NETFLIX Disney+ HBO max prime video CANAL+

PROGRAM TV NR 30/20.07.2026
25.07-31.07.2026
NR INDEKSU 379236
4,29 zł (w tym 8% VAT)

to&owo TV

PONAD 150 OPISÓW FILMÓW NA CAŁY TYDZIEŃ!

SPORT NA ŻYWO

PIŁKA NOŻNA
ELIMINACJE LIGI MISTRZÓW
LECH POZNAŃ – AARHUS

FORMUŁA 1
GRAND PRIX WĘGIER

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN: LN
MECZE ĆWIERĆFINAŁOWE

LEKKOATLETYKA
MISTRZOSTWA POLSKI 2026

KALENDARZ KIBICA I INNE SPORTOWE WYDARZENIA TYGODNIA
» s. 14-17

MICHAŁ PASZCZYK

BĘDZIE NAS BAWIŁ DO ŁEZ NA 31. FESTIWALU KABARETU W KOSZALINIE s. 10

WYWIAD TO&OWO TV

SANDRA HAJDUK-POPIŃSKA

DZIEŃ DOBRY WAKACJE

To program, który daje wszystko, czego dziennikarz potrzebuje s. 4

OBSESJA

NETFLIX DISNEY+ HBO MAX I JESZCZE WIĘCEJ! s. 18

PROJEKT HAIL MARY

DIABEŁ UBIERA SIĘ U PRADY 2

NIE MA NUDY PRZED EKRANEM!

MISS SUPRANATIONAL 2026

AGENCI NCIS: SYDNEY 3

POMPEJE: PODRÓŻ W CZASIE Z TOMEM HIDDLESTONEM

YELLOWSTONE 2

VIGIL 2

ISSN 1230-8331
9 771230 833607 30

Numer w sprzedaży do 26.07.2026

eprasa.pl 641f6b47df

ARTYSTA KOMPLETNY

George'a Clooneya spotkało nie lada wyróżnienie – podczas tegorocznego festiwalu w Wenecji (2-12 września) otrzyma Złego Lwa za całokształt twórczości. W uzasadnieniu jury nazwało aktora, reżysera i producenta artystą kompletnym, charyzmatycznym i pełnym pasji, łączącym styl i urok dawnych gwiazd kina z wrażliwością charakterystyczną dla czasów współczesnych. A co na to wszystko sam nagrodzony? – Przeżyłem wiele wspaniałych chwil w Wenecji. To bez dwóch zdań mój ulubiony festiwal. Otrzymać Złotego Lwa to wielki zaszczyt. Prawdopodobnie oznacza to też, że jestem stary, ale niech będzie – stwierdził. **JK**

WRESZCIE I W POLSCE

POKOCHAJ LUB SPRZEDAJ szuka uczestników do pierwszej polskiej edycji! Warunkiem koniecznym jest posiadanie budżetu na remont generalny lub zakup nowego lokum – w każdym odcinku uczestnicy wybierają między przeprowadzką do jednej z nieruchomości zaproponowanych im przez produkcję a pozostaniem w dotychczasowym domu, który przeszedł metamorfozę pod okiem ekspertów. Zgłaszać się można przez stronę polsat.pl/casting/pokochaj-lub-sprzedaj. Program zadebiutuje niebawem na antenie Super Polsatu; tymczasem fani formatu mogą oglądać jego zagraniczne edycje w każde popołudnie w WP (na zdj. prowadzący wersji kanadyjskiej). **JK**

CORAZ TŁOCZNIEJ

TANIEC Z GWIAZDAMI ogłasza co chwila kolejnych uczestników. Domysły wielu okazały się słuszne – w nadchodzącej edycji wystąpi też Izabela Kuna (zdj. z l.). Treningi do show będzie musiała pogodzić z promocją drugiego sezonu „Klary", który już 7 sierpnia zadebiutuje w HBO Max. Do grona uczestników dołączyła również Joanna Jędrzejczyk (zdj. z pr.). Jako zawodniczka MMA na pewno może pochwalić się dobrą kondycją, ale jak poradzi sobie z utrzymaniem ramy? Oprócz obu pań jesienią na parkiecie zobaczymy też m.in. Martę Wiśniewską, Helenę Englert, Piotra Gumulca, kucharza Matteo Brunettiego i aktora Krzysztofa Kwiatkowskiego. **JK**

FOT.: AKPA (2), EAST NEWS (4), FORUM, MAT.PRASOWE (2)

eprasa.pl 641f6b47df

ŚLEDZTWO NA PLAŻY

FANI DETEKTYWÓW powinni zacząć pakować walizki. W sobotę 1 sierpnia w Pobierowie (w połowie drogi między Międzyzdrojami a Kołobrzegiem) odbędzie się wyjątkowy zlot miłośników produkcji. To okazja, żeby spotkać się z obsadą, zdobyć autograf, zapytać o kulisy powstawania serialu, ale też wziąć udział w interaktywnej grze i jako śledczy samodzielnie rozwiązać zagadkę kryminalną. Wszystko to zresztą zaledwie początek atrakcji przygotowanych przez organizatorów – w planach jest również m.in. mecz siatkówki z udziałem aktorów. Cała impreza rozpocznie się na scenie Projektu Plaża. **JK**

KONIEC JUROROWANIA

JULIA WIENIAWA po trzech edycjach za jurorskim stołem żegna się z „Mam talent!". – To były trzy lata pełne emocji, wzruszeń, śmiechu i spotkań z niezwykle utalentowanymi ludźmi. Jestem ogromnie wdzięczna, że mogłam być częścią tego programu i przeżyć tyle pięknych chwil – napisała w mediach społecznościowych. Podziękowała też widzom, ekipie i uczestnikom za serce i odwagę potrzebne do udziału w show. W kuluarach mówi się, że artystkę podkupiła konkurencja. A co dalej z programem? W jury pozostają Agnieszka Chylińska, Marcin Prokop i Agustin Egurrola; na razie nie wiadomo, czy ktoś do nich dołączy. **JK**

MEMY ZAMIAST KUBŁA KRWI?

CARRIE w wersji serialowej coraz bliżej. W adaptacji przygotowywanej przez Prime Video jej losy zostaną uwspółcześnione: nastolatka (w tej roli Summer H. Howell) padnie ofiarą skandalu związanego z nękaniem w sieci... Za kamerą stanął Mike Flanagan, specjalista od serialowych horrorów z drugim dnem: ma już na koncie m.in. „Nawiedzony dom na wzgórzu", „Nocną mszę" i „Zagładę domu Usherów" (wszystkie trzy do obejrzenia w Netfliksie) oraz film „Doktor Sen" – opartą na prozie Stephena Kinga kontynuację „Lśnienia". Jeżeli ktoś jest w stanie opowiedzieć coś nowego i ciekawego o „Carrie", to właśnie Flanagan. **JK**

KOMIK OD KULIS

LOUIS DE FUNÈS doczeka się filmowej biografii. Dziś należy do grona najbardziej rozpoznawalnych aktorów francuskich i komediowych, ale świat kina nie od razu poznał się na jego talencie – w początkach kariery zarabiał, głównie grając na pianinie we francuskich lokalach i udzielając korepetycji. Przełom nastąpił w latach 50., choć światowej publiczności dał się poznać jeszcze później. Akcja filmu ma się rozpoczynać w 1964 roku, kiedy do kin trafiły takie hity jak „Żandarm z Saint-Tropez", „Fantomas" czy „Napad na bank". W roli wówczas 50-letniego aktora wystąpi Pierre Lottin – tegoroczny laureat Cezara. **JK**

ŻEGNAMY DR. GRANTA

SAM NEILL (1947-2026), nowozelandzki aktor, reżyser i scenarzysta irlandzkiego pochodzenia, odszedł w wieku 78 lat. Nam kojarzy się przede wszystkim z nieco zrzędliwym paleontologiem dr. Alanem Grantem, ale wystąpił przecież też m.in. w 3. odsłonie horroru „Omen", w „Polowaniu na Czerwony Październik" czy u Krzysztofa Zanussiego w „Z dalekiego kraju". Dwukrotnie był również kandydatem do roli Jamesa Bonda (przegrał z Timothym Daltonem i Pierce'em Brosnanem). A już w najbliższą niedzielę będziemy mieli okazję przypomnieć sobie jego najsłynniejszą rolę: 26 lipca o godz. 16.10 Polsat pokaże „Park jurajski". **JK**

OKŁADKA: POLSAT, AKPA, EAST NEWS, MAT.PRASOWE (9)

eprasa.pl 641f6b47df

SANDRA HAJDUK-POPIŃSKA

MALEDIWY I ZABRZAŃSKA DZIAŁKA

Jakie są jej wakacyjne plany i gdzie najchętniej odpoczywa? I dlaczego okulary jej dziadka trafiły do Muzeum Miejskiego w Zabrzu?

WYWIAD

DZIENNIKARKA, PREZENTERKA i miłośniczka rocka. Zawód dziennikarza jest jej wielką pasją, ale, jak sama mówi, praca to tylko praca.

Pochodzi z Zabrza, gdzie ukończyła I Liceum Ogólnokształcące im. prof. Zbigniewa Religi. Studiowała filologię polską na Uniwersytecie Śląskim w Katowicach. Z mediami związana od 2015 roku. W 2020 roku została prowadzącą cykl „Showbiz" w „Dzień Dobry TVN", a od grudnia 2023 roku jest jedną ze współprowadzących ten poranny magazyn.

Ma Pani zapracowane wakacje?

Wszystko wskazuje na to, że tak. W tym roku widzimy się z widzami każdego dnia, co jest nowością, bo w poprzednich latach „Dzień Dobry Wakacje" emitowane było tylko w weekendy. Oznacza to, że nie mamy przerw w spotkaniach z widzami, co moim zdaniem jest świetną decyzją. Przygotowaliśmy też specjalny cykl „Kolonie z Dzień Dobry TVN", w ramach którego gwiazdy opowiadają o swoich ulubionych miejscach z dzieciństwa.

Czy prowadzący również dzielą się wakacyjnymi wspomnieniami?

Owszem. O swoich wakacjach opowiedzieli już Krzysztof Skórzyński, Ewa Drzyzga, a także ja. Zdecydowałam się pokazać Zabrze, czyli moje rodzinne miasto. Chociaż często jeździłam na Mazury, skąd pochodzi moja mama, a także nad morze i w góry, moim ukochanym miejscem niezmiennie pozostaje Śląsk. Ma on wiele do zaoferowania i to właśnie z nim wiążą się moje najpiękniejsze wspomnienia z dzieciństwa.

Jeszcze do niedawna prowadziła z Maciejem Dowborem wakacyjne studio „Dzień Dobry TVN".

Słyszałam, że już jako mała dziewczynka marzyła Pani, żeby prowadzić „Dzień Dobry TVN". Czy to prawda?

To program, który daje prowadzącemu wszystko, czego dziennikarz potrzebuje i o czym marzy. Z jednej strony oferuje dużą różnorodność tematów oraz pracę na żywo, której nie da się porównać z niczym innym. Z drugiej, daje przestrzeń do bycia autentycznym. Prowadzenie programu na żywo przez niemal cztery godziny w pełni pokazuje, jakimi jesteśmy ludźmi, ponieważ przez tak długi czas nie da się kreować postaci.

Czy życie pozytywnie zweryfikowało to dziecięce marzenie?

Myślę, że tak, chociaż moja praca, jak każda inna, ma swoje blaski i cienie. Powodów do narzekań nie ma chyba tylko ktoś, kto zajmuje się głaskaniem kotów na greckiej wyspie, bo słyszałam, że gdzieś pojawiła się taka oferta pracy. Nie lubię powiedzenia, że jeśli kochasz to, co robisz, to nie przepracowałeś ani jednego dnia w życiu. Nie zgadzam się z nim. Uważam, że praca jest pracą. Osobiście oddzielam życie prywatne od zawodowego. Daję tej pracy całe swoje serce, ale staram się nie zapominać, że pod koniec dnia, kiedy wracam do domu, chcę cieszyć się swoim życiem prywatnym i pamiętać, że to ono jest moją bezpieczną przystanią. Wiele osób rozczarowa-

eprasa.pl 641f6b47df

SHOWBIZ (2020-2023) Po dołączeniu do „Dzień Dobry TVN" opowiadała o aktualnościach ze świata show-biznesu.

SKĄD JĄ ZNAMY?

TOP OF THE TOP FESTIWAL (OD 2024) Współprowadzi koncerty podczas festiwalu w Operze Leśnej w Sopocie. Na zdjęciu z Mateuszem Hładkim.

MAGDA GOTUJE INTERNET (2025) W programie Magdy Gessler opowiedziała m.in. o miłości, hejcie i o macierzyństwie.

ło mnie na zawodowej drodze. Do dziś czasami otwieram szeroko oczy, przyglądając się temu, jak bezpardonowi potrafią być ludzie z show-biznesu. Jednocześnie ta praca ma wiele pięknych stron, bo daje możliwość niezwykłych spotkań. Ostatnio jako jedyna dziennikarka z Polski miałam okazję porozmawiać z Mickiem Jaggerem. Myślę, że dla każdego fana muzyki, ale także dla wielu innych osób, to naprawdę coś wyjątkowego.

Jaki jest Mick Jagger w bezpośredniej rozmowie?

Naczytałam się, że potrafi być arogancki albo przerywa rozmowy w połowie. Tymczasem moje wrażenia były zupełnie inne. Był błyskotliwy i dowcipny, szybko reagował na pytania. Naprawdę wspaniały rozmówca.

Niedawno skończył się mundial. Pani dziadek, Henryk Hajduk, był piłkarzem. Czy Pani też pasjonuje się piłką nożną?

Niestety nie. Mecze oglądam tylko wtedy, gdy gra reprezentacja Polski. Sam sport nie jest jednak dla mnie szczególnie interesujący. Byłam kilkakrotnie na meczach piłki nożnej. Rozczarował mnie stadion Legii Warszawa, ponieważ widziałam tam wiele przejawów agresji wśród kibiców. Nie rozumiem tego, bo w przypadku innych dyscyplin sportowych zjawisko to nie występuje na taką skalę. Kiedyś często chodziłam na mecze futbolu amerykańskiego i panowała tam zupełnie inna, bardziej rodzinna atmosfera. Kibic jednej drużyny mógł usiąść w koszulce swoich barw obok kibica drużyny przeciwnej, a nikt nie patrzył na niego krzywo ani go nie wyzywał. Na meczach piłki nożnej trudno to sobie wyobrazić.

Pani dziadek był wyjątkowym zawodnikiem, bo grał w... okularach!

Teraz znajdują się w muzeum w Zabrzu. To nasza rodzinna duma. Pamiętam pogrzeb dziadka, który został pochowany z honorami na cmentarzu w Zabrzu. Pojawiła się na nim delegacja Górnika Zabrze, w którego barwach grał. Przyjaźnił się ze Stanisławem Oślizłą i Ernestem Polem – legendami śląskiej piłki nożnej. Był chyba jedynym piłkarzem w Europie, który występował na boisku w okularach. To dla mnie pewna inspiracja: nawet jeśli świat mówi, że coś trzeba robić w określony sposób, warto pozostać wiernym własnej drodze.

Bardzo ważnym mężczyzną w Pani życiu jest tata. Ma ciekawy tatuaż...

To piękna historia (śmiech)! Tata zaskoczył mnie tym tatuażem podczas mojego wesela. Zrobił go w wielkiej tajemnicy. Podczas pierwszego tańca – który w moim przypadku był właśnie tańcem z tatą – do piosenki AC/DC w pewnym momencie rzucił się na kolana i, niczym Angus Young, przesuwając się po parkiecie, rozdarł koszulę. Wtedy zobaczyliśmy ten tatuaż. Widniało na nim moje imię. Kiedy byłam nastolatką, poszliśmy razem z tatą na koncert AC/DC na warszawskim Bemowie. Ten tatuaż stanowi więc pewien symbol. Tata nie ma żadnych innych tatuaży, a ten był wyrazem jego miłości do mnie.

Bardzo ważnym mężczyzną w Pani życiu jest też mąż. Czy nie czuł się zazdrosny, gdy wszędzie widać było Panią u boku kolegi z pracy, Macieja Dowbora, nawet na okładkach kolorowych pism?

Absolutnie nie był zazdrosny. Zadbaliśmy z Maćkiem o to, żeby nasze rodziny się poznały. Od początku z Maćkiem czuliśmy się jak stare, łyse konie – patrzyliśmy na siebie jak brat i siostra. Myślę, że nasi partnerzy od razu to wyczuli. Poza tym mój mąż ma ogromną dozę zrozumienia dla mojej pracy, która przecież nie kończy się o siedemnastej. Często wyjeżdżam na zdjęcia, nie ma mnie w domu wieczorami, bo na przykład prowadzę jakiś event. Na szczęście mój mąż doskonale rozumie ten styl pracy i jest dla mnie wielkim wsparciem.

Zaczęłyśmy rozmawiać o wakacjach i na koniec też o nie zapytam. Jakie są Pani ulubione kierunki, które wybiera, jadąc na urlop?

Moim miejscem na ziemi są Malediwy, które odwiedziłam już sześć razy. Zazwyczaj lecę tam między listopadem a kwietniem, bo wtedy panują najlepsze warunki pogodowe. Ale obok Malediwów kocham też działkę mojego taty w Zabrzu. Jak widać, jestem złożona z kontrastów (śmiech). W listopadzie wybieram tropikalny malediwski raj, a w lipcu – zabrzańską działkę. W życiu potrzebna jest równowaga, a te dwa miejsca idealnie oddają to, czego potrzebuję do szczęścia.

Rozmawiała Marzena Juraczko

→ **DZIEŃ DOBRY WAKACJE SO 25.07 godz. 07.45 TVN**

FOT: ADAM PLUCIŃSKI MOVE / TVN, EAST NEWS (3), TVN

eprasa.pl 641f6b47df

FILMY SENSACYJNE, KOMEDIE, DRAMATY, SCIENCE

	sobota	niedziela	poniedziałek

SENSACJA

Lucy

GODZ. 21.00 POLSAT FILM Młoda Amerykanka zyskuje nadludzkie moce za sprawą nowego narkotyku. Wykorzystuje je do walki z mafią. Dzieło Luca Bessona, twórcy „Nikity" i „Leona zawodowca". Wartka akacja i dużo scen pojedynków.

Siedem

GODZ. 22.50 TVN FABUŁA Morderca wciąga detektywów w makabryczną rozgrywkę. Inscenizuje zbrodnie tak, by wyglądały na skutek popełnienia grzechu. Dreszczowiec z potęgującymi mroczną atmosferę zdjęciami Dariusa Khondji.

Jestem mordercą

GODZ. 21.55 KINO POLSKA Scenariusz inspirowany historią wampira z Zagłębia. Lata 70. Morderca terroryzuje Śląsk. Dla milicjanta śledztwo jest szansą na karierę.

KOMEDIA

Dalej jazda! 2

GODZ. 21.00 C+ PREMIUM Chwytająca za serce komedia będąca hołdem dla dojrzałej miłości. Cierpiąca na alzheimera Ela i jej zmagający się z nowotworem mąż planują ślub kościelny. Ich bliscy mierzą się z własnymi problemami.

Sojusznicy

GODZ. 20.00 HBO Premier Wielkiej Brytanii i prezydent USA są politycznymi przeciwnikami. Wspólny wróg zmusza ich do połączenia sił. Znany z serialu „Luther" Idris Elba oraz wrestler John Cena w roli skazanych na siebie rywali.

Śmietanka towarzyska

GODZ. 22.30 TVP KOBIETA Lata 30. Intelektualista pragnie dołączyć do elity. Droga na szczyt to trudna szkoła życia. Słodko-gorzka komedia Woody'ego Allena.

DRAMAT

Bohater

GODZ. 22.15 TVP KULTURA Więzień na przepustce oddaje znalezioną torbę z pieniędzmi. Podziw z czasem przeradza się we wrogość. Nagrodzony w Cannes dramat w reżyserii Asghara Farhadiego, autora oscarowego „Klienta".

Furia

GODZ. 20.00 TVN FABUŁA Załoga amerykańskiego czołgu mierzy się z liczniejszymi oddziałami nazistów. Trzymająca w napięciu opowieść osadzona u schyłku II wojny światowej. Brad Pitt stworzył w niej zapadającą w pamięć kreację.

Zniewolony. 12 Years a Slave

GODZ. 20.10 ALE KINO+ XIX w. Nowojorski muzyk zostaje niewolnikiem. Nie traci nadziei na odzyskanie wolności. Trzy Oscary.

SF/FANTASY

Lisa Frankenstein

GODZ. 21.35 HBO Połączenie komedii romantycznej z kinem grozy. W życiu wyobcowanej nastolatki pojawia się mężczyzna z epoki wiktoriańskiej, którego wskrzesił piorun. Choć pochodzą z różnych światów, wiele ich łączy.

Resident Evil: Witajcie w Raccoon City

GODZ. 21.00 SCI FI Ekranizacja gry komputerowej. Do Raccoon City powraca Claire Redfield. Chce ostrzec brata, policjanta Chrisa, przed niebezpieczeństwem. Tymczasem czające się w podziemiach miasta zło zostaje uwolnione...

Ruchomy chaos

GODZ. 20.00 TVN FABUŁA Todd dorasta wśród kolonizatorów odległej planety. Wraz z przybyłą z kosmosu Violą odkrywa mroczny sekret miejscowej społeczności.

eprasa.pl 641f6b47df

wtorek | środa | czwartek | piątek

Hitman: Agent 47

GODZ. 21.00 SUPER POLSAT
Zabójca o nadludzkich umiejętnościach walczy ze zbrodniczą korporacją. Znajduje sojuszniczkę. Adaptacja gry komputerowej.

Rzeka tajemnic

GODZ. 22.25 WARNER TV Zbrodnia splata losy mężczyzn naznaczonych dramatem z dzieciństwa. Clint Eastwood przeniósł na ekran książkę Dennisa Lehane'a.

Love Lies Bleeding

GODZ. 22.30 ALE KINO+ Lou – w tej roli Kristen Stewart – stara się chronić przyjaciółkę, która zabiła brutalnego szwagra. Zrzuca winę na swojego ojca, szefa gangu.

Kult

GODZ. 22.00 STOPKLATKA
Policjant odkrywa mroczne sekrety społeczności praktykującej na wyspie okultystyczne rytuały. Remake dreszczowca z 1973 roku.

Sąsiedzi 2

GODZ. 22.30 FILMBOX+ ONE
Kontynuacja hitu o sąsiadach z piekła rodem. Pechowa para łączy siły z dawnym wrogiem, by uporać się z grupą głośnych studentek.

Ted

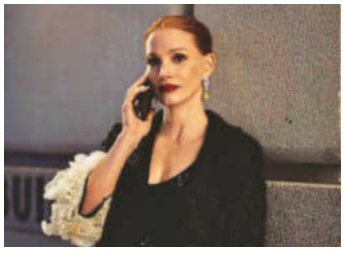
GODZ. 22.05 POLSAT John musi wybierać między przyjaźnią z pluszakiem a związkiem z Lori. Pełna dosadnego humoru komedia doczekała się serialowego prequela.

Zołza

GODZ. 22.30 TVP KOBIETA
Bezwzględną producentkę seriali nawiedzają... bohaterowie jej produkcji. Scenariusz komedii napisała Ilona Łepkowska

Bez wyjścia

GODZ. 20.00 HBO Zwolniony pracownik wkracza na ścieżkę zbrodni. Park Chan-wook, reżyser „Oldboya", przedstawia satyrę na korporacyjną mentalność.



Dreams

GODZ. 20.00 C+ PREMIUM
Obnażająca nierówności klasowe opowieść o toksycznym romansie nielegalnego imigranta z Meksyku i amerykańskiej filantropki.

Dywizjon 303. Historia prawdziwa

GODZ. 18.55 POLSAT FILM
Opowieść o bohaterskich polskich pilotach oparta na motywach książki Arkadego Fiedlera.

Hrabia Monte Christo

GODZ. 20.00 TVN FABUŁA Ofiara spisku powraca, by po wielu latach wyrównać rachunki ze zdrajcami. Widowiskowa adaptacja najsłynniejszej powieści o zemście.

Sierpniowe niebo. 63 dni chwały

GODZ. 20.05 TVP HISTORIA Poruszające losy uczestników powstania warszawskiego przeplatają się ze współczesnymi wydarzeniami.

Chappie

GODZ. 21.00 SCI FI W społeczeństwie przyszłości o porządek dba policja złożona z robotów. Pewien przeprogramowany android zaczyna odczuwać emocje.

Igrzyska śmierci

GODZ. 20.00 FILMBOX+ ONE
Początek trylogii na podstawie powieści Suzanne Collins. Uczestnicy krwawego turnieju zapoczątkowują rebelię przeciwko tyranii.

Transformers: Wiek zagłady

GODZ. 20.00 PARAMOUNT NETWORK Czwarty rozdział wojny potężnych maszyn. Stara ciężarówka okazuje się kosmicznym robotem.

Liga Sprawiedliwości

GODZ. 20.00 TVN FABUŁA
Superbohaterowie z uniwersum DC Comics jednoczą się we wspólnej misji. Ziemi zagraża armia dowodzona przez Steppenwolfa.

eprasa.pl 641f6b47df

SERIALE

AGENCI Z AUSTRALII, podejrzana pracodawczyni, Kevin Costner i jego ranczo, rodzinna saga z drzewem w tle, tragedia powstańców.

Ekipa agentów gotowa do działania.

Mackey może zawsze liczyć na pomoc Dempseya (Todd Lasance).

NOWY SEZON

AGENCI NCIS: SYDNEY

KRYMINALNY Połączone siły agentów NCIS i Australijskiej Policji Federalnej ponownie wkraczają do akcji. Trzeci sezon zabierze widzów na malownicze, ale jednocześnie pełne zagrożeń wybrzeże Australii, gdzie bohaterowie będą mierzyć się z przestępstwami o charakterze wojskowym i międzynarodowym. W pierwszym odcinku zespół marynarki wojennej odnajduje dwóch zaginionych lotników w Morzu Koralowym. Piloci twierdzą, że byli przetrzymywani przez filipińskich terrorystów, ale w końcu udało im się uciec z niewoli. Mackey (Olivia Swann) nie wierzy jednak w ich wersję wydarzeń. Niebawem ekipa wpada na trop przerażającego spisku. **EGP**

→ **AGENCI NCIS: SYDNEY 3**
WT 28.07 godz. 19.15 FX

Mackey czuje, że piloci kłamią.

NOWY SEZON

YELLOWSTONE

NEOWESTERN Praca na ranczu i spędzanie bydła to dla Kayce'ego (Luke Grimes) zupełnie nowe doświadczenie. Jednak młody Dutton szybko sprawdza się w trudnych sytuacjach, czym zdobywa uznanie ojca (Kevin Costner). Nie umyka to uwadze Ripa (Cole Hauser), którego boli, że jest pomijany przy podejmowaniu ważnych decyzjach. Tymczasem Beth (Kelly Reilly) pomaga ojcu w politycznej batalii przeciwko Jamiemu (Wes Bentley), wspierając w kampanii wyborczej na prokuratora generalnego Montany byłą miss. Z kolei Rainwater przedstawia radzie plemiennej swój ambitny plan budowy drugiego kasyna. Nie wszystkim pomysł przypada do gustu. **JP**

→ **YELLOWSTONE 2 ND 26.07 godz. 20.00**
METRO

VIGIL

SENSACYJNY Nadkomisarz Amy Silva (Suranne Jones) i sierżant Kirsten Longacre (Rose Leslie) znów w akcji! Tym razem czeka je wyjątkowo trudne śledztwo. Pokaz bojowych dronów na szkockim poligonie wymknął się spod kontroli, pozostawiając po sobie śmiertelne ofiary – zarówno Brytyjczyków, jak i delegatów z Wudyan, autorytarnej monarchii z Bliskiego Wschodu. Silva i Longacre szybko wpadają na trop spisku, w którym maczał palce wicemarszałek Marcus Grainger, zarabiający krocie na sprzedaży dronów do kraju o wątpliwej reputacji. Dodajmy do tego jeszcze szpiega, tajemnicze zaginięcie i morderstwo... **MAM**

→ **VIGIL 2 CZ 30.07 godz. 10.00**
ALE KINO+

FOT.: EAST NEWS, MAT. PRASOWE (10)

eprasa.pl 641f6b47df

DEWAJTIS

OD 1. ODCINKA

KOSTIUMOWY Powstanie styczniowe odmienia losy rodziny Czertwanów. Właściciel pałacu w Poświciu, Kazimierz Orwid, rusza do walki, chcąc pomścić ojca poległego w zrywie listopadowym. Trafia jednak w ręce Rosjan i zostaje zesłany na Sybir. Opiekę nad majątkiem powierza przyjacielowi Pawłowi Czertwanowi, który przyrzeka strzec posiadłości do jego powrotu. Mija 25 lat, ale Orwid nie wraca. Paweł, przeczuwając zbliżający się kres, przekazuje majątek ukochanemu synowi Markowi. Niemym świadkiem wydarzeń jest dąb Dewajtis. Klimat serialu budują malownicze plenery Suwalskiego Parku Krajobrazowego, skansenów i dworów. Dewajtisa zagrał 400-letni Dąb Harcerski, rosnący w Zalesiu Górnym pod Warszawą. **MAM**

→ **DEWAJTIS ND 26.07 godz. 23.10 TVP 1**

Czy Poświcie jest dla Marka ważniejsze od Marty (Ada Szczepaniak)?

Marek (Karol Dziuba) chce spełnić wolę ojca. Na zdj. z Tomaszem Saprykiem.

OD 1. ODCINKA

KAROL, WŁADCA HISZPANII

KOSTIUMOWY Historia życia i panowania Karoljednego z bardziej wpływowych władców XVI-wiecznej Europy. Kiedy umiera król Ferdynand, zgodnie z ostatnią wolą jego oraz jego żony Izabeli, ich wnuk Karol ma przejąć korony Kastylii i Aragonii. Syn Joanny, który wychował się we Flandrii i nigdy nie poznał ziemi swoich dziadków, wyrusza tam na prośbę kardynała Cisnerosa, regenta Kastylii. Na miejscu spotyka swoje młodsze rodzeństwo. Okazuje się, że jego brat Ferdynand rości sobie prawo do tronu i ma swoich popleczników wśród możnych. Karol musi stanąć do walki o władzę. **EGP**

→ **KAROL, WŁADCA HISZPANII ND 26.07 godz. 21.30 TVP KOBIETA**

KOLUMBOWIE

WOJENNY Najpierw, w 1957 roku, ogromny sukces odniosła powieść Romana Bratnego „Kolumbowie. Rocznik 20", opowiadająca o losach młodych żołnierzy Armii Krajowej. Dekadę później Janusz Morgenstern uznał, że dwie z trzech części książki idealnie nadają się do ekranizacji. Reżyser chciał, aby serial stał się hołdem dla wszystkich, którzy poświęcili życie dla ojczyzny. – Miałem poczucie, że robiąc ten film, spłacam dług – stwierdził Morgenstern. Główne role zagrali młodzi aktorzy, m.in. Jan Englert, Marek Perepeczko i Jerzy Matałowski. Udział w tej produkcji nie tylko przyniósł im popularność, ale i otworzył drzwi do kariery. **HM**

→ **KOLUMBOWIE WT 28.07 godz. 08.15 TVP 1**

OD 1. ODCINKA

Marek Perepeczko wcielił się w Małego, Jan Englert zagrał Zygmunta, a Jerzy Matałowski (w kółku) – Kolumba.

eprasa.pl 64...

ROZRYWKA

DUŻO ŚMIECHU w koszalińskim amfiteatrze, plenerowa letnia zabawa z radiem i telewizją, najpiękniejsze kobiety z całego świata.

Z nimi nie ma żartów – Zdolni i Skromni wybawią nas „do ostatniej kropli śmiechu".

NA ŻYWO

31. FESTIWAL KABARETU W KOSZALINIE 2026

WIDOWISKO W ostatnią sobotę lipca Koszalin znów będzie rozbrzmiewać śmiechem i tryskać dobrą energią, stając się na kilka godzin stolicą polskiego kabaretu. Wystąpią formacje z całej Polski, m.in. Trzecia Strona Medalu, Zdolni i Skromni, Jurki, Rewers, debiutująca na koszalińskiej scenie Trupa Wysokiego Ryzyka z Michałem Paszczykiem (wcześniej Paranienormalni) na czele, a także Koń Polski jako gospodarz wieczoru. Hasło tegorocznej zabawy brzmi krótko, ale i dosadnie – „Wariatkowo", bowiem według kabareciarzy, do analizy tego, co się dzieje w polskiej i światowej polityce, najbardziej nadają się... psychiatrzy! **MP**

→ **31. FESTIWAL KABARETU W KOSZALINIE 2026 SO 25.07 godz. 20.00 POLSAT**

Gospodarzem koszalińskiego święta rozrywki jest kabaret Koń Polski.

NA ŻYWO

MISS SUPRANATIONAL 2026

WIDOWISKO Przed nami Festiwal Piękna 2026 w Nowym Sączu i wybory Miss Supranational! W piątek, 31 lipca, na scenie zobaczymy blisko 80 kandydatek z całego świata, wśród nich Miss Polski 2025 – Oliwię Mikulską. Dziewczyny zaprezentują się m.in. w strojach narodowych i w pokazach kolekcji mody. Zwyciężczynię konkursu wybierze profesjonalne jury. Na gali pojawi się Miss Supranational 2025 – Eduarda da Silva Braum (zdj.), która przekaże koronę swojej następczyni. Imprezę poprowadzą Ida Nowakowska i Fezile Mkhize. Nie zabraknie też muzycznych gwiazd – wystąpią m.in. Octavvia i Alicja Szemplińska. **MJ**

→ **MISS SUPRANATIONAL 2026 PT 31.07 godz. 19.55 POLSAT**

LATO Z RADIEM I TELEWIZJĄ POLSKĄ

NA ŻYWO

KONCERT Od wczesnych godzin porannych nadwiślański Grudziądz będzie gościł Telewizję Polską, z ekipą „Pytania na śniadanie" na czele. Przygotowano wiele atrakcji, które bez wątpienia umilą czas zarówno mieszkańcom, jak i turystom. Kulminacją całego dnia będzie wielki koncert w ramach muzycznej trasy „Lata z Radiem i Telewizją Polską". Na scenie zbudowanej na Błoniach Nadwiślańskich wystąpi plejada gwiazd! Zobaczymy m.in.: Natalię Kukulską, Edytę Górniak, Annę Wyszkoni, Grzegorza Hyżego oraz zespoły: Pectus, Kobranockę, BEMY i Perfect z nowym wokalistą Łukaszem Drapałą. **MJ**

→ **LATO Z RADIEM I TELEWIZJĄ POLSKĄ SO 25.07 godz. 20.00 TVP 2**

Na scenie pojawi się zespół Perfect z Łukaszem Drapałą.

FOT.: AKPA (3), MATERIAŁY PRASOWE

eprasa.pl 641f6b47df

Rewolucja cenowa trwa! Każdego dnia tanio także bez promocji.

LIDL

To się opłaca.

9,99
Cena regularna

FLORALYS
Ręcznik papierowy
2-warstwowy, big size
1 rolka

13,99
Cena regularna

FLORALYS
Papier toaletowy
3-warstwowy
10 rolek
1 rolka = 1,40

Logo „Twoje niskie ceny" oznacza nasze niskie ceny regularne.

Na etykietach cenowych logo jest w kolorze czerwono-białym.

Twoje niskie ceny

Lista produktów dostępna na www.lidl.pl/bezpromocji, w strefie kas i u asystenta kas samoobsługowych. Więcej szczegółów na stronie internetowej.

eprasa.pl 641f6b47df

DOKUMENT

NIEZWYKŁA PODRÓŻ do czasów erupcji Wezuwiusza, sekret ekspansji kwiatów, rzymska potęga w rozkwicie i upadku.

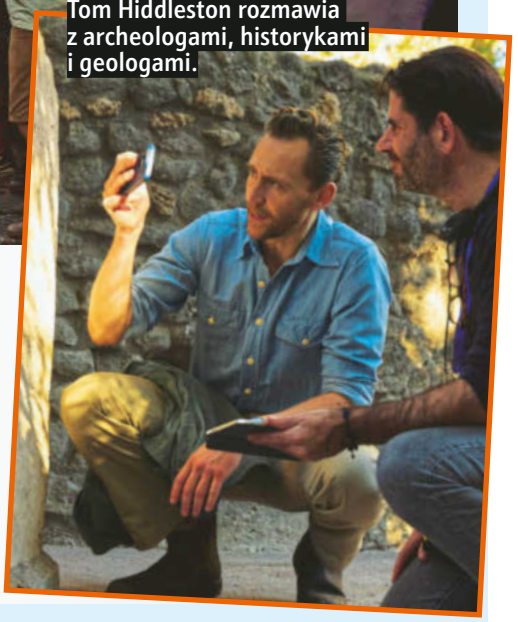
Zobaczymy rekonstrukcję wydarzeń tuż przed tragedią.

PREMIERA

POMPEJE: PODRÓŻ W CZASIE Z TOMEM HIDDLESTONEM

W CIENIU WULKANU Erupcja Wezuwiusza w 79 roku n.e. na zawsze zmieniła los Pompejów. Miasto zniknęło pod warstwą popiołu i przez blisko dwa tysiące lat pozostawało niemym świadkiem jednej z największych katastrof starożytności. Czy ktoś z mieszkańców zorientował się odpowiednio wcześnie, co się dzieje, by mieć szansę na ucieczkę? Aktor Tom Hiddleston zabiera nas w niezwykłą podróż do Cesarstwa Rzymskiego, łącząc najnowsze odkrycia archeologiczne z efektownymi rekonstrukcjami i historiami ludzi, którzy stanęli przed dramatycznymi wyborami. Dwa pierwsze odcinki serialu będzie można obejrzeć już 26 lipca, a trzeci 2 sierpnia. **MAM**

→ **POMPEJE: PODRÓŻ W CZASIE...**
ND 26.07 godz. 21.00
NATIONAL GEOGRAPHIC



Tom Hiddleston rozmawia z archeologami, historykami i geologami.

PREMIERA

IMPERIUM RZYMSKIE...

WIELKA HISTORIA Fascynująca historia Rzymu – od narodzin republiki po jej upadek. W III wieku p.n.e. Rzym był młodą republiką pod rządami ambitnych rodów. Po podboju Italii stał się potęgą regionu, co doprowadziło do rywalizacji i wojen z Kartaginą. Zwycięstwa przyniosły mu bogactwo i dominację w basenie Morza Śródziemnego. Z czasem republika przekształciła się w cesarstwo, które podporządkowało sobie świat zachodni. Jednak wewnętrzne kryzysy, walki o władzę i najazdy barbarzyńców zakończyły jego ponad tysiącletnią historię. Pozostało po nim m.in. prawo rzymskie, architektura i osiągnięcia inżynieryjne. **MP**

→ **IMPERIUM RZYMSKIE: POWSTANIE I UPADEK SO 25.07 godz. 21.00 HISTORY**

PRZERAŻAJĄCA TAJEMNICA KWIATÓW

POTĘGA NATURY Kwiaty to nie tylko ozdoba świata, ale też mistrzowie przetrwania. Z pozoru delikatne, w ciągu ponad 100 milionów lat opanowały niemal wszystkie środowiska lądowe i dziś stanowią około 90 proc. gatunków roślin. Karol Darwin określił „szybki rozwój roślin kwiatowych" mianem „odrażającej tajemnicy". Sekret ich ekspansji tkwi w zdolnościach do reagowania na bodźce i wykrywania dźwięków oraz współpracy z zapylaczami. To dzięki temu kwiaty tak szybko różnicują się i tworzą niezliczone formy oraz barwy, stając się jedną z najbardziej niezwykłych historii sukcesu w dziejach życia na Ziemi. **MP**

→ **PRZERAŻAJĄCA TAJEMNICA KWIATÓW WT 28.07 godz. 12.55 TVP 1**

FOT.: MATERIAŁY PRASOWE (4)

eprasa.pl 641f6b47df

KOLAGENCITO

- wsparcie dla Twojego organizmu[1]!

Wzbogać swój codzienny jadłospis w kolagen i witaminę C razem z KolagenCito

Poznaj KolagenCito – produkt wzbogacony w postaci pastylek do ssania. To prosty sposób na wzbogacenie codziennego jadłospisu o kolagen i witaminę C.

[1]Witamina C pomaga w prawidłowej produkcji kolagenu w celu zapewnienia prawidłowego funkcjonowania kości, chrząstki, dziąseł, skóry oraz naczyń krwionośnych. Dodatkowo witamina C pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu odpornościowego oraz w ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym.

Wystarczy ssać do 3 pastylek dziennie!

KolagenCito to opatentowany produkt niemieckiej marki Reutter, która od ponad 110 lat rozwija swoje doświadczenie w tworzeniu wysokiej jakości produktów.

DOBRY WYBÓR

Szukaj KolagenCito w aptekach i sklepach zielarskich.

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

eprasa.pl 641f6b47df

TOBIAS BECH bryluje na skrzydle w ekipie mistrza Danii.

MIKAEL ISHAK to najskuteczniejszy piłkarz polskiego klubu w europejskich pucharach.

PABLO RODRÍGUEZ pełni ważną rolę w ofensywnej układance Nielsa Frederiksena.

ELIMINACJE LIGI MISTRZÓW

LECH – AARHUS

PRZED NAMI m.in. decydujące potyczki Lecha i Górnika w drugiej rundzie eliminacji Ligi Mistrzów oraz turniej finałowy siatkarskiej Ligi Narodów.

PIŁKA NOŻNA Dotychczas wyłącznie Legia Warszawa oraz Widzew Łódź reprezentowali Polskę w najważniejszych klubowych rozgrywkach na Starym Kontynencie. Wydaje się, że po sześciu nieudanych bataliach o Ligę Mistrzów Kolejorz ma największą szansę od lat, żeby pójść śladem odwiecznych rywali z ekstraklasowych boisk i wreszcie zadebiutować w europejskiej elicie. Przed nim rewanżowe starcie z Aarhus GF w drugiej rundzie eliminacji. Mistrz Danii to najmocniejszy przeciwnik, na jakiego KKS mógł trafić na tym etapie rywalizacji. Nie ulega jednak wątpliwości, że jest zespołem w zasięgu Lecha. W teorii dużo trudniejsze zadanie czeka Górnika Zabrze. Wicemistrzowie Polski o zachowanie szans na dostanie się do Champions League zawalczą przed własną publicznością z naszpikowanym gwiazdami Fenerbahce (ŚR godz. 20.00 Polsat Sport 1). Zarówno Poznaniacy, jak i Zabrzanie muszą szybko pogodzić grę na krajowym podwórku z występami w europejskich pucharach. Kilka dni przed swoimi rewanżowymi spotkaniami eliminacyjnymi przejdą chrzest bojowy w postaci inauguracyjnej kolejki Ekstraklasy. Lech stawi w niej czoło Cracovii (SO godz. 20.10 C+ Sport 3), natomiast Górnik – beniaminkowi Śląskowi Wrocław (SO godz. 17.25 C+ Sport 3).

→ LECH POZNAŃ – AARHUS ŚR 29.07 godz. 18.55 TVP SPORT

GRAND PRIX WĘGIER

FORMUŁA 1 Liczne i utrudniające wyprzedzanie zakręty czynią z toru Hungaroring jeden z najtrudniejszych przystanków w sezonie królowej sportów motorowych. Sympatią do madziarskiego obiektu nie pała np. Charles Leclerc. Przed rokiem Monakijczyk był o włos od tego, by po raz pierwszy w karierze znaleźć się na podium Grand Prix Węgier. Pech sprawił jednak, że mimo startu z pole position kierowca Ferrari ukończył wyścig na czwartym miejscu. Niedawny triumfator rundy w Wielkiej Brytanii powróci w okolice Budapesztu z mocnym postanowieniem poprawy.

→ GRAND PRIX WĘGIER ND 26.07 godz. 14.55 ELEVEN SPORTS 1

TURNIEJ W WASZYNGTONIE

TENIS W światowym tourze nie ma czasu na odpoczynek. Ledwo opadły emocje po Wimbledonie, a na horyzoncie majaczy startujący już 30 sierpnia US Open. Droga do Nowego Jorku i ostatniej wielkoszlemowej imprezy w sezonie wiedzie m.in. przez stolicę USA. O zawojowanie kortów William H.G. FitzGerald Tennis Center spróbuje pokusić się Kamil Majchrzak (w żeńskiej odsłonie zawodów wezmą udział Magda Linette i Magdalena Fręch, transmisje w C+ Sport 2). Tegoroczna edycja zmagań w Waszyngtonie będzie miała mocną obsadę. Do rywalizacji przystąpią choćby Felix Auger-Aliassime, Daniił Miedwiediew czy Taylor Fritz. Nie zabraknie też broniącego tytułu Alexa de Minaura. Być może Majchrzak znów będzie miał okazję skonfrontować się z Australijczykiem, którego w połowie czerwca pokonał w finale Libéma Open.

→ TURNIEJ ATP W WASZYNGTONIE PO 27.07 godz. 17.00 POLSAT SPORT 1

KAMIL MAJCHRZAK w połowie lipca zajmował 66. miejsce w rankingu ATP.

FOTO: MATERIAŁY PRASOWE

eprasa.pl 641f6b47df

LIGA NARODÓW

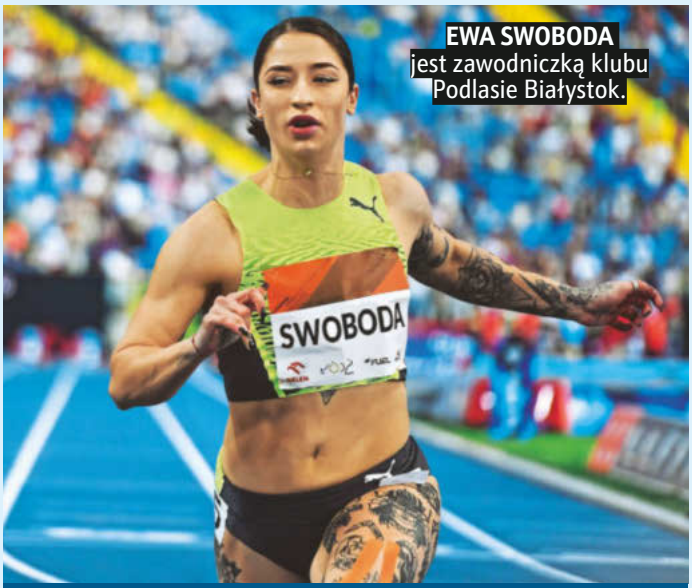
ĆWIERĆFINAŁY

SIATKÓWKA Hala Beilun Gymnasium w Ningbo jest szczęśliwa dla reprezentacji Polski. To w niej w ubiegłym sezonie Biało-Czerwoni zdobyli swój drugi złoty medal Ligi Narodów. W tym roku obiekt ten także będzie areną turnieju finałowego. W momencie powstawania tekstu podopieczni Nikoli Grbicia byli na dobrej drodze, by znaleźć się wśród ośmiu uczestników zawodów. Wszystko zależało od wyników ich meczów w Chicago, gdzie w dniach 15-19 lipca zagrali z Bułgarią, Francją, Brazylią i USA. Kibice liczą, że nasze Orły pomszczą swoje koleżanki po fachu, którym nie udało się awansować do finałów LN. Przeszkodziła im w tym porażka z Japonią w ostatnim spotkaniu fazy interkontynentalnej (2:3). O miejsce na podium najmłodszych rozgrywek pod egidą FIVB zawalczy również męska kadra Kraju Kwitnącej Wiśni. W tej edycji rozgrywek drużyna pod wodzą trenera Laurenta Tilliego pokonała już m.in. USA, Francję oraz naszą kadrę. W Ningbo stać ją na to, by tak samo dać się we znaki faworyzowanym rywalom.

→ **ĆWIERĆFINAŁY ŚR 29.07, CZ 30.07 godz. 08.45, 13.15, POLSAT SPORT 1**

RAN TAKAHASHI, jeden z filarów japońskiej kadry, będzie grał w LUK-u Lublin.

TOMASZ FORNAL rywalizuje o miejsce w wyjściowym składzie kadry m.in. z Kamilem Semeniukiem.



EWA SWOBODA jest zawodniczką klubu Podlasie Białystok.

MISTRZOSTWA POLSKI

LEKKOATLETYKA Krajowy czempionat w Białymstoku to dla niektórych lekkoatletów szansa, by rzutem na taśmę zapewnić sobie kwalifikację do sierpniowych mistrzostw Europy. Pewni wyjazdu do Birmingham sportowcy mogą zaś podbudować morale przed najważniejszą imprezą sezonu. O spełnienie minimum nie musi się martwić choćby Ewa Swoboda. Nasza najlepsza sprinterka da popis umiejętności już na starcie zawodów. W kolejnych dniach (SO godz. 16.15, ND godz. 12.55 TVP Sport) kibice powinni zobaczyć w akcji m.in. oszczepniczkę Marię Andrejczyk, płotkarza Jakuba Szymańskiego, Natalię Bukowiecką, która rok temu zdobyła złoty medal w biegu na nietypowym dla siebie dystansie 200 metrów, oraz młociarza Wojciecha Nowickiego.

→ **MISTRZOSTWA POLSKI PT 24.07 godz. 17.30 TVP SPORT**

ELIMINACJE LK

PIŁKA NOŻNA Przerwę zimową w trakcie kampanii 2025/26 GKS Katowice spędził w strefie spadkowej Ekstraklasy. Mało kto spodziewał się wówczas imponującego finiszu sezonu w wykonaniu Trójkolorowych. Podopieczni Rafała Góraka zajęli ostatecznie piąte miejsce w tabeli, w dramatycznych okolicznościach wyprzedzając Legię Warszawa i Zagłębie Lubin. W nagrodę po raz pierwszy od 23 lat powalczą o przepustkę na europejskie salony. Przed Gieksą rewanżowy mecz o awans do trzeciej rundy eliminacji Ligi Konferencji. Na Arenę Katowice zawita Hajduk Split lub MŠK Žilina. Taki sam cel przyświeca Rakowowi Częstochowa, który zagra na wyjeździe z Valletta FC.

→ **ELIMINACJE LK CZ 30.07 godz. 20.25 TVP SPORT**

BARTOSZ NOWAK został wybrany MVP minionego sezonu Ekstraklasy.

eprasa.pl 641f6b47df

TYDZIEŃ SPORTU NA ŻYWO

TRANSMISJE OD SOBOTY 25 DO PIĄTKU 31 LIPCA Zaplanuj z nami cały tydzień sportowych emocji!

PIŁKA NOŻNA

PKO BP EKSTRAKLASA

SO Jagiellonia – Korona
14.40 CANAL+ SPORT 3

SO Górnik Zabrze – Śląsk Wrocław
17.25 CANAL+ SPORT 3

SO Lech Poznań – Cracovia
20.10 CANAL+ SPORT 3

ND Raków Częstochowa – Wisła Płock
14.40 CANAL+ SPORT 3

ND Widzew Łódź – Motor Lublin
17.25 CANAL+ PREMIUM; CANAL+ SPORT 3; TVP SPORT

ND Wisła Kraków – GKS Katowice
20.10 CANAL+ SPORT 3

PO Zagłębie Lubin – Piast Gliwice
18.55 CANAL+ SPORT 3; CANAL+ SPORT 5

PT Wisła Płock – Widzew Łódź
17.55 CANAL+ SPORT 3

PT Motor Lublin – Jagiellonia Białystok
20.25 CANAL+ SPORT; CANAL+ SPORT 3

BETCLIC 1. LIGA

SO Lechia – Pogoń Grodzisk Maz.
15.25 TVP 3

ND Bruk-Bet Termalica Nieciecza – Ruch Chorzów
14.25 TVP POLONIA

PO Miedź Legnica – Podbeskidzie Bielsko-Biała
18.55 TVP SPORT

PT Lechia Gdańsk – Warta Poznań
20.25 TVP SPORT

BETCLIC 2. LIGA

SO Podhale Nowy Targ – Śląsk II Wrocław
11.10 TVP SPORT

ND Chojniczanka Chojnice – GKS Tychy
19.25 TVP 3

PT Znicz Pruszków – Legia II Warszawa
17.55 TVP SPORT

SCOTTISH PREMIER LEAGUE

PT Dundee United FC – Rangers FC
20.55 POLSAT SPORT 2

LIGA KONFERENCJI UEFA

CZ Rewanżowy mecz 2. rundy
20.25 TVP SPORT

MECZ TOWARZYSKI

ŚR Cerezo Osaka – Borussia Dortmund
11.55 ELEVEN SPORTS 1

ELIMINACJE LIGI MISTRZÓW

ŚR Lech Poznań – Aarhus GF
18.55 TVP SPORT HIT

ŚR Górnik Zabrze – Fenerbahce SK
20.00 POLSAT SPORT 1

INNE DYSCYPLINY

BOKS

SO **BKFC Fight Night: Urugwaj** CANAL+ SPORT
2.00 Waga lekka: Gaston Reyno – Josh Krejci

ND **Gala w Nowym Jorku** TVP SPORT
2.00 Waga półśrednia: Richardson Hitchins – Ricardo Adan Salas Rodriguez, waga superśrednia: Edgar Berlanga – Steven Butler

DART

SO **World Matchplay** CANAL+ SPORT 5
21.00 Półfinały

ND **Women's World Matchplay** CANAL+ SPORT 5
14.00 Finał

ND **World Matchplay** CANAL+ SPORT 5
21.00 Finał

FORMUŁA 1

SO **Grand Prix Węgier** ELEVEN SPORTS 1
12.25 3. sesja treningowa

SO **Grand Prix Węgier** ELEVEN SPORTS 1
15.55 Sesja kwalifikacyjna

ND **Grand Prix Węgier** ELEVEN SPORTS 1
14.55 Wyścig

FUTBOL AMERYKAŃSKI

SO **Europejska Liga Futbolu** POLSAT SPORT 3
14.55 Mecz: Wrocław Panthers – Alpine Rams

GOLF

SO **3M Open** EUROSPORT 2
19.00 3. runda

ND **3M Open** EUROSPORT 2
19.00 Finał

CZ **Rocket Classic** EUROSPORT 2
21.00 1. runda

PT **Rocket Classic** EUROSPORT 2
21.00 2. runda

KOLARSTWO

SO **Tour de France** EUROSPORT 1
11.00 20. etap: Le Bourg-d'Oisans – Alpe d'Huez
Kwiatkowski, Gradek

ND **Tour de France** EUROSPORT 1
16.00 21. etap: Thoiry – Paryż
Kwiatkowski, Gradek

WT **Tour de l'Ain** EUROSPORT 1
14.30 1. etap

ŚR **Tour de l'Ain** EUROSPORT 1
14.30 2. etap

ŚR **Tour of Denmark** EUROSPORT 1
16.00 1. etap

CZ **Tour de l'Ain** EUROSPORT 1
14.30 3. etap

CZ **Tour of Denmark** EUROSPORT 1
16.00 2. etap

PT **Tour of Denmark** EUROSPORT 1
15.45 3. etap

LEKKOATLETYKA

SO **Mistrzostwa Polski – Białystok 2026** TVP SPORT
16.15 2. dzień

ND **Mistrzostwa Polski – Białystok 2026** TVP SPORT
12.55 3. dzień

PO **Commonwealth Games – Glasgow 2026** EUROSPORT 1
20.00 1. dzień

WT **Commonwealth Games – Glasgow 2026** EUROSPORT 1
20.00 2. dzień

ŚR **Commonwealth Games – Glasgow 2026** EUROSPORT 1
20.00 3. dzień

CZ **Commonwealth Games – Glasgow 2026** EUROSPORT 1
20.00 4. dzień

PT **Commonwealth Games – Glasgow 2026** EUROSPORT 1
20.00 5. dzień

PŁYWANIE

SO **Commonwealth Games – Glasgow 2026** EUROSPORT 1
20.00 2. dzień

ND **Commonwealth Games – Glasgow 2026** EUROSPORT 1
20.30 3. dzień

SIATKÓWKA KOBIET

SO **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1
9.45 Mecz półfinałowy

SO **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1
13.15 Mecz półfinałowy

ND **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1
9.15 Mecz o 3. miejsce

ND **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1
13.15 Mecz finałowy

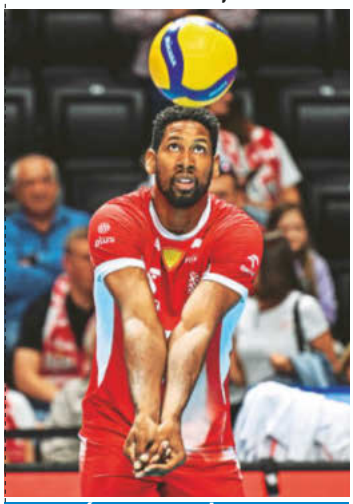
SIATKÓWKA MĘŻCZYZN

ŚR **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1
8.45 Mecz ćwierćfinałowy

ŚR **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1
13.15 Mecz ćwierćfinałowy

CZ **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1
8.45 Mecz ćwierćfinałowy

CZ **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1
13.15 Mecz ćwierćfinałowy



SIATKÓWKA PLAŻOWA

ND **ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie** POLSAT SPORT 2
9.00 Mecz ćwierćfinałowy kobiet

ND **ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie** POLSAT SPORT 2
10.00 Mecz ćwierćfinałowy mężczyzn

ND **ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie** POLSAT SPORT 2
11.00 Mecz półfinałowy kobiet

ND **ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie** POLSAT SPORT 2
12.00 Mecz półfinałowy mężczyzn

ND **ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie** POLSAT SPORT 2
13.00 Mecz o 3. miejsce kobiet

ND **ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie** POLSAT SPORT 2
14.00 Mecz o 3. miejsce mężczyzn

ND **ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie** POLSAT SPORT 2
15.00 Mecz finałowy kobiet

ND **ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie** POLSAT SPORT 2
16.00 Mecz finałowy mężczyzn

– zawody z udziałem Polaków

eprasa.pl 641f6b47df

SKOKI DO WODY

PT **ME – Paryż 2026** TVP SPORT
14.25 Drużyny mieszane

SNOOKER

PO **Shanghai Masters** EUROSPORT 1
8.00 1. dzień

PO **Shanghai Masters** EUROSPORT 1
13.30 1. dzień

WT **Shanghai Masters** EUROSPORT 1
8.00 2. dzień

WT **Shanghai Masters** EUROSPORT 2
15.00 2. dzień

ŚR **Shanghai Masters** EUROSPORT 1
8.00 3. dzień

ŚR **Shanghai Masters** EUROSPORT 2
13.45 3. dzień

CZ **Shanghai Masters** EUROSPORT 1
8.00 Mecz ćwierćfinałowy

CZ **Shanghai Masters** EUROSPORT 2
13.30 Mecz ćwierćfinałowy

PT **Shanghai Masters** EUROSPORT 1
8.00 Mecz półfinałowy

PT **Shanghai Masters** EUROSPORT 2
13.30 Mecz półfinałowy

SPORTY WALKI

SO **UFC Fight Night** POLSAT SPORT 1
18.00 Walka: Magomed Ankalaev – Bogdan Guskov

TENIS

SO **ATP w Kitzbühel** POLSAT SPORT 2
13.00 Mecz finałowy gry pojedynczej

SO **WTA w Pradze** CANAL+ SPORT 2
13.30 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

SO **ATP w Estoril** POLSAT SPORT 2
18.30 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

SO **ATP w Estoril** POLSAT SPORT 2
20.30 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

ND **WTA w Pradze** CANAL+ SPORT 2
14.00 Mecz finałowy gry pojedynczej

ND **ATP w Estoril** POLSAT SPORT 2
18.30 Mecz finałowy gry pojedynczej

PO **Turniej ATP w Waszyngtonie** POLSAT SPORT 1
17.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
Majchrzak HIT

PO **Turniej WTA w Waszyngtonie** CANAL+ SPORT 2
17.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
Fręch, Linette

PO **Turniej ATP w Waszyngtonie** POLSAT SPORT 1
21.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

PO **Turniej WTA w Waszyngtonie** CANAL+ SPORT 2
21.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

WT **Turniej ATP w Waszyngtonie** POLSAT SPORT 1
17.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

WT **Turniej WTA w Waszyngtonie** CANAL+ SPORT 2
17.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

WT **Turniej ATP w Waszyngtonie** POLSAT SPORT 1
21.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

WT **Turniej WTA w Waszyngtonie** CANAL+ SPORT 2
21.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

ŚR **Turniej ATP w Waszyngtonie** POLSAT SPORT 1
17.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

ŚR **Turniej WTA w Waszyngtonie** CANAL+ SPORT 2
17.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

ŚR **Turniej ATP w Waszyngtonie** POLSAT SPORT 2
21.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

ŚR **Turniej WTA w Waszyngtonie** CANAL+ SPORT 2
22.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

CZ **Turniej ATP w Waszyngtonie** POLSAT SPORT 1
17.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

CZ **Turniej WTA w Waszyngtonie** CANAL+ SPORT 2
19.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

CZ **Turniej ATP w Waszyngtonie** POLSAT SPORT 1
21.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

CZ **Turniej WTA w Waszyngtonie** CANAL+ SPORT 2
21.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

CZ **Turniej ATP w Waszyngtonie** POLSAT SPORT 1
23.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

PT **Turniej ATP w Waszyngtonie** POLSAT SPORT 1
17.00 Ćwierćfinał gry pojedynczej

PT **Turniej WTA w Waszyngtonie** CANAL+ SPORT 2
18.00 Ćwierćfinał gry pojedynczej

PT **Turniej ATP w Waszyngtonie** POLSAT SPORT 1
19.00 Ćwierćfinał gry pojedynczej

PT **Turniej WTA w Waszyngtonie** CANAL+ SPORT 2
20.00 Ćwierćfinał gry pojedynczej

PT **Turniej ATP w Waszyngtonie** POLSAT SPORT 1
21.00 Ćwierćfinał gry pojedynczej

PT **Turniej WTA w Waszyngtonie** CANAL+ SPORT 2
22.00 Ćwierćfinał gry pojedynczej

PT **Turniej ATP w Waszyngtonie** POLSAT SPORT 1
23.00 Ćwierćfinał gry pojedynczej

PT **Turniej WTA w Waszyngtonie** CANAL+ SPORT 2
0.30 Ćwierćfinał gry pojedynczej

ŻUŻEL

SO **Młodzieżowe indywidualne mistrzostwa Polski – Bydgoszcz 2026** TVP SPORT
20.05 Finał

ND **Mecz towarzyski** TVP SPORT
20.20 Polska – Australia

PT **Metalkas 2. Ekstraliga** CANAL+ SPORT 5
18.30 Mecz: Moonfin Malesa Ostrów Wlkp. – Dakar Development Stal Rzeszów

REKLAMA

WYDANIE SPECJALNE MAGAZYNU „KOBIETA I ŻYCIE”

Z przepiśników naszych mam i babć

NOWOŚĆ!

AŻ 90 PRZEPISÓW NA:

• DOMOWE ZUPY, MIĘSA, CIASTA NASZYCH CZYTELNICZEK
• KULINARNE HITY Z „KOBIETY I ŻYCIA” SPRZED LAT

Dostępne w dobrych punktach sprzedaży prasy i na czytelnia.pl

eprasa.pl/641f6b47df

SERIAL KRYMINALNY

OBSESJA

Agentka FBI Alice Black (Emmy Rossum) jest dokładna, ambitna i skoncentrowana na tym, by wymierzać sprawiedliwość. Zaczyna jednak wątpić we wszystko, w co do tej pory wierzyła, gdy rusza tropem seryjnej zabójczyni. Nieuchwytna kobieta, kierując się własną logiką i zasadami, których nie da się łatwo rozgryźć, z powodzeniem wodzi służby za nos. Kiedy Alice zaczyna zbliżać się do ściganej, z zaskoczeniem odkrywa, że morderczyni, którą traktowała jak jedną z kolejnych psychopatek, ma swoje poczucie sprawiedliwości oraz kodeks, którym się kieruje.

Disney+ → PREMIERA 27.07

KOMEDIA

DIABEŁ UBIERA SIĘ U PRADY 2

Czas na powrót jednej z najbardziej złośliwych szefowych świata mody. Wszystkie drogi znów prowadzą do... Mirandy Priestly (Meryl Streep). Andy Sachs (Anne Hathaway), która przed 20 laty była asystentką Mirandy, obecnie jest nową redaktorką działu artykułów w „Runway". I nadal jest przez nią ignorowana. Ale kiedy zmiany na rynku medialnym sprawiają, że niegdyś prestiżowe czasopismo popada w kłopoty, Andy nawiązuje kontakt z pewną luksusową marką. Jak się okazuje, szefuje jej również dawna asystentka Mirandy, Emily Charlton (Emily Blunt).

Disney+ → PREMIERA 29.07

DRAMAT

DREAMS

Ona jest jedną z najbogatszych Amerykanek, on – nielegalnym imigrantem, meksykańskim tancerzem baletowym marzącym o życiu w Stanach i wielkiej karierze. Dzieli ich niemal wszystko, a jednak nie potrafią o sobie zapomnieć. Dla Jennifer McCarthy (Jessica Chastian) romans może oznaczać towarzyski skandal i utratę reputacji, dla Fernanda (Isaac Hernández) – przymusową deportację. Które z nich kieruje się w tej relacji sercem, a które wyrachowaniem, próbą zapewnienia sobie bezpiecznej przyszłości lub potrzebą chwilowego zapomnienia?

CANAL+ → PREMIERA 28.07

SERIAL ANIMOWANY

BATMAN: MROCZNY MŚCICIEL 2

Bruce Wayne vel Batman bierze na cel skorumpowanego detektywa Hassa, który próbował zabić Barbarę Gordon i ostatecznie ugodził osłaniającego ją prokuratora Denta. Tymczasem w Gotham pojawił się również Joker. Wstrzykując ludziom truciznę, która pozostawia na ich twarzach makabryczny, „wieczny" uśmiech, psychopata sieje w mieście strach i chaos. W nowym sezonie Wayne będzie musiał zmierzyć się nie tylko z Jokerem i Hassem, ale również z nowymi złoczyńcami – wśród nich znajdują się m.in. Edward Nygma, czyli Człowiek Zagadka, i Szalony Kapelusznik.

prime video → PREMIERA 31.07

SERIAL SF

STAR TREK: NIEZNANE NOWE ŚWIATY 4

Po tym gdy kapitan Marie Batel (Melanie Scrofano) poświęciła się, by powstrzymać rasę Vezda, zmieniając się na stałe w posąg Strażnika, Pike' (Anson Mount) próbuje poradzić sobie z bolesną stratą. Tuż przed transformacją Batel dała mu wprawdzie nadzieję na spokojną przyszłość, jednak odejście ukochanej jest dla Pike'a wyjątkowo dotkliwe. Wsparciem okaże się przyjaźń z Kirkiem (Paul Wesley), przypieczętowana rozgrywką w szachy. Niestety, członków załogi statku Enterprise, w obliczu coraz większych napięć i różnic zdań co do eksploracji niezbadanych dotąd sektorów kosmosu, czekają wkrótce trudne wybory...

sky SHOWTIME → PREMIERA 24.07

eprasa.pl 641f6b47df

SERIAL CYBERTHRILLER

THE UNDECLARED WAR 2

Grupie analityków z brytyjskiej agencji wywiadowczej GCHQ, zajmującej się cyberochroną, wydaje się, że odzyskali kontrolę nad sytuacją i zneutralizowali zagrożenie. Szybko jednak wychodzi na jaw, że w ich szeregach działa kret. Z czasem zdrajca coraz skuteczniej paraliżuje pracę ośrodka w Cheltenham, co naraża agencję na niebezpieczeństwo ze strony Rosji. Tymczasem w zespole pojawia się Barbara Patrick (Siân Brooke), żona dyrektora operacyjnego Danny'ego (Simon Pegg). Była agentka MI6 decyduje się przejść do GCHQ i zacząć pracę jako analityk.

sky SHOWTIME → PREMIERA 23.07

HORROR

USTA DIABŁA

Charlie (Kathryn Newton) wraz z grupą przyjaciół spędza wakacje w Tajlandii. Jednak beztroska przygoda szybko zamienia się w koszmar. Podczas eksploracji podwodnych jaskiń, zwanych Ustami Diabła, młodzi ludzie nagle orientują się, że znaleźli się w potrzasku. Okazuje się, że jedynego wyjścia z systemu jaskiń pilnuje żarłacz tępogłowy. Każdy z uczestników wyprawy musi zdecydować, na ile jest gotowy ratować nie tylko siebie, ale i pozostałych. Jedyną szansą na ucieczkę ze śmiertelnej pułapki jest odłożenie na bok wszelkich konfliktów i współpraca.

prime video → PREMIERA 29.07

SERIAL DRAMATYCZNY

CHŁOPAK Z OSTATNIEGO RZĘDU

Heo Mun-oh (Choi Min-sik), zrzędliwy profesor literatury koreańskiej i niespełniony pisarz, nie potrafi pogodzić się z zawodową porażką. Wszystko zmienia się w chwili, gdy odkrywa wybitny talent jednego ze swoich studentów. Siedzący w ostatnim rzędzie Lee Kang (Choi Hyun-wook) nie udziela się na zajęciach i unika kontaktów z rówieśnikami i wykładowcą. Ma jednak lekkie pióro, którego mogliby pozazdrościć mu autorzy bestsellerów. Budzi to w profesorze uśpione ambicje. Z czasem jego fascynacja talentem studenta zaczyna wymykać się spod kontroli.

NETFLIX → JUŻ DOSTĘPNY

POD REDAKCJĄ JOANNY PASZTELAŃSKIEJ FOT: MATERIAŁY PRASOWE

PRZYGODOWY SF

PROJEKT HAIL MARY

Kiedy nauczyciel przedmiotów ścisłych, Ryland Grace (Ryan Gosling), budzi się na statku kosmicznym, nie pamięta, kim jest ani jak się tam znalazł. Z czasem uzmysławia sobie, że powierzono mu misję pozornie niemożliwą do wykonania – ma ocalić Ziemię przed zagładą spowodowaną tajemniczą substancją, która powoli wygasza Słońce. Przekonany, że może liczyć tylko na siebie, Grace niespodziewanie odkrywa na statku niezwykłego sojusznika, który służy mu wsparciem i wskazówkami. Film jest widowiskową ekranizacją bestsellerowej powieści Andy'ego Weira.

prime video → JUŻ DOSTĘPNY

SERIAL DOKUMENTALNY

NAJGORSI SĄSIEDZI

Walenie i kopanie w drzwi każdej nocy, bieganie nago po trawniku przed domem, śledzenie, zastraszanie bronią, psucie zamków w samochodzie i porywanie pupili – brzmi jak porachunki gangów, a tymczasem to zachowanie złośliwych sąsiadów. Bohaterowie nowego serialu dokumentalnego dzielą się koszmarnymi doświadczeniami, jakie zafundowali im ludzie mieszkający obok. Szokujące nagrania i animowane rekonstrukcje pokazują, że nie wystarczy zamieszkać w pozornie spokojnej dzielnicy i płacić duży czynsz, żeby czuć się bezpiecznie we własnym domu.

