b><br><b>14.00 Tajemnice II wojny światowej</b> (1) – serial dok.<br><b>15.10 Poszukiwacze historii</b><br><b>15.35 MH17 – katastrofa, która wstrząsnęła światem</b> – dok., Wlk. Bryt.<br><b>16.35 Życie na marginesie. W romskich obozowiskach</b> – film dok.<br><b>17.50 Titań – tragiczny błąd</b><br><b>18.55 Walka o światową dominację</b> – film dokum.<br><b>20.00 Koloseum</b> (1, 2) – dok.<br><b>22.00 Pompeje: Życie w rzymskim mieście</b> (1, 2) – film dok., Wlk. Bryt.<br><b>0.00 Łowcy nazistów</b> (1)                                                                                  | <b>13.15 Królowie klasycznych aut</b> (1) – dok., Wlk. Bryt.<br><b>14.15 Australijskie poszukiwacze złota</b> 3<br><b>16.10 Ekstremalna pomoc drogową</b> (3) – serial dok.<br><b>17.10 Bohaterowie z Kolumbii</b><br><b>18.05 Złoto Jukonu</b> (1) – dok.<br><b>19.05 Australijskie poszukiwacze złota</b> 9<br><b>21.00 Ostatni kapitanowie</b> 2<br><b>22.00 Największe budowle</b> 3<br><b>23.00 Internetowy seksbiznes</b> 2 (1) – dok.<br><b>0.00 Złoto z mroźnej krainy</b><br><b>1.00 Australijskie poszukiwacze złota</b> 5                                                                                                                   | <b>10.55 Military ranking</b> (3)<br><b>12.10 Najgroźniejsi ludzie Hitlera</b> (8) – serial dokum.<br><b>13.00 Miasta świata</b><br><b>16.35 II wojna światowa: cena imperium</b> (6) – serial dok.<br><b>17.45 Military ranking</b> (4)<br><b>18.50 Zakazana historia</b> 7 (1)<br><b>19.50 Kleopatra: tajemnicza władczyni</b> (4) – serial dok.<br><b>21.00 Linie frontu</b> (5) – dok.<br><b>22.05 Starożytne budowle</b> 4 (3)<br><b>23.15 Najgroźniejsi ludzie Hitlera</b> (9) – serial dokum.<br><b>0.15 Miasta świata</b> 4 (1-5) – dok.                                                                                                                 | <b>14.10 Tajniki w akcji</b> (1) – dok.<br><b>15.05 Zbrodnia po angielsku</b> 4<br><b>16.00 Cyfrowe dowody zbrodni</b> (6) – serial dok.<br><b>17.00 Pogrzebani za domem</b> 3 (4) – serial dokumentalny<br><b>18.00 Specjaliści od zbrodni</b><br><b>18.30 Akta Fabjusiewicz</b> (4)<br><b>19.00 Policjanci, którzy zabijają</b> (3) – serial dokum.<br><b>20.00 Szokujące morderstwa: Atlanta</b> 2 (1) – serial dok.<br><b>21.00 Morderstwo sobotniej nocy</b> 2 (5) – serial dokum.<br><b>22.00 Seryjni mordercy: Zabójczy duet</b> (1) – dok.<br><b>23.00 Uciec bestii</b> (1, 2) – dok.<br><b>23.55 Zbrodnia po angielsku</b> | <b>6.00 Nowe życie w Meksyku</b><br><b>8.05 Kobieta na krańcu świata</b> (8, 9, 1, 2) – dok.<br><b>10.25 Niezwykłe Stany</b><br><b>12.30 Prokopa</b> (2-5) – pr. rozr.<br><b>12.35 Survival we dwoje</b> (2, 3)<br><b>14.35 Człowiek kontra jedzenie</b> (26) – mag. kulin.<br><b>15.10 Kobieta na krańcu świata</b> (4-7) – serial dok.<br><b>17.30 Baseny z rozmachem</b><br><b>19.30 Ciepłarówka przez Stany</b><br><b>21.50 Miasta, w których strasz</b> (3, 4) – serial dok.<br><b>23.55 Kobieta na krańcu świata</b> (6-8) – serial dok.<br><b>1.40 Survival we dwoje</b> (2, 3)<br><b>3.40 Baseny z rozmachem</b> |

## STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

| TVP POLONIA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | TVP ROZRYWKA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | POLSAT CAFÉ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | TV 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | TTV HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | TVN STYLE HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>15.10</b> Zakochaj się w Polsce – mag.<br><b>15.35</b> Słownik polsko@polski (695)<br><b>16.00</b> Tamte lata, tamte dni – magazyn kult.<br><b>16.30</b> Barwy szczyścia (3387) – serial obycz.<br><b>17.00</b> Telexpress<br><b>17.20</b> Gra słów. Krzyżówka (1149) – teleturniej<br><b>17.50</b> Telexpress Extra<br><b>18.15</b> Tańcząca ze światem – Tunezja (5) – magazyn<br><b>18.45</b> Panorama<br><b>19.20</b> Powstanie Warszawskie dzień po dniu (62)<br><b>19.30</b> Program informacyjny 19.30                                                                                                                                                                            | <b>6.10</b> Zakochaj się w Polsce (336) – mag.<br><b>6.40</b> Gra słów. Krzyżówka (1130)<br><b>7.10</b> Okrasa lamie przepisy – mag. kulin.<br><b>8.20</b> Familiada – telet.<br><b>8.50</b> Va banque (1000)<br><b>9.25</b> Koło fortuny (2058)<br><b>10.05</b> Makłowicz w podróży – mag.<br><b>10.45</b> Postaw na milion. Familiada – telet.<br><b>12.35</b> Janosik (6) – przyg.<br><b>14.05</b> Pan Mama (59, 60)<br><b>15.10</b> Program rozrywkowy<br><b>15.25</b> Europa da się lubić – nowe pokolenie (3) – program rozrywk.<br><b>16.25</b> Kabaretomaniacy<br><b>17.25</b> Va banque (1001)                                                | <b>6.00</b> Demakijaż (180-182) – program rozrywkowy<br><b>7.30</b> Przyjaciółki (41, 42) – serial obyczajowy, Polska 2014<br><b>9.30</b> Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (11, 12) – reality show<br><b>12.25</b> Wypasiona kuchnia (21) – program rozrywkowy<br><b>12.30</b> Oszukane (36, 37) – serial paradokumentalny, Polska 2016<br><b>14.30</b> Bogaty dom – biedny dom (133, 134) – reality show, Polska<br><b>16.30</b> Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (39) – reality show                                                                                     | <b>7.55</b> Bogaty dom – biedny dom (70)<br><b>8.55</b> Policjantki i Policjanci (651-653)<br><b>11.55</b> Na ratunek 112 (1000, 1001) – paradok.<br><b>12.55</b> Trudne sprawy (775-777) – paradok.<br><b>15.55</b> Policjantki i Policjanci (1458)<br><b>17.00</b> Trudne sprawy II (1375) – paradok., Pol.<br><b>18.00</b> Łowcy skarbów. Kto da więcej? (451)<br><b>19.00</b> Policjantki i Policjanci (1459)<br><b>20.00</b> Wypasiona kuchnia (31) – pr. rozrywk.<br><b>20.05</b> Uroczysko (280)<br><b>20.40</b> Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1059)                                              | <b>7.35</b> DeFacto 14 (18, 19)<br><b>8.30</b> Kartoteka 8 (20, 21)<br><b>10.35</b> Detektywi (127, 349)<br><b>12.35</b> Zakup w ciemno 5 (15) – reality show<br><b>13.35</b> Zakup w ciemno 8 (19) – reality show<br><b>14.35</b> Nic do zgłoszenia 2 (3) – serial dokum., Pol.<br><b>15.35</b> Złomowisko PL 9 (1)<br><b>16.45</b> Express – pr. inform.<br><b>16.55</b> Pogoda, sport<br><b>17.05</b> Nauka jazdy 6 (14)<br><b>17.40</b> Idź na całość 3 (4)<br><b>18.40</b> Gogglebox. Przed telewizorem 23 (5)<br><b>19.45</b> Express – pr. inform.<br><b>20.05</b> Zakup w ciemno 8 (20) – reality show<br><b>21.05</b> Zakup w ciemno extra 3 (20)<br><b>21.45</b> Express – pr. inform. | <b>5.00</b> Tu jest pięknie (9) – program rozrywkowy<br><b>5.35</b> Ugotowani 13 (5)<br><b>6.25</b> Poukładani (4) – rozr.<br><b>7.00</b> Mniej znaczy więcej. Live Better for Less (4) – mag.<br><b>7.35</b> Dobrze zrobione w domu (4) – mag.<br><b>7.45</b> Dzień Dobry TVN<br><b>11.20</b> Poukładani (1, 2)<br><b>12.25</b> Ugotowani (5)<br><b>13.30</b> Kuchenne rewolucje (4, 3)<br><b>15.30</b> Pojedynek na podróże (5) – rozr.<br><b>16.35</b> Egzotywny wakacje na każdą kieszeń – pr. rozrywk.<br><b>17.40</b> Kuchenne rewolucje (11-13) – program rozrywkowy                                                                    |
| OBYCZAJOWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | TELETURNIJ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | REALITY SHOW                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | KRYMINALNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | REALITY SHOW                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | ROZRYWKOWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>20.25</b> Ranczo 3 (39) – Polska 2008<br><p>Po wypowiedzianiu pań, z którymi Witebski przeprowadził wywiady, ksiądz zakazuje poloniści kontynuacji tematu. Przed ołtarzem stają Michałowa i Japyczy.</p> <b>21.20</b> Polonia 24 Tygodnik<br><b>22.25</b> Ekstradycja 2 (3)<br><b>23.20</b> Panorama<br><b>23.50</b> Jerzy Buzek. Siła marzeń<br><b>1.00</b> Rodzinka.pl (292)<br><b>1.30</b> Program informacyjny 19.30<br><b>1.55</b> Pytanie dnia – publ.<br><b>2.05</b> Sport, pogoda                                                                                                                                                                                                | <b>18.00</b> Koło fortuny (2059)<br><p>Kolejna odsłona programu, który gwarantuje cenne nagrody i wymięniętą zabawę. Zawodnicy kręcą kołem, typują litery i odgadywają hasła.</p> <b>18.40</b> Okrasa lamie przepisy – mag. kulin.<br><b>19.45</b> Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny<br><b>20.25</b> Do śmiechu! (21, 22)<br><b>22.20</b> Malicki & Laskowski. The Best of (4)<br><b>22.50</b> Minuta dla Twojego bezpieczeństwa (8)<br><b>23.05</b> Postaw na milion<br><b>0.55</b> Koło fortuny (2059, 2035) – telet.                                                                                                                          | <b>18.00</b> Nasz nowy dom (316, 317) – Pol. 2024<br><p>Warunki panujące u Natalii i Dawida zagrażają życiu ich chorego na raka synka. Elżbieta Romanowska i członkowie jej ekipy wyremontują dom tej rodziny.</p> <b>20.00</b> Kolacja w ciemno (61) – pr. rozrywk.<br><b>21.05</b> Wzięcie kobiet (112, 113) – dok., Pol.<br><b>22.00</b> Ambulans (6) – dok.<br><b>23.00</b> Gry małżeńskie (204, 85) – reality show<br><b>1.05</b> Wzięcie kobiet (15-18) – serial dok.<br><b>3.00</b> Zdrady (185-187)                                                                    | <b>21.40</b> Sprawiedliwi. Trójmiasto (176)<br><p>Berg oraz Pietras wyjaśniają sprawę czterolatka porzuconego na śmietniku w stanie krytycznym. Trop prowadzi do porwania rodzicielskiego oraz narkomana Zaleckiego.</p> <b>22.45</b> Opowieści o zbrodni 2 (1) – dok.<br><b>23.20</b> S.W.A.T.: Miasto w ogniu – film sens., USA 2011, 100 min<br><b>1.00</b> Love Island. Wyspa miłości (24) – reality show<br><b>2.05</b> Hardkorowy lombard 7 (65) – dok.                                                                                                                                                 | <b>22.00</b> Życie na kredycie 9 (9, 10) – Polska 2026<br><p>Uczestnicy programu usiłują dostosować swoje wydatki do skąpego budżetu, jakim dysponują. Nie jest to wcale łatwe. Zadłużony Bartek pożyczka pieniądze od rodziny.</p> <b>23.00</b> Damy i wieśniaczki. PL 12 (5) – fab.-dok.<br><b>0.00</b> Down the road 4 (4)<br><b>1.00</b> Kanapowiczynie 3 (5) – program rozrywk.<br><b>2.00</b> Dobra robota 3 (33)<br><b>2.35</b> Osadzone. Blok F (17, 18) – paradok., Pol.<br><b>3.40</b> Damy i wieśniaczki. Ukraina 8 (19)                                                                                                                                                              | <b>20.50</b> Zgłoś remont 11 (9)<br><p>Emeryci Ania i Andrzej, po wielu latach na warszawskim Ursynowie, przenoszą się na Żerań. Krzysztof Miruć zarządza dla nich dwie sypialnie w nowym mieszkaniu.</p> <b>21.50</b> Jestem z Polski 16 (37) – serial dokum.<br><b>22.50</b> Hotel Paradise 13 (22) – reality show<br><b>23.45</b> Mój sąsiad morderca 10 (5) – dok., USA/Wsk. Bryt.<br><b>0.50</b> Apetyt na miłość (10) – pr. rozrywk.<br><b>1.55</b> Co nas truje (1) – program rozrywkowy                                                                                                                                                |
| TVP HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | TVP HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | ZOOM                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | TLC                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | C+ KUCHNIA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | TVN TURBO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>10.45</b> Gra słów. Krzyżówka<br><b>11.20</b> Na sygnale (822, 823)<br><b>12.25</b> Ojciec Mateusz 13 (162)<br><b>13.20</b> Komisarz Alex 9 (107)<br><b>14.15</b> Ranczo 4 (43, 44) – obycz.<br><b>16.10</b> Tańcząca ze światem – Jordania (5) – magazyn<br><b>16.40</b> Pociąg do Polski – dok.<br><b>17.10</b> Okrasa lamie przepisy<br><b>17.45</b> Makłowicz w podróży<br><b>18.20</b> Ojciec Mateusz 31 (405)<br><b>19.20</b> Ranczo 9 (116) – obycz.<br><b>20.10</b> Rodzinka.pl (280, 281)<br><b>21.25</b> Komisarz Alex 25 (312)<br><b>22.20</b> Paranoja – thriller, USA/<br><b>FILM</b> Francja/Indie 2013, 120 min<br><b>0.20</b> Gorąca linia – thriller, USA 2022, 110 min | <b>15.45</b> Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział<br><b>16.50</b> Wydział kryminalny Kitzbühel – krym., Austria<br><b>17.50</b> Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział<br><b>18.50</b> Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz.<br><b>19.50</b> Rosamunde Pilcher – Płomienie miłości – melodramat, Niemcy 2003, 120 min<br><b>21.50</b> Rosamunde Pilcher – Królowa nocy – film obyczajowy, Austria/Niemcy 2005, 105 min<br><b>23.35</b> Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział                                                                                                                                                  | <b>8.00</b> Strażnik Teksasu 3 (18, 19) – serial sensacyjny<br><b>9.55</b> Kobra – oddział specjalny 25 (1, 2) – sens.<br><b>12.10</b> Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw 2<br><b>13.20</b> Wojny magazynowe: Kanada (14, 15)<br><b>14.30</b> Sensacje XX wieku<br><b>16.45</b> Wojciech Cejrowski – boso przez świat<br><b>19.00</b> Kobra – oddział specjalny 23 (11, 12)<br><b>21.00</b> CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (9, 10)<br><b>23.00</b> Magia nagości. Czecz i Słowacja (1) – pr. rozr.<br><b>0.25</b> Magia nagości 7 (7) – rozr.                          | <b>9.00</b> Wiza na miłość 11<br><b>11.00</b> Ekstremalne choroby<br><b>12.00</b> Historie wielkiej wagi: Brazylia 2 – reality show<br><b>13.00</b> Siostry wielkiej wagi<br><b>15.00</b> Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 8<br><b>16.00</b> Historie wielkiej wagi 5<br><b>17.00</b> Dr Przyszczyła 4 – dok.<br><b>18.00</b> Wiza na miłość 11<br><b>20.00</b> Wspólne życie XXL 2<br><b>21.00</b> Podwójne życie żon (3)<br><b>22.00</b> Wiza na miłość – oczami bohaterów 7<br><b>23.00</b> Pogromcy guzów<br><b>0.00</b> Dr Przyszczyła 4 – dok.<br><b>1.00</b> Wspólne życie XXL 2 | <b>14.40</b> U sąsiadów w kuchni 16<br><b>15.45</b> Zgrillowani (8) – mag.<br><b>16.10</b> Domowa piekarnia Kucharskiego 5 (1) – mag.<br><b>16.40</b> Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień<br><b>17.35</b> Gotuj taniej z Jamiem (2)<br><b>18.30</b> Jedź, podróżuj, smakuj<br><b>19.25</b> M jak mięso 3 (1) – dok.<br><b>19.50</b> Maximum Foodie 5 (1)<br><b>20.20</b> Poza Bali: podróż do serca Indonezji (1)<br><b>21.20</b> Anthony Bourdain – miejsca nieznane 11<br><b>23.00</b> Anthony Bourdain – miejsca nieznane 9 (1)<br><b>23.55</b> Top Chef 22 (9)<br><b>1.00</b> M jak mięso 6 (3, 4) – dok.                                                                              | <b>13.00</b> Zawodowi handlarze<br><b>14.30</b> Wojny samochodowe<br><b>16.30</b> Jeździć, obserwować<br><b>18.00</b> Raport Turbo – mag. inf.<br><b>18.15</b> Duda kontra Szafranski<br><b>19.00</b> Ciężarówka przez pół świata (4) – pr. rozrywk.<br><b>20.00</b> Uwaga! Oszust: Ścieżka z ogłoszenia (16, 4) – rozr.<br><b>21.00</b> Nic do zgłoszenia 5<br><b>22.00</b> Raport Turbo – mag. inf.<br><b>22.15</b> Jeździć, obserwować (4)<br><b>23.00</b> Wojny samochodowe (4)<br><b>0.00</b> Uwaga! Oszust: Ścieżka z ogłoszenia (16) – pr. rozr.<br><b>0.30</b> Naprawy nie do naprawy (3) – mag.<br><b>1.15</b> Zawodowi handlarze (6) |
| NOVA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | METRO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ANTENA HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | WP                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | C+ DOMO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | HGTV                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>10.00</b> Komisarz Mama (19)<br><b>11.00</b> Poirot 11 (2) – serial krym.<br><b>15.00</b> Świat według Bundych 7 (154-157)<br><b>17.00</b> Świat według Bundych 8 (158, 159)<br><b>18.00</b> Całkiem nowe lata miodowe (7) – kom., Pol.<br><b>18.30</b> Miodowe lata (118-121)<br><b>21.00</b> Zdrady (69) – paradok., Pol.<br><b>22.00</b> Ślad (19, 20, 90) – krym.<br><b>1.00</b> Łowca pedofilów<br><b>3.00</b> TV okazje (34, 35)<br><b>3.50</b> Wehikuł czasu (1001, 930)<br><b>4.00</b> Daleko od noszy – szpital futbolowy (49)<br><b>4.30</b> Daleko od noszy (77)<br><b>5.00</b> Pod lupą (8, 9) – magazyn                                                                     | <b>10.20</b> Sedzia Anna Maria Wesolowska (477, 478)<br><b>12.20</b> Szkoła (640) – paradok.<br><b>13.20</b> Brzydula (151, 152) – kom.<br><b>14.30</b> Za głosem serca (36)<br><b>15.35</b> Magda M. 4 (7) – obycz.<br><b>16.45</b> The Floor (1, 2) – telet.<br><b>18.00</b> Złomowisko PL 5 (10)<br><b>19.00</b> Kartoteka 8 (9, 10)<br><b>21.05</b> Kryminalni 2 (11, 12)<br><b>23.20</b> Kuba Wojewódzki (5)<br><b>0.30</b> Zbrodnie z pierwszych stron gazet 7 (6) – dok.<br><b>1.30</b> Szpital (922) – paradok.<br><b>2.30</b> Szkoła (647) – paradok.<br><b>3.30</b> Nowa Majja w ogrodzie 2 (32, 33)<br><b>4.30</b> Szpital (921) – paradok. | <b>13.00</b> Kłątwa Wyspy Dębów 5<br><b>13.55</b> Australijskie poszukiwacze złota 5 (16, 17) – dok., Australia<br><b>15.55</b> Unforgettable: Zapisane w pamięci (18) – krym.<br><b>16.50</b> Detektywi z Bordeaux 7 (9) – serial krym., Fr./Bel.<br><b>18.00</b> 77 TV 2 (16, 17) – pr. rozr.<br><b>20.00</b> Alex Hugo – górski detektyw (30) – krym., Fr.<br><b>22.05</b> Detektywi Candice: Niezawodny instykt 5 (10) – serial kryminalny, Fr.<br><b>23.15</b> Bathazar: Śledczy fenomen 3 (8) – krym., Fr.<br><b>0.30</b> Życie po zagładzie ludzkości 3 (23, 24) – dok. | <b>12.00</b> Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 3 (3)<br><b>14.00</b> Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 2 (15, 16)<br><b>16.00</b> Pokochaj lub sprzedaj Quebec (7) – reality show<br><b>16.55</b> Pogoda<br><b>17.00</b> Niewyjaśnione tajemnice świata 3 (21, 24) – serial dok., USA<br><b>19.00</b> Makłowicz w podróży – magazyn kulinarny<br><b>20.00</b> Policjanci z sąsiedztwa 5 (22, 23)<br><b>21.50</b> Pogoda<br><b>22.00</b> Mistrzowie Kabaretu 3<br><b>23.00</b> Kabaretowy śmiech grupowy (5) – pr. rozrywk.                                                                                  | <b>13.05</b> Pokochaj lub sprzedaj: Wielka Brytania 10 (5)<br><b>14.00</b> Adres: rezydencje marzeń (4) – serial dok.<br><b>15.00</b> Wakacyjne domy na wynajem (15) – dok.<br><b>15.55</b> Pogotowie remontowe Wieszka (4, 5) – mag.<br><b>16.50</b> Gardeners' World 15 (4)<br><b>18.00</b> Ucieczka na wieś 23 (18)<br><b>19.00</b> Wielkie projekty: Nowa Zelandia 9 (8) – serial dok.<br><b>20.00</b> Daleko od miasta 11 (3, 4) – serial dok., Pol. 2023<br><b>21.00</b> Adres: rezydencje marzeń (5) – serial dok.<br><b>22.00</b> Pokochaj swój ogród 13<br><b>23.00</b> Gardeners' World 14 (31)                                                                                        | <b>13.25</b> Nowe życie w starym domu 7 (5) – pr. rozrywk.<br><b>14.25</b> Dobrze zrobione w domu (2) – mag.<br><b>14.35</b> Mieszkanie na miarę<br><b>16.35</b> Polowanie na ogród 9<br><b>18.20</b> Weekendowa metamorfoza 2 (6) – rozr.<br><b>19.10</b> Pogromcy chaosu (9)<br><b>20.10</b> Dorota was urządzi!<br><b>21.40</b> Dorota inspiruje 3 (3)<br><b>22.40</b> House Hunters – Poszukiwacze domów 7 (4-6) – pr. rozr.<br><b>0.10</b> House Hunters – Poszukiwacze domów 8 (1) – pr. rozrywk.<br><b>0.45</b> Kamera, akcja, wpadka!                                                                                                  |