NETFLIX → JUŻ DOSTĘPNY

CHCESZ WIEDZIEĆ WIĘCEJ? CZYTAJ NETFILM

eprasa.pl

TO&OWO WYBRANE Z TYGODNIA NAJPOPULARNIEJSZE SERIALE

20.15 TVN → **Juliusz orientuje się, że mężczyzna, w którym zadurzyła się Agierowa, jest oszustem. Postanawia go zdemaskować.**

Na Wspólnej

OBYCZAJOWY PO Basia podejrzewa Krzysztofa o zdradę i wypytuje o wyjazd do Poznania. On próbuje załagodzić sytuację. Marcelina prosi męża o pieniądze na dokończenie artykułu. **WT** Juliusz odkrywa, że Agier odwiedza Janusza, mężczyznę rzekomo poznanego przez nią w internecie. Ten zdradza Szulcowi, że tylko udaje nieprzytomnego. **ŚR** Smolny wyznaje prawdę o handlu fałszywymi dyplomami i ujawnia, że w proceder zamieszany jest były mąż Basi. **CZ** Juliusz demaskuje Janusza, sprowadzając do szpitala jego żonę. Krystyna przekonuje się, że padła ofiarą oszusta.

HD POLSKA 2026 ▶35 min

FAŁSZYWY ROMANS
Kiedy Basia posądza partnera o zdradę, ten nie ma wyjścia i mówi jej o interesach byłego męża.

16.50 TVN **Szpital św. Anny**
OBYCZAJOWY

PO Robson wbrew zaleceniom ćwiczy na siłowni. Kaja wraz z przyjaciółkami relaksuje się w domku pod Krakowem. Nagle znika Marta. **WT** Na oddziale jest nastolatka z zaburzeniami widzenia. Podopieczna Kasi wymaga konsultacji neurologa. Pojawia się nowa pielęgniarka. **ŚR** Bartek sprzedaje dom bez wiedzy żony. Zyta opiekuje się pacjentem z podejrzeniem raka, który spotyka syna po latach rozłąki. **CZ** Tomek wierzy, że trafił na ślad Marty, jednak bez dowodów nie może przekonać policji. **PT** Na oddział pediatryczny trafia 9-latka z tikami. Do szpitala policja przywozi więźniarkę. To matka pacjentki.

HD POLSKA 2026 ▶65 min

19.00 TV PULS **Lombard. Życie pod zastaw 18**
OBYCZAJOWY PO 15-letni Adaś regularnie jest upokarzany przez Jessikę. Pedagog informuje jego matkę, że chłopak zaczął opuszczać lekcje. **WT** Beata oznajmia Kazimierzowi, że muszą udać się na oględziny apartamentu. Nano mówi Tankowi, żeby uważał na Natalię. **ŚR** Sandra pada ofiarą kradzieży. Wraz z Andżeliką rusza w pogoń za złodziejem. Okazuje się, że jest nim jej kolega ze szkoły. **CZ** Igor potrąca młodą piosenkarkę Mellę i próbuje ją reanimować. Gapie uznają go za narkomana. **PT** Chory na raka płuc Maciek i jego żona spodziewają się dziecka. Uważa on, że onkolog zignorował dolegliwości.

HD POLSKA 2026 ▶60 min

8.50 TVP 1 **Ranczo 7**
OBYCZAJOWY

SO, PO-PT Po wyjściu z więzienia Lucy podejmuje ważne decyzje. Urzędnicy organizują strajk. Duda odtrąca Klaudię i wybiera związek z Jagną. Porzucona dziewczyna postanawia się zemścić. Kozioł i Czerepach stają przed problemem braku kobiet w swojej partii.

HD POLSKA 2014 ▶55 min

9.45 TVP 1 **Komisarz Alex 22**
KRYMINALNY

SO, PO-PT Komisarz Dobosz spotyka się z pewnym mężczyzną. Po kilku godzinach policjanci znajdują ją półprzytomną. Obok leżą zwłoki jej towarzysza, którego zastrzelono z broni funkcjonariuszki. Kozera uważa, że Zofia została przez kogoś wrobiona.

HD POLSKA 2024 ▶55 min

19.25 TVP 2 **Rodzinka.pl**
KOMEDIOWY

SO, PT Tomek próbuje odnaleźć się w roli stanowczego ojca. Jego wysiłki komplikuje postawa Beaty. Natalia opiekuje się Marysią, która ma złamane serce. Ludwik musi stawić czoła pokusom. Między Tomkiem a Kubą narasta napięcie. Dochodzi do awantury.

HD POLSKA 2026 ▶35 min

20.25 TVP 1 **Gra z Cieniem**
KRYMINALNY

SO, ND Syn Heleny wraca ze szkoły i znajduje martwą babcię. Przerażony perspektywą zamieszkania u nielubianych sąsiadów postanawia uciec. Tomasz rusza na poszukiwania chłopca. Kosek zabiega o względy Niny. Przekazuje jej łódzki adres Bielawskiej.

HD POLSKA 2024 ▶55 min

NIE PRZEGAP!

20.10 ALE KINO+ **Niezwykłe miejsce na śmierć**
KRYMINALNY ND W Queenstown dochodzi do zbrodni, której tłem są zazdrość, namiętność i ambicje. Anais i Simon rozpoczynają śledztwo, a tropy wiodą do wpływowych mieszkańców miasta.

HD NOWA ZELANDIA 2024 ▶115 min

22.00 AXN **FBI: Most Wanted 4**
KRYMINALNY PO Zespół jedzie do Wyoming po zaginięciu agentów, którzy mieli zająć bydło ranczera Willa zalegającego z opłatami. Sytuacja się zaognia. Farmę otaczają FBI i Gwardia Narodowa.

HD USA 2022 ▶60 min

20.00 HBO **The Pitt 2**
OBYCZAJOWY

WT Javadi zajmuje się zakonnicą Grace. Diagnozuje zakażenie bakteryjne. McKay ratuje pacjenta, który zachłysnął się jedzeniem. Whitaker przydziela Ogilvie'ego i Kwon do Louiego.

HD USA 2026 ▶50 min

21.00 C+ PREMIUM **The Walking Dead: Dead City 3**
SERIAL GROZY PT Maggie i Negan znów muszą zjednoczyć siły, by przetrwać w apokaliptycznej rzeczywistości Nowego Jorku. W sercu zrujnowanego Manhattanu tworzą nową społeczność.

HD USA 2026 ▶50 min

eprasa.pl 641f6b47df

19.00 TV 4 Policjantki i Policjanci

OBYCZAJOWY **PO** Lena i Tymon dostają zgłoszenie o próbie zabójstwa seniorki. Podejrzenia padają na księdza czyhającego na działkę ofiary. **WT** W nocy u Klaudiusza zjawia się ranna kobieta. Marek i Daria próbują ustalić jej tożsamość, ponieważ straciła pamięć. **ŚR** Mikołaj i Miłosz wiozą Lunę do weterynarza. Pies natrafia na nieprzytomną kobietę. W jej domu znajdują niemowlę i narkotyki. **CZ** Lena i Bartosz wyjaśniają sprawę pobicia mężczyzny w środowisku mechaników. **PT** Marek i Daria jadą na interwencję do Henryka, sąsiada oficera dyżurnego. Policjanci zauważają ślady szarpaniny.

HD POLSKA 2026 ▶60 min

19.25 TVP 2 Barwy szczęścia

OBYCZAJOWY

PO Karolina organizuje w hotelu pokaz sukni ślubnych. Na wybiegu pojawia się Regina, czym wprawia Justina w spore zakłopotanie. **WT** Związek Marcina i Renaty przechodzi kryzys. Justin po spotkaniu z Reginą podejrzewa, że Karolina przygotowuje kolejną intrygę. **ŚR** Łukasz spędza z Celiną mikołajki. Nastrój psuje Ksawery, rozżalony z powodu romantycznego wyjazdu Kasi i Mariusza. **CZ** Natalia proponuje Jaworskiemu odkupienie mieszkania, które dotąd wynajmował on lokatorom. **PT** Łukasz próbuje porozmawiać z Ksawerym o e-papierosie znalezionym w mieszkaniu Kasi. Chłopak się wypiera.

HD POLSKA 2026 ▶40 min

20.00 TV 4 Uroczysko

KRYMINALNY

PO Po nagłej śmierci 40-letniego Patryka podczas treningu w Akademii Odporności sierżant Kulig wzywa policjantów z Uroczyska. Filip podejrzewa, że doszło do zbrodni. **WT** Partnerka znajduje ciało Krzysztofa, któremu zadano cios w serce. Filip i Olek rozpoczynają śledztwo. Jeden z tropów prowadzi do pracownicy seksualnej. **ŚR** Zuza z Agatą przyjmują nietypowe zgłoszenie. Na komendę przychodzi roztrzęsiona starsza pani, która boi się o swoje życie. **CZ** Włodzimierz zostaje zastrzelony we własnej restauracji. Do akcji wkraczają śledczy i... przystojny barman, aspirant sztabowy Dylan Wiśniewski.

HD POLSKA 2026 ▶60 min

21.50 TVP 2 Na sygnale

FABULAR.-DOKUM.

PO Zespół Anny jedzie na siłownię, gdzie doszło do groźnego wypadku. Jeden z ćwiczących został przygnieciony sztangą i doznał m.in. naderwania mięśnia sercowego. Wiktor i Benio ruszają do Czech. **WT** Banach spotyka Milenę, z którą Czarek widywał się przed wyjazdem do Amsterdamu. Odkrywa, że jest ona w ciąży. Podczas dyżuru ekipa Wiktora odpowiada na skomplikowane wezwanie. **ŚR** Ratownicy ustalają, że Miłosz wciąż przebywa w więzieniu, jednak decydują się z nim spotkać. Zgadza się on na widzenie jedynie z Martyną i Basią. Piotr i Alek udają się do zgłoszenia z ryzykiem wybuchu.

HD POLSKA 2026 ▶70 min

14.00 TVP 1 Splątane losy

OBYCZAJOWY

PO-PT Zgodnie z obietnicą złożoną Yasemin Mine wciąż twierdzi, że siostra nosi imię Suna. Pinar stara się zdobyć więcej informacji, ale dziewczynka milczy. Burak wyjawia ojcu jej prawdziwe imię. Leman nie potrafi jednak dotrzymać tajemnicy.

HD TURCJA 2024 ▶60 min

20.30 TVP 1 07 zgłoś się

KRYMINALNY

PO-ŚR Milicja tropi szantażystę żądającego 300 tysięcy złotych od reżysera Sucheckiego. Porucznik Borewicz prowadzi śledztwo. Usiłuje również rozwiązać zagadkę śmierci Kasi Jańczak, która została zamordowana wieczorem w drodze z pracy do domu.

HD POLSKA 1978 ▶60 min

21.00 TV 4 Sprawiedliwi. Trójmiasto

KRYMINALNY **PO-CZ** W przemysłowej chlewni załoga znajduje zmasakrowane szczątki urzędniczki. Patrycja i Maksym rozwiązują też sprawę zabójstwa 20-letniego Pawła Lebiody, syna lidera kibiców z Gdyni. Ślady wskazują na stadionowe porachunki.

HD POLSKA 2026 ▶60 min

22.00 TV 4 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny

KRYMINALNY **PO-CZ** Mikołaj trafia do szpitala po przedawkowaniu leków. W jego mieszkaniu Izabela i Barbara znajdują hurtowe ilości specyfików i cenny trop. Dagmara i Michał prowadzą dochodzenie w sprawie zabójstwa Kamila Wilka, operatora dronów.

HD POLSKA 2026 ▶60 min

22.00 FX Matlock

KRYMINALNY

ŚR Olympia konfrontuje się z Matty. Jest zmęczona kłamstwami. Ciężarna klientka prawniczki błaga o rozwód z agresywnym mężem. Nie ma jednak wystarczających podstaw.

USA 2024 ▶55 min

20.30 TVP 1 Ojciec Mateusz 33

KRYMINALNY

CZ, PT Natalia dostaje niewielką rolę w serialu „Detektyw bez teki". Niebawem scenarzysta zostaje znaleziony martwy w hotelu. Policja rozwiązuje również zagadkę śmierci pokerzysty.

HD POLSKA 2025 ▶55 min

22.25 TVP 2 Czas honoru. Powstanie

WOJENNY **CZ** Ostatnie dni lipca 1944 roku. Władek i Bronek mają odebrać kuriera z Londynu z ważnymi informacjami dla podziemia. Lena wychodzi z Pawiaka. Janek po raz pierwszy widzi syna.

HD POLSKA 2014 ▶110 min

21.25 TVP 1 Drelich

KRYMINALNY

PT Natan zagraża Izie i dzieciom. Drelich walczy z czasem, żeby ochronić rodzinę. Nie ustaje także w poszukiwaniu odpowiedzi na pytanie, kto go wrabia. Z pomocą Ady odkrywa kolejne tropy.

HD POLSKA 2025 ▶60 min

eprasa.pl 641f6b47df

Warto zobaczyć

13.20 TV 4 **Podróże Guliwera**
KOMEDIA PRZYGODOWA Sfrustrowany goniec nowojorskiej gazety trafia na niezwykłą wyspę. Może pomóc jej miniaturowym mieszkańcom. *Reż.: Rob Letterman, A: Jack Black, Jason Segel, Emily Blunt*
USA 2010 **100 min ► do godz. 15.00**

14.10 TVN **Happy Feet: Tupot małych stóp 2**
ANIMOWANY Mambo jest stepującym pingwinem. Jego syn marzy o lataniu. Nie podziela pasji ojca. Oddala się od niego. *Reż.: George Miller,Gary Eck, D: Bartosz Obuchowicz*
Australia 2011 **130 min ► do godz. 16.20**

15.10 TVN FABUŁA **Liga Sprawiedliwości**
PRZYGODOWY Ziemi zagraża armia dowodzona przez Steppenwolfa. Batman i Wonder Woman wraz z potężnymi sojusznikami stają do walki. *Reż.: Zack Snyder, A: Ben Affleck, Henry Cavill, Amy Adams*
USA/Kan. 2017 **155 min ► do godz. 17.45**

16.40 POLSAT **Legenda Herkulesa**
PRZYGODOWY Potomek władcy Olimpu trafia na arenę jako gladiator. Ujawnia nadludzką moc i poznaje prawdę o swoim przeznaczeniu. *Reż.: Renny Harlin, A: Kellan Lutz, Gaia Weiss, Scott Adkins*
USA 2014 **130 min ► do godz. 18.50**

17.30 FILMBOX+ ONE **Zaginione miasto Z**
BIOGRAFICZNY Początek XX wieku. Płk Fawcett chce udowodnić, że nad Amazonką istniała zaawansowana społeczność. Rusza w głąb dżungli. *Reż.: James Gray, A: Charlie Hunnam, Robert Pattinson, Sienna Miller*
USA 2016 **150 min ► do godz. 20.00**

18.05 TVP KULTURA **Jutrzenka**
OBYCZAJOWY Sandro zabija człowieka, którego obwinia o śmierć żony. Schronienia udziela mu przyjaciel, który staje się głównym podejrzanym. *Reż.: Luis Bunuel, A: Georges Marchal, Lucia Bosé, Giani Esposito*
Fr./Wł. 1955 **115 min ► do godz. 20.00**

20.00 HBO **No hej!**
KOMEDIA Iris postanawia zrobić wszystko, aby przekonać swojego chłopaka do stałego związku. Wciąga przyjaciół w intrygę. *Reż.: Sophie Brooks, A: Molly Gordon, Logan Lerman, John Reynolds*
USA 2025 **95 min ► do godz. 21.35**

20.00 STOPKLATKA **Kult**
THRILLER Mieszkańcy odizolowanej wyspy praktykują okultystyczne rytuały. Funkcjonariusz Edward Malus sądzi, że dopuścili się zbrodni. *Reż.: Neil LaBute, A: Nicolas Cage, Ellen Burstyn, Kate Beahan*
Niem./USA 2006 **125 min ► do godz. 22.05**

→ filmowe hity

Dwaj szeregowcy biorą udział w straceńczej misji. Mogą ocalić towarzyszy broni.

21.20 TVP 1 **1917**

WOJENNY Angielscy żołnierze mają przekazać wiadomość o podstępnym planie wroga.

HIT DNIA I wojna światowa. Generał Erinmore powierza Williamowi Schofieldowi oraz Thomasowi Blake'owi zadanie poinformowania pułkownika Mackenzie o zastawionej pułapce. Mają oni przekazać, że konieczne jest odwołanie zaplanowanego ataku. Szeregowcy muszą przedostać się za linię wroga przez ziemię niczyją. W trakcie wyprawy pomagają niemieckiemu pilotowi opuścić płonący wrak. Decyzja ta ma fatalne skutki – ocalony lotnik śmiertelnie rani Blake'a. Jego towarzysz kontynuuje misję, chociaż sam odniósł poważne obrażenia wskutek wybuchu. Pragnie jednak wypełnić obietnicę. Po drodze dociera do zniszczonego francuskiego miasteczka. Obserwuje ludzi desperacko usiłujących przetrwać w ruinach. Unikając kul, stara się przedostać do okopów dowództwa. **HD 125 min ► do godz. 23.25**

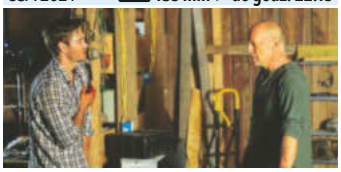
USA/Wlk. Bryt./Hiszp./Kan./Chiny 2019
Reż.: Sam Mendes **Wyst.:** Dean-Charles Chapman, George MacKay, Colin Firth

20.00 TVN **Dwoje do poprawki**
KOMEDIA ROMANTYCZNA Kay (Meryl Streep) i Arnold (Tommy Lee Jones) są parą z 30-letnim stażem. W ich związku od dawna brakuje pożądania. Kobieta namawia męża na udział w terapii.
Reż.: David Frankel Wyst.: Steve Carell
USA 2012 **HD 135 min ► do godz. 22.15**

20.00 TVN 7 **Niebezpieczny**
THRILLER Zresocjalizowany skazaniec Dylan (Scott Eastwood) jest pod opieką psychiatry Alderwooda (Mel Gibson). Gdy dowiaduje się o śmierci brata, łamie zasady zwolnienia warunkowego, by wyjaśnić sprawę.
Reż.: David Hackl Wyst.: Kevin Durand
USA 2021 **HD 135 min ► do godz. 22.15**

20.00 TV PULS **Umysł przestępcy**
KRYMINALNY Agent CIA ginie w trakcie tropienia hakera. Przełożeni funkcjonariusza decydują się przeszczepić jego pamięć, psychikę oraz umiejętności groźnemu skazańcowi (Kevin Costner), żeby dokończył misję.
Reż.: Ariel Vromen Wyst.: Tommy Lee Jones
USA 2016 **HD 150 min ► do godz. 22.30**

22.15 TVP KULTURA **Bohater**
OBYCZAJOWY Rahim Soltani (Amir Jadidi) wychodzi na przepustkę z więzienia. Oddaje zgubioną torbę z pieniędzmi właścicielce i zyskuje rozgłos jako bohater. Początkowy podziw szybko przeradza się we wrogość.
Reż.: Asghar Farhadi Wyst.: Sahar Goldoust
Francja 2021 **HD 140 min ► do godz. 0.35**



22.30 TV PULS **Przetrwać do świtu**
SENSACYJNY Bandyci włamują się do domu chirurga Richa (Chad Michael Murray). Żądają pomocy, grożąc śmiercią jego rodzinie. Lekarz wraz z ojcem (Bruce Willis) próbuje ich przechytrzyć.
Reż.: Matt Eskandari Wyst.: Shea Buckner
USA 2020 **HD 100 min ► do godz. 0.10**

23.05 TVP 2 **Tulipanowa gorączka**
KOSTIUMOWY XVII wiek. Sophie (Alicia Vikander) zostaje zmuszona do ślubu ze starszym kupcem (Christoph Waltz). Nawiązuje romans z malarzem, u którego jej mąż zamówił portret.
Reż.: Justin Chadwick Wyst.: Dane DeHaan
USA 2017 **HD 115 min ► do godz. 1.00**

Oznaczenia: P! Premiera w TV HD Program także w standardzie HD
prasa.pl 5415[5]17/f

→ filmowe hity

Odnosząca liczne sukcesy Aline znajduje miłość u boku menedżera.

22.15 TVN

Aline. Głos miłości

BIOGRAFICZNY Uzdolniona wokalistka realizuje marzenie o karierze. Historia inspirowana biografią Céline Dion.

HIT DNIA

Quebec, lata 60. XX wieku. Sylvette i Anglomard Dieu witają na świecie czternaste dziecko, Aline. Chociaż żyją skromnie i ciężko pracują, w ich rodzinie muzyka jest najważniejsza. Najmłodsza córka wykazuje nieprzeciętny talent. Jej ogromny potencjał docenia producent Guy-Claude Kamar. Zachwycony, chce sprawić, aby o dziewczynie usłyszał cały świat. Dzięki niemu wokalistka ma szansę zaistnieć na scenie. Z czasem zaczyna ich łączyć szczere uczucie. Artystka rozkwita, odnosząc imponujące sukcesy. HD 150 min ▶ do godz. 0.45

Francja/Kanada/Belgia 2020 **Reż.:** Valérie Lemercier **Wyst.:** Valérie Lemercier, Sylvain Marcel, Danielle Fichaud, Roc LaFortune

→ sport

14.40 C+ SPORT 3

Jagiellonia – Korona

PIŁKA NOŻNA LIVE Duma Podlasia, trzecia siła Ekstraklasy, rozpocznie sezon od konfrontacji z jedenastym zespołem poprzedniej kampanii. Dla ekipy z Białegostoku to jedna z najważniejszych prób przed startem eliminacji Ligi Europy. HD 135 min ▶ do godz. 16.55

16.15 TVP SPORT

Mistrzostwa Polski – Białystok

LEKKOATLETYKA LIVE Drugiego dnia czempionatu zostaną wyłonione m.in. mistrzyni w biegu na 400 m, a także najlepsza młociarka. W tej pierwszej konkurencji tytuł spróbuje odzyskać Natalia Bukowiecka. HD 230 min ▶ do godz. 20.05

→ rozrywka

14.45 TVP 1

Okrasa łamie przepisy

KULINARNY Kucharz zademonstruje trzy potrawy, w których można wykorzystać jagody. Przedstawi przepisy na słodkie wypieki, sałatkę z pieczonych buraków z salsą i wędzonym łososiem oraz zupę na słono z ziemniakami. HD 35 min ▶ do godz. 15.20

16.05 TVP POLONIA

Świat w obłokach

KONCERT Wydarzenie poświęcone twórczości Marka Grechuty. Wystąpili m.in. Katarzyna Zielińska, Krzysztof Kiljański, Natalia Przybysz, Maciej Zakościelny, Andrzej Kozłowski, Sonia Bohosiewicz, Mela Koteluk oraz Mietek Szcześniak. 55 min ▶ do godz. 17.00

21.00 C+ PREMIUM

Dalej jazda! 2

OBYCZAJOWY Cierpiąca na alzheimera Ela (Małgorzata Rożniatowska) jest przekonana, że Józek się jej oświadczył. Przed laty wzięła z nim ślub cywilny, a teraz zaczyna planować ceremonię przed ołtarzem.

Reż.: Mariusz Kuczewski Wyst.: Marian Opania Polska 2025 HD 105 min ▶ do godz. 22.45

22.15 TVN 7

Ostatni samuraj

KOSTIUMOWY Rok 1876. Amerykański kapitan Nathan Algren (Tom Cruise) szkoli w Japonii armię cesarza, która ma zdusić rebelię samurajów. Trafia do niewoli. W obozie wroga znajduje wartości, których zawsze szukał.

Reż.: Edward Zwick Wyst.: Ken Watanabe USA/Jap. 2003 HD 195 min ▶ do godz. 1.30

18.00 POLSAT SPORT 1

UFC Fight Night

SPORTY WALKI LIVE Na gali w Abu Zabi debiut w UFC zaliczy niepokonany w zawodowej karierze Damian Rzepecki. Jego rywalem będzie Magomed Zajnukow. W walce wieczoru zmierzą się Bogdan Guskow i Magomed Ankalajew. HD 180 min ▶ do godz. 21.00

21.00 TLC

Design w australijskim stylu

LIFESTYLE Georgia Ezra i Richie Morris przybywają na wybrzeże, aby pomóc pewnej parze w realizacji ambitnego planu. Uczestnicy programu kupili dom z potencjałem, ale wymaga on remontu. HD 60 min ▶ do godz. 22.00

23.30 POLSAT

Szybcy i wściekli 9

SENSACYJNY Dominic Toretto (Vin Diesel) wiedzie spokojne życie u boku Letty (Michelle Rodriguez) i syna. Dowiaduje się o porwaniu Cipher. Podczas jej poszukiwań miłośnicy szybkich aut trafiają na ślad nowoczesnej broni.

Reż.: Justin Lin Wyst.: Jordana Brewster Kan./USA 2021 HD 195 min ▶ do godz. 2.45

23.35 TVP 1

W otchłani

THRILLER Marco (Dolph Lundgren) i Scott (Jean-Claude Van Damme) odzyskują przytomność na okręcie podwodnym wyposażonym w głowice nuklearne. Muszą dowiedzieć się, kto i dlaczego ich uwięził.

Reż.: Pasha Patriki Wyst.: Al Sapienza USA/Kan. 2018 HD 110 min ▶ do godz. 1.25

20.05 TVP SPORT

Młodzieżowe indywidualne mistrzostwa Polski

ŻUŻEL LIVE Na torze w Bydgoszczy o tytuł mistrzowski zawalczy szesnastu żużlowców. W tym gronie znajdą się m.in. najlepszy w ubiegłym roku Wiktor Przyjemski, a także Oskar Paluch. HD 175 min ▶ do godz. 23.00

→ dokument

10.00 FOKUS TV

Świat z góry. Podróże pociągiem

TURYSTYKA Wyprawa kolejką wąskotorową przez malowniczy region Eryri w Walii. Trasa wiedzie z nadmorskiego Porthmadog do dawnych kopalni w Blaenau Ffestiniog. HD 60 min ▶ do godz. 11.00

eprasa.pl 641f6b47df

TVP 1 HD DVB-T2

5.20 **Loara, dzika kraina** – film dokumentalny, Francja 2021
6.20 **Balans bieli** – program religijny
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
7.40 **Rok w ogrodzie** (1175) – mag.
8.05 **Rok w ogrodzie extra** (448) – magazyn
8.20 **Pełnosprawni** (662) – mag.
8.50 **Ranczo 7** (91): Droga przez stos – serial obyczajowy, Polska 2013
9.45 **Komisarz Alex 22** (276) – serial kryminalny, Polska 2024
10.40 **Ojciec Mateusz 16** (212) – serial kryminalny, Polska 2016
11.40 **Natura w Jedynce: Nie bądź ślepy na ślepowrona** – film dokumentalny, Polska 2024
12.30 **Gwiazdy w południe:**
FILM **Samotny rewolwerowiec** – western, USA 1964, reż. Sidney Salkow, wyk. Audie Murphy, Merry Anders, James Best, 95 min
14.05 **Wielka wyprawa maluchów 2026** – felieton
14.45 **Okrasa łamie przepisy** – mag.
15.20 **Rozmowy na medal** (7) – magazyn sportowy
16.00 **Dziedzictwo** (989) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.35 **Rolnik szuka żony 12** (8) – telenowela dokum., Polska 2025
18.40 **Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
20.05 **Sport, pogoda**
20.25 **Gra z Cieniem** (3) – serial kryminalny, Polska 2024

TVP 2 HD DVB-T2

5.20 **Barwy szczęścia** (3357, 3358) – serial obyczajowy, Polska 2026
6.30 **M jak miłość** (1923) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.20 **Górna półka smaku** (5) – magazyn kulinarny
11.55 **Zmiennicy** (8): Fartowny dzień – serial komediowy, Polska 1986
13.05 **Panna młoda** (153) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.00 **Familiada** – teleturniej
14.35 **Koło fortuny** (1907) – teleturniej
15.15 **Szansa na sukces. Opole 2026 2** (1): Enej
16.20 **Na dobre i na złe** (989): Potwór – serial obyczajowy, Polska 2026
17.15 **Panna młoda** (154) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Tayyar w ostatniej chwili ratuje Yoncę. Zagubiona Beyza nie wie, co zrobić z niemowlęciem. Traci kontrolę nad sytuacją. Przytłoczona Mukadder jest bliska odebrania sobie życia.
18.10 **Va banque** (1023) – teleturniej
18.45 **Wyższa Szkoła Jazdy** (8) – magazyn motoryzacyjny
19.10 **Słowo na niedzielę**
19.25 **Rodzinka.pl** (303): Węgorz – serial komediowy, Polska 2026
Ludwik podejmuje próbę umocnienia swojej pozycji w domu, lecz napotyka opór ze strony Adeli, która skutecznie udaremnia jego plany. Sonia przychodzi do Natalii z troskliwą radą. Ich rozmowie przysłuchuje się Paula.

POLSAT HD DVB-T2

4.55 **Disco Gramy**
5.40 **Telezakupy TV Okazje**
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
8.30 **halo tu polsat** – magazyn
11.30 **Nasz nowy dom** (362) – reality show
12.55 **Skok przez płot** – film
FILM animowany, USA 2006, reż. Tim Johnson, 110 min
Grupa zwierząt ze zgrozą odkrywa, że zimą w miejscu lasu powstało osiedle. Informacji na temat ludzi udziela im szop RJ, który próbuje przekonać ich do korzyści wynikających z takiego sąsiedztwa. Zwierzątka nie mają pojęcia o tym, że jest on nieszczery.
14.45 **Małolaty na obozie**
FILM – film familijny, USA 2007, reż. Fred Savage, wyk. Paul Rae, Cuba Gooding Jr., Richard Gant, Lochlyn Munro, 115 min
Charlie i Phil organizują letni obóz dla dzieci. Nie potrafią jednak sobie poradzić z opieką nad niesfornymi maluchami. Na pomoc wzywają pułkownika Hintona.
16.40 **Legenda Herkulesa**
FILM – film przygodowy, USA 2014, reż. Renny Harlin, wyk. Kellan Lutz, Gaia Weiss, Scott Adkins, Roxanne McKee, 130 min
Starożytna Grecja. Potomek władcy Olimpu pada ofiarą intrygi. Trafia na arenę jako gladiator. Ujawnia nadludzką moc.
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Prezydenci i premierzy** (461) – program publicystyczny
19.35 **Sport, pogoda**

TVN HD DVB-T2

5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1709) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 **Kuchenne rewolucje** (6): Garwolin – Pod Orłem – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.30 **Na Wspólnej** (4248-4251) – serial obyczajowy, Polska 2026
13.00 **Młode gliny** (31) – serial kryminalny, Polska 2026
W liceum dochodzi do strzelaniny. Sprawca, 18-letni Kuba, ucieka z miejsca zbrodni. Policja podejrzewa, że motyw może być związany z handlem narkotykami w szkole.
14.10 **Happy Feet: Tupot małych stóp 2** – film animowany,
FILM Australia 2011, reż. George Miller, 130 min
Mambo jest stepującym pingwinem. Jego syn Eryk nie podziela tej pasji. Jest za to zafascynowany latającym Svenem i oddala się od ojca. Tymczasem nielotom grozi niebezpieczeństwo.
16.20 **Maverick** – western
FILM komediowy, USA 1994, reż. Richard Donner, wyk. Mel Gibson, Jodie Foster, James Garner, Graham Greene, 160 min
Na parowcu organizowane są pokerowe mistrzostwa. Do turnieju zgłasza się oszust Bret. Zauroczony konkurentką Annabelle nie zauważa jej wyrachowania.
19.00 **Fakty, sport i pogoda**
19.45 **Uwaga!** – magazyn reporterów

20

DRAMAT WOJENNY

21.20 **1917** – USA/Wielka Brytania/
FILM Indie 2019, 125 min
HIT DNIA I wojna światowa. Szeregowcy Schofield i Blake otrzymują niezwykle ważne zadanie. Mają poinformować swoich towarzyszy o pułapce zastawionej przez Niemców. Muszą przedostać się za linię wroga przez ziemię niczyją.
23.25 **Kroniki Tour de Pologne kobiet** (2) – cykl reportaży, Pol.
23.35 **W otchłani** – thriller, USA/
FILM Kanada 2018, reż. Pasha Patriki, wyk. Jean-Claude Van Damme, Dolph Lundgren, Al Sapienza, Courtney Blythe Turk, 110 min
1.25 **Zupa nic** – komediodramat,
FILM Polska 2021, reż. Kinga Dębska, wyk. Kinga Preis, Adam Woronowicz, Ewa Wiśniewska, Barbara Papis, 105 min
3.10 **Jańcio Wodnik** – dramat
FILM obyczajowy, Polska 1993, reż. Jan Jakub Kolski, wyk. Franciszek Pieczka, Grażyna Błęcka-Kolska, Bogusław Linda, Katarzyna Aleksandrowicz, 105 min
4.55 **Sprawdzamy** – magazyn
5.15 **Zakończenie**

WIDOWISKO

20.00 **Lato z Radiem i Telewizją Polską**: Grudziądz
Od rana Grudziądz będzie gościł ekipy Telewizji Polskiej i Polskiego Radia. W trakcie pikniku uczestnicy mogą liczyć na wiele atrakcji. Jako punkt kulminacyjny dnia zaplanowano koncert na Błoniach Nadwiślańskich. Wystąpią między innymi Natalia Kukulska, Edyta Górniak, Anna Wyszkoni i Grzegorz Hyży.
22.10 **Gabi Drzewiecka zaprasza** (7) – talk-show
23.05 **Tulipanowa gorączka**
FILM – dramat kostiumowy, Wielka Brytania/USA 2017, reż. Justin Chadwick, wyk. Alicia Vikander, Dane DeHaan, Christoph Waltz, Jack O'Connell, 115 min
1.00 **Uziemieni** – komedia, Francja/
FILM Belgia 2013, reż. Alexandre Coffre, wyk. Valérie Bonneton, Dany Boon, Denis Ménochet, Albert Delpy, 100 min
2.40 **Książę z innej bajki** – komedia
FILM romantyczna, USA/Kanada 2023, reż. Rich Newey, wyk. Em Haine, Wern Lee, Cecilia Deacon, Markian Tarasiuk, 90 min
4.10 **Zakończenie**

WIDOWISKO

20.00 **31. Festiwal Kabaretu w Koszalinie 2026. Wariatkowo** (1-3)
Satyrycy udowodnią, że do analizy tego, co się dzieje w polskiej i światowej polityce, najlepiej nadają się psychiatrzy. Leczyć śmiechem będą między innymi Jurki, Chyba, Czesuaf, Trzecia Strona Medalu, Formacja Chatelet, Zdolni i Skromni, Rewers, a także Trupa Wysokiego Ryzyka.
23.30 **Szybcy i wściekli 9** – film
FILM sensacyjny, Kanada/Tajlandia/USA 2021, reż. Justin Lin, wyk. Vin Diesel, Michelle Rodriguez, Jordana Brewster, Tyrese Gibson, 195 min
Cipher zostaje porwana. Podczas jej poszukiwań Dom i jego ekipa trafiają na ślad broni, dzięki której można włamać się do każdego komputera. Czeka ich starcie z oddziałem dowodzonym przez Jacoba, brata Doma.
2.45 **Nikita** – dramat sensacyjny,
FILM Francja/Włochy 1990, reż. Luc Besson, wyk. Anne Parillaud, Tchéky Karyo, Jean-Hugues Anglade, Jean Reno, 130 min

KOMEDIA ROMANTYCZNA

20.00 **Dwoje do poprawki**
FILM – USA 2012, 135 min
Kay i Arnold są małżeństwem z 30-letnim stażem. W ich związku od dawna rządzi rutyna, brakuje też pożądania. Kobiecie trudno się z tym pogodzić. Pewnego dnia znajduje ona poradnik dla par autorstwa dr. Felda. Namawia Arnolda, aby razem poddali się terapii u specjalisty, ale partner nie jest zainteresowany. Kay jest jednak gotowa na wszystko, żeby zrealizować swój plan.
22.15 **Aline. Głos miłości** – film
FILM biograficzny, Francja/Kanada/Belgia 2020, reż. Valérie Lemercier, wyk. Valérie Lemercier, Sylvain Marcel, Danielle Fichaud, Roc LaFortune, 150 min
0.45 **Sierota** – horror, USA/Kanada/
FILM Niemcy 2009, reż. Jaume Collet-Serra, wyk. Vera Farmiga, Peter Sarsgaard, Isabelle Fuhrman, CCH Pounder, 150 min
3.15 **Uwaga!** – magazyn reporterów
3.30 **Wallander 2** (2) – serial kryminalny, Szwecja/Niemcy/Dania 2009
5.20 **Recepta na stary dom 4** (7) – program rozrywkowy

eprasa.pl 641f6b47df
P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB-T2

5.15 Szkoła (823) – serial paradokumentalny, Polska 2020
6.05 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie (7) – program rozrywkowy
7.00 Nowe Zwariowane Melodie 3 (4-6) – serial animowany, USA 2019
7.45 Ella zaklęta – film fantasy, USA/Irlandia/Wielka Brytania 2004, reż. Tommy O'Haver, wyk. Anne Hathaway, Hugh Dancy, Cary Elwes, Aidan McArdle, 120 min
FILM
Wróżka sprawia, że Ella zawsze wypełnia polecenia innych ludzi. Uległa dziewczyna ma dość takiego życia. Szuka sposobu, by odwrócić zaklęcie.
9.45 Zgłoś remont 11 (8) – program rozrywkowy
10.55 Bitwa o gości (4) – reality show
11.55 Ukryta prawda (1457-1459) – serial paradokumentalny, Polska 2022
14.55 Szpital św. Anny (29, 30) – serial obyczajowy, Polska 2025
16.55 Detektywi (5): Nie szukajcie mnie – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
17.55 Step Up 4: Rewolucja – film muzyczny, USA 2012, reż. Scott Speer, wyk. Adam G. Sevani, Kathryn McCormick, Ryan Guzman, Jordana DePaula, 125 min
FILM
Sean przewodzi ulicznej grupie tancerzy. Pewnego dnia do zespołu dołącza Emily. Między nią a chłopakiem rodzi się uczucie. Razem biorą udział w batalii przeciwko wyburzeniu dzielnicy.

THRILLER

20.00 Niebezpieczny – USA 2021, 135 min
FILM
Zresocjalizowany były więzień Dylan czeka na koniec okresu zwolnienia warunkowego. Wszystko się zmienia, kiedy jego brat ginie w tajemniczych okolicznościach. Skazaniec udaje się w podróż, aby poznać prawdę o tragedii. Ściga go nieustępliwa agentka. Tymczasem grupa najemników poszukuje czegoś, co ukrywał zmarły.

22.15 Ostatni samuraj – dramat kostiumowy, USA/Nowa Zelandia/Japonia 2003, reż. Edward Zwick, wyk. Tom Cruise, Koyuki, Ken Watanabe, William Atherton, 195 min
FILM
1.30 Rafa – thriller, Australia 2010, reż. Andrew Traucki, wyk. Zoe Naylor, Damian Walshe-Howling, Gyton Grantley, Adrienne Pickering, 95 min
FILM
3.05 Żyjąc z potworem 9 (8) – serial dokumentalny, USA 2024
4.05 Fachowcy 2 (4) – serial paradokumentalny, Polska 2018
4.45 Usterka 11 (17) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019

TV PULS HD DVB-T2

6.00 Kobra – oddział specjalny (6-8): Król Ahjady; Halloween; Niechciane dzieci – serial sensacyjny, Niemcy 2017
9.00 Taki jest świat 11 (30) – 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: Na ryby – cykl reportaży, Polska 2009
Wojciech Cejrowski pokaże sposoby połowu wykorzystywane przez rdzennych mieszkańców Wenezueli. Zaprezentuje przedmioty, które pełnią tam funkcje znanych w Europie wędek.
10.00 Lombard. Życie pod zastaw 11 (551, 553, 555, 557, 559) – obycz., Polska 2022
Właściciele chcą zapewnić swojej zmarłej kotce wystawny pochówek. Zwierzę ma upamiętnić rzeźba. Kelnerka Kawa odrzuca nachalne zaloty gościa lokalu. Zostaje zdegradowana. Ma pracować na zmywaku.
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (978-982) – serial obyczajowy, Polska 2026
Właścicielka szkoły tańca prowadzi kurs, w którym uczestniczy też jej córka Lila. Staje przed trudnym wyborem: musi wytypować trzy uczennice, które pojadą na konkurs. Rywalka Lili realizuje podstępny plan.

DRAMAT KRYMINALNY

20.00 Mocne sobotnie kino: Umysł przestępcy – USA/Wielka Brytania/Bułgaria 2016, 150 min
FILM
Agent CIA ginie, tropiąc hakera. Przełożeni funkcjonariusza decydują się przeszczepić jego pamięć i umiejętności skazańcowi Jericho, który musi dokończyć misję. Ma mało czasu, gdyż wróg realizuje zbrodniczy plan.

22.30 Przetrwać do świtu – film sensacyjny, USA 2020, reż. Matt Eskandari, wyk. Bruce Willis, Chad Michael Murray, Shea Buckner, Tyler Jon Olson, 100 min
FILM
0.10 Czas porachunków – thriller, USA 2022, reż. Wes Miller, wyk. Kevin Dillon, Bruce Willis, Frank Grillo, Leon, 130 min
FILM
2.20 Dyżur 3 (37) – serial dokumentalny, Polska 2010
3.00 Taki jest świat 11 (30) – program informacyjny
3.35 Dyżur 3 (38) – serial dokumentalny, Polska 2010
4.00 Menu na miarę (9, 10) – program kulinarny
5.00 Dyżur 3 (39, 40) – serial dokumentalny, Polska 2010

PULS 2 HD DVB-T2

5.50 Ale numer! 21 (8) – program rozrywkowy
6.35 Smerfy (199, 201) – serial animowany, Belgia 1988
7.35 Pingwiny z Madagaskaru (1, 2) – serial animowany, USA 2008-2010
8.30 Klakson i spółka – film animowany, Brunei/Malezja 2018, reż. Yusry Abd Halim, 100 min
FILM
10.10 Pszczółka Maja: Miodowe Igrzyska – film animowany, Australia/Niemcy 2018, reż. Noel Cleary, 105 min
FILM
11.55 Wojciech Cejrowski. Boso – Luizjana (7, 9) – serial dokumentalny, Polska 2025
13.00 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (14, 1) – program rozrywkowy
15.10 Delfin Bernie – film familijny, Kanada 2018, reż. Kirk Harris, wyk. Kevin Sorbo, Lola Sultan, Patrick Muldoon, Stelio Savante, 100 min
FILM
16.50 Super Mario Bros – komedia s.f., USA/Wielka Brytania 1993, reż. Rocky Morton, wyk. Bob Hoskins, John Leguizamo, Dennis Hopper, Samantha Mathis, 130 min
FILM
19.00 Pszczółka Maja. Mały wielki skarb – film animowany, Niemcy/Australia 2021, reż. Noel Cleary, 95 min
FILM
Maja i Gucio spotykają wędrowca, który przekazuje im magiczną pestkę. Pszczółki muszą przynieść ją do pałacu na Sekretnym Wzgórzu. Misja jest niebezpieczna, więc zabierają w drogę wiernych przyjaciół.

KOMEDIODRAMAT

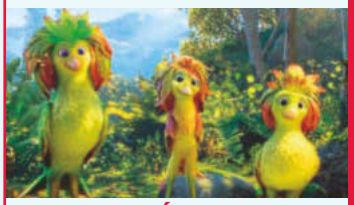
20.35 Na pewno, być może – Wielka Brytania/USA/Francja 2008, 145 min
FILM
Dziesięcioletnia Maya, zainspirowana lekcją wychowania seksualnego, chce pogłębić wiedzę na damsko-męskie tematy. Wypytuje ojca o historię miłości jego i mamy, która właśnie kończy się rozwodem. Ten opowiada córce osobliwą baśń. Wplata w nią wspomnienia ze swoich innych związków.

23.00 Po śladach mordercy – film kryminalny, USA 2021, reż. Randall Emmett, wyk. Emile Hirsch, Megan Fox, Bruce Willis, Lukas Haas, 120 min
FILM
Agenci FBI wszczynają skomplikowane śledztwo dotyczące handlu kobietami. Wpadają na trop seryjnego zabójcy.
1.00 Wstydliwe choroby 5 (4, 5) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2011
3.00 Lombard. Życie pod zastaw 5 (209, 210) – serial obyczajowy, Polska 2019
5.00 Kręcimy z gwiazdami 2 (2): Ania Wyszkoni – program rozrywkowy, Polska 2012

NETFLIX

ŚMIERĆ OD PIORUNA

Wychowany w biedzie James Garfield (Michael Shannon) wsławia się jako naukowiec, bohater wojny secesyjnej, kongresmen, a w końcu kandydat na prezydenta USA. Cztery miesiące po inauguracji, w 1881 roku, zostaje śmiertelnie postrzelony przez Charlesa Guiteau (Matthew Macfadyen).
▶**serial hist. (4 odc.), USA 2025**

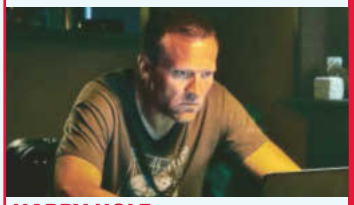


W CUDZEJ SKÓRZE

Historia niecodziennej przyjaźni między małym zwierzątkiem leśnym a majestatycznym ptakiem. Choć w krainie, z której pochodzą, są odwiecznymi wrogami, pewnego dnia niespodziewanie zamieniają się ciałami i podejmują współpracę. Razem przeżywają najbardziej szaloną przygodę swojego życia.
▶**animowany, USA 2026; 101 min**

DYPLOMATKA 3

Kate Wyler (Keri Russell) rozpoczyna urzędowanie na stanowisku prezydenta USA, co okazuje się dla niej koszmarem. Łączą ją trudne relacje zarówno z ministrem spraw zagranicznych Austinem Dennisonem (David Gyasi), jak i pierwszym dżentelmenem Toddem Pennem (Bradley Whitford).
▶**serial obycz. (7 odc.), USA 2025**



HARRY HOLE

Detektyw Harry Hole (Tobias Santelmann) zmaga się z demonami przeszłości. Popada w konflikt ze skorumpowanym kolegą po fachu, Tomem Waalerem. Balansując między etyką a skutecznością, ściga seryjnego mordercę i próbuje zdemaskować nieuczciwego policjanta.
▶**serial krym. (9 odc.), USA 2026**

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.15 FILM **Zmierzch** – film fantasy, USA 2008, reż. Catherine Hardwicke, wyk. Kristen Stewart, Robert Pattinson, Taylor Lautner, 120 min
8.15 **Rekrut 8** (18) – serial kryminalny, USA 2026
9.15 **Walker: Strażnik Teksasu 2** (3) – serial krym., USA 2021-2022
10.10 **MacGyver 3** (13-17) – serial akcji, USA 2018-2019
15.05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11** (22) – serial kryminalny, USA/Kan.
16.05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (1-4) – serial kryminalny, USA 2011

TVP SERIALE

5.35 **Na sygnale** (875, 876) – serial fab.-dokum.
6.30 **U Pana Boga w ogródku** (10) – serial kom., Pol. 2008
7.25 **Na sygnale** (877-881) – serial fab.-dokum.
10.15 **Ranczo 9** (110, 111) – serial obycz., Polska
11.55 **Rodzinka.pl** (306-308) – serial komediowy, Pol. 2026
13.35 **Ojciec Mateusz 30** (391, 392) – serial kryminalny, Pol. 2023
15.30 **Komisarz Alex 25** (309) – krym., Pol. 2026
16.30 **Ranczo 9** (112) – serial obycz., Polska
17.30 **Czterdziestolatek** (19) – serial obyczajowy, Pol. 1977

TVP KULTURA DVB T2

10.15 **Nie do przebaczenia** – western, USA 1960, wyk. Audrey Hepburn, 130 min
12.25 **Kosmos 1999** (15) – serial s.f.
13.30 **Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem** (4) – dok., Wlk. Bryt.
14.35 FILM **O psie, który jeździł koleją** – film familijny, Polska 2023, 110 min
16.25 **Noce i dnie** (8) – serial obycz., Polska
17.30 **Sztuka jako konieczność. 4. Biennale Mater of Art, Praga 2026**
18.05 FILM **Jutrzenka** – dramat obyczajowy, Francja/Włochy 1955, 115 min

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry** (13) – serial dok., Pol. 2017
7.00 **Wyraj** – film krótkometraż.
7.35 FILM **Śmierć na Nilu** – film kryminalny, Wielka Brytania 1978, 165 min
10.20 **Matthew Perry. Ten, którego zabrakło** – film dokum., Fr. 2024
11.35 FILM **Punkty zwrotne** – thriller, Hiszpania 2024, 115 min
13.30 **Sprawa nierozwiązana** (1-5) – serial krym., Kanada
15.50 **Niezwykłe miejsce na śmierć** (3) – krym.
17.45 FILM **Prawnik z Lincolna** – thriller, USA 2011, reż. Brad Furman, 155 min

CANAL+ PREMIUM HD

7.45 **Luca. Legenda Ferrari** (1, 2) – dok.
9.30 FILM **The Holiday** – komedia romant., USA 2006, 135 min
11.45 FILM **Kiedy nadchodzi jesień** – dram. obycz., Fr. 2024, 100 min
13.25 **Łapu capu** – pr. rozr.
13.40 FILM **Peacock** – thriller, USA 2010, 90 min
15.10 FILM **Chopin, Chopin!** – dramat biograficzny, Polska 2025, 130 min
17.20 FILM **Kawałek po kawałku** – film animowany, USA/Dania 2024, 100 min
19.00 FILM **Jason Bourne** – thriller, USA 2016, reż. Paul Greengrass, 120 min

HBO HD

7.50 FILM **Pan Popper i jego pingwiny** – komedia, USA 2011, 95 min
9.25 FILM **Wielka mała koza** – anim., USA/Brazylia/Japonia 2026, 100 min
11.05 FILM **Wyśnione piosenki** – dramat obyczajowy, USA 2025, 95 min
12.40 FILM **Marsjanin** – film s.f., USA/Wielka Brytania/Jordania 2015, 140 min
15.00 FILM **Sypiając z innymi** – komediodramat, USA 2015, reż. Leslye Headland, 100 min
16.40 FILM **Eileen** – thriller, USA/Wielka Brytania 2023, 100 min
18.20 FILM **Wielka mała koza** – anim., USA/Brazylia/Japonia 2026, 100 min

20

FANTASY

20.00 FILM **Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu** – Australia/USA 2009, 170 min

Wampir Edward nie chce narażać ukochanej Belli na niebezpieczeństwo. Dla jej dobra wyjeżdża. Zrozpaczoną dziewczynę wspiera Jacob, który skrywa pewną tajemnicę.

22.50 FILM **Snajper: Niewidzialny zabójca** – film sensacyjny, USA 2016, 115 min
0.45 FILM **Snajper: Ostatni strzał** – dramat sens., USA 2017, 120 min

KOMEDIOWY

18.35 **U Pana Boga w ogródku** (11) – Pol.

Ksiądz zwierza się komendantowi, że kościelny dzwon wydał fałszywe brzmienie. Duchowny uważa, że jest to zły znak i prosi o wzmocnienie patroli w miasteczku.

19.30 **Ojciec Mateusz 30** (393, 394) – krym., Pol.
21.30 **Ojciec Mateusz 31** (395) – krym., Pol. 2024
22.30 **Ranczo 9** (113, 114) – serial obycz., Polska
0.25 **Komisarz Alex 25** (309, 310) – krym., Pol.
2.15 **PitBull** (21) – sens.
3.15 **Oficerowie** (9) – sens.

DRAMAT OBYCZAJOWY

20.00 FILM **Destrukcja** – USA 2015, 110 min

Davis próbuje się pozbierać po śmierci żony. Pewnego dnia wysyła skargę na zepsuty automat ze słodyczami. Rozpoczyna tym samym korespondencję z Karen.

21.50 **TVP Kultura na Nowych Horyzontach** – felieton, Polska 2026
22.15 FILM **Bohater** – dramat obyczajowy, Francja 2021, 140 min
0.35 **Opole 2016: Scena alternatywna** – koncert

DRAMAT BIOGRAFICZNY

20.20 FILM **Rebeliant** – USA 2016, 160 min

Trwa wojna secesyjna. Farmer i były żołnierz Newton Knight staje na czele buntowników walczących o niepodległy stan, w którym wszyscy będą sobie równi.

23.00 FILM **Pokusa** – thriller, USA 2012, 130 min
1.10 **Sharon Stone. Instynkt przetrwania** – dok., Hiszp./Fr./USA 2024
2.25 **Belfer 3** (5) – krym.
3.10 FILM **Wiarołom** – dramat obyczajowy, Polska 2021, 75 min

KOMEDIA

21.00 P! FILM **Dalej jazda! 2** – Polska 2025, 105 min

Józek i Ela postanawiają po latach wziąć ślub kościelny. Trwają przygotowania do ceremonii, a bliscy pary zmagają się z własnymi miłosnymi rozterkami.

22.45 FILM **The Killer** – thriller, USA/Kanada/Korea Południowa 2024, reż. John Woo, 125 min
0.50 FILM **Wola przetrwania** – thriller, USA 2025, 120 min
2.50 FILM **Innego końca nie będzie** – film obycz., Polska 2024, 90 min

KOMEDIA

20.00 P! FILM **No hej!** – USA 2025, 95 min

Podczas miłosnych igraszek Isaac wyznaje Iris, że tak naprawdę nie myśli o niej poważnie. Jego słowa zapoczątkowują serię nieprawdopodobnych wydarzeń.

21.35 FILM **Lisa Frankenstein** – komedia fantasy, USA 2024, 100 min
23.15 FILM **The Royal Hotel** – thriller, Australia/Wielka Brytania 2023, reż. Kitty Green, 90 min
0.45 FILM **Ostatni pojedynek** – film hist., Wlk. Bryt./USA 2021, 150 min

AXN WHITE

6.10 FILM **Stuart Malutki 2** – film przygodowy, 2002, 75 min
7.25 **Detektyw Murdoch 2** (6, 8-10) – serial kryminalny
13.00 **Dr House 3** (16-20) – serial obyczajowy, USA 2007
18.00 **Dowody zbrodni 2** (23-ost.) – serial kryminalny
19.00 **Dowody zbrodni 3** (1-4) – serial kryminalny, USA
22.55 FILM **Moje wielkie greckie wesele** – komedia romant., 2002, 110 min
0.45 FILM **Aviator** – dramat biograf., USA/Niemcy 2004, 205 min
4.10 **Dr House 3** (16, 17)
5.50 **Blok promocyjny AXN White**

AXN BLACK

6.00 **Renegat 5** (21) – sens.
6.45 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6** (17, 18) – serial krym., USA/Kanada
8.15 **S.W.A.T. 6** (11-14) – sens.
12.05 **Gwiezdne wrota 3** (17-21) – s.f., USA/Kan. 2000
17.05 **MacGyver** (14-17) – serial akcji, USA
21.00 **S.W.A.T. 6** (11-14) – serial sensacyjny, USA 2022
0.40 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6** (17, 18) – serial krym., USA/Kanada
2.30 **MacGyver** (14-17) – serial akcji, USA
5.50 **Blok promocyjny AXN Black**

WARNER TV

11.55 **Sok z żuka** – horror komediowy, 1988, 110 min
13.45 FILM **Miłość jak narkotyk** – komedia romantyczna, USA 1997, 120 min
15.45 FILM **Superman 3** – przyg., Wlk. Bryt./USA 1983, 155 min
18.20 FILM **Superman 4** – przyg., USA/Wlk. Bryt. 1987, 105 min
20.05 FILM **Akademia policyjna** – komedia, USA 1984, reż. Hugh Wilson, 115 min
22.00 **Wrogie niebo 5** (10) – s.f.
23.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (1, 2) – serial kryminalny, USA 2011
0.50 FILM **Wysłannik przyszłości** – film s.f., 1997, 210 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (202-204) – serial paradokum., Polska 2018
9.00 **Detektyw Poirot 5** (2-4) – serial krym., Wlk. Bryt.
12.25 **Doktor Martin** (2, 3) – serial obycz., Wlk. Bryt.
14.30 **Świat według Kiepskich** (210-213) – kom., Pol. 2001
17.05 **Gliniarze** (1139-1142) – serial paradok., Pol. 2025
21.00 **Columbo** (39, 42) – serial kryminalny, USA
0.05 **Cicha noc** – horror kom., Wlk. Bryt. 2021, 115 min
2.00 **Ślad** (72) – krym., Pol. 2019
3.00 **Święty** (235, 236) – kom.
4.00 **48h. Zaginieni** (133, 134) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.05 **Benek** – komediodramat, Polska 2007, 100 min
7.45 **Super pies i kot łotr** – film anim., 2025, 90 min
9.15 **Gru i Minionki: Pod przykrywką** – film animowany, 2024, 90 min
10.45 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
10.50 **Pan Tadeusz** – kostium., Pol./Francja 1999, 150 min
13.20 **Liza Minnelli. Niesamowita historia absolutnie prawdziwa**
15.00 **Ida** – dram. obycz., Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min
16.20 **Mamma mia** – komedia muz., USA/Wielka Brytania/Niemcy 2008, 110 min
18.10 **Krucjata Bourne'a** – thriller, USA/Niemcy 2004, 105 min
19.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Follemente. W tym szaleństwie jest metoda** – komedia, Włochy 2025, 95 min
21.35 **Tak się poznaliśmy** – komedia romantyczna, USA 2023, 95 min
23.10 **Kukułka** – thriller, Niemcy/USA 2024, 100 min
0.50 **Utrata równowagi** – dramat psychologiczny, Polska 2024, 95 min
2.25 **Skrzyżowanie** – dramat obycz., Polska 2024, 95 min
4.00 **Ludzie** – dramat wojenny, Polska 2023, 120 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Polska z góry. Nad wodą 3** (1, 2) – serial dok.
10.40 **The Office PL 5** (1-3) – serial komediowy, Polska
12.10 **Cztery pory Igi** (3, 4) – serial dokumentalny, Pol.
14.00 **Łapu capu Extra** (5) – program rozrywkowy
14.30 **Naruto 3** (21-23) – serial anime, Japonia 2003-2004
16.00 **Piękna łąka kwietna** – film krótkometraż., Pol.
16.35 **Łapu capu** – program rozrywkowy
16.45 **Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć** (1-3) – serial komediowy, Fr.
18.35 **8 wspaniałych** (6-8) – serial dokumentalny, Pol.
20.00 **Król i zdobywca** (1, 2) – serial historyczny
21.40 **Pisarze. Serial na krótko 2** (6) – serial komediowy, Polska 2021
22.00 **Paryż w ogniu. Paris Has Fallen** (5, 6) – serial sens., Wielka Brytania/Francja
23.40 **Nie zostawiaj mnie** (7, 8) – serial kryminalny, Wł. 2022
1.35 **Kiedy ślub?** (5, 6) – serial komediowy, Polska 2024
3.25 **Szaleństwo imprez i raj. Historia Ibizy.** – film dokumentalny, Niem. 2024
4.15 **Polityka** (1, 2) – serial obyczajowy, Polska 2019
5.50 **Making of CANAL+** – magazyn filmowy

CANAL+ 360 HD

6.00 **13 posterunek 2** (7, 8) – serial komediowy, Polska
7.10 **Sędziowie 2** (2) – dok.
7.50 **Toni Kroos** – film biograf., Niemcy 2019, 130 min
10.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach 6** (21) – dok.
11.00 **Koleją przez świat** (2)
12.05 **KSI & Pauls: W sieci sukcesów** – dok., 2024
13.20 **Grip – w świecie supersamochodów** (1)
14.20 **Polska z góry: Stadiony** (1) – serial dok., Polska 2024
14.55 **Chwila prawdy** (3, 4)
16.50 **Wykrywacz historii 6** (4)
18.00 **Dover 24/7** (1) – serial dok.
19.00 **Speedshop: warsztat marzeń** (4) – serial dokum.
20.15 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata** (4) – serial dok., Niem. 2011
21.05 **Lotniskowce na wojnie** (2) – dok., Wlk. Bryt. 2018
22.05 **Porzucone konstrukcje** (8) – serial dok., Wlk. Bryt.
23.05 **Niepokonany: droga na Denali** – film dok., 2024
1.05 **Piłkarze na podsłuchu** (5) – serial dok., Polska 2022
2.00 **Twardzielki** (10) – dok.
2.40 **Łowcy tajemnic Bałtyku** (7) – serial dok., Polska 2020
3.40 **Zwierzęta Wajraka 2** (2, 3) – serial dok., Pol. 2021
4.55 **Pogotowie remontowe Wieśka 3** (3, 4) – mag.

HBO 2 HD

14.25 FILM **Za duży na bajki 2** – film familijny, Polska 2024, reż. Kristoffer Rus, 90 min
15.55 FILM **Dotknięci miłością** – dramat obycz., Wielka Brytania/Irl. 2024, 105 min
17.40 FILM **Wielka, odważna, piękna podróż** – dramat fantasy, Irlandia/USA 2025, reż. Kogonada, 110 min
19.30 **DJ Ahmet** – komediodramat, Macedonia/Czechy/Serbia 2025, 95 min
21.05 FILM **Dziki kot** – dramat biograficzny, 2023, 105 min
22.50 **Ród smoka 3** (5) – fantasy
23.50 **The Pitt 2** (1) – obycz., USA

HBO 3 HD

9.30 FILM **Milion minut** – dram. obycz., Niem. 2024, 125 min
11.35 **Gentleman Jack** (1)
12.35 FILM **Focus** – kom. krym., USA/Argentyna 2015, 105 min
14.20 FILM **Millerowie** – komedia kryminalna, USA/Wielka Brytania 2013, 110 min
16.10 **Na planie 23** (22) – mag.
16.40 FILM **Alita: Battle Angel** – film s.f., USA 2019, reż. Robert Rodriguez, 120 min
18.40 FILM **The Killer's Game** – thriller, USA/Hiszp./Wielka Brytania 2024, 105 min
20.25 **Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem** (4) – kom.
21.00 **Stamtąd 4** (1-10)

eprasa.pl 641f6b47df
P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

8.00 **Sąsiedzi** (6, 7) – anim.
8.20 **Była sobie Ziemia** (8-10) – serial anim., Fr.
10.00 **Sezon na misia 4:** FILM **Strach się bać** – film animowany, USA 2015, 105 min
11.45 **Ania z Zielonego** FILM **Wzgórza – ciąg dalszy** (2-ost.) – film obyczajowy, Kanada/USA 1987, 145 min
14.10 **Aniołki Charliego** FILM – film sensacyjny, USA/Niemcy 2019, 150 min
16.40 **Przygody Tintina** FILM – film animowany, USA/Nowa Zelandia 2011, 130 min
18.50 **Drapacz chmur** FILM – film sensacyjny, USA 2018, 130 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Tata ma plan 3** (8-12) – serial komediowy, USA 2019
8.30 **Teoria wielkiego podrywu 9** (5-16) – serial komediowy, USA 2015
13.30 **Przyjaciele 9** (13-19) – serial komediowy, USA 2002-2003
17.05 **9JKL** (13-16) – serial komediowy, USA 2017
19.00 **Duchy** (7, 8) – serial fantasy, USA/Wielka Brytania 2021
Sam ma napisać artykuł o napadzie na bank, który przeprowadziła Flower z przyjaciółmi. Ta prosi, żeby nie przyjmowała zlecenia.

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (797) – serial paradokum.
6.00 **Superbohaterowie** (4) – program kult.
6.30 **Magia kina** (5) – kult.
6.50 **Seriaale kultowe** (4) – program kulturalny
6.55 **Prawo Agaty 5** (10-13) – serial obycz.
10.50 **Elf** – film familijny, USA 2003, 125 min
12.55 **Blueback** – dramat FILM obyczajowy, Australia 2022, 135 min
15.10 **Liga** FILM **Sprawiedliwości** – film przygodowy, USA/Kanada/Wielka Brytania 2017, 155 min
17.45 **Miss agent** FILM – komedia sensacyjna, USA 2000, 135 min

13 ULICA

6.00 **Fałszerstwo** (1) – serial kryminalny, Francja 2025
6.45 **Morderstwa** FILM **w Cornouaille** – film kryminalny, Francja 2018, reż. Franck Mancuso, 125 min
8.50 **Mentalista 2** (18-23) – serial kryminalny, USA 2010
14.20 **Mentalista 3** (1-4) – serial kryminalny, USA 2010
18.00 **Kobra – oddział specjalny** (2) – serial sensacyjny, Niemcy 2022
20.00 **Bellefond** (3) – serial kryminalny, Francja 2022

KINO POLSKA

6.00 **Złoty interes** (5) – program rozrywkowy
6.45 **Polska Kronika Filmowa** – serial dok.
7.10 **Miś Kudłatek** (13, 1)
7.30 **Bolek i Lolek na wakacjach** (13, 1)
7.55 **Tego się nie robi kotu** – krótkometraż.
8.20 **Ranking naj polskiego kina** (3)
8.50 **Komedia małżeńska** FILM – komedia obyczajowa, 1993, 125 min
10.55 **Znachor** – dramat FILM obycz., 1981, 175 min
13.50 **Ziemia obiecana** FILM – dramat obyczajowy, 1974, 215 min
17.25 **Anna German. Tajemnica białego anioła** (5, 6) – biograf.

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Komisarz Rex 4** (9-11) – serial krym., Niem./Austria 1998
9.00 **Komisarz Rex 12** (12) – serial kryminalny, Wł.
10.00 **Hudson i Rex 2** (7, 8) – serial krym., Kanada
12.00 **Robin z Sherwood** (4) – serial przygodowy
13.25 **Kochany urwis** FILM – komedia, USA 1990, reż. Dennis Dugan, wyk. John Ritter, Jack Warden, 95 min
15.00 **Janosik** – film przyg., FILM Polska 1974, 165 min
17.45 **Samotny wilk** FILM **McQuade** – film sensacyjny, USA 1983, reż. Steve Carver, wyk. Barbara Carrera, Chuck Norris, 135 min

20

SENSACYJNY

21.00 **Lucy** – Francja/Niem./ FILM Kan. 2014, 110 min
Tajwan. Studentka Lucy pod wpływem nowego narkotyku zyskuje nadnaturalne zdolności. Zamierza użyć ich do walki z mafią. Wspiera ją profesor Norman.
22.50 **Chłopak** FILM **z sąsiedztwa** – thriller, USA 2015, reż. Rob Cohen, wyk. Jennifer Lopez, Ryan Guzman, 105 min
0.35 **Ślad** (40, 41, 22, 23) – krym., Pol. 2018-2019
4.35 **Na ratunek 112** (878, 879) – paradok.

KOMEDIODRAMAT

20.00 **Choć goni nas czas** FILM – USA 2007, 120 min
Chory na raka miliarder Edward Cole w szpitalu dzieli pokój z mechanikiem Carterem Chambersem. Mężczyźni chcą razem wykorzystać czas, który im pozostał.
22.00 **The Office PL 2** (12) – serial kom., Pol. 2022
22.35 **The Office PL 3** (1)
23.05 **Comedy Club 8** (11, 12) – pr. rozrywk.
0.05 **Miasteczko South Park 3**
2.05 **Pracoholicy 4** (7-10)
4.00 **Śmieszniej nie będzie 2** (3-6) – rozr.

KOMEDIA SENSACYJNA

20.00 **Pan i pani Smith** FILM – USA 2005, 150 min
Małżonkowie Jane i John są płatnymi zabójcami. Ukrywają przed sobą swoją profesję. Pewnego dnia orientują się, że dostali zlecenie zlikwidowania siebie nawzajem.
22.30 **Dusza towarzystwa** FILM – komedia, USA 2018, 135 min
0.45 **Nie bój się** FILM **ciemności** – horror, USA/Australia/Meksyk 2010, 120 min
2.45 **Dziewczyny z Hollywood 3** (4)
3.05 **Szkoła** (759)

KRYMINALNY

22.00 P! **Tajemnice Jane: Utracony spadek** FILM – Kan. 2024, 115 min
Piosenkarka Jane Da Silva przejmuje rodzinną agencję detektywistyczną. Jej pierwszą sprawą staje się rozwikłanie tajemnicy śmierci kobiety sprzed lat.
23.55 **Plan doskonały 2** FILM – film sensacyjny, USA 2019, 130 min
2.05 **Matczyna furia** FILM – thriller, Kanada 2021, 125 min
4.10 **Morderstwo w Le** FILM **Mans** – film krym., Francja 2023, 120 min

KOMEDIA OBYCZAJOWA

20.00 **Kogel-mogel** FILM – 1988, 150 min
Pochodząca ze wsi Kasia w dniu swojego ślubu dowiaduje się, że została przyjęta na studia. Ucieka z domu i wyjeżdża do stolicy, gdzie poznaje przystojnego Pawła.
22.30 **Lokatorka** – dramat FILM krym., 2021, 140 min
0.50 **Ciało** – komedia, FILM 2003, 130 min
3.00 **IO** – dramat obycz., FILM Pol./Wł. 2022, 115 min
4.55 **Diabeł** – film krótkometraż., 2022
5.35 **Syn szczęścia** – film krótkometraż., 2024

THRILLER

20.00 **Kult** – Niemcy/USA/ FILM Kanada 2006, 125 min
Malus otrzymuje od byłej kochanki list z prośbą o pomoc w odnalezieniu zaginionej córki. Rusza na wyspę, gdzie obie mieszkały. Odkrywa sekret lokalnej społeczności.
22.05 **12 godzin** – film FILM sensacyjny, USA 2012, reż. Simon West, wyk. Nicolas Cage, Josh Lucas, 110 min
23.55 **Pokaż, kotku, co** FILM **masz w środku** – komedia, Polska 2011, reż. Sławomir Kryński, 125 min

CINEMAX HD

10.50 **Interstellar** – film s.f., FILM 2014, 165 min
13.35 **Młode serca** – film obycz., FILM Bel./Hol. 2024, 100 min
15.15 **Apollo 13** – dramat FILM katastroficzny, USA 1995, reż. Ron Howard, 135 min
17.30 **Transformers: Ostatni** FILM **Rycerz** – film s.f., USA/Chiny/Kanada 2017, reż. Michael Bay, 150 min
20.00 **Inferno** – thriller, USA/ FILM Węgry 2016, 120 min
22.00 **Wybuchowa para** FILM – komedia sensacyjna, USA 2010, 110 min
23.50 **Szczęki** – thriller, USA FILM 1975, 120 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

8.30 **Świat według Kiepskich** (4-9) – serial kom., Pol. 2010
11.30 **Bob kocha Abisholę 3** (22) – kom., USA 2021-2022
12.00 **Bob kocha Abisholę 5** (1-5) – serial komediowy
14.30 **Święty** (51, 52, 1-3) – kom.
17.00 **Piękni i bezrobotni** (1)
17.30 **Świat według Kiepskich** (4-10) – serial kom., Polska
21.00 **Co ludzie powiedzą?** (3-5) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 **Jedną nogą w grobie 4** (5, 6) – kom., Wlk. Bryt. 1993
0.30 **Czarna Żmija** (5, 6) – kom.
1.55 **Czarna Żmija 2** (1) – kom.
2.30 **Grono nie-pedagogiczne 3** (1-5)

SCI FI

6.00 **Medium** (11-15) – krym.
10.35 **Wojna światów: Atak** FILM – film s.f., 2023, 110 min
12.25 **Wojna światów:** FILM **wyginięcie** – film s.f., USA 2024, 110 min
14.15 **Świat triasu** – horror s.f., FILM USA 2018, 110 min
16.05 **Duża ryba** FILM – komediodramat, USA 2003, 155 min
18.40 **Bumblebee** – film s.f., FILM Chiny/USA 2018, 140 min
21.00 **Chappie** – film s.f., USA/ FILM Meksyk 2015, 150 min
23.30 **Dorwać Cartera** – film FILM sensacyjny, 2000, 120 min
1.30 **Bibliotekarze** (1-5)

FX HD

5.00 **Agenci NCIS 10** (17-19)
7.45 **FBI 4** (17, 18) – serial krym.
9.35 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (6, 7) – serial krym.
11.25 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (1-3)
14.10 **Z archiwum X** (4-6) – s.f.
17.00 **Terminal** – komedia FILM romant., USA 2004, 155 min
19.35 **Szklana pułapka** – film FILM sensacyjny, 1988, 160 min
22.15 **Szklana pułapka 2** – film FILM sensacyjny, 1990, 155 min
0.50 **Uliczny wojownik** – film FILM sensacyjny, 1994, 130 min
3.00 **Zakłamanie** (3) – obycz.
4.10 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (13) – serial krym.

FILMBOX+ ONE HD

8.40 **Strażnik Teksasu** (1-3) – serial sensacyjny, USA
12.45 **Czym chata bogata!** FILM – komedia, 2017, 120 min
14.45 **Komandosi z Navarony** FILM – film wojenny, Wielka Brytania 1978, 165 min
17.30 **Zaginione miasto Z** – film FILM biograficzny, 2016, 150 min
20.00 **Sąsiedzi 2** – komedia, FILM USA/Chiny 2016, reż. Nicholas Stoller, 120 min
22.00 **Iluzja 2** – thriller, Fr./USA/ FILM Hongkong 2016, 175 min
0.55 **Spacer w chmurach** FILM – melodram., 1995, 135 min
3.10 **Na uwięzi** – sens., USA/ FILM Meksyk/RPA 2014, 105 min

ROMANCE TV HD

14.20 **Miłość na Tahiti** – kom., FILM USA 2023, 115 min
16.15 **Na zawsze lato – Nowe** FILM **życie** – film kryminalny, Niemcy 2024, 110 min
18.05 P! **Na zawsze lato** FILM **– Odkrycia** – film krym., Niemcy 2026, 115 min
20.00 **Zabójcze tropiki** (7, 8) – serial kryminalny, Fr. 2019
22.15 **Nord Nord Mord** FILM **– Clüver i cicha śmierć** – film krym., 2018, 110 min
0.05 **Rzeka życia: Zaginiona** FILM **na Amazonce** – melodram., 2013, 115 min
2.00 **Zabójcze tropiki** (7, 8)
4.20 **Górski lekarz** (164)

CINEMAX 2 HD

14.25 **50 pierwszych randek** FILM – komedia romantyczna, USA 2004, 100 min
16.05 **Mnich i karabin** FILM – komediodramat, Tajwan/USA/Francja 2023, 110 min
17.55 **Zapach kobiety** – dramat FILM obyczajowy, 1992, 155 min
20.30 P! **Nigdy więcej słońca** FILM – dramat fantasy, Serbia 2024, 75 min
21.45 **Pewnego razu...** FILM **w Hollywood** – komediodramat, USA/Wlk. Bryt./Chiny 2019, 160 min
0.25 **Slumdog. Milioner** FILM **z ulicy** – komediodramat, 2008, 120 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

11.20 **Agenci NCIS 17** (1-5) – serial kryminalny, USA
15.40 **Panna Marple: Strzały** FILM **w Stonygates** – film kryminalny, USA/Wielka Brytania 2009, 130 min
17.50 **Tajemnicza historia** FILM **w Styles** – film krym., Wlk. Bryt. 1990, 135 min
20.05 **Detektyw Murdoch 19** (6) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
21.00 **Komisarz Maigret** (1) FILM – film kryminalny, Wielka Brytania 2016, 115 min
22.55 **Hiszpańska księżniczka** (3) – serial kostiumowy, USA
0.05 **Zatraceni w miłości** (41-45) – telen., Turcja 2023

NOVELAS+ HD

5.00 **Opowieść o wyspie** (1-5) – telenowela, Turcja 2021, wyk. Ayça Aysin Turan
10.00 **Róże i grzechy** (23-27) – telenowela, Turcja 2025
15.00 **Historia Juany** (51-55) – telenowela, Meksyk 2024, wyk. Camila Valero
20.00 **Rubi** (114, 115) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori
22.00 **Otchłań namiętności** (124-128) – telenowela, Meksyk 2012, wyk. David Zepeda, Angelique Boyer
3.00 **Rubi** (114, 115) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori

FX COMEDY HD

5.00 **Jim wie lepiej 6** (1-5)
7.30 **Diabli nadali 9** (13) – kom.
8.00 **Diabli nadali** (1-4) – kom.
9.55 **Sposób użycia** (6-10)
12.30 **Simpsonowie 31** (15-18)
14.30 **Wszyscy kochają Raymonda 7** (9-15) – kom.
18.00 **Rodzina Addamsów** FILM – czarna komedia, USA 1991, 130 min
20.10 **Sausage Party** – film FILM animowany, 2016, 100 min
21.50 **Straszny film** – horror FILM komediowy, 2000, 105 min
23.35 **Wszyscy kochają Raymonda 7** (16-21)
2.35 **Family Guy: Głowa rodziny 19** (10-14)

FILMBOX+ HITS HD

9.25 **Nigdy nie będę twoja** FILM – komedia romantyczna, USA 2007, 110 min
11.15 **Camino** – dramat obycz., FILM Hiszpania 2008, 180 min
14.15 **Pokonać górę** – dramat FILM przygodowy, 2024, 110 min
16.05 **Wyścig o życie** – dramat FILM przygodowy, 2023, 120 min
18.05 **Linoleum** – komediodram., FILM USA 2022, 115 min
20.00 **Skok Henry'ego** FILM – komedia kryminalna, USA 2010, 120 min
22.00 **Pan Brooks** – thriller, FILM USA 2007, 130 min
0.10 **Przestępczyni** – film FILM kryminalny, 2023, 105 min

PARAMOUNT NETWORK HD

9.30 **Lego Batman** – film FILM animowany, 2017, 140 min
11.50 **Goonies** – film FILM przygodowy, 1985, 150 min
14.20 **Nieoczekiwana zmiana** FILM **miejsc** – komedia, USA 1983, 150 min
16.50 **Mission: Impossible** FILM **– Fallout** – sens., USA/Chiny/Fr. 2018, 190 min
20.00 **Książę w Nowym Jorku** FILM – komedia, USA 1988, reż. John Landis, 150 min
22.30 **Pulp Fiction** – dramat FILM sensacyjny, 1994, 185 min
1.35 **Grindhouse: Death** FILM **Proof** – thriller, USA 2007, 145 min

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 641f6b47df

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
- 7.00 **Commonwealth Games – Glasgow 2026** – mag. sportowy
- 8.00 **Kolarstwo górskie:** Zawody Pucharu Świata w Bellwaldzie – podsumowanie
- 8.30 **Pływanie:** Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 1. dzień
- 10.30 **Kolarstwo:** Tour de France – 19. etap: Gap – L'Alpe d'Huez
- 11.00 LIVE **Kolarstwo:** Tour de France – 20. etap
- 17.00 **Kolarstwo kobiet:** Tour de Pologne – 2. etap: Włodawa – Lubartów
- 18.00 **Formuła E:** ePrix Japonii – 1. wyścig

POLSAT SPORT 1 HD
- 6.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz ćwierćfinałowy
- 8.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- 9.45 LIVE **Siatkówka kobiet:** LN – półfinał
- 12.00 **Magazyn Polskiego Sportu** – magazyn sportowy
- 13.15 LIVE **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz półfinałowy
- 15.30 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz półfinałowy

Ubiegłoroczne rozgrywki zdecydowanie zdominowały siatkarki Włoch. W tym roku także rozpatrywane są w roli faworytek.

CANAL+ SPORT HD
- 6.00 **Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**
- 7.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Pogoń Szczecin – Legia Warszawa
- 9.20 **Premier League Review** – magazyn piłkarski
- 10.30 **Premier League Stories** (50) – mag.
- 11.10 **Bohater z Cienia** – dok., Polska
- 11.45 **1 na 1 Extra** – mag.
- 13.00 **Żużel:** Indywidualne Mistrzostwa Polski – 1. runda w Toruniu
- 16.30 **Żużel:** Indywidualne Mistrzostwa Polski – 2. runda w Bydgoszczy

TVP SPORT HD DVB T2
- 5.55 **Sportowy wieczór** – program informacyjny
- 6.30 **Lekkoatletyka:** Mistrzostwa Polski – Białystok 2026 – 1. dzień
- 8.25 **Kamerą TVP Sport**
- 9.05 **Piłka nożna:** Betclic 1. Liga – mecz: Odra Opole – Arka Gdynia
- 11.10 LIVE **Piłka nożna:** Betclic 2. Liga: Podhale Nowy Targ – Śląsk II Wrocław
- 13.15 LIVE **Kolarstwo kobiet:** Tour de Pologne – 2. etap: Włodawa – Lubartów
- 16.15 LIVE **Lekkoatletyka:** Mistrzostwa Polski – Białystok 2026 – 2. dzień

ELEVEN SPORTS 1 HD
- 6.00 **Najlepsze gole VfL Wolfsburg** – mag.
- 6.20 **Birds of paradise** – film dokumentalny
- 7.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: FC St. Pauli – Bayern
- 9.00 **Formuła 3:** Grand Prix Węgier – sesja kwalifikacyjna
- 10.00 LIVE **Formuła 3:** Grand Prix Węgier – sprint
- 11.15 LIVE **Formuła 2:** GP Węgier – sesja kwalifikacyjna
- 12.10 LIVE **Formuła 1:** GP Węgier – 3. sesja treningowa
- 14.10 LIVE **Formuła 2:** Grand Prix Węgier – sprint
- 15.15 LIVE **Formuła 1:** GP Węgier – sesja kwalifikacyjna
- 18.00 **F2: Chasing the Dream** – mag. motor.

DISCOVERY CHANNEL HD
- 6.00 **Budowa na końcu świata** – serial dok.
- 7.00 **Klan z Alaski** – dok.
- 8.00 **Teorie spiskowe pod lupą** – serial dok.
- 9.00 **Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5** – serial dok.
- 10.00 **Złoto drwali** – dok.
- 11.00 **Celnicy na straży Szwecji 4** (10) – dok.
- 12.00 **Celnicy na straży Niemiec** (4) – dok.
- 13.00 **Złomowisko PL 4** (1, 2) – serial dokum.
- 15.00 **Nic do ukrycia 2** (1)
- 16.00 **Przygody truckerki** (8) – serial dokum., Pol.
- 17.00 **Ciężarówką przez Afrykę** (6) – dok., Pol.
- 18.00 **Ed Stafford: inicjacja** – dok.

20

SZERMIERKA

- 19.00 **MŚ – Hongkong 2026** – 1. dzień

Kibice poznają indywidualnych medalistów w turnieju floretu mężczyzn i szpady kobiet.

- 20.00 LIVE **Pływanie:** Commonwealth Games – 2. dzień
- 22.30 **Szermierka:** MŚ – Hongkong 2026
- 0.00 **Biegi górskie:** GT World Series

SPORTY WALKI

- 18.00 LIVE **UFC Fight Night:** Magomed Ankalaev – Bogdan Guskov

Do oktagonu wraca Magomed Ankalaev, który ostatnio walczył w październiku 2025 roku. Wówczas przegrał z Alexem Pereirą.

- 21.00 **Siatkówka kobiet:** LN – półfinał
- 23.00 **Siatkówka kobiet:** LN – półfinał

DOKUMENTALNY

- 20.00 **Liderzy. W centrum gry** (5): Karol Czubak – Pol. 2026

Od dziewięciu lat żaden Polak nie sięgnął po koronę króla strzelców Ekstraklasy. W sezonie 2025/2026 przed taką szansą stanął napastnik Motoru Lublin.

- 21.00 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 163
- 23.30 **Liga+** – mag. piłkarski

ŻUŻEL

- 20.05 LIVE **Młodzieżowe indywidualne mistrzostwa Polski – Bydgoszcz 2026**

Finałową szesnastkę wyłoniły turnieje eliminacyjne. W Bydgoszczy zobaczymy m.in. Bartosza Bańbora.

- 23.00 **Sportowy wieczór**
- 23.30 **Kolarstwo kobiet:** Tour de Pologne – 2. etap

FORMUŁA 1

- 18.15 **Grand Prix Węgier** – sesja kwalifikacyjna

Ubiegłoroczny wyścig na torze Hungaroring zakończył się triumfem Lando Norrisa.

- 19.45 **Formuła 2:** Grand Prix Węgier – sprint
- 21.00 **Formuła 3:** Grand Prix Węgier – sprint
- 22.15 **GP Confidential**
- 22.55 **Ligue1** – magazyn
- 0.00 **Bundesliga Special**

DOKUMENTALNY

- 19.00 **Teorie spiskowe pod lupą** – USA

Andrew bada teorie spiskowe związane z tajemniczymi obiektami, które pojawiają się nad New Jersey.

- 20.00 **W oku cyklonu: Łowcy burz** (5)
- 21.00 **Najniebezpieczniejszy zawód świata 22** (1)
- 23.00 **Złoto drwali**

REKLAMA

CANAL+ WŁĄCZ FUTBOL

EUROSPORT 2 HD
- 12.30 **Szermierka:** MŚ
- 13.00 LIVE – Hongkong 2026 – 1. dzień
- 15.00 **Triathlon:** T100 World Tour – San Francisco
- 15.15 **Triathlon:** T100
- 15.45 LIVE World Tour – Londyn
- 16.30 **Pływanie:** Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 1. dzień
- 18.30 **Kolarstwo:** Tour de France – 20. etap
- 19.00 **Golf:** 3M
- 19.30 LIVE Open – 3. runda
- 0.00 **Pływanie:** Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 2. dzień
- 1.30 **Szermierka:** MŚ – Hongkong 2026 – 1. dzień

POLSAT SPORT 2 HD
- 6.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 8.30 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 11.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 13.00 **Tenis:** Turniej ATP
- 13.30 LIVE w Kitzbühel – mecz finałowy gry pojedynczej
- 16.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 18.30 **Tenis:** Turniej ATP w Estoril
- 19.30 LIVE – półfinał gry pojedynczej
- 20.30 **Tenis:** Turniej ATP w Estoril
- 21.30 LIVE – półfinał gry pojedynczej
- 23.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 1.00 **Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
- 8.30 **Tenis:** Turniej WTA w Pradze – ćwierćfinał gry pojedynczej
- 11.00 **Tenis:** Turniej WTA w Pradze – ćwierćfinał
- 13.30 **Tenis:** Turniej WTA
- 14.30 LIVE w Pradze – półfinał
- 15.30 **Tenis:** Turniej WTA
- 16.30 LIVE w Pradze – półfinał
- 17.45 **Tenis:** Turniej WTA w Pradze – półfinał
- 20.00 **Tenis:** Turniej WTA w Pradze – półfinał
- 22.30 **Tenis:** Turniej WTA w Pradze – półfinał
- 1.00 **8 wspaniałych** (1) – dok.
- 2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa

EXTREME CHANNEL HD
- 9.00 **KPW – Kombat Pro Wrestling Arena** (26)
- 11.00 **WWE Highlights** (53)
- 11.30 **WWE Classic Gold** (69)
- 12.00 **LoW – Legacy of Wrestling** (2)
- 15.00 **WWE Classic Gold** (85)
- 15.40 **WWE Highlights** (27)
- 16.00 **New Japan Pro-Wrestling** (49)
- 19.00 **WWE Highlights** (52)
- 20.00 **AEW Dynamite** (2629)
- 22.00 **New Japan Pro-Wrestling** (50)
- 0.45 **WWE Highlights** (54)
- 2.00 **New Japan Wrestling – Highlights** (31, 23)
- 3.00 **X Games – Shanghai**

ELEVEN SPORTS 2 HD
- 10.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: PSG – Lyon
- 12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – Heidenheim
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Como – Inter
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: St. Pauli – Bayern
- 18.00 **Formuła 1:** GP Belgii
- 20.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – AS Roma
- 22.00 **Made in Italy** (17) – mag.
- 22.15 **Ligue 1 Show** (35) – mag.
- 22.55 **Serie A** – mag. piłkarski
- 0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Lens – PSG

DISCOVERY LIFE HD
- 6.30 **Szpital** (409-412)
- 10.30 **Pojedynek na modę** (3)
- 11.15 **Megasknery 2** (7, 8) – dok.
- 12.45 **Klinika bez tajemnic**
- 15.45 **Szpital** (334-337)
- 19.45 **W czym do ślubu?**
- 20.45 **Wielkie wesela amerykańskich Romów**
- 21.45 **Nałogowe panny młode**
- 22.45 **Mroczne sekrety Playboya** (2) – serial dok.
- 23.45 **Sekrety chirurgii** (4)
- 0.45 **Sekrety lekarzy** (8, 9)
- 2.35 **Eks-tra zmiana** (5) – rozr.
- 3.20 **Idealna niania 4** (4)
- 3.55 **19+** (3-5) – serial paradok.
- 5.10 **Niezwykłe przypadki medyczne 3** (1, 2) – dok.

POLSAT SPORT FIGHT HD
- 14.50 **Strzelnica Navala** (1)
- 15.20 **Triathlon:** Zawody World
- 15.50 LIVE Triathlon Championship Series w Londyn – sprint kobiet i sprint mężczyzn
- 18.50 **Boks:** Babilon Boxing Show & K1 w Nowym Sączu – waga półciężka: R. Dudek – K. Kalinowski 2
- 21.40 **Z archiwum ESPN** – mag.
- 22.30 **Sporty walki:** FEN 58 w Częstochowie – walka: W. Bartnik – J. Jędraszczyk
- 0.35 **Strzelnica Navala** (2)
- 1.05 **Sporty walki:** One Punch w Ostrowcu Świętokrzyskim: Adrian Gunia – Rafael Hudson

POLSAT SPORT 3 HD
- 11.00 **Tenis:** Turniej ATP w Estoril – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej
- 13.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 14.55 **Futbol amerykański:**
- 15.55 LIVE Europejska Liga Futbolu: Panthers – Alpine Rams
- 17.00 **Tenis:** Turniej ATP w Kitzbühel – finał
- 19.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 21.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 23.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
- 11.30 **Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga** – mag.
- 12.30 **Prawo derbów** (6) – dok.
- 13.55 **Bohater z Cienia** – dok.
- 14.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Pogoń Szczecin – Legia Warszawa
- 16.55 **1 na 1 Extra** – mag.
- 17.30 **Dart:** World Matchplay
- 21.00 **Dart:** World
- 21.30 LIVE Matchplay
- 0.15 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 163
- 1.25 **Premier League Stories** (50) – magazyn piłkarski
- 2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Pogoń Szczecin – Legia Warszawa

ELEVEN SPORTS 4 HD
- 13.00 **Bundesliga Special** (12)
- 13.30 **Bundesliga Clubs** – mag.
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Hoffenheim – BVB
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Lens – PSG
- 18.00 **Bundesliga Special**
- 19.20 **Made in Italy** (15, 14, 13)
- 20.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: Sporting CP – SL Benfica
- 22.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: SS Lazio – AC Milan
- 0.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: FC St. Pauli – 1. FC Köln
- 2.00 **HHH – Hamburger SV**

ELEVEN SPORTS 3 HD
- 12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Juventus – Sassuolo
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Brestois – Lens
- 16.00 **Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach** – mag. piłkarski
- 16.40 **Serie A** – mag. piłkarski
- 17.30 **Made in Italy** (17, 18)
- 18.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Milan – Torino
- 20.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: BVB – Freiburg
- 22.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Toulouse – Lille
- 0.00 **Bundesliga Clubs** – mag.
- 1.00 **Potrójna korona Bayernu Monachium**

CANAL+ DOKUMENT HD
- 13.35 **Tybet kontra Chiny**
- 14.35 **Pearl Harbor. Wojna na Pacyfiku** – film dokum.
- 15.35 **Mount Everest z góry**
- 16.35 **Girl Climber. Wspinaczka** – film dokum.
- 18.05 **Victor Wembanyama**
- 19.45 **Copa 71** – dok., Wlk. Bryt.
- 21.20 **W królestwie księcia Muhammada ibn Salmana** – film dokum., Fr.
- 22.30 **Miły Trener – historia Piotra Jeleniewskiego**
- 23.30 **Sekrety łapanki Billet Vert 1941** – film dok., Fr.
- 0.40 **Aborcja. Polski paradoks** – film dok., Fr.
- 1.45 **O co biega?** (14) – mag.

eprasa.pl 641f6b47df

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD
10.00 **Jak to jest zrobione?** – dok.
12.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki** (1, 2) – serial dok., Wlk. Bryt.
13.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16** – dok.
13.30 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki** (4) – dok.
14.00 **Tajemnice lądowania na Księżycu** (1, 2)
16.00 **Autostrada spotkań z UFO** – serial dok.
18.00 **Jak to jest zrobione?** – dok.
20.00 **Największe paranormalne zagadki** – serial dok.

DOKUMENTALNY

22.00 **Klątwa Trójkąta Bermudzkiego**
Eksperci zbadają nowe doniesienia dotyczące niewytłumaczalnych zjawisk na tajemniczym obszarze Atlantyku. Zweryfikują teorię o ich związku z kosmitami.
0.00 **Na tropie legendarnych potworów** – dok.
2.00 **Tajemnice Alaski**
4.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki** (1, 2)
5.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16** – dok.

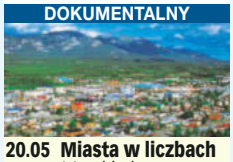
ID HD
6.00 **Wyrok do podważenia** – serial dokumentalny
8.00 **Krótkie życie, niewyjaśniona śmierć** – serial dok.
10.00 **Morderstwo na prowincji 6** – dok.
12.00 **Demony Hollywood** – serial dokumentalny
14.00 **Ostatnie wakacje** – serial dok., USA
15.00 **Morderstwo w tropikach** – dok.
16.00 **Pogrzebane sekrety** – film dok., USA 2025
18.00 **Morderstwo na bagnach** – serial dokumentalny, USA
20.00 **Sprawa dla medium i detektywa 9** – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY

21.00 **Tajemnice miasta duchów** (5, 6)
Steve udaje się do Iowa. Podobno mieszkańców rolniczej wioski straszy tam duch dziewczynki. Ekipa trafi na najstraszniejszą zjawę w swojej karierze.
23.00 **Miasteczko demonów** – serial dokumentalny, USA
1.00 **Tajemnice miasta duchów** (5, 6) – dok.
3.00 **Sprawa dla medium i detektywa 9** – serial dokumentalny
4.00 **Demony Hollywood** – serial dokumentalny

NATIONAL GEOGRAPHIC HD
6.00 **Najniebezpieczniejsze drogi Europy** (1, 2) – serial dok., Norwegia 2021
7.55 **Ekstremalne zagrożenia** (1, 2) – serial dok., USA 2025
10.05 **Katastrofa w przestworzach** (4, 3, 1, 6, 2, 9) – dok., Kan.
16.00 **Car S.O.S** (2) – dok.
16.55 **Żelazna kurtyna: Życie pod radziecką okupacją** (3) – serial dokum., Francja 2023
18.05 **Czechosłowacja: Tajny front zimnej wojny** – film dokum., Francja 2022
19.10 **UFO: Przełomowe śledztwa** (1) – serial dokum., USA 2022

DOKUMENTALNY



20.05 **Miasta w liczbach** (8): Whitehorse
Życie mieszkańców stolicy Jukonu jest podporządkowane rytmowi natury. Temperatury mogą spaść do -30°C. Miasto zasila energia pochodząca z wiatraków.
21.10 **Zaginione skarby Biblii** (2, 3) – dok.
23.00 **Ciemna strona świata** (5, 10) – dok.
1.00 **Złapać przemytnika** (6) – serial dok., USA
2.00 **Wyprawa na dno** (2, 5) – dok., Wlk. Bryt.
4.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy** – serial dok.

FOKUS TV DVB T2
6.00 **Wehikuł czasu** (725)
6.05 **48h. Zaginieni** (42) – serial krym., Polska
7.00 **Rolnicy. Podlasie** (51, 52) – serial dok.
9.00 **Pociągiem po Europie** (2) – dok.
10.00 **Świat z góry. Podróże pociągiem** (2) – dok., Wlk. Bryt.
11.00 **Bitwy morskie – historia okrętów wojennych** (1, 2)
13.00 **Rolnicy. Podlasie** (13-15) – serial dok.
16.00 **Podglądacze przyrody 2** (4, 5)
17.00 **Największe statki świata** (4) – dok.
18.00 **Najniebezpieczniejsze drogi do szkoły 3** (1) – dok.

DOKUMENTALNY

19.00 **Jak to wyjaśnić 2** (26, 27) – USA 2021
Eksperci wyjaśnią, czy smugi na niebie w Australii są dowodem na istnienie kosmitów. Sprawdzą też, czy w Kalifornii widziano sasquatcha.
20.00 **Tajemnice zamków** (4) – serial dok., Kan.
21.00 **Niezwykłe konstrukcje 2** (4) – serial dokum.
22.00 **Niewyjaśnione zagadki** (8) – dok.
23.00 **Poza kontrolą: Marsylia. Katastrofa przy ulicy d'Aubagne**

TVP HISTORIA DVB T2
8.50 **Znak orła** (7, 8) – hist.
10.05 **Lena na Bałkanach** (1) – cykl reportaży
10.40 **Podziemne Włochy** (8-ost.) – dok., Wł. 2016
11.50 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja
12.55 **Wyspy Kanaryjskie** (2) – serial dok., Niem.
13.55 **Ex Libris** – magazyn
14.30 **Pułkownik Kwiatkowski** – komediodramat, Polska 1995, 135 min
16.45 **Tajemnice kultowych seriali** (6)
17.40 **Blisko, coraz bliżej** (16) – obycz., Pol. 1986
19.05 **Zabójcza nauka 2** (2) – serial dokumentalny
20.05 **Bangladesz. Zatoka krwi** (2)

WOJENNY

21.10 **Midway** – USA/Kanada 2019, 145 min
Rok 1942. Amerykanie ustalają, że Japończycy po nalocie na Pearl Harbor planują atak na Midway. Pilot Dick Best i jego kompani stają do bitwy, która wpłynie na losy wojny.
23.35 **Pluton** – dramat wojenny, USA 1986, reż. Oliver Stone, wyk. Tom Berenger, 130 min
1.45 **Historia w postaciach zapisana** – cykl dokum., Fr. 2007-2026
3.30 **Blisko, coraz bliżej** (16) – obycz., Pol. 1986

HISTORY HD
12.05 **Starożytni kosmici 14** (13) – dok.
13.05 **Tajemnice zaginionych miast** (1): Angkor – serial dok.
14.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 5** (2) – serial dok., USA
14.55 **Gwiazdy lombardu 25** (26) – reality show
15.50 **Gwiazdy lombardu 13** (20) – reality show
16.15 **Piątka z historii** (3, 4) – serial dokum.
17.10 **Starożytni kosmici 13** (16) – dok.
19.05 **Starożytni kosmici 17** (11) – dok.
20.00 **Starożytni kosmici 16** (17) – dok.

DOKUMENTALNY

21.00 **Imperium rzymskie: powstanie i upadek** (1)
W III wieku p.n.e. po podporządkowaniu sobie całej Italii Rzym wyrósł na potęgę regionu, co negatywnie wpłynęło na relację z Kartaginą. Rywalizacja dwóch mocarstw przerodziła się w zaciekły konflikt.
23.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 5** (5, 6) – serial dok., USA
0.50 **Starożytni kosmici 16** (17) – serial dokumentalny
1.50 **Starożytni kosmici 13** (16)

20

DISCOVERY HISTORIA HD
8.00 **Tropicielki rodzinnych historii** (4) – serial dokum.
9.00 **Bitwy żołnierza polskiego** – cykl dokum.
10.00 **Brudne skarby** – dok.
12.00 **Łowcy starości** (14) – dok.
13.00 **Tajemnice ziemi – Hiszpania** (8) – dok.
14.00 **Wyścigi po antyki** – dok.
15.00 **Zoom na architekturę**
17.00 **Muzealne tajemnice**
19.00 **Na ratunek starociom**
20.00 **Hazardziści** – serial dok.
21.00 **Nawiedzona Irlandia**
23.00 **Złota góra: walka o skarb** – serial dok., USA
2.00 **Było, nie było** (5) – dok.
3.00 **Europejskie bazary** (5)

PLANETE+ HD
13.35 **Stormborn – Zrodzone w burzy** (2) – serial dokum.
14.45 **Zielony lód biegunów**
15.50 **Wszystko o Marii. Matce Bożej** (1) – dok., Fr.
16.55 **Związani z ziemią. Dzieje życia na wsi** (3)
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4**
18.40 **Polska z góry 9** (4, 5)
19.45 **Dolly Parton – amerykański skarb**
20.50 **Louis de Funes – król francuskiej komedii**
22.00 **Dynastia Nehru-Gandhi** (2) – film dokumentalny, Fr.
23.10 **Mia Farrow. Cienie sławy** – film dokumentalny
0.20 **Trzy kobiety i wojna**

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD
13.00 **Katavi – utracony raj Afryki** (3) – serial dokum.
14.00 **Dziki Wietnam** (1) – dok.
15.00 **Najgroźniejsze zwierzęta świata: jadowite** (1) – serial dok.
16.00 **Waran z Komodo – dzień z życia** – film dok.
17.00 **Zadziwiająca Australia**
18.00 **Królestwo białego wilka** (2) – film dokum., USA 2019
19.00 **Porażka drapieżnika** (2)
20.00 **Europa z powietrza** (1)
21.00 **Łowca doskonały** – dok.
22.00 **Najgroźniejsze zwierzęta Afryki** (1)
23.00 **Europa z powietrza** (4)
0.00 **Niezwykły dr Pol** (6, 7)

POLSAT VIASAT NATURE HD
6.10 **Zabójcza pogoda 2**
11.15 **Braterstwo lwów** (1-3)
14.35 **Historia lwiego stada Marsh** (1, 2) – film dokum.
16.45 **Weterynarz ze szkockich wyżyn** (7, 8)
18.35 **Z Davidem Attenborough dookoła świata** (3, 4) – cykl dokum.
21.00 **Pantery śnieżne z Danem O'Neillem** (1, 2)
23.10 **Zwierzęta: maszyny doskonałe** (1) – dok., Kan.
0.10 **Zabójcza pogoda 2**
4.35 **Weterynarz ze szkockich wyżyn** (7)
5.30 **Teksas: na ratunek aligatorom** (9) – serial dok.

BBC EARTH HD
9.55 **Londyn Davida Attenborough** – film dok.
11.10 **Wietnamskie przygody Billa Baileya** (1) – dok.
12.20 **W okowach mrozu 3**
17.15 **David Attenborough i cuda natury 2** (3) – dok.
17.40 **Najpiękniejsze trasy spacerowe** (6) – dok.
18.45 **Wietnamskie przygody Billa Baileya** (1) – dok.
19.55 **Wyspy Pacyfiku** (2, 3)
22.00 **W okowach mrozu: Kanada 2** (5) – dok., Kan.
23.00 **Londyn Davida Attenborough** – film dok.
0.15 **Na krawędzi katastrofy** (4) – serial dok., Wlk. Bryt.

ANIMAL PLANET HD
10.00 **Na tropie wymarłych gatunków** – serial przyrod.
11.00 **Weterynarz z Gór Skalistych** – serial dok.
13.00 **Alaska: przetrwać na krańcu świata** – dok.
15.00 **Schroniskowa rewolucja** – serial dok.
17.00 **Cztery kąty, cztery łapy**
18.00 **Julia kontra węże** – dok.
19.00 **Jak to robią zwierzęta?**
20.00 **Na tropie dzikich zwierząt 3** (7, 8) – dok.
21.00 **Nowojorskie Zoo – Bronx** – serial dok., USA
22.00 **Projekt akwarium** – dok.
23.00 **Człowiek w roli ofiary**
1.00 **Nietypowi pupile** (4)

TVP DOKUMENT HD
11.10 **Wyspa Świętej Heleny**
12.10 **Zadziwiający świat chrząszczy** – film dokum.
13.10 **Podróże Małej i Dużej 4**
13.35 **Tacy byliśmy** (6)
14.05 **Dzikie imperium** (3)
15.05 **Narodziny motyla** – dok.
16.05 **To działa. Polskie innowacje bez granic** (3)
17.00 **Podróżnicy – odkrywcy**
18.05 **Sanatorium miłości 6** (5)
19.00 **Bruce Willis – bohater kina akcji** – film dok., Fr.
20.05 **W obronie zwierząt**
21.30 **Bez maski** (1) – film dok.
22.25 **Zbieracze butelek** – dok.
0.00 **Sanatorium miłości 6** (4)
0.55 **Podróże z historią** (3)

POLSAT DOKU HD
10.50 **Anatomia ukrzyżowania**
12.05 **Straszliwe potwory morskie** – film dokum.
12.55 **Top Guns – SuperBroń**
13.55 **Fabryki wojny** (8) – dok.
14.55 **Poszukiwacze historii**
15.25 **Tajemnice Bałtyku i Morza Północnego** (4)
16.30 **Dzika Polska** – film dok.
17.40 **Bajeczne żaby** – film dok.
18.45 **Świat z góry** (3, 4) – dok.
19.55 **Polowanie na Hitlera** (8)
20.50 **Militarny top 10** (8) – dok.
22.00 **Świat z góry. Zamki** (4)
23.05 **Poza kontrolą. Katastrofa na dworcu w Paryżu** – film dok., Fr.
0.20 **Kroniki Hitlera** (1) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD
6.00 **Australijscy łowcy bydła 2** (7) – dok., Australia
6.25 **Ekstremalna pomoc drogowa** (8, 9) – serial dok.
8.15 **Ekstremalna pomoc drogowa 2** (1-3) – dok.
11.10 **Australijscy poszukiwacze złota 6**
16.05 **Złoto Jukonu** (6-10) – dok.
21.00 **Za kratami: najcięższe więzienia na świecie 5** (3) – serial dok., Kan. 2025
22.00 **Internetowy seksbiznes**
23.00 **Morderstwa w krainie Amiszów** (2) – dok., Kan.
0.00 **Ostatni kapitanowie**
1.40 **Bohaterowie z St. John's** (1-6) – dok., Kan.

POLSAT VIASAT HISTORY HD
6.20 **Naziści: ściśle tajna nauka** (6-8) – serial dok.
9.10 **Naziści: korzenie zła** (10-12) – serial dokum., Kan.
12.05 **Życie prywatne przywódców Rzeszy** (1-4) – serial dokumentalny
15.55 **Dziki Zachód** (5, 6) – dok.
17.55 **Konkwistadorzy: powstanie i upadek** (1-3) – serial dok., Wlk. Bryt. 2023
21.00 **Wojna Adolfa Hitlera** (4-6) – serial dokumentalny
0.15 **Wojna światowa: 1914-1945** (6-8) – dok.
2.55 **II wojna światowa: ostatnie miesiące** (1, 2)
4.25 **Zakazana historia 7** (1, 2)

CI POLSAT HD
16.00 **Dowody zbrodni: Morderstwa na bagnach** (1) – dok.
17.00 **Pogrzebani za domem 6** (12) – serial dokumentalny
18.00 **Dowody zbrodni: Wielka Brytania** (8) – serial dok.
19.00 **Tajemnice sekt: poligamia** (4) – serial dok.
20.00 **Morderstwo na Manhattanie** – dok.
21.00 **Kobiety z piekła rodem**
22.00 **Protokół zbrodni** (4)
23.00 **Najgroźniejsi seryjni mordercy** (3) – serial dok.
23.55 **Chippendales: mroczne sekrety** (3) – serial dok.
0.50 **Ktoś ma coś do ukrycia**

TRAVEL CHANNEL HD
6.00 **Andrzej Bargiel – Śnieżna Pantera** (1, 2)
8.05 **Dziwaczne potrawy: smakowite miasta**
10.10 **Niezwykłe Stany Prokopa** (10, 11, 1, 2)
12.15 **Baseny z rozmachem**
14.20 **Ciężarówką przez Stany**
15.55 **Człowiek kontra jedzenie** (30-33) – mag.
18.00 **Dziwaczne potrawy: smakowite miasta** (1-4)
20.05 **Nagi instynkt przetrwania** (13, 14)
22.10 **Azja Express** (4)
23.45 **Górskie potwory** (7, 8)
1.50 **Hotelowe rewolucje**
4.50 **Dziwaczne potrawy** (5)

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 641f6b47df

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

12.40 **Sto minut wakacji**
13.15 **UNESCO: Skarby Polski** – serial dokum.
13.50 **Ranczo Wilkowyje** – komedia, Polska 2007, 105 min (FILM)
15.35 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
16.05 **Świat w obłokach – muzyczni spadkobiercy Marka Grechuty** (1)
17.00 **Teleexpress**
17.25 **Ja wam pokażę!** (13-ost.) – obycz., Pol.
18.15 **Wojna domowa** (15-ost.) – obycz., Pol.
19.00 **63. KFPP w Opolu – Superjedynki**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – publ.

TVP ROZRYWKA

12.20 **Prywatne życie zwierząt 14** (10)
12.55 **Daję słowo – Maciej Orłoś 2** (39)
13.50 **Postaw na milion**
15.45 **Moje przeboje** (1)
16.25 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (13) – telet.
16.50 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (13)
17.10 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (14) – telet.
17.40 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (14)
18.00 **Koło fortuny** (1984)
18.40 **Moje przeboje** (3)
19.15 **Olga Lipińska zaprasza** (11)
20.00 **Program rozrywkowy**

POLSAT CAFÉ

6.00 **Komisarz Mama** (29, 30) – serial krym.
8.00 **Bogaty dom – biedny dom** (143, 104, 128) – reality show
11.00 **Polacy za granicą – miłość** (8) – serial dok., Polska 2025
12.00 **Shopping Queens. Królowe Zakupów** (53, 54) – pr. rozrywk.
14.00 **Nasz nowy dom** (244) – reality show
15.00 **Walka o życie** (5) – serial dok., Pol. 2025
16.00 **Kolacja w ciemno** (7, 8) – program rozrywkowy
18.00 **Nasz nowy dom** (245, 246) – reality show, Polska

TV 4 (DVB-T2)

6.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (197) – reality show
7.00 **Galileo** (1198, 1199) – popularnonaukowy
9.05 **#Jesteśmy dla dzieci** – magazyn
9.30 **Galileo** (1200) – pr. popularnonaukowy
10.35 **Mini Galileo** (89) – pr. popularnonaukowy
10.55 **Galileo** (1182, 1183) – popularnonaukowy
13.05 **Mini Galileo** (25) – pr. popularnonaukowy
13.20 **Podróże Guliwera** – kom. przyg., USA 2010, reż. Rob Letterman, 100 min (FILM)
15.00 **Policjantki i Policjanci** (1396-1400) – obycz.

TTV HD (DVB-T2)

9.45 **Express** – pr. inform.
10.05 **Gogglebox. Przed telewizorem 20** (13)
11.05 **Nic do zgłoszenia 6** (10) – serial dokum.
12.05 **Zakup w ciemno extra** (40)
12.35 **Zakup w ciemno 6** (5-7) – reality show
15.45 **Express** – pr. inform.
16.05 **Idź na całość 2** (18)
17.05 **Usterka 14** (15)
17.45 **Express** – pr. inform.
18.00 **Pogoda, sport**
18.10 **Zakup w ciemno 6** (4) – reality show
19.05 **Zakup w ciemno extra** (39)
19.45 **Express** – pr. inform.
20.00 **Idź na całość 2** (15)
21.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 23** (6)

TVN STYLE HD

5.15 **Damy i wieśniaczki. Ukraina 7** (8) – serial fab.-dokum.
6.10 **Anatomia piękna 2** (4) – program rozrywk.
7.05 **Co za tydzień** – mag.
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.25 **Jestem z Polski** (1-3) – serial dok., Pol. 2020
14.35 **Kobieta na krańcu świata** (4) – dok., Pol.
15.35 **Projekt City** (3) – rozr.
16.05 **Bitwa o gości** (7) – reality show
17.05 **Będzie pięknie** (8-ost.) – pr. rozrywk.
18.05 **Ugotowani** (11) – pr. kulin.-rozrywk.
19.05 **Kuchenne rewolucje** (10, 11) – program rozrywkowy

20

KRYMINALNY

20.20 **Zatoka szpiegów 2** (11) – Polska 2025

Bergman zatrudnia Wulfa, aby odnalazł zdrajcę w Kriegsmarine. Franz stara się zbliżyć do adiutanta dowódcy. Brytyjski wywiad podejrzewa go jednak o zdradę.

21.15 **Miłość jest blisko** – komedia romant., Polska 2021, 110 min (FILM)
23.05 **Wschód Kultury. Europejski Stadion Kultury 2026 – Koncert Kolektywów** – koncert
0.25 **Dobry żart** (3) – rozr.

ROZRYWKOWY

20.25 **Kabaret Letnią Porą** (15, 16)

Cykl przypomina najbardziej udane skecze, piosenki i monologi popularnych polskich grup. Widowisko przedstawione jest w przyjemnej, letniej konwencji.

22.20 **Postaw na milion** – teleturniej
0.20 **Koło fortuny** (1984)
1.05 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (13) – telet.
1.35 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (13)
1.55 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (14) – telet.

ROZRYWKOWY

20.00 **Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami** (157)

W tej edycji widzowie mogą podziwiać m.in. Magdę Mołek, Grażynę Szapołowską i Macieja Kurzajewskiego. Ich występy oceniają m.in. Iwona Pavlović i Rafał Maserak.

22.30 **Hardcorowa miłość** (3) – serial dokum., Pol.
23.00 **Gry małżeńskie** (188, 189)
1.00 **Kolacja w ciemno** (7, 8) – pr. rozrywk.
3.05 **Więzienie kobiet** (47, 48) – serial dok.
4.00 **Zdrady** (187, 188)

KRYMINALNY

20.00 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (133-136)

Gzymski i Dąbek badają sprawę pobicia 15-letniej Natalii, która walczy o życie. Ojciec twierdzi, że nie miała wrogów, lecz śledczy ustalają, że niedawno została zgwałcona.

0.00 **Gwiazdy Kabaretu** (163, 164) – pr. rozr.
2.05 **STOP Drogówka** – magazyn policyjny
3.05 **Interwencja** – mag.
3.25 **Lubię disco!** (288)
4.25 **Top 10 – lista przebojów** – pr. muz.
5.30 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

SERIAL

22.00 **Damy i wieśniaczki. PL 11** (9) – Polska 2026

Tym razem widzowie poznają historię Stasi ze wsi Plemięta oraz Bożenki – elegantki z Katowic. Ta zamiana ról będzie bardzo dużo kosztowała obie kobiety.

23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 22** (3)
0.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 18** (6)
1.00 **Diabelnie boskie 2** (19, 20) – reality show
1.55 **Zapukaj do moich drzwi** (132, 133) – telen., Turcja 2020
3.55 **Detektywi** (39)

DOKUMENTALNY

21.10 **Kate. Narodziny księżnej** (2/3)

Autorzy prezentują życie Kate Middleton od czasu narodzin w 1982 r. aż po dzień dzisiejszy. Widzowie dowiedzą się m.in., w jakich warunkach zdobywała wykształcenie.

22.15 **Ślub od pierwszego wejrzenia** (5, 6)
0.25 **Śluby marzeń** (2)
1.25 **Seks – wypadki** (7, 8)
3.20 **Wiem, co jem, i wiem, co kupuję** (9) – mag. poradnikowy
4.05 **Wiem, co jem i wiem, co kupuję** (9) – mag. poradnikowy

TVP HD (HD)

8.55 **Ojciec Mateusz 23** (298, 299) – krym., Pol. 2020
10.45 **Czy wiesz, że?** (290)
11.20 **Na sygnale** (686, 687)
12.25 **Ojciec Mateusz 7** (94)
13.20 **Komisarz Alex 5** (58)
14.15 **Ranczo 9** (115, 116)
16.10 **Postaw na milion** – telet.
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 26** (337)
19.20 **Ranczo 9** (112-114)
22.20 **Parker** – film sensacyjny, USA 2013, 130 min (FILM)
0.30 **Profilerka Jastrę** (13)
1.30 **Klangor** (1, 2) – krym., Pol.
3.40 **Samiec alfa** – czarna komedia, Pol. 2022, 125 min (FILM)

TVS (HD)

7.05 **Klachy i Lachy** – pr. rozr.
7.40 **Koncert życzeń**
9.25 **Muzyczne dzień dobry**
10.05 **Przy muzyce po Śląsku**
11.00 **Klachy i Lachy** – pr. rozr.
11.20 **Koncert gwiazd TVS – rozgrzewka** – pr. muz.
12.35 **Przy muzyce po Śląsku**
13.35 **Klachy i Lachy** – pr. rozr.
14.00 **Szlagierowa lista** – muz.
16.00 **Koncert życzeń**
17.45 **Przy muzyce po Śląsku**
18.25 **Śląska karuzela** – muz.
19.55 **Hansi Hinterseer zaprasza** – pr. rozrywk.
22.00 **Koncert w TVS** – pr. muz.
23.45 **Szlagierowa lista** – muz.
1.40 **Program muzyczny**

ZOOM

9.00 **Jakubiak rozgryza Chorwację** (1) – mag.
9.35 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
12.55 **Sensacje XX wieku**
15.20 **Czterej pancerni i pies** (5, 6) – wojenny, Pol. 1966
17.50 **Gang Olsena: Paryski plan** – komedia kryminalna, Dania 1981, 120 min (FILM)
19.50 **I love kabaret EXTRA** (1)
20.00 **Hity polskiego kabaretu 7** (10) – pr. rozr.
21.00 **Szpica** – komedia sens., Chiny 2020, 125 min (FILM)
23.05 **Adam szuka Ewy. Niemcy** (6) – pr. rozrywk.
0.15 **Magia nagości. Włochy**

TLC (HD)

11.00 **Rodzina Chantel 3**
12.00 **Rodzina 10+ 8** (12) – rozr.
13.00 **Moje paranoje – wydanie specjalne 2**
14.00 **TLC Top 10** (3, 4) – pr. rozr.
16.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
18.00 **Wiza na miłość 12**
20.00 **Baylen – życie na głos 3**
21.00 **Design w australijskim stylu** – program rozrywk.
22.00 **Gdy jeden mąż to za mało** – reality show
23.00 **Moje paranoje – wydanie specjalne 2**
0.00 **Dr Pryszczylla** – dok., USA
1.00 **Baylen – życie na głos 3** – serial dokumentalny, USA

C+ KUCHNIA (HD)

15.40 **ABC gotowania – kuchnia amerykańska**
16.05 **M jak mięso 4** (7, 8) – dok.
16.55 **Jamie Oliver: 5 składników po śródziemnomorsku** (2)
17.50 **Ekoporady z Julią Oleś 2** (3) – magazyn kulinarny
17.55 **Jakubiak rozgryza Polskę** (9, 10) – mag. kulin.
18.50 **Jedz, podróżuj, smakuj**
19.50 **Podróże piekarza z Hebrydów** (2) – dok.
20.45 **Kulisy wielkiej kuchni**
21.40 **Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia 2** (2) – pr. rozr.
22.35 **Kuchenny recykling**

TVN TURBO (HD)

9.35 **Ciężarówką przez Stany**
12.30 **Wojny samochodowe**
15.30 **Zawodowi handlarze**
17.00 **Mobilni mechanicy**
18.30 **Usterka 16** (14, 15) – serial fab.-dokum., Polska 2025
19.30 **Prawko na świecie. Jazda bez zasad** (5) – rozr.
20.15 **Z drugiej ręki** (9) – mag.
21.00 **Naprawy nie do naprawy** (5) – mag.
21.45 **Moto kombat** (6) – mag.
22.25 **Zawodowi handlarze**
23.10 **Wojny samochodowe** (9)
0.10 **Duda kontra Szafrański** (3) – program rozrywkowy
0.55 **Niebezpieczne dzielnice** (7) – serial dok., Polska 2024

NOWA TV (DVB-T)

6.00 **Wehikuł czasu** (725, 726)
6.20 **TV okazje** (13, 14)
6.55 **Wehikuł czasu** (725, 726)
7.30 **Interwencja – taka jest Polska** (564) – mag.
8.20 **Frieren. U kresu drogi**
9.30 **Dragon Ball Z Kai 2**
13.00 **One Punch Man** (11, 12)
14.00 **Co ludzie powiedzą? 3** (18-20) – serial komediowy
16.00 **Miodowe lata** (83-86)
19.45 **Poirot 5** (1-4) – serial krym.
0.00 **Ślad** (77) – krym., Pol. 2019
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (14, 15)
3.50 **Wehikuł czasu** (725, 724)
4.00 **Sala operacyjna** (5, 7)
5.00 **Pod lupą** (1, 2) – magazyn

METRO

9.45 **The Floor** (19) – teleturniej
10.55 **Złomowisko PL 6** (7, 8)
13.00 **Formuła E**
14.15 **Makłowicz w Polsce** (8)
14.50 **Jak zostać pilotem**
15.50 **Niezwykłe Stany Prokopa 6** (1) – pr. rozr.
16.50 **Jestem z Polski** (2) – dok.
17.50 **Kryminalni 4** (5, 6) – krym.
20.00 **Lejdis** – komedia, Polska 2008, 175 min (FILM)
22.55 **Mroczny rycerz** – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2008, 170 min (FILM)
1.45 **Szpital** (804) – paradok.
2.50 **Szkoła** (547, 548)
4.50 **Nowa Maja w ogrodzie 5** (11) – mag.

ANTENA HD (DVB-T2)

9.10 **Australijscy poszukiwacze złota 4** (5-8) – serial dok., Australia
13.10 **Ciężarówką przez śniegi 2** (6-8) – serial dok.
16.05 **Ciężarówką przez śniegi 3** (1, 2) – serial dok.
18.00 **77 TV 2** (8) – pr. rozrywk.
19.00 **77 TV 5** (21) – pr. rozrywk.
20.00 **Morderstwa we Francji – Pont-Aven** – film krym., Francja 2022, 120 min (FILM)
22.00 **Porwanie Hannah Anderson** – film krym., USA 2015, 115 min (FILM)
23.55 **Toni Braxton: nie łam mi serca** – dramat biograf., USA 2016, 105 min (FILM)

WP (DVB-T)

14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4** (9)
15.00 **Policjanci z sąsiedztwa 4** (30) – dok.
16.00 **Policjanci z sąsiedztwa 8** (1) – dok.
16.50 **Pogoda**
17.00 **Policjanci z sąsiedztwa 8** (2) – dok.
18.00 **Strażacy z sąsiedztwa 2** (7) – serial dok., Polska 2026
19.00 **Policjanci w akcji** (2)
20.00 **Policjanci z sąsiedztwa 8** (3, 4)
21.55 **Pogoda**
22.00 **Mistrzowie Kabaretu 5**
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 12** (3) – program rozrywkowy

C+ DOMO HD

14.10 **Wielkie projekty: Australia 11** (4) – dok.
15.15 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia** (8) – serial dok.
16.10 **Przekopiemy Ci ogródek** (4) – serial dok.
16.40 **Mam zamek 3** (3, 4) – dok.
17.35 **Kupione i co dalej? 3** (1)
18.00 **Daleko od miasta 13**
18.55 **Zbudujemy ten dom**
20.00 **Adres: rezydencje marzeń** (8) – serial dok.
21.00 **Wielkie projekty: Australia 12** (4) – dok.
22.00 **Generalna odbudowa 2**
22.55 **Luksusowa ucieczka 7**
23.50 **Wielkie projekty: Australia 10** (6) – dok.

HGTV (HD)

12.35 **Kolekcjonerski obłęd wart miliony** (5, 6) – rozr.
13.35 **Weekendowa metamorfoza 3** (7, 8)
15.30 **Kamera, akcja, wpadka!**
17.05 **House Hunters – Poszukiwacze domów 6** (9, 10) – pr. rozr.
18.10 **House Hunters – Poszukiwacze domów 7** (1) – pr. rozrywk.
18.45 **Będzie pięknie** (3) – rozr.
19.45 **Weekendowa metamorfoza 5** (3, 2)
21.35 **Mieszkanie na miarę** (4)
22.30 **Mieszkanie na miarę 2**
23.30 **Usterka 11** (2, 27, 29, 31) – serial fab.-dok., Pol. 2019

eprasa.pl 641f6b47df
P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (315) – reality show
7.30 **Ewa gotuje** (565, 566) – magazyn kulinarny
8.30 **Z klimatem i z pasją** (252) – program publicystyczny
9.00 **Dlaczego ja?** (1403-1407) – serial paradokumentalny, Polska 2025
14.00 **Sekrety rodziny** (164) – serial paradokum., Pol. 2020
15.05 **Więzienie kobiet** (133, 134) – serial dokumentalny, Polska
16.00 **Nasz nowy dom** (367) – reality show
17.10 **Polsat Hit Festiwal 2026** (4) – koncert

SUPER POLSAT DVB-T2

6.05 **Wydarzenia**
6.40 **SuperLudzie 2** (24) – serial dok., Pol. 2018
7.15 **Była sobie Ziemia** (26, 1-4) – serial anim.
10.00 FILM **Spider-Man: Bez drogi do domu** – film przygodowy, USA 2021, reż. Jon Watts, wyk. Tom Holland, Zendaya, 180 min
13.00 **Świat według Kiepskich** (572-575) – kom., Pol. 2019-2020
15.00 **Złomiarze** (2, 3) – serial dok., Pol. 2024
17.00 **Świat według Kiepskich** (578-581) – serial kom., Pol. 2021
19.00 **Kolacja w ciemno** (19, 20) – program rozrywkowy

TV 6 DVB-T

6.00 **Cudownych rodziców mam** (14) – cykl felietonów
6.15 **Jeźdźcy smoków** – serial animowany
7.40 FILM **Trolle** – film animowany, USA 2016, reż. Mike Mitchell, 110 min
9.30 **Cobra Kai** (34-36) – serial przygodowy
11.35 **Strażnik Teksasu** (13, 14) – serial sens., USA 1998-1999
13.30 **Poirot** (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
15.50 **Columbo** (23, 24) – serial kryminalny
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (67, 68) – serial kryminalny, USA 2004

BBC FIRST HD

6.00 **Z pamiętnika położnej 11** (5, 6) – serial obyczajowy, Wielka Brytania 2022
8.00 **Co ludzie powiedzą? 3** (3) – serial kom., Wlk. Bryt.
8.40 **McDonald i Dodds 3** (2) – serial kryminalny
10.30 **Morderstwa w Midsomer** (1, 2) – krym., Wlk. Bryt. 1997
12.50 **Ojciec Brown 8** (8-10) – serial krym., Wielka Brytania 2020
15.50 **My Life is Murder 5** (2, 3) – krym., Australia/Nowa Zelandia 2025
17.45 **Z pamiętnika położnej 10** (2) – serial obyczajowy, Wielka Brytania 2021

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB-T2

7.30 **Małe i duże przygody Miffy** (29)
7.40 **Ptyś i Bill** (30) – anim.
7.50 **Czarodziejskie miasteczko Pinokia**
8.10 **Piotruś Królik** (56)
8.20 **Piotruś Królik 2** (57)
8.35 **Wegezaury 2** (29)
8.40 **Świnka Peppa 6**
9.00 **Tru i Tęczowe Królestwo** (3) – anim.
9.30 **Studio Stodoła** (9)
10.00 **Kocie kalamburki** (16, 17) – pr. dla dzieci
10.20 **Olimpiada Bolka i Lolka** (3, 4) – anim.
10.45 **Rodzina Treflików 5** (59, 60) – serial anim.
11.10 **Odo** (85-87) – anim.
11.35 **Stacyjkowo** (37, 38)
11.55 **Pszczółka Maja** (29)
12.25 **Domisie** – dla dzieci

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

6.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.50 **Kadr na Kino** – magazyn filmowy
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
15.30 **Ranking Mazura** – program inform.
16.00 **Fakty po południu** – program informacyjny
18.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
18.30 **Serwis informacyjny**
19.05 **Kadr na Kino** – magazyn filmowy
19.15 **Serwis informacyjny**
19.25 **Fakty po Faktach** – program informacyjny
20.00 **Superwizjer** – magazyn reporterów

KOMEDIA KRYMINALNA

20.35 FILM **21 Jump Street** – USA 2012, 130 min

Policjanci Schmidt i Jenko zostają skierowani do jednego z liceów, aby wykryć dilerów narkotyków. Udają uczniów. Szybko się przekonują, że czeka ich nie lada wyzwanie.

22.45 FILM **Zamiana ciał** – kom., USA 2011, 140 min
1.05 FILM **Terminator 3: Bunt maszyn** – film s.f., USA/Niemcy/Wielka Brytania 2003, 140 min
3.25 **Ewa gotuje** (493)
3.55 **Świat według Kiepskich** (32) – kom.
4.30 **Wydarzenia**

SENSACYJNY

21.00 FILM **Błękitna głębia** – USA 2005, 130 min

Młodzi płetwonurkowie Jared i Sam chcą odnaleźć skarb w zatopionym statku. Podczas nurkowania natrafiają na samolot z narkotykami. Narażają się gangsterom.

23.10 FILM **S.W.A.T. Jednostka specjalna** – film sensacyjny, USA 2003, 150 min
1.40 **Backdoor. Wyjście awaryjne** (9) – kom.
2.10 **Świat według Kiepskich** (446-448)
3.50 **Nasz nowy dom** (283, 284)

KRYMINALNY

22.00 **Kości** (125, 126) – USA 2011

Na bagnach znaleziono zwłoki strażnika z Muzeum Żeglugi. Brennan i Booth dowiadują się, że ukradł on fragment mapy wskazującej miejsce zatopionego skarbu.

0.00 FILM **W lesie dziś nie zaśnie nikt 2** – horror, Polska 2021, 125 min
2.05 **Krejzi patrol** (46) – serial krym., Polska
2.40 **Kochane pieniądze** (22-24) – paradok., Pol.
5.45 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

KRYMINALNY

18.50 **Śmierć z dala od palm** (5)

Martha musi poważnie przemyśleć kilka spraw. Tajemniczy podpalacz atakuje w trzech miejscach. Jego działania nawiązują do bajki o trzech małych świnkach.

19.55 **Śmierć pod palmami 3** (5) – krym.
21.00 **Annika** (5) – krym.
22.05 **Milczący świadek 23** (1, 2)
0.25 **Zaproszona** (1)
1.40 **Śmierć z dala od palm** (5) – serial krym.
2.45 **Z pamiętnika położnej 11** (5, 6)

MAGAZYN KULINARNY

13.00 **Go-tu-jemy** (17, 18)

Ekipa zaprasza na kulinarną wyprawę do północnej Afryki, skąd pochodzą pyszne marokańskie bułeczki.

13.20 **Tru i Tęczowe...** (29)
13.45 **Świnka Peppa** (7)
13.50 **Świnka Peppa 8**
14.10 **Pająk Lucas 2** (57, 58)
14.30 **Oli i Luna** (57, 58)
14.55 **Oktonauci 2** (57, 58)
15.20 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (29) – mag.
15.40 **Bella i Sebastian**
16.10 **Pat i świat 2** (85, 86)
16.35 **Dino Ranczo**
17.05 **Pszczółka Maja**
17.30 **Robin Hood**

TRANSMISJA

21.00 **Koncert z okazji 82. rocznicy Powstania Warszawskiego**

Premierowe widowisko inspirowane powstańczym latem 1944 roku i odnoszące historyczne doświadczenia do współczesnych emocji w czasach niepokoju.

22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.00 **Fakty po Faktach**
0.40 **Superwizjer** – mag.
1.45 **Nic do zgłoszenia** (4) – serial dok., Pol. 2025
2.40 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.

POLSAT PLAY HD

6.00 **Dorwać tuńczyka**
9.15 **Poszukiwacze historii**
10.10 **Hitlerowscy poszukiwacze skarbów**
13.10 **Kobiety Trzeciej Rzeszy** (1, 2) – film dokum., Fr. 2021
15.35 **Tajna historia XX wieku**
16.00 **Pociągi** (7, 8) – serial dok.
17.00 **Polacy za granicą** (156)
18.05 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (31-33, 226)
20.05 **Wakacje z Bałtykiem** (23-26) – serial dokum., Pol.
22.00 **Polacy za granicą** (158, 146) – serial dok., Pol.
0.05 **Łowca pedofilów**
2.00 **Jedziemy na ryby!**
4.05 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

8.55 **Dziwaczne potrawy** (8)
9.50 **MasterChef** (12) – pr. rozr.
11.25 **Wakacyjny turniej wypieków 2** (4)
12.25 **Kuchnia jak u mamy**
13.35 **Czas na deser** (3, 4)
14.40 **Molly gotuje na farmie**
15.45 **Kobieta na Dzikim Zachodzie** (2, 3) – mag.
16.50 **Gotowanie z miłości**
17.50 **Elitarny turniej wypieków** (5)
18.50 **Dziwaczne potrawy** (8)
19.45 **Człowiek kontra jedzenie** (20-22) – mag.
21.15 **Kuchenne rewolucje**
23.25 **Jedzenie w trasie** (4, 6)
1.35 **Rozdrażnić tytanów 2**

POLSAT RODZINA HD

12.00 **Rodzina zastępcza** (4-7)
14.10 **Tajemnice Bałtyku i Morza Północnego** (4)
15.15 **Titanic. Budowa giganta** – film dok., Francja 2021
16.30 **Świat z góry** (2, 3) – dok.
17.45 **Sąsiedzi** (34, 35) – anim.
18.10 **Pingwiny z Madagaskaru** (15, 16)
19.05 **Co ludzie powiedzą?** (1-3) – serial kom., Wlk. Bryt.
21.00 **Miodowe lata** (94) – kom.
22.00 FILM **Jak długo jeszcze?** – komedia, USA/Kanada 2007, 115 min
23.55 **Broń w hollywoodzkich filmach** (7, 8) – serial dok.
1.00 **Historia czołgów** (4)

BBC LIFESTYLE HD

6.25 **Hotel Savoy** (1-4) – dok.
10.10 **Hotel Savoy 2** (1-4) – dok.
14.05 **Hotel Four Seasons przy Park Lane** (1-4) – dok.
18.00 **Psijaciele w potrzebie** (3) – program rozrywkowy
19.00 **Majorka: śródziemnomorskie smaki** (3) – dok., Wlk. Bryt.
19.40 **Wielkie amerykańskie wypieki 7** (3, 4) – pr. rozr.
22.00 **Psijaciele w potrzebie** (3) – program rozrywkowy
23.00 **Wstydliwe choroby: online 2** (4, 5) – serial dok.
0.45 **Hotel Savoy** (1-4) – dok.
4.15 **Wielkie amerykańskie wypieki 7** (3, 4) – pr. rozr.

NICK JR. HD

17.05 **Rubble i jego ekipa 4** (3)
17.35 **Pan Krokodyl** (4) – anim.
17.55 **Barbapapa – szczęśliwa rodzinka** (11) – serial anim.
18.10 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (18) – anim., Fr.
18.40 **Dora 4** (2) – serial anim.
19.00 **Santiago z mórz** (13)
19.30 **Przygody Misia Paddingtona 2** (17)
19.55 **Przygody Misia Paddingtona** (13) – anim.
20.07 **Świnka Peppa 3** (25, 26)
20.17 **Świnka Peppa 4** (1, 2)
20.31 **Świnka Peppa** (13)
20.36 **Świnka Peppa 5** (3, 4, 6)
20.55 **Barbapapa i jego rodzinka** (2-4) – anim., Fr.

POLSAT NEWS HD

15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.30 **Czysta Polska** – pr. inf.
17.10 **Interwencja – taka jest Polska** – mag. reporterów
18.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
18.35 **Debata polityczna** – publ.
19.15 **Prezydenci i premierzy**
19.50 **Dobry wieczór, Polsko**
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Interwencja – taka jest Polska** – mag. reporterów

TVP KOBIETA DVB-T2

13.00 **Wielkie misje kosmiczne** – serial dok.
14.00 **Rodzinka.pl** (156, 157)
15.00 **Tańcząca ze światem – Chorwacja** (2) – mag.
15.30 **Ojciec Mateusz 3** (41, 42) – serial kryminalny, Polska
17.25 **Wielkie misje kosmiczne** – serial dok.
18.30 **Feel na dobry wieczór**
19.30 **Miłość i nadzieja** (315)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (296) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **Lina** (3) – serial fantasy, Fr.
22.30 FILM **Dusigrosz** – komedia, Francja 2016, 100 min
0.10 **Maxima. Droga na tron** (4) – serial biograficzny, Hol.

E! ENTERTAINMENT HD

10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów 15** (5, 6)
14.20 **Bogate dzieciaki z Beverly Hills** (3, 4) – dok.
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów 15**
20.30 **Bogate dzieciaki z Beverly Hills** (5, 6) – dok.
22.30 **Plastyczna fuszerka**
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów 15** (5, 6)
3.00 **Plastyczna fuszerka**

TV TRWAM DVB-T

17.00 **Stanisław Kulon – świadek Sybiru**
17.30 **Przełamując bariery**
17.55 **Poczet wielkich Polaków** – program hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone** – pr. publ.
19.30 **Manna z Nieba**
19.45 **Modlitwa** – religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc historia** – cykl fel.
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Warto być ojcem** – mag.

BBC BRIT HD

10.10 **Allo, allo! 5** (23-25) – kom.
12.00 **Inżynierowie Hitlera: budowa III Rzeszy** (5, 6)
13.55 **Cuda inżynierii** (1, 2)
15.55 **Cuda inżynierii kolejowej** (5) – serial dok.
16.55 **Wynalazki, które zmieniły świat** (3) – dok.
18.00 **Inżynierowie Hitlera: budowa III Rzeszy** (5, 6)
20.00 **Legendarne samoloty gaśnicze: ostatni lot** (1)
21.00 **Cuda inżynierii kolejowej** (5, 6) – dok.
23.00 **Zełensky Story** (1) – dok.
0.00 **Putin i Zachód** (3) – dok.
1.15 **Cuda inżynierii kolejowej** (5) – serial dok.

MINI MINI+ HD

14.00 **Bing** (40, 41) – serial anim.
14.20 **Strażak Sam 16** (13, 14)
14.45 **Looloo Kids** (33) – anim.
15.01 **Gazu, pieski, gazu! 2** (2)
15.28 **Kicia Kocia 2** (12, 13)
15.45 **Jeżyk Happy** (20, 21)
16.02 **Marta mówi** (16) – anim.
16.30 **Zouk** (13, 14) – serial anim.
16.56 **Ciekawski George** (5, 6)
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.55 FILM **Barbie i Teresa – przepis na przyjaźń** – film anim., USA 2025, 63 min
18.58 **Baczne oczka** (5-9)
19.40 **Smerfy** (15) – serial anim.
20.08 **Cloudy & Stormy** (1-4)
20.35 **Dolina Muminków** (2)
21.01 **Wierszyki domowe** (14)

TVP 3 DVB-T2

12.05 **Lato na ROD'os**
12.35 **Rączka gotuje**
13.10 **Regiony na TAK**
13.30 **Program lokalny**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.25 LIVE SPORT **Piłka nożna:** Betclic 1. Liga – mecz: Lechia Gdańsk – Pogoń Grodzisk Mazowiecki
17.30 **Program lokalny**
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.13 **Gość Regionów** – pr. publ.
20.30 **Piosenka od Ciebie**
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.30 **Kryminalna siódemka**
23.00 **Piosenka od Ciebie**

DVB-T DVB-T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 641f6b47df

Warto zobaczyć

13.50 POLSAT
Paddington 2
FAMILIJNY Przybyły z Peru miś mieszka z rodziną Brownów w Londynie. Wpada w tarapaty i trafia do aresztu. Zaprzyjaźnia się ze skazańcami. *Reż.: Paul King, A: Hugh Bonneville, Sally Hawkins, Hugh Grant USA/Wlk. Bryt. 2017* **140 min ▶ do godz. 16.10**

14.35 TVP HISTORIA
Midway
WOJENNY Japońska marynarka atakuje bazę Pearl Harbor. Dick i jego kompani stają do bitwy, której wynik wpłynie na przebieg wojny. *Reż.: Roland Emmerich, A: Ed Skrein, Patrick Wilson, Woody Harrelson USA/Kanada 2019* **140 min ▶ do godz. 16.55**

15.55 TV 4
Bez hamulców
SENSACYJNY Kurier Wilee ma przekazać klientowi tajemniczą kopertę. Przesyłką interesuje się skorumpowany policjant Bobby Monday. *Reż.: David Koepp, A: Joseph Gordon-Levitt, Michael Shannon USA 2012* **120 min ▶ do godz. 17.55**

17.45 TVN 7
10 000 lat przed naszą erą
PRZYGODOWY Grupa wojowników uprowadza ukochaną myśliwego. Ten z kompanami rusza na ratunek. *Reż.: Roland Emmerich, A: Steven Strait, Camilla Belle, Affif Ben Badra USA 2008* **135 min ▶ do godz. 20.00**

18.00 TV PULS
Za jakie grzechy, dobry Boże?
KOMEDIA Claude i Marie nie akceptują swoich zięciów. Czarę goryczy przelewa wybranek najmłodszej z córek. *Reż.: Philippe de Chauveron, A: Christian Clavier, Chantal Lauby, Ary Abittan Francja 2014* **120 min ▶ do godz. 20.00**

18.00 COMEDY CENTRAL
Choć goni nas czas
KOMEDIODRAMAT Chory na raka miliarder w szpitalu dzieli pokój z mechanikiem. Mężczyźni chcą razem wykorzystać czas, który im pozostał. *Reż.: Rob Reiner, A: Jack Nicholson, Morgan Freeman, Sean Hayes USA 2007* **120 min ▶ do godz. 20.00**

20.00 PULS 2
Noc rekinów
THRILLER Sara i jej przyjaciele wypoczywają nad zatoką. W pobliskich wodach czają się rekiny. Nie są one jedynym zagrożeniem. *Reż.: David R. Ellis, A: Sara Paxton, Dustin Milligan, Chris Carmack USA 2011* **95 min ▶ do godz. 21.35**

21.20 TVP HISTORIA
Człowiek z żelaza
SPOŁECZNY Rok 1980. Dziennikarz ma zrealizować reportaż kompromitujący działacza strajkowego. Gdy poznaje jego historię, rezygnuje. *Reż.: Andrzej Wajda, A: Jerzy Radziwiłowicz, Krystyna Janda Polska 1981* **160 min ▶ do godz. 0.00**

→ filmowe hity

Skeeter nie godzi się z rasizmem. Wydaje książkę, która przysparza jej wrogów.