| POLSAT 2 HD                                                                                                                                                     |                                                       | SUPER POLSAT DVB-T2                                                                                                                                                |                                                                | TV 6 DVB-T                                                                                                                                          |                                                                     | BBC FIRST HD                                                                                                                                                |                                                                 | STACJE DZIECIĘCE                                                                                                                                                           |                                   | STACJE INFORMACYJNE                                      |                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                 |                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                |                                                                                                                                                     |                                                                     |                                                                                                                                                             |                                                                 |                                                                                                                                                                            |                                   |                                                          |                                                        |
| 5.50 Wydarzenia                                                                                                                                                 | 6.30 Nasz nowy dom (268) – reality show               | 6.50 SuperLudzie Extra (47) – magazyn                                                                                                                              | 7.00 Cobra Kai (1, 2)                                          | 6.00 Więzienie (186, 187) – serial dok., Pol. 2025                                                                                                  | 6.55 Policjantki i Policjanci (827, 828) – serial obycz., Polska    | 6.00 Z pamiętnika położnej 10 (3) – serial obyczajowy                                                                                                       | 7.00 Tajemnice Brokenwood 6 (3)                                 | 12.00 Strażak Sam 8                                                                                                                                                        | 7.30 Rozmowa Piaseckiego – publ.  | 8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody                | 9.55 Biznes – pr. publicyst.                           |
| 7.30 Na ratunek 112 (1047, 1048) – paradok.                                                                                                                     | 8.30 Sekrety rodziny (167-169) – paradok.             | 8.15 SuperLudzie Extra (48) – magazyn                                                                                                                              | 8.30 Świat według Kiepskich (353-355)                          | 8.55 Kobra – oddział specjalny (190, 191) – serial sens., Niemcy                                                                                    | 10.55 48h. Zaginięni (125-127) – serial kryminalny, Pol. 2022       | 8.40 Lewis 4 (4) – krym.                                                                                                                                    | 9.40 Ojciec Brown 5 (10)                                        | 12.25 Domisie – dla dzieci                                                                                                                                                 | 9.55 Biznes – pr. publicyst.      | 10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody               | 10.55 Biznes – pr. publicyst.                          |
| 11.30 Trudne sprawy (930) – serial paradokum.                                                                                                                   | 12.30 Dlaczego ja? (1470, 1471) – paradok.            | 10.00 Wydarzenia 24 – inf.                                                                                                                                         | 10.30 SuperLudzie (1)                                          | 13.55 Policjantki i Policjanci (1259) – serial obycz., Polska                                                                                       | 14.55 Uroczysko (163, 164) – serial krym., Polska                   | 10.40 Śmierć pod palmami 11 (8)                                                                                                                             | 11.45 Z pamiętnika położnej 10 (3, 5)                           | 13.00 Szkoła z Kleksem Bystrzakiem (5)                                                                                                                                     | 10.55 Biznes – pr. publicyst.     | 11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody               | 11.55 Biznes – pr. publicyst.                          |
| 14.30 Wypasiona kuchnia (1) – program rozrywk.                                                                                                                  | 14.35 Świat według Kiepskich (415-419)                | 12.30 Bitwa o palety (16, 17) – reality show                                                                                                                       | 14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 3 (28)                | 16.00 Kobra – oddział specjalny (192, 193) – serial sens., Niemcy                                                                                   | 18.05 Strażnik Teksasu (4, 5) – serial sensacyjny, USA 1996         | 13.50 Ojciec Brown 5 (1)                                                                                                                                    | 14.50 Ojciec Brown 13 (8)                                       | 13.20 Płys i Bill (25, 26)                                                                                                                                                 | 11.55 Biznes – pr. publicyst.     | 12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody               | 13.55 Biznes – pr. publicyst.                          |
| 17.05 48h. Zaginięni (277, 278) – krym., Pol.                                                                                                                   | 19.05 Gliniarze (1056) – serial paradokum.            | 16.00 Ninja Warrior Polska (38)                                                                                                                                    | 17.55 Świat według Kiepskich (470, 471, 584, 585)              |                                                                                                                                                     |                                                                     | 15.50 My Life Is Murder 5 (6) – serial kryminalny                                                                                                           | 16.55 My Life Is Murder 5 (6) – serial kryminalny               | 13.50 Odo (84) – serial anim.                                                                                                                                              | 14.55 Biznes – pr. publicyst.     | 15.00 15 na żywo – inf.                                  | 16.00 Fakty po południu – program inform.              |
| 20.05 Ślad (48) – krym., Pol.                                                                                                                                   | 21.05 Gliniarze (986) – serial paradokum.             | 20.00 Złomiarze (4) – dok.                                                                                                                                         |                                                                |                                                                                                                                                     |                                                                     | 18.00 Morderstwa w Midsomer 21 (2) – krym., Wlk. Bryt. 2019                                                                                                 | 19.55 Śmierć pod palmami 12 (1) – serial kryminalny             | 14.05 Nawet nie wiesz, jak bardzo Ci Kocham (11, 12)                                                                                                                       | 15.00 15 na żywo – inf.           | 16.00 Fakty po południu – program inform.                | 18.00 Tak jest – pr. publ.                             |
|                                                                                                                                                                 |                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                |                                                                                                                                                     |                                                                     |                                                                                                                                                             |                                                                 |                                                                                                                                                                            |                                   |                                                          |                                                        |
| 22.05 Komisarz Mama (18) – Polska 2021                                                                                                                          |                                                       | 21.00 Sekcja 8 – USA 2022, wyk. Ryan Kwanten, 120 min                                                                                                              |                                                                | 20.05 CSI: Kryminalne zagadki Miami (213, 214) – USA 2011                                                                                           |                                                                     | 21.00 Line of Duty – Wydział wewnętrzny 3 (6)                                                                                                               |                                                                 | 18.30 The Garfield Show (191, 192) – Francja/USA 2011                                                                                                                      | 19.30 Fakty po Faktach            | 20.00 Kropka nad i – publ.                               | 20.30 Czarno na białym – magazyn                       |
| Piotr nadal przebywa w szpitalu. Lekarze wprowadzają go w stan śpiączki farmakologicznej. Patrycja próbuje odwrócić uwagę Marii, przydzielając jej nową sprawę. |                                                       | Jake zabija morderców swojej rodziny. Po wyjściu z więzienia dołącza do mającej na celu eliminację zagrożenia Sekcji 8. Niebawem odkrywa prawdę o zamiarach grupy. |                                                                | Neal wdaje się w bójkę, a jego przeciwnik niebawem zostaje zamordowany. Na miejscu zbrodni ekipa Horatia Caine'a odkrywa, że ciało denata zniknęło. |                                                                     | Pojawia się podejrzenie, że Patrick Fairbank, policjant, który przeszedł już na emeryturę, wykorzystuje seksualnie podopiecznego domu opieki dla młodzieży. |                                                                 | Przygody leniwego kota, którego życiowe pasje to jedzenie, spanie i oglądanie telewizji. Garfield kocha lasagne, pizzę i siebie. Odrzuca napełniając go diety i ćwiczenia. | 21.00 Polska i świat – inf.       | 22.00 Szkło kontaktowe                                   | 23.00 Dzień po dniu – mag.                             |
| 23.05 Świat według Kiepskich (457, 458) – serial kom., Pol. 2015                                                                                                | 0.05 Ślad (1) – krym., Pol.                           | 23.00 Zabójczy żywioł – film sensacyjny, USA 2020, 125 min                                                                                                         | 1.05 Świat według Kiepskich (440-444) – serial kom., Pol. 2014 | 22.00 Mentalista (6) – serial kryminalny, USA 2008                                                                                                  | 23.00 Ted – komedia, USA 2012, 130 min                              | 22.45 Po powodzi (6)                                                                                                                                        | 23.35 Koroner 2 (1) – krym.                                     | 19.00 Dolina Muminków                                                                                                                                                      | 22.00 Ernest i Celestyna          | 23.00 Dzień po dniu – mag.                               | 0.25 Biznes – pr. publicyst.                           |
| 1.05 Zdrady II (60) – serial paradokum.                                                                                                                         | 2.10 Wydarzenia                                       |                                                                                                                                                                    | 3.55 Nasz nowy dom (261, 262) – reality show, Polska 2022      | 1.10 Kości (181, 182)                                                                                                                               | 3.10 Krejczy patrol (36)                                            | 0.30 Tajemnice Brokenwood 6 (3)                                                                                                                             | 2.10 Morderstwa w Midsomer 21 (2)                               | 19.30 Tykiaki                                                                                                                                                              | 19.45 Wegezaury 2                 | 0.45 Fakty po Faktach                                    | 1.25 Kropka nad i – publ.                              |
| 3.00 Ewa gotuje (443, 444)                                                                                                                                      | 4.00 SuperLudzie (31, 32)                             |                                                                                                                                                                    |                                                                | 3.40 Septagony (95, 96)                                                                                                                             | 5.45 Teleszkapy TV Okazje – mag. rekl.                              | 3.55 Ojciec Brown 13 (8)                                                                                                                                    | 4.40 Co ludzie powiedzą (4) – serial komediowy                  | 19.50 Czytanie przed snaniem                                                                                                                                               | 20.00 Pat i świat 2 (94-96)       | 1.50 Tak jest – pr. publ.                                | 2.50 Nowa Majja w ogrodzie – mag.                      |
| 5.00 Interwencja – mag.                                                                                                                                         |                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                |                                                                                                                                                     |                                                                     |                                                                                                                                                             |                                                                 | 20.20 Agentka 203 (6)                                                                                                                                                      | 20.50 Robozuna (12)               |                                                          |                                                        |
|                                                                                                                                                                 |                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                |                                                                                                                                                     |                                                                     |                                                                                                                                                             |                                                                 |                                                                                                                                                                            |                                   |                                                          |                                                        |
| 6.30 Kolowrotek (226) – mag.                                                                                                                                    | 7.00 Dorwać tuńczyka (12, 13)                         | 10.40 MasterChef (7) – pr. rozr.                                                                                                                                   | 12.05 Sexy kuchnia Magdy Gessler (4, 5) – mag. kulin.          | 10.25 Jeźdźcy smoków na końcu świata                                                                                                                | 11.55 Rodzina zastępcza (168, 169) – kom., Pol. 2004                | 13.30 Wielkie australijskie wypieki 6 (10) – pr. rozr.                                                                                                      | 14.30 Wielkie brytyjskie wypieki 5 (5) – pr. rozrywk.           | 15.15 Zwierzęce zagadki (1)                                                                                                                                                | 15.45 Świnka Peppa 5 (1, 2)       | 14.55 Pogoda                                             | 15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny              |
| 9.00 Woja magazynowe                                                                                                                                            | 10.00 Gwiazdy Lombardu                                | 13.10 Apetyt na miłość (5)                                                                                                                                         | 14.10 Akcja: Restauracja! (5)                                  | 13.50 Niezwykłe pociągi                                                                                                                             | 15.50 Świat z góry (8, 9) – dok.                                    | 15.40 Zapraszamy do stołu: Wielka porcja 20 (5)                                                                                                             | 17.40 Prawda o Koronie: dynastia Windsorów (1)                  | 16.30 Dora (1) – serial anim.                                                                                                                                              | 17.00 Pan Krokodyl (2) – anim.    | 15.30 Sport, pogoda                                      | 15.50 Wydarzenia 15:50                                 |
| 11.00 Hardkorowy lombard                                                                                                                                        | 14.00 Polacy za granicą (63, 64)                      | 15.10 100 kucharzy (3)                                                                                                                                             | 16.15 Kuchenne rewolucje (11)                                  | 17.00 Wypasiona kuchnia (29)                                                                                                                        | 17.10 Pingwiny z Madagaskaru (13-16)                                | 18.50 Mistrzowie szycia 10 (9)                                                                                                                              | 20.00 Wielkie brytyjskie wypieki 5 (6) – pr. rozrywk.           | 17.30 Barabapa i jego rodzinka (13) – serial anim.                                                                                                                         | 18.10 Rubble i jego ekipa (5)     | 16.30 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.            | 18.00 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.          |
| 16.00 Złomiarze (11, 12) – dok.                                                                                                                                 | 18.05 Poszukiwacze historii                           | 17.50 Torty nie z tej ziemi (2)                                                                                                                                    | 18.50 Halloweenowe wojny                                       | 19.05 Rodzina zastępcza (194)                                                                                                                       | 20.05 Całkiem nowe lata miodowe (14-16) – kom.                      | 21.00 10 lat minie – powrót 2                                                                                                                               | 22.00 W 80 kilo dookoła świata (3) – dok., Wlk. Bryt.           | 18.30 Psi Patrol 9 (21) – anim.                                                                                                                                            | 19.00 Santiago z mór (8)          | 18.00 Punkt widzenia Szubartowicza – pr. publ.           | 19.15 Gość „Wydarzeń” – program publicystyczny         |
| 20.05 Drwale i inne opowieści Bieszczad (156-159)                                                                                                               | 22.00 Górą (239) – serial dok.                        | 20.05 Drwale i inne opowieści Bieszczad (156-159)                                                                                                                  | 20.55 Mistrzostwa w halloweenowych wypiekach (1)               | 21.55 Nasz nowy dom                                                                                                                                 | 23.55 Tajne operacje Hitlera                                        | 23.00 Kobiety, skalpel i liposukcja (2) – dok.                                                                                                              | 0.00 Wstydliwe choroby: online 2 (1, 2) – serial dok.           | 19.30 Przygody Misia Paddingtona (1) – anim.                                                                                                                               | 19.59 Świnka Peppa 8 (1)          | 19.50 Debaty Gozdyry – publ.                             | 21.50 Wydarzenia wieczorne                             |
| 23.00 Polacy za granicą (151)                                                                                                                                   | 0.05 Łowca pedofilów                                  | 23.00 Poszukiwacze historii                                                                                                                                        | 0.00 Symon gotuje w ogrodzie (10-12) – mag.                    | 23.55 Tajne operacje Hitlera                                                                                                                        | 0.00 Wstydliwe choroby: online 2 (1, 2) – serial dok.               |                                                                                                                                                             |                                                                 | 20.05 Świnka Peppa 2                                                                                                                                                       | 20.36 Świnka Peppa (1-3)          | 22.30 Dzień na świecie – pr. inf.                        | 23.30 Obraz dnia – serwis informacyjny                 |
| 1.05 Więzienie (98, 99) – dok.                                                                                                                                  | 2.00 Złomiarze (1) – dok., Pol.                       |                                                                                                                                                                    |                                                                | 2.00 Ewa gotuje (504, 505)                                                                                                                          |                                                                     |                                                                                                                                                             |                                                                 | 21.00 Barabapa i jego rodzinka 2 (24, 23, 22)                                                                                                                              |                                   | 0.00 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.             |                                                        |
| 3.05 Starożytni kosmici                                                                                                                                         |                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                |                                                                                                                                                     |                                                                     |                                                                                                                                                             |                                                                 |                                                                                                                                                                            |                                   |                                                          |                                                        |
|                                                                                                                                                                 |                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                |                                                                                                                                                     |                                                                     |                                                                                                                                                             |                                                                 |                                                                                                                                                                            |                                   |                                                          |                                                        |
| 13.00 Re. Mind. Chcę to powiedzieć – skróty koncertu                                                                                                            | 14.00 Gwiazdorska kuchnia Ani 2 (19) – magazyn kulin. | 10.35 Z kamery u Kardashiano (7, 8)                                                                                                                                | 12.25 Tyler Henry – medium z Hollywood (11) – pr. rozr.        | 16.10 Z wędką nad wodę w Polskę i świat                                                                                                             | 16.35 Sól ziemi – program kult.                                     | 10.15 Legendarne samoloty ganiacze: ostatni lot (3)                                                                                                         | 11.25 Brytyjskie fabryki 2 (5)                                  | 9.05 Bing (3-8) – serial anim.                                                                                                                                             | 10.00 Pszczółka Maja 2 (39-43)    | 13.00 Agrobiznes                                         | 13.20 Agropogoda                                       |
| 14.00 Operacja zdrowie (86)                                                                                                                                     | 15.00 Rodzinka.pl (304) – kom.                        | 14.15 Plastikowa fuszerka (25)                                                                                                                                     | 16.05 Z kamery u Kardashiano (9, 10)                           | 17.00 Modlitwa – transmisja nabożeństwa                                                                                                             | 19.25 Rodzinny Ogród Zoologiczny „Królestwo Stworzenia” (7) – eduk. | 12.30 Top Gear 18 (6) – mag.                                                                                                                                | 13.35 Ołbrzymie maszyny 2 (1)                                   | 11.55 Marta mówi (50, 51)                                                                                                                                                  | 12.50 Marta mówi (52, 53)         | 13.30 Bez trybu. Justyna Dobrosz-Oracz                   | 14.20 Poznań region                                    |
| 15.30 Ojciec Mateusz 14 (177, 178) – krym., Pol. 2015                                                                                                           | 17.25 Kalendarz przyrody (1)                          | 18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.                                                                                                           | 18.30 Tyler Henry – medium z Hollywood (19) – pr. rozr.        | 20.00 Informacje dnia                                                                                                                               | 20.20 Różaniec                                                      | 14.35 Cuda inżynierii 6 (10)                                                                                                                                | 15.40 Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 4 (24) | 12.59 Marta mówi (52, 53)                                                                                                                                                  | 13.55 Moje urodziny – dla dzieci  | 15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – program religijny | 15.20 Serwis Info Dzień – inf.                         |
| 18.30 Żona dla Polaka (8)                                                                                                                                       | 19.30 Panna młoda (4) – obycz.                        | 22.30 Z kamery u Kardashiano (11, 12)                                                                                                                              | 0.30 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.        | 21.00 Informacje dnia                                                                                                                               | 22.00 Głos polski – cykl fel.                                       | 17.50 Top Gear 18 (7) – mag.                                                                                                                                | 18.55 Cuda inżynierii 6 (10)                                    | 14.24 Basia (12, 13) – anim., Pol.                                                                                                                                         | 15.10 Kicia Kocia (7-11) – anim.  | 19.30 Z indeksem w rękę (4)                              | 19.45 Kryminalna siódemka                              |
| 20.30 Wichrowe wżgórce (362) – serial obycz., Turcja 2024                                                                                                       | 21.30 La Promesa – pałac tajemnic (330) – obycz.      | 1.00 Tyler Henry – medium z Hollywood (11) – pr. rozr.                                                                                                             |                                                                | 22.00 Głos polski – cykl fel.                                                                                                                       | 22.45 50 lat w Republice Konga – film dokumentalny                  | 19.55 Brytyjskie fabryki 2 (6)                                                                                                                              | 21.00 Inżynierijne katastrofy 2 (5) – dok.                      | 15.10 Kicia Kocia (7-11) – anim.                                                                                                                                           | 15.55 44 Koty (1-5) – anim., Wlk. | 20.00 Dziennik regionów – inf.                           | 20.13 Gość Regionów – pr. publ.                        |
| 22.30 Strzępy – dramat obycz., Polska 2022, 105 min                                                                                                             |                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                |                                                                                                                                                     |                                                                     | 22.00 Zagubione historie (5)                                                                                                                                | 23.00 Top Gear 18 (6) – mag.                                    | 17.50 Marta mówi (52, 53)                                                                                                                                                  | 17.57 Staś i fajna Babcia (36)    | 20.30 Telekurier – mag., Polska                          | 21.00 Program lokalny                                  |
|                                                                                                                                                                 |                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                |                                                                                                                                                     |                                                                     | 0.05 Top Gear 12 (5) – mag.                                                                                                                                 |                                                                 | 18.15 Leśna rodzina (1-6)                                                                                                                                                  | 18.40 Dora i przyjaciele 2        | 22.00 Dziennik regionów – inf.                           | 22.30 Złoty chłopak (251) – serial obycz., Turcja 2022 |
|                                                                                                                                                                 |                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                |                                                                                                                                                     |                                                                     |                                                                                                                                                             |                                                                 | 20.25 Mały Charlie (19-23)                                                                                                                                                 |                                   |                                                          |                                                        |