19.55 POLSAT
Służące
OBYCZAJOWY Odważne działania bezkompromisowej pisarki stają się początkiem rewolucji społecznej.

HIT DNIA

Missisipi, lata 60. XX wieku. Niepokorna Skeeter po zakończeniu studiów pragnie realizować swoje pisarskie ambicje. Na przekór konserwatywnemu otoczeniu nie widzi siebie w roli żony i matki. Z niechęcią obserwuje małomiasteczkowy świat, w którym obowiązuje segregacja rasowa. Czarnoskóre służące nie mają nawet prawa korzystać ani z tych samych sztućców, ani toalet co panie domu. Stoją niżej w hierarchii społecznej i bez cienia buntu muszą znosić przez całe życie kolejne upokorzenia. Skeeter decyduje się napisać książkę o tajemnicach pogardzanej mniejszości. Poruszając niebezpieczny temat, naraża nie tylko swoje imię, lecz także życie wielu osób. Skandal staje się jednak początkiem doniosłych zmian, o których nikt wcześniej nie śmiał nawet marzyć. **HD 190 min ▶ do godz. 23.05**

USA/Indie/ZEA 2011 **Reż.:** Tate Taylor **Wyst.:** Emma Stone, Viola Davis, Bryce Dallas Howard, Octavia Spencer

19.45 TVN
Transformers: Wiek zagłady
SCIENCE FICTION Mija kilka lat od bitwy robotów. Cade (Mark Wahlberg) kupuje ciężarówkę. Nie wie, że to przywódca Autobotów. Wraz z bliskimi zostaje wciągnięty w wojnę ludzi i maszyn.

Reż.: Michael Bay Wyst.: Stanley Tucci USA 2014 **HD 210 min ▶ do godz. 23.15**

20.00 TVN 7
Tango i Cash
SENSACYJNY Policjanci Ray (Sylvester Stallone) i Gabe (Kurt Russel) przeszkadzają szefowi mafii robić interesy. Ten postanawia się na nich zemścić. Wrabia ich w morderstwo. Śledczy pragną oczyścić swoje imię.

Reż.: Andriej Konczałowski, Albert Magnoli USA 1989 **HD 140 min ▶ do godz. 22.20**

20.00 TVP KULTURA
Matka i córka
OBYCZAJOWY Cesira (Sophia Loren) oraz jej córka (Eleonora Brown) z powodu wojny uciekają z Rzymu. W trakcie drogi wiodącej w góry uczestniczą w zdarzeniach, które wystawiają na próbę ich uczucia przywiązania i miłości.

Reż.: Vittorio De Sica Wyst.: Carlo Ninchi Fr./Wł. 1960 **HD 115 min ▶ do godz. 21.55**

21.20 TVP 1
Nie powiesz nikomu?
KOMEDIA ROMANTYCZNA Samolot, którym leci Emma (Alexandra Daddario), wpada w turbulencje. Dziewczyna czuje, że zginie. Zwierza się siedzącemu obok Jackowi. Ma to zaskakujące skutki.

Reż.: Elise Duran Wyst.: Tyler Hoechlin USA 2019 **HD 100 min ▶ do godz. 23.00**

22.20 TVN 7
Egzekutor
SENSACYJNY Urzędniczka wpada na trop spisku na najwyższych szczeblach władzy. Kobiecie, której grozi śmiertelne niebezpieczeństwo, może pomóc tylko jedna osoba – agent John Kruger (Arnold Schwarzenegger).

Reż.: Chuck Russell Wyst.: Vanessa L. Williams USA 1996 **HD 140 min ▶ do godz. 0.40**

22.20 TV PULS
Horda
SENSACYJNY Samantha (Megan Fox) wraz z oddziałem najemników rusza do Afryki, by uwolnić zakładniczkę. Gdy misja się komplikuje, grupa chroni się na farmie. Czeka ją starcie ze stadem wygłodniałych lwów.

Reż.: M.J. Bassett Wyst.: Philip Winchester RPA/USA 2020 **HD 140 min ▶ do godz. 0.40**

Oznaczenia: P! Premiera w TV HD Program także w standardzie HD

Egzemplarz nr 541fsh47ef

→ filmowe hity

Lara chce ustalić, co spotkało jej ojca. Dociera do miejsca, z którym wiąże się okrutna klątwa.

20.00 Tomb Raider

TV PULS

PRZYGODOWY Córka podróżnika wyrusza na misję ratunkową. Czeka ją wiele wymagających wyzwań.

HIT DNIA

Lord Richard Croft zaginął w niewyjaśnionych okolicznościach. Mimo upływu lat Lara nie potrafi się pogodzić ze stratą ojca. Gdy w jej ręce trafia zaszyfrowana wiadomość, orientuje się, że zniknięcie rodzica ma związek z grobowcem nazywanym Matką Śmierci. Okazuje się, że arystokrata zgłębiał losy cesarzowej Himiko i został uwikłany w intrygę. Córka postanawia podążyć jego śladem i odnaleźć okryty niesławą artefakt. Z pomocą kapitana statku dociera na wybrzeże wyspy położonej nieopodal Japonii. HD 140 min ▶ do godz. 22.20

Wlk. Bryt./USA 2018 **Reż.:** Roar Uthaug **Wyst.:** Alicia Vikander, Dominic West, Walton Goggins, Kristin Scott Thomas

→ sport

13.15 POLSAT SPORT 1

Liga Narodów

SIATKÓWKA LIVE Finał ósmej edycji rozgrywek. W Makau do rywalizacji o medale przystąpiły reprezentantki: Brazylii, USA, Włoch, Turcji, Kanady, Japonii, Holandii, a także Chin. Po raz pierwszy od 2022 roku w turnieju finałowym zabrakło polskiej kadry. HD 135 min ▶ do godz. 15.30

14.55 ELEVEN SPORTS 1

GP Węgier

FORMUŁA 1 LIVE Czas na rywalizację na słynnym Hungaroringu. Andrea Kimi Antonelli liczy na to, że w odróżnieniu od GP Barcelony-Katalonii i Wielkiej Brytanii jego bolid nie ulegnie awarii, a on będzie mógł walczyć o zwycięstwo. HD 125 min ▶ do godz. 17.00

→ rozrywka

14.00 FOKUS TV

Gwiazdy lombardu 25

REALITY SHOW Rick testuje różne gadżety związane z automatami do gier. Chum natomiast poluje na rzadki zestaw książek o Sherlocku Holmesie. Do lombardu zawita Darren Jay Ashba, były członek legendarnego zespołu Guns N' Roses. HD 60 min ▶ do godz. 15.00

17.35 TVP 1

Żona dla Polaka

REALITY SHOW W domu Mariusza nie brakuje konfliktów i emocji. Trzech z czterech kawalerów podejmuje śmiałe kroki. Sebastian słyszy wiele zaskakujących słów, a jedna z kandydatek Mateusza postanawia opuścić program. HD 65 min ▶ do godz. 18.40

→ P!

20.00 HBO

Sojusznicy

KOMEDIA SENSACYJNA Premier Wielkiej Brytanii Sam Clarke (Idris Elba) i prezydent USA Will Derringer (John Cena) zacięcie ze sobą rywalizują. Sytuacja się zmienia, gdy obaj politycy stają się celem potężnego przeciwnika.

Reż.: Ilya Naishuller Wyst.: Paddy Considine USA 2025 HD 115 min ▶ do godz. 21.55

20.00 STOPKLATKA

Uprowadzona 3

SENSACYJNY Emerytowany agent wywiadu Bryan Mills (Liam Neeson) zostaje oskarżony o zabójstwo byłej żony. Ucieka policji, żeby odnaleźć prawdziwego mordercę. Musi również zadbać o bezpieczeństwo ciężarnej córki.

Reż.: Olivier Megaton Wyst.: Forest Whitaker Fr./USA 2014 HD 140 min ▶ do godz. 22.20

17.25 TVP SPORT

Widzew Łódź – Motor Lublin

PIŁKA NOŻNA LIVE Starcie drużyn, które w tym sezonie Ekstraklasy mierzą wysoko. Oficjalny debiut w roli szkoleniowca Motoru Lublin zaliczy w tym meczu Mariusz Misiura, były trener Wisły Płock. HD 160 min ▶ do godz. 20.05

21.25 TVP 2

63. KFPP w Opolu – 45 lat. Jubileusz Lady Pank

KONCERT Przypomnienie występu zespołu, którego wokalistą jest Jan Panasewicz. Grupa zasłynęła takimi hitami jak „Tańcz, głupia, tańcz", „Kryzysowa narzeczona" czy „Mniej niż zero". HD 60 min ▶ do godz. 22.25

23.05 POLSAT

Wystrzałowe wesele

KOMEDIA Darcy (Jennifer Lopez) i Tom (Josh Duhamel) planują ślub na egzotycznej wyspie. Uroczystość zakłóca wtargnięcie uzbrojonych piratów, którzy biorą gości na zakładników i żądają okupu.

Reż.: Jason Moore Wyst.: Jennifer Coolidge USA 2022 HD 130 min ▶ do godz. 1.15

23.15 TVN

Ocean's 13

KOMEDIA SENSACYJNA Danny (George Clooney) i jego gang planują kolejny skok. Zamierzają okraść właściciela kasyn i hoteli. By ich akcja się udała, potrzebują pomocy swojego wroga, Terry'ego Benedicta.

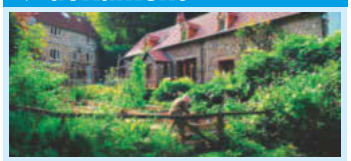
Reż.: Steven Soderbergh Wyst.: Brad Pitt USA 2007 HD 140 min ▶ do godz. 1.35

20.20 TVP SPORT

Polska – Australia

ŻUŻEL LIVE W Rybniku dojdzie do towarzyskiego meczu uczestników finału Drużynowego Pucharu Świata, który odbędzie się 29 sierpnia na PGE Narodowym w Warszawie. Kibice zobaczą w akcji np. Bartosza Zmarzlika i Brady'ego Kurtza. HD 160 min ▶ do godz. 23.00

→ dokument



11.00 BBC EARTH

Sekretne życie ogrodu

NATURA Sir David Attenborough przygląda się mieszkańcom kilku angielskich ogrodów – od pszczół po lisy. Przybliża okres godów i bezwzględną walkę o przetrwanie. HD 70 min ▶ do godz. 12.10

eprasa.pl 641f6b47df

TVP 1 HD DVB-T2

5.25 **Sprawa dla reportera** – magazyn interwencyjny
6.20 **Słownik polsko@polski** (685) – talk-show prof. Jana Miodka
6.55 **Słowo na niedzielę**
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie-Łagiewnikach**
8.00 **Tydzień** – magazyn rolniczy
8.35 **Stawka większa niż życie** (14, 15) – serial wojenny, Pol. 1967
10.55 **Ojciec Mateusz 17** (213) – serial kryminalny, Polska 2017
11.55 **Między ziemią a niebem** – magazyn
12.00 **Anioł Pański**
12.15 **Między ziemią a niebem** – magazyn
12.45 **Portret kapłana** – cykl reportaży, Polska 2026
13.05 **BBC w Jedynce: Planeta Ziemia 3** (6) – dok., Wlk. Bryt.
14.05 **Kolarstwo kobiet:** LIVE Tour de Pologne – studio
14.10 **Kolarstwo kobiet:** LIVE Tour de Pologne – 3. etap: Janowiec – Lublin
16.00 **Dziedzictwo** (990) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.35 **Żona dla Polaka** (8) – reality show
18.40 **Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – program publicystyczny
20.05 **Sport, pogoda**
20.25 **Gra z Cieniem** (4) – serial kryminalny, Polska 2024

TVP 2 HD DVB-T2

4.40 **Barwy szczęścia** (3359-3361) – serial obyczajowy, Polska 2026
6.25 **M jak miłość** (1924) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.20 **Dzień z życia artysty:** Piotr Polk – talk-show
11.55 **Lato z Radiem i Telewizją Polską:** Grudziądz – widowisko
14.00 **Familiada** – teleturniej
14.35 **Koło fortuny** (1908) – teleturniej
15.10 **Szansa na sukces. Opole 2026 2** (3) – widowisko
Na jurorskiej kanapie zasiada Natalia Przybysz, jedna z czołowych artystek polskiej sceny alternatywnej i soul. Do jej największych przebojów artystki należą „Prąd", „Miód", „Niebieski" czy „Ciepły wiatr". Oceni ona początkujących wokalistów.
16.15 **Tak to leciało!** (69) – teleturniej muzyczny
17.15 **Maxima. Droga na tron** (5) – serial biograficzny, Holandia 2024
Maxima dowiaduje się od Aleksandra, że parlament nie wyraził zgody na obecność jej ojca na ich ślubie. Zorreguieta przeżywa niemały szok. Ma wątpliwości co do roli, jaką jej ojciec odgrywał w rządzie Videli.
18.15 **Rodzinka.pl** (290): Duch – serial komediowy, Polska 2025
18.55 **Kocham Cię, Polsko!** (7) – program rozrywkowy
20.25 **Postaw na milion** – teleturniej

POLSAT HD DVB-T2

4.55 **Disco Gramy**
5.40 **Telezakupy TV Okazje**
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
8.30 **halo tu polsat** – magazyn
11.30 **Piotruś Pan** – film familijny, FILM USA/Wielka Brytania 2003, reż. P.J. Hogan, wyk. Jeremy Sumpter, Jason Isaacs, Rachel Hurd-Wood, Lynn Redgrave, 140 min
Dzieci przybywają do domu państwa Darling. Ekscytują się opowieściami o legendarnym piracie, kapitanie Haku. Nocą udają się do Nibylandii. Adaptacja książki J.M. Barriego.
13.50 **Paddington 2** – film familijny, FILM USA/Wielka Brytania/Francja 2017, reż. Paul King, wyk. Hugh Bonneville, Sally Hawkins, Hugh Grant, Brendan Gleeson, 140 min
Kontynuacja przygód bohatera książek Michaela Bonda. Sympatyczny niedźwiadek pomimo nienagannych manier i dobrych intencji wpada w tarapaty. Przypadkowo trafia do aresztu. Znajduje przyjaciela.
16.10 **Park jurajski** – film FILM przygodowy, USA 1993, reż. Steven Spielberg, wyk. Sam Neill, Laura Dern, Jeff Goldblum, Richard Attenborough, 160 min
Milioner Hammond tworzy park rozrywki z żywymi dinozaurami. Zaprasza tam paleontologów Ellie i Alana. Wkrótce eksperyment wymyka się spod kontroli. Gady opanowują wyspę.
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – pr. publ.
19.30 **Sport, pogoda**

TVN HD DVB-T2

5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1710) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 **Kuchenne rewolucje** (7) – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.35 **Co za tydzień**
12.25 **Ugotowani** (8) – program kulinarno-rozrywkowy
13.35 **Wojownicze żółwie ninja: Wyjście z cienia** – film FILM przygodowy, USA/Hongkong/Chiny 2016, reż. Dave Green, wyk. Laura Linney, Stephen Amell, Noel Fisher, Megan Fox, 150 min
Po obronie Nowego Jorku przed zbrodniczym klanem Donatello i jego bracia żyją w ukryciu. Shredder planuje jednak ucieczkę. Ma potężnego wspólnika.
16.05 **Akademia policyjna 4: Patrol obywatelski** – komedia, USA FILM 1987, reż. Jim Drake, wyk. Steve Guttenberg, Bubba Smith, David Graf, Michael Winslow, 110 min
Komendant Lassard powołuje patrole obywatelskie, które mają pomóc w walce z przestępczością. Pozornie genialny projekt przyczynia się do powstania chaosu w mieście.
17.55 **Kuchenne rewolucje** (7) – program rozrywkowy
Saska Kępa to restauracyjne zagłębie. Jeden z tamtejszych lokali, Bar Alpejski, nie przynosi zysków. Magda Gessler nie pozostawia suchej nitki na jakości serwowanych tu potraw.
19.00 **Fakty, sport i pogoda**

20

KOMEDIA ROMANTYCZNA

21.20 Nie powiesz nikomu? FILM – USA 2019, 100 min

Emma jest zmuszona podróżować samolotem, mimo że tego nie lubi. Podczas podniebnego rejsu maszyna wpada w turbulencje. Dziewczyna nabiera przekonania, że to jej ostatnie chwile życia. Zwierza się ze swoich sekretów siedzącemu obok podróżnemu, Jackowi. Nie ma pojęcia, że to prezes firmy, w której pracuje...

23.00 **Kroniki Tour de Pologne kobiet** (3) – cykl reportaży, Pol.
23.10 **Dewajtis** (1) – serial kostiumowy, Polska 2023, wyk. Karol Dziuba, Michalina Olszańska
0.05 **1917** – dramat wojenny, USA/ FILM Wielka Brytania/Indie 2019, reż. Sam Mendes, wyk. Dean-Charles Chapman, George MacKay, Daniel Mays, Colin Firth, 130 min
2.15 **W otchłani** – thriller, USA/ FILM Kanada 2018, reż. Pasha Patriki, wyk. Jean-Claude Van Damme, Dolph Lundgren, 105 min
4.00 **Słownik polsko@polski** (682) – talk-show prof. Jana Miodka
4.30 **Sprawdzamy** – magazyn
4.45 **Zakończenie**

SKRÓT KONCERTU

21.25 63. KFPP w Opolu – 45 lat. Jubileusz Lady Pank

Przypomnienie koncertu legendarnego zespołu. Na opolskiej scenie wystąpili Jan Borysewicz, Janusz Panasewicz, Kuba Jabłoński i Krzysztof Kieliszkiewicz. Grupa zyskała popularność dzięki takim hitom jak „Zawsze tam gdzie ty", „Kryzysowa narzeczona", „Marchewkowe pole" czy „Tańcz głupia tańcz".

22.25 **Open'er Festival 2026** – podsumowanie koncertu
23.20 **Na przekór losowi** (7, 8-ost.) – serial obyczajowy, Włochy/Francja/Niemcy 2024
Nino porzuca partyzanckie ideały i dołącza do przemytników broni. Useppe zaczyna coraz ciężej chorować. Objawy epilepsji, na którą w dzieciństwie cierpiała także Ida, się nasilają.
1.40 **Król** (3) – serial sens., Polska 2020
2.50 **Tulipanowa gorączka** FILM – dramat kostiumowy, Wielka Brytania/USA 2017, reż. Justin Chadwick, wyk. Alicia Vikander, Dane DeHaan, Christoph Waltz, Jack O'Connell, 105 min
4.35 **Zakończenie**

DRAMAT OBYCZAJOWY

19.55 Służące – USA/Indie/ FILM Zjednoczone Emiraty Arabskie 2011, 190 min

HIT DNIA

Missisipi, lata 60. XX w. Skeeter marzy o karierze pisarki. Nie godzi się z rasizmem, jaki panuje w mieście. Pisze książkę opartą na doświadczeniach czarnoskórych służących. Skandal związany z publikacją staje się początkiem społecznych zmian.

23.05 **Wystrzałowe wesele** FILM – komedia, USA 2022, reż. Jason Moore, wyk. Jennifer Lopez, Josh Duhamel, Lenny Kravitz, Jennifer Coolidge, 130 min
Darcy i Tom planują ślub na egzotycznej wyspie. Drobne problemy rodzinne przyćmiewa wtargnięcie uzbrojonych piratów. Biorą oni gości weselnych na zakładników. Zakochani sami muszą stawić czoło bandytom.
1.15 **Krucjata Bourne'a** – thriller, FILM USA/Niemcy 2004, reż. Paul Greengrass, wyk. Matt Damon, Franka Potente, Brian Cox, Julia Stiles, 145 min
3.40 **Świat według Kiepskich** (393) – serial kom., Polska 2012

SCIENCE FICTION

19.45 Transformers: Wiek zagłady FILM – USA/Chiny 2014, 210 min

Od bitwy kosmicznych robotów mija kilka lat. Pewnego dnia mechanik Cade Yeager kupuje starą ciężarówkę. Okazuje się, że to Optimus Prime, przywódca stojących do niedawna po stronie człowieka maszyn. Mężczyzna i jego bliscy zostają wciągnięci w wojnę ludzi i robotów.

23.15 **Ocean's 13** – komedia FILM sensacyjna, USA 2007, reż. Steven Soderbergh, wyk. George Clooney, Al Pacino, Andy Garcia, Brad Pitt, 140 min
1.35 **Krzysztof** – film obyczajowy, FILM Polska 2010, reż. Dariusz Twaróg, wyk. Gabriela Muskała, Piotr Jankowski, Mateusz Janicki, Witold Dębicki, 120 min
3.35 **Uwaga!** – magazyn reporterów
3.50 **Detektywi** (119) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
4.45 **Nauka jazdy 5** (24) – program rozrywkowy
5.15 **Recepta na stary dom 4** (8) – program rozrywkowy

eprasa.pl 641f6b47df
P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB-T2

5.30 Szkoła (824) – serial paradokumentalny, Polska 2020
6.20 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie (8) – program rozrywkowy
7.15 Nowe Zwariowane Melodie 3 (7-9) – serial animowany, USA 2019
8.00 FILM **Alvin i wiewiórki: Wielka wyprawa** – film familijny, USA 2015, reż. Walt Becker, wyk. Jason Lee, Kimberly Williams-Paisley, Josh Green, Tony Hale, 110 min Dave, opiekun śpiewających wiewiórek, postanawia ułożyć sobie życie z Samanthą. Przez serię nieporozumień gryzonie uznają, że przyjaciel porzuci je po oświadczynach. Robią więc wszystko, żeby nie doszło do zaręczyn. Wyruszają na pełną niebezpieczeństw wyprawę.
9.50 Ukryta prawda (1460-1464) – serial paradokumentalny, Polska
14.50 Szpital św. Anny (31, 32) – serial obyczajowy, Polska 2025
16.50 Detektywi (6): Niewinna – fab.-dok., Polska 2023
17.45 FILM **10 000 lat przed naszą erą** – film przygodowy, USA 2008, reż. Roland Emmerich, wyk. Steven Strait, Camilla Belle, Cliff Curtis, Affif Ben Badra, 135 min Czasy prehistoryczne. Grupa wojowników uprowadza ukochaną myśliwego D'Leh'a. Młody mężczyzna wraz z kompanami rusza w pościg przez nieznane sobie krainy i cywilizacje. Czeka go również starcie z groźnymi drapieżnikami.

SENSACYJNY

20.00 FILM **Tango i Cash** – USA 1989, 140 min

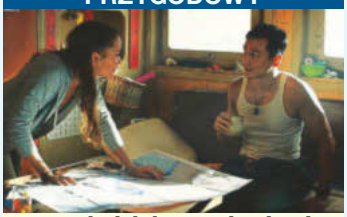
Los Angeles. Policjanci Tango i Cash utrudniają szefowi mafii prowadzenie interesów. Boss zastawia na nich pułapkę, w wyniku czego zostają oskarżeni o zabójstwo agenta FBI i aresztowani. Przygotowują zemstę.

22.20 FILM **Egzekutor** – film sensacyjny, USA 1996, reż. Chuck Russell, wyk. Arnold Schwarzenegger, Vanessa L. Williams, James Caan, James Coburn, 140 min Urzędniczka odkrywa spisek na najwyższych szczeblach władzy. Kobiecie, której grozi śmiertelne niebezpieczeństwo, może pomóc agent Kruger.
0.40 FILM **Nostalgia anioła** – dramat obyczajowy, USA/Wielka Brytania/Nowa Zelandia 2009, reż. Peter Jackson, wyk. Saoirse Ronan, Stanley Tucci, 155 min
3.15 Żyjąc z potworem 9 (9) – serial dokumentalny, USA 2024
4.15 Fachowcy 2 (5) – serial paradokumentalny, Polska 2018
4.55 Dorota was urządzi! (5) – program rozrywkowy

TV PULS HD DVB-T2

6.00 Taki jest świat 11 (30) – program informacyjny
6.40 Kobra – oddział specjalny (9): Z miłości – serial sensacyjny, Niemcy 2017
7.40 Don Matteo: Boski detektyw 15 (3, 4): W brzuchu wieloryba, część 1; W brzuchu wieloryba, część 2 – serial kryminalny, Włochy 2026
9.50 Kurierzy (40) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
10.45 Kurierzy 2 (41) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
11.45 FILM **Całkowicie nowe przygody Aladyna** – komedia, Francja 2018, reż. Lionel Steketee, wyk. Kev Adams, Jamel Debbouze, Vanessa Guide, Eric Judor, 120 min
13.45 FILM **Książę i ja** – komedia romantyczna, USA/Czechy 2004, reż. Martha Coolidge, wyk. Julia Stiles, Luke Mably, Ben Miller, Miranda Richardson, 130 min
15.55 FILM **Sezon na sąsiada** – komedia, Francja/Belgia 2023, reż. Frédéric Forestier, wyk. Camille Lou, Didier Bourdon, Hakim Jemili, Thierry Lhermitte, 125 min
18.00 FILM **Za jakie grzechy, dobry Boże?** – komedia, Francja 2014, reż. Philippe de Chauveron, wyk. Christian Clavier, Chantal Lauby, Ary Abittan, 120 min Córki Claude'a i Marie wybrały na swoich mężów: Żyda, Araba i Chińczyka. Państwo Verneuil chcą, by najmłodsza Laure poślubiła Francuza. Dziewczyna boi się przyznać, że jest w związku z Afrykaninem.

PRZYGODOWY



20.00 FILM **Niedziela z gwiazdami: Tomb Raider** – Wielka Brytania/USA 2018, 140 min

Podróżnik Richard zaginął w niewyjaśnionych okolicznościach. Jego córka, Lara, nie potrafi się z tym pogodzić. Kiedy w jej ręce trafia wiadomość pozostawiona przez ojca, orientuje się, że jego zniknięcie ma związek z grobowcem nazywanym Matką Śmierci. Postanawia ruszyć śladem ostatniej sprawy Richarda i odnaleźć tajemniczy artefakt.

22.20 FILM **Horda** – film sensacyjny, RPA/USA/Wielka Brytania 2020, reż. M.J. Bassett, wyk. Megan Fox, Philip Winchester, Greg Kriek, Brandon Auret, 140 min Najemniczka Samantha wraz z kolegami zostaje wysłana na misję do Afryki. Nieoczekiwanie jednostka musi stawić czoło hordzie głodnych lwów.
0.40 FILM **Mściciel** – film sensacyjny, USA/Niemcy/Francja 2004, reż. Philippe Martinez, wyk. Jean-Claude Van Damme, Valerie Tian, Simon Yam, Philip Tan, 100 min
2.20 Zobacz to! – pr. powtórkowe

PULS 2 HD DVB-T2

6.00 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (2) – program rozrywkowy
7.00 Taki jest świat 11 (30) – program informacyjny
7.25 Aukcja w ciemno (10, 11) – serial dokum., USA 2011-2012
8.25 Wojciech Cejrowski. Boso – Luizjana (10) – serial dokum.
9.05 Wojciech Cejrowski. Boso – Karaiby (1, 2) – serial dokum.
10.40 FILM **Hibernatus** – komedia, Francja/Włochy 1969, reż. Edouard Molinaro, wyk. Louis de Funes, Michael Lonsdale, Claude Gensac, Bernard Alane, 105 min
12.25 FILM **Mania wielkości** – komedia kostiumowa, Francja/Hiszpania/Włochy 1971, reż. Gérard Oury, wyk. Louis de Funes, Yves Montand, Karin Schubert, Alberto de Mendoza, 135 min
14.40 FILM **Najpiękniejsze baśnie: Królewna Śnieżka i krasnoludki** – baśń filmowa, Czechy/Niemcy 2019, reż. The Chau Ngo, wyk. Tijan Marei, Nadeshda Brennicke, Victor Schefé, Ludwig Simon, 125 min
16.45 FILM **Najpiękniejsze baśnie: Księżniczka i pół królestwa** – baśń filmowa, Czechy 2019, reż. Karel Janák, wyk. Marek Eben, Matouš Ruml, Eva Josefíková, Jakub Prachař, 120 min
18.45 FILM **Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Śpiąca królewna** – baśń filmowa, Niemcy 2009, reż. Oliver Dieckmann, wyk. Lotte Flack, François Goeske, Hannelore Elsner, Anna Loos, 75 min

THRILLER

20.00 FILM **Noc rekinów** – USA 2011, 95 min

Sara wraz z grupą znajomych wyrusza na weekendową wycieczkę do położonego nad brzegiem zatoki domku letniskowego. Młodzi turyści nie wiedzą, że w z pozoru spokojnych wodach czyhają na nich krwiożercze rekiny. To jednak niejedyne zagrożenie, z jakim przyjdzie się zmierzyć przyjaciołom, którzy będą zmuszeni stoczyć desperacką walkę na śmierć i życie.

21.35 Dzielnica strachu 10 (448-452) – serial kryminalny, Polska 2025-2026 Po stracie dziecka Alicja kreuje fikcyjną rzeczywistość, w której jej córka żyje. Sytuacja się komplikuje, gdy dochodzi do zabójstwa i porwania. Ola i Rafał muszą uratować uprowadzone dziecko. Dalsze leczenie Noconia staje pod znakiem zapytania.
3.00 Lombard. Życie pod zastaw 5 (216, 212) – serial obyczajowy, Polska 2019
5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (516) – serial obyczajowy, Polska 2022

NETFLIX

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

RĘKĄ DANTEGO

Pisarz Nick (Oscar Isaac) na rozkaz mafijnego bossa ma ukraść rękopis „Boskiej komedii". W XIV wieku jej autor, Dante Alighieri, poszukuje natchnienia do stworzenia swego najważniejszego dzieła. Choć dzielą ich stulecia, obsesja na punkcie piękna w nieoczekiwany sposób splata losy obu mężczyzn.
▶obycz., Wlk. Bryt. 2025; 150 min

VINCI 2

Cuma (Robert Więckiewicz), dawny mistrz złodziejskiego fachu, cieszy się spokojną emeryturą w Hiszpanii. Pewnego dnia otrzymuje propozycję udziału w nowym skoku. Początkowo odmawia, lecz zmienia zdanie, gdy dowiaduje się, że jego dawny rywal, Chudy, planuje spektakularny napad.
▶kom. krym., Polska 2025; 120 min

BESTIA WE MNIE

Po śmierci syna popularna autorka Aggie (Claire Danes) zamknęła się w sobie i przestała tworzyć. Sytuacja zmienia się, gdy jej sąsiadem zostaje Nile (Matthew Rhys), który był podejrzany o zabójstwo żony. Kobieta postanawia o nim napisać. Zostaje wciągnięta w ryzykowną grę psychologiczną.
▶serial krym. (8 odc.), USA 2025

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.15 FILM **Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu** – film fantasy, Australia/USA 2009, reż. Chris Weitz, wyk. Kristen Stewart, Robert Pattinson, Taylor Lautner, Ashley Greene, 135 min
8.30 **FBI: Most Wanted 4** (17) – serial kryminalny, USA 2022
9.30 **Walker: Strażnik Teksasu 2** (4) – serial krym., USA 2021-2022
10.25 **MacGyver 3** (18-22) – serial akcji, USA 2018-2019
15.15 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (5-9) – serial kryminalny, USA 2011

TVP SERIALE

5.35 **Na sygnale** (881) – serial fab.-dokum.
6.10 **Czterdziestolatek** (18-20) – serial obyczajowy, Pol. 1977
9.40 **U Pana Boga w ogródku** (10, 11) – serial kom., Pol. 2008
11.35 **Czterej pancerni i pies** (5, 6) – serial wojenny, Polska 1966
13.45 **Ojciec Mateusz 30** (393, 394) – serial kryminalny, Pol. 2023
15.40 **Komisarz Alex 25** (310) – serial kryminalny, Pol. 2026
16.40 **Ranczo 9** (115) – serial obycz., Polska
17.35 **Czterej pancerni i pies** (7, 8) – serial wojenny, Polska 1966

TVP KULTURA DVB-T2

10.55 **TVP Kultura na Nowych Horyzontach** – felieton, Polska 2026
11.25 **Kosmos 1999** (16) – serial s.f.
12.30 **Opole – koncertowe wspomnienia** (14) – cykl felietonów
12.45 **43. KFPP Opole 2006 – „Świat w obłokach" – przeboje Marka Grechuty** – koncert
14.15 FILM **Niedźwiadek** – film przygodowy, Francja/USA 1988, 110 min
16.05 **Noce i dnie** (9) – serial obycz., Polska
17.15 **Niedziela z...** – kult.
18.10 **Ewa Bem** (1, 2) – koncert

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 2** (1)
7.00 **Mother Dear** – film krótkometraż.
7.35 FILM **Morderstwo w Orient Expressie** – film kryminalny, Wlk. Bryt. 1974, 150 min
10.05 **Szczęki. Megahit Hollywoodu** – film dokum., Francja 2025
11.20 FILM **Alfa.** – dramat przyg., Szwajcaria/Holandia/Słowenia 2024, 130 min
13.30 **Sprawa nierozwiązana** (6-10)
15.40 FILM **Pokuta** – melodramat, Wielka Brytania/Fr./USA 2007, 145 min
18.05 FILM **W sieci wojny** – thriller, USA 2025, 125 min

CANAL+ PREMIUM HD

9.10 FILM **LARP. Miłość, trolle i inne questy** – kom., Polska 2025, 90 min
10.40 **Girl Climber. Wspinaczka** – film dokumentalny, Austria/USA 2025
12.05 FILM **Listy do Julii** – komedia romantyczna, USA 2010, 105 min
13.50 FILM **Morderstwo w ambasadzie** – film kryminalny, Wielka Brytania 2025, 85 min
15.15 FILM **Pod gwiaździstym niebem** – komedia romantyczna, USA 2025, 100 min
16.55 LIVE **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – wstęp do meczu

HBO HD

7.25 FILM **Felek i Tola ratują las** – film anim., Hol./Belgia/Luksemburg 2024, 70 min
8.35 FILM **P.S. Kocham Cię** – melodramat, USA 2007, 125 min
10.40 FILM **Król rozrywki** – musical, USA 2017, 105 min
12.25 FILM **Na arenie** – dramat obycz., Fr. 2024, 95 min
14.00 FILM **Assassin's Creed** – przyg., USA/Fr./Wlk. Bryt. 2016, 115 min
15.55 FILM **Istoty fantastyczne** – komediodramat, USA 2024, 105 min
17.40 FILM **Kompletnie nieznany** – dramat biograficzny, USA 2024, 140 min

20

FANTASY

20.00 FILM **Saga „Zmierzch": Zaćmienie** – USA 2010, 150 min

Bella musi wybrać między miłością do Edwarda a przyjaźnią z Jacobem. Tymczasem w Forks zjawia się wroga grupa wampirów.

22.30 FILM **Snajper: Ostatni strzał** – dramat sens., USA 2017, 110 min
0.20 FILM **Snajper: Koniec zabójcy** – film sens., USA 2020, 120 min
2.20 FILM **Saga „Zmierzch": Zaćmienie** – film fantasy, USA 2010, reż. David Slade, 150 min

KRYMINALNY

19.30 **Ojciec Mateusz 31** (395-397) – Pol. 2024

W hotelu zostaje zamordowany trener personalny. Tymczasem Mateusz otrzymuje od Natalii wyjątkowy prezent – włoski skuter, który ma służyć mieszkańcom plebanii.

22.25 **Ranczo 9** (116, 117)
0.10 **Rodzinka.pl** (300, 301) – kom., Pol.
1.25 **Korona królów. Jagiellonowie** (15, 16) – telen. hist.
2.25 **Erynie** (9) – krym., Pol.
3.25 **Londyńczycy** (5)
4.25 **Polowanie na ćmy** (7) – serial hist., Polska

DRAMAT OBYCZAJOWY

20.00 FILM **Matka i córka** – Fr./Włochy 1960, 115 min

Il wojna światowa. Wdowa Cesira i jej 13-letnia córka uciekają z Rzymu. W trakcie drogi przez góry zostają zgwałcone. Na skutek tragedii silna dotąd Cesira się załamuje.

21.55 **Kulturalni** (28) – mag.
22.50 **Witajcie w krainie Lyncha** – film dokum., Francja 2024
23.55 **Acid Rain**
0.35 FILM **Destrukcja** – dramat obyczajowy, USA 2015, 115 min
2.30 **Opole 2016: Scena alternatywna**

KRYMINALNY

20.10 **Niezwykłe miejsce na śmierć** (4)

Anais i Simon rozpoczynają śledztwo w sprawie kolejnej zbrodni, której tłem są zazdrość i wielkie ambicje. Tropy wiodą do wpływowych mieszkańców miasta.

22.05 FILM **Paw zwyczajny** – komediodramat, Austria/Niemcy 2024, 130 min
0.15 FILM **Będzie lepiej** – kom., Fr. 2023, 145 min
2.40 **Belfer 3** (6) – krym.
3.30 FILM **Moje miasto** – film obyczajowy, Polska 2002, 60 min

PIŁKA NOŻNA

17.25 LIVE **PKO BP Ekstraklasa:** Widzew Łódź – Motor

Ekipa gospodarzy przed sezonem ściągnęła reprezentanta Polski Karola Świderskiego oraz Hiszpana Mario Garcię.

19.30 FILM **Tożsamość Bourne'a** – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, reż. Doug Liman, 115 min
21.25 FILM **Wielka Warszawska** – dramat sensacyjny, Polska 2025, 110 min
23.15 FILM **Kuracja** – czarna komedia, USA 2024, reż. Max Minghella, 100 min

KOMEDIA SENSACYJNA

20.00 P! FILM **Sojusznicy** – USA 2025, 115 min

Premier Wielkiej Brytanii Sam Clarke i prezydent USA Will Derringer zaciecie ze sobą rywalizują. Muszą połączyć siły przeciwko wspólnemu wrogowi.

21.55 FILM **Abigail** – horror, USA/Irlandia 2024, 105 min
23.40 FILM **Złoto** – film sensacyjny, Australia 2022, 95 min
1.15 FILM **Lighthouse** – horror psychologiczny, USA/Kanada 2019, 105 min
3.00 **Ród smoka 3** (6) – serial fantasy, USA

AXN WHITE

6.00 FILM **Moje wielkie greckie wesele** – kom. romant., USA/Kanada 2002, 95 min
7.35 **Detektyw Murdoch 2** (11-13) – serial kryminalny
10.50 **Detektyw Murdoch 3** (1, 2) – serial kryminalny
13.05 **Rekrut** (11-15) – krym.
18.00 **Dowody zbrodni 3** (5-9)
22.55 FILM **Aviator** – dramat biograf., USA/Niemcy 2004, 210 min
2.25 FILM **Złe mamuśki 2: Jak przetrwać święta** – komedia, 2017, 130 min
4.35 FILM **Stuart Malutki 2** – film przygodowy, 2002, 80 min
5.55 **Blok promocyjny AXN White**

AXN BLACK

6.00 **Renegat 5** (22) – sens.
6.45 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6** (19, 20) – serial krym., USA/Kanada
8.20 **S.W.A.T. 6** (15-18) – sens.
12.05 **Gwiezdne wrota 3** (22) – serial s.f., USA/Kan. 2000
13.05 **Gwiezdne wrota 4** (1-4)
17.05 **MacGyver** (18-21) – serial akcji, USA 2017
21.00 **S.W.A.T. 6** (15-18) – sens.
0.30 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6** (19, 20) – serial krym., USA/Kanada
2.30 **MacGyver** (18-21) – serial akcji, USA 2017
5.50 **Blok promocyjny AXN Black**

WARNER TV

11.40 FILM **Superman 4** – przyg., USA/Wlk. Bryt. 1987, 105 min
13.25 FILM **Akademia policyjna** – kom., USA 1984, 120 min
15.25 FILM **Miłość jak narkotyk** – komedia romantyczna, USA 1997, 120 min
17.25 FILM **Licencja na miłość** – komedia romantyczna, USA 2007, 105 min
19.10 FILM **Raport Pelikana** – film sensacyjny, 1993, 170 min
22.00 FILM **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (3-5) – serial kryminalny, USA 2011
0.45 FILM **Śpiączka** – thriller, USA 1978, reż. Michael Crichton, 140 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (205-207) – serial paradokumentalny, Polska
9.00 **Niania** (113-118) – serial komediowy, Polska 2009
12.05 **Miodowe lata** (36-39) – serial komediowy, Polska
15.00 **Co ludzie powiedzą?** (26-28) – serial komediowy
16.55 **Świat według Kiepskich** (217-221) – serial kom., Pol.
20.00 **Poirot** (5-7) – serial kryminalny, Wielka Brytania
23.25 **Columbo** (39, 42) – serial kryminalny, USA
2.30 **Święty** (237-239) – serial komediowy, Polska 2022
4.00 **48h. Zaginieni** (135, 136) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.00 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
6.15 FILM **Królowa chmur** – film obycz., Polska 2003, 75 min
7.30 FILM **Heidi ratuje rysia** – film animowany, 2025, 80 min
8.50 FILM **O psie, który jeździł koleją 2** – film familijny, Polska 2025, 90 min
10.20 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
10.35 FILM **Moje pieczone kurczaki** – film obycz., 2002, 65 min
11.40 FILM **Riefenstahl** – dok., 2024
13.45 FILM **Chopin, Chopin!** – dramat biograf., Pol. 2025, 130 min
15.55 FILM **Mamma Mia! Here We Go Again** – komedia muz., USA/Wielka Brytania/Chiny 2018, 110 min
17.45 FILM **Jason Bourne** – thriller, USA 2016, reż. Paul Greengrass, wyk. Matt Damon, 120 min
19.45 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 FILM **Death Race: Wyścig śmierci** – film sensacyjny, USA/Niemcy/Wielka Brytania 2008, 110 min
21.50 FILM **Shadow Force** – thriller, USA 2025, reż. Joe Carnahan, wyk. Omar Sy, Kerry Washington, 100 min
23.30 FILM **Dom 1000 trupów** – horror, USA 2003, 85 min
0.55 FILM **Dziki** – dramat przyg., Polska 2025, 135 min
3.10 **Moje miasto** – serial dok.
4.10 FILM **Imago** – dramat biograf., Polska 2023, 110 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Naruto 3** (21-23) – serial anime, Japonia 2003-2004
11.20 **Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków** (2) – serial dokumentalny, USA 2024
12.05 **Cat's Eyes** (1, 2) – serial przygodowy, Francja 2024
14.10 **Premierowa jazda** – magazyn
14.30 **Premiera: Naruto 3** (24-26) – serial anime, Japonia 2003-2004
16.00 **Łapu capu** – program rozrywkowy
16.20 **The Office PL 3** (1-4) – serial komediowy, Polska
18.40 **Na pierwszym planie** (3, 4) – serial dokumentalny, 2024
20.00 **Django** (1, 2) – serial przygodowy, Fr./Wł. 2022
21.50 **Łapu capu** – program rozrywkowy
22.00 **Pieniądze i krew** (5, 6) – serial kryminalny, Fr./Bel.
23.50 **Scarlet Hill** (5, 6) – serial kryminalny, Wietnam 2022
1.50 **Luis Enrique: Nie macie k**** pojęcia** (1-3) – serial dokumentalny, Hiszp. 2024
4.10 **Making of CANAL+** – magazyn filmowy
4.20 **Polityka** (3, 4) – serial obyczajowy, Polska 2019
5.50 **Making of CANAL+** – magazyn filmowy

CANAL+ 360 HD

8.10 **Lotniskowce na wojnie** (2) – dok., Wlk. Bryt. 2018
9.10 **Porzucone konstrukcje** (8) – serial dok., Wlk. Bryt.
10.05 **Nepal – z zachodu na wschód** – dok., 2022
10.55 **Roger Federer: gra o wszystko** – dok., 2023
12.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Pogoń Szczecin – Legia Warszawa
14.20 **Polska z góry: Stadiony** (1) – serial dok., Polska 2024
14.50 **Dover 24/7** (1) – serial dok.
15.50 **Speedshop: warsztat marzeń** (4) – serial dokum.
17.05 **Droga do Arktyki: Kanadyjskie szlaki lodowe** – dok., Niem. 2016
18.00 **Koleją przez świat** (2)
19.00 **Co poszło nie tak 3** (5)
20.00 **Porzucone konstrukcje** (9) – serial dok., Wlk. Bryt.
21.00 **Projekt Fighter** (4)
22.00 **Pieniądze to nie wszystko** – komedia, Polska 2001, 120 min
0.00 **Small World** (3) – sens.
1.00 **Piłkarze na podsłuchu** (6) – serial dok., Polska 2022
2.00 **Polska z góry: Stadiony** (1) – serial dok., Polska 2024
2.40 **Łowcy tajemnic Bałtyku** (8) – serial dok., Polska 2020
3.40 **Zwierzęta Wajraka 2** (3, 4) – serial dok., Pol. 2021
4.55 **Pogotowie remontowe Wieśka 3** (4, 5) – mag.

HBO 2 HD

16.05 FILM **Do usług szanownej pani** – komediodramat, Luksemburg/Francja 2023, 105 min
17.50 FILM **Nim nadejdzie czwartek** – komediodramat, Finlandia 2024, reż. Mika Kaurismäki, 100 min
19.30 FILM **Materialiści** – komedia romantyczna, USA/Finlandia 2025, 115 min
21.25 FILM **Piękna i rzeźnik** – horror komediowy, Kanada/USA 2020, 100 min
23.05 FILM **Victor Frankenstein** – horror s.f., 2015, 105 min
0.50 FILM **Manodrom** – thriller, USA/Wlk. Bryt. 2023, 90 min

HBO 3 HD

14.15 FILM **W potrzasku** – dramat obyczajowy, 2025, 100 min
15.55 FILM **Jumanji: Przygoda w dżungli** – film przygodowy, USA/Australia/Indie 2017, 115 min
17.50 **Tokyo Vice** (3) – krym.
18.45 **Ta inna siostra Bennet** (5) – kostium., Wlk. Bryt.
19.15 **Miniaturowa żona** (5)
20.00 **Ród smoka 3** (5) – fantasy
21.00 **Krzesła** (4) – serial kom.
21.30 **Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem** (5) – kom.
22.00 **The Pitt 2** (1) – obycz., USA
22.55 FILM **Wichrowe wzgórza** – dramat obyczajowy, USA/Wlk. Bryt. 2026, 135 min

eprasa.pl 641f6b47df

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

7.55 **Sąsiedzi** (45, 46) – serial anim., Czechy
8.15 **Była sobie Ziemia** (11-13) – anim., Francja
9.55 **Jeźdźcy smoków na końcu świata** (43-45) – serial anim.
11.25 **Kot w butach: Trzy diabły** – film anim.
11.40 FILM **Przygody Tintina** – anim., USA/Nowa Zelandia 2011, 130 min
13.50 FILM **Ace Ventura: Zew natury** – komedia, USA 1995, 115 min
15.45 FILM **Spider-Man: Daleko od domu** – film s.f., USA/Czechy/Australia 2019, 165 min
18.30 FILM **Królewna Śnieżka i Łowca** – baśń film., USA 2012, 150 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Tata ma plan 3** (13) – serial komediowy
6.30 **Tata ma plan 4** (1-4) – serial komediowy
8.30 **Teoria wielkiego podrywu 9** (17-24) – serial komediowy
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 10** (1-3) – kom., USA 2016-2017
13.20 **Przyjaciele 9** (22, 25) – kom., USA 2002-2003
14.55 **Duchy** (7, 8) – serial fantasy, USA/Wlk. Bryt.
15.55 FILM **Zmowa pierwszych żon** – komedia, USA 1996, reż. Hugh Wilson, 125 min
18.00 FILM **Choć goni nas czas** – komediodramat, USA 2007, reż. Rob Reiner, 120 min

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (798) – serial paradokum.
6.00 **Szkoła filmowa** (1) – magazyn filmowy
6.30 **Seriaale 6** (3) – mag.
7.00 **Prawo Agaty 6** (1-4) – serial obycz., Polska
11.05 FILM **Uwolnić orkę 2** – film przygodowy, Fr./USA 1995, 130 min
13.15 FILM **Mój biegun** – dramat biograficzny, Polska 2013, 110 min
15.05 FILM **Bumblebee** – film s.f., Chiny/USA 2018, reż. Travis Knight, wyk. Hailee Steinfeld, John Cena, 155 min
17.40 FILM **Miss agent 2: Uzbrojona i urocza** – komedia sensacyjna, USA 2005, 140 min

13 ULICA

6.10 **Fałszerstwo** (2) – serial kryminalny, Francja 2025
6.55 FILM **Morderstwo na Les Saintes** – film kryminalny, Francja 2024, reż. Marc Barrat, wyk. Anne Décis, Denis Maréchal, Audrey Postel, Olivier Chantreau, 120 min
8.55 **Mentalista 3** (5-14) – serial kryminalny, USA 2010
18.05 **Niewidomy detektyw** (7) – serial kryminalny, Austria/Niemcy 2022 Alex i Niko prowadzą śledztwo w sprawie serii tajemniczych zgonów.

KINO POLSKA

6.00 **Złoty interes** (6) – program rozrywkowy
6.45 **Polska Kronika Filmowa** – serial dok.
7.15 **Miś Kudłatek** (2, 3) – serial animowany
7.40 **Bolek i Lolek na wakacjach** (2-4) – serial animowany
8.15 **Ranking naj polskiego kina** (2)
8.50 **Nibylandex** – film krótkometraż., 2026
9.30 FILM **Krzyżacy** – film hist., 1960, 215 min
13.05 FILM **Nie lubię poniedziałku** – kom. obycz., 1971, 150 min
15.35 FILM **Piłsudski** – film biograf., 2019, 135 min
17.50 FILM **Konsul** – komedia krym., 1989, 130 min

STOPKLATKA DVB-T2

6.00 **Komisarz Rex 12** (12) – serial kryminalny, Wł.
7.00 **Komisarz Rex 4** (13-15) – serial krym.
10.00 **Hudson i Rex 2** (9-11) – serial krym.
13.00 **Robin z Sherwood** (5) – serial przygodowy
14.20 FILM **Książę i ja 4: W krainie słoni** – komedia romantyczna, USA 2010, 115 min
16.15 FILM **Nie ma róży bez ognia** – komedia obyczajowa, Polska 1974, 120 min
18.15 FILM **Sierżant Bilko** – komedia, USA 1996, reż. Jonathan Lynn, wyk. Steve Martin, Dan Aykroyd, 105 min

SCIENCE FICTION

21.00 FILM **Klasyczna niedziela: Obcy kontra Predator 2** – USA 2007, 115 min

W Kolorado rozbija się statek kosmicznych wojowników. Załoga padła ofiarą groźnego stworzenia. Potwór zaczyna się rozmnażać. Predator musi unicestwić hybrydę.

22.55 FILM **Kobiety bez wstydu** – komedia, Polska 2016, 135 min
1.10 **Ślad** (109, 110) – krym.
3.05 **Gliniarze** (353, 354) – serial paradokum.
5.10 **Na ratunek 112** (880) – serial paradokum.

KOMEDIA SENSACYJNA

20.00 FILM **Pan i pani Smith** – USA 2005, 150 min

John i jego żona Jane pracują jako płatni zabójcy. Żadne z nich nie wie jednak o profesji partnera. Pewnego dnia dostają zadanie zlikwidowania siebie nawzajem.

22.30 **The Office PL 3** (2) – serial kom., Pol. 2023
23.05 **Comedy Club 9** (1, 2)
0.05 **Miasteczko South Park 3** – serial anim. dla dorosłych, USA
2.05 **Pracoholicy 4** (11-13)
3.30 **Pracoholicy 5** (1)
4.00 **Śmieszniej nie będzie 2** (9-12)

DRAMAT WOJENNY

20.00 FILM **Furia** – USA/Chiny/Wielka Brytania 2014, 170 min

Rok 1945. Po zwycięskiej operacji w Ardenach alianci zmierzają do Berlina. Grupa śmiałków pod wodzą Colliera ma przeprowadzić sabotażową akcję na tyłach wroga.

22.50 FILM **Siedem** – thriller, USA 1995, 160 min
1.30 FILM **Epidemia strachu** – thriller s.f., USA/ZEA 2011, 125 min
3.35 **Andrzej Sołtysik przedstawia 3** (17)
4.05 **Ukryta prawda** (1380) – paradok., Pol.

KRYMINALNY

20.00 FILM **Morderstwo w Bearn** – Francja 2023, 120 min

W rzece znaleziono zwłoki Céline Casteran. Héloise zajmuje się śledztwem w sprawie. Wspólnie z komendant Jeanne Laborde kierują się do domu męża ofiary.

22.00 FILM **Morderstwo na Wyspach Leryńskich** – krym., Francja 2023, 120 min
0.00 FILM **Morderstwo w Charentes** – krym., Francja 2022, 120 min
2.00 **Kobra – oddział specjalny** (2) – sens.

BIOGRAFICZNY

20.00 **Anna German. Tajemnica białego anioła** (7, 8)

Producent Carriaggi jest zachwycony głosem Anny. Zaczyna ją promować. Na Festiwalu Piosenki w San Remo publiczność przyznaje German specjalną nagrodę.

22.25 FILM **Mistrz** – dramat biograf., 2020, 95 min
0.00 **Ekstradycja 3** (9, 10-ost.) – sens.
2.45 FILM **Skrzydlate świnie** – komediodramat, 2010, 130 min
4.55 **Moja** – krótkometraż.
5.30 **Masza**

SENSACYJNY

20.00 FILM **Uprowadzona 3** – Francja/Hiszpania/USA 2014, 140 min

Były agent Mills niebawem zostanie dziadkiem. Gdy ginie jego była żona, on staje się głównym podejrzanym. Próbuje odnaleźć mordercę, a także ochronić córkę.

22.20 FILM **Najlepsi z najlepszych 3: Bez odwrotu** – film sens., USA 1995, 95 min
23.55 FILM **Oczy węża** – thriller, USA 1998, 145 min
2.20 FILM **Obława** – dramat wojenny, Polska 2012, 120 min

20

CINEMAX HD

10.20 FILM **Nade mną niebo, w dolinie ja** – film obyczajowy, 2024, 95 min
11.55 FILM **Inferno** – thriller, USA/Węgry 2016, 120 min
13.55 FILM **Sprawa Kramerów** – dramat obyczajowy, USA 1979, 105 min
15.40 FILM **Faceci w czerni 3** – kom. s.f., USA 2012, 105 min
17.25 FILM **2012** – film katastroficzny, USA/Kanada 2009, 155 min
20.00 FILM **Incepcja** – thriller s.f., USA/Wlk. Bryt. 2010, 145 min
22.25 FILM **Sztuka kradzieży** – komedia kryminalna, Kanada/USA 2013, 90 min
23.55 **Fargo 4** (1, 2) – serial krym.

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

6.00 **Graczykowie** (10-14)
8.30 **Świat według Kiepskich** (10-15) – serial kom., Polska
11.30 **Bob kocha Abisholę 5** (9-13) – serial komediowy
14.00 **Bob kocha Abisholę** (1)
14.30 **Święty** (4-8) – serial kom.
17.00 **Świat według Kiepskich** (11-15, 1-3) – serial kom.
21.00 **Co ludzie powiedzą?** (6)
21.35 **Co ludzie powiedzą? 2** (1) – serial kom., Wlk. Bryt.
22.20 **Jedną nogą w grobie 5** (1-3) – serial kom., Wlk. Bryt.
0.30 **Czarna Żmija 2** (2, 3)
2.00 **Grono nie-pedagogiczne 3** (6-10)
4.30 **Comedy Club 4** (3-5)

SCI FI

11.10 FILM **Megalodon: Obłęd** – horror, USA 2023, 110 min
13.00 FILM **Wojny drogowe: Furia** – film przyg., 2024, 110 min
14.50 FILM **Wojna światów: Atak** – film s.f., Wielka Brytania/Kanada 2023, 110 min
16.40 FILM **Pana Magorium cudowne emporium** – komedia fantasy, USA 2007, 115 min
18.35 FILM **Płonąca pułapka** – dram. sens., USA 2004, 145 min
21.00 FILM **Resident Evil: Witajcie w Raccoon City** – horror, Kan./Niemcy 2021, 130 min
23.10 FILM **Pompeje** – film katastrof., 2014, 130 min

FX HD

8.40 **FBI 4** (20, 21) – serial krym.
10.30 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (8, 9) – serial krym.
12.20 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (4, 5)
14.10 **Z archiwum X** (7, 8) – s.f.
16.00 **The Hunting Party** (1) – serial kryminalny, USA
16.55 FILM **Spider-Man: Daleko od domu** – film s.f., USA/Czechy/Australia 2019, reż. Jon Watts, 160 min
19.35 FILM **Terminal** – komedia romant., USA 2004, 160 min
22.15 FILM **Bez twarzy** – dramat sensacyjny, 1997, 165 min
1.00 **Zabójcze umysły 14** (13, 14) – serial kryminalny

FILMBOX+ ONE HD

11.25 FILM **A oni dalej grzeszą, dobry Boże!** – komedia, Fr./Belgia 2021, 120 min
13.25 FILM **Pierwsza liga** – komedia, USA 1989, 140 min
15.45 FILM **Grobowiec smoka** – film przyg., Wielka Brytania/Chiny 2013, 115 min
17.40 FILM **Robin Hood: Początek** – film przygodowy, USA/Hongkong/Chorwacja 2018, reż. Otto Bathurst, 140 min
20.00 FILM **Joker** – dramat sensacyjny, USA 2015, 120 min
22.00 FILM **Za linią wroga** – film sensacyjny, 2001, 125 min
0.05 FILM **Łowca błyskawic** – film sensacyjny, 1999, 125 min

ROMANCE TV HD

13.55 **Zabójcze tropiki** (5, 6)
16.15 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Róża z Kerrymore** – film obyczajowy, Niemcy 2001, reż. Axel de Roche, 110 min
18.05 P! FILM **Dr Nice – Natura miłości** – film obyczajowy, Niemcy 2025, 115 min
20.00 P! FILM **Dr Nice – Mój najukochańszy wróg** – film obyczajowy, Niemcy 2025, 115 min
21.55 P! FILM **Dr Nice – Noc życzeń** – film obyczajowy, Niemcy 2025, 115 min
23.50 FILM **Inga Lindström: Śmiertelny wróg** – film obycz., 2024, 115 min

CINEMAX 2 HD

12.20 FILM **Życie i miłość** – film obyczajowy, 2024, 125 min
14.25 FILM **Klik: I robisz, co chcesz** – komedia, USA 2006, reż. Frank Coraci, 110 min
16.15 FILM **Jerry Maguire** – dramat obyczajowy, 1996, 135 min
18.30 FILM **Ad Astra: Ku gwiazdom** – film przyg., USA/Chiny/Brazylia 2019, 120 min
20.30 FILM **Filadelfia** – dramat obyczajowy, 1993, 125 min
22.35 FILM **Co ci jest, dziewczyno** – film dla młodzieży, 2025, 90 min
0.05 FILM **Ósma klasa** – komediodramat, USA 2018, 95 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

10.50 **Poirot 3** (3-6) – serial krym.
15.10 **Dalgliesh** (3) – serial krym.
17.15 **Inspektor George Gently 7** (3) – serial krym.
19.15 **Projekt Błękitna Księga** (9) – serial s.f., Kanada/USA
20.05 **Zagadki kryminalne nowej panny Fisher** (7) – serial krym., Australia
21.00 **Morderstwo w małym mieście** (3) – krym., Kan.
22.00 **Marlow: klub zbrodni** (3)
23.00 **Detektyw Murdoch 19** (6) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
23.55 **Detektyw Murdoch 18** (11-15) – serial kryminalny
3.55 **Morderstwo w małym mieście** (3) – krym., Kan.

NOVELAS+ HD

5.00 **Historia Juany** (51-55) – telenowela, Meksyk 2024, wyk. Camila Valero
10.00 **Otchłań namiętności** (124-128) – telenowela, Meksyk 2012
15.00 **Róże i grzechy** (23-27) – telenowela, Turcja 2025, wyk. Murat Yildirim
20.00 **Rubi** (116, 117) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori
22.00 **Za wszelką cenę** (94-98) – telenowela, Brazylia 2025, wyk. Paolla Oliveira
3.00 **Rubi** (116, 117) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori

FX COMEDY HD

7.30 **Diabli nadali** (5-9) – kom.
9.55 **Sposób użycia** (11-13, 2)
12.30 **Simpsonowie 31** (19-22)
14.30 **Wszyscy kochają Raymonda 7** (16-22)
17.55 **Ewolucja** – komedia s.f., USA 2001, 125 min
20.00 **Faceci w czerni** – kom. s.f., USA 1997, 120 min
22.00 **Faceci w czerni 2** – kom. s.f., 2002, 100 min
23.40 **Wszyscy kochają Raymonda 7** (22, 23)
0.35 **Wszyscy kochają Raymonda 8** (24, 1) – kom.
1.40 **Family Guy: Głowa rodziny 19** (15-19)
4.10 **Duchy** (1) – serial fantasy

FILMBOX+ HITS HD

12.00 FILM **Linoleum** – komediodram., 2022, 115 min
13.55 FILM **Coco Chanel** – dramat biograficzny, 2009, 120 min
15.55 FILM **Belcanto** – melodramat, USA 2018, 115 min
17.50 FILM **Czekając na Dalego** – komediodramat, Hiszpania 2023, 130 min
20.00 FILM **Powrót Bena** – dramat obyczajowy, 2018, 115 min
21.55 FILM **Niewygodna prawda** – dramat biograficzny, Australia/USA 2015, reż. James Vanderbilt, 135 min
0.10 FILM **Wszystko poszło dobrze** – dramat obyczajowy, Francja/Bel. 2021, 125 min

PARAMOUNT NETWORK HD

10.00 FILM **Marley i ja** – komedia, USA 2008, 165 min
12.45 FILM **Truman Show** – komediodramat, USA 1998, 135 min
15.00 FILM **Książę w Nowym Jorku** – komedia, USA 1988, reż. John Landis, 150 min
17.30 FILM **Top Gun** – film sensacyjny, USA 1986, 150 min
20.00 FILM **Zapowiedź** – thriller, USA/Wielka Brytania/Australia 2009, 150 min
22.30 FILM **Terminator** – film s.f., USA/Wlk. Bryt. 1984, 125 min
0.35 FILM **Sin City – Miasto grzechu** – thriller, USA 2005, 155 min

DVB-T DVB-T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 641f6b47df

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
- **9.00 Pływanie:** Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 2. dzień
- **10.30 Kolarstwo górskie:** Zawody Pucharu Świata w Bellwaldzie – podsumowanie
- **11.00 Kolarstwo kobiet:** Tour de Pologne: Włodawa – Lubartów
- **12.00 Kolarstwo:** Tour de France – 20. etap
- **12.50 Formuła E:** ePrix Japonii – 2. wyścig (LIVE)
- **14.15 Kolarstwo kobiet:** Tour de Pologne – 3. etap (LIVE)
- **15.30 Kolarstwo:** Tour de France – 20. etap
- **16.00 Kolarstwo:** Tour de France – 21. etap (LIVE)

POLSAT SPORT 1 HD
- **6.00 Siatkówka kobiet:** LN – półfinał
- **8.30 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – studio (LIVE)
- **9.15 Siatkówka kobiet:** LN – mecz o 3. miejsce (LIVE)
- **12.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – studio (LIVE)
- **13.15 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz finałowy (LIVE)
  Rok temu w finale Włoszki pokonały Brazylijki. Kibice liczą na równie dobre spotkanie w tym roku.
- **15.30 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – studio (LIVE)
- **16.30 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- **17.30 Siatkówka mężczyzn:** LN

CANAL+ SPORT HD
- **6.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa
- **8.20 Liga+** – magazyn piłkarski
- **9.30 Wysoki Pressing** – magazyn sportowy
- **11.00 Na pierwszym planie** (1) – dok., Pol.
- **11.40 Premier League Review** – magazyn piłkarski
- **13.35 Liga+** – magazyn piłkarski
- **15.00 Wyścigi konne:** Tor Służewiec 2026 – Gala Derby
  W rywalizacji wezmą udział trzyletnie konie angielskiej krwi.
- **18.00 1 na 1 Extra:** Piotr Rutkowski – magazyn sportowy

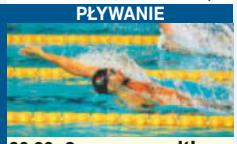
TVP SPORT HD
- **5.55 Sportowy wieczór** – program inform.
- **6.30 Lekkoatletyka:** Mistrzostwa Polski – Białystok 2026 – 2. dzień
- **8.25 Piłka nożna:** Betclic 1. Liga – mecz: Lechia Gdańsk – Pogoń Grodzisk Mazowiecki
- **10.30 Kamera TVP Sport** (1)
- **11.45 Strongman:** PP – Międzyrzecz 2026
- **12.45 Lekkoatletyka:** MP – Białystok 2026 – 3. dzień (LIVE)
- **17.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Widzew – Motor Lublin (LIVE)
- **20.05 Żużel** – studio (LIVE)

ELEVEN SPORTS 1 HD
- **6.00 Formuła 3:** Grand Prix Węgier – sprint
- **7.20 Formuła 2:** Grand Prix Węgier – sprint
- **8.35 Formuła 3:** Grand Prix Węgier (LIVE)
- **9.50 Formuła 1:** Grand Prix Węgier – sesja kwalifikacyjna
- **11.20 Formuła 2:** Grand Prix Węgier (LIVE)
- **13.00 Formuła 1:** Grand Prix Węgier – parada kierowców (LIVE)
- **13.30 Formuła 1:** Grand Prix Węgier – studio (LIVE)
- **14.55 Formuła 1:** Grand Prix Węgier (LIVE)
- **17.00 Formuła 1:** Grand Prix Węgier – studio (LIVE)

DISCOVERY CHANNEL HD
- **6.00 Najniebezpieczniejszy zawód świata 22** (1) – dok.
- **8.00 Rolnicy w akcji** (3)
- **9.00 Złomowisko PL 4** (1, 2) – serial dokum.
- **11.00 Poza cywilizacją** (1)
- **12.00 Przygody truckerki** (8) – serial dokum., Pol.
- **13.00 Ciężarówką przez Afrykę** (7) – dok., Pol.
- **14.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5** – serial dok.
- **15.00 Złoto drwali** – dok.
- **16.00 Zawodowcy** (1)
- **17.00 Nic do ukrycia 2** (1) – serial dok., Pol. 2022
- **18.00 Celnicy na straży Szwecji 4** (10) – dok.
- **19.00 Celnicy na straży Niemiec** (4) – dok.

20

PŁYWANIE



- **20.30 Commonwealth Games – Glasgow 2026** – 3. dzień (LIVE)
  Sesja wieczorna upłynie pod znakiem rywalizacji stylem grzbietowym kobiet (100 m) i mężczyzn (200 m).
- **22.45 Szermierka:** MŚ – Hongkong 2026 – 2. dzień
- **0.30 Kolarstwo:** Tour de France – 21. etap
- **1.30 Pływanie:** Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 3. dzień
- **3.00 Kolarstwo kobiet:** Tour de Pologne

SIATKÓWKA KOBIET

- **20.00 Liga Narodów** – mecz o 3. miejsce
  Rok temu w walce o brązowy medal Japonia zmierzyła się z Polską. Do rozstrzygnięcia tej rywalizacji potrzebne były cztery sety. Ostatecznie to Japonki musiały uznać wyższość polskich reprezentantek. W tym roku Polki nie były jednak w stanie awansować do fazy finałowej, by powalczyć o powtórzenie tego sukcesu.
- **22.30 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz finałowy
- **1.00 Boks**

MAGAZYN SPORTOWY

- **19.15 Wysoki Pressing**
  Prowadzony w lekkiej formule telewizji śniadaniowej program poświęcony piłce nożnej. Gospodarzami są Daria Kabała-Malarz i Michał Kołodziejczyk.
- **21.00 Liderzy. W centrum gry** (5) – dok., Polska
- **22.00 Boks:** BKFC Fight Night: Urugwaj: Gaston Reyno – Josh Krejci
- **0.15 Sporty walki:** ONE Friday Fights 163
- **1.20 Premier League Stories** (50) – mag.
- **2.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa

ŻUŻEL

- **20.20 Mecz towarzyski:** Polska – Australia (LIVE)
  Podopieczni Stanisława Chomskiego przygotowują się do Drużynowych Mistrzostw Świata. W Rybniku zobaczymy w akcji między innymi Bartosza Zmarzlika i Patryka Dudka.
- **23.00 Sportowy wieczór** – program informacyjny
- **23.30 Kolarstwo kobiet:** Tour de Pologne – 3. etap
- **0.35 Boks:** Gala w Las Vegas – podsumowanie

FORMUŁA 1

- **18.00 Grand Prix Węgier**
  George Russell ma za sobą serię udanych wyścigów. Do Węgier przybywa uskrzydlony m.in. zwycięstwem w Grand Prix Austrii.
- **20.15 Formuła 2:** Grand Prix Węgier – sprint
- **21.30 Formuła 3:** Grand Prix Węgier – sprint
- **22.50 Serie A** – mag.
- **0.00 Made in Italy** (13-15)
- **1.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (1, 2)
- **2.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Lazio – Parma

DOKUMENTALNY

- **20.00 Akta ekspedycji 2:**
  Badając historię USA, Josh Gates przedstawia szokującą teorię dotyczącą Johna Wilkesa Bootha. Obala też mity związane z nocną ekspedycją Paula Revere'a.
- **21.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5** – serial dok.
- **22.00 W oku cyklonu: Łowcy burz** (5)
- **23.00 Celnicy na straży Niemiec** (4) – dok.
- **0.00 Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata**

EUROSPORT 2 HD
- **12.00 Szermierka:** Mistrzostwa świata – Hongkong 2026 – 2. dzień (LIVE)
- **14.15 Motocross:** MŚ w Loket – 1. wyścig w klasie MXGP (LIVE)
- **15.00 Motocross:** MŚ w Loket – 1. wyścig w klasie MX2
- **16.00 Motocross:** MŚ w Loket – 2. wyścig w klasie MX2 i w klasie MXGP (LIVE)
- **18.00 Pływanie:** Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 2. dzień
- **19.00 Golf:** 3M Open – finał (LIVE)
- **0.00 Pływanie:** Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 3. dzień

POLSAT SPORT 2 HD
- **15.00 Siatkówka plażowa:** Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie – mecz finałowy kobiet i mecz finałowy mężczyzn (LIVE)
- **17.00 Siatkówka plażowa:** Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie – ceremonia medalowa (LIVE)
- **18.30 Tenis:** Turniej ATP w Estoril – finał gry pojedynczej (LIVE)
- **21.00 Sporty walki:** UFC Fight Night – walka: Magomed Ankalaev – Bogdan Guskov
- **23.00 Tenis:** Turniej ATP w Kitzbühel – mecz finałowy gry pojedynczej
- **1.00 Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
- **8.30 Tenis:** Turniej WTA w Pradze – mecz półfinałowy gry pojedynczej
- **11.00 Tenis:** Turniej WTA w Pradze – półfinał
- **13.25 8 wspaniałych** (3) – dok.
- **14.00 Tenis:** Turniej WTA w Pradze – finał (LIVE)
- **16.30 Tenis:** Turniej WTA w Pradze – półfinał
- **19.00 Tenis:** Turniej WTA w Pradze – półfinał
- **21.30 Tenis:** Turniej WTA w Pradze – finał
- **0.00 Tenis:** Turniej WTA w Pradze – półfinał
- **2.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa

EXTREME CHANNEL HD
- **6.00 Action Sports World** (19, 20) – mag. sportowy
- **8.00 KPW Kombat TV** (12) – program sportowy
- **9.00 WWE Classic Gold** (1) – program sportowy
- **10.00 AEW Dynamite** (2629)
- **12.00 AEW Collision 2** (2629)
- **14.00 AEW PPV** (4) – pr. sportowy
- **19.30 WWE Classic Gold** (80) – program sportowy
- **21.00 PTW Wrestling** (30, 10) – program sportowy
- **2.30 New Japan Wrestling – Highlights** (27) – program sportowy
- **3.00 Action Sports World** (21-23) – magazyn sportowy

ELEVEN SPORTS 2 HD
- **14.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – Atalanta
- **16.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – VfB Stuttgart
- **18.00 Formuła 3:** GP Węgier
- **19.00 Formuła 2:** GP Węgier
- **20.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Como – Inter
- **22.00 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach** – mag. piłkarski
- **22.55 Bundesliga Special** (21)
- **0.00 Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – Olympique Lyon
- **2.00 HHH – Hamburger SV**

DISCOVERY LIFE HD
- **10.30 Pojedynek na modę** (4)
- **11.15 Megasknery 2** (10) – dok.
- **12.45 Klinika bez tajemnic**
- **14.45 Powrót doktora Szczyta**
- **15.45 Jak to robią zwierzęta?**
- **16.15 Misja ratunkowa** (2, 3)
- **17.45 Wycieczkowiec** (8)
- **18.45 W czym do ślubu?**
- **19.45 Salon sukien ślubnych: Indie** (8) – pr. rozrywk.
- **20.15 Salon sukien ślubnych: Dubaj** (1) – pr. rozrywk.
- **20.45 Dziecko czy oszustka. Przypadek Natalii Grace**
- **21.45 Rodzina wielkiej wagi**
- **22.45 Historie wielkiej wagi**
- **0.45 Sekrety lekarzy** (9)
- **1.45 Sekrety chirurgii** (4)

POLSAT SPORT FIGHT HD
- **15.25 Strzelnica Navala** (3) – magazyn sportowy
- **15.55 Boks:** Walka o mistrzostwo Polski w Sopocie – waga ciężka: K. Meyna – M. Wach
- **18.55 Sporty walki:** Babilon MMA 43 w Skierniewicach: Mateusz Makarowski – Krzysztof Mendlewski
- **20.35 Z archiwum ESPN** – mag.
- **21.20 Boks:** Babilon Boxing Show w Żyrardowie – waga półciężka: Paweł Stępień – Łukasz Stanioch
- **23.45 Sporty walki:** FEN 52 w Ostrowie Wielkopolskim – walka: Marcin Łazarz – Bartosz Szewczyk

POLSAT SPORT 3 HD
- **8.30 Tenis:** Turniej ATP w Estoril – półfinał gry pojedynczej
- **11.00 Tenis:** Turniej ATP w Estoril – półfinał gry pojedynczej
- **13.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **15.00 Tenis:** Turniej ATP w Kitzbühel – finał
- **17.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **19.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **21.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **23.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **1.00 Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
- **9.30 Wysoki Pressing** – mag.
- **11.10 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa
- **13.30 Bohater z Cienia** – dok.
- **14.00 Dart:** Women's World Matchplay (LIVE)
- **18.15 Boks:** Gala w El Paso: Stephanie Han – Holly Holm
- **19.15 Na pierwszym planie** (1)
- **20.00 Liderzy. W centrum gry**
- **21.00 Dart:** World Matchplay – finał (LIVE)
- **23.15 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Raków Częstochowa – Wisła Płock
- **1.30 Boks:** BKFC Fight Night: Urugwaj – waga lekka: Gaston Reyno – Josh Krejci

ELEVEN SPORTS 4 HD
- **12.00 Bundesliga Special** – magazyn piłkarski
- **13.30 Bundesliga Clubs** – mag.
- **14.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: FC Köln – Bayer
- **16.00 Piłka nożna:** Liga francuska: Lens – Toulouse
- **18.00 Serie A** – mag. piłkarski
- **18.55 Ligue 1 Show** (35) – mag.
- **19.20 Made in Italy** (20, 19, 18)
- **20.05 Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: FC Porto – CD Tondela
- **22.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Cagliari Calcio – SSC Napoli
- **0.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Hoffenheim – BVB

ELEVEN SPORTS 3 HD
- **11.00 Bundesliga Special**
- **12.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Juventus – Genoa
- **14.00 Piłka nożna:** Liga francuska: Olympique Lyon – Stade Rennais FC
- **16.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (1-4) – mag.
- **18.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Napoli – Milan
- **20.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: 1. FC Union Berlin – 1. FC Köln
- **22.00 Piłka nożna:** Liga francuska: Brestois – Lens
- **0.00 Bundesliga Clubs** – mag.
- **1.00 Pierwszy tytuł Kloppa**

CANAL+ DOKUMENT HD
- **13.30 Nowa Kaledonia: dzika wyspa** – film dok., Fr. 2020
- **14.30 Bałtyk** – film dokum., Pol.
- **15.40 Wyspa olbrzymów** – dok.
- **16.40 Wielkie pomniki przyrody: Islandia** – dok.
- **17.40 24 godziny na kole podbiegunowym** – dok.
- **18.35 Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego** – film dok.
- **20.10 Każda mała rzecz** – dok.
- **21.50 Larger than Life: Złota era boysbandów** – dok.
- **23.30 Fenomen Taylor Swift – więcej niż gwiazda**
- **0.30 Dwadzieścia lat później: C.K.O.D.3** – film dok., Pol.

eprasa.pl 641f6b47df

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Tajemnice lądowania na Księżycu** (5, 6) – serial dokumentalny
8.00 **Poszukiwacze dinozaurów** – serial dokumentalny, USA
10.00 **Jak to jest zrobione?** – dok.
12.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki** (8) – dok.
14.00 **Inżynieria ekstremalna** – dok.
15.00 **Pogromca mitów w akcji** (2) – dok., USA
16.00 **Misja SpaceX – powrót z kosmosu** – film dokumentalny
18.00 **Jak to jest zrobione?** – serial dokumentalny, Kanada

DOKUMENTALNY

20.00 **Wyprawa w nieznane 10** – USA

Josh angażuje się w eksperyment, którego celem jest odtworzenie konstrukcji starożytnej piramidy i sprawdzenie, jak mogła powstać. Chce zweryfikować różne teorie.

21.00 **Wyprawa w nieznane 9** – dok.
22.00 **Pojedynki wizjonerów** – dok.
0.00 **Tajemnice lądowania na Księżycu** (1, 2) – serial dokumentalny
2.00 **Autostrada spotkań z UFO** – serial dok.

ID HD

6.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet** – serial dokumentalny, USA
8.00 **Ciało w piwnicy** – serial dokumentalny
10.00 **Krąg podejrzanych** – serial dokumentalny
12.00 **Śmierć w cieniu stadionu** – serial kryminalny, USA 2022
14.00 **W sieci kłamstw** – serial dokumentalny
16.00 **Zbrodnia w sąsiedztwie 2** – serial dokumentalny
17.00 **Zbrodnia w sąsiedztwie 6:** Krzyżowe morderstwo – serial dokumentalny
18.00 **Żyjąc z potworem** – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY

20.00 **Zabójczy blond 2:** Zabójstwo w przebraniu – USA 2025

Młoda kobieta marzy o popularności i rozpoznawalności w mediach społecznościowych. Nie zauważa jednak, jak stopniowo wpada w pułapkę mrocznego świata.

21.00 **Tajemnice jeziora Erie** – serial dok., USA
0.00 **Żyjąc z potworem: jak wychowałem mordercę** – serial dokumentalny, USA
1.00 **Tajemnice jeziora Erie** – serial dok., USA

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

11.00 **Porzucone konstrukcje** (4)
12.00 **Stacja Amsterdam** (2): SAIL – serial dok.
13.00 **Odkrywcy: Na wodach Pacyfiku** (1, 2-ost.)
15.00 **Imperium Mongołów: Historia Czyngis-chana** (6)
16.00 **Starożytne konstrukcje** (3)
17.00 **Wojna z ZSRR: Wielkie konstrukcje III Rzeszy** (1) – film dokum., Kanada 2018
18.00 **Hitler: Zaginione taśmy III Rzeszy** (1)
19.00 **UFO: Przełomowe śledztwa** (2) – dok.
20.00 **CIA: Tajemnice i szpiedzy** (4) – dok.

DOKUMENTALNY

21.00 **Pompeje: Podróż w czasie z Tomem Hiddlestonem** (1, 2)

Znany aktor chce się dowiedzieć, czy komuś z mieszkańców Pompejów udało się uciec po erupcji Wezuwiusza. Rekonstruuje losy nastoletniego czeladnika, żołnierza oraz kobiety.

23.00 **Katastrofa w przestworzach** (1, 9) – serial dok., Kan.
2.00 **Alaska: Następne pokolenie** (7, 8) – serial dokumentalny
4.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy** (3) – dok.

FOKUS TV DVB-T2

6.00 **Wehikuł czasu** (726) – program informacyjny
6.05 **48h. Zaginieni** (45) – serial krym., Polska
7.00 **Rolnicy. Podlasie** (1, 2) – serial dokumentalny, Polska
9.00 **Działkowcy** (5, 6) – serial dok., Pol. 2021
11.00 **Z klimatem i z pasją** (10) – program publicystyczny
11.30 **Wojny magazynowe** (8-12) – reality show
14.00 **Gwiazdy lombardu 25** (16) – reality show
15.00 **Tajemnice piramid** (5, 6) – serial dokumentalny, Francja

DOKUMENTALNY

17.00 **Rolnicy. Podlasie** (27-30) – Polska 2026

Gospodarze udają się na mecz Pomaranczowych z Czarnymi. Po końcowym gwizdku wynik nie ma znaczenia – najważniejsze jest umocnienie więzi.

21.00 **Najpiękniejsze domy na wsi** (4)
22.00 **Europejska mafia samochodowa**
23.00 **Pogromcy mafii** (6)
0.00 **Największe śledztwa CBŚP** (6)
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (47-50) – serial dok.
5.00 **Kołowrotek** (8, 9)

TVP HISTORIA DVB-T2

8.55 **Znak orła** (9, 10)
10.05 **Tajemnice kultowych seriali** (5)
11.00 **Legenda. Hubert Jerzy Wagner**
12.00 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja
13.10 **Góry Europy** (4)
14.10 **Flesz historii** (771)
14.35 **Midway** – film wojenny, USA/Kanada 2019, 140 min
16.55 **Tutanchamon: życie, śmierć i dziedzictwo** (1)
17.50 **Blisko, coraz bliżej** (17) – obycz., Pol. 1986
19.10 **Nieznana wojna na Północy** (4) – dok.
20.15 **II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa** (4)

DRAMAT SPOŁECZNY

21.20 **Człowiek z żelaza** – Polska 1981, 160 min

Sierpień 1980 roku. Dziennikarz Winkel ma zrobić reportaż kompromitujący działacza strajkowego w Stoczni Gdańskiej. Stopniowo poznaje jego historię.

0.00 **Pułkownik Kwiatkowski** – komediodramat, Polska 1995, 130 min
2.10 **Blisko, coraz bliżej** (17) – obycz., Pol. 1986
3.25 **Historia w postaciach zapisana** – cykl dokum., Francja 2021

HISTORY HD

10.10 **Gwiazdy lombardu 25** (3, 4, 18) – reality show
13.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 5** (5) – serial dok., USA
14.00 **Piątka z historii** (1) – serial dokumentalny
14.25 **David Duchovny: archiwum tajemnic 2** (7) – dok.
15.20 **Starożytni kosmici 17** (13) – dok.
16.10 **Tajemnice zaginionych miast** (1) – serial dok.
17.10 **II wojna światowa w kolorze: największe bitwy** (4-6) – serial dok., 2021
20.00 **Starożytni kosmici 13** (19) – dok.

DOKUMENTALNY

21.00 **David Duchovny: archiwum tajemnic 2** (3)

David bada kulisy wybuchu nuklearnego przeprowadzonego głęboko pod powierzchnią w stanie Missisipi oraz odkrywa historię bunkra wojennego, zbudowanego z myślą o schwytaniu szpiegów.

22.00 **Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2** (19) – dok.
23.00 **Starożytni kosmici 17** (7, 8) – serial dokumentalny
0.50 **Starożytni kosmici 13** (19)

20

DISCOVERY HISTORIA HD

8.00 **Tropicielki rodzinnych historii** (5) – serial dokum.
9.00 **Wyścigi po antyki** – dok.
10.00 **Brudne skarby** – dok.
12.00 **Łowcy staroci** (15) – dok.
13.00 **Walka o bagaż** (11, 12)
14.00 **Tajemnice starożytnych mumii** (8) – serial dok., USA
15.00 **Zoom na architekturę** (8)
17.00 **Tajemnice ziemi – Hiszpania** (8) – dok.
18.00 **Pogromca mitów w akcji** – serial dok., USA
19.00 **Na ratunek starociom**
20.00 **Legendarne miejscówki**
23.00 **Nawiedzona Irlandia**
1.00 **Hazardziści** – serial dok.
2.00 **Było, nie było** (6) – dok.

TVP DOKUMENT HD

11.35 **Podróżnicy – odkrywcy**
12.40 **Życie lasu. Bogactwo runa i podszytu** – dok.
13.35 **Podróże Małej i Dużej 4**
14.00 **Tacy byliśmy** (7)
14.30 **Stuk, stuk – świat dzięcioła** – film dokum.
15.25 **Zew dzikiej natury** – dok.
16.25 **W głąb wszechświata: zagadki kosmosu** (1)
17.25 **Kultura miejska** (8)
18.25 **Sanatorium miłości 6** (6)
19.20 **Miałem farta** – film dok.
20.05 **Kwintesencja Irlandii**
22.15 **Bez maski** (2) – film dok.
23.15 **Tamte lata, tamte dni**
23.55 **W obronie zwierząt**
1.15 **Sanatorium miłości 6** (5)

PLANETE+ HD

13.35 **Stormborn – Zrodzone w burzy** (3) – serial dokum.
14.40 **W poszukiwaniu 9. planety** – film dok., Fr.
15.50 **Wszystko o Marii. Matce Bożej** (2) – dok., Fr.
16.55 **Związani z ziemią. Dzieje życia na wsi** (4)
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4**
18.40 **Polska z góry 9** (6, 7)
19.45 **Gene Kelly. Arcytancerz** – film dok., Francja 2024
20.50 **Robert De Niro. W centrum uwagi** – dok.
22.00 **Dolly Parton – amerykański skarb**
23.10 **Kobiety i pieniądze** (2)
0.20 **Polując na drapieżców**

POLSAT DOKU HD

10.40 **Potęga i mit hitlerowskiego SS** (4)
11.50 **Nieznany syn Hitlera**
13.00 **Kolaboranci Hitlera** (4)
14.05 **Zaginione złoto II wojny światowej** (8) – serial dok.
15.05 **Poszukiwacze historii**
16.00 **Największe mity historii**
18.25 **Prawdziwa historia komunizmu** – film dokum.
19.20 **Ostatni rok Hitlera** – dok.
20.05 **Jezus i jego życie** (3, 4)
22.00 **Dawni budowniczowie. Rzeźbiarze z Wyspy Wielkanocnej** – film dok.
23.05 **Sekretny świat amiszów** – dok., Wlk. Bryt.
0.20 **Kroniki Hitlera** (2) – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

13.00 **Wędrówki zwierząt**
14.00 **Sekretne życie pszczół**
15.00 **Morze Czerwone: magiczny ogród ewolucji** – dok., Austria
16.00 **Parki narodowe Stanów Zjednoczonych** (1) – dok.
17.00 **Atak rekina: przyczyny**
18.00 **Bertie Gregory: bliskie spotkanie z rekinami**
19.00 **Dzika przyroda strefy równikowej** (3) – dok.
20.00 **Europa z powietrza** (4)
21.00 **Dzika konfrontacja** (1)
22.00 **Dzikie cuda Europy** (2)
23.00 **Dzika Północ Europy** (2)
0.00 **Śmierć przychodzi po zmroku** (6, 1) – serial dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

6.15 **Drwale z Kolumbii Brytyjskiej 2** (2-6) – dok.
11.00 **Kowboje z zimnych wód 3** (6-8) – serial dok.
14.00 **Kowboje z zimnych wód 4** (1, 2) – serial dok.
16.00 **Australijscy poszukiwacze złota 8** (6-10) – serial dok., Australia
21.00 **Special Ops: Prawda** (1, 2) – serial dokumentalny
22.10 **Tytani KSW** (2) – film dok.
23.10 **Militarny ranking** (8) – serial dok., Wlk. Bryt. 2016
0.25 **Gruchoty z kanadyjskiej głuszy** (9, 10) – dok., Kan.
1.55 **Samochody marzeń** (1-5) – serial dok., Wlk. Bryt. 2024

POLSAT VIASAT NATURE HD

10.20 **Pantanal – cud brazylijskiej przyrody**
11.25 **Niezwykła przyroda Madagaskaru** – film dok.
12.35 **Nil: rzeka ostateczna** (1-3) – film dokum., Austria
15.55 **Wybrzeże drapieżców**
17.00 **Zwierzęta: maszyny doskonałe** (2) – dok., Kan.
18.00 **Wspólna planeta** (4)
19.10 **Epoka lodowcowa: zamrożony świat** (3)
20.10 **Czas gigantów – 2** – dok.
21.15 **Dzika Alaska** (3) – dok.
22.25 **Nasza zima zła** (4) – dok.
23.30 **Rzeczne potwory 6** (1-5)
4.10 **Dzika Alaska** (3) – dok.
5.00 **Nasza zima zła** (4) – dok.

POLSAT VIASAT HISTORY HD

8.40 **Konkwistadorzy: powstanie i upadek** (1-3)
11.35 **Starożytność: zdrady**
14.50 **Kryminologia starożytności** (1) – dok.
15.50 **Wojna światowa: 1914-1945** (6-8) – dok.
19.00 **II wojna światowa: ostatnie miesiące** (1, 2)
21.00 **Wezuwiusz: historia zaginionych zwojów**
22.15 **Cesarstwo Rzymskie: mity i fakty** (1, 2) – dok.
0.30 **Wojna Adolfa Hitlera** (6)
1.25 **Życie prywatne przywódców Rzeszy**
4.30 **Zakazana historia 7** (3, 4)
5.55 **Historia Troi** (2) – dok.

BBC EARTH HD

10.00 **Najpiękniejsze trasy spacerowe** (6) – dok.
11.00 **Sekretne życie ogrodu**
12.10 **W okowach mrozu 4** (19)
13.15 **Wietnamskie przygody Billa Baileya** (1) – dok.
14.25 **Wyspy Pacyfiku** (2, 3)
16.35 **Prawda o pigułkach antykoncepcyjnych**
17.40 **W okowach mrozu 4** (20)
18.45 **Mroźna planeta 2** (5, 6)
21.00 **Sekretne życie ogrodu**
22.10 **W okowach mrozu: Kanada 2** (6) – dok., Kan.
23.10 **Morze Śródziemne: przyroda w potrzasku**
0.15 **Największe zagadki nauki** (2) – dok., Wlk. Bryt.

CI POLSAT HD

17.00 **Zbrodnia: oszukać prawdę** (8) – serial dokum.
18.00 **Sędzia Rinder: zbrodnia, której nie da się zapomnieć** (1) – serial dok.
19.00 **Nastoletnie polskie zabójczynie** (5, 6) – dok.
20.00 **Najsłynniejszy dom publiczny – Mroczne sekrety** (2) – serial dok.
21.00 **Najbardziej szokujące przypadki sądowe 8**
22.00 **Najbardziej szokujące pościgi 2** (19, 10) – dok.
23.00 **Dowody zbrodni: krwawy Zachód** (4) – dok.
23.55 **Spowiedź seryjnego mordercy** (4) – serial dok.

ANIMAL PLANET HD

11.00 **Weterynarz z Gór Skalistych** – serial dok.
13.00 **Alaska: przetrwać na krańcu świata** – dok.
15.00 **Mekka żarłaczy białych**
16.00 **Legenda głębin** – dok.
17.00 **Cztery kąty, cztery łapy**
18.00 **Podwodny świat z bliska** – serial dok., USA
19.00 **Jak to robią zwierzęta?**
20.00 **Zagadki świata zwierząt** – serial dok., USA
21.00 **Nowojorskie Zoo – Bronx** – serial dok., USA
22.00 **Projekt akwarium** – dok.
23.00 **Człowiek w roli ofiary**
1.00 **Supermoce małych stworzeń** – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

6.00 **Z wędką na koniec świata** (6, 7) – serial dok.
8.05 **Smakuj świat z Pascalem** (6-9)
10.15 **Azja Express** (4)
11.50 **Baseny z rozmachem**
14.00 **Człowiek kontra jedzenie** (6-9) – mag. kulin.
16.00 **Kobieta na krańcu świata** (3-6) – serial dok.
18.15 **Ciężarówką przez Stany**
21.15 **Duchy Alaski** (6) – serial fabularno-dokumentalny
22.20 **Święte miejsca** (1) – dok.
23.20 **Ambasady luksusu** (1, 3)
1.20 **W co wierzą Osbournowie** (6-9)
5.20 **Za Donalem... do Europy**

DVB-T DVB-T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 641f6b47df

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

12.00 **Anioł Pański**
12.15 **Między ziemią a niebem** – magazyn
12.50 **Słowo na niedzielę**
13.00 **Transmisja mszy świętej z kościoła pw. św. Mikołaja w Wysokiej**
14.15 **Piłka nożna:** Betclic 1. Liga – studio (LIVE)
14.25 **Piłka nożna:** Betclic 1. Liga: Bruk-Bet Termalica Nieciecza – Ruch Chorzów (LIVE)
17.00 **Teleexpress**
17.25 **Chichot losu** (1)
18.15 **Kabaretomaniacy** (71) – pr. rozrywk.
19.10 **Cafe Fogg** (1)
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – publ.

20.20 **Komisarz Alex 23** (287) – Polska 2025

KRYMINALNY

W lesie porzucono ciało uprowadzonego syna sprzedawcy aut. Na miejscu Alex znajduje pudełko po prezerwatywach z odciskami palców byłej partnerki ofiary.

21.15 **Lato z Radiem i Telewizją Polską**
23.05 **Kabaret Letnią Porą** (14) – pr. rozrywk.
23.55 **Pamiętam ciebie z tamtych lat – Wojciech Trzciński**
0.40 **Chichot losu** (1)
1.30 **Program informacyjny 19.30**

TVP ROZRYWKA

13.40 **Prywatne życie zwierząt 13** (1)
14.10 **Przyrodnik na tropie** (40) – dok.
14.45 **Olga Lipińska zaprasza** (11)
15.45 **Moje przeboje** (2)
16.20 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (15) – telet.
16.50 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (15)
17.10 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (16) – telet.
17.40 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (16) – teleturniej
18.00 **Koło fortuny** (1985)
18.40 **Szansa na sukces. Opole 2026** (6)
19.50 **Łowcy śmiechu** (1)

20.50 **Kocham Cię, Polsko!** (9)

ROZRYWKOWY

Tym razem swoją wiedzę o naszym kraju sprawdzą m.in. Kasia Moś, Zygmunt Kukla, Magdalena Smalara, Katarzyna Pakosińska, Andrzej Krzywy i Grażyna Wolszczak.

22.20 **Postaw na milion** – teleturniej
0.20 **Koło fortuny** (1985)
0.55 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (15) – telet.
1.25 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (15)
1.40 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (16) – telet.

POLSAT CAFÉ

6.00 **Komisarz Mama** (31, 32) – serial krym.
8.00 **Bogaty dom – biedny dom** (105)
9.00 **Rolniczki** (19, 20) – serial dok., Pol. 2025
11.00 **Działkowcy** (8) – dok.
12.00 **Najpiękniejsze domy na wsi** (4) – serial dok., Pol. 2024
13.00 **Bogaty dom – biedny dom** (106)
14.00 **Nasz nowy dom** (247) – reality show
15.05 **Demakijaż** (226, 207) – program rozrywkowy
16.00 **Bogate dzieciaki bez kasy** (7, 8) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (248, 249) – reality show, Polska

20.00 **Bogate dzieciaki bez kasy** (37) – Polska

REALITY SHOW

Wychowani przez zamożnych rodziców młodzi ludzie na kilka dni opuszczają swoje apartamenty, by zamieszkać z rodzinami, które ledwie wiążą koniec z końcem.

21.00 **Gry małżeńskie** (205) – reality show
22.00 **Kolacja w ciemno** (90) – pr. rozrywk.
23.00 **Gry małżeńskie** (190, 191)
1.00 **Kolacja w ciemno** (9, 10) – pr. rozrywk.
3.05 **Więzienie kobiet** (49, 50) – serial dok.

TV 4 (DVB-T2)

6.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (198) – reality show
7.00 **Ewa gotuje** (476) – magazyn kulinarny
7.30 **The Americas** (4, 5) – serial dok., Wlk. Bryt.
9.25 **Galileo** (1184, 1185) – popularnonaukowy
11.25 **Mini Galileo** (87)
11.45 **Pasażerowie** – dramat s.f., USA/Australia 2016, 140 min (FILM)
14.05 **Podróże Guliwera** – komedia przyg., USA 2010, 110 min (FILM)
15.55 **Bez hamulców** – film sensacyjny, USA 2012, 120 min (FILM)
17.55 **Uroczysko** (183-186) – serial krym., Polska

20.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1016-1019) – Pol. 2026

KRYMINALNY

Kujawińska zdradza Kubisowi, kto zabił Bożenę. Jankowski więzi dawnego przyjaciela. Gdy stan chorego wnuka Kajtka się pogarsza, syn i synowa Szczepana buntują się.

0.05 **STOP Drogówka**
1.05 **Polowanie na Hitlera** (9, 10) – serial dok., Pol. 2021
3.05 **Interwencja** – mag.
3.25 **Lubię disco!** (289)
4.25 **Top 10 – lista przebojów** – pr. muz.

TTV HD (DVB-T2)

13.10 **Zakup w ciemno extra** (43)
13.40 **Damy i wieśniaczki. PL 10** (2) – fab.-dok.
14.40 **Gogglebox. Przed telewizorem 20** (7)
15.45 **Express** – pr. inform.
16.05 **Lato z TTV** (2) – rozr.
16.10 **Idź na całość 2** (17)
17.15 **Życie na kredycie 8** (13) – reality show
17.45 **Express** – pr. inform.
18.00 **Pogoda, sport**
18.10 **Życie na kredycie 8** (14) – reality show
18.45 **Żony Podlasia 3** (8) – serial dok., Pol. 2025
19.45 **Express** – pr. inform.
20.00 **Zakup w ciemno 6** (5) – reality show
21.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 23** (7)

22.00 **Żony Podlasia 3** (9) – Polska 2025

DOKUMENTALNY

Aldona zabiera Larysę na spływ. Magda zostaje sama z dziećmi. Wpada na pomysł, by sprzedać krowy. Gala i Krysia zaczynają robić przetwory z buraków.

23.00 **Nic do zgłoszenia 5** (7) – serial dokum., Pol.
0.00 **Damy i wieśniaczki. PL 10** (3) – fab.-dok.
1.00 **Kanapowcy 5** (7)
2.00 **SOS. Ekipy w akcji** (15, 16) – paradok., Pol.
4.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (519) – serial fab.-dok., Pol.

TVN STYLE HD

5.15 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (4)
5.55 **Będzie pięknie** (8)
6.50 **Bitwa o gości** (7)
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.30 **Kuchenne rewolucje** (5) – rozr.
12.30 **Babski biznes** (8)
13.30 **Jestem z Polski 16** (27, 28, 26) – dok., Pol.
16.35 **Bitwa o gości** (8)
17.35 **Do zobaczenia 2** (1) – mag. poradnikowy
18.10 **Ugotowani** (12) – pr. kulin.-rozrywk.
19.10 **Kuchenne rewolucje** (12, 8) – program rozrywkowy
21.05 **Kate. Narodziny księżnej** (3-ost.) – dok., Wlk. Bryt. 2025

22.10 **EuroPOLKI studentki** (5)

ROZRYWKOWY

Aleksandra opowiada o studenckim życiu w Amsterdamie. Widzowie zobaczą m.in. targ staroci. Ola zachęca też ekipę do spróbowania śledziowych hot-dogów.

23.10 **Cały jej świat** (12) – program edukacyjny
0.10 **Kobieta na krańcu świata** (5) – dok., Pol.
1.10 **Domy z potencjałem: Nowa odsłona** (4) – program rozrywkowy
2.10 **Nieoczywiste miejsca** (2, 5) – dok.

TVP HD (HD)

8.55 **Ojciec Mateusz 23** (300, 301) – krym., Pol. 2020
10.45 **Czy wiesz, że?** (291)
11.20 **Na sygnale** (688, 689)
12.25 **Ojciec Mateusz 7** (95)
13.20 **Komisarz Alex 5** (59)
14.15 **Ranczo 9** (117) – obycz.
15.15 **Ranczo 10** (118) – obycz.
16.10 **Postaw na milion** – telet.
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 26** (338)
19.20 **Ranczo 9** (114-116) – serial obyczajowy, Polska 2015
22.20 **Szczęśliwy człowiek** – dramat obyczajowy, Polska 2000, 95 min (FILM)
23.55 **Jan Serce** (7, 8) – obycz.

TVS (HD)

8.05 **Przy muzyce po Śląsku**
8.35 **Muzyczne dzień dobry**
9.35 **Przy muzyce po Śląsku**
10.40 **Klachy i Lachy** – pr. rozr.
11.15 **Muzyczne podróże Karoliny Treli** – pr. rozr.
12.20 **Hansi Hinterseer zaprasza** – pr. rozrywk.
14.30 **Śląska karuzela** – muz.
16.00 **Koncert życzeń**
17.50 **Szlagierowa lista** – muz.
19.45 **Koncert w TVS** – pr. muz.
21.50 **Rosamunde Pilcher: Skradzione lato** – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2011, 105 min (FILM)
23.35 **Śląska karuzela** – muz.
1.20 **Program kulinarny**

ZOOM

8.00 **Jakubiak rozgryza Chorwację** (2-4) – mag.
9.35 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
11.45 **Sensacje XX wieku**
14.15 **Czterej pancerni i pies** (7, 8) – wojenny, Pol. 1966
16.15 **Gang Olsena: Ostatnia misja** – komedia sens., Dania 1998, 135 min (FILM)
18.30 **Kabaretowe przeboje 3**
19.45 **I love kabaret EXTRA** (2)
20.00 **Hity polskiego kabaretu 7** (9, 5, 4) – rozr.
23.00 **Magia nagości. Polska – Najsmaczniejsze kąski**
0.00 **Adam szuka Ewy. Niemcy** (6) – pr. rozrywk.

TLC (HD)

12.00 **Wielkie lato małych ludzi** – reality show
13.00 **Wiza na miłość – oczami bohaterów 7** (3)
14.00 **Włoskie zdrady** (25, 26)
15.00 **Miłość za granicą**
16.00 **Wiza na miłość: ostatnia szansa 2** – reality show
18.00 **100 kucharzy**
19.00 **Słodki biznes**
20.00 **Wielkie lato małych ludzi** – reality show
21.00 **Wiza na miłość 12**
23.00 **Ciało, w którym żyję**
0.00 **Dr Pryszczylla** – dok., USA
1.00 **Wielkie lato małych ludzi** – reality show
2.00 **Wiza na miłość 12**

C+ KUCHNIA (HD)

16.35 **Ekoporady z Julią Oleś 2**
16.40 **Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2** (3)
16.50 **Z pola na stół** (8) – dok.
17.15 **U sąsiadów w kuchni 16** (15, 16) – serial dok., Niem.
18.25 **Podróże piekarza z Hebrydów** (3) – dok.
19.20 **Jakubiak rozgryza Wietnam** (4) – mag. kulin.
19.45 **Dzień dobry, obiad** (1, 2)
20.35 **M jak mięso 4** (7, 8) – dok.
21.30 **Wszystkie smaki fermentacji 2** (1) – dok.
22.05 **Podróż przez smaki Chin 2** (4) – serial dokum.
23.00 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 8**

TVN TURBO (HD)

9.30 **Jeździć, obserwować**
10.15 **Z drugiej ręki** (10, 1)
11.45 **Naprawy nie do naprawy** (6) – mag.
12.30 **Wojny samochodowe**
14.30 **Zawodowi handlarze**
15.15 **Ciężarówką przez Chile**
16.15 **Moto kombat** (7, 8)
17.45 **Raport końcowy** (828)
18.10 **Ciężarówką przez Stany**
21.10 **Wojny samochodowe**
22.10 **Z drugiej ręki** (10) – mag.
22.55 **Naprawy nie do naprawy** (6) – mag.
23.40 **Ciężarówką przez Chile** (8) – program rozrywkowy
0.40 **Prawko na świecie. Jazda bez zasad** (5) – rozr.

NOWA TV (DVB-T)

7.30 **Interwencja – taka jest Polska** (567) – mag.
8.20 **Frieren. U kresu drogi**
9.30 **Dragon Ball Z Kai 2**
13.00 **One Punch Man** (3, 4)
14.00 **Kabaretowa Dynastia**
16.00 **Nowa Rewia Kabaretowa** (22, 23)
18.00 **Kabaret na żywo. Przystanek Radość** (7)
20.00 **Nowa Rewia Kabaretowa** (16) – pr. rozr.
21.00 **Zdrady** (92-95) – paradok.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (16, 17)
3.50 **Wehikuł czasu** (726, 725)
4.00 **Sala operacyjna** (9, 6)
5.00 **Pod lupą** (3, 4) – magazyn

METRO

8.10 **Klan z Alaski** (11, 12)
10.15 **The Floor** (1) – teleturniej
11.00 **Wojownicze żółwie ninja** – film przygodowy, USA 2014, 120 min (FILM)
13.00 **Formuła E**
14.15 **Dziewczyny z Hollywood 3** (4) – rozr.
14.30 **Diagnoza** (12) – obycz.
15.30 **Kryminalni 4** (7-9) – krym.
18.50 **Milionerzy** (627, 628)
20.00 **Yellowstone 2** (1, 2)
22.05 **Zeszłej nocy** – melodram., USA/Fr. 2010, 110 min (FILM)
23.55 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 7** (10) – dok.
0.55 **Szpital** (803) – paradok.
1.55 **Szkoła** (548, 549)

ANTENA HD (DVB-T2)

9.05 **Celnicy** (2) – serial dokum.
9.35 **Co Polak potrafi na drodze?** (12) – pr. rozr.
10.40 **Ostatni papież?** – dok.
12.25 **Polska. Największe tajemnice 2** (5) – pr. rozr.
13.25 **Polska. Największe dylematy** (1) – pr. publ.
14.30 **Detektyw Candice: Niezawodny instynkt** (6-8) – serial kryminalny, Fr.
18.05 **77 TV 4** (3) – pr. rozrywk.
19.00 **77 TV 2** (11) – pr. rozrywk.
20.00 **Alex Hugo – górski detektyw** (3, 4) – krym., Fr.
0.10 **Labirynt zbrodni** – thriller, USA 2013, reż. Hanelle M. Culpepper, 105 min (FILM)

WP (DVB-T)

11.00 **Pogoda**
11.05 **Bitwa o Colę** – film dok.
13.00 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4** (10)
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2** (7)
15.00 **Strażacy z sąsiedztwa 2**
16.00 **Policjanci w akcji** (1)
16.55 **Pogoda**
17.00 **Policjanci z sąsiedztwa 6** (9-12)
21.00 **Policjanci z sąsiedztwa 5** (1) – dok.
21.55 **Pogoda**
22.00 **1, 2, 3... Kabaret! 3** (6)
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 6**
0.00 **Przebojowe kabarety** (6)
1.05 **Mistrzowie Kabaretu 5**

C+ DOMO HD

14.10 **Wielkie projekty: Australia 12** (4) – dok.
15.15 **Luksusowa ucieczka 7**
16.15 **Adres: rezydencje marzeń** (8) – serial dok.
17.15 **Bitwa o wnętrza** (4)
18.10 **Mam zamek 3** (2) – dok.
18.35 **Daleko od miasta 14** (3)
19.00 **Ucieczka na wieś 22**
21.00 **Domy na krańcu świata** (2) – serial dok., Wlk. Bryt.
21.55 **Najbrzydszy dom na naszej ulicy** (2) – dok.
22.50 **Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo** (7, 8) – dok., Kan.
0.35 **Kupiliśmy sobie zamek – damy radę** (4) – dok.

HGTV (HD)

11.05 **Polowanie na ogród 6**
12.05 **Polowanie na ogród 7** (6)
12.40 **Letnia chata na lata 3**
14.35 **Będzie pięknie** (3) – rozr.
15.40 **Zgłoś remont 4** (7) – rozr.
16.35 **Weekendowa metamorfoza 6** (2) – rozr.
17.35 **Kamera, akcja, wpadka!**
19.15 **Kolekcjonerski obłęd wart miliony** (1, 2) – rozr.
20.20 **House Hunters – Poszukiwacze domów 7** (4, 5) – pr. rozr.
21.25 **Dorota inspiruje 2** (5, 6)
23.20 **Najgorętsze nieruchomości pod słońcem** (15, 16) – dok.
0.25 **Sprzątaczki 2** (7-9)

P! **Premiera w TV**

eprasa.pl 641f6b47df

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Sekrety rodziny** (165) – serial paradokum., Pol. 2020
7.30 **Z klimatem i z pasją** (251) – pr. publicyst.
8.00 **Sekrety rodziny** (166) – serial paradokum., Pol. 2020
9.00 **Trudne sprawy** (917-921) – serial paradokum., Pol. 2020
14.00 **Sekrety rodziny** (167) – serial paradokum., Pol. 2020
15.05 **Więzienie kobiet** (135-137) – serial dokumentalny, Polska
16.30 **Nasz nowy dom** (368) – reality show
17.40 **Awantura o kasę** – teleturniej

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 **Wydarzenia**
6.40 **SuperLudzie 2** (25)
7.15 **Była sobie Ziemia**
9.55 **SuperMocni** (9, 10)
10.55 **Hotel Transylwania:**
FILM **Transformania** – film animowany, USA 2022, 100 min
12.35 **Jesteś tam, Boże?**
FILM **To ja, Margaret** – komediodramat, USA 2023, wyk. Kathy Bates, 140 min
14.55 **Aniołki Charliego**
FILM – film sensacyjny, USA/Niemcy 2000, 125 min
17.00 **Polacy w świecie** (15, 16) – serial dokum.
18.30 **Świat według Kiepskich** (582)
19.00 **Randka w ciemno** (9, 10) – pr. rozrywk.

TV 6 DVB T

6.00 **Columbo** (23, 24) – krym., USA
10.05 **Poirot** (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
12.30 **Pokój**
FILM **112. Policjantki i Policjanci** – film sensacyjny, Polska 2015, reż. Jakub Miszczak, wyk. Mariusz Węgłowski, 90 min
14.00 **Policjantki i Policjanci** (244-247) – serial obycz., Polska
18.00 **Strażnik Teksasu** (15, 16) – sens., USA 1998-1999
Walker reprezentuje drużynę Czirokezów. Carlos i Trent poszukują dowodów, które pechowo utracili.

BBC FIRST HD

6.00 **Ojciec Brown 9** (1, 2) – krym., Wlk. Bryt. 2021
7.35 **Detektyw z Chelsea** (7) – serial kryminalny, Wlk. Bryt./USA
8.35 **Śmierć z dala od palm** (5) – serial krym., Wielka Brytania 2023
9.50 **Sanditon** (5, 6) – kostium., Wlk. Bryt.
11.45 **Duchy 2** (4-6) – serial komediowy, Wlk. Bryt.
13.45 **Morderstwa w Midsomer** (3, 4) – serial kryminalny
15.55 **Tajemnice Brokenwood 12** (4) – krym., Nowa Zelandia
17.50 **Z pamiętnika położnej 10** (3) – serial obyczajowy, Wielka Brytania 2021

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

7.40 **Ptyś i Bill** (31) – anim.
7.50 **Czarodziejskie miasteczko Pinokia**
8.10 **Piotruś Królik 2**
8.35 **Wegezaury 2** (30)
8.40 **Świnka Peppa 6**
9.00 **Tru i Tęczowe Królestwo** (4) – anim.
9.30 **Ziarno** – pr. dla dzieci
10.00 **Go-tu-jemy** (19, 20)
10.20 **Olimpiada Bolka i Lolka** (5, 6) – anim.
10.45 **Rodzina Treflików 5** (62, 63) – serial anim.
11.10 **Odo** (88-90) – anim.
11.35 **Stacyjkowo** (39, 40)
11.55 **Pszczółka Maja** (30)
12.25 **Studio Stodoła** (10)
13.00 **Zwierzaki Czytaki** (178) – program eduk.
13.20 **Tru i Tęczowe Królestwo** (30)

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

6.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
7.15 **Kadr na Kino** – mag.
7.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.45 **Kawa na ławę**
11.55 **Loża prasowa** – publ.
12.50 **Dokument w TVN 24**
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
15.45 **Kadr na Kino** – mag.
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
18.35 **Ranking Mazura** – program inform.
19.10 **Serwis informacyjny**
19.25 **Fakty po Faktach** – program inform.
20.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

SCIENCE FICTION

20.00 **Terminator 3: Bunt maszyn** – USA/Niemcy/Wielka Brytania 2003, 130 min
FILM
Cybernetyczna morderczyni przybywa z przyszłości, by zlikwidować przywódcę ruchu oporu w walce z maszynami. Sojusznikiem ludzi zostaje robot T-800.
22.10 **Punisher: Strefa wojny** – film s.f., USA/Kanada/Niemcy 2008, 135 min
FILM
0.25 **Komisarz Mama** (7) – serial krym., Polska
1.30 **Wydarzenia**
2.10 **Interwencja** – mag.

THRILLER

21.05 **Zmowa milczenia** – Francja 2003, 105 min
FILM
Lekarz jezuita Joachim ma pomóc w wyjaśnieniu przyczyn tajemniczej choroby młodej zakonnicy. Podejrzewa, że jej problemy mają podłoże psychologiczne.
22.50 **Dzika noc** – kom. sens., USA/Kanada 2022, 135 min
FILM
1.05 **Backdoor. Wyjście awaryjne** (10) – kom.
1.35 **Świat według Kiepskich** (449-452)
3.50 **Nasz nowy dom** (285, 286)

KRYMINALNY

20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (69, 70) – USA 2004
Trwa śledztwo w sprawie morderstwa w barze. Horatio Caine otrzymuje informacje o Raymondzie. Odznakę Delko ktoś wykorzystał do popełnienia zbrodni.
21.55 **Kości** (127, 128)
23.50 **Killerman** – dramat kryminalny, USA 2019, 140 min
FILM
2.10 **Krejzi patrol** (47)
2.40 **Kochane pieniądze** (25-27) – paradok., Pol.
5.45 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

KRYMINALNY

18.55 **Detektyw z Chelsea** (7) – Wlk. Bryt./USA
Ginie Oliver Cowie, człowiek oddany rodzinie i szanowany pedagog. Niebawem w elitarnej prywatnej szkole w Chelsea na jaw wychodzą sekrety związane ze sprawą.
19.55 **Śmierć pod palmami 3** (6) – krym.
21.00 **Tajemnice Brokenwood 12** (5)
22.55 **Annika** (5) – krym.
0.00 **Blackshore** (3, 4)
2.15 **Tajemnice Brokenwood 12** (5)
4.05 **Ojciec Brown 9** (1)
4.55 **Duchy 2** (5, 6) – kom.

ANIMOWANY

13.45 **Świnka Peppa 8** (10-12) – Wielka Brytania 2019
Sympatyczna Peppa razem ze swoimi przyjaciółmi bawi się i poznaje świat. Zawsze może liczyć na wsparcie bliskich.
14.10 **Pająk Lucas 2** (59, 60)
14.30 **Olf i Luna** (59, 60)
14.55 **Oktonauci 2** (59, 60)
15.20 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (30) – mag.
15.40 **Bella i Sebastian**
16.10 **Pat i świat 2** (88, 89)
16.35 **Dino Ranczo** (57, 58)
17.05 **Pszczółka Maja**
17.30 **Robin Hood**
18.00 **Mała Marinette**

MAGAZYN

20.30 **Kawa na ławę**
Co tydzień gospodarz audycji zaprasza do studia parlamentarzystów i komentuje wydarzenia polityczne.
21.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.00 **Fakty po Faktach**
0.40 **Kawa na ławę**
1.55 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
2.25 **Szkło kontaktowe**
3.25 **Nic do zgłoszenia** (4)
4.15 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
4.40 **Kawa na ławę**

POLSAT PLAY HD

6.00 **Dorwać tuńczyka** (2-4)
9.05 **Kołowrotek** (237) – mag.
9.35 **Taaaka ryba** (121) – mag.
10.05 **Jedziemy na ryby!** (3, 4)
12.10 **Chłopaki do wzięcia**
13.05 **Zawód glina** (4) – dok.
14.05 **Budowlańcy** (61, 62)
15.05 **Złomiarze** (56) – dok., Pol.
16.00 **Polacy za granicą**
18.05 **Górale** (177-181, 239)
21.05 **Chłopaki do wzięcia** (475, 476) – serial dokum.
22.00 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (236) – dok.
22.30 **Łowca pedofilów** (239)
2.00 **Tajna historia XX wieku** (111-114) – serial dokum.
3.50 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

10.00 **Co nas truje** (1, 2) – rozr.
11.30 **Wiem, co jem i wiem, co kupuję** (5) – mag.
12.15 **Wiem, co jem 4** (13)
12.45 **24/24** (4) – maraton kulin.
13.45 **Kuchenne rewolucje**
15.55 **Kuchnia jak u mamy**
17.05 **Symon gotuje w ogrodzie** (11, 12) – mag.
18.15 **MasterChef** (12) – pr. rozr.
19.40 **Dziwaczne potrawy** (3)
20.40 **Pojedynek na grille** (4)
21.45 **Miasto smaków Guya Fieriego** (5) – reality show
22.50 **Najlepszy smak w mieście** (4) – serial dok.
23.50 **Perfekcyjni gospodarze 9** (36, 37)

POLSAT RODZINA HD

11.25 **Tajemnice zamków** (4)
12.30 **Co ludzie powiedzą?** (1-3) – serial kom., Wlk. Bryt.
14.30 **Niezwykłe pociągi** (1, 2)
16.30 **Świat z góry 6** (7, 8)
17.50 **Sąsiedzi** (36) – serial anim.
18.05 **Pingwiny z Madagaskaru** (17, 18)
19.00 **Ania z Zielonego**
FILM **Wzgórza – ciąg dalszy** (2) – film obyczajowy, Kanada/USA 1987, 150 min
21.30 **Miodowe lata** (24) – kom.
22.00 **Twoja Twarz Brzmi Znajomo** (179) – pr. rozr.
0.00 **Tajemnice zamków** (4)
1.00 **Sekrety II wojny światowej** (1) – serial dok.

BBC LIFESTYLE HD

9.40 **Psijaciele w potrzebie**
10.50 **Wymarzone domy 2** (3-5)
13.55 **Wielkie amerykańskie wypieki 7** (3, 4) – pr. rozr.
16.15 **Majorka: śródziemnomorskie smaki** (4-8) – serial dokum.
18.50 **Królewska St James's Street** (1) – dok., Wlk. Bryt.
19.50 **Mistrzowie szycia 11**
22.00 **House of Kardashian** (1, 2) – serial dok., Wlk. Bryt.
0.10 **Ekskluzywne hotele** (4)
1.05 **Tajemnice słynnych hoteli** (1, 2) – serial dokum.
2.50 **Wielkie amerykańskie wypieki 7** (3) – pr. rozrywk.
3.50 **Mistrzowie szycia 11**

NICK JR. HD

16.35 **Psi Patrol 5** (12) – anim.
17.05 **Rubble i jego ekipa 4** (4)
17.35 **Pan Krokodyl** (5) – anim.
17.55 **Barbapapa – szczęśliwa rodzinka** (11) – serial anim.
18.10 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (19) – anim., Fr.
18.40 **Dora 4** (3) – serial anim.
19.00 **Santiago z mórz** (15)
19.30 **Przygody Misia Paddingtona 2** (19)
19.55 **Przygody Misia Paddingtona** (13) – anim.
20.07 **Świnka Peppa 4** (5-8)
20.31 **Świnka Peppa** (14)
20.36 **Świnka Peppa 5** (7, 8, 10)
20.55 **Barbapapa i jego rodzinka** (8-10) – anim., Fr.

POLSAT NEWS HD

15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.30 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
17.30 **Z drugiej strony** – publ.
18.35 **Debata polityczna** – publ.
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – publ.
19.40 **Śniadanie Rymanowskiego w Polsat News i Interii**
20.45 **Pogoda**
21.00 **Polsat News ujawnia: Kodeks nieletnich**
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Czysta Polska** – pr. inf.

TVP KOBIETA DVB T2

14.00 **Rodzinka.pl** (158, 159)
15.00 **Podróże Małej i Dużej 7**
15.30 **Ojciec Mateusz 3** (43, 44) – serial kryminalny, Polska
17.25 **Historia polskiego sportu** (2) – serial dokum.
18.30 **Daję słowo – Maciej Orłoś** (9) – talk-show
19.30 **Miłość i nadzieja** (316)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (297) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **Karol, władca Hiszpanii** (1, 2) – kostium., Hiszp. 2015
23.25 **Człowiek mafii** – film sens., USA 2015, 95 min
FILM
1.00 **Maxima. Droga na tron** (5) – serial biograficzny, Hol.
1.55 **Ranczo 9** (105) – obycz.

E! ENTERTAINMENT HD

10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów 15** (7, 8)
14.20 **Bogate dzieciaki z Beverly Hills** (5, 6) – dok.
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów 15**
20.30 **Bogate dzieciaki z Beverly Hills** (7, 8) – dok.
22.30 **Plastyczna fuszerka**
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów 15** (7, 8)
3.00 **Plastyczna fuszerka**

TV TRWAM DVB T

17.55 **Poczet wielkich Polaków** – pr. hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone** – pr. publ.
19.30 **Baśniowy teatr lalek**
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Od Lutra do Marxa – Historia Kościoła** (4)
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Retrospekcja** – pr. publ.
21.45 **Stan bezpieczeństwa państwa** – pr. publicyst.
22.00 **Mocni Jego mocą**
22.30 **Muzyczne chwile** – kult.

BBC BRIT HD

13.15 **Kolekcja aut Goldberga**
13.45 **Top Gear Festival Sydney** – magazyn motor.
14.50 **Top Gear 6** (1) – mag.
15.50 **Cuda inżynierii kolejowej** (6) – serial dok.
16.50 **Wynalazki, które zmieniły świat** (4) – dok.
17.55 **Legendarne samoloty gaśnicze: ostatni lot** (1)
18.55 **Kolekcja aut Goldberga**
20.00 **Niewyjaśnione tajemnice: Zapadliska**
21.00 **Cuda inżynierii kolejowej** (6) – serial dok.
22.00 **Alfabet Top Gear** (1)
23.15 **Top Gun: Guy Martin**
0.35 **Kolekcja aut Goldberga**

MINI MINI+ HD

14.00 **Bing** (42, 43) – serial anim.
14.20 **Strażak Sam 16** (15, 16)
14.45 **Looloo Kids** (34) – anim.
15.01 **Gazu, pieski, gazu! 2** (3)
15.28 **Kicia Kocia 2** (1, 2) – anim.
15.45 **Jeżyk Happy** (22, 23)
16.02 **Marta mówi** (17) – anim.
16.30 **Zouk** (15, 16) – serial anim.
16.56 **Ciekawski George 6**
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.55 **Barbie: Przygody księżniczek** – film anim., USA 2020, 76 min
FILM
19.11 **Baczne oczka** (9-11)
19.40 **Smerfy** (16) – serial anim.
20.08 **Cloudy & Stormy** (5-8)
20.35 **Dolina Muminków** (3)
21.01 **Wierszyki domowe** (15)

TVP 3 DVB T2

11.55 **Całkiem niezła historia**
12.20 **Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie**
12.55 **Piosenka dla Ciebie**
14.00 **Rączka gotuje** – mag.
14.30 **Program lokalny**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Program lokalny**
19.25 LIVE SPORT **Piłka nożna:** Betclic 2. Liga: Chojniczanka Chojnice – GKS Tychy
21.30 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.30 **Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie** – publ.
23.00 **Kościół z bliska** – mag.
23.30 **Całkiem niezła historia**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 641f6b47df

Warto zobaczyć

12.05 CINEMAX
Zakochany Szekspir
KOMEDIA ROMANTYCZNA Rok 1593. Młody dramatopisarz zakochuje się w niepokornej arystokratce, która podziela jego teatralną pasję. *Reż.: John Madden, A: Joseph Fiennes, Gwyneth Paltrow, Geoffrey Rush USA/Wlk. Bryt. 1998* **130 min ► do godz. 14.15**

14.25 POLSAT FILM
Uwierz w Mikołaja
KOMEDIA Z powodu śnieżycy Agnieszka zostaje uwięziona w górskiej chacie. Pomaga jej nieznajomy w stroju Świętego Mikołaja. *Reż.: Anna Wieczur, A: Teresa Lipowska, Dorota Kolak, Marta Lipińska Polska 2022* **130 min ► do godz. 16.35**

14.50 TVP KULTURA
Cham
OBYCZAJOWY Pokojówka Franka wychodzi za za rybaka. Ucieka od niego, a po latach powraca z nieślubnym dzieckiem. Wdaje się w kolejny romans. *Reż.: Laco Adamik, A: Monika Niemczyk, Piotr Szczepanik Polska 1979* **95 min ► do godz. 16.25**

16.10 ALE KINO+
Trzej muszkieterowie
PRZYGODOWY D'Artagnan przybywa do Paryża, by zostać gwardzistą. Wraz z towarzyszami przeciwstawia się intrygom kardynała Richelieu. *Reż.: Richard Lester, A: Richard Chamberlain, Oliver Reed, Frank Finlay USA/Wlk. Bryt. 1973* **125 min ► do godz. 18.15**

16.30 FILMBOX+ HITS
Droga pod wiatr
KRYMINALNY Żona Paula rok temu zniknęła bez śladu. Mężczyzna próbuje uporać się z sytuacją. Śledztwo w tej sprawie zostaje wznowione. *Reż.: Jalil Lespert, A: Benoît Magimel, Antoine Duléry, Isabelle Carré Francja/Belgia 2011* **105 min ► do godz. 18.15**

17.00 TVN FABUŁA
Wzgórza marzeń
MUSICAL Imigrant z Dominikany zbiera pieniądze na podróż do rodzinnego kraju. Brakuje mu odwagi, gdyż bardzo zżył się z lokalną społecznością. *Reż.: Jon M. Chu, A: Anthony Ramos, Melissa Barrera, Leslie Grace USA 2021* **180 min ► do godz. 20.00**

20.00 TV PULS
Nieuchwytni
SENSACYJNY Zadłużony u mafii Cam dołącza do grupy fanów parkouru. Nowi znajomi proponują mu udział w akcji, dzięki której się wzbogaci. *Reż.: Daniel Benmayor, A: Taylor Lautner, Marie Avgeropoulos, Rafi Gavron USA 2015* **120 min ► do godz. 22.00**

23.00 TV 4
Bez litości: Anioł śmierci
SENSACYJNY Agent Kane ściga wraz z zespołem terrorystę Ducha. Usiłuje też zapobiec transakcji z Hezbollahem. *Reż.: Wayne Rose, A: Steven Seagal, Sarah Lind, Amir Arison Kanada/USA 2012* **115 min ► do godz. 0.55**

→ filmowe hity

Po wyczerpującym szkoleniu młody buntownik zyskuje okazję, żeby sprawdzić się w akcji.

20.00 POLSAT

Kingsman: Tajne służby

KOMEDIA SENSACYJNA Agent i jego uczeń próbują pokrzyżować zbrodnicze plany szaleńca.

HIT DNIA Harry Hart, członek elitarnej siatki szpiegowskiej, zostaje mentorem pochodzącego z nizin społecznych Gary'ego „Eggsy'ego" Unwina. Szkoli niepokornego chłopaka na dżentelmena, a następnie wprowadza do grona rekrutów organizacji. Niebawem on i pozostali adepci mają szansę, by sprawdzić swoje nowe umiejętności. Próbują rozwiązać zagadkę zniknięcia grupy naukowców, polityków oraz celebrytów. Ślad wiedzie do nieobliczalnego milionera, Richmonda Valentine'a. Owładnięty wizją ekologicznej katastrofy bogacz doszedł do wniosku, że Ziemia jest przeludniona. Nie cofnie się przed niczym, aby wypełnić misję. Hart i Eggsy muszą go powstrzymać. Czeka ich niezwykle trudne zadanie. **HD 170 min ► do godz. 22.50**

Wielka Brytania 2014 **Reż.:** Matthew Vaughn **Wyst.:** Colin Firth, Taron Egerton, Samuel L. Jackson, Michael Caine

20.00 TVN 7
Rafa
THRILLER Czworo młodych ludzi wyrusza w rejs. Ich jacht uderza o skałę. Luke przekonuje Matta (Gyton Grantley) i pozostałych, aby wpław pokonali odległość do wyspy. W pewnym momencie atakuje ich rekin.
Reż.: Andrew Traucki Wyst.: Zoe Naylor
Australia 2010 **HD 110 min ► do godz. 21.50**

20.00 STOPKLATKA
Amerykański ninja 2
SENSACYJNY Z bazy marynarki wojennej w tajemniczych okolicznościach znikają żołnierze. Oficerowie Armstrong (Michael Dudikoff) i Jackson rozpoczynają prywatne śledztwo w tej sprawie.
Reż.: Sam Firstenberg Wyst.: Steve James
USA 1987 **HD 115 min ► do godz. 21.55**

20.10 ALE KINO+
Zniewolony. 12 Years a Slave
BIOGRAFICZNY XIX wiek. Wykształcony nowojorczyk Solomon Northup (Chiwetel Ejiofor) zostaje sprzedany handlarzom niewolników. Spędza kolejne lata, ciężko pracując na plantacjach.
Reż.: Steve McQueen Wyst.: Lupita Nyong'o
USA/W. Bryt. 2013 **HD 155 min ► do godz. 22.45**

22.25 TVP KULTURA
Sundown
KRYMINALNY Bogaty Londyńczyk Neil (Tim Roth) gubi paszport w trakcie wakacji w Meksyku. Nie może wrócić do Anglii. Postanawia wykorzystać ten fakt, żeby odmienić swoje życie. Niebawem dochodzi do tragedii.
Reż.: Michel Franco Wyst.: Charlotte Gainsbourg
Fr. 2021 **HD 95 min ► do godz. 0.00**

22.30 TVP KOBIETA
Śmietanka towarzyska
KOMEDIA Lata 30. XX w. Wrażliwy Bobby (Jesse Eisenberg) podejmuje pracę u wujka, agenta gwiazd. Zakochuje się w jego sekretarce Vonnie (Kristen Stewart), która skrywa pewną tajemnicę.
Reż.: Woody Allen Wyst.: Steve Carell
USA 2016 **100 min ► do godz. 0.10**

22.50 POLSAT
Siedmiu wspaniałych
WESTERN Bandyci terroryzują Rose Creek. Wdowa prosi oficera Chisolma (Denzel Washington) o pomoc. Jego grupa, do której należy m.in. Josh (Chris Pratt), pojawia się w miasteczku.
Reż.: Antoine Fuqua Wyst.: Ethan Hawke
USA 2016 **HD 170 min ► do godz. 1.40**

Oznaczenia: P! Premiera w TV HD Program także w standardzie HD

egnasz.pl:641[5]147.pdf

→ filmow

Prezenterka poznaje drugie oblicze ukochanego, który dotąd był całym jej światem.

21.30 TVP 1 Kochając Pabla, nienawidząc Escobara

BIOGRAFICZNY Opowieść o związku szefa kartelu i gwiazdy telewizji.

HIT DNIA Znany z brutalnych metod Pablo Escobar dzięki przemytowi kokainy do USA i innych krajów stał się jednym z najbogatszych ludzi na świecie. Chociaż ma żonę, wiąże się z Virginią Vallejo, modelką i dziennikarką. Czarująca Kolumbijka, żyjąc u jego boku, z czasem coraz wyraźniej dostrzega mroczne oblicze wybranka. Romans uzależnia ich od siebie. W końcu relacja między kochankami staje się bardzo napięta. Kobieta musi uciekać. HD 135 min ▶ do godz. 23.45

Hiszpania/Bułgaria 2017 **Reż.:** Fernando León de Aranoa **Wyst.:** Javier Bardem, Penélope Cruz, Peter Sarsgaard

8.00 EUROSPORT 1 Turniej Shanghai Masters

SNOOKER LIVE Ubiegłoroczną edycję zawodów w najlepszym humorze zakończył Kyren Wilson. Anglik pokonał w finale swojego rodaka, Aliego Cartera 11:9. W obronie tytułu spróbują mu przeszkodzić np. John Higgins, Judd Trump i Shaun Murphy. HD 210 min ▶ do godz. 11.30

17.00 POLSAT SPORT 1 Turniej ATP w Waszyngtonie

TENIS LIVE Po niezbyt udanym występie na Wimbledonie Kamil Majchrzak spadł w rankingu ATP z 45. na 66. miejsce. W Waszyngtonie zawalczy o poprawę swojej pozycji na światowych listach. HD 120 min ▶ do godz. 19.00

→ rozrywka

20.05 TVP 2 Omnibus – szybcy i mądrzy

TELETURNIEJ Poprawne odpowiedzi przynoszą uczestnikom dodatkowe cenne sekundy, błędne zaś je odbierają. W prowadzonej przez Krzysztofa Czeczota grze biorą udział trzy znane osoby, które sprawdzają wiedzę, pamięć i refleks. HD 30 min ▶ do godz. 20.35

21.05 TTV HD Zakup w ciemno extra

REALITY SHOW Doświadczeni handlarze walczą ze sobą o wartościowe palety. Mogą zarówno nabyć ubrania czy elektronikę, jak i srogo się zawieść. Po wygranej licytacji policzą, ile zarobili lub stracili. HD 40 min ▶ do godz. 21.45

20.50 TVN Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 2

FANTASY Bella (Kristen Stewart) i Edward (Robert Pattinson) obserwują rozwój niezwykłej córeczki. Rodzinna sielanka nie trwa długo. Dziecku zagraża klan Volturich.

Reż.: Bill Condon Wyst.: Taylor Lautner USA 2012 HD 145 min ▶ do godz. 23.15

22.00 TV PULS Brick Mansions. Najlepszy z najlepszych

SENSACYJNY Agent Damien (Paul Walker) ma dobę, aby odnaleźć skradziony pocisk z głowicą nuklearną. Zyskuje sojusznika, mistrza walk ulicznych Lina (David Belle).

Reż.: Camille Delamarre Wyst.: Catalina Denis Fr./Kan. 2014 HD 110 min ▶ do godz. 23.50

18.55 TVP SPORT Miedź Legnica – Podbeskidzie

PIŁKA NOŻNA LIVE W poprzednim sezonie drużynie z Legnicy znów nie udało się awansować do Ekstraklasy. Kolejną kampanię na pierwszoligowych boiskach Miedź rozpocznie od konfrontacji z beniaminkem. HD 125 min ▶ do godz. 21.00

21.50 TVN 7 Bez kompleksów

LIFESTYLE Małgorzata Rozenek-Majdan poznaje Ewelinę, która z powodu zębów i problemów z dziąsłami wstydzi się uśmiechać. Stara się też ukrywać swój nos. Dzięki przemianie zyska siłę oraz pozbędzie się kompleksów. HD 60 min ▶ do godz. 22.50

22.50 TVN 7 Skazani na Shawshank

SENSACYJNY Andy (Tim Robbins), niesłusznie skazany na dożywocie za zabójstwo, trafia do więzienia. Uczy się od Reda (Morgan Freeman), weterana zakładu, jak przetrwać za kratami.

Reż.: Frank Darabont Wyst.: Bob Gunton USA 1994 HD 175 min ▶ do godz. 1.45

23.00 TVP 2 Skazany na bluesa

BIOGRAFICZNY Lata 70. XX wieku. Rysiek Riedel (Tomasz Kot) razem z przyjacielem dzieli muzyczną pasję. Z czasem jako charyzmatyczny wokalista zespołu Dżem zdobywa sławę. Uzależnienie od narkotyków rujnuje mu życie.

Reż.: Jan Kidawa-Błoński Wyst.: Maciej Balcar Polska 2005 HD 105 min ▶ do godz. 0.45

18.55 C+ SPORT 3 Zagłębie Lubin – Piast Gliwice

PIŁKA NOŻNA LIVE Mecz kończący pierwszą kolejkę Ekstraklasy. W ubiegłym sezonie Piast nie potrafił pokonać Miedziowych. U siebie przegrał 1:3, a na wyjeździe zremisował 2:2. Czy teraz znajdzie na nich sposób? HD 125 min ▶ do godz. 21.00

→ dokument

21.00 C+ DOKUMENT Ocean, nasz dom

REPORTAŻ Schwörerowie blisko ćwierć wieku temu wyruszyli w rejs, który odtąd stał się ich sposobem na życie. Mieszkając na statku, prowadzili badania naukowe i doczekali się sześciorga dzieci. HD 100 min ▶ do godz. 22.40

eprasa.pl 641f6b47df

TVP 1 HD DVB-T2

5.00 **Splątane losy** (8) – serial obyczajowy, Turcja 2024
5.50 **Akacjowa 38** (903) – 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.
8.05 **Pogoda Info**
8.15 **Na kłopoty... Bednarski** (7-ost.) – serial kryminalny, Polska 1986
9.20 **Ranczo 8** (92) – obycz., Pol. 2014
10.10 **Komisarz Alex 22** (277) – serial kryminalny, Polska 2024
11.05 **Ojciec Mateusz 17** (214) – serial kryminalny, Polska 2017
12.00 **Serwis Info** – program inform.
12.10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
12.30 **Agropogoda** – program inform.
12.40 **Rok w ogrodzie extra** – mag.
12.55 **BBC w Jedynce: Planeta Ziemia 3** (6) – dok., Wlk. Bryt.
14.00 **Splątane losy** (9) – serial obyczajowy, Turcja 2024
15.00 **Serwis Info** – program inform.
15.10 **Pogoda Info**
15.25 **Gra słów. Krzyżówka** (1075) – teleturniej
16.00 **Dziedzictwo** (991) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
18.05 **Reporterzy** – mag. reporterów
18.25 **Akacjowa 38** (920) – telenowela, Hiszpania 2018
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
20.10 **Sport, pogoda**
20.30 **07 zgłoś się** (4) – serial kryminalny, Polska 1976

TVP 2 HD DVB-T2

5.00 **Rodzinka.pl** – serial komediowy, Polska 2025
5.30 **M jak miłość** (1802) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 **Rodzina (nie od) święta** – magazyn religijny
6.55 **Barwy szczęścia** (3362) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.20 **Tour de Pologne – kroniki** – cykl felietonów
11.25 **Okrasa łamie przepisy** – magazyn kulinarny
12.00 **Wyższa Szkoła Jazdy** (8) – magazyn motoryzacyjny
12.35 **Koło fortuny** (1908) – teleturniej
13.15 **Panna młoda** (154) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 **Va banque** (1023) – teleturniej
14.35 **Na sygnale** (884): Przesyłka – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (441) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
16.00 **Koło fortuny** (1909) – teleturniej
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (155) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Melih coraz bardziej angażuje się w pomoc Hancer i zaniedbuje Sinem. Mukadder wyznaje Cihanowi, że dziecko Beyzy nie jest jego synem. Zszokowany mężczyzna rusza do Nusreta, by zabrać kobietę i niemowlę.
18.15 **Va banque** (1024) – teleturniej
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej

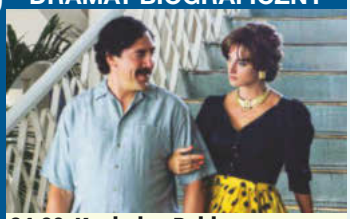
POLSAT HD DVB-T2

4.40 **Disco Gramy**
5.25 **Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
8.30 **Malanowski i partnerzy** (357, 358): Bolesna miłość; Słodka kotka – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
9.30 **Trudne sprawy** (1279, 1280) – serial paradokumentalny, Polska 2024
Skąpstwo Floriana staje się przyczyną jego konfliktu z żoną. Skory do pomocy sąsiad coraz bardziej podoba się kobiecie.
11.35 **Gliniarze** (896, 897) – serial paradokumentalny, Polska 2024
13.40 **Dlaczego ja?** (1526, 1527) – serial paradokumentalny, Polska 2026
Ewa orientuje się, że ktoś próbował się do niej włamać. Podejrzewa byłego partnera, ale okazuje się on niewinny. Kolejny trop wiedzie do ślusarza. Wkrótce zaatakowana zostaje sąsiadka kobiety.
15.50 **Wydarzenia, pogoda**
16.25 **Interwencja** – magazyn reporterów
16.40 **Gliniarze** (1093, 1094) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Policjanci wyjaśniają sprawę kradzieży miliona złotych. Poszkodowana kobieta kieruje podejrzenia na byłego męża. Pojawiają się nieścisłości w zeznaniach.
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – program publicystyczny
19.35 **Sport, pogoda**

TVN HD DVB-T2

5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1711) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 **Kuchenne rewolucje** (9): Białystok – Zielony Nosorożec – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Doradca smaku** (40) – magazyn kulinarny
11.25 **Kuchenne rewolucje** (7) – program rozrywkowy
12.35 **Ukryta prawda** (1499, 1500, 1736) – serial paradok., Polska
15.45 **Detektywi** (120) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
Była prostytutka prosi detektywów o pomoc w identyfikacji osoby, która ją nęka. Niebawem znika nastoletnia córka kobiety i nadchodzi żądanie okupu.
16.50 **Szpital św. Anny** (76) – serial obyczajowy, Polska 2025
Robson wbrew zaleceniom ćwiczy na siłowni. Dochodzi u niego do zatrzymania krążenia. Kaja wraz z przyjaciółkami relaksuje się w domku pod Krakowem.
17.55 **Młode gliny** (32) – serial kryminalny, Polska 2026
Piętnastoletnia Liliana zostaje zabita. Podczas przeszukiwania terenu policjanci natrafiają na szczątki zaginionej rok temu Ewy. Podejrzewają, że w okolicy grasuje seryjny morderca.
19.00 **Fakty, sport i pogoda**
19.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów
20.15 **Na Wspólnej** (4252) – serial obyczajowy, Polska 2026

DRAMAT BIOGRAFICZNY



21.30 Kochając Pabla, nienawidząc Escobara – Hiszpania/Bułgaria 2017, 135 min
FILM

Pablo Escobar jest potężnym baronem narkotykowym. Metody jego działań są bezwzględne. Dzięki przemytowi kokainy do Stanów Zjednoczonych i innych krajów stał się jednym z najbogatszych ludzi na świecie. Gangster nawiązuje romans z Virginią Vallejo, modelką i gwiazdą telewizji. Kobieta odmienia go, ale z czasem także ona poznaje jego mroczne oblicze. Musi uciekać.