## Warto zobaczyć

**14.10**  
**ALE KINO+** **Punkty zwrotne**  
**THRILLER** Autor kryminałów pracuje w domu na odludziu nad książką. Spokój zakłóca wizyta niezapowiedzianego gościa, który zna jego sekret. Reż.: David Marqués, A: Diego Peretti, José Coronado, Cecilia Suárez Hiszpania 2024 **110 min ▶ do godz. 16.00**

**15.40**  
**KINO POLSKA** **Stara baśń**  
**KOSTIUMOWY** IX wiek. Na terenie przyszłej Polski panuje Popiel. Wojownik Ziemi-woj łączy siły z kmiem Wyszem przeciwko despotce. Reż.: Jerzy Hoffman, A: Daniel Olbrychski, Michał Żebrowski Polska 2003 **135 min ▶ do godz. 17.55**

**16.20**  
**HBO** **Ostatni strzelec**  
**BIOGRAFICZNY** Belfast. 92-letni weteran ucieka z domu opieki, by we Francji wziąć udział w obchodach 75. rocznicy lądowania w Normandii. Reż.: Terry Loane, A: Pierce Brosnan, Clémence Poésy, John Amos Wlk. Bryt./Ir. 2023 **100 min ▶ do godz. 18.00**

**17.55**  
**WARNER TV** **Miłość jak narkotyki**  
**KOMEDIA ROMANTYCZNA** Astronom i artystka planują zemstę na niewiernych partnerach. Wspólne działanie zbliża ich do siebie. Reż.: Griffin Dunne, A: Meg Ryan, Matthew Broderick, Tcheky Karyo USA 1997 **125 min ▶ do godz. 20.00**

**18.40**  
**POLSAT FILM** **Stan obłączenia**  
**THRILLER** Nowy Jork paraliżuje seria zamachów. Sytuację usiłuje opanować szef sił specjalnych. Akcję komplikuje generał Devereaux. Reż.: Edward Zwick, A: Denzel Washington, Annette Bening, Bruce Willis USA 1998 **140 min ▶ do godz. 21.00**

**19.30**  
**COMEDY CENTRAL** **Baywatch. Słoneczny patrol**  
**KOMEDIA** Grupa ratowników pod wodzą Mitcha staje do nierównej walki z korporacją, która zagraża środowisku. Reż.: Seth Gordon, A: Dwayne Johnson, Zac Efron, Priyanka Chopra Wlk. Bryt. 2017 **150 min ▶ do godz. 22.00**

**20.10**  
**TVP HISTORIA** **Zaginiony w akcji 2: Początek**  
**WOJENNY** Pułkownik Braddock trafia do niewoli podczas wojny w Wietnamie. Po latach podejmuje próbę ucieczki. Reż.: Lance Hool, A: Chuck Norris, Soon-Tek Oh, Steven Williams USA 1985 **105 min ▶ do godz. 21.55**

**21.00**  
**POLSAT FILM** **Bullet Train**  
**SENSACYJNY** Płatny zabójca ma przejąć w pociągu walizkę pełną gotówki. Misja jest związana z zadaniami dowórci innych pasażerów. Reż.: David Leitch, A: Brad Pitt, Joey King, Aaron Taylor-Johnson Japonia/USA 2022 **160 min ▶ do godz. 23.40**

## → filmowe hity



Cooper i jego towarzysze ruszają na poszukiwanie nowego domu dla ludzi.

## 22.45 Interstellar

TVN

**SCIENCE FICTION** Grupa śmiałków podejmuje się ryzykownej misji, która przesądzi o przyszłości.

HIT DNIA

Wskutek zmian klimatycznych na Ziemi brakuje żywności. Susza i częste burze pyłowe powodują, że ludzkość jest bliska zagłady. Cooper, były pilot NASA, zajmuje się uprawą kukurydzy. W prowadzeniu farmy pomagają mu teść i nastoletni syn Tom. Pewnego dnia jego córka, 10-letnia

Murph, twierdzi, że w jej pokoju zadomowiły się duchy. Ojciec wpada na trop tajemniczej anomalii grawitacyjnej. Trafia do tajnego ośrodka, w którym pracują naukowcy pod kierownictwem profesora Branda. Ich celem jest wykorzystanie tunelu czasoprzestrzennego w dotarciu do planety nadającej się



do zamieszkania. Cooper otrzymuje propozycję udziału w ekspedycji. Z córką badacza, Amelią, Doyle'em, Romilym i inteligentnym robotem TARS-em udaje się na wyprawę w nieznaną. **HD 215 min ▶ do godz. 2.20**

USA/W. Bryt./Kan. 2014 Reż.: Christopher Nolan Wyst.: Matthew McConaughey, Anne Hathaway, Jessica Chastain



## 20.00 Creed: Narodziny legendy

TVN

**OBYCZAJOWY** Adonis (Michael B. Jordan) marzy o karierze boksera. Utalentowany sportowiec rozpoczyna intensywne treningi pod okiem przyjaciela zmarłego ojca, Rocky'ego (Sylvester Stallone).

Reż.: Ryan Coogler Wyst.: Tessa Thompson USA 2015 **HD 165 min ▶ do godz. 22.45**



## 20.00 Sex Story

TVN 7

**KOMEDIA ROMANTYCZNA** Przyjaciele Emma (Natalie Portman) i Adam (Ashton Kutcher) spotykają się po latach. Po upojonej nocy uzgadniają, że będzie ich łączył tylko seks. Układ idealny w teorii nie sprawdza się w życiu.

Reż.: Ivan Reitman Wyst.: Kevin Kline USA 2011 **HD 140 min ▶ do godz. 22.20**



## 20.00 Syberia polska

KINO POLSKA

**HISTORYCZNY** Rok 1940. NKWD wysiedla mieszkańców wsi Czerwony Jar na Podolu. Wśród nich są Jan Dolina (Adam Woronowicz) i jego bliscy. Rodzina trafia do obozu pracy w głębi tajgi. Mierzy się z zimnem i chorobami.

Reż.: Janusz Zaorski Wyst.: Paweł Krucz Polska 2013 **HD 165 min ▶ do godz. 22.45**



## 20.10 Gunman

ALE KINO+

**SENSACYJNY** James Terrier (Sean Penn) zabijał na zlecenie tajnych służb. Pewnego dnia odkrywa, że sam stał się celem najemników, którzy mają zlikwidować uczestników akcji sprzed lat. Ścigają go m.in. w afrykańskiej dżungli.

Reż.: John Glen Wyst.: Javier Bardem USA 2015 **HD 140 min ▶ do godz. 22.30**



## 21.00 Żelazny orzeł 3: Asy przestworzy

PULS 2

**SENSACYJNY** Pułkownik Sinclair (Louis Gossett Jr.) dowiaduje się o śmierci podwładnego, który miał handlować narkotykami. Wojskowy postanawia wyjaśnić sprawę i oczyścić imię przyjaciela.

Reż.: John Glen Wyst.: Horst Buchholz USA 1992 **HD 125 min ▶ do godz. 23.05**



## 22.20 Dusza towarzysztwa

TVN 7

**KOMEDIA** Deanna (Melissa McCarthy) dla kariery męża poświęciła życie zawodowe. Kiedy ten odchodzi do kochanki, postanawia nadrobić stracony czas. Rozpoczyna studia na tej samej uczelni co jej córka (Molly Gordon).

Reż.: Ben Falcone Wyst.: Gillian Jacobs USA 2018 **HD 135 min ▶ do godz. 0.35**

## → filmowe hity



Davis podejmuje radykalne decyzje, aby schwytąć zabójców swoich kolegów po fachu.

20.00 **21 mostów**

**TV PULS** **KRYMINALNY** W Nowym Jorku trwa obława na bandytów, którzy dokonali masakry w trakcie rabunku.

**HIT DNIA**

Policja otrzymuje zgłoszenie o włamaniu w jednej z nowojorskich restauracji. Na miejscu dochodzi do strzelaniny, wskutek której ginie ośmiu funkcjonariuszy. Detektyw Andre Davis ma znaleźć przestępców. Postanawia zamknąć wszystkie mosty wychodzące z Manhattanu i zablokować tunele. Zamierza

w ten sposób odciąć ściganym potencjalną drogę ucieczki z wyspy. Rozpoczyna się obława, jednak funkcjonariusz bardzo szybko przekonuje się, że sprawa jest bardziej skomplikowana, niż zakładał. **HD 120 min ▶ do godz. 22.00**

USA/Chiny 2019 **Reż.:** Brian Kirk **Wyst.:** Chadwick Boseman, Sienna Miller, J.K. Simmons, Stephan James

20.00 **Ballistic**

**SENSACYJNY** Dawni koledzy prośba byłego agenta FBI, Ecksa (Antonio Banderas), o pomoc w poszukiwaniach pracownicy NSA. Porwała ona kilkunastoletniego Michaela, w którego ciele ukryty jest mikroczip – prototyp superbroni.

**Reż.:** Wych Kaosayananda **Wyst.:** Talisa Soto **USA 2002** **HD 115 min ▶ do godz. 21.55**

22.30 **Patrol**

**SENSACYJNY** Ratownik straży przybrzeżnej Ben Randall (Kevin Costner) prowadzi szkolenia młodej kadry. Wśród jego podopiecznych jest zarozumiały Jake (Ashton Kutcher), który zmagając się z demonami przeszłości.

**Reż.:** Andrew Davis **Wyst.:** Sela Ward **USA 2006** **HD 170 min ▶ do godz. 1.20**

20.05 **Podejrzana**

**THRILLER** Detektyw Jang rozpoczyna śledztwo dotyczące śmierci mężczyzny, którego ciało znaleziono u podnóża góry. Poszlaki wskazują, że w sprawę zbrodni może być zamieszana młoda wdowa, Song (Tang Wei).

**Reż.:** Park Chan-wook **Wyst.:** Park Hae-il **Korea Płd. 2022** **HD 150 min ▶ do godz. 22.35**

22.30 **Matki równoległe**

**OBYCZAJOWY** Fotografka Janis (Penélope Cruz) zachodzi w ciążę z żonatym kochankiem. W szpitalu poznaje nastoletnią Anę (Milena Smit), którą również czeka samotne macierzyństwo. Kobiety zbliżają się do siebie.

**Reż.:** Pedro Almodóvar **Wyst.:** Israel Elejale **Francja 2021** **HD 130 min ▶ do godz. 0.40**

## → sport

16.55 **Indywidualne mistrzostwa Europy**

**ŻUŻEL LIVE** Pardubice będą gospodarzem ostatniej rundy zmagania o tytuł najlepszego żużlowca Starego Kontynentu. Mocnym kandydatem do zakończenia cyklu na podium jest Leon Madsen. Duńczyk ma w dorobku już osiem medali IME. **HD 170 min ▶ do godz. 19.45**

17.30 **MKS Kalisz - Budowlani Łódź**

**SIATKÓWKA LIVE** Sezon TAURON Ligi Kobiet zainauguruje mecz beniaminka z mistrzyniami Polski. Łódzianki przystąpią do obrony tytułu m.in. bez Pauliny Damaske, ale za to z Martyną Grajber-Nowakowską. **HD 185 min ▶ do godz. 20.35**

20.35 **Polska - Rumunia**

**PIŁKA NOŻNA LIVE** W swoim trzecim meczu Ligi Narodów 2026/27 Polacy zagrają w Warszawie z 52. drużyną w rankingu FIFA. Możliwe, że Jan Urban postawi na Sebastiana Szymańskiego, który nieźle radzi sobie w Stade Rennais. **HD 160 min ▶ do godz. 23.15**

20.35 **Francja - Włochy**

**PIŁKA NOŻNA LIVE** Gdy Trójkolorowi po raz ostatni mierzyli się z Włochami na własnym terenie, we wrześniu 2024 roku, przegrali 1:3. Podobny wynik w tym meczu zepsułby początek pracy Zidane'a Zidane'a we francuskiej kadrze. **HD 145 min ▶ do godz. 23.00**

## → rozrywka

11.40 **Ewa gotuje**

**KULINARNY** Mistrzyni kuchni przypomina dawne regionalne receptury. Przyrządza pożywną sałatkę z fety i kukurzy, wrapy na bazie sera wiejskiego oraz pochodzącą z Podkarpacia zupę dziadowską. Na deser zaś pojawia się wypieki z jeżynami oraz migdałami. **HD 40 min ▶ do godz. 12.20**

20.15 **Gwiazdy Kabaretu**

**SATYRA** Debiut Michała Paszczyka i Trupy Wysockiego Ryzyka. Kabareciarz w towarzystwie aktorów prezentuje swój autorski projekt pełen absurdu humoru i nieprzewidywalnych zwrotów akcji. Prowadzi Robert Korólczyk. **HD 70 min ▶ do godz. 21.25**

20.40 **Kocham Cię, Polsko!**

**TELETURNIE** Drużynę Michała Koterskiego wesprą Ewelina Lisowska, Piotr Bondyra oraz Kacper Kuszewski. Łukasz Kądziewicz powita w ekipie Emilię Komarnicką, Mikołaja Roznerskiego i Katarzynę Maciąg. Gościem będzie Urszula. **HD 95 min ▶ do godz. 22.15**

## → dokument

20.00 **Zamki krzyżowców: budowle nie do zdobycia**

**HISTORIA** Po zdobyciu Jerozolimy krzyżowcy wznosili na Bliskim Wschodzie twierdze. Krak des Chevaliers czy Belvoir były wzorami obronności. **HD 60 min ▶ do godz. 21.00**

TVP 1 HD DV3 T2

- 4.55 Wykrywacz kłamstw – publ.  
5.15 Pytanie dnia – pr. publicyst.  
5.35 Reporterzy – mag. reporterów  
5.45 Oko na świat – magazyn  
6.10 Akcjaowa 38 (952)  
– telenowela, Hiszpania 2018  
7.00 Transmisja mszy świętej  
z Sanktuarium Matki  
Bożej na Jasnej Górze  
7.30 Agape blisko Ciebie – mag.  
8.00 Serwis Info – program inform.  
8.10 Pogoda Info  
8.20 Okrasa łamie przepisy – mag.  
9.00 Ranczo 2 (20) – obycz., Pol. 2007  
10.00 Komisarz Alex 2 (20)  
– serial kryminalny, Polska 2012  
11.00 Ojciec Mateusz 22 (278): Guru  
– serial kryminalny, Polska 2019  
12.00 Serwis Info – program inform.  
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy  
12.30 Agropogoda – program inform.  
12.40 Magazyn rolniczy  
12.55 Natura w Jedyne: Osobiwa  
planeta (4) – serial dok., Australia  
14.00 Splątane losy (58)  
15.00 Serwis Info – program inform.  
15.10 Reporterzy – mag. reporterów  
15.35 Gra słów. Krzyżówka (1155)  
16.00 Dziedziectwo (1042) – serial  
obyczajowy, Turcja 2020  
17.00 Teleexpress, pogoda  
17.25 Jaka to melodia? – telet. muz.  
18.05 Klan (4746) – telenowela,  
Polska 2026  
18.40 Akcjaowa 38 (969)  
– telenowela, Hiszpania 2018  
19.30 Program informacyjny 19.30  
19.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.  
20.10 Sport, pogoda  
20.25 Piłka nożna: Liga  
Narodów – studio