23.45 **Świat bez fikcji: Sztuka walki Zbigniewa Herberta** – film dokumentalny, Polska 2023
0.50 **Plac Zbawiciela** – dramat obyczajowy, Polska 2006, reż. Krzysztof Krauze, wyk. Jowita Budnik, Ewa Wencel, Arkadiusz Janiczek, Natan Gudejko, 120 min
FILM
2.50 **Samotny rewolwerowiec** – western, USA 1964, reż. Sidney Salkow, wyk. Audie Murphy, Merry Anders, James Best, Walter Sande, Rex Holman, 90 min
FILM
4.20 **Wykrywacz kłamstw** – publ.
4.40 **Reporterzy** – mag. reporterów
4.50 **Zakończenie**

OBYCZAJOWY

19.25 Barwy szczęścia (3362) – Polska 2026

Po kłótni Weronika godzi się z Błażejem, ale w Feel Good Renata ją atakuje. Wkrótce Marcin przyłapuje partnerkę na odbiorze paczki z narkotykami. Imieninowe spotkanie u Basi psuje konflikt między Tolkiem a Czesławem.

20.05 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (27) – teleturniej
20.35 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (27) – teleturniej
20.55 **Postaw na milion** – teleturniej
21.50 **Na sygnale** (879, 880) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
23.00 **Skazany na bluesa** – dramat biograficzny, Polska 2005, reż. Jan Kidawa-Błoński, wyk. Tomasz Kot, Jolanta Fraszyńska, Maciej Balcar, Adam Baumann, 105 min
FILM
0.45 **Karol, władca Hiszpanii** (12) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015
1.45 **Nasz dom w górach** (19) – serial obyczajowy, Niemcy 2023
2.40 **Akacjowa 38** – telenowela, Hiszpania 2015-2021
4.25 **Zakończenie**

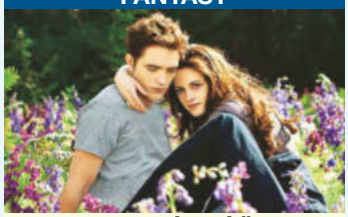
KOMEDIA SENSACYJNA

20.00 Megahit: Kingsman: Tajne służby – Wielka Brytania 2014, 170 min
FILM
HIT DNIA

Harry Hart, członek elitarnej siatki szpiegowskiej, zostaje mentorem Eggsy'ego. Szkoli go na dżentelmena i wprowadza do grona rekrutów organizacji. Gdy wychodzi na jaw, że nieobliczalny milioner planuje ludobójstwo, obaj wkraczają do akcji.

22.50 **Siedmiu wspaniałych** – western, USA/Australia 2016, reż. Antoine Fuqua, wyk. Denzel Washington, Chris Pratt, Ethan Hawke, Vincent D'Onofrio, 170 min
FILM
XIX wiek. Bandyci terroryzują Rose Creek. Oficer Chisolm wraz z Joshem oraz innymi najemnikami stają w obronie mieszkańców miasteczka.
1.40 **Misjonarz** – film sensacyjny, USA 2007, reż. Dolph Lundgren, wyk. Dolph Lundgren, Kateri Walker, Chelsea Ricketts, Matthew Tompkins, 115 min
FILM
3.35 **Ewa gotuje** (562) – magazyn kulinarny
4.15 **Kabaretowa Ekstraklasa** (65)

FANTASY



20.50 Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 2 – USA 2012, 145 min
FILM

Przemieniona w wampirzycę Bella doskonali swoje umiejętności. Wraz z Edwardem obserwuje rozwój swojej niezwykłej córki. Wkrótce rodzina staje w obliczu wielkiego zagrożenia. Finał młodzieżowej sagi na podstawie powieści Stephenie Meyer.

23.15 **Transformers: Wiek zagłady** – film s.f., USA/Chiny 2014, reż. Michael Bay, wyk. Mark Wahlberg, Stanley Tucci, Kelsey Grammer, Nicola Peltz, 200 min
FILM
Mechanik Cade kupuje ciężarówkę. Nie wie, że to Optimus Prime – przywódca Autobotów. Niebawem mężczyzna i jego bliscy zostają wciągnięci w wojnę ludzi i transformersów.
2.35 **Co za tydzień** – magazyn kulturalny
3.15 **Uwaga!** – magazyn reporterów
3.35 **Kwatery Hitlera** (1) – serial dokumentalny, Polska 2019
4.35 **Detektywi** (120) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024

eprasa.pl 641f6b47df

TVN 7 HD DVB-T2

5.25 Ten moment (6) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 Szkoła (825-827) – serial paradokumentalny, Polska 2020
8.45 Ukryta prawda (1349, 1467, 1468) – serial paradokumentalny, Polska
11.50 W-11 – Wydział Śledczy (1132-1134) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2014
13.55 Kryminalni 2 (3): Skok – serial kryminalny, Polska 2005
15.00 Szpital (804, 805) – serial paradokumentalny, Polska 2018
17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (517): Zgadnij, kim jestem – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
18.00 SOS Ekipy w akcji (29) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Policja interweniuje w sprawie awantury, podczas której para emerytów wtargnęła do domu byłej synowej, aby zabrać swojego wnuka.
19.00 Ukryta prawda (1540) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Pensjonariuszkę DPS-u odwiedza siostrzenica. Dostrzega w jej pokoju dzieło znanego malarza. Gdy ciotka odmawia sprzedaży obrazu, dziewczyna znika razem z nim.

TV PULS HD DVB-T2

6.00 Policjanci z Miami 3 (17, 18) – serial kryminalny, USA 1987
8.00 Kobra – oddział specjalny (10, 11) – serial sens., Niem. 2017
10.00 Maria z przedmieścia (77, 78) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (125) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
13.00 Wspaniałe stulecie (59)
14.00 Kurierzy 2 (44)
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 11 (560, 561) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy 2 (45) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Dorota przyjmuje zlecenie dostarczenia butli z gazem do domu jednorodzinnego. Ma złe przeczucia. Roman sprawdza, jak wyglądają prace remontowe w mieszkaniu Wiktorii.
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (982, 983) – serial obyczajowy, Polska 2026
Alkoholiczka Mirka od roku stara się nie pić. Dorosła córka wyrzuca ją z domu. Milena w areszcie prosi Betona o wyrozumiałość. Znajomy Moczynosa sprzedaje bieżnię dla psów.
20.00 Nieuchwytni – film sensacyjny, USA 2015, reż. Daniel Benmayor, wyk. Taylor Lautner, Marie Avgeropoulos, 120 min (FILM)

PULS 2 HD DVB-T2

5.50 Ale numer! 21 (9) – pr. rozrywk.
6.20 Cosie-Ktosie (21) – serial anim.
6.30 Kajko i Kokosz 2 (21) – anim.
6.45 SamSam: Kosmiczne przygody (11) – serial anim.
7.00 Blaze i megamaszyny 6 (18)
7.30 Psi Patrol 2 (10) – serial anim.
7.50 Dora (2) – anim., Kan./USA 2024
8.30 Wielkie przygody małego rekina (21)
8.50 Masza i Niedźwiedź (19, 20)
9.20 Straszne historie Maszy (21)
9.25 Świnka Peppa 2 (35-37) – anim.
9.45 Bing (33, 34) – serial animowany
10.00 Jeżyk i Przyjaciele (10, 9)
10.35 Spidey i superkumple 2 (28, 27) – serial anim., USA 2022
11.35 Gus. Mały – wielki rycerz (19, 20) – serial anim., Fr. 2021
12.00 Psi Patrol (7) – anim., Kan./USA
12.35 Marta mówi (28) – serial anim.
13.00 Smerfy (201, 200) – serial anim.
14.00 Monster High (26) – serial anim.
14.35 My Little Pony: Przyjaźń to magia (1) – anim., USA/Kan. 2011
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2 (38, 39) – anim.
16.00 Fineasz i Ferb 2 (22, 23) – anim.
17.00 Smerfy (202, 203) – serial anim.
18.00 Pingwiny z Madagaskaru (3, 4) – serial animowany, USA
19.00 Kacze opowieści (17, 18)
20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (970)

NETFLIX

RAFA

Kulisy sławy Rafaela Nadala. Widzowie krok po kroku śledzą rozwój mistrza, poznają też fizyczne i emocjonalne koszty rywalizacji, w której najtrudniejszym przeciwnikiem jest własne ciało.
▶serial dokum. (4 odc.), USA 2026

MUSAFIR CAFE

Perypetie trzech młodych osób. Chandera (Vikrant Massey) i Sudhę (Vedika Pinto) łączy silna namiętność. Potem mężczyzna układa sobie życie z Preeti. Powracają do niego wspomnienia.
▶serial obycz. (8 odc.), Indie 2026

W APTEKACH I ZIELARNIACH

Reutter CUKIERKI ŻEŃSZENIOWO-IMBIROWE – ZŁAP SIŁĘ I ODPORNOŚĆ!

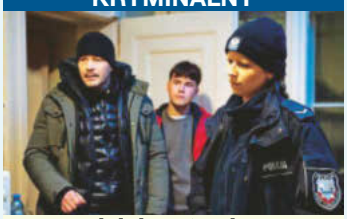
REKLAMA

20.00 Rafa – thriller, Australia 2010, 110 min (FILM)
Czworo młodych ludzi wyrusza w rejs. Ich jacht wywraca się do góry dnem po uderzeniu o podwodną skałę. Luke przekonuje Matta i pozostałych, by wpław pokonali odległość do wyspy. Rozbitków atakuje rekin.
21.50 Bez kompleksów (4) – program rozrywkowy
22.50 Skazani na Shawshank – dramat sensacyjny, USA 1994, reż. Frank Darabont, wyk. Tim Robbins, Morgan Freeman, Bob Gunton, William Sadler, 175 min (FILM)
Andy zostaje niesłusznie skazany za podwójne zabójstwo na dożywocie. Zaprzyjaźnia się z weteranem okrytego złą sławą więzienia. Nie traci nadziei na odzyskanie wolności.
1.45 Berek – komedia, USA 2018, reż. Jeff Tomsic, wyk. Ed Helms, Jake Johnson, Annabelle Wallis, Jon Hamm, 115 min (FILM)
3.40 Żyjąc z potworem 9 (10) – serial dokumentalny, USA 2024
4.40 Fachowcy 2 (6) – serial paradokumentalny, Polska 2018

SENSACYJNY

22.00 Brick Mansions. Najlepszy z najlepszych – Francja/Kanada 2014, 110 min (FILM)
Detroit, przyszłość. Agent Damien Collier ma zaledwie 24 godziny, aby odnaleźć skradziony pocisk z głowicą nuklearną i ocalić świat przed katastrofą. Tropy wiodą go do bezwzględnego handlarza narkotyków Tremaine'a. Wkrótce na terenie rządzonym przez gangi stróż prawa zyskuje sojusznika, mistrza walk ulicznych Lina.
23.50 13. dzielnica – film sensacyjny, Francja 2004, reż. Pierre Morel, wyk. Cyril Raffaelli, Dany Verissimo, Larbi Naceri, David Belle, 95 min (FILM)
Dzielnica Paryża ogrodzona jest murem. Tu rządzi przemoc. Jeden z gangów kradnie broń masowego rażenia. Agent Damien Tomaso ma ją odzyskać.
1.25 Dzielnica strachu 10 (442): Zabawa w znikanie – serial kryminalny, Polska 2025
2.25 Lombard. Życie pod zastaw 18 (978) – serial obyczajowy, Polska 2026
3.35 Zobacz to! – pr. powtórkowe

KRYMINALNY



21.00 Dzielnica strachu 10 (452, 453): Polowanie z nagonką – Polska 2025-2026
Na Gorczaku trwa obława na rzekomego pedofila, Damiana. Jego wizerunek wraz z oskarżeniami trafił do internetu. Mieszkańcy, nie czekając aż sprawę zbada policja, postanawiają dokonać samosądu. Poraniony podejrzany ukrywa się w domu nastoletniej Jagody. Dziewczyna musi zdecydować, czy zaufać obcemu, czy wydać go sąsiadom.
23.00 Wstydliwe choroby 5 (4, 5) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2011
1.00 Dzielnica strachu 10 (448): Newborn – serial kryminalny, Polska 2025-2026
2.00 Lombard. Życie pod zastaw 12 (653) – serial obyczajowy, Polska 2023
3.00 Lombard. Życie pod zastaw 5 (217) – serial obyczajowy, Polska 2019
4.00 Niesamowite! (13, 15) – serial dokumentalny, Polska 2014
5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (517) – serial obyczajowy, Polska 2022

PRZYSIĘGŁY NR 2

Dziennikarz Justin Kemp (Nicholas Hoult) otrzymuje powołanie na ławnika w procesie karnym. Sprawa dotyczy oskarżonego o zabójstwo partnerki Jamesa Michaela Sythe'a. Justin staje w opozycji do reszty przysięgłych. Jego motywacja jest jednak zupełnie inna, niż mogłoby się wydawać.
▶thriller, USA 2024; 114 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

6.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11** (22) – serial kryminalny, USA/Kan.
6.45 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (1) – krym.
7.30 **Ostry dyżur 2** (1, 2) – serial obyczajowy
9.25 **Castle 4** (3, 4) – krym.
11.20 **MacGyver 4** (1, 2) – serial akcji, USA 2020
13.10 **Dowody zbrodni 2** (6, 7) – serial krym.
15.10 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (2, 3) – serial kryminalny
17.05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5** (1, 2) – serial krym.
19.05 **Castle 4** (5, 6) – serial kryminalny, USA 2011

TVP SERIALE

5.45 **Rodzinka.pl** (115) – serial kom., Pol. 2013
6.15 **Na sygnale** (497, 498)
7.25 **Ojciec Mateusz 4** (47) – krym., Pol. 2010
8.20 **Komisarz Alex 3** (36)
9.15 **Rodzinka.pl** (116)
9.50 **Klan** (1463) – telen.
10.25 **Ranczo 9** (114, 115)
12.05 **Komisarz Alex 3** (37)
12.55 **Ojciec Mateusz 31** (397-399) – krym., Pol.
15.40 **Komisarz Alex 3** (38) – serial krym., Polska
16.25 **Na sygnale** (499, 500) – serial fab.-dokum.
17.35 **Ranczo 9** (116, 117) – serial obycz., Polska
19.35 **Ojciec Mateusz 31** (400) – krym., Pol. 2024
20.30 **Ojciec Mateusz 4** (48) – krym., Pol. 2010

TVP KULTURA HD

6.20 **Opole 2014 – recital Edyty Geppert**
6.50 **Tamte lata, tamte dni** – magazyn kult.
7.30 **Rawhide** (15) – przyg.
8.30 **Dzieci i ryby** – kom. obycz., 30 min
9.00 **Wojna domowa** (7, 8) – serial obycz.
10.30 **Niedźwiadek** – film przygodowy, Francja/USA 1988, 105 min
12.15 **Kultura, Giedroyć i inni** – dok., Pol. 2020
13.45 **Kosmos 1999** (15)
14.50 **Cham** – dram. obycz., Pol. 1979, 95 min
16.25 **Wojna domowa** (9, 10) – serial obycz.
18.15 **Dźwięk Nowego Jorku** (9) – serial dok.
18.55 **Rawhide** (16) – przyg.

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 2** (2) – serial dok., Pol. 2018
7.00 **Mother Dear** – film krótkometraż.
7.35 **Cudak** – dramat wojenny, Polska 2021, 115 min
9.30 **Wyraj** – film krótkometraż.
10.00 **Bestia 3** (1, 2) – serial kryminalny, Kan. 2025
12.00 **Vera 9** (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
13.55 **Pęknięte lustro** – film kryminalny, Wlk. Bryt. 1980, 135 min
16.10 **Trzej muszkieterowie** – film przyg., USA/Wlk. Bryt. 1973, 125 min
18.15 **Vera 9** (4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

CANAL+ PREMIUM HD

9.55 **Ida** – dramat obyczajowy, Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min
11.15 **Kopnięci w czasie** – komedia, Francja/Belgia 2025, 100 min
12.55 **Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć** (1, 2) – serial komediowy, Fr.
14.00 **Milli Vanilli** – film dokum., USA 2023
15.45 **Premierowa jazda** – magazyn
16.00 **Niania w Nowym Jorku** – kom. romant., USA 2007, 105 min
17.45 **Łapu capu** – pr. rozr.
17.50 **Battleship: Bitwa o Ziemię** – film s.f., USA/Japonia 2012, reż. Peter Berg, 130 min

HBO HD

9.15 **Kompletnie nieznany** – dramat biograficzny, USA 2024, 135 min
11.30 **Kina i Yuk** – film familijny, Fr./Kanada/Włochy 2023, 80 min
12.50 **Wdowa Clicquot** – dramat obyczajowy, USA 2023, 90 min
14.20 **Kraina Jane Austen** – komedia romant., Wielka Brytania/USA 2013, 95 min
15.55 **Sojusznicy** – komedia sensacyjna, USA 2025, 110 min
17.45 **Noe: Wybrany przez Boga** – dramat przyg., USA 2014, 135 min
20.00 **Ród smoka 3** (6) – serial fantasy, USA

20

KRYMINALNY

21.05 **FBI: International 4** (15) – USA 2024-2025

Zespół jedzie na Gibraltar, by śledzić indonezyjskiego ewangelistę. Agenci próbują przeniknąć do jego ruchu z pomocą wyznawczyni. Celem jest zdobycie dowodów.

22.00 **FBI: Most Wanted 4** (18) – serial kryminalny
23.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5** (1, 2) – serial krym.
0.45 **Castle 4** (5, 6) – krym.
2.45 **FBI: International 4** (15) – serial kryminalny
3.40 **FBI: Most Wanted 4** (18) – serial kryminalny

OBYCZAJOWY

21.30 **Ranczo 10** (118, 119) – Polska 2016

Zmagający się z depresją Kusy jest przerażony na wieść o planowanym przyjeździe Moniki. Postanawia wyjść na spacer, który zamienia się w dłuższą wyprawę.

23.25 **Ojciec Mateusz 31** (401) – krym., Pol. 2024
0.20 **Czarna śmierć** (3) – serial obycz., Polska
1.20 **Londyńczycy** (3, 4) – serial obycz., Polska
3.15 **Stulecie Winnych 2** (18) – obycz., Pol. 2020
4.10 **Klan** (1463) – telen.
4.35 **Pan Mama** (36)

DRAMAT SENSACYJNY

20.00 **Midnight Express** – USA/Wielka Brytania 1978, 125 min

Turcja, 1970 r. Amerykanin Billy Hayes za przemyt haszyszu zostaje skazany na trzydzieści lat. W 1975 r. podejmuje brawurową próbę ucieczki z więzienia.

22.05 **TVP Kultura na Nowych Horyzontach**
22.25 **Sundown** – film krym., Fr./Meksyk/Szwecja 2021, 95 min
0.00 **Przełomy w muzyce – koncert z okazji upadku muru** – dok.

DRAMAT BIOGRAFICZNY

20.10 **Zniewolony. 12 Years a Slave** – USA/Wielka Brytania 2013, 155 min

Rok 1841. Czarnoskóry wykształcony Nowojorczyk Solomon Northup zostaje porwany i sprzedany handlarzom niewolników. Nie traci nadziei na odzyskanie wolności.

22.45 **Angels Fall** – thriller, USA 2007, reż. Ralph Hemecker, 125 min
0.50 **How to Have Sex** – dramat obyczajowy, Wlk. Bryt./Fr./Belgia 2023, 105 min
2.35 **Belfer 3** (7) – krym.

KRYMINALNY

20.00 **Spirala kłamstw** (2) – Francja/Belgia 2025

Chloé ustala, że Hugo łączyła niejednoznaczna relacja z Océane. Morgane żąda od niego wyjaśnień. Ten twierdzi, że w pobliżu dziewczyny kręcił się ktoś podejrzany.

20.55 **Diamenty** – komediodramat, Włochy 2024, 130 min
23.05 **Zdążyć przed śmiercią** – western, USA 2025, reż. Ned Crowley, 105 min
0.50 **Afterburn** – komedia sensacyjna, USA 2025, 105 min

KOMEDIOWY

21.00 **Miniaturowa żona** (6) – USA 2026

Po sukcesie w laboratorium Les odkrywa szokującą tajemnicę domku dla lalek. Ujawniony romans rozpala rodzinny konflikt.

22.00 **Mumia: Film Lee Cronina** – horror, Irlandia/USA 2026, reż. Lee Cronin, 135 min
0.15 **Nasienie świętej figi** – thriller, Fr./Iran 2024, reż. Mohammad Rasoulof, 165 min
3.00 **Schowek 234** – thriller, USA 2024, 90 min

AXN WHITE

8.05 **Szpital nadziei 5** (2)
9.05 **Dom nad rozlewiskiem** (2, 3) – serial obycz., Polska
11.10 **Agenci NCIS 10** (24)
12.10 **Agenci NCIS 11** (1, 2)
14.10 **Szpital nadziei 5** (3)
15.10 **Zimowy zamek** – obycz., Kanada/USA 2021, 115 min
17.05 **Piękna i bestia: Magiczne święta** – komedia romantyczna, USA 2019, 115 min
19.00 **Dr House 3** (21) – obycz.
20.00 **Dowody zbrodni 3** (10, 11) – serial kryminalny
22.00 **Rekrut** (16) – serial krym.
23.00 **Agenci NCIS 10** (24)
23.45 **Agenci NCIS 11** (1, 2)

AXN BLACK

8.45 **Zagadki z przeszłości 2** (16) – przyg., Fr./Niem./Kan.
9.45 **Gwiezdne wrota 5** (17-19) – s.f., Kanada/USA
12.45 **Kobra – oddział specjalny 12** (2) – sens.
13.50 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4** (21) – sens., USA
14.50 **Drużyna A 3** (13) – sens.
15.50 **Nieustraszony 2** (6)
16.55 **Zagadki z przeszłości 2** (17) – przyg., Fr./Niem./Kan.
17.55 **Gwiezdne wrota 5** (20-22) – s.f., Kan./USA 2002
21.00 **Zmierzch** – film fantasy, USA 2008, 145 min
23.25 **Spider-Man Uniwersum** – film anim., 2018, 145 min

WARNER TV

8.45 **Bajer z Bel-Air 6** (5, 6)
9.45 **Prawo Agaty 3** (13)
10.40 **Pełniejsza chata** (9, 10)
11.55 **Teraz albo nigdy! 2** (8, 9)
13.50 **Bajer z Bel-Air 6** (5-8)
15.40 **Pełniejsza chata** (9-12) – serial komediowy, USA
17.55 **Naciągacze** – komedia kryminalna, 2003, 145 min
20.20 **Jackie Chan: Pierwsze uderzenie** – film sensacyjny, USA/Hongkong/Ukraina 1996, 100 min
22.00 **Odwet** – film sensacyjny, USA/Niemcy 2003, 125 min
0.05 **Czarownice z Eastwick** – horror komediowy, USA 1987, 140 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (208-210) – serial paradokum., Polska 2018
9.00 **Cobra Kai** (47-50, 1) – serial przygodowy, USA
12.55 **Kowalscy kontra Kowalscy** (9-12) – obycz.
14.55 **Świat według Kiepskich** (433-436) – kom., Pol. 2014
16.55 **Columbo** (36, 41) – krym.
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (174) – serial kryminalny, USA
21.55 **Malanowski i partnerzy** (644-647) – serial fab.-dok.
23.55 **Ślad** (73-75) – serial krym.
3.00 **Święty** (240, 241) – kom.
4.00 **48h. Zaginieni** (137, 138) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.00 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
6.15 **Kiler** – komedia sens., Polska 1997, 100 min
7.55 **Orzełek Iggy** – film anim., Polska/USA 2025, 85 min
9.20 **Kawałek po kawałku** – film anim., 2024, 95 min
10.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
11.10 **Zgred** – dramat obycz., Polska 2025, 85 min
12.35 **Zmierzch** – film fantasy, USA 2008, 120 min
14.35 **L.A.R.P. Miłość, trolle i inne questy** – komedia, Polska 2025, 95 min
16.10 **The Holiday** – komedia romant., USA 2006, 130 min
18.20 **Morderstwo w ambasadzie** – film kryminalny, Wielka Brytania 2025, 85 min
19.45 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Spalę was wszystkich** – horror, Hiszpania 2021, reż. David Hebrero, 110 min
21.50 **Stara wariatka** – horror, Argentyna/Hiszpania/USA 2025, 95 min
23.25 **Innego końca nie będzie** – film obycz., 2024, 85 min
0.50 **Pani od polskiego** – dramat obyczajowy, Polska 2025, 115 min
2.45 **Quebonafide: Północ/Południe** – musical, Polska 2025, 70 min
3.55 **Franz Kafka** – dramat biograficzny, 2025, 125 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Planeta Singli. Osiem historii** (4) – serial kom.
10.45 **Pisarze. Serial na krótko** (5) – serial komediowy, Pol.
11.00 **Naruto 3** (24-26) – serial anime, Japonia 2003-2004
12.30 **Łapu capu Extra** (4) – program rozrywkowy
13.05 **Na pierwszym planie** (3, 4) – serial dokumentalny
14.20 **Making of CANAL+** – magazyn filmowy
14.30 **Naruto 3** (21-23) – serial anime, Japonia 2003-2004
16.00 **Łapu capu** – program rozrywkowy
16.20 **Wszystkie kolory świata 4** (4, 5) – serial dokumentalny, Fr. 2023
18.15 **13 posterunek 2** (13-15) – serial komediowy, Polska
20.00 **Czarownice Mayfair** (5, 6) – serial fantasy, USA
21.40 **Łapu capu** – program rozrywkowy
22.00 **Maria Antonina** (3, 4) – serial biograficzny, Francja
23.55 **Kruk. Szepty słychać po zmroku** (6) – serial kryminalny, Polska 2018
1.05 **Miłość, seks & pandemia** (1, 2) – serial obyczajowy, Polska 2021
2.35 **Prosta sprawa** (1, 2) – serial kryminalny, Polska
4.45 **Premierowa jazda** – magazyn
5.05 **Złombol** (1) – serial dok.

CANAL+ 360 HD

6.00 **Sędziowie 2** (5) – dok.
6.55 **Lotnisko na Alasce 2** (6)
8.00 **Porzucone konstrukcje** (7) – serial dok., Wlk. Bryt.
9.00 **Okręty wojenne** (5) – dok.
9.55 **Co poszło nie tak 3** (2)
11.00 **Grip – w świecie supersamochodów** (7, 8)
13.10 **Wolne duchy. Starcie z żywiołami** (6) – dok.
14.00 **Chwila prawdy** (1) – dok.
15.00 **Okręty wojenne** (6) – dok.
16.00 **Lotnisko na Alasce 3** (1)
16.55 **Zholowani: ciężarówki w opałach 9** (15) – dok.
17.55 **Porzucone konstrukcje** (8) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.50 **Wykrywacz historii 6** (5) – serial dokumentalny, Wł.
19.55 **Futbolowa gorączka. Bitwa o Premier League** (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
20.45 **Co poszło nie tak 3** (5) – serial dok., Wlk. Bryt. 2022
21.50 **Speedshop: warsztat marzeń** (4) – serial dokum.
23.05 **Lotnisko na Alasce 2** (5) – serial dokumentalny, 2022
0.00 **Zabójcze drogi** (1) – dok.
0.55 **Projekt Fighter** (4)
2.00 **Polska z góry: Stadiony** (2) – serial dok., Polska 2024
2.40 **Przykrywkowcy. Podwójna gra** (1) – dok.
3.45 **Zwierzęta Wajraka 2** (4, 5) – serial dok., Pol. 2021
4.55 **Pogotowie remontowe Wieśka 3** (5, 6) – mag.

HBO 2 HD

12.45 **Święta w blasku reflektorów** – komedia romantyczna, 2024, 85 min
14.10 **Wszystko pół na pół** – komedia, Niemcy 2024, 110 min
16.00 **Kung Fu Panda 4** – anim., Chiny/USA 2024, 90 min
17.30 **Spider-Man** – film przygodowy, 2002, 120 min
19.30 **Kolejna zwyczajna przysługa** – czarna kom., USA 2025, 120 min
21.30 **W stronę słońca** – film s.f., Wielka Brytania/USA 2007, 105 min
23.15 **28 dni później** – horror, 2002, 110 min

HBO 3 HD

12.25 **Harry Potter i kamień filozoficzny** – przyg., USA/Wlk. Bryt. 2001, 145 min
14.50 **Harry Potter i Komnata Tajemnic** – film przyg., USA/Wielka Brytania/Niemcy 2002, 155 min
17.25 **Lisa Frankenstein** – kom. fantasy, USA 2024, 100 min
19.05 **Biały Lotos 2** (1) – kom.
20.05 **Stamtąd** (3) – serial grozy
21.00 **Ród smoka 3** (6) – fantasy
22.05 **Miniaturowa żona** (6)
22.50 **To: Witajcie w Derry** (3)
23.50 **Blue Valentine** – melodramat, USA 2010, 115 min
1.45 **Ród smoka 3** (6) – fantasy

eprasa.pl 641f6b47df

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 Górale (24-26) – dok.
7.25 Doktor Martin (47) – serial obyczajowy
8.30 Przyjaciółki (157, 158) – obycz., Pol.
10.25 Świat według Kiepskich (14, 15, 105, 50, 51) – kom.
12.55 Jak rozpętałem II wojnę światową (3-ost.) – komedia, Polska 1969, 90 min
14.25 Uwierz w Mikołaja – komedia, Polska 2022, 130 min
16.35 Drapacz chmur – film sensacyjny, USA 2018, 130 min
18.45 Piąta fala – film s.f., USA 2016, reż. J Blakeson, wyk. Chloë Grace Moretz, 135 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 Tata ma plan 4 (5, 6) – serial komediowy, USA 2020
7.00 Dwóch i pół 7 (16-19) – serial komediowy, USA 2009-2010
8.55 Przyjaciele 10 (13-17) – kom., USA 2003-2004
11.55 Teoria wielkiego podrywu 10 (5-10) – kom., USA 2016-2017
14.30 Dwóch i pół 7 (20-22) – kom., USA 2009-2010
16.00 Dwóch i pół 8 (1) – serial komediowy, USA 2010
16.30 Przyjaciele (1-6) – serial komediowy, USA 1994-1996
19.30 Duchy (9, 10) – serial fantasy, USA/Wielka Brytania 2021

TVN FABUŁA HD

5.05 Szkoła (799) – serial paradokum.
6.00 Filmowe duety (4)
6.30 Kino Buzz Top 5 (7)
6.45 Zakochani po uszy (115, 116) – telen., Pol.
7.45 Detektywi (129-132) – serial fab.-dokum.
9.50 Prawo Agaty 4 (12) – serial obycz., Polska
10.55 Lekarze (6) – obycz.
11.55 Zapukaj do moich drzwi (18, 19) – telen.
13.55 Prawo Agaty 4 (11) – serial obycz., Polska
14.55 Detektywi – fab.-dok.
16.00 Na Wspólnej (12) – serial obycz., Polska
16.35 Magia kina (2) – kult.
17.00 Wzgórza marzeń – musical, USA 2021, 180 min

13 ULICA

6.05 Fałszerstwo (3) – serial kryminalny, Fr.
6.50 Detektyw z wybrzeża 3 (5, 6) – krym., Wlk. Bryt. 2024
8.50 Morderstwo na wyspie Marie-Galante – film kryminalny, Francja 2021, 120 min
10.50 Mentalista 3 (11-14) – serial kryminalny
14.30 Zagadki Hailey Dean: Zbrodnia w afekcie – film kryminalny, USA 2016, 110 min
16.20 Morderstwo w Rochefort – krym., Francja 2021, 120 min
18.20 Mentalista 3 (15-18) – serial kryminalny

KINO POLSKA

6.00 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 3 (1, 2) – dok.
6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dok.
7.15 Podróże kapitana Klipera (11, 12)
7.40 Bolek i Lolek (7, 8)
8.00 Podróż za jeden uśmiech (6, 7) – serial przygodowy, 1971
9.20 To nie ze mną 2 (7, 8)
10.50 Mała wielka miłość – komedia romant., 2008, 160 min
13.30 Nad Niemnem (1/2, 2-ost.) – film obycz., 1986, 225 min
17.15 Stawka większa niż życie (12) – wojenny
18.45 Czterej pancerni i pies (1) – wojenny

STOPKLATKA DVB-T2

6.00 Kabaretowe hity (8) – program rozrywkowy
6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat – cykl reportaży, Pol.
7.50 Robert Makłowicz (213, 202) – mag. kulin.
9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (6) – serial krym., Australia
10.55 Górski lekarz (10, 11) – serial obycz., Niemcy
12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (7) – serial krym., Australia
14.00 Zajazd. Będzie się działo (6, 7) – obycz.
16.00 Katastrofy w przestworzach (8, 2, 9) – serial dokum.
19.00 Aukcja w ciemno 2 (20, 21) – serial dokum.

THRILLER

21.00 Chłopak z sąsiedztwa – USA 2015, 110 min

Nauczycielka Claire spędza noc z nastolatkiem, który jest jej sąsiadem. Gdy próbuje zakończyć znajomość, chłopak staje się natarczywy.

22.50 Król Skorpion – film przyg., USA/Niemcy/Belgia 2002, 110 min
0.40 Gliniarze (353, 354) – serial paradokum.
2.40 Fala zbrodni (86, 87) – serial sens., Pol. 2007
4.35 Na ratunek 112 (880, 881) – serial paradok., Polska 2024

KOMEDIOWY

20.30 Teoria wielkiego podrywu 10 (11-13)

Amy świętuje swoje urodziny z Sheldonem. Howard i Bernadette cieszą się nowo narodzonym dzieckiem. Tata i Raj naprawiają podłogę w pokoju maleństwa.

22.00 The Office PL 3 (3, 4) – serial kom., Pol. 2023
23.05 Comedy Club 9 (3, 4)
0.05 Miasteczko South Park 4 (2, 3)
1.00 Pracoholicy 5 (4, 5)
2.00 Śmieszniej nie będzie 2 (13, 14)
3.00 Miasteczko South Park 3

PRZYGODOWY

20.00 Ruchomy chaos – USA/Kan./Hongkong 2021, 145 min

Todd należy do kolonizatorów odległej planety. Po epidemii na świecie nie ma już kobiet. Kiedy Todd spotyka ocalałą Violę, nabiera podejrzeń wobec przywódców.

22.25 Wszyscy święci New Jersey – krym., USA 2021, 145 min
0.50 Pan i pani Smith – komedia sensacyjna, USA 2005, 145 min
3.15 Szkoła (760)
4.05 Ukryta prawda (1381) – paradok., Pol.

KRYMINALNY

22.00 Bellefond (4) – Francja 2022

Para zostaje oskarżona o zabójstwo. Sprawą męża zajmuje się Bellefond, natomiast żonę reprezentuje obciążająca mężczyznę, bezkompromisowa prawniczka.

0.00 Niewidomy detektyw (7) – krym.
2.00 Morderstwo w Rochefort – krym., Francja 2021, 125 min
4.05 Zagadki Hailey Dean: Zbrodnia w afekcie – film kryminalny, USA 2016, 125 min

OBYCZAJOWY

20.00 Wielka majówka – 1981, 115 min

Kilkunastoletni Rysiek ucieka z zakładu poprawczego i kradnie pieniądze z eleganckiej willi. Wraz z nowymi znajomymi, m.in. Julkiem, postanawia się zabawić.

21.55 Jestem mordercą – thriller, 2016, 135 min
0.10 Dzień kobiet – dramat obyczajowy, 2012, 145 min
2.35 Chemia – dramat obycz., 2015, 135 min
4.50 Odwyk – film krótkometraż., 2011
5.30 Leben – krótkometraż.

SENSACYJNY

20.00 Amerykański ninja 2 – USA 1987, 115 min

W amerykańskiej bazie wojskowej w zagadkowych okolicznościach znikają żołnierze. Oficerowie Armstrong i Jackson rozpoczynają prywatne śledztwo w tej sprawie.

21.55 Kodeks sprawiedliwego – film sensacyjny, USA 2016, reż. Michael Winnick, 125 min
0.00 Wojna o honor – film sensacyjny, Egipt 2018, reż. Peter Mimi, wyk. Scott Adkins, 165 min

20

CINEMAX HD

14.15 Pamięć – dramat obyczajowy, Meksyk/USA 2023, 100 min
15.55 Cytrynowiec – obycz., Pol./Włochy 2023, 110 min
17.45 Pan i władca: Na krańcu świata – dramat przygodowy, 2003, 135 min
20.00 Nieznajomy pod Wielkim Łukiem – film biograficzny, Francja/Dania 2025, 105 min
21.45 Ciemna noc – dramat obyczajowy, Turcja/Niemcy/Francja 2022, 120 min
23.45 Gangi Nowego Jorku – dramat sens., USA/Niem./Włochy 2002, 165 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.00 Bob kocha Abisholę (1)
13.25 Święty (9, 10) – kom., Pol.
14.25 Spadkobiercy (6) – rozr.
15.25 Co ludzie powiedzą? 2 (1) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 Jedną nogą w grobie 5 (3) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 Czarna Żmija 2 (3) – kom.
17.35 Bob kocha Abisholę (2-4)
19.00 Dwóch i pół 7 (16-19)
21.00 Świat według Kiepskich (4-6) – serial kom., Pol. 2011
22.30 Co ludzie powiedzą? 2 (2) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 Jedną nogą w grobie 5 (4) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 Czarna Żmija 2 (4) – kom.
0.30 Comedy Club 4 (6) – rozr.

SCI FI

8.00 Bibliotekarze 2 (1, 2)
10.00 Medium 2 (3, 4) – krym.
11.50 Zagubiona tożsamość 4 (1, 2) – serial s.f., USA 2014
13.40 Świat triasu – horror s.f., USA 2018, 110 min
15.30 Medium 2 (5, 6) – krym.
17.20 Zagubiona tożsamość 4 (3, 4) – serial s.f., USA 2014
19.10 Podziemny wstrząs – film katastroficzny, Wielka Brytania/USA 2024, 110 min
21.00 Ciche miejsce – horror, USA 2018, 115 min
22.55 Tożsamość – thriller, USA 2003, 115 min
0.50 Wojny drogowe: Furia – film przyg., 2024, 100 min

FX HD

9.00 Z archiwum X (8) – s.f.
10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (14, 15) – krym.
11.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (9, 10)
13.45 Agenci NCIS 10 (21, 22)
15.35 Skymed 3 (9) – obycz.
16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (16, 17) – krym.
18.20 Z archiwum X (9) – s.f.
19.15 FBI 4 (22) – serial krym.
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (11, 12)
22.00 The Hunting Party (2)
22.55 Z archiwum X (9) – s.f.
23.55 John Rambo – film sens., USA/Niemcy 2008, 115 min
1.50 Zakłamanie (3) – obycz.

FILMBOX+ ONE HD

9.20 Panna Scarlet i komisarz 2 (2) – krym.
10.20 Panna Marple: Dlaczego nie Evans? – film krym., Wlk. Bryt. 2009, 120 min
12.20 Hudson i Rex 4 (6, 7) – serial kryminalny, Kanada
14.35 Poirot (1) – serial krym.
16.50 Strażnik Teksasu 2 (13, 14) – serial sensacyjny
18.55 Poirot (2) – serial krym.
20.00 Kontakt bezpośredni – film sensacyjny, Niemcy/USA 2009, 120 min
22.00 Oczy węża – thriller, USA 1998, 120 min
0.00 Ludzie honoru – dramat sensacyjny, 1992, 185 min

ROMANCE TV HD

8.10 Górski lekarz (168, 169)
10.05 Diagnoza Betty (165, 166)
12.00 Weekendowi buntownicy – komediodramat, Niemcy 2023, 140 min
14.20 Dr Nice – Miękkie kolana – serial obycz.
16.15 Tajemnica waleni (1) – dramat przygodowy, Niemcy 2010, 105 min
18.00 Górski lekarz (170, 171)
20.00 Szkoła jazdy – komedia, Niemcy 2012, 115 min
21.55 Bella Familia – komedia, Niemcy 2013, 115 min
23.50 Górski lekarz (170, 171) – obycz., Niemcy/Austria

CINEMAX 2 HD

13.15 Ave, Cezar! – komedia, 2016, 105 min
15.00 Dziewczyna z marzeniami – dramat obyczajowy, 2009, 110 min
16.50 Całe szczęście – komedia romantyczna, USA 2006, reż. Donald Petrie, 105 min
18.35 Vitrival – komedia, Belgia 2025, 115 min
20.30 Fremont – dramat obyczajowy, 2023, 90 min
22.00 Ostatni przystanek w hrabstwie Yuma – thriller, USA 2023, 90 min
23.30 Kształt wody – film fantasy, USA/Kanada/Meksyk 2017, 120 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

9.35 Wszystkie stworzenia duże i małe 3 (2) – obycz.
10.35 Lekarze na start (7, 8) – serial obycz., Polska 2017
12.10 Zatraceni w miłości (46)
13.05 Marlow: klub zbrodni 2 (2) – krym., Wlk. Bryt./USA
14.10 Agenci NCIS 17 (5)
15.00 Panna Marple: Uśpione morderstwo – krym., Wlk. Bryt. 2006, 130 min
17.10 Poirot 12 (1) – serial krym.
19.05 Agenci NCIS 17 (6)
20.00 Poirot 3 (8) – serial krym.
21.00 Robin Hood (4) – przyg.
22.00 Sprawy pana Booka (5)
23.10 Poirot 3 (8) – serial krym.
0.15 Agenci NCIS 17 (6)

NOVELAS+ HD

10.00 Opowieść o wyspie (5)
11.00 Otchłań namiętności (128) – telen., Meksyk 2012
12.00 Za wszelką cenę (98)
13.00 Róże i grzechy (27)
14.00 Historia Juany (55, 56)
16.00 Róże i grzechy (28)
17.00 Za wszelką cenę (99)
18.00 Otchłań namiętności (129) – telen., Meksyk 2012
19.00 Macocha (38) – telenowela
20.00 Opowieść o wyspie (6)
21.00 Historia Juany (56)
22.00 Róże i grzechy (28)
23.00 Za wszelką cenę (99)
0.00 Otchłań namiętności (129) – telen., Meksyk 2012
1.00 Macocha (38) – telenowela

FX COMEDY HD

11.25 Jim wie lepiej (5, 6)
12.20 Sposób użycia – kom.
13.30 Wszyscy kochają Raymonda 8 (10-14)
16.00 Simpsonowie 32 (1-4)
18.00 Jak poznałem waszą matkę 4 (12-14) – kom.
19.30 Współczesna rodzina 9 (11-13) – serial komediowy
21.00 Family Guy: Głowa rodziny 19 (20)
21.30 Family Guy: Głowa rodziny 20 (5)
22.00 Sausage Party – film animowany, 2016, 100 min
23.40 Simpsonowie 31 (19, 20)
0.40 Family Guy: Głowa rodziny 19 (14-17)

FILMBOX+ HITS HD

12.50 Książę i ja – komedia romant., 2004, 120 min
14.50 W harmonii – dramat obyczajowy, 2015, 100 min
16.30 Droga pod wiatr – dramat kryminalny, Francja/Bel. 2011, 105 min
18.15 Miłość x 3 – komediodramat, USA 2020, 105 min
20.00 Autostrada złodziei – film sens., 2025, 100 min
21.40 Czarny diament – thriller, USA 2025, reż. Judd Bloch, 100 min
23.20 Poznajmy się jeszcze raz – komediodramat, Francja/Bel. 2019, 125 min

PARAMOUNT NETWORK HD

11.00 Szkoła stewardes – kom., USA 2003, 120 min
13.00 Czarodziejki 4 (15, 16)
14.55 Pingwiny z Madagaskaru 2 (6)
15.20 Wolny dzień Ferrisa Buellera – komedia, USA 1986, 130 min
17.30 Nieoczekiwana zmiana miejsc – komedia, USA 1983, 150 min
20.00 Transformers – film s.f., USA 2007, reż. Michael Bay, wyk. Shia LaBeouf, 185 min
23.05 Projekt: Monster – film katastroficzny, 2008, 85 min
0.30 Cztery pokoje – czarna kom., USA 1995, 120 min

DVB-T DVB-T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 641f6b47df

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD

7.00 Commonwealth Games – Glasgow 2026 – magazyn
8.00 Snooker: Turniej Shanghai Masters – 1. dzień (LIVE)
11.30 Pływanie: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 3. dzień
13.30 Snooker: Turniej Shanghai Masters – 1. dzień (LIVE)
17.00 Kolarstwo: Tour de France – etap: Le Bourg-d'Oisans – Alpe d'Huez i Thoiry – Paryż
18.45 Szermierka: Mistrzostwa świata – Hongkong 2026 – 3. dzień

POLSAT SPORT 1 HD

6.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz o 3. miejsce
8.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz finałowy
10.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
12.30 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz o 3. miejsce
15.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz finałowy
16.00 Formuła 1: Grand Prix Węgier
17.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 1. rundy gry pojedynczej (LIVE)

CANAL+ SPORT HD

6.00 Liga+ Extra – magazyn piłkarski
8.00 1 na 1 Extra: Piotr Rutkowski – magazyn sportowy
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – RCD Espanyol
11.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa
13.40 Liga+ Extra – magazyn piłkarski
15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – RCD Espanyol
Po czterech kolejkach sezonu 2025/2026 Real Madryt był liderem tabeli z kompletem zwycięstw.

TVP SPORT HD

7.50 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Widzew – Motor Lublin
10.00 Piłka nożna: Betclic 1. Liga: Bruk-Bet Termalica Nieciecza – Ruch Chorzów
12.10 Motocross Mistrzostwa Polski – Mníšek nad Hnilicom – reportaż
12.40 Żużel: Młodzieżowe indywidualne MP – Bydgoszcz 2026
14.40 Piłka nożna: Betclic 2. Liga: Chojniczanka – Olimpia Grudziądz
16.45 Magazyn 2. ligi piłkarskiej (67) – magazyn piłkarski
17.25 Betclic 1. liga magazyn (77) – mag.

ELEVEN SPORTS 1 HD

6.00 Najlepsi pomocnicy Bundesligi lat 90. – magazyn piłkarski
6.45 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski
7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: VfL Wolfsburg – Bayern
9.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter Mediolan – Cagliari Calcio
11.00 Formuła 3: Grand Prix Węgier
12.30 Formuła 2: Grand Prix Węgier
14.00 Formuła 1: GP Węgier
16.00 Piłka nożna: Liga włoska: SS Lazio – Inter
18.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – FC Köln
20.00 Formuła 1

DISCOVERY CHANNEL HD

9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 8
10.00 Stacja Alaska – dok.
11.00 Przetrwać nad Jukonem – serial dok.
12.00 Celnicy na straży Turcji (6) – serial dok.
13.00 Pojedynki Eda Stafforda 3 – dok.
14.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita 4
15.00 Złomowisko PL 7 (5) – serial dok., Pol. 2018
16.00 Celnicy na straży Niemiec (4) – dok.
17.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (10) – dok.
18.00 Lotnisko (5) – dok.
19.00 Nagi instynkt przetrwania 9 – dok.
20.00 Nagi instynkt przetrwania – dok.

20

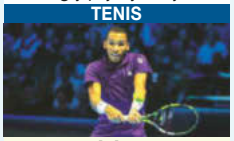
LEKKOATLETYKA

20.00 Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 1. dzień (LIVE)

Jedną z faworytek do podium w biegu przez płotki wydaje się Tobi Amusan z Nigerii.

23.00 Szermierka: MŚ – Hongkong 2026 – 3. dzień
0.30 Kolarstwo: Tour de France – 21. etap: Thoiry – Paryż
1.30 Lekkoatletyka: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 1. dzień
3.00 Kolarstwo: Tour de France

TENIS



19.00 Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 1. rundy (LIVE)

W stolicy USA zobaczymy w akcji Felixa Augera-Aliassime'a. Będzie to dla niego pierwszy przystanek amerykańskiego cyklu w przygotowaniach do US Open w Nowym Jorku.

21.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 1. rundy gry pojedynczej (LIVE)
23.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 1. rundy (LIVE)
1.00 Boks

MAGAZYN SPORTOWY

18.00 1 na 1 Extra: Piotr Rutkowski

Tym razem z pytaniami zmierzy się prezes i współwłaściciel Lecha Poznań.

19.05 Wysoki Pressing – magazyn sportowy
20.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Wisła Kraków – GKS Katowice
23.05 Ekstraklasa po godzinach – mag.
0.15 Ekstrapaka – mag.
1.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa
3.50 Ligomistrzowe historie (5, 3) – mag.

PIŁKA NOŻNA

18.55 Betclic 1. Liga – mecz: Miedź Legnica – Podbeskidzie Bielsko-Biała (LIVE)

Ostatni raz zespoły te mierzyły się ze sobą w sezonie 2023/2024. Drużyna gości to beniaminek.

21.05 Betclic 1. liga magazyn (77) – mag.
21.40 GOL – mag. piłkarski
23.00 Sportowy wieczór
23.30 Lekkoatletyka: Mistrzostwa Polski – Białystok 2026 – podsumowanie
1.25 Boks: Gala w Tokio – podsumowanie

PIŁKA NOŻNA

20.40 Liga włoska – mecz: Torino – Inter Mediolan

Już po meczu w stolicy Piemontu Nerazzurri mogą świętować dwudziesty pierwszy tytuł mistrza Włoch.

22.40 Ligue 1 Show (35)
23.20 Serie A Season Preview – mag.
0.25 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag.
1.15 GP Confidential
1.45 F2: Chasing the Dream – mag. motor.
2.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter Mediolan – Cagliari

DOKUMENTALNY

21.00 Nic do ukrycia 2 (2) – Polska 2022

Piotr znajduje mnóstwo muszli w bagażu podróżnej. Pojawi się też zakazana krajalnia tytoniu, a ekipa z Gdańska rewiduje kontener, w którym miały być buty.

22.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (11) – dok.
23.00 Celnicy na straży Niemiec (5) – dok.
0.00 Policjanci z Kent – serial dokum.
1.00 Hotrod wg Kindiga 7 – serial dok.
2.00 Mistrzowie logistyki (13) – dok.

EUROSPORT 2 HD

12.00 Szermierka: MŚ – Hongkong 2026 – 3. dzień (LIVE)
14.15 Kolarstwo kobiet: Tour de Pologne – 3. etap
15.15 Kolarstwo: Tour de France – 21. etap: Thoiry – Paryż
16.15 Motocross: Mistrzostwa świata w Loket
18.00 Formuła E: ePrix Japonii – 1. i 2. wyścig
20.00 Snooker: Turniej Shanghai Masters – 1. dzień
22.00 Kolarstwo kobiet: Tour de Pologne – 3. etap
23.00 Kolarstwo: Tour de France – 21. etap: Thoiry – Paryż
0.00 Lekkoatletyka: Commonwealth Games

POLSAT SPORT 2 HD

6.00 Tenis: Turniej ATP w Kitzbühel
8.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
10.00 Tenis: Turniej ATP w Estoril
12.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
15.00 Tenis: Turniej ATP w Kitzbühel
17.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
20.00 Siatkówka plażowa: Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie
22.30 Siatkówka plażowa: Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie
1.00 Sporty walki: FEN

CANAL+ SPORT 2 HD

8.30 Tenis: Turniej WTA w Pradze – mecz półfinałowy gry pojedynczej
11.00 Tenis: Turniej WTA w Pradze – półfinał
13.30 8 wspaniałych (2) – dok.
14.30 Tenis: Turniej WTA w Pradze – finał
17.00 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 1. runda (LIVE)
19.00 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 1. runda (LIVE)
21.00 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 1. runda (LIVE)
23.15 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 1. runda
1.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

EXTREME CHANNEL HD

11.00 X Games – Norway (1)
12.00 Drift Style (2, 3) – mag.
13.00 Action Sports World (25)
14.00 WWE Classic Gold (83)
14.15 WWE Highlights (29)
15.00 WWE Classic Gold (85)
15.45 WWE Highlights (33, 34)
17.00 KPW Kombat TV (6)
18.00 WWE Highlights (31, 32)
19.00 WWE Classic Gold (4, 8)
20.00 AEW Collision 2 (2629)
22.00 LoW – Legacy of Wrestling (2)
1.00 New Japan Wrestling – Highlights (28)
1.30 WWE Highlights (58)
2.00 AMA Motocross Series Highlights 2017 (10)

ELEVEN SPORTS 2 HD

12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Heidenheim
14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Parma Calcio 1913
16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: VfL Wolfsburg – Bayern
18.00 Formuła 1: GP Węgier
20.00 Piłka nożna: Liga włoska: SS Lazio – Inter
22.00 Ligue1 Season Review – magazyn piłkarski
23.05 Bundesliga Special (21)
0.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: FC Porto – CD Santa Clara
2.00 Werder Double – dok.

DISCOVERY LIFE HD

7.15 Nowa Maja w ogrodzie
8.15 Szpital (530, 531)
10.15 Nowa Maja w ogrodzie
11.15 Idealna niania 4 (6, 7)
12.45 Klinika naturalnego piękna (3, 4, 6, 7)
14.45 Szpital (529, 530)
16.45 Idealna niania 4 (4, 6-8)
19.45 Zrób coś z tym dzieckiem (2, 3) – mag.
20.45 Skórze na ratunek 4 (1)
21.45 Dr Pryszczylla 3 (15)
22.45 Nie do uwierzenia! (3-5)
1.45 Bez tabu (3) – magazyn
2.15 Eks-tra zmiana (5) – rozr.
3.00 Druga twarz 3 (1) – rozr.
3.45 Szpital (369, 370)
5.15 Klinika urody (8) – mag.

POLSAT SPORT FIGHT HD

13.50 Z archiwum ESPN – mag.
14.55 UFC Connected (5) – mag.
15.25 Sporty walki: UFC 279
17.05 Atleci – magazyn sportowy
17.30 Boks: Rocky Boxing Night w Żukowie: Mateusz Polski – Luis Romero Mendoza
20.25 Sporty walki: Babilon MMA 44 w Jaworznie: F. Lamparski – D. Martinez
22.40 Sporty walki: One Punch w Ostrowcu Świętokrzyskim: Rafał Witkowski – Rafał Jaszczuk
0.30 Atleci – magazyn sportowy
0.55 Boks: Polsat Boxing Promotions 12 w Lubinie: P. Czyżyk – D. Lepei

POLSAT SPORT 3 HD

11.00 Siatkówka plażowa: Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie
13.00 Tenis: Turniej ATP w Estoril – finał gry pojedynczej
15.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
17.00 Tenis: Turniej ATP w Kitzbühel – mecz finałowy gry pojedynczej
19.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
21.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
23.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
1.00 Sporty walki: Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD

8.30 Wysoki Pressing – mag.
10.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa
12.45 Na pierwszym planie (1)
13.25 1 na 1 Extra – mag.
14.30 Wysoki Pressing – mag.
16.10 Dart: World Matchplay – finał
18.25 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Zagłębie Lubin – Piast (LIVE)
21.00 Ekstraklasa po godzinach – mag. piłkarski
22.00 Boks: BKFC Fight Night: Urugwaj: G. Reyno – J. Krejci
0.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa
2.45 Ligomistrzowe historie

ELEVEN SPORTS 4 HD

14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Köln
16.00 Piłka nożna: Liga francuska
18.00 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag. piłkarski
18.40 Bundesliga Special (21)
19.35 Podróż do świata Calcio – magazyn piłkarski
20.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Sporting CP – Gil Vicente FC
22.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Napoli – Cremonese
0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: 1. FC Köln – 1. FC Heidenheim

ELEVEN SPORTS 3 HD

14.00 Piłka nożna: Liga francuska – Multiplex
16.00 Bundesliga Special (21)
17.00 Serie A – mag. piłkarski
18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Lecce – Juventus
20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Eintracht
22.00 Piłka nożna: Liga francuska – Multiplex
0.00 Najszybsze gole Bundesligi – mag. piłkarski
0.15 Dramatyczne rzuty karne – magazyn piłkarski
0.30 Najlepsze gole Bayernu Monachium – mag.
0.45 Najlepsze gole VfL Wolfsburg – mag. piłkarski

CANAL+ DOKUMENT HD

6.35 W rytmie wolności (7, 8)
8.15 Chwile szczęścia (3, 4)
10.10 Polska z góry 2 (13) – dok.
10.40 Polska z góry 3 (1, 2)
11.40 Twardzielki (10) – dok.
12.10 Noc Kryształowa. Preludium zagłady (1, 2)
14.10 Katastrofy z góry (1-5)
19.00 Baleary: Cztery piękne siostry (3, 4) – dok., Niem.
21.00 Ocean, nasz dom – dok.
22.40 Cicha wojna – Rosja kontra europejskie demokracje – film dokum.
23.45 Luca. Legenda Ferrari
1.45 O co biega? (16) – mag.
2.20 W rytmie wolności (7, 8)
4.05 Chwile szczęścia (3, 4)

eprasa.pl 641f6b47df

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny, Kanada
8.00 Autostrada spotkań z UFO – serial dokumentalny
9.00 Gwiezdne bitwy – serial dokumentalny
11.00 Gigantyczne konstrukcje według Hammonda – program rozrywkowy
13.00 Podziemne sekrety – serial dokumentalny
15.00 Jak działa wszechświat? 6 – serial dokumentalny, USA 2018
18.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny, Kanada

ID HD

6.00 Celnicy na straży Europy 4 (1) – dok.
6.30 Viralowe zbrodnie 2 – serial dokum., USA
7.00 Celnicy na straży Europy 4 (2) – dok.
7.30 Viralowe zbrodnie 2
8.00 Przerwana sielanka
10.00 Spowiedź mordercy: akta strażnika z Teksasu
12.00 Wyrok do podważenia
14.00 Morderstwo na prowincji 6 – dok.
16.00 Morderstwo na bagnach 3 – dok.
18.00 Morderstwo w tropikach – dok.
20.00 Prawdziwy koszmar z ulicy Wiązów – dok., USA

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

10.00 Porzucone konstrukcje (3)
11.00 Plemienna szkoła przetrwania (3)
12.00 Makro inżynieria (1-3) – serial dok., Fr.
15.00 Katastrofa w przestworzach (7)
16.00 Złapać przemytnika (7) – dok., USA 2024
17.00 Pompeje: Podróż w czasie z Tomem Hiddlestonem (1)
18.00 Tajemnice wojennych wraków (4) – dok., Wlk. Bryt.
19.00 Historia Związku Radzieckiego (2) – dok., Wlk. Bryt. 2022
20.00 Katastrofa w przestworzach (6) – serial dokum.

FOKUS TV DVB T2

6.00 Wehikuł czasu (727)
6.05 48h. Zaginieni (75) – serial krym., Polska
7.00 Była sobie Ziemia
8.55 Wehikuł czasu (727)
9.00 Starożytni kosmici (15) – serial dok., USA
10.00 Gwiazdy lombardu (17, 18) – reality show
12.00 W kręgu zła: Ludzie Hitlera (6) – serial dok.
13.00 Poszukiwacze historii (5, 6) – dok.
14.00 Zaginione złoto II wojny światowej (7, 8) – serial dok., USA
16.00 Dorwać tuńczyka (5, 6) – serial dok., USA
18.00 Rolnicy. Podlasie (40, 41) – serial dok.
20.00 Galileo 28 (3) – pr. popularnonaukowy

TVP HISTORIA DVB T2

10.05 Hanys
10.50 Arsenał. Magazyn militarno-historyczny – mag.
11.25 Wyspy Kanaryjskie (2) – serial dok., Niem.
12.30 Zabójcza nauka 2 (2)
13.30 07 w akcji!
13.45 Królowie (66) – hist.
14.20 Czterej pancerni i pies (9) – wojenny
15.30 Sensacje XX wieku
18.00 Tajemnica Enigmy (2) – serial hist., Polska
18.45 „Jan Serce" – historia niejednej miłości – reportaż
19.05 Wyspa władców
20.00 Oficerowie (5) – sens.
20.55 II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa (4)

HISTORY HD

15.45 Gwiazdy lombardu 13 (21) – reality show
16.15 Wykute w ogniu 4 (13) – reality show
17.10 II wojna światowa w kolorze: największe bitwy (6) – serial dok.
18.10 Największe tajemnice świata 6 (18) – serial dok., USA
19.05 Starożytni kosmici 17 (11) – serial dokumentalny
20.00 Starożytni kosmici 16 (18) – dok.
21.00 Starożytni kosmici 17 (9) – dok.
22.00 Największe tajemnice świata 7 (15) – serial dok., USA

DOKUMENTALNY

21.00 Jak działa wszechświat?
Czarne dziury nie powinny budzić jedynie złowrogich skojarzeń. Badania dowodzą, że są niezwykle istotne w procesie powstawania gwiazd i dają światło.
23.00 NASA – archiwum tajemnic 4 (3) – serial dok., Wielka Brytania
1.00 Jak działa wszechświat? 6 – serial dokumentalny
4.00 Gigantyczne konstrukcje według Hammonda – program rozrywk.

DOKUMENTALNY

21.00 Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2
Danielle, początkująca astrolożka i influencerka, buduje w sieci własną społeczność obserwatorów. Gdy zaczyna zdobywać rozgłos, pojawia się fala druzgocącej krytyki.
22.00 Ciała w wodzie – serial dokum.
23.00 Morderca z kręgu przyjaciół – dok., USA
0.00 Szokująca prawda 14 – dok.
1.00 Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2 – dok.

DOKUMENTALNY

21.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (4)
W airbusie zgasły silniki. Załoga za wszelką cenę nie chciała dopuścić do wodowania. Awaria innej maszyny przyczyniła się do poprawy bezpieczeństwa lotów.
22.00 Ostatni lot: Anatomia katastrofy (4) – dok.
23.00 Katastrofa w przestworzach (2)
0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (3, 7, 8) – serial dokum.

DOKUMENTALNY

21.00 Skanowanie historii (4) – USA/Czechy 2025
Nowoczesne technologie skutecznie rewolucjonizują archeologię. Drony, lidar, skanowanie 3D i obrazowanie satelitarne odsłaniają to, czego nie widać gołym okiem.
22.00 Tajne bazy nazistów (1, 2) – serial dokumentalny
0.00 Starożytni kosmici (3) – serial dok., USA
1.00 Rolnicy. Podlasie (51, 52, 1, 2) – serial dokumentalny, Polska
5.00 Kołowrotek (10, 11) – magazyn wędkarski

DOKUMENTALNY

22.00 Putin i Zachód (1) – Wielka Brytania 2022
Przywódcy zachodniego świata od dawna próbowali ograniczyć wpływy Władimira Putina. Stosowali różne strategie, by utrzymać go w ryzach.
23.15 Sensacje XX wieku
1.25 Encyklopedia II wojny światowej
1.55 Oficerowie (5) – sens.
2.40 Czterej pancerni i pies (9) – wojenny
3.40 U Pana Boga za piecem – komedia, Polska 1998, 95 min
5.15 Ukryte gniazdo dynastii – dok.

DOKUMENTALNY

23.00 Niewyjaśnione tajemnice wszechświata (6)
Twórcy programu próbują odpowiedzieć na pytanie, czego możemy doświadczyć w nowej epoce badania przestrzeni kosmicznej, docierając do obcych planet.
23.55 David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (7) – dok.
0.50 Starożytni kosmici 16 (18) – dok.
1.50 II wojna światowa w kolorze: największe bitwy (6) – serial dok.

DISCOVERY HISTORIA HD

9.00 Kwatery Hitlera (5) – dok.
10.00 Wrzesień '39 (18, 19)
11.00 Militaria na warsztat
12.00 Tajemnice starożytnych mumii (8) – serial dok., USA
13.00 Królestwo dinozaurów
14.00 Łowcy staroci: Renowacje (20, 1) – dok.
16.00 Walka o bagaż (9-11)
18.00 Łowcy staroci (1, 2) – dok.
20.00 Nawiedzona Irlandia
22.00 Tajemnice Alaski – dok.
0.00 Miasta, w których straszy – serial dok., USA
2.00 Było, nie było (4) – dok.
3.00 Pasja – sposób na życie
4.00 Profesjonaliści – cykl dok.
5.00 Łowcy staroci (13) – dok.

PLANETE+ HD

13.45 Patagonia. Życie na krańcu świata (1)
14.45 Średniowieczne serce Czech i Moraw (1, 2)
15.50 Niezwykłe podróże koleją 10 (7) – serial dok.
16.55 Świat z góry 7 (9, 10)
17.55 Dokąd dzisiaj? 4 (104)
18.15 Polska z góry 10 (4, 5)
19.10 Mam zamek 2 (6) – dok.
19.45 Szepty dawnej Ziemi – film dok., Francja 2025
20.50 Jeanne Duval. Zapomniana muza Baudelaire'a – film dok.
21.55 Ramzes II. 66 lat panowania (3) – dok., Fr.
23.10 Krótka historia miłości

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

8.00 Od małpy do człowieka
9.00 Niezwykły dr Pol
12.00 Zabójcze safari (1) – dok.
13.00 Parki narodowe w Austrii (2) – dok., Austria
14.00 Zwierzęta zombie (1)
15.00 Dzika konfrontacja (9)
16.00 Gorongosa: odzyskać raj
17.00 Humorzaste zwierzaki
18.00 Parki narodowe Ameryki (1) – serial dok.
19.00 Najgroźniejsze zwierzęta Afryki (2)
20.00 Drapieżnik kontra ofiara (3) – dok., Wlk. Bryt.
21.00 Niezwykły dr Pol
2.00 Parki narodowe w Austrii – serial dok.

POLSAT VIASAT NATURE HD

9.50 W okowach mrozu 4 (15)
10.40 Cuda Meksyku (1) – dok.
11.50 Historia lwiego stada Marsh (2) – dok., Wlk. Bryt.
12.55 W okowach mrozu 4 (15)
13.55 Zabójcza pogoda 2 (2)
14.55 Rzeczne potwory 6 (6)
16.00 W okowach mrozu 4 (15)
17.00 Wielka Afryka (1) – dok.
18.05 Rekiny kontra orki – dok.
19.00 Rzeczne potwory 6 (6)
20.00 W okowach mrozu 4 (16)
21.00 Cuda Meksyku (1) – dok.
22.05 W poszukiwaniu irbisów: Pogoń za cieniem (1) – serial dokum.
23.15 W okowach mrozu 4 (16)
0.15 Zabójcza pogoda 2 (2)

BBC EARTH HD

11.20 Skarby przeszłości i ich tajemnice 7 (3) – dok.
12.20 Malownicze trasy kolejowe 4 (6) – serial dok.
13.20 Wielkie koty 24/7 (3)
14.30 W okowach mrozu 4
16.25 Wietnamskie przygody Billa Baileya (1) – dok.
17.35 Wielkie koty 24/7 (3)
18.45 Malownicze trasy kolejowe 5 (1) – serial dok.
19.45 Największe zagadki nauki (3) – dok., Wlk. Bryt.
20.55 W okowach mrozu 5
22.55 Wietnamskie przygody Billa Baileya (1) – dok.
0.05 Paryż-Stambuł z Sue Perkins (4) – serial dokum.

ANIMAL PLANET HD

13.00 Irwinowie – następne pokolenie – serial dok.
14.00 Resocjalizacja z Pit Bullem 4 – serial dok., USA
15.00 Kot z piekła rodem
17.00 Na krańcu Alaski – dok.
18.00 Weterynarz z Gór Skalistych 7 – serial dok.
19.00 Cztery kąty, cztery łapy
20.00 Zwierzęta – czego nie widać – serial dokum., USA
21.00 Klan z Alaski – serial dok.
22.00 Baseny z rozmachem
23.00 Resocjalizacja z Pit Bullem 4 – serial dok., USA
0.00 Cuda z drewna – dok.
1.00 Irwinowie – następne pokolenie – serial dok.

TVP DOKUMENT HD

13.50 Świat dzikiej przyrody
14.50 Przyroda w symbiozie (1) – film dokumentalny, Fr.
15.55 Mikroorganizmy: co wisi w powietrzu? – dok.
16.55 Pociągiem dookoła świata (1) – dok., Wlk. Bryt.
17.50 Sanatorium miłości 6 (7)
18.50 Kultura, Giedroyć i inni
20.00 Wzgórza Styryjskie
21.05 Kultowe wyspy Oceanu Indyjskiego (1) – film dok.
22.05 Zagadki zbrodni policji miejskiej (1) – serial dok.
23.05 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn
23.15 Zabić czas – naukowo o nudzie – film dokum.