TVP 2 HD DV3 T2

- 4.35 Na dobre i na złe (947):  
Podwójna gra – serial  
obyczajowy, Polska 2025  
5.30 M jak miłość (1851) – serial  
obyczajowy, Polska 2025  
6.25 Anna Dymna – spotkajmy się:  
Dawid Patalon – talk-show  
6.55 Barwy szczęścia (3410)  
– serial obyczajowy, Polska 2026  
7.30 Pytanie na śniadanie  
– pobudka – magazyn  
7.55 Pytanie na śniadanie  
– magazyn  
11.45 Operacja zdrowie (87)  
– magazyn medyczny  
12.25 Koło fortuny – teleturniej  
13.15 Panna młoda (212) – serial  
obyczajowy, Turcja 2024  
14.05 Va banque – teleturniej  
14.35 Na sygnale (930): Zła sytuacja  
jest dobrą sytuacją – serial  
fabularno-dokumentalny,  
Polska 2026  
15.05 La Promesa – pałac tajemnic  
(490) – serial obyczajowy,  
Hiszpania 2024  
16.00 Koło fortuny – teleturniej  
16.35 Familiada – teleturniej  
17.20 Panna młoda (213) – serial  
obyczajowy, Turcja 2024  
Derya zostawia Cemilowi list  
pożegnany i opuszcza dom.  
Cihan wypomina matce aferę  
z Beyzą. Siła informuje Engina,  
że znalazła dodatkową pracę.  
18.15 Va banque – teleturniej  
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej  
19.25 Barwy szczęścia (3410)  
– serial obyczajowy, Polska 2026  
20.05 Barwy szczęścia (3411)  
– serial obyczajowy, Polska 2026

polsat POLSAT HD DV3 T2

- 4.40 Disco Gramy  
5.25 Telezakupy TV Okazje  
– magazyn reklamowy  
6.00 Nowy dzień z Polsat News  
8.00 halo tu polsat – magazyn  
11.40 Ewa gotuje (580)  
– magazyn kulinarny  
Ewa Wachowicz wraca na Pod-  
beskidzie i gotuje u stóp Babiej  
Góry. Dociera do starych recep-  
tur. Pierwszą z potraw będzie  
sałatka z fety i cukinii. W menu  
pojawi się też pochodząca  
z Podkarpacia zupa dziadowska.  
12.20 Gliniarze. Śląsk (23):  
Najwyższy czas – serial  
kryminalny, Polska 2026  
13.20 Gliniarze (988, 989) – serial  
paradokmalny, Polska 2024  
15.30 Wydarzenia 24  
15.50 Pogoda  
15.55 Gliniarze (1238) – serial  
paradokmalny, Polska 2026  
Policjant ginie podczas próby  
zatrzymania uciekającego  
kierowcy. Adam i Olga ustalają,  
że sprawa może mieć związek  
z działalnością gangu złodziei  
aut. W trakcie śledztwa pojawia-  
ją się kolejne pytania.  
16.55 Gliniarze. Śląsk (24):  
Kryształiczny – serial  
kryminalny, Polska 2026  
18.00 Pierwsza miłość (4258)  
– serial obyczajowy, Polska 2026  
18.50 Wydarzenia  
19.15 Gość „Wydarzeń”  
– program publicystyczny  
19.25 Wypasiona kuchnia (33)  
– program rozrywkowy  
19.35 Sport, pogoda

tvn TVN HD DV3 T2

- 5.40 Uwaga! – magazyn reporterów  
5.55 Ukryta prawda (1493) – serial  
paradokmalny, Polska 2023  
6.50 Kuchenne rewolucje (9):  
Myszecin – Gościńiec  
– program rozrywkowy  
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn  
11.25 Kuchenne rewolucje (7, 15):  
Grodzisk Wielkopolski  
– Alexandria; Żalno – Restauracja  
w Borach – program rozrywkowy  
13.40 Ukryta prawda (1644, 1645,  
1773) – paradok., Polska  
Po latach nieobecności Paulina  
odwiedza 20-letnią córkę, Maję.  
Prosi o możliwość pobytu, tłu-  
macząc, że została się z part-  
nerem. Okazuje się, że kobieta  
nie ma czystych intencji.  
16.50 Szpital św. Anny (154) – serial  
obyczajowy, Polska 2026  
Kaja bada 40-latkę z bólem szyi  
i kołataniem serca, od niedawna  
prowadzącą studio masażu.  
Podejrzewa stres, choć objawy  
pasują do udaru. Dr Maćka  
trafia pacjent z bólem brzucha.  
Mimo sprzeciwu chorego ko-  
nieczna jest pilna operacja.  
17.55 Detektywi (355) – serial  
fabularno-dokumentalny,  
Polska 2026  
Pewien chłopak prosi o odna-  
lenie ojca, który zniknął po  
wizycie nieznanego. Dębosz  
i Potaczek wraz z policją prze-  
szukują dom. Znajdują anonim  
sugerujący, że ktoś szantażował  
zaginione.  
19.00 Fakty, sport i pogoda  
19.50 Uwaga! – magazyn reporterów

## 20 PIŁKA NOŻNA

20.35 Liga Narodów: mecz:  
LIVE Polska – Rumunia

W swoim trzecim meczu tegorocznej Ligi Narodów Polacy zagrają w Warszawie z 52. drużyną w rankingu FIFA. Poprzednio z reprezentacją Rumunii mierzyli się w eliminacjach mistrzostw świata 2018. Biało-Czerwoni wygrali wtedy oba spotkania – 3:0 i 3:1.

23.15 Frantic – thriller, USA/Francja  
FILM 1988, reż. Roman Polański, wyk. Harrison Ford, Emmanuelle Seigner, Betty Buckley, 125 min  
Amerykanin, chirurg Richard Walker, poszukuje w Paryżu swojej uprowadzonej żony. Kluczem do zagadki okazuje się tajemnica Michelle...

1.20 Kurier – film historyczny, Polska  
FILM 2019, reż. Władysław Pasikowski, wyk. Philippe Tiókiński, Julie Engelbrecht, Bradley James, Martin Butzke, 115 min

3.15 Mój Nikifor – film biograficzny,  
FILM Polska 2004, reż. Krzysztof Krauze, wyk. Krystyna Feldman, Roman Gancarczyk, Jerzy Gudejko, Lucyna Malec, 100 min

4.55 Zakończenie

## ROZRYWKOWY



## 20.40 Kocham Cię, Polsko! (4)

Drużynę Michała Koterskiego wspiera tym razem Ewelina Lisowska, Piotr Bondyra i Kacper Kuszewski. Łukasz Kadziewicz powita z kolei w swoim zespole Emilię Komarnicką, Mikołaja Roznerskiego oraz Katarzynę Maciąg. Gościem muzycznym odcinka będzie Urszula. Prowadzi Marzena Rogalska.

22.15 Gabi Drzewiecka  
zaprasza 2 (3) – talk-show  
23.15 To jest grane (106)  
– program muzyczny

23.50 Nieznajoma (7, 8-ost.) – serial  
kryminalny, Wielka Brytania 2020  
Podczas analizy nagrań z kamer monitoringu Wes dokonuje zaskakującego odkrycia. Zauważa, że w momencie morderstwa Heidi kawiarnię kobiety odwiedził policjant Patrick Katz.

1.45 Może to ty – komedia  
FILM obyczajowa, USA 2023, reż. Cameron Fay, wyk. Brett Dier, Veronica St. Clair, Molly McCook, Nicolette Pearse, 90 min

3.15 Akcjaowa 38 – telenowela,  
FILM Hiszpania 2015-2021

5.05 Zakończenie

## ROZRYWKOWY

19.55 Twoja Twarz Brzmi  
Znamo (230)

Treningi wokalne, choreografia i dopracowana charakterystyka pomagają uczestnikom wcielać się w legendy piosenki. Rafał Brzozowski śpiewał już utwory między innymi George'a a Michaela i Mieczysława Fogga. Dzisiaj on i rywalizujący z nim artyści zmierzają się z nowymi wyzwaniem.

22.00 2012 – film katastroficzny, USA/  
FILM Kanada 2009, reż. Roland Emmerich, wyk. John Cusack, Amanda Peet, Chiwetel Ejiofor, Thandie Newton, 215 min  
Nadchodzi koniec świata zapowiadany przez Majów. Pisarz Jackson Curtis przypadkowo dowiaduje się o tajnym planie ocalenia wybranych. Usiłuje umieścić bliższych na specjalnych rządowych statkach.

1.35 Kapitan Phillips – dramat  
FILM biograficzny, USA 2013, reż. Paul Greengrass, wyk. Tom Hanks, Catherine Keener, Barkhad Abdi, Barkhad Abdirahman, 165 min

4.20 Kabaretowa Ekstraklasa  
(117) – program rozrywkowy

## DRAMAT OBYCZAJOWY

20.00 Creed: Narodziny  
legendy – USA 2015, 165 min

Adonis Johnson marzy o karierze zawodowego boksera. Chce pójść w ślady ojca, słynnego mistrza Apollo Creeda. Chłopak prosi jego przyjaciela, legendarnego pięściarza Rocky'ego Balboa, aby został jego trenerem. On dostrzega w młodym zawodniku potencjał.

22.45 Interstellar – film s.f., USA/  
FILM Wielka Brytania/Kanada 2014, reż. Christopher Nolan, wyk. Matthew McConaughey, Anne Hathaway, Michael Caine, Jessica Chastain, 215 min  
Na Ziemi brakuje żywności. Były pilot NASA łączyła do grupy naukowców, których celem jest znalezienie nowego domu dla ludzi. Oscar za efekty specjalne.

2.20 Kuba Wojewódzki (5)  
– talk-show

3.25 Uwaga! – magazyn reporterów

3.45 Młode gliny (26) – serial  
kryminalny, Polska 2026

4.45 Nauka jazdy 6 (18)  
– program rozrywkowy

5.15 Zamieszkać na plaży 6 (6)  
– program rozrywkowy



- 5.20 Ten moment** (55) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Żony Podlasia** (1) – serial dokumentalny, Polska 2024
- 6.50 Szkoła** (496, 497) – serial paradokumentalny, Polska 2017
- 8.45 Ukryta prawda** (1398, 1565, 1566) – paradok., Polska
- 11.50 W-11 – Wydział Śledczy** (721-723): Osiemnastka; Prawda o przeszłości; Na budowie – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010
- 13.55 Detektywi** (139) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
- 15.00 Szpital św. Anny** (144) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 16.00 Szpital** (888) – serial paradokumentalny, Polska 2019
- 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (567) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
- 18.00 Rozwód. Walka o wszystko** (19) – serial paradokumentalny, Polska 2020  
Weronika odkrywa, że jej mąż jest klientem agencji towarzyskich. Nastoletnia córka pary namawia matkę, aby zgodziła się na terapię małżeńską. Wkrótce kobieta składa pozew o rozwód.
- 19.00 Ukryta prawda** (1699) – serial paradokumentalny, Polska 2025  
Klara bez zapowiedzi odwiedza matkę. Zastaje u niej swojego narzeczonego. Mężczyzna rzekomo naprawiał zlew. Budzi to podejrzenia dziewczyny.

## KOMEDIA ROMANTYCZNA



- 20.00 Sex Story** – USA/Wielka Brytania 2011, 140 min  
Emma i Adam, przyjaciele z dzieciństwa, spotykają się po latach. Po upojnej nocy umawiają się, że będzie ich łączył tylko seks. Chcą uniknąć zazdrości, kłamstw i zobowiązań. Przekonują się, że idealny w teorii układ nie sprawdza się w życiu.
- 22.20 Dusza towarzystwa** – komedia, USA 2018, reż. Ben Falcone, wyk. Melissa McCarthy, Molly Gordon, Gillian Jacobs, Maya Rudolph, 135 min  
Deanna dla kariery męża poświęciła życie zawodowe. Gdy ten odchodzi do kochanki, postanawia nadrobić stracony czas. Rozpoczyna studia na tej samej uczelni co jej córka.
- 0.35 Ścigany** – dramat sensacyjny, USA 1993, reż. Andrew Davis, wyk. Harrison Ford, Tommy Lee Jones, Sela Ward, Ron Dean, 160 min
- 3.15 Hotel Paradise 13** (22) – reality show
- 4.10 Fachowcy** (13) – serial paradokumentalny, Polska 2017

Następny odcinek obejrzysz na:



- 6.00 Policjanci z Miami 5** (20, 21): Cudotwórcza; Uwierzyć – serial kryminalny, USA 1989
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (6, 7): Wróg wewnętrzny; Zespół, część 1 – serial sensacyjny, Niemcy 2021
- 10.00 Zaklinaczka duchów 5** (104) – serial fantasy, USA 2010
- 11.00 Kotka** (43) – telenowela, Meksyk 2014
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (174) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
- 13.00 Wspólnie stulecie** (16) – serial kostiumowy, Turcja 2013-2014
- 14.00 Rodzinny interes** (9): Trudne decyzje – serial obyczajowy, Polska 2019
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 14** (768, 769) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 17.00 Rodzinny interes** (10): Wyjazd integracyjny – serial obyczajowy, Polska 2019  
Salon Bella Ella odwiedza Renata Michalak. Kobieta jest przekonana, że mąż chce od niej odejść. Tymczasem Dawid jest zauroczony sympatyczną klientką Zanetą. Dokonuje w jej aucie kolejnych napraw.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 19** (1033, 1034) – serial obyczajowy, Polska 2026  
Jack i Oliwia podczas randki nad rzeką przypadkiem widzą mafijną egzekucję. W panice uciekają. Mężczyzna potem orientuje się, że zgubił portfel z dowodem. Przynosi do lombardu laptopa do sprzedania.

## KRYMINALNY



- 20.00 21 mostów** – USA/Chiny 2019, 120 min  
Policja otrzymuje zgłoszenie o włamaniu do nowojorskiej restauracji. Dochodzi tam do strzelaniny, wskutek której ginie ośmiu funkcjonariuszy. Detektyw Andre Davis ma za zadanie znaleźć zabójców. Postanawia od razu zamknąć dwadzieścia jeden mostów wychodzących z Manhattanu i zablokować tunele.
- 22.00 Alarum** – film sensacyjny, USA 2025, reż. Michael Polish, wyk. Scott Eastwood, Sylvester Stallone, Willa Fitzgerald, Mike Colter, 120 min
- 0.00 Sniper: Kolejne starcie** – thriller, RPA/USA/Niemcy 2011, reż. Claudio Fäh, wyk. Richard Sammel, Annabel Wright, Clyde Berning, Chad Michael Collins, 120 min  
Syn snajpera, Brandon Beckett, wraz ze swymi ludźmi wyrusza do Konga, w którym toczą się krwawe walki. Jego oddział zostaje ostrzelany. Ocalały Beckett postanawia pomścić śmierć swoich towarzyszy.
- 2.00 Zobacz to!** – pr. powtórkowe



- 5.50 Ale numer! 19** (8) – pr. rozrywk.
- 6.20 Superthings: Kazoom Power** (18) – serial anim., Hiszpania 2024
- 6.30 SamSam: Kosmiczne przygody** (16) – serial anim.
- 6.45 Gigantozaur 2** (20) – serial anim.
- 7.00 Blaze i Megamaszyny 8** (1) – serial animowany, USA 2023
- 7.30 Psi Patrol 6** (8) – serial anim.
- 7.50 Dora** (11) – anim., Kan./USA 2024
- 8.30 Wielkie przygody małego rekina 2** (8) – serial dla dzieci, USA/Korea Południowa 2023
- 8.50 Masza i Niedźwiedź 6** (4-6) – serial animowany, Rosja
- 9.25 Świnka Peppa** (26-28) – anim.
- 9.45 Bing** (27, 28) – serial animowany
- 10.00 Jeżyk i Przyjaciele** (11, 10)
- 10.35 Basia 2** (25, 26) – anim., Pol. 2019
- 11.10 Gus. Mały – wielki rycerz 2** (5, 6) – serial animowany, Fr. 2021
- 11.35 Tomek i przyjaciele: Napróżd lokomotywy! 27** (25, 26) – anim.
- 12.00 Psi Patrol 4** (24) – serial anim.
- 12.35 Gumisie 6** (6, 7) – serial anim.
- 13.35 Smerfy** (70) – serial anim., Belgia
- 14.00 Baranek Shaun 4** (8-10) – anim.
- 14.35 Marta mówi** (20) – serial anim.
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 6** (9, 10) – anim.
- 16.00 Patryk Rozgwiazda Show** (25, 26) – serial anim., USA 2021
- 17.00 SpongeBob Kanciastoporty 9** (203, 204) – anim., USA 2011-2012
- 18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2** (13, 14) – serial animowany, USA
- 19.00 Kacze opowieści** (33, 39) – serial animowany, USA 1987
- 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 19** (1023) – serial obyczajowy, Polska 2026

## SENSACYJNY



- 21.00 Żelazny orzeł 3: Asy przestworzy** – USA/Wielka Brytania 1992, 125 min  
Pułkownik Sinclair, pilot sił powietrznych, prowadzi własne śledztwo w sprawie śmierci dawnego podwładnego. Pomagają mu przyjaciele, którzy z braku sprzętu chcą użyć w akcji samolotów z czasów II wojny światowej. Razem muszą zmierzyć się z gangiem narkotykowym z Peru.
- 23.05 Zdobycy** – thriller, USA 2024, reż. Mukunda Michael Dewil, wyk. Ryan Phillippe, Emile Hirsch, Mena Suvari, Jeremy Tardy, 115 min
- 1.00 Kod zła** – horror, USA/Kanada 2024, reż. Oz Perkins, wyk. Nicolas Cage, Maika Monroe, Alicia Witt, Blair Underwood, 125 min
- 3.05 Lombard. Życie pod zastaw 6** (295) – serial obyczajowy, Polska 2020
- 4.05 Lombard. Życie pod zastaw 2** (43) – serial obyczajowy, Polska 2018
- 5.00 Kręcimy z gwiazdami 3** (8): Maciej Miecznikowski – program rozrywkowy



## TU ZDARZYŁ SIĘ COŚ STRASZNEGO

Trwają przygotowania do ślubu. Przyszła panna młoda (Camila Morrone) przeczuwa, że w dniu ceremonii wydarzy się coś strasznego, a jej lęk narasta, gdy przybywa do mrocznej posiadłości rodzinnej ukochanego. Odkrywa, że łączy ją z tym miejscem przeszłość.

►serial grozy (8 odc.), USA 2026

## PREMIERA



## ŻYJEMY DALEJ

Anika (Naomi Baker) próbuje przetrwać w bezduśznym mieście i ocalić rodzinę. Carousel (Jay Reeves) przebywa w więzieniu. Ci dwoje zaczynają do siebie pisać. Niewinna wymiana listów szybko zamienia się w silną relację na odległość. Z czasem ta więź daje im obojgu nadzieję na odkupienie.

►dramat obyczajowy 2026; 108 min

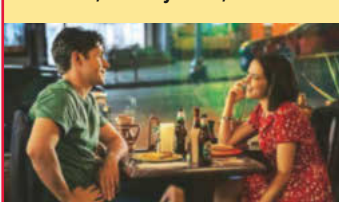
## PREMIERA



## SCHUMACHER '94 – NARODZINY LEGENDY

Historia młodego kierowcy Benettona, który z utalentowanego debiutanta wyrósł na mistrza. Twórcy filmu wracają do jego pierwszego triumfu w GP Brazylii i do dramatycznych wydarzeń tamtego sezonu. Całość uzupełniają unikatowe materiały archiwalne.

►dokum., Niemcy 2026; 105 min



## WIADOMOŚCI DLA ISABELLE

Po śmierci siostry Jill (Zoey Deutch) nagrywa na jej pocztę głosową wiadomości, w których opowiada o swoim życiu. Z czasem numer zostaje przydzielony nowemu właścicielowi, a nagrania trafiają do agenta nieruchomości z Austin. Mężczyzna stopniowo daje się wciągnąć w historię nieznaną.

►kom. romant., USA 2026; 118 min





## STACJE SPORTOWE

| EUROSPORT 1 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | POLSAT SPORT 1 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | CANAL+ SPORT HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | TVP SPORT HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | ELEVEN SPORTS 1 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Discovery DISCOVERY CHANNEL HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>6.00 Snooker:</b> Shenzhen Open – mecz ćwierćfinałowy<br><b>8.00 Snooker:</b> Shenzhen Open – mecz ćwierćfinałowy<br><b>LIVE</b><br><b>11.00 Kolarstwo górskie:</b> Zawody PS w Whistler – zjazd kobiet i zjazd mężczyzn<br><b>12.30 Snooker:</b> Shenzhen Open – ćwierćfinał<br><b>13.30 Snooker:</b> Shenzhen Open – ćwierćfinał<br><b>LIVE</b><br><b>16.30 Kolarstwo górskie:</b> Zawody PS w Whistler – zjazd kobiet i zjazd mężczyzn<br><b>17.30 Kolarstwo górskie:</b> PS w Lake Placid – short track kobiet i short track mężczyzn<br><b>LIVE</b>    | <b>6.00 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>7.00 Tenis:</b> Turniej ATP w Pekinie – mecz 2. rundy gry pojedynczej<br><b>9.00 Tenis:</b> Turniej ATP w Pekinie – mecz 2. rundy gry pojedynczej<br><b>LIVE</b><br><b>11.00 Piłka nożna:</b> Liga Narodów – mecz: Niemcy – Serbia<br><b>13.00 Tenis:</b> Turniej ATP w Pekinie – mecz 2. rundy gry pojedynczej<br><b>LIVE</b><br><b>15.00 Tenis:</b> Turniej ATP w Pekinie – mecz 2. rundy gry pojedynczej<br><b>LIVE</b><br><b>17.30 Siatkówka kobiet:</b> TAURON Liga – mecz: NETLAND MKS Kalisz – PGE Budowlani Łódź<br><b>LIVE</b> | <b>6.00 Wysoki Pressing</b> – magazyn sportowy<br><b>7.45 Premier League: The Big Interview</b> (7) – magazyn piłkarski<br><b>8.20 Speedway+</b> – mag.<br><b>9.00 Piłka nożna:</b> Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – Rayo<br><b>11.20 Piłka nożna:</b> PKO BP Ekstraklasa: Lech – Jagiellonia Białystok<br><b>13.45 Premier League: The Big Interview</b> (7) – magazyn piłkarski<br><b>14.30 Ekstraklasa po godzinach</b> – mag.<br><b>15.40 Piłka nożna:</b> Liga hiszpańska – mecz: Levante – Barcelona<br><b>18.00 Żużel:</b> PGE Ekstraliga – mecz barażowy | <b>5.45 Sportowy wieczór</b> – program inform.<br><b>6.20 Retro TVP Sport</b> (20) – magazyn sportowy<br><b>8.00 Orlen Lang Team Race – Bytów</b> – fel.<br><b>8.30 Żużel:</b> Indywidualne ME – 3. runda w Rzeszowie<br><b>10.35 Piłka nożna:</b> Eliminacje ME U-21: Polska – Szwecja<br><b>12.45 Rajdowe Samochodowe Mistrzostwa Polski:</b> Rajd Wisły<br><b>13.20 Piłka nożna:</b> LN: Anglia – Hiszpania<br><b>15.30 Lekkie gadki</b> – mag.<br><b>16.30 Żużel:</b> Indywidualne ME – 4. runda w Pardubicach<br><b>LIVE</b>                                                                                        | <b>8.05 Formuła 1:</b> Grand Prix Bahrajnu – 1. sesja treningowa<br><b>9.40 Formuła 1:</b> Grand Prix Bahrajnu – studio<br><b>9.55 Formuła 1:</b> Grand Prix Bahrajnu – 2. sesja treningowa<br><b>11.35 F2: Chasing the Dream</b> – mag. motor.<br><b>12.00 Formuła 1:</b> Grand Prix Bahrajnu – 1. i 2. sesja treningowa<br><b>15.00 GP Confidential</b> – magazyn Formuły 1<br><b>15.40 F2: Chasing the Dream</b> – mag. motor.<br><b>16.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Milan – Lecce<br><b>18.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka: Bayern – 1. FC Union Berlin                               | <b>10.00 Wyprowa</b> w nieznane – dok.<br><b>11.00 Klan z Alaski</b> – dok.<br><b>12.00 Fani czterech kółek 18</b> – serial dok.<br><b>13.00 Człowiek kontra niedźwiedź</b> – pr. rozr.<br><b>14.00 Nagi instynkt przetrwania: Ameryka Łacińska</b> (4) – serial dok.<br><b>15.00 Złomowisko PL 10</b> (4) – serial dokum., Pol.<br><b>16.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5</b> – serial dok.<br><b>17.00 Kroniki policyjne: Szwecja</b> – dok.<br><b>18.00 Przygody truckerki</b> (6) – serial dokum., Pol.<br><b>19.00 Nagi instynkt przetrwania 4</b> (8)                                                                                       |
| KOLARSTWO GÓRSKIE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | PIŁKA NOŻNA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | SPORTY WALKI                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | PIŁKA NOŻNA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | MAGAZYN PIŁKARSKI                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | DISCOVERY CHANNEL HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>18.20 PS w Lake Placid</b><br><b>LIVE</b> – short track mężczyzn<br>Na podium zawodów nie powinno zabraknąć świeżo upieczonego mistrza świata, Adriana Boichisa<br><b>19.30 Biegi górskie:</b> GT World Series – Wielki Mur Chiński<br><b>20.00 Kolarstwo:</b> MŚ – Montreal 2026<br><b>21.00 Kolarstwo górskie:</b> PS w Lake Placid<br><b>22.00 Snooker:</b> Shenzhen Open – ćwierćfinał<br><b>0.00 Kolarstwo górskie:</b> PS w Lake Placid                                                                                                               | <b>20.35 Liga Narodów:</b> Francja – Włochy<br><b>LIVE</b><br>Bardzo ciekawie zapowiadająca się konfrontacja. Trójkolorowych poprowadzi Zinedine Zidane, który zastąpił Didiera Deschamps.<br><b>23.00 Siatkówka mężczyzn:</b> Mistrzostwa Europy 2026<br><b>23.55 Magazyn Ligi Narodów</b> – mag.<br><b>1.00 Piłka nożna:</b> LN: Niemcy – Serbia<br><b>3.00 Piłka nożna:</b> LN<br><b>5.00 Magazyn Ligi Narodów</b> – mag.                                                                                                                                                        | <b>21.00 ONE Friday Fights 173</b><br>Kolejna gala w Lumpinee Stadium w Bangkoku, która połączona jest z The Inner Circle. W 33. edycji tego wydarzenia o pas w muay thai w wadze lekkiej zmierzą się Regian Eersel i George Jarvis. To druga walka tych zawodników, w pierwszej wygrał The Immortal.<br><b>0.30 Piłka nożna:</b> PKO BP Ekstraklasa – mecz: Cracovia – Włoczek Kraków<br><b>3.00 Sporty walki:</b> ONE Fight Night 48<br><b>LIVE</b>                                                                                                                    | <b>19.45 Liga Narodów:</b> Polska – Rumunia<br><b>LIVE</b><br>Trzecim rywalem Białoczerwonych w tej edycji LN jest Rumunia. Po raz ostatni zespoły te mierzyły się w 2017 roku.<br><b>23.50 Lekkoatletyka:</b> Mistrzostwa Europy – Birmingham 2026 – podsumowanie<br><b>2.15 Boks:</b> Walka o pas IBF World w Dublinie – waga średnia: Aaron McKenna – Etnosa Olina<br><b>3.20 Boks:</b> Gala w Nowym Jorku – podsumowanie                                                                                                                                                                                             | <b>20.00 Bundesliga Clubs</b><br>Tym razem twórcy serii biorą na tapet Werder oraz Schalke – tegorocznego beniaminka niemieckiej elity.<br><b>20.40 Formuła 1:</b> Grand Prix Bahrajnu – 1. i 2. sesja treningowa<br><b>23.25 Wywiad Eleven</b><br><b>23.55 RC Lens – Sekrety sukcesu</b> – reportaż<br><b>2.20 F2: Chasing the Dream</b> – magazyn motoryzacyjny<br><b>2.45 GP Confidential</b> – magazyn Formuły 1<br><b>3.25 Formuła 1:</b> Grand Prix Bahrajnu                                                                                                                               | <b>21.00 Zawodowcy: drwale</b> (3)<br>Autorzy przybliżają profesję drwala. Ludzie, którzy zdecydowali się na pracę w tym wymagającym zawodzie, muszą odznaczyć się siłą, sprytem, odwagą i odpornością.<br><b>22.00 Najniebezpieczniejszy zawód świata 21</b> – dok.<br><b>23.00 Nagi instynkt przetrwania: tajemnicza wyspa</b> (6) – serial dok.<br><b>1.00 Hotrod wg Kindiga 10</b> – dok.<br><b>2.00 Eurotruckerzy 3</b> (9)                                                                                                                                                                                                                              |
| EUROSPORT 2 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | POLSAT SPORT 2 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | CANAL+ SPORT 2 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | EXTREME CHANNEL HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | ELEVEN SPORTS 2 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | life DISCOVERY LIFE HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>13.00 Kolarstwo górskie:</b> PS w Whistler – zjazd kobiet i zjazd mężczyzn<br><b>14.30 Kolarstwo:</b> Mistrzostwa świata – Montreal 2026<br><b>16.30 Strzelectwo:</b> Mistrzostwa Europy – Malakasa 2026<br><b>17.45 Biegi górskie:</b> GT World Series – Wielki Mur Chiński<br><b>19.00 FIA WEC:</b> Wyścig 24-godzinny w Le Mans<br><b>20.00 Snooker:</b> Shenzhen Open – mecz ćwierćfinałowy<br><b>22.00 Kolarstwo górskie:</b> Zawody PS w Lake Placid – short track mężczyzn<br><b>23.00 Golf:</b> Black Desert Championship – 2. dzień<br><b>LIVE</b> | <b>6.00 Tenis:</b> Turniej ATP w Tokio – mecz 2. rundy<br><b>8.00 Tenis:</b> Turniej ATP w Tokio – mecz 2. rundy<br><b>10.00 Tenis:</b> Turniej ATP w Tokio – mecz 2. rundy<br><b>13.00 Piłka nożna:</b> LN<br><b>15.00 Piłka nożna:</b> LN<br><b>17.00 Magazyn Ligi Narodów</b><br><b>18.00 Piłka nożna:</b> Liga Narodów: Niemcy – Serbia<br><b>20.15 Koszykówka mężczyzn:</b> Polska Liga Koszykówki: Trefl – Dzik Warszawa<br><b>20.35 Piłka nożna:</b> Liga Narodów: Belgia – Turcja<br><b>23.00 Piłka nożna:</b> LN<br><b>1.00 Sporty walki:</b> FEN                          | <b>7.00 Tenis:</b> Turniej WTA w Pekinie – mecz 2. rundy<br><b>9.00 Tenis:</b> Turniej WTA w Pekinie – mecz 2. rundy<br><b>11.00 Tenis:</b> Turniej WTA w Pekinie – mecz 2. rundy<br><b>13.00 Tenis:</b> Turniej WTA w Pekinie – mecz 2. rundy<br><b>15.20 Tenis:</b> Turniej WTA w Pekinie – mecz 2. rundy<br><b>17.40 Tenis:</b> Turniej WTA w Pekinie – mecz 2. rundy<br><b>20.00 Tenis:</b> Turniej WTA w Pekinie – mecz 2. rundy<br><b>22.20 Tenis:</b> Turniej WTA w Pekinie – mecz 2. rundy<br><b>0.40 Tenis:</b> Turniej WTA w Pekinie – mecz 2. rundy           | <b>9.00 Liquid Edge</b> (10)<br><b>10.00 AMA Motocross Series Highlights</b> (10)<br><b>11.00 X Games – Aspen 2020</b><br><b>12.00 Drift Style</b> (7, 8) – mag.<br><b>13.00 Action Sports World</b> (26)<br><b>14.00 WWE Classic Gold</b> (59-62)<br><b>15.15 WWE Highlights</b> (60, 54)<br><b>17.00 KPW Komбат TV</b> (27, 32)<br><b>19.00 AEW: PAN PAWŁOWSKI x PAUL WIGHT</b> (1)<br><b>20.00 AEW Dynamite</b> (2638)<br><b>22.00 PTW Wrestling</b> (9)<br><b>0.15 WWE Classic Gold</b><br><b>2.00 AMA Motocross Series Highlights</b> (10)<br><b>3.00 Liquid Edge</b> (10)<br><b>4.00 Drift Style</b> (7, 8) – mag. | <b>12.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka: Stuttgart – BVB<br><b>14.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Juventus – Atalanta<br><b>16.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka: Bayer – Lipsk<br><b>18.00 Formuła 1</b><br><b>20.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Fiorentina – Napoli<br><b>22.00 Serie A International Break Special</b> – mag.<br><b>22.40 Bundesliga Clubs</b> – mag.<br><b>23.00 Bundesliga Clubs</b> – mag.<br><b>23.20 Bundesliga Clubs</b> – mag.<br><b>23.40 Bundesliga Clubs</b> – mag.<br><b>0.00 Piłka nożna:</b> Liga francuska: Monaco – Lens<br><b>2.00 Magazyn piłkarski</b> | <b>8.15 Szpital</b> (579, 580)<br><b>10.15 Nowa Majla w ogrodzie</b> 4 (23, 24)<br><b>11.15 Idealna niania 9</b> (4, 5)<br><b>12.45 Klinika bez tajemnic</b><br><b>14.45 Szpital</b> (578, 579)<br><b>16.45 Idealna niania 9</b> (3-6)<br><b>19.45 Beauty ekspert</b> (5) – mag.<br><b>20.15 Włoska klinika tyflosi</b><br><b>21.15 Skórę na ratunek</b> 4 (10)<br><b>22.15 Darcey &amp; Stacey</b> (2)<br><b>23.15 Życie zaczyna się po 60-tce</b> (2) – pr. rozrywk.<br><b>0.15 Powrót doktora Szczyty</b><br><b>1.15 Wycieczkowiec</b> (18)<br><b>2.15 Osobiste wyzwania</b> (1)<br><b>3.15 Szpital</b> (476, 477)<br><b>5.15 Klinika urody</b> (1) – mag. |
| POLSAT SPORT FIGHT HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | POLSAT SPORT 3 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | CANAL+ SPORT 5 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | ELEVEN SPORTS 4 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | ELEVEN SPORTS 3 HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | CANAL+ DISCOVERY HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>11.45 Sporty walki:</b> Dragon Fight Night MMA 6 w Tłuszczu: D. Romański – T. Pagliariccio<br><b>13.35 Atłeci</b> – magazyn sportowy<br><b>14.00 Boks:</b> Walka o mistrzostwo Polski w Sopocie – waga ciężka: K. Meyna – M. Wach<br><b>16.15 K.O. TV Weekly</b> (40)<br><b>16.45 Sporty walki:</b> Babilon MMA 57 w Ciechanowie<br><b>19.00 Z archiwum ESPN</b> – mag.<br><b>19.45 Sporty walki:</b> UFC Fight Night – walka: Arnold Allen – Melquizael Costa<br><b>22.10 Boks:</b> Babilon Boxing Show w Żyrardowie: Paweł Stępień – Łukasz Staniach      | <b>6.00 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>8.30 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>11.00 Piłka nożna:</b> Liga Narodów<br><b>13.00 Piłka nożna:</b> LN<br><b>15.30 Tenis:</b> Turniej ATP w Pekinie – mecz 2. rundy<br><b>17.50 Piłka nożna:</b> LN – mecz: Łotwa – Czarnogóra<br><b>20.00 Siatkówka kobiet:</b> TAURON Liga – mecz: UNI Opole – Chemik<br><b>23.00 Tenis:</b> Turniej ATP w Pekinie – mecz 2. rundy<br><b>1.00 Sporty walki:</b> Babilon MMA                                                                                                                     | <b>12.00 Hola LaLiga</b> – mag.<br><b>13.15 LaLiga Highlights</b> – mag.<br><b>14.00 Piłka nożna:</b> PKO BP Ekstraklasa: Lech Poznań – Jagiellonia Białystok<br><b>16.30 1 na 1 Extra</b> – mag.<br><b>17.20 Ekstraklasa po godzinach</b> – mag. piłkarski<br><b>18.00 Premier League Stories</b> (6) – magazyn piłkarski<br><b>18.45 Premier League: The Big Interview</b> (7) – mag.<br><b>19.25 Speedway+</b><br><b>20.00 Art:</b> World Grand Prix w Leicester<br><b>0.15 Piłka nożna:</b> PKO BP Ekstraklasa: Lech Poznań – Radomiak Radom                         | <b>13.25 Najlepsi pomocnicy Bundesligi lat 90</b> – mag.<br><b>14.00 Goal Arena Bundesligi</b><br><b>16.00 Piłka nożna:</b> Liga francuska: OGC Nice – Lille<br><b>18.00 Serie A</b> (1) – mag. piłkarski<br><b>18.30 Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością</b> – dok.<br><b>19.10 Wywiad z Michałem Skórasiem</b> – wywiad<br><b>19.35 Podróż do świata Calcio</b> – magazyn piłkarski<br><b>20.00 Piłka nożna:</b> Liga portugalska – mecz: Sporting CP – FC Arouca<br><b>22.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Venezia – Lazio                                                                             | <b>14.00 Piłka nożna:</b> Liga francuska: Olympique Lyon – Stade Rennais FC<br><b>16.00 Wywiad z Michałem Skórasiem</b> – wywiad<br><b>16.20 Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością</b> – dok.<br><b>17.00 Bundesliga Clubs</b> – mag.<br><b>18.00 Piłka nożna:</b> Liga włoska: Parma – Genoa CFC<br><b>20.00 Piłka nożna:</b> Liga niemiecka – mecz: Borussia Mönchengladbach – 1. FSV Mainz 05<br><b>22.00 Piłka nożna:</b> Liga francuska: Olympique Marsylia – PSG                                                                                                              | <b>10.10 Polska z góry 2</b> (2-4)<br><b>11.50 Spowity tajemnicą</b><br><b>12.50 Auschwitz. Głosy świadków</b> (1-5) – dok., Fr.<br><b>16.50 Legendy Ziemi</b> – dok., Fr.<br><b>17.50 Salwador – kraj plaż i wulkanów</b> – dok., Niem.<br><b>18.50 Dalajama. Przez mądrość do szczęścia</b><br><b>20.25 Rewolucja Papieża Franciszka</b> – film dok., Fr.<br><b>21.30 Oman. Klejnot Arabii</b> (1, 2) – film dok., Niem. 2025<br><b>23.25 Rum i rewolucja. Historia Hawany</b> – dok.<br><b>0.15 Prost</b> (1-3) – serial dok., Fr.<br><b>1.55 O co biega?</b> (5) – mag.<br><b>2.30 Twardzielki</b> (8) – dok., Pol.                                       |