POLSAT DOKU HD

8.05 48h. Zaginieni (148, 149)
10.05 Polacy za granicą (43, 44)
12.05 Wojny kontenerowe
13.10 Poszukiwacze historii
14.05 Poza kontrolą. Katastrofa na dworcu w Paryżu – film dok., Fr.
15.20 Świat z góry. Zamki (4)
16.30 Dzika Polska – film dok.
17.30 Polowanie na Hitlera (8)
18.30 Militarny top 10 (8) – dok.
19.40 Europejska mafia samochodowa – film dok.
20.50 Titanic. Budowa giganta
22.00 Miłość i seks w Izraelu
23.05 Oto Ameryka XXL – głosy prowincji – dok.
0.25 Kroniki Hitlera (3) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

12.15 Złoto Jukonu (10) – dok.
13.15 Gruchoty z kanadyjskiej głuszy (3) – serial dokum.
14.10 Australijscy poszukiwacze złota 7
16.00 Drwal z Vancouver Island 2 (3) – reality show
17.00 Lodowi wikingowie (3)
18.00 Złoto Jukonu (3) – dok.
18.55 Australijscy poszukiwacze złota 8
21.00 Największe budowle 3 (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
22.00 Nago, samotnie i do domu daleko (2)
23.00 Za kratami: najcięższe więzienia na świecie 2
0.10 Złoto z mroźnej krainy

POLSAT VIASAT HISTORY HD

12.00 Starożytność: zdrady (5)
13.10 Wezuwiusz: historia zaginionych zwojów
14.20 Zaginione miasta Biblii (1, 2) – film dok., Wlk. Bryt.
16.25 II wojna światowa: cena imperium (1) – serial dok.
17.30 II wojna światowa: końcówka (3) – serial dok.
18.40 Starożytność: zdrady (6)
19.50 Ramzes: władca Egiptu
21.00 Najgroźniejsi ludzie Hitlera (1) – serial dokum.
21.55 Konkwistadorzy: powstanie i upadek (4)
22.55 Adolf Hitler: Zrozumieć dyktatora (6) – serial dok.
0.00 Starożytność: zdrady (5)

CI POLSAT HD

15.05 Zabójcze wakacje (3)
16.00 Pogrzebani za domem 6
17.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 2 (13) – dok.
18.00 Dożywotniacy 3 (5) – dok.
18.30 Dr Anna. Tajemnice prosektorium (1) – dok.
19.00 Dowody zbrodni 4 (11)
20.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (11) – dok.
21.00 Pogrzebani za domem 6 (13) – serial dokumentalny
22.00 Psy na służbie z Jimem Belushim (7, 8) – dok., USA
23.00 Zbrodnia: oszukać prawdę (8) – serial dokum.
23.55 Kobiety, które niosły śmierć 12 (7) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

10.10 Dziwaczne potrawy: smakowite miasta (1-4)
12.15 Nowe życie w starym domu: Witajcie we Włoszech (5, 6) – pr. rozr.
14.20 Człowiek kontra jedzenie (5) – mag. kulin.
14.55 Kulinarne podróże z Guyem Fierim (2-5)
17.00 Dorwać komandosa
19.00 Megaładunki (3, 4) – dok.
21.05 Sprawa dla medium i detektywa (2, 3) – dok.
23.10 Kobieta na krańcu świata (3-5) – serial dok.
0.55 Nowe życie w starym domu: Witajcie we Włoszech (5, 6) – pr. rozr.

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 641f6b47df

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA
14.10 **Kulturalni**
15.00 **Serwis Info**
15.10 **Kiedyś to było...**
15.40 **Falowanie i spadanie – pamięci Kory** (1)
16.00 **Zaraz wracam 2** (114) – serial obycz.
16.30 **Barwy szczęścia** (3348) – serial obycz.
17.00 **Teleexpress**
17.20 **Gra słów. Krzyżówka** (1070)
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **Słownik polsko@polski** (686)
18.45 **Panorama**
19.20 **Myśliciele – sylwetki polskie** (9) – cykl reportaży
19.30 **Program informacyjny 19.30**

TVP ROZRYWKA
9.25 **Koło fortuny** (1985)
10.05 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Daleko od szosy** (1)
14.40 **Rodzinka.pl** (207)
15.10 **Program rozrywkowy**
15.20 **Niepewne sytuacje 3** (7) – rozr.
15.50 **Kocham Cię, Polsko!** (9) – program rozrywk.
17.25 **Va banque** (953)
18.00 **Koło fortuny** (1988)
18.35 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
19.40 **Makłowicz w podróży** – mag.
20.15 **Postaw na milion**
21.15 **Kabaret Letnią Porą** (4) – program rozrywk.

POLSAT CAFÉ
6.00 **Przyjaciółki** (93, 94) – serial obycz., Polska
8.00 **Co ludzie powiedzą? 3** (21, 22) – serial kom., Wlk. Bryt.
9.25 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (65, 66) – reality show
12.30 **Bogaty dom – biedny dom** (107, 108)
14.30 **10 lat młodsza w 10 dni z Sablewską** (7, 8) – pr. rozrywk.
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (61) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (250, 251) – reality show, Polska
20.00 **Kolacja w ciemno** (40) – pr. rozrywk.

TV 4 DVB T2
6.00 **Strażnik Teksasu** (9, 10) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (98) – reality show
8.55 **Policjantki i Policjanci** (532, 533) – serial obycz., Polska
10.55 **Na ratunek 112** (1130, 1131) – serial paradokum.
11.55 **Dlaczego ja?** (1559, 1560) – serial paradokum.
13.55 **Trudne sprawy** (791-793) – paradok.
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1410) – serial obycz., Polska
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (528) – reality show

TTV HD DVB T2
6.00 **24 godziny** (34) – inf.
7.10 **Express** – pr. inform.
7.35 **DeFacto 14** (13, 14)
8.30 **Kartoteka 3** (10, 11) – serial fab.-dokum.
10.35 **Detektywi** (49, 50)
12.35 **Zakup w ciemno 4** (11) – reality show
13.35 **Zakup w ciemno 6** (8) – reality show
14.35 **Nic do zgłoszenia 4** (3) – serial dokum., Pol.
15.35 **Złomowisko PL 6** (1)
16.45 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, sport**
17.05 **Gogglebox. Przed telewizorem 18** (5)
18.05 **Zakup w ciemno extra** (7)
18.40 **Gogglebox. Przed telewizorem 16** (2)
19.45 **Express** – pr. inform.

TVN STYLE HD
5.20 **Damy i wieśniaczki. Ukraina 7** (10) – serial fabularno-dokum., Ukraina
6.10 **Anatomia piękna 2** (4) – program rozrywk.
7.00 **Co za tydzień** – magazyn kulturalny
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Ugotowani** (3, 4) – program kulinarno-rozrywkowy
13.30 **Kuchenne rewolucje** (9, 8) – program rozrywkowy
15.35 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (4, 5) – reality show
17.05 **W czym do ślubu?** (7) – program rozrywkowy

20

WOJENNY

20.25 **Czas honoru. Powstanie** (10) – Pol.

Bronek i Michał zastanawiają się nad zagadką kodu ze zdjęć. Odkrywają, co oznaczają cyfry umieszczone na fotografiach. Trop wiedzie do domu na Wilanowskiej.

21.15 **Królowa Bona** (9)
22.20 **Tajemnice kultowych seriali** (4)
23.15 **Panorama**
23.45 **Gabi Drzewiecka zaprasza** (1)
0.30 **Andrzej Wajda – Notatki**
0.40 **Zaraz wracam 2** (114) – serial obycz.

KOMEDIOWY

22.20 **Rodzinka.pl** (63) – Polska 2012

Magda bierze udział w organizacji balu maturalnego i przedstawia Tomkowi swoje pomysły. Najstarszy z braci Boskich nie wie, kim chce zostać po skończeniu szkoły.

22.55 **Lato z Radiem i Telewizją Polską** – widowisko
1.05 **Koło fortuny** (1988, 2054) – teleturniej
2.30 **Kabaret Letnią Porą** (9, 24) – pr. rozrywk.
4.35 **Hity wszech czasów** (12) – mag.

DOKUMENTALNY

21.05 **Więzienie kobiet** (90, 91) – Polska

Kulisy życia w zakładzie karnym. Osadzone zostały skazane za różne przestępstwa, od kradzieży po zabójstwa. Serial przybliża także pracę kobiecej służby więziennej.

22.05 **Miłość z internetu** (3, 4) – serial dokum.
23.00 **Gry małżeńskie** (192, 193)
1.00 **Kolacja w ciemno** (11, 12) – pr. rozrywk.
3.05 **Więzienie kobiet** (51, 52) – serial dok.
4.00 **Zdrady** (191, 192) – serial paradokum.

OBYCZAJOWY

19.00 **Policjantki i Policjanci** (1411)

Lena i Tymon dostają zgłoszenie o usiłowaniu zabójstwa starszej kobiety. Ktoś oblał ją łatwopalną substancją.

20.00 **Uroczysko** (221, 222)
21.00 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (137)
22.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1020)
23.00 P! FILM **Bez litości: Anioł śmierci** – film sensacyjny, Kanada/USA 2012, 115 min
0.55 **Love Island. Wyspa miłości** (40)

REALITY SHOW

20.05 **Zakup w ciemno 6** (9) – Polska 2025

W Radomiu dochodzi do spięcia między Marivo a nową parą handlarzy. We Wrzącej atmosferę podgrzewają matki z córkami, które walczą o miejsce na rynku.

21.05 **Zakup w ciemno extra** (1) – reality show, Polska
21.45 **Express** – pr. inform.
22.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 20** (8)
23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 23** (5)
0.00 **Damy i wieśniaczki. PL 11** (9) – fab.-dok.

ROZRYWKOWY

17.40 **Kuchenne rewolucje** (10, 9)

Magda Gessler próbuje ocalić przydrożny bar Eweliny, mieszczący się w nieogrzewanym baraku przy ruchliwej trasie. Ekspertkę czeka trudne zadanie.

20.50 **Jestem z Polski** (1, 6)
22.50 **Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9**
0.35 **Seks – wypadki** (12) – serial fab.-dok., USA
1.35 **Dorota was urządzi!** (7) – program rozrywk.
2.20 **Nieoczywiste miejsca** (3) – dok.

TVP HD HD
13.20 **Komisarz Alex 5** (60)
14.15 **Ranczo 10** (119, 120)
16.10 **Gwiazdorska kuchnia Ani 3** (36) – magazyn kulin.
16.40 **Tańcząca ze światem – Grecja** (1) – magazyn
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 26** (339)
19.20 **Ranczo 9** (117) – obycz.
20.10 **Rodzinka.pl** (312, 313)
21.25 **Ojciec Mateusz 32** (419)
22.20 **Siedem lat w Tybecie** FILM – dramat biograficzny, USA/Wlk. Bryt. 1997, 145 min
0.45 **Szczęśliwy człowiek** FILM – dramat obyczajowy, Polska 2000, 100 min

TVS HD
15.45 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel** – krym., Austria
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny** – serial obycz.
19.50 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Sprawy serca** – film obycz., Niem. 2011, 120 min
21.50 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Zaręczona, zakochana, zagubiona** – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2011, 105 min
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

ZOOM
9.55 **MacGyver 3** (17, 18)
12.00 **Niszczycielskie żywioły**
13.10 **Wojny magazynowe: Kanada 2** (28, 29)
14.20 **Pod pokładem 11** (1)
15.30 **Sensacje XX wieku**
17.55 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
20.00 **Kobra – oddział specjalny 24** (14, 15)
22.00 **Dynamo: Więcej niż magia 2** (2) – serial dokum.
23.00 **Magia nagości 5** (9) – rozr.
0.05 **Magia nagości. Norwegia** (2) – pr. rozrywk.
0.55 **Adam szuka Ewy. Finlandia** (2) – reality show
2.00 **I love kabaret** (1-3) – rozr.

TLC HD
12.00 **Wiza na miłość – oczami bohaterów 7**
13.00 **Wiza na miłość: znowu do wzięcia 3**
15.00 **Wiza na miłość: pościelowe rozmowy 11**
16.00 **Historie wielkiej wagi**
18.00 **Wiza na miłość – oczami bohaterów 4**
19.00 **Megasknery 3** – dok., USA
20.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
21.00 **Wiza na miłość 12**
23.00 **Koleżanki na zabój**
0.00 **Dr Pryszczylla** – dok., USA
1.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
2.00 **Wiza na miłość 12**

C+ KUCHNIA HD
13.55 **Podróż przez smaki Chin 2** (1) – serial dokum.
14.55 **U sąsiadów w kuchni 15** (12, 13) – serial dok., Niem.
15.55 **Jakubiak rozgryza...** (9)
16.10 **Kulinarne szlaki: Południowa Afryka 2** (3)
16.35 **Jamie Oliver: 5 składników**
18.30 **Maximum Foodie 5** (4)
18.55 **M jak mięso 2** (10) – dok.
19.25 **M jak mięso 3** (1) – dok.
19.50 **Nie bój ryby! 2** (4) – mag.
20.15 **Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień**
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 6**
23.55 **Nie bój ryby! 2** (3, 4)

TVN TURBO HD
12.15 **Jeździć, obserwować** (3)
13.00 **Mobilni mechanicy** (7, 8)
14.30 **Zawodowi handlarze**
16.00 **Wojny samochodowe**
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Jeździć, obserwować**
19.00 **Prawko na świecie. Jazda bez zasad** (5) – rozr.
19.45 **Usterka 16** (16) – fab.-dok.
20.15 **Naprawy nie do naprawy** (6) – mag.
21.00 **Wojny samochodowe** (7)
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Jeździć, obserwować**
23.45 **Z drugiej ręki** (1) – mag.
0.30 **Usterka 16** (17) – fab.-dok.
1.00 **101 gadżetów motoryzacyjnych** (5)

NOWA TV DVB T
9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (13) – kom., Pol.
10.00 **Miodowe lata** (29) – kom.
10.30 **Więzienie** (154-156) – dok.
12.00 **Poirot 2** (1, 2) – serial krym.
14.00 **Świat według Kiepskich** (379, 380) – serial kom., Pol.
15.00 **Świat według Bundych** (211-216) – serial kom., USA
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (10) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (81-84)
21.00 **Zdrady** (21) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (55, 56, 94) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (18, 19)
3.50 **Wehikuł czasu** (727, 726)
4.00 **Sala operacyjna** (10)

METRO
8.30 **Szpital** (812, 813)
10.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (381, 382)
12.30 **SOS Ekipy w akcji** (43)
13.30 **Brzydula** (57, 58) – kom.
14.35 **Kiedy ktoś kocha bardziej** (28) – obycz.
15.45 **The Floor** (11, 12) – telet.
17.00 **Fani czterech kółek 18**
18.00 **Magda M.** (4) – obycz., Pol.
19.00 **Kartoteka 4** (5, 6) – serial fab.-dokum., Polska 2013
21.05 **Kryminalni 4** (11, 12)
23.15 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (15) – krym.
0.20 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 7** (11) – dok.
2.15 **Szkoła** (549, 550)

ANTENA HD DVB T2
13.05 **Ciężarówką przez śniegi 3** (1) – serial dokum.
14.00 **Klątwa Wyspy Dębów 2**
15.00 **Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw**
15.55 **Australijscy poszukiwacze złota 5**
18.00 **77 TV 2** (12, 13) – pr. rozr.
20.00 **Alex Hugo – górski detektyw** (21) – krym., Fr.
22.10 **Detektyw Candice: Niezawodny instynkt 2** (1) – serial kryminalny, Fr.
23.15 **Detektywi z Bordeaux 5** (2) – serial krym., Fr./Bel.
0.30 **Polska. Największe tajemnice 2** (2-4) – pr. rozr.
3.45 **Poprawczak** (6, 7) – dok.

WP DVB T
13.00 **Makłowicz w podróży**
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5** (14, 15)
16.00 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2** (11)
16.55 **Pogoda**
17.00 P! FILM **Zakochani na Hawajach** – komedia romantyczna, USA 2023, reż. Nanea Miyata, 120 min
19.00 **Strażacy z sąsiedztwa 2** (5) – serial dok., Polska 2026
20.00 **Bitwa o Colę** – film dok.
21.50 **Pogoda**
22.00 **Mistrzowie Kabaretu 2**
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 9**
0.00 **Mistrzowie Kabaretu** (5)
0.55 **Mistrzowie Kabaretu 15**

C+ DOMO HD
13.05 **Po pierwsze lokalizacja! – Nowa Zelandia** (5)
14.05 **Wakacyjne domy na wynajem** (4) – dok.
15.00 **Pomocy! Kupiliśmy wioskę** (11) – serial dok.
15.55 **Meblokreacje** (3, 4)
16.50 **Gardeners' World 14** (20)
18.00 **Ucieczka na wieś 22** (25)
19.00 **Wielkie projekty: Wielka Brytania 22** (3) – dok.
20.00 **Daleko od miasta 13**
21.00 **Wakacyjne domy na wynajem** (5) – dok.
21.55 **Wielkie projekty: Australia 12** (4) – dok.
23.00 **Wielkie projekty: Australia 11** (4) – dok.

HGTV HD
8.00 **Moje miasto, mój dom 9**
10.00 **Widok, na który cię stać**
11.05 **Usterka 11** (3, 4)
12.35 **Moje miasto, mój dom 7**
14.35 **Mieszkanie na miarę 2**
16.35 **Polowanie na ogród 8**
18.15 **Będzie pięknie** (3) – rozr.
19.10 **Weekendowa metamorfoza 6** (1) – rozr.
20.05 **Zgłoś remont 4** (7) – rozr.
21.05 **Dorota was urządzi!**
22.35 **House Hunters – Poszukiwacze domów 6** (4-7) – pr. rozr.
0.45 **Kupujemy dom na plaży 22** (2, 3) – dok.
1.40 **Remontujemy dom na plaży 7** (3) – pr. rozr.

eprasa.pl 641f6b47df
P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (316) – reality show
7.30 Na ratunek 112 (951, 952) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 Sekrety rodziny (23-25) – serial paradokum., Pol. 2018
11.30 Trudne sprawy (962) – serial paradokum., Pol. 2020
12.30 Dlaczego ja? (1374, 1375) – serial paradokum., Pol. 2024
14.30 Świat według Kiepskich (6-10) – serial komediowy, Polska
17.00 48h. Zaginieni (181, 182) – serial kryminalny, Pol. 2023

PARADOKUMENTALNY

19.00 Gliniarze (1008) – Polska 2024

Pracownik Służby Celno-Skarbowej zostaje zaatakowany podczas kontroli w hurtowni odzieży. Umiera w szpitalu. Śledczy odkrywają kryminalną przeszłość właściciela firmy i jego partnerki.

20.00 Ślad (84) – krym., Pol.
21.00 Gliniarze (803)
22.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (119, 120) – dok., Pol.
23.00 Świat według Kiepskich (379, 380)
0.00 Ślad (103) – krym., Pol.
1.00 Zdrady II (21)

SUPER POLSAT DVB-T2

6.05 Wydarzenia
6.45 SuperLudzie Extra (39) – magazyn
6.55 Na ratunek 112 (735, 736) – paradok.
8.00 Doktor Martin (1, 2) – serial obyczajowy
10.00 Wydarzenia
10.30 SuperLudzie (10, 1)
12.00 Świat według Kiepskich (397-399) – serial kom., Pol. 2012
13.30 Bitwa o palety (16)
14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (68) – reality show
16.00 Ninja Warrior Polska (20)
17.55 Świat według Kiepskich (488, 489, 583, 584)
19.55 Złomiarze (17) – dok.

KOMEDIODRAMAT

20.55 28 dni – USA 2000, reż. Betty Thomas, 125 min
FILM

Uzależniona od alkoholu dziennikarka Gwen powoduje wypadek samochodowy. Sąd skazuje ją na pobyt w ośrodku odwykowym. Kobieta postanawia zmienić swoje życie.

23.00 Hitman: Agent 47 – thriller, USA/Niemcy/Wielka Brytania 2015, 120 min
FILM
1.00 Świat według Kiepskich (453-458) – serial kom., Polska
4.00 Nasz nowy dom (287, 288)

TV 6 DVB-T

6.00 Więzienie (184, 185)
6.55 Policjantki i Policjanci (731, 732) – serial obycz., Polska
8.55 Kobra – oddział specjalny (50, 51) – serial sens., Niemcy
10.55 48h. Zaginieni (181-183) – krym., Pol.
13.55 Policjantki i Policjanci (1211) – serial obycz., Polska
14.55 Uroczysko (67, 68) – serial krym., Polska
15.55 Kobra – oddział specjalny (52, 53) – serial sens., Niemcy
18.05 Strażnik Teksasu (11, 12) – serial sens.
20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (81, 82) – krym.

KRYMINALNY

21.55 Czarna lista 2 (33) – USA 2014

Oddział specjalny rusza na ratunek działającemu pod przykrywką agentowi CIA, który został porwany przez groźnych separatystów w Uzbekistanie.

22.55 Łowca pedofilów (193-196) – dok., Pol.
0.55 Więzienie (214, 216, 215, 217)
2.55 Cobra Kai (37) – serial przygodowy, USA 2018
3.35 Septagon (20, 21) – serial krym., Polska
5.45 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.

BBC FIRST HD

6.00 Zagadki doktora Blake'a 5 (1) – krym.
7.00 Ulica nadziei (5, 6)
8.35 Lewis 6 (6) – krym.
9.40 My Life is Murder 5 (3) – serial kryminalny
10.40 Śmierć pod palmami 3 (6) – krym.
11.45 Zagadki doktora Blake'a 5 (1) – krym.
12.55 Ulica nadziei (7, 8)
14.55 Ojciec Brown 8 (10)
15.55 Lewis 6 (6) – krym.
17.00 My Life is Murder 4 (4) – serial kryminalny
18.00 Morderstwa w Midsomer 24 (2) – krym., Wlk. Bryt. 2023
19.55 Śmierć pod palmami 3 (7) – krym.
21.00 My Life is Murder 5 (4) – serial kryminalny

KRYMINALNY

22.00 Schwytać mordercę (8, 9) – RPA/Wlk. Bryt.

Na polach trzciny cukrowej w Durbanie odkryto zwłoki. Ponieważ podobnych przypadków jest coraz więcej, Mikki zaczyna doświadczać ataków paniki.

0.10 Harry Wild 4 (7) – serial kryminalny
1.05 Śmierć pod palmami 3 (7) – krym.
2.10 Morderstwa w Midsomer 24 (2)
4.00 My Life is Murder 4 (4) – serial kryminalny
4.45 Moja rodzinka 3 (10)
5.15 Ojciec Brown 8 (10)

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB-T2

9.00 Tru i Tęczowe Królestwo (5) – anim.
9.30 Domisie – dla dzieci
10.00 Zwierzaki Czytaki (179) – program eduk.
10.20 Olimpiada Bolka i Lolka (7, 8) – anim.
10.45 Rodzina Treflików 5 (64, 65) – serial anim.
11.10 Odo (91-93) – anim.
11.35 Stacyjkowo (41, 42)
11.55 Pszczółka Maja (31)
12.25 Domisie – dla dzieci
13.00 Figu Migu na planecie Czochras (37)
13.20 Tygrysek Percy (1)
13.30 Tygrysek Percy i jego opowieści (2)
13.45 Świnka Peppa 8
14.10 Pająk Lucas 2 (61, 62)
14.30 Oli i Luna (61, 62)

ANIMOWANY

14.55 Oktonauci 2 – Irlandia/Wielka Brytania 2012

Dzielny niedźwiedź polarny, pingwin o wielkim sercu, kot i ich towarzysze ratują stworzenia żyjące pod wodą.

15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (31) – mag.
15.40 Bella i Sebastian
16.10 Pat i świat 2 (91, 92)
16.35 Dino Ranczo (59, 60)
17.05 Pszczółka Maja
17.30 Robin Hood (9, 10)
18.00 Mała Marinette
18.30 Idefiks i Nieugięci
19.00 Ptyś i Bill
19.10 Czarodziejskie...

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
7.30 Jeden na jeden
8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
9.55 Biznes – pr. publicyst.
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
10.45 Rodzina Treflików 5 (64, 65) – serial anim.
10.55 Biznes – pr. publicyst.
11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
11.55 Biznes – pr. publicyst.
12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
13.55 Biznes – pr. publicyst.
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
14.55 Biznes – pr. publicyst.
15.00 15 na żywo – magazyn inform.
16.00 Fakty po południu – program inform.

PUBLICYSTYCZNY

18.00 Tak jest

Andrzej Morozowski podsumowuje informacje dnia, a także zaprasza gości, z którymi dyskutuje o bieżących problemach w Polsce.

19.15 Serwis informacyjny
19.30 Fakty po Faktach – program inform.
20.10 Fakty o świecie
21.00 Polska i świat – inf.
22.00 Szkło kontaktowe
23.00 Dzień po dniu – mag.
0.25 Biznes – pr. publicyst.
0.45 Fakty po Faktach
1.30 Tak jest – pr. publ.
2.35 Nowa Maja w ogrodzie – mag.

20

POLSAT PLAY HD

6.00 Budowlańcy (20) – dok.
6.30 Kołowrotek (214) – mag.
7.00 Dorwać tuńczyka (5, 6)
9.05 Wojny magazynowe (279, 280) – reality show
10.05 Wojny kontenerowe (7, 8) – serial dokumentalny
11.00 Hardkorowy lombard (119, 118, 120-123) – dok.
14.00 Polacy za granicą (63, 64)
16.00 Złomiarze (11, 12) – dok.
18.05 Poszukiwacze historii (195-198) – serial dokum.
20.00 Złomiarze (42, 56) – dok.
0.50 Kołowrotek (206-211) – magazyn wędkarski
4.00 Starożytni kosmici (42, 41) – serial dok., USA

FOOD NETWORK HD

13.15 Apetyt na miłość (6)
14.15 Akcja: Restauracja! (16)
15.15 Elitarny turniej wypieków (6)
16.15 Kuchenne rewolucje (7)
17.15 Sexy kuchnia Magdy Gessler (6) – mag. kulin.
17.50 Miłość od kuchni (8)
18.50 Dziecięce mistrzostwa wypieków (1)
19.50 Perfekcyjni gospodarze 9 (14) – dok.
20.50 Pojedynek na grille (7)
21.55 Pyszne miejscówki (5)
22.55 Akcja: Restauracja! 20
23.55 Człowiek kontra jedzenie (12-14) – mag.
1.25 Pyszne miejscówki (7, 8)

POLSAT RODZINA HD

10.55 David Attenborough i cuda natury 2 (3, 4)
12.00 Bogaty dom – biedny dom (133) – reality show
12.55 Rodzina zastępcza (245, 246) – kom., Pol. 2006
14.55 Wielkie wycieczkowce
15.55 Świat z góry (14, 1) – dok.
17.10 Pingwiny z Madagaskaru (22-25)
19.05 Rodzina zastępcza (319)
20.05 Całkiem nowe lata miodowe (4, 5) – kom.
21.10 Miodowe lata (110)
22.05 Nasz nowy dom
0.00 Sekrety II wojny światowej (1, 2) – dok., Fr.
2.30 Ewa gotuje (531) – mag.

BBC LIFESTYLE HD

11.35 Mistrzowie szycia 11
13.35 Mistrzowie ceramiki 5
14.40 Wielkie nowozelandzkie wypieki 4 (5) – pr. rozrywk.
15.40 Zapraszam do stołu: Wielka porcja 20 (6)
17.50 Wymarzone domy 2 (16)
18.50 Mistrzowie szycia 5 (1)
19.50 Wielkie nowozelandzkie wypieki 4 (6) – pr. rozrywk.
21.00 Najlepsze hotele Indii (1)
22.00 House of Kardashian (2)
23.00 Wstydliwe choroby: online 3 (1) – serial dokum.
23.55 Gordon Ramsay i nowe gwiazdy biznesu w Australii (8, 9) – dok.
2.15 Mistrzowie ceramiki 5

NICK JR. HD

16.40 Psi Patrol 5 (15) – anim.
17.05 Rubble i jego ekipa 4 (6)
17.35 Pan Krokodyl (6) – anim.
17.55 Barbapapa – szczęśliwa rodzinka (12) – serial anim.
18.15 Barbapapa i jego rodzinka 2 (20) – anim., Fr.
18.40 Dora 4 (4) – serial anim.
19.00 Santiago z mórz (16)
19.30 Przygody Misia Paddingtona 2 (20)
19.55 Przygody Misia Paddingtona (14) – anim.
20.07 Świnka Peppa 4
20.31 Świnka Peppa (15)
20.36 Świnka Peppa 5
20.55 Barbapapa i jego rodzinka (13-15) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny
14.55 Pogoda
15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny
15.30 Sport, pogoda
15.50 Wydarzenia 15:50
16.10 Więcej „Wydarzeń" – inf.
16.30 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.
18.00 Najważniejsze pytania
19.15 Gość „Wydarzeń" – publ.
19.50 Debata Gozdyry – publ.
21.50 Wydarzenia wieczorne
22.30 Dzień na świecie – pr. inf.
23.30 Obraz dnia – serwis informacyjny
0.00 Najważniejsze pytania

TVP KOBIETA DVB-T2

12.50 Przepis dnia (12) – mag.
13.00 Na dobre i na złe (585)
13.55 Kiedyś to było... – mag.
14.30 Okrasa łamie przepisy
15.00 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka (64)
15.30 Ojciec Mateusz 4 (45, 46)
17.25 Kto rządzi światem? (1)
18.30 Hity wszech czasów (9)
19.30 Miłość i nadzieja (317)
20.30 Wichrowe wzgórze (298) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 La Promesa – pałac tajemnic (282) – obycz.
22.30 Śmietanka towarzyska – kom., USA 2016, 100 min
FILM
0.10 Pestycydy, cicha zagłada – film dokum., Fr.

E! ENTERTAINMENT HD

8.50 Bogate dzieciaki z Beverly Hills (5, 6) – dok.
10.40 Plastyczna fuszerka
12.30 Z kamerą u Kardashianów 15
14.20 Bogate dzieciaki z Beverly Hills (7, 8) – dok.
16.10 Plastyczna fuszerka
18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
18.30 Z kamerą u Kardashianów 15
20.30 Very Cavallari (1, 2)
22.30 Plastyczna fuszerka
0.30 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
1.00 Z kamerą u Kardashianów 15

TV TRWAM DVB-T

15.50 Ma się rozumieć
16.00 Informacje dnia
16.10 Sanktuaria polskie
16.30 Porady medyczne bonifratrów (40) – med.
17.00 Świadkowie
17.30 Spotkanie Rodziny Radia Maryja – pr. religijny
20.00 Informacje dnia
20.20 Różaniec
20.50 Myśląc historia – cykl fel.
21.00 Apel Jasnogórski
21.20 Informacje dnia
21.40 Polski punkt widzenia
22.00 Z wędką nad wodę w Polskę i świat – rozr.
22.25 Miłość większa niż strach – film dokum., Pol.

BBC BRIT HD

9.20 Alfabet Top Gear (1)
10.35 W warsztacie (2) – dok.
11.25 Brytyjskie fabryki 3 (6)
12.30 Top Gear 10 (3) – mag.
13.35 W warsztacie (3) – dok.
14.35 Cuda inżynierii 2 (8)
15.40 Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 5 (6) – telet.
16.45 Brytyjskie fabryki 3 (6)
17.50 Top Gear 10 (4) – mag.
18.55 Cuda inżynierii 2 (8)
20.00 Brytyjskie fabryki 4 (1)
21.00 Kolekcja aut Goldberga
22.00 Legendarne samoloty gaśnicze: ostatni lot (2)
23.00 Top Gear 10 (3) – mag.
0.05 Top Gear 22 (5) – mag.

MINI MINI+ HD

11.25 Baczne oczka (2-5)
11.55 Marta mówi (13, 14)
12.50 Moje urodziny – dla dzieci
12.59 Marta mówi (15, 16)
13.55 Moje urodziny – dla dzieci
14.00 Basia (10-13, 1) – anim.
15.10 Kicia Kocia (12, 13, 1-3)
15.55 Blaze i megamaszyny 3
16.51 Blaze i megamaszyny 2
17.20 Staś i fajna Babcia (30, 1)
17.50 Moje urodziny – dla dzieci
17.57 Staś i fajna Babcia (2)
18.15 Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia (10, 11) – serial anim., Jap.
18.40 Dora i przyjaciele 2 (4, 5)
19.35 Kicia Kocia (13, 1-4)
20.25 Mały Charlie (12, 13, 1-3)

TVP 3 DVB-T2

12.30 Okrasa łamie przepisy
13.00 Agrobiznes
13.20 Agropogoda
13.30 Rozmowy (nie)wygodne
14.10 Całkiem niezła historia
15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – program religijny
15.20 Serwis Info Dzień – inf.
15.30 Program lokalny
19.30 Dlaczego krowa... – mag.
19.45 Kryminalna siódemka
20.00 Dziennik regionów – inf.
20.13 Gość Regionów – pr. publ.
20.30 Kryminalna siódemka
21.00 Program lokalny
22.00 Dziennik regionów – inf.
22.30 Złoty chłopak (203) – serial obycz., Turcja 2022

DVB-T DVB-T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 641f6b47df

Warto zobaczyć

14.50 FILMBOX+ HITS
Weekend z królem
BIOGRAFICZNY 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. 16.35**

14.55 TVP KULTURA
Mój Nikifor
BIOGRAFICZNY U plastyka Włosińskiego zjawia się malarz Nikifor. Gospodarz próbuje pozbyć się natręta. Z czasem odkrywa jego talent. *Reż.: Krzysztof Krauze, A: Krystyna Feldman, Roman Gancarczyk Polska 2004* **110 min ► do godz. 16.45**

16.10 ALE KINO+
Czterej muszkieterowie
PRZYGODOWY Na zlecenie kardynała Richelieu lady de Winter porywa Constance. D'Artagnan rusza jej na pomoc. *Reż.: Richard Lester, A: Faye Dunaway, Michael York, Oliver Reed USA/Wlk. Bryt. 1974* **125 min ► do godz. 18.15**

18.05 CINEMAX
Ella i John
KOMEDIA PRZYGODOWA Emerytowany anglista ma początki alzheimera. Udaje się z żoną w podróż, która ma przywrócić mu wspomnienia. *Reż.: Paolo Virzi, A: Helen Mirren, Donald Sutherland, Dana Ivey Włochy/Francja 2017* **115 min ► do godz. 20.00**

18.50 POLSAT FILM
Salon piękności
KOMEDIA Fryzjerka Gina nie może się porozumieć z szefem. Zaciąga kredyt i otwiera własny zakład wraz z przyjaciółką. Początki są trudne. *Reż.: Bille Woodruff, A: Queen Latifah, Alicia Silverstone, Kevin Bacon USA 2005* **130 min ► do godz. 21.00**

19.10 SCI FI
Arktyczny Armagedon
KATASTROFICZNY Po trzęsieniu ziemi temperatura na planecie dramatycznie spada. Badacze szukają sposobu na odwrócenie tego zjawiska. *Reż.: James Mahoney, A: Patrick Labyorteaux, Joe Finfera, Cedrick Terrell USA 2023* **110 min ► do godz. 21.00**

20.00 STOPKLATKA
13 godzin: Tajna misja w Benghazi
SENSACYJNY Rok 2012. Terroryści atakują konsulat USA w Libii. Garstka ochroniarzy walczy o życie dyplomatów. *Reż.: Michael Bay, A: John Krasinski, James Badge Dale, Max Martini USA/Maroko 2016* **180 min ► do godz. 23.00**

22.00 TV PULS
6 kul
SENSACYJNY Zawodnik MMA przylatuje do Europy. Jego córka zostaje porwana z hotelu. Zrozpaczony ojciec prosi o pomoc byłego najemnika. *Reż.: Ernie Barbarash, A: Jean-Claude Van Damme, Joe Flanigan USA 2012* **135 min ► do godz. 0.15**

→ filmowe hity

Strażnik Gotham City wychodzi z ukrycia, by chronić mieszkańców.

20.00 TVN 7
Mroczny rycerz powstaje

SENSACYJNY Terrorysta dąży do zniszczenia miasta. Tylko Batman może go powstrzymać.

HIT DNIA Trwają uroczystości upamiętniające śmierć prokuratora Denta. Przypisuje mu się zasługi oczyszczenia metropolii z przestępczości zorganizowanej. Batman, który wziął na siebie jego zabójstwo, z bohatera stał się bandytą. Miliarder Bruce Wayne, człowiek ukrywający się w stroju nietoperza, wycofuje się z życia publicznego. Utrzymuje kontakt jedynie z Alfredem. Kłamstwo przyniosło jednak pożądane efekty, a działalność kryminalistów w mieście została ograniczona. Drogo okupiony spokój burzy pojawienie się przebiegłej włamywaczki Kobiety Kot. Okazuje się, że to nie ona jest prawdziwym zagrożeniem, lecz terrorysta Bane. Superbohater musi ponownie zmierzyć się ze złem. **HD 205 min ► do godz. 23.25**

USA/Wlk. Bryt. 2012 **Reż.:** Christopher Nolan **Wyst.:** Christian Bale, Tom Hardy, Morgan Freeman, Marion Cotillard

20.00 POLSAT
Szybko i wściekle
SENSACYJNY Ginie partnerka mistrza nielegalnych wyścigów (Vin Diesel). Prowadząc śledztwo, przestępca trafia na ślad króla heroiny. Podczas organizowanego przez mafiosa pojedynku na torze spotyka Briana.

Reż.: Justin Lin Wyst.: Paul Walker, John Ortiz USA 2009 **HD 135 min ► do godz. 22.15**

20.00 TV PULS
Skazany na piekło
SENSACYJNY Żona amerykańskiego inżyniera (Jean-Claude Van Damme) zostaje zabita. Wdowiec mści się na mordercy i trafia z dożywotnim wyrokiem do więzienia. Bierze udział w organizowanych przez strażników walkach.

Reż.: Ringo Lam Wyst.: Lawrence Taylor USA 2003 **HD 120 min ► do godz. 22.00**

20.00 C+ PREMIUM
Dreams
THRILLER Tancerz baletowy przedostaje się do USA z grupą nielegalnych imigrantów. Chce, żeby bogata filantropka (Jessica Chastain), z którą łączy go romans, pomogła mu w karierze. Kobiecie zależy na dyskrecji.

Reż.: Michel Franco Wyst.: Isaac Hernández USA 2025 **HD 95 min ► do godz. 21.35**

20.50 TVN
Epidemia
SENSACYJNY Pułkownik Daniels (Dustin Hoffman) bada wirusy lasów tropikalnych. Trafia do osady w dżungli, którą zdziesiątkowała tajemnicza choroba. Wkrótce epidemia atakuje Kalifornię. Zaczyna się walka z czasem.

Reż.: Wolfgang Petersen Wyst.: Rene Russo USA 1995 **HD 160 min ► do godz. 23.30**

22.15 POLSAT
Ultimatum Bourne'a
SENSACYJNY Szef projektu Treadstone ma zlikwidować byłego szpiega (Matt Damon), który stanowi zagrożenie dla dawnych zwierzchników. Sojuszniczką uciekiniera jest analityczka (Julia Stiles).

Reż.: Paul Greengrass Wyst.: David Strathairn USA/Niem. 2007 **HD 155 min ► do godz. 0.50**

22.40 TVP 1
Zaginiony w akcji
SENSACYJNY Były pułkownik sił specjalnych James Braddock (Chuck Norris) spędził siedem lat w wietnamskiej niewoli. Weteran postanawia wrócić do dżungli, żeby odbić przetrzymywanych w obozach jeńców.

Reż.: Joseph Zito Wyst.: M. Emmet Walsh USA 1984 **HD 110 min ► do godz. 0.30**

Oznaczenia: **P!** Premiera w TV **HD** Program także w standardzie HD

egzemplarz nr 541[5]0/25

→ sport

11.00 EUROSPORT 2
MŚ – Hongkong
SZERMIERKA LIVE
Czwartego dnia czempionatu do rywalizacji o medale przystąpią drużyny florecistów i szpadzistek. Polskę reprezentują m.in. Andrzej Rządkowski, Leszek Rajski, Jan Nowak, a także Magdalena Pawłowska i Alicja Klasik. HD 240 min ▸ do godz. 15.00

14.30 EUROSPORT 1
Tour de l'Ain
KOLARSTWO LIVE
Pierwszy z trzech etapów wyścigu zacznie się w Parc des Oiseaux, a zakończy w Bourg-en-Bresse. Jannis Peter, Victor Papon, Henok Mulubrhan i ich koledzy po fachu przejadą niemal 161 km. HD 105 min ▸ do godz. 16.15

17.00 C+ SPORT 2
Turniej WTA w Waszyngtonie
TENIS LIVE Udział w zawodach w stolicy USA zapowiedziały np. najlepsza przed rokiem Leylah Fernandez, faworytka gospodarzy Jessica Pegula czy półfinalistka Wimbledonu, Marta Kostiuk. HD 120 min ▸ do godz. 19.00

20.00 EUROSPORT 1
Commonwealth Games
LEKKOATLETYKA LIVE
W Glasgow trwa czwarta edycja zawodów, w których uczestniczą sportowcy z państw tworzących Wspólnotę Narodów. Rywalizacja toczy się m.in. w koszykówce 3x3. HD 165 min ▸ do godz. 22.45

→ rozrywka

10.00 HGTV
Poszukiwacze domów: raj na własność
LIFESTYLE Uczestnicy odwiedzają lokalizacje takie jak Hawaje. Oglądają niezwykłe nieruchomości, poznają atuty prezentowanych domów i sprawdzają, czy tropikalna sceneria może stać się ich codziennością. HD 30 min ▸ do godz. 10.30

20.00 TVP KULTURA
Morderstwo odkrywa prawdę
TEATR TV Sztuka na podstawie powieści Patricka Quentina, w reżyserii Barbary Sałackiej. Inspektor policji rozpoczyna śledztwo w sprawie morderstwa Maureen Jordan. O zbrodnię podejrzewa jej męża. HD 105 min ▸ do godz. 21.45

23.30 TVN
Kuba Wojewódzki
TALK-SHOW Przypomnienie odcinka, w którym gościli aktorka Agata Kulesza i Ralph Kamiński. Artysta miał okazję zaśpiewać fragment utworu „Kosmiczne energie" wraz ze swoimi fankami. Nie zabrakło szczerych wyznań. HD 75 min ▸ do godz. 0.45

→ dokument

23.00 NATIONAL GEO.
Tajemnice podwodnych wraków
HISTORIA W 2015 roku frachtowiec El Faro zniknął w trakcie huraganu. W 1588 roku silny wiatr zniszczył Wielką Armadę u wybrzeży Irlandii. Zginęło ponad 20 tys. osób. HD 60 min ▸ do godz. 0.00

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 21,45 zł lub 26 wydań za 111,54 zł

Możesz także zamówić **e-wydanie** na 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**
→ telefonicznie (w godz. 8.00 – 17.00): zadzwoń pod numer:
67 210 86 05, 67 354 16 05
prenumerata@bauer.pl

* Najdogodniejszą formą składania zamówień jest nasz sklep 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.

eprasa.pl 641f6b47df

TVP 1 HD DVB-T2

5.00 Splątane losy (9) – serial obyczajowy, Turcja 2024
5.50 Akacjowa 38 (904) – 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.
8.05 Pogoda Info
8.15 Kolumbowie (1): Śmierć po raz pierwszy – serial wojenny, Polska 1970
9.15 Ranczo 8 (93) – obycz., Pol. 2014
10.10 Komisarz Alex 22 (278) – serial kryminalny, Polska 2024
11.00 Ojciec Mateusz 17 (215) – serial kryminalny, Polska 2017
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: Przerażająca tajemnica kwiatów – film dokumentalny, Francja 2022
14.00 Splątane losy (10) – serial obyczajowy, Turcja 2024
15.00 Serwis Info – program inform.
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1076)
16.00 Dziedzictwo (992) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 Teleexpress
17.25 Jaka to melodia? – telet. muz.
18.05 Reporterzy – mag. reporterów
18.25 Akacjowa 38 (921) – telenowela, Hiszpania 2018
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.
20.10 Sport, pogoda

TVP 2 HD DVB-T2

4.35 Na dobre i na złe – serial obyczajowy, Polska 2024
5.35 M jak miłość (1803) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 Wspólnota ponad granicami – reportaż, Polska 2026
6.55 Barwy szczęścia (3363) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – mag.
11.30 Rodzinka.pl (53, 54): Praca, dom, kanapki; Prawko – serial komediowy, Polska 2012
12.35 Koło fortuny (1909) – teleturniej
13.15 Panna młoda (155) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 Va banque (1024) – teleturniej
14.35 Na sygnale (885): Pierwszy dzień reszty twojego życia... – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (442) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
Manuel i Curro ruszają na wojnę. Cruz czyta pożegnalny list od syna. Ogarnia ją rozpacz.
16.00 Koło fortuny (1910) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (156) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 Va banque (1025) – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3363) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.05 Omnibus – szybcy i mądrzy (28) – teleturniej
20.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (28) – teleturniej
20.55 Postaw na milion – teleturniej

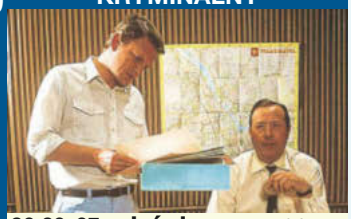
POLSAT HD DVB-T2

4.40 Disco Gramy
5.25 Telezakupy TV Okazje – magazyn reklamowy
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.30 Malanowski i partnerzy (360, 361): Śmierć na budowie; Fałszywy wnuk – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
9.30 Trudne sprawy (1281, 1282) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.35 Gliniarze (898, 899) – serial paradokumentalny, Polska 2024
13.40 Dlaczego ja? (1528, 1529) – serial paradokumentalny, Polska 2026
Sabina szuka ojca, który przed laty porzucił rodzinę. Trafia do domu babci Maryli. Postanawia pomóc chorej staruszce. Jej przyjaciel, student farmacji, analizuje zioła i suplementy podawane Maryli przez sąsiadkę. Odkrywa coś niepokojącego.
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.25 Interwencja – magazyn reporterów
16.40 Gliniarze (1095, 1096) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Na leśnym parkingu znaleziono zwłoki kobiety. Adam i Olga ustalają, że była zawodniczką MMA, którą zdyskwalifikowano za doping. By znaleźć zabójcę, detektywi organizują prowokację. Angażują w nią policjantkę z Wydziału Techniki Operacyjnej.
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń" – program publicystyczny
19.35 Sport, pogoda

TVN HD DVB-T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1712) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (10): Tarnów – Pizzeria Bujani – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.20 Doradca smaku (31) – magazyn kulinarny
11.25 Kuchenne rewolucje (10): Karpacz – Geneza Smaku – program rozrywkowy
12.35 Ukryta prawda (1501, 1502, 1737) – serial paradok., Polska
15.45 Detektywi (121) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
Młoda kobieta zgłasza zaginięcie ojca. Senior ma złą opinię w okolicy, ponieważ donosi na sąsiadów i gromadzi kompromitujące informacje.
16.50 Szpital św. Anny (77) – serial obyczajowy, Polska 2026
Tomek postanawia zaangażować się w poszukiwania Marty i Kai. Tymczasem do personelu szpitala dołącza nowa pielęgniarka, Sabina Krawczyk.
17.55 Młode gliny (33) – serial kryminalny, Polska 2026
Policja bada sprawę zabójstwa Marleny i zaginięcia jej synka. Podejrzenia padają na byłego partnera kobiety, lecz mężczyzna ma mocne alibi.
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów
20.15 Na Wspólnej (4253) – serial obyczajowy, Polska 2026

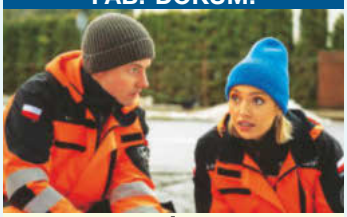
KRYMINALNY



20.30 07 zgłoś się (5): 24 godziny śledztwa – Polska 1978
Porucznik Borewicz usiłuje rozwiązać zagadkę tajemniczej śmierci Katarzyny Jańczak zamordowanej wieczorem w drodze z pracy do domu. Podejrzany jest jej kolega, Adam Fordon, wychowanek domu poprawczego.

21.40 Poświęciłem wszystko, życie poświęciłem – Jerzy Stuhr – film dokumentalny, Polska 2024
22.40 Zaginiony w akcji – film sensacyjny, USA 1984, reż. Joseph Zito, wyk. Chuck Norris, M. Emmet Walsh, David Tress, 110 min
0.30 Kochając Pabla, nienawidząc Escobara – dramat biograficzny, Hiszpania/Bułgaria 2017, reż. Fernando León de Aranoa, wyk. Javier Bardem, Penélope Cruz, Peter Sarsgaard, 135 min
2.45 Nie powiesz nikomu? – komedia romantyczna, USA 2019, reż. Elise Duran, wyk. Alexandra Daddario, Tyler Hoechlin, Sunita Mani, 95 min
4.20 Wykrywacz kłamstw – publ.
4.40 Reporterzy – mag. reporterów
4.50 Zakończenie

FAB.-DOKUM.



21.50 Na sygnale (881, 882): Dawni znajomi; Nikt nikogo nie kocha – Polska 2026
Britney wpada na Aleksandra, przemytnika, który więził Patrycję. Gdy w jego żołądku pęka kapsułka z narkotykami, o życie bandyty walczy ekipa doktora Góry. Kilka godzin później Julka i Alek zostają brutalnie napadnięci.

22.55 Berlin Ku'damm 59 (7) – serial obyczajowy, Niemcy 2018
Będąca w zaawansowanej ciąży Monika stawia czoło wyzwaniom. Na świat przychodzi jej córka. Kobieta przekazuje ją siostrze.
23.50 PitBull 2 (14) – serial sensacyjny, Polska 2007
0.45 Karol, władca Hiszpanii (13) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015
1.45 Nasz dom w górach (20): Druga szansa, część 2 – serial obyczajowy, Niemcy 2023
2.40 Jednostka 414 – strażniczki z Nahal Oz – film dokumentalny, Francja 2025
3.40 Rodzinka.pl – serial komediowy, Polska 2025
4.10 Zakończenie

SENSACYJNY

20.00 Szybko i wściekle FILM – USA/Japonia 2009, 135 min
Dominic Toretto prowadzi śledztwo dotyczące śmierci ukochanej. Trafia na trop króla heroiny. Podczas organizowanego przez mafiosa wyścigu samochodowego spotyka dawnego znajomego, O'Connera. Łączy z nim siły przeciw wspólnemu wrogowi.

22.15 Ultimatum Bourne'a FILM – film sensacyjny, USA/Niemcy 2007, reż. Paul Greengrass, wyk. Matt Damon, Julia Stiles, David Strathairn, Scott Glenn, 155 min
Ministerstwo Obrony przejmuje kontrolę nad programem Treadstone. Były agent Jason Bourne zna tajemnice projektu. Ścigany przez zabójców mężczyzna próbuje zrekonstruować przeszłość, której nie pamięta.
0.50 Kingsman: Tajne służby FILM – komedia sensacyjna, Wielka Brytania 2014, reż. Matthew Vaughn, wyk. Colin Firth, Taron Egerton, Samuel L. Jackson, Adrian Quinton, 165 min
3.35 Nasz nowy dom (298) – reality show

SENSACYJNY

20.50 Epidemia FILM – USA 1995, 160 min
Wojskowy epidemiolog bada wirusy występujące w lasach tropikalnych. Trafia do osady, której ludność została zdziesiątkowana przez tajemniczą chorobę. Jest przekonany, że zaraza dotrze do USA. Wkrótce wirus atakuje mieszkańców Kalifornii.

23.30 Kuba Wojewódzki (4) – talk-show
0.45 Bez śladu – film kryminalny, FILM Wielka Brytania 2018, reż. Kristoffer Nyholm, wyk. Peter Mullan, Gerard Butler, Emma King, Gary Lewis, 125 min
Rok 1900, Szkocja. Latarnicy Thomas, James i Donald znajdują na skałach rozbitka oraz tajemniczy kufer ze złotem. Wkrótce w okolicy zjawiają się bezlitośni bandyci, którzy pragną odzyskać swój drogocenny łup.
2.50 Uwaga! – magazyn reporterów
3.10 Wallander 2 (3) – serial kryminalny, Szwecja/Niemcy/Dania 2009
5.00 Nauka jazdy 5 (25) – program rozrywkowy

eprasa.pl 641f6b47df

TVN 7 HD DVB-T2

5.25 Ten moment (7) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 Szkoła (828-830) – serial paradokumentalny, Polska 2020
8.45 Ukryta prawda (1350, 1469, 1470) – serial paradokumentalny, Polska
11.50 W-11 – Wydział Śledczy (1135-1137) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2014
13.55 Kryminalni 2 (4): Błękitny pokój – serial kryminalny, Polska 2005
15.00 Szpital (806, 807) – serial paradokumentalny, Polska 2018
17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (518): Różowy metal – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
18.00 SOS Ekipy w akcji (30) – serial paradokumentalny, Polska 2018 Ratownicy medyczni spieszą na pomoc porażonemu prądem dwunastolatkowi, który utknął w oknie domku na działkach. Sytuacja przyczynia się do odkrycia przez nich dramatu białoruskiej rodziny. Z kolei funkcjonariusze policji zostają wezwani przez leśniczego, który znalazł przestraszonego chłopca.
19.00 Ukryta prawda (1541) – serial paradokumentalny, Polska 2023 Mieszkająca za granicą Patrycja przyjeżdża wraz z partnerem do Polski. Podczas odwiedzin przekonuje się, że siostra jest uzależniona od alkoholu. Każe jej iść na odwyk. W przeciwnym razie zabierze córkę krewnej do Niemiec.

TV PULS HD DVB-T2

6.00 Policjanci z Miami 3 (18, 19): Podsłuch; Przerosty biurokracji – serial kryminalny, USA 1987
8.00 Kobra – oddział specjalny (11, 12): Zły dzień; Swobodny spadek – serial sensacyjny, Niemcy 2017
10.00 Maria z przedmieścia (79, 80) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (126) – serial obyczajowy, Meksyk 2008 Estefania i Isabel próbują dowiedzieć się, co się stało z Marichuy. Amador oskarża Anę Julię o podmienienie kul w pistolecie. Lekarz zawiadamia rodzinę, że operacja Marichuy się udała.
13.00 Wspaniałe stulecie (60) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 Kurierzy 2 (45) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 11 (562, 563) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy 2 (46) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023 Wiesław przebywa w domu seniora wbrew swojej woli. Często kupuje przez internet zakazane w placówce towary, m.in. alkohol. Roman staje się świadkiem wizyty policji.
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (983, 984) – serial obyczajowy, Polska 2026 Piętnastoletni Adaś regularnie jest upokarzany przez Jessikę. Pedagog informuje matkę chłopca, że dawno nie pojawił się on w szkole i być może boryka się z depresją. Kobieta jest w szoku.

PULS 2 HD DVB-T2

5.55 Ale numer! 21 (10) – pr. rozrywk.
6.20 Cosie-Ktosie (22) – serial anim.
6.30 Kajko i Kokosz 2 (22) – serial animowany, Polska 2021
6.45 SamSam: Kosmiczne przygody (12) – serial anim.
7.00 Blaze i megamaszyny 6 (19) – serial animowany, USA 2020
7.30 Psi Patrol 2 (11) – serial anim.
7.50 Dora (3) – anim., Kan./USA 2024
8.30 Wielkie przygody małego rekina (22) – serial dla dzieci, Korea Południowa/USA 2020
8.50 Masza i Niedźwiedź (21, 22) – serial animowany, Rosja 2012
9.20 Straszne historie Maszy (22) – serial animowany, Rosja 2016
9.25 Świnka Peppa 2 (38-40) – serial animowany, Wielka Brytania 2005
9.45 Bing (35, 36) – serial animowany
10.00 Jeżyk i Przyjaciele (11, 10) – serial animowany, Polska
10.35 Spidey i superkumple 2 (29, 28) – serial anim., USA 2022
11.35 Gus. Mały – wielki rycerz (21, 22) – serial anim., Fr. 2021
12.00 Psi Patrol (8) – anim., Kan./USA
12.35 Marta mówi (29) – serial anim.
13.00 Smerfy (202, 203) – serial anim.
14.00 My Little Pony: Przyjaźń to magia (1, 2) – anim., USA/Kanada
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2 (39, 40) – anim., Fr./Jap./Korea Południowa 2017
16.00 Fineasz i Ferb 2 (23, 24) – serial animowany, USA 2007-2011
17.00 Smerfy (204, 205) – serial anim.
18.00 Pingwiny z Madagaskaru (5, 6) – serial animowany, USA
19.00 Kacze opowieści (18, 19) – serial animowany, USA 1987

NETFLIX

FARCIARZ GILMORE 2

Po latach Happy Gilmore (Adam Sandler) wraca na pole golfowe. Ma ważny powód – chce zdobyć pieniądze na opłacenie szkoły baletowej córki. Jego nietypowy styl gry ponownie wzbudza kontrowersje i prowadzi do wielu zabawnych sytuacji. Nie będzie ich brakować w trakcie pojedynku z rywalem.
▶komedia, USA 2025; 117 min

180

Zak (Prince Grootboom) to były gangster, który próbuje zerwać z przeszłością. Wszystko zmienia się po incydencie drogowym, w wyniku którego jego syn trafia do szpitala w stanie krytycznym. Zrozpaczony ojciec postanawia sam wymierzyć sprawiedliwość. Obsesyjnie goni za zemstą.
▶thriller, RPA 2026; 94 min

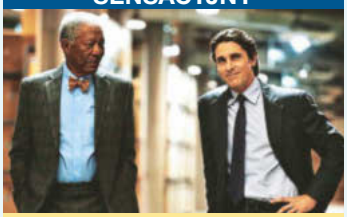
POD WIATR

Ania (Sonia Mietielica), przyszła studentka medycyny w Londynie, spędza wakacje w mekce polskiego surfingu. Na Helu poznaje instruktora kitesurfingu Michała (Jakub Sasak). Za jego sprawą wkracza do nieznanego dotąd świata. Rodzące się między nimi uczucie nie zyskuje akceptacji otoczenia.
▶komediodramat, Polska 2022

LEANNE

Leanne (Leanne Morgan) przeżywa wstrząs, kiedy mąż porzuca ją dla innej. Kobieta musi stawić czoło nowej rzeczywistości. Może liczyć na wsparcie bliskich, w tym siostry Carol (Kristen Johnston), która pomaga jej wyjść z każdego kryzysu. Singielka w średnim wieku znów zaczyna chodzić na randki.
▶serial kom. (16 odc.), USA 2025

SENSACYJNY



20.00 FILM Mroczny rycerz powstaje – USA/Wielka Brytania 2012, 205 min

HIT DNIA

W Gotham City pojawiają się włamywaczka w przebraniu kota oraz terrorysta Bane. Jego zbrodnicze plany zmuszają Bruce'a Wayne'a do wyjścia z cienia. Po ośmiu latach powraca jako Batman, by stawić czoło złu. Ostatni film z serii o Człowieku Nietoperzu w reżyserii Christophera Nolana.

23.25 FILM Annabelle: Narodziny zła – horror, USA 2017, reż. David F. Sandberg, wyk. Anthony LaPaglia, Samara Lee, Miranda Otto, Brad Greenquist, 140 min Lalkarz Samuel i jego żona Esther zapraszają do domu zakonnicę Charlotte, której towarzyszy sześć dziewczynek z sierocińca. Goście stają się celem opętanej lalki.
1.45 FILM Sierota – horror, USA/Kanada/Niemcy 2009, reż. Jaume Collet-Serra, wyk. Vera Farmiga, Peter Sarsgaard, Isabelle Fuhrman, CCH Pounder, 135 min
4.00 Zgłoś remont 11 (8) – program rozrywkowy

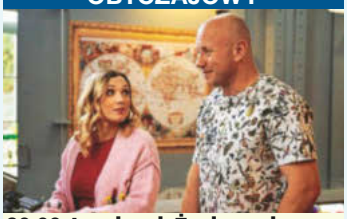
DRAMAT SENSACYJNY

20.00 FILM Wtorki z Van Damme'em: Skazany na piekło – USA 2003, 120 min

Rosja. Żona inżyniera z USA, Kyle'a LeBlanca, zostaje zabita. Ten mści się na zabójcy i trafia z dożywotnim wyrokiem do więzienia. Bierze udział w organizowanych przez strażników walkach. Dostosowuje się do panujących tam warunków i zdobywa szacunek współwięźniów.

22.00 FILM 6 kul – film sensacyjny, USA 2012, reż. Ernie Barbarash, wyk. Jean-Claude Van Damme, Joe Flanigan, Anna-Louise Plowman, Charlotte Beaumont, 135 min
0.15 FILM Przetrwanie – dramat przygodowy, USA/Wielka Brytania 2011, reż. Joe Carnahan, wyk. Liam Neeson, Dermot Mulroney, Frank Grillo, James Badge Dale, 135 min
2.30 Dzielnica strachu 10 (443): Nigdzie – serial kryminalny, Polska 2025
3.30 Lombard. Życie pod zastaw 18 (979) – serial obyczajowy, Polska 2026
4.35 Zobacz to! – pr. powtórkowe

OBYCZAJOWY



20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (971) – Polska 2026

Klientka szuka prezentu dla partnera z kursu tanecznego. Uważa, że między nimi iskrzy. Beton wraca do domu po skomplikowanej akcji. Andżelika przychodzi na kolejne spotkanie grupy wsparcia. Guru proponuje jej wyjazd.

21.00 Dzielnica strachu 10 (453, 454) – serial kryminalny, Polska 2025-2026
23.00 FILM Super Mario Bros – komedia s.f., USA/Wielka Brytania 1993, reż. Rocky Morton, wyk. Bob Hoskins, John Leguizamo, Dennis Hopper, Samantha Mathis, 140 min
1.20 Dzielnica strachu 10 (449): Lokator – serial kryminalny, Polska 2025-2026
2.00 Lombard. Życie pod zastaw 12 (654) – serial obyczajowy, Polska 2023
3.00 Lombard. Życie pod zastaw 5 (218, 219) – serial obyczajowy, Polska 2019
5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (518) – serial obyczajowy, Polska 2022

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (2, 3) – serial kryminalny, USA 2011
7.30 Ostry dyżur 2 (3, 4) – serial obyczajowy
9.25 Castle 4 (5, 6) – serial kryminalny, USA 2011
11.15 MacGyver 4 (3, 4) – serial akcji, USA 2020
13.10 Dowody zbrodni 2 (8, 9) – serial kryminalny, USA 2004
15.10 Agenci NCIS: Hawaje 2 (4, 5) – serial kryminalny
17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (3, 4) – serial krym., USA/Kanada 2004
19.05 Castle 4 (7, 8) – serial kryminalny, USA 2011

TVP SERIALE

5.45 Rodzinka.pl (116) – serial kom., Pol. 2013
6.15 Na sygnale (498, 499) – serial fab.-dokum.
7.20 Ojciec Mateusz 4 (48) – krym., Pol. 2010
8.20 Komisarz Alex 3 (37) – serial krym., Polska
9.10 Rodzinka.pl (117)
9.45 Klan (1464) – telen.
10.20 Ranczo 9 (115, 116)
12.00 Komisarz Alex 3 (38)
12.50 Ojciec Mateusz 31 (398-400) – krym., Pol.
15.30 Komisarz Alex 3 (39) – serial krym., Polska
16.20 Na sygnale (500, 501) – serial fab.-dokum.
17.30 Ranczo 9 (117) – serial obycz., Polska
18.30 Ranczo 10 (118) – serial obycz., Polska

TVP KULTURA HD

9.00 Wojna domowa (9, 10) – serial obycz.
10.50 Cham – dram. obycz., Polska 1979, 100 min
12.30 Ordonka – film dokum., Polska 1993
13.35 TVP Kultura na Nowych Horyzontach – felieton, Polska 2026
13.50 Kosmos 1999 (16) – serial s.f.
14.55 Mój Nikifor – film biograficzny, Polska 2004, 110 min
16.45 Wojna domowa (11, 12) – obycz., Pol.
18.20 Poszukiwacze zaginionych dzieł sztuki (9) – serial dok.
18.55 Rawhide (17) – serial przygodowy, USA 1959

ALE KINO+ HD

6.30 Polska z góry 2 (3) – serial dok., Pol. 2018
7.00 The Hero – film krótkometraż.
7.40 Ciotka Hitlera – dramat wojenny, Polska 2021, 105 min
9.25 Wolna krowa – film krótkometraż.
10.00 Bestia 3 (3, 4) – serial kryminalny, Kan. 2025
12.00 Vera 9 (4) – krym.
13.55 Opera! – dramat obyczajowy, Francja/Włochy 2024, 135 min
16.10 Czterej muszkieterowie – film przyg., USA/Wielka Brytania/Hiszp. 1974, 125 min
18.15 Vera 10 (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

CANAL+ PREMIUM HD

10.35 Łapu capu – pr. rozr.
10.40 Miss mokrego podkoszulka – kom., Polska 2002, 60 min
11.40 MTV Unplugged: Maryla Rodowicz
13.00 Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć (3, 4) – serial komediowy, Fr.
14.05 Riefenstahl – film dokum., Niemcy 2024
16.00 Premierowa jazda – magazyn
16.15 Mamma Mia! – kom. muz., USA/Wlk. Bryt./Niemcy 2008, 110 min
18.05 Łapu capu – pr. rozr.
18.10 Mamma Mia! Here We Go Again – kom. muz., USA/Wlk. Bryt./Chiny 2018, 110 min

HBO HD

9.00 Noe: Wybrany przez Boga – dramat przygodowy, USA 2014, 135 min
11.15 Zabawy z piłką – komedia, USA/Niemcy 2004, 90 min
12.45 Jane Austen zrujnowała mi życie – komedia romant., Francja 2024, 95 min
14.20 Green Book – dramat obyczajowy, USA 2018, 125 min
16.25 Bird – dram. obycz., Wielka Brytania/USA/Francja 2024, 115 min
18.20 Nocna suka – komediodramat, USA 2024, reż. Marielle Heller, 100 min
20.00 The Pitt 2 (2) – obycz.

20

KRYMINALNY

21.05 Rekrut 5 (1) – USA 2022-2023

John znów mierzy się z seryjną morderczynią. Bradford i Chen współpracują z agentką Lopez i wydziałem policji z Las Vegas. Ich celem jest ujęcie przywódców organizacji przestępczej.

22.00 Rekrut: FBI (1) – serial kryminalny
23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (3, 4) – serial krym.
0.45 Castle 4 (7, 8) – krym.
2.40 Rekrut 5 (1) – krym.
3.40 Rekrut: FBI (1) – serial kryminalny

KRYMINALNY

19.25 Ojciec Mateusz 31 (401) – Polska 2024

W domu spokojnej starości umiera emerytowany ordynator szpitala. Mateusz zwraca uwagę na pewien szczegół. Tymczasem do księdza przyjeżdża dawna sympatia.

20.25 Ojciec Mateusz 4 (49) – krym., Pol. 2010
21.30 Ranczo 10 (119, 120)
23.20 Ojciec Mateusz 31 (402) – krym., Pol. 2024
0.20 Czarna śmierć (4)
1.20 Polowanie na ćmy (7) – serial hist., Polska
2.20 Dom pod Dwoma Orłami (1) – obycz.

TEATR TELEWIZJI

20.00 Morderstwo odkrywa prawdę – Polska 1976

Inspektor policji bada okoliczności śmierci Maureen Jordan. O zbrodnię podejrzewa jej męża Roberta. Ten postanawia wyjaśnić sprawę na własną rękę.

21.45 Stara strzelba – hist., Fr./RFN 1975, 110 min
23.35 Bukolika – film dokum., Polska 2021
1.00 Midnight Express – dramat sensacyjny, USA/Wielka Brytania 1978, reż. Alan Parker, 135 min

DRAMAT OBYCZAJOWY

20.10 Premiera: Księżyc nad Karoliną – USA/Kanada 2007, 125 min

Tori w dzieciństwie przeżyła dramat. Teraz wraca w rodzinne strony, by zmierzyć się z traumą. Dowiaduje się, że trwa tu śledztwo w sprawie serii morderstw dzieci.

22.15 Sorry, Baby – komediodramat, USA/Hiszpania/Francja 2025, 125 min
0.20 Na własnych warunkach – dramat obyczajowy, Francja/Tajwan 2024, 120 min
2.20 Belfer 3 (8-ost.)

MELODRAMAT

20.00 P! Dreams – Meksyk/USA 2025, 95 min

Zdolny tancerz baletowy z Meksyku, Fernando, dostaje się nielegalnie do USA. Zjawia się w domu bogatej filantropki Jennifer, z którą połączył go romans. Burzy jej wygodne życie.

21.35 Triumf i upadek. Historia Michaela Jacksona (4) – dok.
22.40 Dalej jazda! 2 – komedia, Polska 2025, 105 min
0.25 Namierzony – dramat sensacyjny, USA/Wł. 2025, 105 min

KOSTIUMOWY

20.50 Ta inna siostra Bennet (6) – Wlk. Bryt.

Spotkanie Mary z rodziną w Pemberley przerywa wizyta pana Rydera. Kobieta próbuje odgadnąć intencje gościa.