## STACJE POPULARNONAUKOWE

| DISCOVERY SCIENCE HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | ID HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | NATIONAL GEOGRAPHIC HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | FOKUS TV DVB T2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | HISTORIA DVB T2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | HISTORY HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>6.00 Jak to jest zrobione?</b> – serial dokumentalny, Kanada<br><b>8.00 Jak działa wszechświat?</b> – serial dokumentalny, USA 2019<br><b>11.00 Niemiecka budowlanka</b> (2, 3) – program rozrywkowy<br><b>13.00 Kosmiczna mapa skarbów</b> – serial dokumentalny, USA 2018<br><b>15.00 Jak działa wszechświat?</b> – serial dokumentalny, USA 2020<br><b>18.00 Jak to jest zrobione?</b> – serial dokumentalny, Kanada 2013-2014                                                                                                                                                                                            | <b>6.00 Śmierć w cieniu stadionu 4</b> – serial kryminalny, 2025<br><b>8.00 Agent taki jak ty</b> – serial dokumentalny<br><b>10.00 Zbrodnia w sąsiedztwie 4</b> – serial dokumentalny<br><b>12.00 Taśmy zbrodni</b> – serial dokumentalny<br><b>14.00 Celnicy na straży Europy</b> (19, 20) – serial dok., Hiszpania<br><b>15.00 Celnicy kontra przemytnicy</b> – serial dok., Hiszpania<br><b>16.00 Proces na gorąco</b> – serial dok., USA<br><b>17.00 Proces na gorąco 2</b> – reality show<br><b>18.00 Śmierć na drugą zmianę 3</b> – serial dok.                                                                                                   | <b>10.00 Niszczycielskie żywioły</b> (2) – dok.<br><b>11.00 Pogodowe anomalie</b> (3) – dok.<br><b>12.00 Grecja: Miejsce pełne tajemnic</b> (1, 5, 3) – serial dokum.<br><b>15.00 Katastrofa w przestworzach</b> (7)<br><b>16.00 Ukryte pod miastami</b> (2) – dok.<br><b>17.00 Zaginione skarby Biblii: Tajemnice wiary</b> (4) – serial dok.<br><b>18.00 Gula – system śmierci</b> (2) – film dokum., Francja 2019<br><b>19.00 Piekło pod wodą: Il wojna światowa</b> (2) – dok., Kan.<br><b>20.00 Katastrofa w przestworzach</b> (4)                                                                                                    | <b>6.05 48h. Zaginieni</b> (22) – serial krym., Polska<br><b>7.00 Był sobie człowiek</b><br><b>8.55 Wehikuł czasu</b> (1002) – pr. inform.<br><b>9.00 Starożytni kosmici</b> (6) – serial dok., USA<br><b>10.00 Gwiazdy lombardu</b> (31, 32) – reality show<br><b>12.00 Broń w hollywoodzkich filmach</b> (3, 4) – dok.<br><b>13.00 Poszukiwacze historii</b> (6, 1) – dok.<br><b>14.00 Apokalipsa Hitlera – front zachodni</b> (2)<br><b>15.00 Poszukiwacze złota w Australii</b> (6) – dok.<br><b>16.00 Dorwać tunczyka</b> (1, 2) – serial dok., USA<br><b>18.00 Rolnicy. Podlasie</b> (33, 34) – serial dok.                                            | <b>5.40 Był taki dzień</b><br><b>5.44 Fake czy historia?</b><br><b>6.25 Arsenał. Magazyn militarno-historyczny</b> – mag.<br><b>8.05 Flesz historii</b><br><b>8.40 Dom</b> (24) – obycz., Pol.<br><b>10.20 Pamięć powstania</b><br><b>11.30 Królowie, które zmieniły świat</b> (4)<br><b>12.25 Piesz przez dziką Rumunię</b><br><b>13.30 Flesz historii</b><br><b>14.00 Dom</b> (25) – obycz., Pol.<br><b>15.40 Sensacje XX wieku</b><br><b>17.40 Wojenne dzwoneczniki</b> (2) (25) – serial hist., Pol. 2018<br><b>18.30 Umrzeć za Warszawę</b> – film dok., Pol./Francja 2013                                                              | <b>14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 3</b> (16) – serial dok., USA<br><b>14.50 Największe tajemnice świata 6</b> (1) – dok., USA<br><b>15.45 Gwiazdy lombardu 13</b> (12)<br><b>16.15 Absurdy przeszłości: historie pełne ryzyka</b> 2 (2) – serial dokum.<br><b>17.10 Tajemnice, które miały trwać wiecznie</b> (8) – dok.<br><b>18.10 Największe tajemnice świata 7</b> (2) – serial dok., USA<br><b>19.05 Starożytni kosmici 16</b> (15) – dok.<br><b>20.00 Starożytni kosmici 17</b> (2) – dok.                                                                                                          |
| <b>DOKUMENTALNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>DOKUMENTALNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>DOKUMENTALNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>DOKUMENTALNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>DRAMAT WOJENNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>DOKUMENTALNY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>21.00 Poszukiwacze dinozaurów</b><br>Clay wraca na swoje ranczo w Montanie. Z kolei Mike i jego ekipa są w Wyoming. Kontynuują wykopalskę w miejscu znalezienia skamieniałości triceratopsa.<br><b>23.00 Tesla: Niebezpieczny umysł</b> – serial dokum.<br><b>1.00 Jak działa wszechświat?</b> – serial dokumentalny<br><b>5.00 Kosmiczna mapa skarbów: Związki z Kolumbem</b> – serial dokumentalny, USA                                                                                                                                                                                                                    | <b>20.00 Taśmy zbrodni: Powiem, ale nie do kamery</b> – USA 2021<br>Paul Starnes ma podejrzenia, że coś złego przytrafiło się jego wujkowi. Postanawia wezwać do jego domu pomoc. Policjanci na miejscu odkrywają miejsce zbrodni.<br><b>21.00 Morderca z kregu przyjaciół</b> – dok., USA<br><b>22.00 Mamo, czy mogę zabić?</b> – serial dok.<br><b>23.00 Gra na śmierć i życie</b> – serial dok.<br><b>0.00 Koleżanki na zabój 2: Diablica</b> – serial dokumentalny                                                                                                                                                                                   | <b>21.00 Tajemnice wojny: Blitzkrieg</b> (3)<br>Upadek Francji i klęska Brytyjczyków były w dużej mierze skutkiem splotu okoliczności. Nazistowska propaganda przedstawiała bieg wydarzeń inaczej.<br><b>22.00 III Rzesza: Droga do upadku</b> (3) – dok.<br><b>23.00 1946: Proces tokijski</b> – film dokum., Francja 2025<br><b>0.00 II wojna światowa: Historia przed trybunałem</b> (1) – dok.<br><b>1.00 Tajemnice wojny: Blitzkrieg</b> (3) – dok.                                                                                                                                                                                   | <b>20.00 Zamki krzyżowców: budowle nie do zdobycia</b><br>Po zdobyciu Jerozolimy krzyżowcy budowali na Bliskim Wschodzie twierdze. Takie zamki jak Krak des Chevaliers czy Belvoir były wzorami obronności.<br><b>21.00 Sekrety Biblii</b> (3)<br><b>22.00 Potęga i mit hitlerowskiego SS</b> (1, 2) – serial dokum.<br><b>0.00 Narcos. Francuski łaznik</b><br><b>1.00 Rolnicy. Podlasie</b> (34-37) – serial dok.<br><b>5.00 Kołowrotek</b> (12, 3)                                                                                                                                                                                                        | <b>20.10 Zaginiony w akcji 2: Początek</b> – USA 1985, 105 min<br>Rok 1972. Pułkownik Brad-dock i jego towarzysze broni są przetrzymywani w wietnamskim obozie. Dowódca postanawia przeciwstawić się swoim oprawcom.<br><b>21.55 Powstanie zwykłych ludzi</b> – film dokum., Polska 2004<br><b>22.55 Sensacje XX wieku</b><br><b>0.45 Encyklopedia II wojny światowej</b><br><b>1.20 Wojenne dzwoneczniki</b> 2 (25) – serial hist., Pol. 2018                                                                                                                                                                                               | <b>21.00 Niewyjaśnione tajemnice wszechświata</b> (2)<br>Ludzkość od lat przygotowuje się do dalekich kosmicznych podróży. Twórcy programu zastanawiają się, czy jesteśmy gotowi, aby zostać istotami pozaziemskimi.<br><b>22.00 Starożytni kosmici 17</b> (15) – dok.<br><b>23.00 Jak to wyjaśnić? 4</b> (8) – dok., USA<br><b>23.55 Absurdy przeszłości: historie pełne ryzyka</b> 2 (2)<br><b>0.50 Starożytni kosmici 17</b> (2) – dok.                                                                                                                                                                      |
| <b>DISCOVERY HISTORIA HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>PLANETE+ HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>POLSAT VIASAT NATURE HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>BBC EARTH HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>ANIMAL PLANET HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>9.00 Mikroprzygoda</b> (10)<br><b>10.00 Wstęp wzbroniony</b> (5, 6)<br><b>11.00 Militarista na warsztat</b> (6)<br><b>12.00 Muzealne tajemnice</b><br><b>14.00 Łowcy starości</b> (8, 9) – dok.<br><b>16.00 Skarby z szopy</b> (5-8)<br><b>18.00 Łowcy starości</b> – dok.<br><b>20.00 Zoom na architekturę: Siedem cudów świata</b><br><b>22.00 Hazardziści</b> – serial dok.<br><b>0.00 Przypadki z archiwum 10</b> – dok.<br><b>2.00 Socjalistyczna Filmoteka Powiatowa</b><br><b>3.00 Europejskie bazyry</b> (8)<br><b>4.00 Lotnikowie HMS Ark Royal</b> (8) – serial dok., USA<br><b>5.00 Łowcy starości</b> (5) – dok. | <b>12.35 Niezwykłe podróże koleją 3</b> (1) – serial dok., Fr.<br><b>13.40 Piesze wędrówki po świecie</b> (1) – serial dokum.<br><b>14.45 Afryka z góry</b> (10) – dok.<br><b>15.50 360° Świat bez granic</b><br><b>16.55 Świat z góry</b> (7, 8, 9) – dok.<br><b>18.00 Dokąd dzisiaj? 4</b> (63, 64)<br><b>18.40 Pomysł, zanim zjemy!</b> (2)<br><b>19.45 First Person Shooter. Idź, strzelaj, kombinuj</b><br><b>20.50 Sekrety budownictwa piramid 2</b> (2) – serial dok.<br><b>22.00 Wszystko o Marii. Matce Bożej</b> (2) – dok., Fr.<br><b>23.10 Śmierć na Cyprze</b> (3)<br><b>0.20 360° Świat bez granic</b><br><b>1.25 Polska z góry</b> 10 (7) | <b>9.00 Niezwykły dr Pol</b> (3)<br><b>10.00 Niezwykły dr Pol</b> (5)<br><b>11.00 Niezwykły dr Pol</b> (13)<br><b>12.00 Dzikie, sprytnie i zabójce</b> (5) – serial dok.<br><b>13.00 Olsniwająca Ameryka</b><br><b>14.00 Kangury drzewne: duchy lasu</b> – film dokum.<br><b>15.00 Dzikie, sprytnie i zabójce</b> (5) – serial dok.<br><b>16.00 Dzikie Laponia</b> – film dok.<br><b>17.00 Sekretne życie pszczoł</b><br><b>18.00 Chiny: ukryte królestwa</b><br><b>19.00 RPA: kraina skrajności</b> (1) – film dokum., USA 2019<br><b>20.00 Pogodowe anomalie</b> (6)<br><b>21.00 Niezwykły dr Pol</b><br><b>2.00 Olsniwająca Ameryka</b> | <b>10.50 Steve Backshall i sekretne życie pszczoł</b> (1) – film dokum., Wlk. Bryt.<br><b>11.50 Drapieżniki</b> – serial dok.<br><b>12.50 W okowach mrozu 5</b> (7)<br><b>13.50 Zabójcza pogoda 2</b> (5)<br><b>14.50 Rzeczne potwory 7</b> (1)<br><b>15.55 W okowach mrozu 5</b> (7)<br><b>16.55 Potwory z głębin</b> (2)<br><b>17.55 Drapieżniki</b> – serial dok.<br><b>18.55 Rzeczne potwory 6</b> (6)<br><b>19.55 W okowach mrozu 5</b> (8)<br><b>21.00 Steve Backshall i sekretne życie pszczoł</b> (1) – film dokum., Wlk. Bryt.<br><b>22.05 Drapieżniki</b> – serial dok.<br><b>23.00 W okowach mrozu 5</b> (8)<br><b>0.00 Zabójcza pogoda 2</b> (5) | <b>10.05 Życie na pustkowiu</b> 11<br><b>11.05 Cała prawda o treningach w domu</b><br><b>12.05 Ben Fogle na szczytach wyspach 2</b> (3) – serial dok.<br><b>13.05 Planeta Ziemia</b><br><b>2. Dzienniki</b> – przyrod.<br><b>14.20 W okowach mrozu 8</b> (10)<br><b>15.25 Życie na pustkowiu 11</b><br><b>16.20 Niezwykłe wyspy tropikalne</b> (1) – serial dok.<br><b>17.30 Planeta Ziemia</b><br><b>2. Dzienniki</b> – przyrod.<br><b>18.40 Ben Fogle na szczytach wyspach 2</b> (4) – serial dok.<br><b>19.45 Przez nieznaną Afrykę</b><br><b>20.55 W okowach mrozu 10</b><br><b>22.55 Zabójcza pogoda 6</b> (6, 7)                       | <b>13.00 Irwinowie – następne pokolenie</b> 2 – serial dok.<br><b>14.00 Resocjalizacja z pitbullem 7</b> – serial dok.<br><b>15.00 Kot z piekła rodem</b><br><b>17.00 Na krańcu Alaski</b> – dok.<br><b>18.00 Weterynarz z Gór Skalistych 7</b> – serial dok.<br><b>19.00 Cztery kąty, cztery łapy</b><br><b>20.00 Skazani na pożarcie 2</b><br><b>21.00 Klan z Alaski</b> – serial dok.<br><b>22.00 Baseny z rozmachem</b><br><b>23.00 Resocjalizacja z pitbullem 7</b> – serial dok.<br><b>0.00 Alaska: Ostatni przystanek</b> – serial dok.<br><b>1.00 Irwinowie – następne pokolenie</b> – serial dok.      |
| <b>TVP DOKUMENT HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>POLSAT DOKU HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>POLSAT VIASAT EXPLORE HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>POLSAT VIASAT HISTORY HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>CI POLSAT HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>TRAVEL CHANNEL HD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>14.10 Dzik – nietypowy sąsiad</b><br><b>15.10 Dzikie zwierzęta i patogeny</b> – film dok., Fr.<br><b>16.15 Yellowstone. Tykająca bomba</b> – dok., Wlk. Bryt.<br><b>17.20 Weekendowe wypadki z Greggiem Wallace'em</b><br><b>18.15 Sanatorium miłości 5</b> (4)<br><b>19.15 Powstanie Warszawskie. Pragnienie wolności</b><br><b>20.00 Mont Blanc – góra wznawa</b> – film dokum., Fr.<br><b>21.05 Świat świątaka</b> – dok., Fr.<br><b>22.10 Zniknąć bez śladu</b> – dok.<br><b>23.40 Matka wolynskich sierot</b> – film dokumentalny<br><b>0.50 Królestwo mokradeł</b> (3)                                                 | <b>11.20 Polacy za granicą</b> (63, 64)<br><b>13.20 Operacja Overlord</b> – alianci atakują (1, 2)<br><b>15.25 Najkrwawsze bitwy drugiej wojny światowej</b> (7, 8) – dok.<br><b>17.50 Podglądacze przyrody</b><br><b>19.50 Najniebezpieczniejsze drogi do szkoły: Kirgistan</b><br><b>20.55 Najniebezpieczniejsze drogi do szkoły: Brazylia</b> – dok.<br><b>22.00 Zwierzęta: mistrzowie survivalu</b> (1) – serial dok.<br><b>23.05 Zwierzęta: mistrzowie przetrwania</b> (2) – dok.<br><b>0.15 Łowcy nazistów</b> (2)                                                                                                                                 | <b>13.15 Królowie klasycznych aut</b> (2) – dok., Wlk. Bryt.<br><b>14.15 Australijscy poszukiwacze złota 3</b><br><b>16.10 Ciężarówka po lepsze życie</b> (6) – serial dokum.<br><b>17.10 Bohaterowie z St. John's 3</b> (2) – serial dok.<br><b>18.05 Złoto Jukonu</b> (2) – dok.<br><b>19.05 Australijscy poszukiwacze złota 9</b><br><b>21.00 Ostatni kapitanowie 2</b><br><b>22.00 Australijscy poszukiwacze złota 10</b><br><b>23.00 Z samolotu do sieci</b> (4)<br><b>0.00 Złoto z mroźnej krainy</b><br><b>1.00 Australijscy poszukiwacze złota 5</b>                                                                               | <b>10.40 Military ranking</b> (4)<br><b>11.50 Najgroźniejsi ludzie Hitlera</b> (9) – serial dokum.<br><b>12.40 Miasta świata podziemi</b> 4 (5-8) – dok.<br><b>16.35 II wojna światowa: cena imperium</b> (7) – serial dok.<br><b>17.45 Military ranking</b> (5)<br><b>18.50 Zakazana historia 7</b> (2)<br><b>19.50 Piramidy w Gizie: sięgnąć do gwiazd</b> – dok.<br><b>21.00 Linie frontu</b> (6) – dok.<br><b>22.10 Starożytne superbudowle</b> 4 (4)<br><b>23.20 Najgroźniejsi ludzie Hitlera</b> (10) – serial dokum.<br><b>0.15 Miasta świata podziemi</b> 4 (4-8) – dok.                                                                             | <b>12.20 Dowody zbrodni</b> 4<br><b>14.10 Tajniki w akcji</b> (3) – dok.<br><b>15.05 Zbrodnia po angielsku 4</b><br><b>16.00 Cyfrowe dowody zbrodni</b> (3) – serial dok.<br><b>17.00 Pogrzebani za domem 3</b><br><b>18.00 Z archiwum 997</b> (1, 2)<br><b>19.00 Policjanci, którzy zabijają</b> (4) – serial dokum.<br><b>20.00 Specjaliści od zbrodni</b><br><b>21.00 Protokół zbrodni 2</b> (2)<br><b>22.00 Seryjni mordercy: Zabójczy duet</b> (2) – dok.<br><b>23.00 Uciec bestii</b> (3, 4) – dok.<br><b>23.55 Protokół zbrodni</b> (10)<br><b>0.50 Zbrodnia prawie doskonała</b> 3 (15) – dok.<br><b>1.45 Zabójcze wakacje</b> 2 (3) | <b>6.00 Nowe życie na Bahamach</b> (12-14, 1)<br><b>8.05 Walka o bagaż</b> (1-4) – dok.<br><b>10.10 Nieoczywiste miejsca</b><br><b>12.15 Kamperem przez świat</b><br><b>14.20 Człowiek kontra jedzenie</b> (27) – mag. kulin.<br><b>14.55 Niezwykłe Stany</b> Prokopa (2-5) – pr. rozr.<br><b>17.00 Śladami Wielkiej Stopy</b><br><b>19.00 Survival we dwójce</b> (2, 3)<br><b>21.05 Nagi instykt przetrwania</b> (5, 6) – dok.<br><b>23.10 Kobieta na krańcu świata</b> (9, 10, 1) – dok., Pol.<br><b>0.55 Kamperem przez świat</b><br><b>2.55 Śladami Wielkiej Stopy</b><br><b>4.55 Dziwaczne potrawy</b> (8) |

## STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

| TVP POLONIA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | TVP ROZRYWKOWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | POLSAT CAFÉ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | TV 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | TTV HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | TVN STYLE HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>13.50</b> Polonia 24 Tygodnik<br><b>15.00</b> Serwis Info – pr. inf.<br><b>15.10</b> Polskie parki narodowe – dok., Pol.<br><b>15.40</b> Pięknie przyprawiona 2 (8)<br><b>16.00</b> Autoportret za mgłą. Olga Boznańska – film dokum., Polska 2021<br><b>17.00</b> Telexpress<br><b>17.20</b> Gra słów.<br><b>17.50</b> Telexpress Extra<br><b>18.15</b> Wybieram Polskę (1)<br><b>18.45</b> Panorama<br><b>19.20</b> Powstanie Warszawskie dzień po dniu (63)<br><b>19.30</b> Program informacyjny 19.30<br><b>19.55</b> Pytanie dnia – publ.                                                                                                                               | <b>7.15</b> Okrasa lamie przepisy – mag. kulin.<br><b>8.20</b> Familiada – telet.<br><b>8.55</b> Va banque (1001)<br><b>9.25</b> Koło fortuny (2059)<br><b>10.05</b> Makłowicz w podróży – mag.<br><b>10.45</b> Postaw na milion<br><b>12.35</b> Familiada – telet.<br><b>13.15</b> Janosik (7) – przyg.<br><b>14.05</b> Pan Mama (60, 21) – serial kom., Polska<br><b>15.10</b> Program rozrywkowy<br><b>15.25</b> Do śmiechu! (19, 20)<br><b>17.25</b> Va banque (1002) – teleturniej<br><b>18.00</b> Koło fortuny (2060)<br><b>18.40</b> Okrasa lamie przepisy – mag. kulin.<br><b>19.45</b> Jaka to melodia?<br><b>20.25</b> Do śmiechu! (23, 24)                     | <b>6.00</b> Demakijaż (183-185)<br><b>7.30</b> Przyjaciółki (43, 44) – serial obycz., Polska<br><b>9.30</b> Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (13, 14) – reality show<br><b>12.30</b> Wypasiona kuchnia (22) – pr. rozrywk.<br><b>12.35</b> Oszukane (38, 39)<br><b>14.35</b> Bogaty dom – biedny dom (135)<br><b>15.35</b> Drugie życie sukni ślubnej (24) – pr. rozr.<br><b>16.05</b> Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (40) – reality show<br><b>18.00</b> Nasz nowy dom (318, 319)<br><b>20.00</b> Kolacja w ciemno (62) – pr. rozrywk.<br><b>21.05</b> Więzienie kobiet (114, 115) – dok., Pol. | <b>6.00</b> Strażnik Teksasu (4, 5) – sens., USA 1996<br><b>7.55</b> Bogaty dom – biedny dom (71)<br><b>8.55</b> Policjantki i Policjanci (654-656)<br><b>11.55</b> Na ratunek 112 (1002, 1003) – paradok.<br><b>12.55</b> Trudne sprawy (778-780) – paradok.<br><b>15.55</b> Policjantki i Policjanci (1459)<br><b>17.00</b> Trudne sprawy II (1376) – paradok., Pol.<br><b>18.00</b> Łowcy skarbów. Kto da więcej? (452)<br><b>19.00</b> Wypasiona kuchnia (32) – pr. rozrywk.<br><b>19.05</b> Policjantki i Policjanci (1460) – serial obycz., Polska<br><b>20.05</b> A na obiad... (4) | <b>7.30</b> DeFacto 14 (20, 21)<br><b>8.30</b> Kartoteka 8 (22, 23)<br><b>10.35</b> Detektywi (128, 350)<br><b>12.35</b> Zakup w ciemno 5 (16) – reality show<br><b>13.35</b> Zakup w ciemno 8 (20) – reality show<br><b>14.35</b> Nic do zgłoszenia 2 (4) – serial dokum., Pol.<br><b>15.35</b> Złomowisko PL 9 (2)<br><b>16.45</b> Express – pr. inform.<br><b>16.55</b> Pogoda, sport<br><b>17.05</b> Usterka 14 (34)<br><b>17.40</b> Down the road 4 (4)<br><b>18.35</b> Gogglebox. Przed telewizorem 23 (11)<br><b>19.45</b> Express – pr. inform.<br><b>20.05</b> Życie na kredycie 9 (9, 10) – reality show<br><b>21.05</b> Zakup w ciemno extra (35)<br><b>21.45</b> Express – pr. inform. | <b>5.10</b> Tu jest pięknie (1) – program rozrywkowy<br><b>5.50</b> Ugotowani 13 (6) – pr. kulin.-rozrywk.<br><b>6.45</b> Złóż remont 11 (9) – program rozrywkowy<br><b>7.45</b> Dzień Dobry TVN<br><b>11.25</b> Ostre cięcie (1) – rozr.<br><b>12.25</b> Ugotowani (6)<br><b>13.25</b> Kuchenne rewolucje (7, 6)<br><b>15.30</b> Pojedynek na podróże (7) – rozr.<br><b>16.35</b> Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń. Dubaj – program rozrywkowy<br><b>17.40</b> Kuchenne rewolucje (14, 15, 1) – program rozrywkowy<br><b>20.50</b> Love the Look (1) – mag. poradnikowy                                      |
| OBYCZAJOWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | ROZRYWKOWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | REALITY SHOW                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | ROZRYWKOWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | DOKUMENTALNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | DOKUMENTALNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>20.25</b> Echo serca (15) – Polska 2019<br>Monika pracuje na basenie jako ratownik. Pewnego dnia traci przytomność pod wodą. Jan nie potrafi określić, w jakim stopniu został uszkodzony mózg pacjentki.<br><b>21.15</b> Na sygnale (669, 670)<br><b>22.15</b> Szansa na sukces<br><b>23.15</b> Panorama<br><b>23.45</b> Zmiennicy (5) – kom.<br><b>0.45</b> Rodzinka.pl (293)<br><b>1.10</b> Szlakiem miejsc niezwykłych: Pomniki historii<br><b>1.30</b> Program informacyjny 19.30                                                                                                                                                                                        | <b>22.20</b> Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (5)<br>Wybór najlepszych skeczów Kabaretu Moralnego Niepokoju. Scenki ukazują codzienność w krzywym zwierciadle i przypominają, za co widzowie kochają kabaret.<br><b>23.00</b> Postaw na milion – teleturniej<br><b>0.50</b> Koło fortuny (2060, 2036) – telet.<br><b>2.05</b> Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (4) – pr. rozr.                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>22.00</b> Gry małżeńskie (213, 86, 87) – Polska<br>W tym odcinku widzowie będą obserwować poczynania singla Adama, szukającego swojej drugiej połowki. Na randki zaproszą go Iwona, Sandra oraz Edyta.<br><b>1.05</b> Więzienie kobiet (19-22) – serial dokumentalny, Polska<br>Osadzone próbują normalnie żyć: rozmawiają przy kawie, świętują urodziny, żartują z siebie, a nawet płaczą.<br><b>3.00</b> Zdrady (188-190)                                                                                                                                                                         | <b>20.15</b> Gwiazdy Kabaretu (186, 185) – Polska<br>Debiut Michała Paszczyka i Trupy Wysokiego Ryzyka. Artyści zaprezentują skecze „Nowy partner”, „Chłop przebrany za babę” oraz pierwszą część sąg, „Wikings”.<br><b>22.30</b> Patrol – dramat sens., USA 2006, 170 min<br><b>1.20</b> Opowieć ci o zbrodni (4-6) – dok.<br><b>2.50</b> Opowieć ci o zbrodni 2 (1) – dok.<br><b>3.25</b> Lubię disco! (271) – program muzyczny<br><b>4.25</b> Top 10 – lista przebojów – pr. muz.                                                                                                       | <b>22.00</b> Kochaj albo wróć (5) – Polska 2026<br>Uczestnicy programu codziennie stają przed trudnymi wyborami. Widzowie przekonają się, czy miłość wystarczy, by pokonać odległość czy różnice kulturowe.<br><b>23.00</b> Gogglebox. Przed telewizorem 21 (5, 6) – pr. rozrywk.<br><b>1.00</b> Diablenie boskie (5, 6) – reality show<br><b>1.55</b> Kiedy ktoś kocha bardziej (9, 10) – serial obycz., Turcja<br><b>3.55</b> Sędzia Anna Maria Wesołowska (538)                                                                                                                                                                                                                                 | <b>21.50</b> Jestem z Polski 18 (1) – Polska 2026<br>Aleksandra, miłośniczka jednośladow z Warszawy, od ośmiu lat żyje na Łazurowym Wybrzeżu. Filmowcy poznają atrakcje Cannes i spacerują śladami gwiazd kina.<br><b>22.50</b> Jestem z Polski 16 (36) – serial dokum.<br><b>23.50</b> Kobieta na krańcu świata (4) – dok., Pol.<br><b>0.50</b> Apetyt na miłość (12-ost.) – pr. rozrywk.<br><b>1.55</b> Co nas truje (2)<br><b>3.25</b> Wiem, co jem i wiem, co kupuję (2) – mag. poradnikowy                                                                                                                  |
| TVP HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | TVP HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | ZOOM                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | TLC                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | C+ KUCHNIA HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | TVN TURBO HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>8.55</b> Ojciec Mateusz 3 (43, 44)<br><b>10.45</b> Gra słów. Krzyżówka<br><b>11.20</b> Na sygnale (824, 825)<br><b>12.25</b> Ojciec Mateusz 13 (163)<br><b>13.20</b> Komisarz Alex 9 (108)<br><b>14.15</b> Ranczo 4 (45, 46) – obycz.<br><b>16.10</b> Daję słowo – Maciej Orłoś 2 (43) – talk-show<br><b>17.10</b> Okrasa lamie przepisy<br><b>17.45</b> Makłowicz w podróży<br><b>18.20</b> Ojciec Mateusz 31 (406)<br><b>19.20</b> Ranczo 9 (117) – obycz.<br><b>20.10</b> Rodzinka.pl (282, 283)<br><b>21.25</b> Ojciec Mateusz 35 (449)<br><b>22.20</b> Miłość jak miód<br>FILM – komedia romantyczna, Polska 2024, 115 min<br><b>0.15</b> Głina 2 (21-23) – krym., Pol. | <b>5.30</b> Pasma ciekawostek<br><b>6.00</b> Telesprzedaz<br><b>10.05</b> Dzisiaj w regionie – inf.<br><b>10.15</b> Pogoda<br><b>10.20</b> Ekmisja – mag. ekolog.<br><b>10.50</b> Wochenblatt TV – pr. inf.<br><b>11.10</b> Dzisiaj w regionie – inf.<br><b>11.15</b> Pogoda<br><b>11.25</b> Muzyczne dni dobry<br><b>12.50</b> Kluchy i Lachy – pr. rozr.<br><b>14.30</b> Hansi Hinterseer zaprasza – pr. rozrywk.<br><b>16.55</b> Muzyczne podróże Karoliny Trelli – pr. rozr.<br><b>18.00</b> Koncert zyczeń<br><b>19.05</b> Koncert w TVS – pr. muz.<br><b>22.55</b> Szlagierowa lista – muz.<br><b>0.55</b> Program muzyczny                                         | <b>8.00</b> Strażnik Teksasu 3 (19, 21) – serial sensacyjny<br><b>10.00</b> Kobra – oddział specjalny 25 (2, 3) – sens.<br><b>12.10</b> Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw 2<br><b>13.20</b> Wojny magazynowe: Kanada (15, 16)<br><b>14.30</b> Sensacje XX wieku (5)<br><b>16.45</b> Wojciech Cejrowski – bosko przez świat<br><b>19.00</b> Kobra – oddział specjalny 23 (12, 13)<br><b>21.00</b> CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (10, 11)<br><b>23.00</b> Magia nagości. Polska 5<br><b>0.00</b> Milf manor – mamuski rządzą (5) – reality show                                                | <b>11.00</b> Poligamista szuka żony 6 (1) – serial dokum.<br><b>12.00</b> Podwójne życie żon (3)<br><b>13.00</b> Cztery żony i mąż 13<br><b>15.00</b> Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 8<br><b>16.00</b> Historie wielkiej wagi 5<br><b>17.00</b> Dr Przyszczyla 4 – dok.<br><b>18.00</b> Wiza na miłość 11<br><b>20.00</b> Jay i Pamela 2<br><b>21.00</b> Wiza na miłość: ostatnia szansa 3 – reality show<br><b>23.00</b> Wiza na miłość: ostatnia szansa. Między sporami 3 – reality show<br><b>0.00</b> Dr Przyszczyla 4 – dok.<br><b>1.00</b> Jay i Pamela 2    | <b>13.45</b> Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków<br><b>14.40</b> U sąsiadów w kuchni 16<br><b>15.45</b> Domowa piekarnia Kucharskiego 5 (1, 2)<br><b>16.40</b> Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień<br><b>17.35</b> Gotuj taniej z Jamie (3)<br><b>18.30</b> Jedz, podróżuj, smakuj<br><b>19.25</b> Maximum Foodie 5 (1, 3)<br><b>20.20</b> Jamie: uczta za mniej (4)<br><b>21.20</b> Anthony Bourdain – miejsca niezłane 11 (8)<br><b>22.05</b> Anthony Bourdain – miejsca niezłane 9<br><b>23.55</b> Top Chef 22 (10)<br><b>1.00</b> M jak mięso 6 (5, 6) – dok.                                                                                                                | <b>10.20</b> Złomowisko PL (9) – dok.<br><b>11.15</b> Wojny samochodowe<br><b>12.15</b> Naprawy nie do naprawy (4) – mag.<br><b>13.00</b> Zawodowi handlarze<br><b>14.30</b> Wojny samochodowe<br><b>16.30</b> Jeździć, obserwować<br><b>18.00</b> Raport Turbo – mag. inf.<br><b>18.15</b> Mobilni mechanicy (7, 8)<br><b>19.45</b> Moto kombi (4) – mag.<br><b>20.30</b> Z drugiej reki (4) – mag.<br><b>22.00</b> Raport Turbo – mag. inf.<br><b>22.15</b> Zawodowi handlarze<br><b>23.45</b> Cieżarówka przez polską<br><b>0.45</b> Naprawy nie do naprawy (4, 2) – mag.<br><b>2.15</b> Megatranspory (4, 5) |
| NOVA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | METRO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | ANTENA HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | WP                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | C+ DOMO HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | HGTV HD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>7.30</b> Świat według Kiepskich (289-293) – kom., Pol. 2008<br><b>10.00</b> Komisarz Mama (20)<br><b>11.00</b> Północ 11 – serial krym.<br><b>15.00</b> Świat według Bundy'ch 7 (157) – kom.<br><b>15.30</b> Świat według Bundy'ch 8 (158-162)<br><b>18.00</b> Ciekawie nowe lata miodowe (8) – kom., Pol.<br><b>18.30</b> Miodowe lata (122-125)<br><b>21.00</b> Zdrady (70) – paradok., Pol.<br><b>22.00</b> Ślad (20, 21, 91) – krym.<br><b>1.00</b> Łowca pedofilów<br><b>3.00</b> TV okazje (36, 37)<br><b>3.50</b> Wehikuł czasu<br><b>4.00</b> Daleko od noszy (78, 79)<br><b>5.00</b> Pod lupą (10, 11) – mag.                                                       | <b>8.25</b> Szpital (930, 931)<br><b>10.20</b> Sędzia Anna Maria Wesołowska (479, 480)<br><b>12.20</b> Szkoła (641) – paradok.<br><b>13.20</b> Brzydula (153, 154) – kom.<br><b>14.30</b> Za głosem serca (37)<br><b>15.35</b> Magda M. 4 (8) – obycz.<br><b>16.45</b> The Floor (3, 4) – telet.<br><b>18.00</b> Złomowisko PL 5 (11)<br><b>19.00</b> Kartoteka 8 (11) – serial fab.-dokum., Polska 2014<br><b>20.00</b> Faceli od kuchni – kom., Fr./Hiszpania 2012, 110 min<br><b>21.50</b> Taskmaster (5) – pr. rozr.<br><b>22.50</b> Zbrodnie z pierwszych stron gazet 7 (7, 8) – dok.<br><b>0.50</b> Szpital (923) – paradok.<br><b>1.50</b> Szkoła (648) – paradok. | <b>12.05</b> Wojny kontenerowe 2 (12, 13) – serial dok., USA<br><b>13.00</b> Kłatwa Wyspy Dębów 5<br><b>14.00</b> Australijski poszukiwacz złota 5<br><b>16.00</b> Unforgettable: Zapisane w pamięci (19) – krym.<br><b>16.55</b> Detektywi z Bordeaux 7 (10) – serial krym., Fr./Bel.<br><b>18.00</b> 77 TV 3 (1, 3) – pr. rozrywk.<br><b>20.00</b> Collioure – film krym., Francja 2015, 125 min<br><b>22.05</b> Morderstwa we Francji – Avignon – film krym., Francja 2016, 115 min<br><b>0.00</b> Sekret siostry – dramat krym., USA 2018, 100 min                                                 | <b>11.00</b> Wariaci za kierownicą 7<br><b>12.00</b> Komisarz Cassandra: Zbrodnie w Alpach 4 (1)<br><b>14.00</b> Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 2 (17, 18)<br><b>16.00</b> Pokochaj lub sprzedaj Quebec (8) – reality show<br><b>16.55</b> Pogoda<br><b>17.00</b> Niewyjaśnione tajemnice świata 3 (22, 25) – serial dok., USA<br><b>19.00</b> Makłowicz w podróży<br><b>20.00</b> Policjanci w akcji 7 – serial obycz., Polska 2026<br><b>21.00</b> Policjanci w akcji 2 (5)<br><b>21.50</b> Pogoda<br><b>22.00</b> Mistrzowie Kabaretu (3)<br><b>23.00</b> Mistrzowie Kabaretu 16       | <b>12.10</b> Wielkie projekty: Nowa Zelandia 9 (7)<br><b>14.00</b> Adres: rezydencje marzeń (5) – serial dok.<br><b>15.00</b> Wakacyjne domy na wynajem (16) – dok.<br><b>15.55</b> Daleko od miasta 16<br><b>16.50</b> Gardeners' World 15 (5)<br><b>18.00</b> Ucieczka na wieś 23 (19)<br><b>19.00</b> Wielkie projekty: Szwecja 4 (1) – serial dok.<br><b>20.00</b> Daleko od miasta 11<br><b>21.00</b> Adres: rezydencje marzeń (6) – serial dok.<br><b>22.05</b> Wielkie projekty: Australia 12 (3) – dok.<br><b>23.10</b> Pomocy! Kupiliśmy wioskę (5) – serial dokum.                                                                                                                       | <b>10.00</b> Letnia chata na lata 13<br><b>11.55</b> Odłotowy ogród (5)<br><b>12.30</b> Nowe życie w starym domu: Witajcie we Włoszech (3, 4) – pr. rozr.<br><b>14.35</b> Mieszkanie na miarę<br><b>16.30</b> Polowanie na ogród (8)<br><b>17.05</b> Polowanie na ogród – tarasy (1, 2) – pr. rozrywk.<br><b>18.20</b> Weekendowa metamorfoza 2 (7, 8)<br><b>20.10</b> Złóż remont (5) – pr. rozr.<br><b>21.05</b> Złóż remont 11 (1) – rozr.<br><b>22.05</b> House Hunters – Poszukiwacze domów 8 (2-6) – pr. rozr.<br><b>0.45</b> Poszukiwacze domów: Australia 1 (1, 2) – dok.                                |



## NOWOŚCI Z TARGÓW IFA 2026

→ Dzięki tej sprytniej elektronice życie staje się prostsze, bo oszczędza czas, przejmując drobne obowiązki i w mgnieniu oka dostarcza potrzebnych informacji. Co ciekawego pokazano ostatnio w Berlinie?

Podczas targów IFA 2026 zaprezentowano humanoidalnego robota Agibot X2 Ultra (zdj.), który demonstrował ruchy tai chi.

# GADŻETY, KTÓRE ROBIĄ WRAŻENIE

## KAMERA NA MAGNES

RUGONE XSNAPE 7 PRO to pancerny smartfon z odłączaną kamerą, która działa niezależnie od telefonu, a po podpięciu automatycznie kopiuje nagrania do jego pamięci – waży 39 gramów, ma ultraszerokokątny obiektyw, elektroniczną stabilizację obrazu i jest wodoodporna. Telefon oferuje prawie 7-calowy ekran AMOLED, aparat 50 MP i kamerę noktowizyjną 64 MP przydatną po zmroku. Do tego 12 GB RAM i baterię o pojemności aż 9300 mAh. Premiera w październiku, cena ok. 4700 zł.



## I SŁYSZYSZ JAK TRZEBA



ANKER RIC HEARING AIDS PRO przeznaczony jest dla osób z łagodnym do umiarkowanego ubytkiem słuchu. Ten zestaw 2 ergonomicznych aparatów słuchowych wyposażono w funkcję AI, która wykorzystuje 4 mikrofony do wzmacniania mowy i ograniczania hałasu otoczenia. Poziom naładowania baterii (starcza na 12 godz.), połączenie Bluetooth i tryb pracy sprawdzisz na wyświetlaczu wbudowanym w etui ładujące. Aparaty są odporne na pył i wodę. Do sprzedaży trafią w 2027 roku.

## NA KIWNIEĆCIE PALCEM



CIRCULAR RING 3 PRO to biometryczny pierścionek z tytanu z funkcją płatności zbliżeniowych. Czujniki monitorują m.in. trendy poziomu glukozy i ciśnienia krwi oraz saturację, wykrywają też migotanie przedsionków. Wibracje działają jak dyskretny budzik i przypominają o przyjęciu leków. Bateria wystarcza na 12 dni. Filigranowy RING 3 SLIM również obsługuje NFC, a do tego monitoruje sen, tętno, temperaturę skóry i aktywność fizyczną. Bateria działa do 10 dni. Oba modele będą w sprzedaży na początku 2027 roku.

## W PARZE RAŻNIEJ

### IROBOT ROOMBA DUO

to prototyp robota z parownicą, który ma na „grzbiecie” towarzysza – opuszczany na mechanicznym ramieniu dostępny już w sprzedaży model Roomba Plus 575 Combo. Oba urządzenia korzystają ze wspólnej mapy domu w aplikacji Roomba Home i wymieniają informacje podczas pracy dzięki sztucznej inteligencji: jednostka główna odkurza i myje duże powierzchnie, a jej kompan dociera pod meble, w wąskie szczeliny i inne miejsca, które roboty zwykle pomijają.



## DYSKRETNY POMOCNIK



EVEN REALITIES G2 to okulary smart z mikrowyświetlaczem, który pokazuje informacje na soczewkach. Urządzeniem można sterować poprzez panel dotykowy na oprawce (np. przewijanie menu i tekst) lub wkładanym na palec pierścieniem. Brak kamery sprzyja prywatności – okulary nie nagrywają obrazu ani dźwięku, ale mają mikrofony do obsługi głosowej. Asystent AI tłumaczy na bieżąco w 33 językach, a nawigacja pokazuje trasę. Cena: 2250 zł za okulary i 950 zł za pierścionek.



→ Na pytania Czytelników odpowiada  
**INŻ. JAROSŁAW KUCHARAK**,  
absolwent Politechniki Łódzkiej  
od 30 lat związany z branżą satelitarną

Prosimy o przysyłanie pytań  
z opisem problemu e-mailem  
na adres: [inzynier@toiowo.pl](mailto:inzynier@toiowo.pl)

## SŁUCHAWKI DLA OSOBY Z UBYTKIEM SŁUCHU

**PAN HENRYK** ma 83 lata, jest w miarę sprawny fizycznie, a jedynym mankamentem jest stopniowy ubytek słuchu i to znaczny. 20 lat temu posługiwał się słuchawkami przewodowymi, ale „czuł się jak piesek na smyczy” – ograniczało to jego ruchy. Przez 15 lat służyły mu słuchawki bezprzewodowe, z których był bardzo zadowolony, Sony MDR-RF 840R, ale ich żywotność się skończyła. Zaczął używać słuchawek Sony MDR-RF 810 R, lecz nie spełniają jego oczekiwań. Modele te różnią się przede wszystkim tonacją dźwięku (wyższe dźwięki odpowiadają mu bardziej). Ma telewizor Samsung, korzysta z TV kablowej i dekodera HDMI firmy Vectra. Od dłuższego czasu poszukuje w wyspecjalizowanych punktach sprzedaży słuchawek, które spełniałyby jego oczekiwania – takich jak Sony MDR-RF 840R – ale bezskutecznie. Czytelnik liczy na ukierunkowanie jego dalszych poszukiwań. W ostatnich latach słuch mu się znacznie pogorszył – by cokolwiek usłyszeć, przyciska słuchawki do ucha; zakresy głośności w telewizorze i w słuchawkach są usta-

wione na maksa, a mimo to słyszalność jest słaba, a czasem zerowa. Pyta, czy jest możliwość uzyskania wyższego głosu i nieco większej mocy w jednym lub drugim odbiorniku? A może są aparaty słuchowe z regulacją dźwięku? Chciałby wiedzieć, czy ma szansę być czynnym słuchaczem programów TV, czy może być jedynie odbiorcą obrazu przesuwającego się przed oczami?

**JK** Pański stary telewizor Samsung posiada jeszcze analogowe wyjście na słuchawki na typowym gnieździe typu jack. Nowego typu telewizory, a co za tym idzie i słuchawki, pracują już w oparciu o przesył radiowy Bluetooth. Słuchawek z wejściem typu jack raczej Pan już nie znajdzie, a już na pewno dobrej klasy. Czy słuchawki nowego typu spełniłyby Pana oczekiwania? Trudno powiedzieć. Musiałby Pan w jakimś firmowym salonie przetestować zestaw „telewizor-słuchawki”. Jeśli któryś z modeli słuchawek spełniałby Pana oczekiwania, to do starego telewizora istnieje możliwość dołożenia nadajnika Bluetooth, który z kolei podłącza się do wyjścia dźwięku typu jack z telewizora. Wszystko po to, aby razem ze słuchawkami nie zmieniać też u Pana telewizora.



## MUZYCZNE HITY ZA DARMO

**Rakuten TV** **STREAMING** W Rakuten TV pojawił się bezpłatny kanał Stingray Total Hits Poland. Nadaje hity polskie i zagraniczne z ostatnich pięciu lat. Zamiast teledysków są plansze i grafiki, podobnie jak np. na Stingray Greatest Hits czy Stingray Remember The '80s. Do oglądania są za to np. Qello Concerts by Stingray.

## WIĘCEJ SPORTOWYCH EMOCJI

**OFERTA** Vectra dołączyła do swojej oferty telewizyjnej kanały Eurosport 3 HD i Eurosport 4 HD. Trafiły też do wybranych pakietów w ofercie Multimedia, Limes, Elsat, SGT Plus i EVIO Plus. Kanały te pokazują m.in. Speedway GP, mecze NBA, dodatkowe mecze z Wielkich Szlemów, łyżwiarstwo figurowe.



## ROZWIĄŻ DLA PRZYSZŁOŚCI



| żagłówka                          | ▼              | oddziela kon- dygnacje | ▼                               | stałe napięcie mięśni    | ▼                  | Olszówka lub Herbuś            | ▼                       |
|-----------------------------------|----------------|------------------------|---------------------------------|--------------------------|--------------------|--------------------------------|-------------------------|
| ▶                                 | 2              |                        |                                 |                          |                    |                                |                         |
| Clint ..., „Brudny Harry”         |                | rabat                  |                                 | głos myszy               |                    | Virginia lub Oregon            |                         |
| marzyciel, fantasta               |                | tlen pachnący po burzy | ▶                               | ▼                        |                    | ▼                              |                         |
| ▶                                 |                | ▼                      |                                 |                          |                    | 1                              |                         |
| zwyczajka kursu akcji na giełdzie |                |                        | wiano                           |                          | krewny warzęchy    |                                | Connery, „Twierdza”     |
| filmowy Hannibal Lecter           | ▶              | 5                      | ▼                               |                          | ▼                  |                                | ▼                       |
| ▶                                 |                |                        |                                 | dopływ dolnej Odry       |                    | Pola ..., gwiazda kina niemego |                         |
| De ..., zespół                    |                | nad zlewem             |                                 | grecka bogini zwycięstwa | ▶                  |                                |                         |
| muzeum pod chmurką                | ▶              | ▼                      |                                 | ▼                        |                    |                                |                         |
| ▶                                 |                |                        | 4                               |                          | biedrze- niec      |                                | po alfie                |
| wystawa handlowa                  | malwa          |                        | nacięcie, rowek termin brydżowy | ▶                        | ▼                  |                                |                         |
| ▶                                 |                |                        | ▼                               |                          |                    | 3                              |                         |
| film Kubricka z Nicholsonem       |                | żagnica nad jeziorem   |                                 | ustęp tekstu             |                    | komin wulkanu                  |                         |
| tkanka kości                      |                | pomyślny okres życia   | ▶                               | ▼                        |                    | ▼                              |                         |
| ▶                                 |                | ▼                      |                                 |                          | wielkie cierpienie |                                | kryje się w niej królik |
| jeden gryz                        | wódz Kozaków   | ▶                      |                                 |                          | ▼                  |                                | ▼                       |
| ▶                                 |                |                        |                                 | krążek kielbasy          | ▶                  |                                |                         |
| gatunek wierzby                   | prezenter z TV | ▶                      |                                 |                          |                    |                                |                         |
| ▶                                 |                |                        | blacha do prania                | ▶                        |                    |                                |                         |

## LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓŁ UTWORZĄ HASŁO

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|

|                        |         |                             |                  |                          |                             |                          |   |                          |                             |                      |                               |                          |                           |   |                      |
|------------------------|---------|-----------------------------|------------------|--------------------------|-----------------------------|--------------------------|---|--------------------------|-----------------------------|----------------------|-------------------------------|--------------------------|---------------------------|---|----------------------|
| twarda żywica          | alfabet | lekarski fartuch            | ▼                | szywna torba podróżna    | ▼                           | jesienny kwiat           | ▼ | trzech muzyków           | Janusz „Furioza”            | ▼                    | zwój materiału                | ▼                        | atak serca                | ▼ | instytucja finansowa |
| ▶                      | ▼       | ▼                           |                  | poddasze ▶               |                             |                          |   |                          |                             |                      | założenie ▶                   | ▼                        |                           |   | rytm                 |
| karta wstępu           | ▶       |                             | 6                |                          |                             | okrutny władca           |   | poszukiwany w życiu      | wnosi odwołanie od wyroku ▶ |                      |                               |                          |                           |   | 8                    |
| himalajski stwór       |         |                             |                  |                          |                             |                          | ▼ | ▼                        | część Trójmiasta            |                      | krewna kruka ▶                |                          |                           |   |                      |
| ▶                      |         |                             |                  | kanon moralny ▶          |                             |                          |   |                          |                             |                      |                               |                          |                           |   |                      |
| Kosiński, aktor        | ▶       |                             |                  |                          | 4                           | z Aleksandrią ▶          |   |                          |                             |                      |                               |                          | słodką w torcie           |   | rzeka lub choroba    |
| ▶                      |         |                             | 2                | magazyn reportażów w TVN | kolista plac oczeret-niak ▶ |                          |   |                          |                             | 3                    | oddzielanie nasion od słomy ▶ |                          |                           |   |                      |
| minerał na pudry       |         | sala na szkolne apele ▶     |                  |                          |                             | kobieta z rybim ogonem ▶ |   |                          |                             |                      |                               |                          | samiec w chlewie          |   | składnik ponczu      |
| Olivia ..., „Faworyta” |         | wawrzyn                     | w parze z karą ▶ |                          |                             |                          |   | obszar wodny             |                             | koszone podczas żniw | tłąca się drobina ▶           | 1                        |                           |   |                      |
| ▶                      |         | ▼                           |                  |                          |                             | typ konkursu ▶           |   |                          |                             |                      | pokarm dla papug ▶            |                          |                           |   |                      |
| zarozumialec, pyszałek |         |                             | pieprzo-jad      |                          | karne w kodeksie            | znawca Talmudu           |   | szwedzki zespół muzyczny |                             |                      |                               |                          | zamknięta grupa społeczna |   | greko-katolik        |
| klej do żelówek        | ▶       | ▼                           |                  | ▼                        | ▼                           | ▼                        |   | termina-ryzyk            |                             |                      | relacja                       | duży, czarny ptak ▶      |                           |   |                      |
| ▶                      |         |                             |                  | początek dnia ▶          |                             |                          |   | 7                        | 12 miesięcy                 |                      |                               |                          | ocierany z czoła          |   | głos węża            |
| na czele sekty         |         | skorupiak z ciepłych mórz ▶ |                  |                          |                             | chodak ▶                 |   |                          |                             |                      | 5                             | „... cudzo-łożnic”, film |                           |   |                      |
| ▶                      |         |                             |                  | magneto-wid ▶            |                             |                          |   |                          | „Biedne ... z Emma Stone” ▶ |                      |                               |                          |                           |   |                      |
| ostrzona osetką        |         | świeci nad witryną ▶        |                  |                          |                             | nie pion i nie poziom ▶  |   |                          |                             |                      |                               | napaść ▶                 |                           |   |                      |

LITERY Z PONUMEROWANYCH  
PÓŁ UTWORZĄ HASŁO

|   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|

### REDAKCJA & WYDAWNICTWO

**Adres redakcji:** ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa, adres mailowy: redakcja@tooiowo.pl  
**Redaktor naczelna:** Marta Lubartowska **Redaktor zarządzający:** Artur Kosiński **Hub Rozrywka i TV:**  
**Red. zarządzająca:** Anita Nawrocka **Planner:** Adam Płosik **Koordynator:** Dorota Skalska **Redaktorzy:**  
 Andrzej Czapki, Bogumiła Deka, Ewa Gassen-Piekarska, Marzena Juraczko, Joanna Kolałowska,  
 Paulina Miluska, Hanna Miłkowska, Maciej Misiorny, Joanna Pasztelańska, Mirosław Piwowarek,  
**Hub Poradniki:** **Red. zarządzająca:** Monika Bobowska **Hub Graficzny:** **Dyrektor:** Robert Latek **Lider:** Mirosław Orzechowski  
**Koordynator:** Marcin Makarewicz **Graficy:** Edyta Ciuchta, Dominika Kraśnicka-Walinowicz, Sławomir Kozłowski,  
 Agnieszka Głewicka, Małgorzata Porebska, Piotr Piórkowski **Hub Fotoedycji:** **Lider:** Agata Zasada  
**Koordinatorzy:** Emil Przygodzki, Magdalena Wojno **Fotoedycje:** Magdalena Dąbek-Makowska, Ludmiła Jeruchimowicz,  
 Anna Jurczewska, Grzegorz Lech, Karolina Liżewska, Mirela Tafińska **Sekretariat:** Aleksandra Kominek



**Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j.**  
 ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa  
**Zarząd:** **Prezes Zarządu:** Tomasz Namysł  
**Członkowie Zarządu:** Andrzej Chojnowski, Marek Lasota  
**Director, Publishing Management/Dyrektor Pionu**  
**Wydawniczego:** Marek Lasota **Dyrektor produkcji:** Piotr Orełko  
**Publisher/Wydawca:** Justyna Hałas  
**Prenumerata krajowa i zagraniczna:** czytelnia.pl,  
 e-mail: prenumerata@bauer.pl,  
 tel.: 67 210 86 05, 67 354 16 05.



**Dyrektor biura reklamy:** Izabela Sarnecka  
**Dyrektor segmentu pism telewizyjnych:**  
 Aneta Rym-Galka, e-mail: Aneta.Rym@bauer.pl  
[www.bauer.pl/reklama/](http://www.bauer.pl/reklama/)  
**Dyrektor ds. dystrybucji i obsługi klienta:**  
 Piotr Ludwicki, e-mail: kolportaz@bauer.pl  
**Druk:** Bauer Print Ciechanów Sp. z o.o. Sp. j.  
**Copyright:** Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j.  
**Program TV** – AKPA



**Adres do korespondencji:**  
 Redakcja TO&OWO TV  
 ul. Motorowa 1,  
 04-035 Warszawa

Rozpowszechnianie wszelkich materiałów redakcyjnych bez zgody Wydawcy jest zabronione. Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w programie telewizyjnym wprowadzone przez stacje po oddaniu pisma do druku. Za treść ogłoszeń redakcja ponosi odpowiedzialność w granicach wskazanych w ust. 2 art. 42 ustawy Prawo prasowe. Wydawca ostrzega P. T. Sprzedawców, że sprzedaż aktualnych i archiwalnych numerów czasopisma po innej cenie niż wydrukowana na okładce, jest działaniem na szkodę Wydawcy i skutkuje odpowiedzialnością sądową.

Fotorealistyczne obrazy w tym wydaniu, które zostały wygenerowane lub zmodyfikowane przy użyciu sztucznej inteligencji, oznaczamy następującym symbolem:



# SUDOKU

PUSTE POLA WYPEŁNIJ TAK, ABY W KAŻDEJ KOLUMNIE, KAŻDYM RZĘDZIE I KWADRACIE OBYWIEDZIONYM POGRUBIONĄ LINIĄ ZNALĄZY SIĘ CYFRY OD 1 DO 9.

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 6 |   |   |   | 2 |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   | 1 |   | 7 | 3 |
|   |   |   | 6 |   | 3 |   |   | 9 |
|   |   | 7 |   | 1 |   | 4 | 6 | 2 |
|   |   | 4 |   |   |   | 8 |   |   |
| 2 | 3 | 5 |   | 4 |   | 7 |   |   |
| 4 |   |   | 2 |   | 8 |   |   |   |
| 3 | 5 |   | 1 |   |   |   |   |   |
|   |   |   |   | 5 |   |   |   | 4 |

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|   |   |   | 6 |   |   |   | 2 | 9 |
|   |   |   | 2 | 1 | 4 |   |   |   |
| 7 |   | 3 |   | 5 |   |   |   |   |
| 8 |   | 6 |   |   | 1 |   | 9 | 4 |
|   | 7 |   |   |   |   |   | 1 |   |
| 1 | 3 |   | 9 |   |   | 2 |   | 7 |
|   |   |   |   | 8 |   | 5 |   | 2 |
|   |   |   | 1 | 9 | 2 |   |   |   |
| 3 | 8 |   |   |   | 5 |   |   |   |

| reżyser „Dekalogu”     | ▼ | do wbijania pali w grunt | ▼ | bombowa wyrwa na dziurze | ▼                                 | pasza w silosie | ▼                                | bawole serce             | ▼ | w palenisku domek psa   | ▼                     | 2,54 cm sprzęt alpinisty | ▼                |
|------------------------|---|--------------------------|---|--------------------------|-----------------------------------|-----------------|----------------------------------|--------------------------|---|-------------------------|-----------------------|--------------------------|------------------|
| ▶                      |   |                          |   |                          | ▼                                 | 4               | ▼                                | linia ciśnienia na mapie | ▶ |                         |                       | ▼                        |                  |
| trzeci w gardle        |   | tworzywo ceramiczne      | ▶ |                          |                                   |                 |                                  | malowidło na elewacji    | ▶ | 6                       |                       |                          |                  |
| „... według Kiepskich” | ▶ |                          | ▼ |                          | ... Karwowski, inżynier z serialu |                 | fatamorgana, miraż               |                          |   |                         | pieniądz danego kraju |                          | wycięcie w sukni |
| ptasi przelyk          |   | nadobność                | ▶ |                          |                                   |                 |                                  | Podsiadło i Ogrodnik     | ▶ |                         |                       |                          |                  |
| ▶                      | 2 |                          |   | obok Saturna             | gaz w płucach                     | ▶               |                                  | ... Woronowicz, aktor    |   | wytrąca się z roz-tworu |                       | Kupidyn                  |                  |
| dla najlepszego filmu  |   | Agata „... Rewers”       | ▶ |                          |                                   | 5               | Tomasz „Rodzinka.pl”             |                          |   |                         |                       |                          | 1                |
| ▶                      |   |                          |   |                          | F dla fizyka                      | ▶               |                                  |                          | 3 | japońskie zapasy        | ▶                     |                          |                  |
| graniczy z Syrią       |   | zbrojny atak             | ▶ |                          |                                   |                 | „Pan ... szuka miliona”, komedia | ▶                        |   |                         |                       |                          |                  |
| ▶                      |   |                          |   |                          | dzierżawa lokalu                  | ▶               |                                  |                          |   | gra w rzutki            | ▶                     |                          |                  |

LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓŁ UTWORZĄ HASŁO

|   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|---|---|---|---|---|---|

REKLAMA  
ZAMÓW!  
ZA 89 zł!

# BĄDŹ PRZYGOTOWANY

Tę latarkę warto  
zawsze mieć  
pod ręką!

ZASIĘG DO  
200 m!

MOC  
800 lm

## NOWA LATARKA PATROLOWA Z TRYBEM SOS

— oświetlisz posesję wokół domu, działkę, kemping, leśną ścieżkę, garaż, piwnicę czy sytuację alarmową na drodze!

POTĘŻNY STRUMIEŃ ŚWIATŁA I ŁADOWARKA DO TELEFONU!

**T**a niewielka, lekka latarka ma w sobie **moc solidnego patrolowego sprzętu**, a możesz z łatwością zabrać ją wszędzie! Jest idealna do codziennego użytku w domu, na działce i kempingu, monitorowania posesji po zmroku czy wyprawy do lasu na grzyby. W przypadku nagłej awarii prądu zastąpi świece – wytrzymały akumulator sprawia, że **jest**

**zawsze gotowa do użytku**, bez obaw o rozładowane baterie.

**4 silne diody LED** dają potężny strumień światła o mocy **800 lumenów**, dzięki czemu dokładnie oświetla wszystko w zasięgu wzroku – **możesz zobaczyć wyraźnie obiekty oddalone nawet o 200 m!**

### ➔ 4 tryby świecenia:

mocne, średnie, boczne, stroboskopowe

### ➔ Funkcja powerbanka

do ładowania telefonu

### ➔ Działa jak przenośna lampka

– możesz zawiesić ją pod sufitem

### ➔ Wodoodporna i wytrzymała

### ➔ Szybkie ładowanie USB

Oprócz standardowej funkcji świecenia, latarka posiada **stroboskopowy tryb SOS**, który pozwala zaalarmować otoczenie w sytuacjach awaryjnych. Specjalny **boczny panel świetlny** zapewnia dodatkowe **rozproszone światło robocze** – sprawdzi się jako lampka do czytania czy precyzyjne doświetlenie miejsca pracy w garażu lub piwnicy.

Latarka pełni również funkcję **powerbanka USB** – naładujesz nią rozładowany telefon komórkowy.



ŚWIATŁO  
GŁÓWNE

ŚWIATŁO  
ROZPROSZONE

TRYB  
SOS

Wskaźnik  
naładowania  
akumulatora

Antypo-  
ślizgowy  
uchwyt

4 potężne diody LED  
4 tryby świecenia

Boczny  
panel  
świetlny

**2** kierun-  
kowe  
USB  
(ładowanie  
+ funkcja  
ładowarki)



DOM



SAMOCHÓD



AWARIA PRĄDU

**NIE DAJ SIĘ  
ZASKOCZYĆ  
CIEMNOŚCI!**

Zadzwoń i odbierz nową latarkę  
patrolową LED za **89 zł!**

Oferta obowiązuje wyłącznie do  
wyczerpania zapasów.



**58 319 38 27**

Pon.-pt. 8:00-20:00,  
sob. i niedz. 9:00-20:00;

Standardowy koszt połączenia  
telefonicznego dla danego operatora.

Szczegóły oraz informacje dotyczące zwrotów i reklamacji  
dostępne są pod adresem sprzedawcy: Nargo Invest Sp. z o.o.,  
ul. Żołnierzy i Armii Wojska Polskiego 10/B6, 81-383 Gdynia,  
+48 538448631, contactpl@globadvice.info. Regulamin:  
<https://customers-statute.com/statute/pl/>.