21.20 Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem (5)
21.50 Czwarta ściana – dram. obycz., Fr./Bel. 2024, 115 min
23.45 Prawdziwy ból – komediodramat, USA 2024, 90 min
1.15 Nóż w nocnej ciszy – horror kom., USA/Wlk. Bryt./Kan. 2023, 85 min

AXN WHITE

7.20 Rekrut (16) – serial krym.
8.10 Szpital nadziei 5 (3)
9.10 Dom nad rozlewiskiem (4, 5) – serial obycz., Polska
11.20 Agenci NCIS 11 (3-5)
14.15 Szpital nadziei 5 (4)
15.15 Gwiazdka w Cape Cod – dramat obyczajowy, USA 2021, 225 min
19.00 Dr House 3 (22) – obycz.
20.00 Dowody zbrodni 3 (12, 13) – serial kryminalny
21.55 Rekrut (17) – serial krym.
22.50 Agenci NCIS 11 (3-5)
1.30 Dowody zbrodni 3 (12, 13) – serial kryminalny
3.10 Zaklinacze koni 4 (2, 3)
5.05 Szpital nadziei 5 (4)

AXN BLACK

9.45 Gwiezdne wrota 5 (20-22) – s.f., Kan./USA 2002
12.45 Kobra – oddział specjalny 12 (3) – sens.
13.50 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (22) – sens., USA
14.50 Drużyna A 3 (14) – sens.
15.50 Nieustraszony 2 (7)
16.55 Zagadki z przeszłości 2 (18) – przyg., Fr./Niem./Kan.
17.55 Gwiezdne wrota 6 (1-3) – serial s.f., USA/Kan. 2002
21.00 Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu – film fantasy, Australia/USA 2009, reż. Chris Weitz, 150 min
23.30 Londyński bulwar – film kryminalny, 2010, 135 min

WARNER TV

8.40 Bajer z Bel-Air 6 (7, 8)
9.35 Prawo Agaty 4 (1)
10.35 Pełniejsza chata (11, 12)
11.50 Teraz albo nigdy! 2 (9, 10)
13.40 Bajer z Bel-Air 6 (7-10)
15.35 Pełniejsza chata (11-13)
17.15 Pełniejsza chata 2 (1)
17.55 Akademia policyjna – kom., USA 1984, 120 min
19.55 Facet z ogłoszenia – komedia romantyczna, USA 2005, 125 min
22.00 W samym sercu morza – film przyg., 2015, 140 min
0.20 Wysłannik przyszłości – film s.f., 1997, 210 min
3.50 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (14, 15)

POLSAT SERIALE HD

6.00 Gliniarze (211-213) – serial paradokumentalny, Polska
9.00 Co ludzie powiedzą? (33-38) – serial komediowy
12.55 Kowalscy kontra Kowalscy (13-16) – obycz.
14.55 Świat według Kiepskich (437-440) – kom., Pol. 2014
16.55 Columbo (38, 47) – serial kryminalny, USA
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (175-178) – serial kryminalny, USA
0.50 Ślad (76, 77) – krym., Pol.
2.50 Święty (242, 243) – serial komediowy, Polska 2022
4.00 48h. Zaginieni (139, 140) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.00 Łapu capu – pr. rozrywk.
6.05 Fuks – komedia sens., Polska 1999, 85 min
7.30 Dziki robot – film animowany, 2024, 100 min
9.10 Łapu capu – pr. rozrywk.
9.15 Długi weekend – film obycz., Polska 2004, 70 min
10.25 Sigourney Weaver. Ikona kina akcji
11.20 Masz ci los! – komedia, Polska 2023, 85 min
12.45 Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu – film fantasy, 2009, 130 min
14.55 Listy do Julii – komedia romant., USA 2010, 100 min
16.35 Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego
18.05 Ultimatum Bourne'a – film sensacyjny, USA/Niemcy 2007, 110 min
19.55 Łapu capu – pr. rozrywk.
20.00 Wujowy dwór – komedia, Wlk. Bryt./USA 2025, 95 min
21.35 Wojna o przetrwanie – horror, Australia 2025, reż. Luke Sparke, 130 min
23.45 Stiller – dramat obyczajowy, 2025, 95 min
1.20 To nie mój film – komediodramat, Polska 2024, 100 min
3.00 PRO8L3M „REALITYCHECK"
3.55 Wrooklyn Zoo – dramat obycz., Pol. 2024, 125 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 Naruto 3 (15-17) – serial anime, Japonia 2003-2004
11.20 13 posterunek 2 (13-15) – serial komediowy, Polska
13.05 Chwile szczęścia (5) – serial dokumentalny, Pol.
14.00 Hollywood Buzz – magazyn filmowy
14.30 Naruto 3 (18-20) – serial anime, Japonia 2003-2004
16.05 Łapu capu Extra (6) – program rozrywkowy
16.40 Planeta Singli. Osiem historii (2) – serial komediowy, Polska 2021
17.30 To jest żużel (13-16) – serial dokumentalny, Pol.
20.00 Belfer 3 (7, 8) – serial kryminalny, Polska 2023
21.40 Premierowa jazda (1) – magazyn
22.00 Koniec lata (1) – serial kryminalny, Szwecja 2023
23.00 Premiera: Spartakus: Bogowie areny (3) – serial historyczny, USA 2011
0.00 Rodziny takie jak nasza (7) – serial obycz., Dania/Szwecja/Wielka Brytania
1.00 Miłość, seks & pandemia (3, 4) – serial obyczajowy, Polska 2021
2.35 Prosta sprawa (3, 4) – serial kryminalny, Polska
4.45 Premierowa jazda – magazyn
5.05 Złombol (2) – serial dokumentalny, Polska 2019

CANAL+ 360 HD

6.00 Złombol (5) – serial dok.
7.00 Lotnisko na Alasce 3 (1)
8.00 Porzucone konstrukcje (8) – serial dok., Wlk. Bryt.
9.00 Okręty wojenne (6) – dok.
9.55 Co poszło nie tak 3 (3)
11.00 Grip – w świecie supersamochodów (9, 10) – serial dokum., 2022
13.10 Wolne duchy. Starcie z żywiołami (7) – dok.
14.00 Chwila prawdy (2) – dok.
15.00 Okręty wojenne (7) – dok.
16.00 Lotnisko na Alasce 3 (2)
16.55 Futbolowa gorączka. Bitwa o Premier League (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.00 Porzucone konstrukcje (9) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.55 Chwila prawdy (1) – dok.
19.50 Futbolowa gorączka. Bitwa o Premier League (2) – serial dok., Wlk. Bryt.
20.50 Co poszło nie tak 3 (6)
21.55 Porzucone konstrukcje (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
23.00 Lotnisko na Alasce 2 (6)
0.00 Zabójcze drogi (2) – dok.
1.05 Luis Enrique: Nie macie k** pojęcia** (1) – dok.
2.00 Polska z góry: Stadiony (3) – serial dok., Polska 2024
2.40 Przykrywkowcy. Podwójna gra (2) – dok.
3.45 Zwierzęta Wajraka 2 (5, 6) – serial dok., Pol. 2021
4.55 Pogotowie remontowe Wieśka 3 (6, 7) – mag.

HBO 2 HD

12.25 Kolejna zwyczajna przysługa – czarna kom., USA 2025, 115 min
14.20 Jasełka wszech czasów – komedia przygodowa, Kanada 2024, 95 min
15.55 Teściowie 3 – komedia, Polska 2025, 90 min
17.25 Spider-Man 2 – film przygodowy, 2004, 125 min
19.30 I.S.S. – thriller s.f., USA 2023, 95 min
21.05 Koszmar minionego lata – horror, USA 1997, reż. Jim Gillespie, 100 min
22.45 Tokyo Vice (3) – krym.
23.40 Panna młoda! – horror, USA 2026, 125 min

HBO 3 HD

14.50 Harry Potter i Czara Ognia – film przyg., USA/Wlk. Bryt. 2005, 155 min
17.25 Co będzie dalej? – komediodramat, USA 2023, 105 min
19.10 Biały Lotos 2 (2) – kom.
20.10 Stamtąd (4) – serial grozy
21.00 The Pitt 2 (2) – obycz., USA
21.45 Ta inna siostra Bennet (6) – kostium., Wlk. Bryt.
22.20 Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem (5) – kom.
22.50 Nie! – thriller, Japonia/Kanada/USA 2022, 130 min
1.00 Oszukać przeznaczenie: Więzy krwi – horror, USA/Kanada 2025, 110 min

eprasa.pl 641f6b47df

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 **Górale** (27-29) – dok.
7.25 **Doktor Martin** (48) – serial obyczajowy
8.30 **Przyjaciółki** (159, 160) – obycz., Pol.
10.25 **Świat według Kiepskich** (16, 17, 107, 108, 196, 35) – serial kom., Polska
13.40 **Gra dla dwojga** FILM – komedia szpiegowska, USA/Niemcy 2009, 160 min
16.20 **Królewna Śnieżka i Łowca** FILM – baśń filmowa, USA 2012, reż. Rupert Sanders, 150 min
18.50 **Salon piękności** FILM – komedia, USA 2005, reż. Bille Woodruff, 130 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Tata ma plan 4** (7, 8) – serial komediowy, USA 2020
7.00 **Dwóch i pół 7** (20-22) – serial komediowy, USA 2009-2010
8.25 **Dwóch i pół 8** (1) – serial komediowy, USA 2010
8.55 **Przyjaciele** (1-6) – serial komediowy, USA 1994-1996
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 10** (11-16) – serial komediowy, USA 2016-2017
14.30 **Dwóch i pół 8** (2-5) – serial komediowy, USA 2010
16.30 **Przyjaciele** (7-12) – serial komediowy, USA 1994-1996

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (800) – serial paradokum.
6.00 **Top 100: filmy wszech czasów** (6)
6.30 **Seriaale Top 5** (6)
6.45 **Zakochani po uszy** (117, 118) – telen., Pol.
7.45 **Detektywi** (133-136) – serial fab.-dokum.
9.50 **Prawo Agaty 4** (13)
10.55 **Lekarze** (7) – obycz.
11.55 **Zapukaj do moich drzwi** (20, 21) – telen.
13.55 **Prawo Agaty 4** (12)
14.55 **Detektywi** – fab.-dok.
16.00 **Na Wspólnej** (13, 14) – serial obycz., Polska
17.05 **Motywy filmowe** (4)
17.35 **Liga** FILM **Sprawiedliwości** – przyg., USA/Kan./Wlk. Bryt. 2017, 145 min

13 ULICA

6.10 **Fałszerstwo** (4) – serial kryminalny, Fr.
6.55 **Zagadki Hailey** FILM **Dean: Zbrodnia w afekcie** – film kryminalny, USA 2016, 110 min
8.45 **Morderstwo** FILM **w Rochefort** – krym., Francja 2021, 120 min
10.45 **Mentalista 3** (15-18) – serial kryminalny
14.25 **Zagadki Hailey** FILM **Dean: Nawiedzony dom** – film kryminalny, USA 2017, 110 min
16.15 **Morderstwa** FILM **w górach Vercors** – film kryminalny, Francja 2019, 125 min
18.20 **Mentalista 3** (19-22) – serial kryminalny

KINO POLSKA

6.50 **Polska Kronika Filmowa** – serial dok.
7.15 **Podróże kapitana Klipera** (13, 1) – anim.
7.40 **Bolek i Lolek** (9, 10) – serial animowany
8.00 **Podróż za jeden uśmiech** (7) – przyg.
8.45 **Ranking naj polskiego kina** (3)
9.20 **To nie ze mną 2** (8, 9) – serial obyczajowy
10.35 **Wracając do Marka** – film dokum., 2002
11.45 **Tama** – etiuda film.
12.30 **Znachor** – dramat FILM obycz., 1981, 160 min
15.10 **Tam i z powrotem** FILM – film obyczajowy, 2001, 150 min
17.40 **Czterej pancerni i pies** (1, 2) – wojenny

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Kabaretowe hity** (1) – program rozrywkowy
6.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat** – cykl reportaży, Pol.
7.50 **Robert Makłowicz** (205, 194) – mag. kulin.
9.45 **Zagadki kryminalne panny Fisher 2** (7) – serial krym., Australia
10.55 **Górski lekarz** (11, 12) – serial obycz., Niemcy
12.55 **Zagadki kryminalne panny Fisher 2** (8) – serial krym., Australia
14.00 **Zajazd. Będzie się działo** (7, 8) – obycz.
16.00 **Katastrofy w przestworzach** (9, 3, 10) – dok., Kan.
19.00 **Aukcja w ciemno 2** (21, 22) – serial dokum.

KOMEDIA

21.00 **Kobiety bez wstydu** FILM – Polska 2016, 145 min

Psychoterapeuta Piotr nawiązuje romans ze swoją podopieczną, Alicją, żoną gangstera. Niebawem mafioso ginie. Podejrzenie o zbrodnię przynosi Piotrowi popularność.

23.25 **It Ends with Us** FILM – dramat obyczajowy, USA 2024, reż. Justin Baldoni, wyk. Blake Lively, 155 min
2.00 **Fala zbrodni** (87-89) – serial sens., Pol. 2007
5.00 **Na ratunek 112** (881, 882) – serial paradokum., Pol. 2024

KOMEDIOWY

19.30 **Teoria wielkiego podrywu 10** (17-22)

Wszyscy szykują się do ponownego otwarcia sklepu z komiksami Stuarta. Penny uczy Sheldona odpuszczania. Niebawem Howard dostaje szokującą wiadomość.

22.00 **The Office PL 3** (5, 6)
23.05 **Comedy Club 9** (5, 6)
0.05 **Miasteczko South Park 4** (4, 5)
1.00 **Pracoholicy 5** (6, 7)
2.00 **Śmieszniej nie będzie 2** (15, 16)
3.00 **Miasteczko South Park 4** (1-3)
4.30 **Comedy Club** (2-4)

SENSACYJNY

20.00 **Piekielna głębia** FILM – USA 1999, 140 min

Dr McCallister prowadzi badania nad inteligencją rekinów. Przeciwnikiem jej kontrowersyjnych eksperymentów jest Blake. Wkrótce dochodzi do tragedii.

22.20 **Furia** – dramat FILM wojenny, USA/Chiny/Wielka Brytania 2014, 155 min
0.55 **Siedem** – thriller, FILM USA 1995, 155 min
3.30 **Top 100: filmy wszech czasów** (10)
4.05 **Ukryta prawda** (1382) – paradok., Pol.

KRYMINALNY

22.00 **Flashback** (6) – Francja 2024

Zbliża się dzień, w którym zginąć ma Josselin. Elsa bada sprawę śmierci ucznia liceum i dowiaduje się, że jej brat Hugo współpracuje z przyszłym zabójcą jej ojca.

23.10 **Kobra – oddział specjalny** (2) – sens.
1.10 **Morderstwa** FILM **w górach Vercors** – film kryminalny, Francja 2019, 125 min
3.15 **Zagadki Hailey** FILM **Dean: Nawiedzony dom** – film kryminalny, USA 2017, 110 min

DRAMAT OBYCZAJOWY

20.00 **Cicha noc** FILM – 2017, 125 min

Adam pracuje w Holandii. Wraca na polską prowincję, aby spędzić Boże Narodzenie ze swoją rodziną. Wydarzenia wigilijnej nocy zaważą na losach jego bliskich.

22.05 **Ajlawju** – komedia, FILM 1999, reż. Marek Koterski, 110 min
23.55 **Zgorszenie** FILM **publiczne** – komedia romantyczna, 2009, 120 min
1.55 **Skazany na bluesa** FILM – dramat biograficzny, 2005, 145 min

SENSACYJNY

20.00 **13 godzin: Tajna** FILM **misja w Benghazi** – USA/Malta/Maroko 2016, 180 min

Rok 2012. Grupa islamistów atakuje konsulat USA w Libii. Przez kilkanaście godzin sześciu ochroniarzy, m.in. Jack, toczy walkę z terrorystami, aby ocalić dyplomatów.

23.00 **Psy** – dramat FILM sensacyjny, Polska 1992, 150 min
1.30 **Co mi zrobisz, jak** FILM **mnie złapiesz** – komedia, Polska 1978, reż. Stanisław Bareja, 135 min

20

CINEMAX HD

11.40 **Trucizna** – dramat FILM obyczajowy, 2024, 95 min
13.15 **Tymczasem na Ziemi** FILM – film s.f., 2024, 90 min
14.45 **Mleko** – dramat obycz., FILM Holandia 2023, 100 min
16.25 **Miłość Andrei** – komedia, FILM Hiszpania 2023, 100 min
18.05 **Ella i John** – kom. przyg., FILM Wł./Francja 2017, 115 min
20.00 **Incepcja** – thriller s.f., USA/ FILM Wlk. Bryt. 2010, 145 min
22.25 **Najczarniejsza godzina** FILM – horror s.f., 2011, 95 min
0.00 **Zjawa** – dramat FILM biograficzny, 2015, 155 min
2.35 **Obiecałeś mi morze** FILM – film obycz., 2023, 90 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 **Święty** (11, 12) – kom., Pol.
14.25 **Spadkobiercy** (7) – rozr.
15.25 **Co ludzie powiedzą? 2** (2) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 **Jedną nogą w grobie 5** (4) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 **Czarna Żmija 2** (4) – kom.
17.35 **Bob kocha Abisholę** (5-7)
19.00 **Dwóch i pół 7** (20-22)
20.30 **Dwóch i pół 8** (1) – kom.
21.00 **Świat według Kiepskich** (7-9) – serial kom., Pol. 2011
22.30 **Co ludzie powiedzą? 2** (3) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 **Jedną nogą w grobie 5** (5) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 **Czarna Żmija 2** (5) – kom.
0.30 **Comedy Club 4** (7) – rozr.

SCI FI

10.00 **Medium 2** (5, 6) – krym.
11.50 **Zagubiona tożsamość 4** (3, 4) – serial s.f., USA 2014
13.40 **Podziemny wstrząs** FILM – film katastroficzny, Wielka Brytania/USA 2024, 110 min
15.30 **Medium 2** (7, 8) – krym.
17.20 **Zagubiona tożsamość 4** (5, 6) – serial s.f., USA 2014
19.10 **Arktyczny Armagedon** FILM – film katastroficzny, USA 2023, 110 min
21.00 **Chappie** – film s.f., USA/ FILM Meksyk 2015, 150 min
23.30 **Wyspa fantazji** – horror, FILM USA 2020, 130 min
1.40 **Świat triasu** – horror s.f., FILM USA 2018, 105 min

FX HD

9.00 **Skymed** (1) – obycz., Kan.
10.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (16, 17) – krym.
11.55 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (11, 12)
13.45 **Agenci NCIS 10** (22, 23)
15.35 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (18, 19) – krym.
17.25 **Z archiwum X** (9, 10) – s.f.
19.15 **Agenci NCIS: Sydney** (1)
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (13, 14) – serial krym., USA/Kanada
22.00 **9-1-1: Nashville** (3)
22.55 **Z archiwum X** (10) – s.f.
23.55 **Terminal** – komedia FILM romant., USA 2004, 150 min
2.25 **Agenci NCIS 10** (23)

FILMBOX+ ONE HD

9.20 **Panna Scarlet i komisarz 2** (3) – krym.
10.20 **Panna Marple:** FILM **Tajemnica Bladego Konia** – film krym., Wielka Brytania/USA 2010, 120 min
12.20 **Hudson i Rex 4** (7, 8)
14.35 **Poirot** (2) – serial krym.
16.45 **Strażnik Teksasu 2** (14, 15) – serial sensacyjny
18.55 **Poirot** (3) – serial krym.
20.00 **Efekt motyla** – thriller, FILM USA 2004, 150 min
22.30 **Sąsiedzi 2** – komedia, FILM USA/Chiny 2016, 120 min
0.30 **Spacer w chmurach** FILM – melodramat, USA/ Meksyk 1995, 135 min

ROMANCE TV HD

12.25 **Statek marzeń** FILM **– Bora-Bora** – film obyczajowy, 2011, 115 min
14.20 **Dwoje wśród milionów** FILM – komedia, Niemcy 2023, 115 min
16.15 **Tajemnica waleni** (2) FILM – dramat przygodowy, Niemcy 2010, 105 min
18.00 **Górski lekarz** (172, 173)
20.00 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Kiedy cię odnajdę** – film obyczajowy, Niemcy 2023, reż. Marc Prill, 115 min
21.55 **Käthe i ja: Córeczka** FILM **tatusia** – dramat obycz., Niemcy 2020, 115 min
23.50 **Górski lekarz** (172, 173)

CINEMAX 2 HD

12.50 **Vitrival** – komedia, Belgia FILM 2025, 115 min
14.45 **Dosięgnąć kosmosu** FILM – film obycz., 1999, 105 min
16.30 **Ricky Bobby – Demon** FILM **prędkości** – komedia obyczajowa, 2006, 110 min
18.20 **Erin Brockovich** – dramat FILM obyczajowy, 2000, 130 min
20.30 **Django** – western, USA FILM 2012, reż. Quentin Tarantino, wyk. Jamie Foxx, Christoph Waltz, 165 min
23.15 **Grindhouse: Planet** FILM **Terror** – horror, USA 2007, 105 min
1.00 **Wrześniowe dzieci** FILM – dram. sens., 2024, 95 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

9.45 **Wszystkie stworzenia duże i małe 3** (3) – obycz.
10.45 **Lekarze na start** (9, 10)
12.10 **Zatraceni w miłości** (47)
13.10 **Marlow: klub zbrodni 2** (3) – krym., Wlk. Bryt./USA
14.10 **Agenci NCIS 17** (6)
15.00 **Panna Marple: Zatrute** FILM **pióro** – film kryminalny, USA 2006, 130 min
17.10 **Poirot 12** (2) – serial krym.
19.00 **Agenci NCIS 17** (7)
19.55 **Poirot 3** (9) – serial krym.
21.00 **Hiszpańska księżniczka** (4) – serial kostiumowy, USA
22.15 **Domina** (4) – serial hist.
23.25 **Poirot 3** (9) – serial krym.
0.35 **Agenci NCIS 17** (7)

NOVELAS+ HD

10.00 **Opowieść o wyspie** (6)
11.00 **Otchłań namiętności** (129) – telen., Meksyk 2012
12.00 **Za wszelką cenę** (99)
13.00 **Róże i grzechy** (28)
14.00 **Historia Juany** (56, 57)
16.00 **Róże i grzechy** (29)
17.00 **Za wszelką cenę** (100)
18.00 **Otchłań namiętności** (130) – telen., Meksyk 2012
19.00 **Macocha** (39) – telenowela
20.00 **Opowieść o wyspie** (7)
21.00 **Historia Juany** (57)
22.00 **Róże i grzechy** (29)
23.00 **Za wszelką cenę** (100)
0.00 **Otchłań namiętności** (130) – telen., Meksyk 2012
1.00 **Macocha** (39) – telenowela

FX COMEDY HD

9.25 **Diabli nadali** (10-13)
11.15 **Jim wie lepiej** (7, 8)
12.15 **Sposób użycia** – kom.
13.30 **Wszyscy kochają Raymonda 8** (15-19)
16.00 **Simpsonowie 32** (3-6)
18.00 **Jak poznałem waszą matkę 4** (15-17) – kom.
19.30 **Współczesna rodzina 9** (14-16) – serial komediowy
21.00 **Family Guy: Głowa rodziny 20** (3, 1)
22.00 **Epoka lodowcowa 3:** FILM **Era dinozaurów** – film animowany, 2009, 120 min
0.00 **Simpsonowie 31** (21, 22)
1.00 **Family Guy: Głowa rodziny 19** (16-19)

FILMBOX+ HITS HD

14.50 **Weekend z królem** FILM – dramat biograf., Wielka Brytania 2012, 105 min
16.35 **Joga dla dwojga** – obycz., FILM USA/Kanada 2019, 100 min
18.15 **Zaginiona** – thriller, USA FILM 2012, reż. Heitor Dhalia, 105 min
20.00 **Ostre słówka** FILM – komediodramat, USA/ Niemcy/Wielka Brytania 2005, 130 min
22.10 **Milczący las** – dramat FILM kryminalny, 2022, 110 min
0.00 **To nasza młodość** – kom. FILM obycz., 2014, 110 min
1.50 **Czworo do pary** – dramat FILM obyczajowy, 2014, 105 min

PARAMOUNT NETWORK HD

9.25 **Policyjna grupa pościgowa 17** (7) – dok.
10.20 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (7)
10.50 **Dzień Dobry TV** – kom. FILM obycz., 2010, 130 min
13.00 **Czarodziejki 4** (17, 18)
14.55 **Słodkie zmartwienia** FILM – komedia romantyczna, USA 1995, 120 min
16.55 **Transformers** – film s.f., FILM USA 2007, 185 min
20.00 **Transformers: Zemsta** FILM **Upadłych** – film s.f., USA 2009, reż. Michael Bay, wyk. Shia LaBeouf, 185 min
23.05 **Cloverfield Lane 10** FILM – thriller, USA 2016, 120 min

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 641f6b47df

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
11.30 **Lekkoatletyka:** Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 1. dzień
13.30 **Kolarstwo:** Tour de France – 21. etap
14.30 **Kolarstwo:** Tour de l'Ain – 1. etap (LIVE)
16.15 **Kolarstwo kobiet:** Tour de France
16.45 **Kolarstwo kobiet:** Tour de Pologne – 3. etap
17.15 **Biegi górskie:** GT World Series – Quebec – podsumowanie
17.45 **Formuła E:** ePrix Japonii – podsumowanie
18.45 **Szermierka:** MŚ – Hongkong 2026 – 4. dzień

POLSAT SPORT 1 HD
6.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
9.00 **Formuła 1:** Grand Prix Węgier Rok temu na torze Hungaroring najlepszy był Lando Norris.
10.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz finałowy
12.30 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
15.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
17.00 **Tenis:** Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 1. rundy gry pojedynczej (LIVE)

CANAL+ SPORT HD
6.00 **Ekstrapaka** – magazyn piłkarski
7.10 **Ekstraklasa po godzinach** – magazyn piłkarski
8.25 **1 na 1 Extra** – magazyn sportowy
9.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Oviedo – FC Barcelona
11.20 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa
13.40 **Ekstraklasa po godzinach** – magazyn piłkarski
14.45 **1 na 1 Extra** – magazyn sportowy
15.45 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Oviedo – FC Barcelona

TVP SPORT HD DVB T2
5.35 **Sportowy wieczór** – program inform.
6.05 **Retro TVP Sport** (121) – mag. sportowy
8.20 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – 1/16 finału: Argentyna – Republika Zielonego Przylądka
10.35 **Magazyn 2. ligi piłkarskiej** (67)
11.15 **Betclic 1. liga magazyn** (77) – mag.
12.35 **Piłka nożna:** Betclic 1. Liga – mecz: Miedź Legnica – Podbeskidzie
14.25 **Betclic 1. liga magazyn** (77) – mag.
15.10 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Widzew – Motor Lublin
17.10 **GOL** – mag. piłkarski
18.40 **Sportowe historie**

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 **Najlepsi napastnicy Bundesligi lat 90.** – magazyn piłkarski
6.45 **Bundesliga Clubs** – magazyn piłkarski
7.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: FC Bayern Monachium – 1. FC Köln
9.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Torino FC – Inter Mediolan
11.00 **Formuła 3:** Grand Prix Węgier
12.30 **Formuła 2:** Grand Prix Węgier
14.00 **Formuła 1:** Grand Prix Węgier
16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Cagliari Calcio

DISCOVERY CHANNEL HD
8.00 **Poszukiwacze kamieni szlachetnych** (10)
9.00 **Gorączka złota: rzeka skarbów 8**
10.00 **Stacja Alaska** – dok.
11.00 **Przetrwać nad Jukonem** – serial dok.
12.00 **Celnicy na straży Turcji** (7) – serial dok.
13.15 **Nagi instynkt przetrwania: Brazylia** – serial dok.
14.30 **Strażacy** (1) – dok.
15.00 **Złomowisko PL 7** (6)
16.00 **Bimbrownicy 14**
17.00 **Przemytnicy: na lotnisku** – dok.
18.00 **Lotnisko** (6) – dok.
19.00 **Nagi instynkt przetrwania** – dok.
21.00 **Rolnicy w akcji** (4)

20

LEKKOATLETYKA

20.00 **Commonwealth Games – Glasgow 2026** – 2. dzień (LIVE)
Gwiazdą konkursu rzutu młotem będzie Kanadyjka Camryn Rogers – mistrzyni olimpijska z Paryża.
22.45 **Szermierka:** MŚ – Hongkong 2026 – 4. dzień
0.30 **Kolarstwo:** Tour de l'Ain – 1. etap
1.30 **Lekkoatletyka:** Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 2. dzień
3.00 **Kolarstwo:** Tour de l'Ain – 1. etap

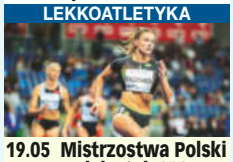
TENIS

19.00 **Turniej ATP w Waszyngtonie** – mecz 1. rundy (LIVE)
Frances Tiafoe regularnie bierze udział w waszyngtońskim turnieju. W ubiegłorocznych zmaganiach przegrał w ćwierćfinale z rodakiem Benem Sheltonem.
21.00 **Tenis:** Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 1. rundy gry pojedynczej (LIVE)
23.00 **Tenis:** Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 1. rundy gry pojedynczej (LIVE)
1.00 **Boks**

MAGAZYN PIŁKARSKI

18.00 **Liga+ Extra**
Krzysztof Marciniak i Bartosz Gleń podsumowują ostatnią kolejkę Ekstraklasy. W magazynie nie zabraknie bramek i rozmów z gośćmi.
20.00 **Liderzy. W centrum gry** (5) – dok., Polska
21.00 **Wysoki Pressing** – magazyn sportowy
22.45 **Boks:** BKFC Fight Night: Urugwaj: Gaston Reyno – Josh Krejci
0.00 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 163
1.15 **Ligomistrzowe historie** (1): Leeds United – mag.

LEKKOATLETYKA



19.05 **Mistrzostwa Polski – Białystok 2026** – podsumowanie
Najważniejsze wydarzenia z zakończonego w minioną niedzielę 102. krajowego czempionatu.
21.05 **Retro TVP Sport** (176) – mag. sportowy
23.00 **Sportowy wieczór**
23.30 **Żużel:** Polska – Australia
1.35 **Boks:** Gala w Bournemouth – podsumowanie
3.35 **Koszykówka mężczyzn:** NBA: New York Knicks – Spurs

PIŁKA NOŻNA

18.00 **Liga niemiecka:** VfL Wolfsburg – Bayern
Broniące się przed spadkiem Wilki podejmują świeżo upieczonego mistrza Niemiec.
20.00 **Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością** – film dokumentalny
20.40 **Formuła 1:** GP Węgier
22.40 **Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach** – mag.
23.20 **Ligue1 Season Review** (36) – mag.
0.25 **Bundesliga Special**
1.05 **Bundesliga Original Series**

DOKUMENTALNY

22.00 **W oku cyklonu: Łowcy burz:** – USA 2026
Niezwykły huragan na północy ściąga łowców burz z Kanady. Freddy, Tanner i Connor przemierzają Nebraskę, ścigając się z czasem, by dopaść „tornado roku".
23.00 **Najniebezpieczniejszy zawód świata 22** – dok.
0.00 **Policjanci z Kent** – serial dokum.
1.00 **Hotrod wg Kindiga 7** – serial dok.
2.00 **Mistrzowie logistyki** (14) – dok.

EUROSPORT 2 HD
11.00 **Szermierka:** Mistrzostwa świata – Hongkong 2026 – 4. dzień (LIVE)
15.00 **Snooker:** Turniej Shanghai Masters – 2. dzień (LIVE)
17.00 **Triathlon:** T100 World Tour
18.00 **Lekkoatletyka:** Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 1. dzień
20.00 **Snooker:** Turniej Shanghai Masters – 2. dzień
22.00 **Kolarstwo:** Tour de l'Ain – 1. etap
23.30 **Kolarstwo:** Tour de France – 21. etap: Thoiry – Paryż
0.00 **Lekkoatletyka:** Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 2. dzień

POLSAT SPORT 2 HD
6.00 **Tenis:** Turniej ATP w Estoril
8.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
10.00 **Tenis:** Turniej ATP w Kitzbühel
12.30 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
15.00 **Tenis:** Turniej ATP w Estoril
17.30 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
20.00 **Siatkówka plażowa:** Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie
22.30 **Tenis:** Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 1. rundy gry pojedynczej
1.00 **Sporty walki:** Gala FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
8.15 **Tenis:** Turniej WTA w Pradze – mecz finałowy gry pojedynczej
11.00 **Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – 1. runda
13.30 **8 wspaniałych** (1) – dok.
14.30 **Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – 1. runda
17.00 **Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – 1. runda (LIVE)
19.00 **Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – 1. runda (LIVE)
21.00 **Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – 1. runda (LIVE)
23.15 **Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – 1. runda
1.45 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa

EXTREME CHANNEL HD
9.00 **Liquid Edge** (9)
10.00 **AMA Motocross Series Highlights 2017** (11)
11.00 **X Games – Norway** (2)
12.00 **Drift Style** (4, 5) – mag.
13.00 **Action Sports World** (26)
14.00 **WWE Classic Gold**
16.30 **WWE Highlights** (51)
17.00 **KPW Kombat TV** (7, 28)
19.00 **WWE Classic Gold** (11)
20.00 **AEW Collision 2** (2630)
22.00 **PTW Wrestling** (5)
0.30 **New Japan Wrestling – Highlights** (31, 30)
2.00 **AMA Motocross Series Highlights 2017** (11)
3.00 **Liquid Edge** (9)
4.00 **Drift Style** (4, 5) – mag.

ELEVEN SPORTS 2 HD
14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: SS Lazio – Inter
16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: FC Bayern Monachium – 1. FC Heidenheim
18.00 **Formuła 1:** GP Węgier
20.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Torino FC – Inter
22.00 **Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością** – dok.
22.40 **Serie A** – mag. piłkarski
23.45 **Made in Italy** (20) – mag.
0.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: AVS Futebol SAD – FC Porto
2.00 **Bundesliga Dino** – dok.

DISCOVERY LIFE HD
8.15 **Szpital** (531, 532)
10.15 **Nowa Maja w ogrodzie**
11.15 **Idealna niania 4** (7, 8)
12.45 **Klinika naturalnego piękna** (6-9) – reality show
14.45 **Szpital** (530, 531)
16.45 **Idealna niania 4** (6-9)
19.45 **Zrób coś z tym dzieckiem** (4) – mag.
20.15 **Wycieczkowiec** (9)
21.15 **Moje koszmarne stopy**
22.15 **Historie wielkiej wagi**
0.15 **Sekrety lekarzy** (11)
1.15 **Szpital** (371) – paradok.
2.15 **Eks-tra zmiana** (6) – rozr.
3.00 **Szpital** (372) – paradok.
3.45 **Eks-tra zmiana** (5, 6)
5.15 **Klinika urody** (9) – mag.

POLSAT SPORT FIGHT HD
13.55 **K.O. TV Classics** (20)
14.45 **UFC Connected** (1) – mag.
15.05 **Sporty walki:** UFC Fight Night: Sean Strickland – Anthony Hernandez
17.10 **Z archiwum ESPN** – mag.
17.50 **Boks:** Rocky Boxing Night w Kościerzynie – waga ciężka: K. Meyna – A. Wright
20.00 **Strzelnica Navala** (5, 6)
21.10 **Sporty walki:** UFC Freedom 250 – walka: Ilia Topuria – Justin Gaethje
23.55 **Boks:** Babilon Boxing Show w Chojnicach – waga półciężka: Paweł Stępień – Szerzod Chusanow
2.35 **Atleci** – magazyn sportowy

POLSAT SPORT 3 HD
11.00 **Siatkówka plażowa:** Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie
13.00 **Tenis:** Turniej ATP w Estoril – finał gry pojedynczej
15.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
17.00 **Tenis:** Turniej ATP w Kitzbühel – mecz finałowy gry pojedynczej
19.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
21.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
23.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
8.30 **Liga+ Extra** – mag.
10.40 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa
13.00 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: Abramczyk Polonia Bydgoszcz – Arged
15.45 **Ekstraklasa po godzinach** – mag. piłkarski
16.55 **Ekstrapaka** – mag.
18.00 **1 na 1 Extra** – mag.
19.15 **Żużel** – 1. runda w Toruniu
22.45 **Liderzy. W centrum gry** (5) – serial dok., Polska 2026
23.40 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa
2.10 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 163
3.15 **Premier League Stories**

ELEVEN SPORTS 4 HD
12.45 **Bundesliga Clubs** – mag.
13.00 **Made in Italy** (11-14)
14.00 **Goal Arena Bundesligi**
16.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – Multiplex – Ligue 1
18.00 **Serie A** – mag. piłkarski
18.55 **Ligue1 Season Review**
19.50 **Ousmane Dembélé – Pierwsze kroki** – dok.
20.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: Rio Ave FC – Sporting CP
22.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Juventus – Bologna
0.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – 1. FC Köln

ELEVEN SPORTS 3 HD
12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Hellas – Milan
14.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Lens – Nantes
16.00 **Ligue 1 Show** (36) – mag.
17.00 **Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach** – mag. piłkarski
17.35 **Udinese – Najbardziej polski klub we Włoszech** – reportaż, Pol.
18.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: AC Milan – Atalanta
20.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: 1. FC Köln – 1. FC Heidenheim
22.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – Multiplex

CANAL+ DOKUMENT HD
11.55 **W sercu dżungli. Orangutany z bliska** (1, 2) – film dok., Niem. 2025
13.55 **Wschodnia Kanada – mroźna kraina** – dok.
14.45 **Katastrofy z góry** (6-10)
19.45 **Skandynawia. Nowa zimna wojna** – film dok.
20.50 **II wojna światowa. Z perspektywy globalnej** – dok., Wlk. Bryt.
21.50 **Groźne wulkany. Alarm dla świata** – film dok., Fr.
22.50 **Zapomniane świątynie Tybetu: Królestwo Mustangu** – film dokum.
23.50 **Prawdziwa historia Tamary Łempickiej** – dok.

eprasa.pl 641f6b47df

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Jak to jest zrobione?** – serial dokumentalny, Kanada
8.00 **Gwiezdne bitwy** – serial dokumentalny
11.00 **Gigantyczne konstrukcje według Hammonda** – program rozrywkowy
12.00 **Inżynieria ekstremalna** – serial dokumentalny, USA
13.00 **Podziemne sekrety** – serial dokumentalny
15.00 **Jak działa wszechświat? 6** – serial dokumentalny, USA 2018
18.00 **Jak to jest zrobione?** – serial dokumentalny, Kanada

DOKUMENTALNY

21.00 **Pogromca mitów w akcji** – USA 2019

Adam Savage i jego kompani zamierzają zbudować trzy pojazdy inspirowane tematyką postapokaliptyczną. Wykorzystają do tego materiały znalezione na złomowisku.

23.00 **W sieci eksperymentów** – serial dokumentalny, USA/Wielka Brytania
1.00 **Jak działa wszechświat? 6** – serial dokumentalny
4.00 **Poszukiwacze dinozaurów** – serial dokumentalny, USA

ID HD

6.00 **Morderstwo na prowincji 6** – serial dokumentalny
8.00 **Morderstwo na bagnach 3** – serial dokumentalny, USA
10.00 **Morderstwo w tropikach** – serial dok., Wielka Brytania
12.00 **Krótkie życie, niewyjaśniona śmierć** – serial dok.
14.00 **Demony Hollywood** – serial dokum.
16.00 **Żyjąc z potworem** – serial dokumentalny
18.00 **Nazywali go Mostly Harmless** – film dokum., USA 2024
20.00 **Prawdziwy koszmar z ulicy Wiązów** – serial dok.

DOKUMENTALNY

21.00 **Tajemnice jeziora Erie 2** – USA

W 1983 roku policja z Ohio odnajduje zwłoki pielęgniarki, która spędziła noc poza domem wraz ze swoją przyjaciółką. Śledztwo odsłania przerażającą prawdę.

22.00 **Morderstwo na bagnach** – serial dokumentalny, USA
23.00 **Zabójczy blond 2** – serial dokumentalny
0.00 **Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2** – dok.
1.00 **Tajemnice jeziora Erie 2** – serial dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

8.00 **Car S.O.S.** (2) – dok.
9.00 **Katastrofy pod lupą** (7) – serial dok., USA
10.00 **Porzucone konstrukcje** (4)
11.00 **Plemienna szkoła przetrwania** (1)
12.00 **Katastrofa w przestworzach** (7-9) – serial dok., Kan.
16.00 **Złapać przemytnika** (1) – serial dok., USA
17.00 **Egipt: Miejsce pełne tajemnic** (8) – dok.
18.00 **Tajemnice wojennych wraków** (5) – dok., Wlk. Bryt.
19.00 **Historia Związku Radzieckiego** (3)
20.00 **Katastrofa w przestworzach** (3) – dok., Kan. 2025

DOKUMENTALNY

21.00 **Zaginione skarby Biblii: Tajemnice wiary** (5, 2)

Archeolodzy przyglądają się dziejom starożytnego miasta Babilon, by zrozumieć, dlaczego na kartach Biblii urósł do rangi symbolu grzechu, pychy i potęgi.

23.00 **Tajemnice podwodnych wraków** (1) – dok.
0.00 **Katastrofa w przestworzach** (6)
1.00 **Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny** (9, 10) – serial dok.

FOKUS TV DVB T2

6.00 **Wehikuł czasu** (728) – program inform.
6.05 **48h. Zaginieni** (76) – serial krym., Polska
7.00 **Była sobie Ziemia** (5-8) – serial anim., Fr.
8.55 **Wehikuł czasu** (728) – program inform.
9.00 **Starożytni kosmici** (16) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (19, 20) – reality show
12.00 **W kręgu zła: Ludzie Hitlera** (7) – serial dok.
13.00 **Poszukiwacze historii** (7, 8) – dok.
14.00 **Łowcy nazistów** (1, 2) – dok., Wlk. Bryt.
16.00 **Dorwać tuńczyka** (7, 8) – serial dok., USA
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (42, 43) – serial dok.

POPULARNONAUKOWY

20.00 **Galileo 28** (4)

W programie pojawią się propozycje dań z ziemniaków z różnych krajów. Widzowie obejrzą reportaż o nastolatku, który uwielbia sprzątać. Ze swojej pasji uczynił biznes.

21.00 **Skanowanie historii** (5) – serial dokum.
22.00 **Tajne bazy nazistów** (3, 4) – serial dokumentalny
0.00 **Starożytni kosmici** (4) – serial dok., USA
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (3-6) – serial dokum.
5.00 **Kołowrotek** (12, 1) – magazyn wędkarski

TVP HISTORIA DVB T2

6.40 **Był taki dzień**
6.50 **Polskie parki narodowe** – dok., Pol.
8.30 **Tajemnica Enigmy** (2) – serial hist., Polska
9.20 **Franek Dolas powraca** – reportaż
9.35 **O Polskę trzeba walczyć** – film dokum., Polska 1994
10.35 **Plaże Europy** (4): Sardynia – cykl dokum.
11.30 **Góry Europy** (4): Hunsruck – cykl dok.
12.35 **Putin i Zachód** (1) – serial dok.
13.40 **Królowie** (67) – hist.
14.15 **Czterej pancerni i pies** (10) – wojenny
15.20 **Sensacje XX wieku**
18.00 **Tajemnica Enigmy** (3) – serial hist., Polska

DOKUMENT

18.50 **Obłoki śmierci. Bolimów 1915**

W bitwie starły się armie niemiecka i rosyjska. To tutaj zaczęła się historia nowoczesnej wojskowości w jej najgorszym sensie. Przywódcy II Rzeszy zdecydowali o użyciu w walce broni chemicznej.

20.05 **Oficerowie** (6) – sens.
21.00 **Starożytny Egipt – kroniki imperium** (4) – serial dok.
22.00 **Nieznana wojna na Północy** (4) – dok.
23.10 **Sensacje XX wieku**
1.10 **Encyklopedia II wojny światowej**

HISTORY HD

13.05 **Starożytni kosmici 16** (20) – dok.
14.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 7** (8) – serial dok., USA
14.50 **Największe tajemnice świata 5** (10) – serial dok., USA
15.45 **Gwiazdy lombardu 13** (22)
16.15 **Gwiazdy lombardu 25** (12) – reality show
17.10 **Tajne kryjówki dyktatorów** (1) – dok.
18.10 **Największe tajemnice świata 6** (19) – serial dok., USA
19.05 **Starożytni kosmici 17** (13) – dok.
20.00 **Starożytni kosmici 16** (19) – dok.

DOKUMENTALNY

21.00 **Tom Hanks: II wojna światowa** (1, 2)

W 1939 roku tajny pakt zawarty między Hitlerem a Stalinem otwiera Niemcom drogę do ataku na Polskę. Wkrótce rusza inwazja, prowadzona w nowatorskim stylu.

23.00 **II wojna światowa w kolorze – przełomowe momenty** (6) – dok.
23.55 **Jak to wyjaśnić? 5** (6) – serial dok., USA
0.50 **Starożytni kosmici 16** (19) – dok.
1.50 **Tajne kryjówki dyktatorów** (1)

20

DISCOVERY HISTORIA HD

9.00 **Kwatery Hitlera** (6) – dok.
10.00 **Sekrety i skarby III Rzeszy** (1, 2) – dok.
11.00 **Militaria na warsztat**
12.00 **Królestwo dinozaurów**
14.00 **Łowcy staroci: Renowacje** (2, 3) – dok.
16.00 **Walka o bagaż** (13) – dok.
18.00 **Łowcy staroci** (3, 4) – dok.
20.00 **Zoom na architekturę**
22.00 **Hazardziści** – serial dok.
23.00 **Kwatery Hitlera** (9) – dok.
0.00 **Miasta, w których straszy** – serial dok., USA
2.00 **Było, nie było** (5) – dok.
3.00 **Mikroprzygoda** (1) – dok.
4.00 **Profesjonaliści** – cykl dok.
5.00 **Łowcy staroci** (14) – dok.

PLANETE+ HD

13.45 **Patagonia. Życie na krańcu świata** (2)
14.45 **Średniowieczne serce Czech i Moraw** (3, 4)
15.50 **Niezwykłe podróże koleją 11** (1) – serial dok.
16.55 **Świat z góry 7** (10, 11)
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4**
18.40 **Zaginiony lot MH370** (3)
19.40 **Oceń tego sprzedawcę. Terror pięciu gwiazdek** – film dok., Francja 2024
20.50 **Pod ciśnieniem. Śledztwo w sprawie Ryanaira** – film dokum., Fr.
22.00 **Pułapki ludzkiego mózgu** (1) – film dok., Fr.
23.10 **Krótka historia miłości**

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

8.00 **Od małpy do człowieka**
9.00 **Niezwykły dr Pol**
12.00 **Zabójcze safari** (2) – dok.
13.00 **Niezwykłe stworzenia Australii** – dok., Wlk. Bryt.
14.00 **Zwierzęta zombie** (2)
15.00 **Dzika konfrontacja** (10)
16.00 **Afryka dzika** (1) – dok.
17.00 **Humorzaste zwierzaki**
18.00 **Parki narodowe Ameryki** (2) – serial dok.
19.00 **Najgroźniejsze zwierzęta Afryki** (1)
20.00 **Królestwo drapieżników** (1) – dok.
21.00 **Niezwykły dr Pol**
2.00 **Niezwykłe stworzenia Australii** – film dok.

POLSAT VIASAT NATURE HD

11.40 **W poszukiwaniu irbisów: Pogoń za cieniem** (1) – serial dokum.
12.45 **W okowach mrozu 4** (16)
13.40 **Zabójcza pogoda 2** (3)
14.50 **Rzeczne potwory 7** (1)
15.50 **W okowach mrozu 4** (16)
16.50 **Wielka Afryka** (2) – dok.
17.55 **Wielkie rekiny z Australii** – dok., Australia
19.00 **Rzeczne potwory 7** (1)
20.00 **W okowach mrozu 4** (17)
21.00 **Cuda Meksyku** (2) – dok.
22.05 **W poszukiwaniu irbisów: Pogoń za cieniem** (2) – serial dokum.
23.15 **W okowach mrozu 4** (17)
0.15 **Zabójcza pogoda 2** (3)

BBC EARTH HD

10.20 **Życie na pustkowiu 7** (1)
11.20 **Skarby przeszłości i ich tajemnice 7** (4) – dok.
12.20 **Malownicze trasy kolejowe 4** (7) – serial dok.
13.15 **Wielkie koty 24/7** (4)
14.25 **W okowach mrozu 4**
16.25 **Pociągiem przez starożytną Grecję** (5)
17.40 **Wielkie koty 24/7** (4)
18.45 **Malownicze trasy kolejowe 5** (2) – serial dok.
19.45 **Sekretne życie ogrodu**
20.55 **W okowach mrozu 5**
22.55 **Sekrety długowieczności** (2)
0.05 **W 80 kilo dookoła świata** (4) – dok., Wlk. Bryt.

ANIMAL PLANET HD

13.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.
14.00 **Resocjalizacja z Pit Bullem 4** – serial dok., USA
15.00 **Kot z piekła rodem**
17.00 **Na krańcu Alaski** – dok.
18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych 7** – serial dok.
19.00 **Cztery kąty, cztery łapy**
20.00 **Alaska: Ostatni przystanek** – serial dok.
21.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
22.00 **Baseny z rozmachem**
23.00 **Resocjalizacja z Pit Bullem 4** – serial dok., USA
0.00 **Rekin olbrzym** – film dok.
1.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.

TVP DOKUMENT HD

14.55 **Przyroda w symbiozie** (2) – film dokumentalny, Fr.
15.55 **Wieczna młodość w strzykawce** – film dok.
17.05 **Pociągiem dookoła świata** (2) – dok., Wlk. Bryt.
18.00 **Sanatorium miłości 6** (8)
19.00 **Siłaczka** – film dok., Pol.
20.05 **Dolina szczytów w Południowym Tyrolu**
21.05 **Kultowe wyspy Oceanu Indyjskiego** (2) – film dok.
22.05 **Zagadki zbrodni policji miejskiej** (2) – serial dok.
23.15 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
23.25 **Peru. Życie na 4000 metrów** – film dokum., Fr.

POLSAT DOKU HD

12.00 **Wojny kontenerowe**
13.05 **Poszukiwacze historii**
14.00 **Europejska mafia samochodowa** – film dok.
15.05 **Dawni budowniczowie. Rzeźbiarze z Wyspy Wielkanocnej** – film dok.
16.15 **Sekretny świat amiszów** – dok., Wlk. Bryt.
17.25 **Świat z góry** (3, 4) – dok.
18.35 **Dzika Polska** – film dok.
19.45 **Nowoczesne maszyny wojenne** (1, 2) – serial dok.
22.00 **Top Guns – SuperBroń**
22.55 **Kultowe pociągi – najwspanialsze podróże koleją** – film dok.
0.05 **Kroniki Hitlera** (4) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

13.10 **Gruchoty z kanadyjskiej głuszy** (4) – serial dokum.
14.10 **Australijscy poszukiwacze złota 7**
16.05 **Drewno z Kolumbii Brytyjskiej 2** (5) – dok.
17.00 **Kowboje z zimnych wód 2** (3) – serial dokum.
18.00 **Złoto Jukonu** (4) – dok.
18.55 **Australijscy poszukiwacze złota 8**
21.00 **Największe budowle 3**
22.00 **Ciężarówką po lepsze życie** (6) – serial dokum.
23.00 **Special Ops: Prawda**
0.10 **Złoto z mroźnej krainy**
1.00 **Australijscy poszukiwacze złota 9**

POLSAT VIASAT HISTORY HD

10.00 **II wojna światowa: końcówka** (3) – serial dok.
11.10 **Adolf Hitler: Zrozumieć dyktatora** (6) – serial dok.
12.15 **Starożytność: zdrady**
16.40 **II wojna światowa: cena imperium** (2) – serial dok.
17.50 **II wojna światowa: końcówka** (4) – serial dok.
18.55 **Kryminologia starożytności** (1) – dok.
19.55 **Ramzes: władca Egiptu**
21.00 **Najgroźniejsi ludzie Hitlera** (2) – serial dokum.
21.55 **Konkwistadorzy: powstanie i upadek** (5)
22.55 **Przywódcy III Rzeszy** (1)
0.05 **Starożytność: zdrady**

CI POLSAT HD

14.10 **Morderca z internetu**
15.05 **Zabójcze wakacje** (4)
16.00 **Pogrzebani za domem 6**
17.00 **I nie opuścisz mnie aż do śmierci 2** (1) – dok.
18.00 **Nastoletnie polskie zabójczynie** (1, 2) – dok.
19.00 **Dowody zbrodni 4** (14)
20.00 **I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5** (12) – dok.
21.00 **Dowody zbrodni: Morderstwa na bagnach** (4) – dok.
22.00 **Seryjni mordercy: zło z bliska** (5) – serial dokum.
23.00 **Dzieci, które zabijają 3**
23.55 **Kobiety, które niosły śmierć 12** (8) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 **Człowiek kontra jedzenie** (36-39) – mag.
10.10 **Andy Bates i uliczne przysmaki Ameryki**
12.15 **Nowi badacze UFO** (2, 3)
14.20 **Człowiek kontra jedzenie** (6) – mag. kulin.
14.55 **Dziwaczne potrawy: smakowite miasta** (1-4)
17.00 **Patent na podróż** (3, 4)
19.00 **Nowe życie w starym domu: Witajcie we Włoszech** (5, 6) – pr. rozr.
21.00 **Nagi instynkt przetrwania** (16) – dok.
22.55 **Kobieta na krańcu świata** (6-8) – serial dok.
0.40 **Nowi badacze UFO** (2, 3)

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 641f6b47df

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

13.05 **Ranczo 3** (29)
14.00 **Lena na Kaukazie**
14.30 **Moda na język polski** (60) – magazyn
15.00 **Serwis Info** – pr. inf.
15.10 **Polskie dziedzictwo** (3) – magazyn hist.
15.40 **Dobry żart** (8) – rozr.
16.00 **Zaraz wracam 2** (115) – serial obycz.
16.30 **Barwy szczęścia** (3349) – serial obycz.
17.00 **Teleexpress**
17.20 **Gra słów. Krzyżówka** (1071)
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **Oko na Wschód**
18.45 **Panorama**
19.20 **Polacy światu**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – publ.
20.25 **Wiedźmin** (9) – Polska 2001-2002

Geralt leczy się w świątyni Melitele, gdzie poznaje Cirillę, która jest wnuczką królowej Calanthe i ostatnim potomkiem starożytnego rodu Starszej Krwi.

21.20 **Ojciec Mateusz 2** (28) – krym., Pol. 2009
22.10 **Nie będąc – jestem. Krzysztof Kamil Baczyński** – film dokum., Polska 2021
22.55 **Dobry żart** (8) – rozr.
23.15 **Panorama**
23.45 **Lato z Radiem i Telewizją Polską**

TVP ROZRYWKA

7.10 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
8.15 **Familiada** – telet.
8.50 **Va banque** (953)
9.25 **Koło fortuny** (1988)
10.05 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Daleko od szosy** (2) – serial obycz., Polska
14.40 **Rodzinka.pl** (208)
15.15 **Program rozrywkowy**
15.30 **Kabaret Letnią Porą** (13, 14) – pr. rozrywk.
17.25 **Va banque** (954)
18.00 **Koło fortuny** (1989)
18.35 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
19.40 **Makłowicz w podróży** – mag.
20.15 **Postaw na milion**

W każdej grze bierze udział dwoje bliskich sobie uczestników. Są drużyną. Dostają milion złotych. Żeby go nie stracić, muszą poprawnie odpowiedzieć na osiem pytań.

21.15 **Kabaret Letnią Porą** (5) – program rozrywk.
22.15 **Rodzinka.pl** (64) – serial kom., Pol. 2012
22.50 **Tak to leciało!** (72)
23.50 **Gabi Drzewiecka zaprasza** (8)
0.50 **Koło fortuny** (1989, 2055) – telet.
2.15 **Kabaret Letnią Porą** (10, 23) – pr. rozrywk.

POLSAT CAFÉ

6.00 **Przyjaciółki** (95, 96) – serial obycz., Polska
8.00 **Co ludzie powiedzą? 3** (23) – serial kom., Wlk. Bryt.
8.35 **Co ludzie powiedzą** (24) – kom., Wlk. Bryt.
9.25 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (67, 68) – reality show
12.30 **Bogaty dom – biedny dom** (109, 110) – reality show, Polska
14.30 **10 lat młodsza w 10 dni** (1, 2) – pr. rozrywk.
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (62) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (252, 253) – reality show, Polska
20.00 **Kolacja w ciemno** (41) – Polska

Bohaterka odcinka otrzymuje menu w pięciu wersjach. Wybiera spośród nich trzy, aby następnie spotkać się z ich autorami. Kolejny etap to kolacja w restauracji.

21.05 **Więzienie kobiet** (92, 93) – serial dokum.
22.00 **Bogaty dom – biedny dom** (129)
23.00 **Gry małżeńskie** (194, 195)
1.00 **Kolacja w ciemno** (13, 14) – pr. rozrywk.
3.05 **Więzienie kobiet** (53, 54) – serial dok.

TV 4 DVB-T2

6.00 **Strażnik Teksasu** (11, 12) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (99)
8.55 **Policjantki i Policjanci** (534, 535)
10.55 **Na ratunek 112** (1132, 1133) – paradok.
11.55 **Dlaczego ja?** (1561, 1562) – paradok.
13.55 **Trudne sprawy** (794-796) – paradok.
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1411) – serial obycz., Polska
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (529)
19.00 **Policjantki i Policjanci** (1412) – serial obycz., Polska
20.00 **Uroczysko** (223, 224) – serial krym., Polska
21.00 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (138)

Wiktor i Maja jadą do pustostanu, w którym znaleziono ciało bezdomnej Krystyny. Sekcja wykazuje uduszenie foliową torbą. Wkrótce pijany napastnik atakuje Serafina.

22.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1021) – serial krym., Polska
23.05 P! FILM **Bez litości: Tajna skrzynka** – film sensacyjny, USA/Kanada 2012, 115 min
1.00 **Love Island. Wyspa miłości** (41)

TTV HD DVB-T2

10.35 **Detektywi** (51, 52)
12.35 **Zakup w ciemno 4** (12) – reality show
13.35 **Zakup w ciemno 6** (9) – reality show
14.35 **Nic do zgłoszenia 4** (4) – serial dokum., Pol.
15.35 **Złomowisko PL 6** (2)
16.45 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, sport**
17.05 **Gogglebox. Przed telewizorem 22** (3)
18.05 **Zakup w ciemno extra** (8)
18.40 **Gogglebox. Przed telewizorem 16** (4)
19.45 **Express** – pr. inform.
20.05 **Zakup w ciemno 6** (10) – reality show
21.05 **Zakup w ciemno extra** (2)
21.45 **Express** – pr. inform.
22.00 **Nic do zgłoszenia 6** (11) – Polska 2025

W Medyce Paweł, Kamil i Mateusz kontrolują busa jadącego do Londynu. Znajdują papierosy. Funkcjonariusze z Wrocławia likwidują punkt z automatami do gier.

23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 22** (8)
0.00 **Fachowcy 2** (14) – serial paradokum.
0.45 **Żony Podlasia 3** (9)
1.45 **Niebezpieczne dzielnice** (8) – dok.
2.25 **Nauka jazdy 5** (10)
3.00 **Szpital** (927)
4.00 **Szkoła** (809)

TVN STYLE HD

5.15 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (5) – reality show
5.50 **Damy i wieśniaczki. Ukraina 7** (11) – serial fabularno-dokumentalny, Ukraina 2017
6.50 **Pogromcy chaosu** (9) – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Ugotowani** (5, 6) – program kulinarno-rozrywkowy
13.30 **Kuchenne rewolucje** (12, 11) – program rozrywkowy
15.35 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (6, 7) – reality show
17.05 **W czym do ślubu?** (8)

Izabela Janachowska poszukuje wymarzonej kreacji dla Natalii, która wygrała walkę z rakiem. Przyszła panna młoda chciałaby wziąć ślub w bogato zdobionej sukni.

17.40 **Kuchenne rewolucje** (11, 12)
20.50 **Jestem z Polski** (2, 7)
22.50 **Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9**
0.35 **Seks – wypadki** (13) – serial fab.-dok., USA
1.35 **Dorota was urządzi!** (8) – program rozrywk.

20

FANTASY | TELETURNIEJ | ROZRYWKOWY | KRYMINALNY | DOKUMENTALNY | ROZRYWKOWY

TVP HD HD

8.55 **Ojciec Mateusz 24** (304, 305) – krym., Pol. 2020
10.45 **Gra słów. Krzyżówka**
11.20 **Na sygnale** (692, 693)
12.25 **Ojciec Mateusz 8** (97)
13.20 **Komisarz Alex 5** (61)
14.15 **Ranczo 10** (121, 122)
16.10 **Górna półka smaku** (3)
16.40 **Przystanek slow food 4**
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 26** (340)
19.20 **Ranczo 10** (118) – obycz.
20.10 **Rodzinka.pl** (204, 205)
21.25 **Ojciec Mateusz 32** (420)
22.20 **Fisher King** – dramat
FILM obycz., USA 1991, 145 min
0.45 **Syn** (9) – serial obyczajowy

TVS HD

15.45 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel** – krym., Austria
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział** – obycz., Niemcy/Austria
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny** – serial obycz.
19.50 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Lordowie nie kłamią** – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2010, 120 min
21.50 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Skrzydła miłości** – film obycz., Niem. 2010, 105 min
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

ZOOM

8.05 **Strażnik Teksasu 9** (21, 22) – serial sensacyjny
9.55 **MacGyver 3** (18, 19)
12.05 **Niszczycielskie żywioły**
13.15 **Wojny magazynowe: Kanada 2** (29, 30)
14.25 **Pod pokładem 11** (2)
15.25 **Sensacje XX wieku**
17.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
20.00 **Kobra – oddział specjalny 24** (15, 16)
22.00 **Dynamo: Więcej niż magia 2** (3) – serial dokum.
23.00 **Magia nagości. Polska**
0.00 **Magia nagości 5** (9) – rozr.
1.05 **Magia nagości. Niemcy**
2.20 **Kabaretowe przeboje 4**

TLC HD

10.00 **Wiza na miłość: pościelove rozmowy 11**
11.00 **Wiza na miłość 12**
13.00 **Klinika bez tajemnic**
15.00 **Wiza na miłość: pościelove rozmowy 10**
16.00 **Historie wielkiej wagi**
18.00 **Wiza na miłość – oczami bohaterów 4**
19.00 **Megasknery 3** – dok., USA
20.00 **Ciało, w którym żyję**
21.00 **Nie do uwierzenia!**
22.00 **Historie wielkiej wagi: Brazylia** – reality show
23.00 **Klinika koszmarnej stopy** – serial dokum., USA
0.00 **Dr Pryszczylla** – dok., USA
1.00 **Ciało, w którym żyję**

C+ KUCHNIA HD

14.55 **U sąsiadów w kuchni 14** (1, 2) – serial dokumentalny
15.55 **Jakubiak rozgryza...** (10)
16.10 **Kulinarne szlaki: Południowa Afryka 2** (4)
16.35 **Jamie Oliver: 5 składników** (9, 10)
17.35 **Jamie Oliver nad Morzem Śródziemnym**
18.30 **Maximum Foodie 5** (5)
18.55 **M jak mięso 3** (2, 3) – dok.
19.50 **Nie bój ryby! 2** (5) – mag.
20.15 **Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia 2** (2) – pr. rozr.
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 6**
23.55 **Nie bój ryby! 2** (4, 5)

TVN TURBO HD

12.15 **Jeździć, obserwować** (4)
13.00 **Mobilni mechanicy**
14.30 **Zawodowi handlarze**
16.00 **Wojny samochodowe**
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Zawodowi handlarze**
19.00 **Moto kombat** (8) – mag.
19.45 **Duda kontra Szafrański**
20.30 **Prawko na świecie. Jazda bez zasad** (6) – rozr.
21.15 **Z drugiej ręki** (10) – mag.
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Jeździć, obserwować**
23.45 **Naprawy nie do naprawy** (6) – mag.
0.30 **Usterka 16** (18) – fab.-dok.
1.00 **101 gadżetów motoryzacyjnych** (6)

NOWA TV DVB-T

9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (14) – kom., Pol.
10.00 **Miodowe lata** (30) – kom.
10.30 **Więzienie** (157-159) – dok.
12.00 **Poirot** (2, 3) – serial krym.
14.00 **Świat według Kiepskich** (381, 382) – kom., Pol. 2012
15.00 **Świat według Bundych** (214-219) – serial kom., USA
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (11) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (85-88)
21.00 **Zdrady** (22) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (56, 57, 95) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (20, 21)
3.50 **Wehikuł czasu** (728, 727)
4.00 **Sala operacyjna 4** (3, 6)

METRO

8.30 **Szpital** (814, 815)
10.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (383, 384)
12.30 **SOS Ekipy w akcji** (44)
13.30 **Brzydula** (59, 60) – kom.
14.35 **Kiedy ktoś kocha bardziej** (29) – obycz.
15.45 **The Floor** (13, 14) – telet.
17.00 **Fani czterech kółek 18**
18.00 **Magda M.** (5) – obycz., Pol.
19.00 **Kartoteka 4** (7, 8) – serial fab.-dokum., Polska 2013
21.05 **Kryminalni 4** (13, 7)
23.15 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (16) – krym.
0.20 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 7** (12) – dok.
2.10 **Szkoła** (550, 551)

ANTENA HD DVB-T2

13.05 **Ciężarówką przez śniegi 3** (2) – serial dokum.
14.00 **Klątwa Wyspy Dębów 2**
15.00 **Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw**
15.55 **Australijscy poszukiwacze złota 5**
17.55 **77 TV 2** (14, 15) – pr. rozr.
20.00 **Alex Hugo – górski detektyw** (22) – krym., Fr.
22.10 **Detektyw Candice: Niezawodny instynkt 2** (2) – serial kryminalny, Fr.
23.15 **Detektywi z Bordeaux 5** (3) – serial krym., Fr./Bel.
0.25 **Polska. Największe tajemnice 2** (5-7) – pr. rozr.
3.35 **Kryminał Rawicz** (4, 5)

WP DVB-T

13.00 **Makłowicz w podróży**
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5** (16, 17)
16.00 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2** (12)
16.55 **Pogoda**
17.00 P! FILM **Wymarzony ślub Belle** – komedia romantyczna, USA 2025, 120 min
19.00 **Strażacy z sąsiedztwa 2** (6) – serial dok., Polska 2026
20.00 **Policjanci z sąsiedztwa 7** (2, 3)
21.55 **Pogoda**
22.00 **Mistrzowie Kabaretu 4**
23.00 **1, 2, 3... Kabaret!** (8)
0.00 **Mistrzowie Kabaretu 13** (7, 2) – program rozrywk.

C+ DOMO HD

13.05 **Po pierwsze lokalizacja! – Nowa Zelandia** (6)
14.05 **Wakacyjne domy na wynajem** (5) – dok.
15.00 **Pomocy! Kupiliśmy wioskę** (12) – serial dok.
15.55 **Kupione i co dalej? 4**
16.50 **Gardeners' World 14** (21)
18.00 **Ucieczka na wieś 22** (26)
19.00 **Wielkie projekty: Wielka Brytania 22** (4) – dok.
20.00 **Daleko od miasta 13**
21.00 **Wakacyjne domy na wynajem** (6) – dok.
21.55 **Wielkie projekty: Australia 10** (7) – dok.
22.55 **Wakacyjne domy na wynajem** (15, 16)

HGTV HD

11.05 **Usterka 11** (5, 6) – serial fab.-dokum., Polska 2019
12.35 **Moje miasto, mój dom 7**
14.35 **Mieszkanie na miarę**
16.30 **Polowanie na ogród 8**
18.10 **Weekendowa metamorfoza 6** (2) – rozr.
19.05 **Zgłoś remont 4** (7) – rozr.
20.05 **Dorota inspiruje 2** (7)
21.00 **Dorota was urządzi!**
22.30 **House Hunters – Poszukiwacze domów 6** (8-10) – pr. rozr.
0.00 **House Hunters – Poszukiwacze domów 7** (1) – pr. rozrywk.
0.40 **Kupujemy dom na plaży 22** (4, 5) – dok.

eprasa.pl 641f6b47df
P! Premiera w TV

STACJE DZIECIĘCE | STACJE INFORMACYJNE

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (317) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (953, 954) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 **Sekrety rodziny** (26-28) – serial paradokum., Pol. 2018
11.30 **Trudne sprawy** (963) – serial paradokum.
12.30 **Dlaczego ja?** (1376, 1377) – serial paradokum.
14.30 **Świat według Kiepskich** (11-15) – serial kom., Polska
17.00 **48h. Zaginieni** (183, 184) – serial kryminalny, Pol. 2023
19.00 **Gliniarze** (1009) – serial paradokum.

KRYMINALNY

20.00 **Ślad** (1) – Polska 2018-2019, wyk. Anita Jancia, Mariusz Jakus

We Wrocławiu działa porywacz i zabójca dzieci. Organista nie zostawia żadnych śladów. Kiedy zostaje odnaleziona piętnasta ofiara, powstaje specjalna jednostka.

21.00 **Gliniarze** (804)
22.05 **Łowca pedofilów** (164, 165) – dok., Pol.
23.00 **Świat według Kiepskich** (381, 382)
0.00 **Ślad** (104) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (22)
2.05 **Wydarzenia**
2.45 **Ewa gotuje** (495)

SUPER POLSAT DVB-T2

6.00 **Wydarzenia**
6.40 **SuperLudzie Extra** (40) – magazyn
6.55 **Na ratunek 112** (737, 738) – paradok.
7.55 **Doktor Martin** (3, 4) – serial obyczajowy
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **SuperLudzie** (2, 3)
11.30 **Świat według Kiepskich** (400-403) – serial kom., Pol. 2012
13.30 **Bitwa o palety** (17)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (69) – reality show
16.00 **Ninja Warrior Polska** (21)
18.00 **Świat według Kiepskich** (490, 491, 585, 586)
20.00 **Złomiarze** (18) – dok.

THRILLER

21.00 **Hitman: Agent 47** – USA/Niemcy/Wielka Brytania 2015, 120 min
FILM

Stworzony w laboratorium superzabójca, Agent 47, walczy z korporacją, która zamierza zbudować armię podobnych do niego morderców. Zyskuje sojuszniczkę, córkę naukowca.

23.00 **Zmowa milczenia** – thriller, Francja 2003, 105 min
FILM
0.45 **Świat według Kiepskich** (459-464) – serial kom., Pol. 2015
3.55 **Nasz nowy dom** (277, 278) – reality show, Polska 2023

TV 6 DVB-T

6.00 **Więzienie** (186, 187) – serial dok., Pol. 2025
6.55 **Policjantki i Policjanci** (733, 734) – serial obycz., Polska
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (52, 53) – serial sens., Niemcy
10.55 **48h. Zaginieni** (184-186) – serial kryminalny, Pol. 2023
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1212) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (69, 70) – serial krym., Polska
15.55 **Kobra – oddział specjalny** (54, 55) – serial sens., Niemcy
18.00 **Strażnik Teksasu** (13, 14) – serial sensacyjny, USA 2000

KRYMINALNY

20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (83, 84)

Zostaje zamordowana właścicielka hotelu. Była znienawidzona przez pracowników, więc każdy z podwładnych jest potencjalnym podejrzanym. CSI szuka dowodów.

21.55 **Czarna lista 2** (34) – serial kryminalny
22.55 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (723, 724) – krym., Pol.
0.55 **Kości** (123, 124)
2.55 **Cobra Kai** (38)
3.40 **Septagon** (22, 23)

BBC FIRST HD

6.00 **Zagadki doktora Blake'a 5** (2) – krym.
7.00 **Ulica nadziei** (7, 8) – krym., Wlk. Bryt. 2021
8.35 **Lewis 6** (7) – krym.
9.40 **Ojciec Brown 2** (3) – serial kryminalny
10.40 **Śmierć pod palmami 3** (7) – krym.
11.45 **Zagadki doktora Blake'a 5** (2) – krym.
12.55 **Ulica nadziei** (9, 10) – krym., Wlk. Bryt. 2021
14.55 **Ojciec Brown 9** (1)
16.00 **Lewis 6** (7) – krym.
17.00 **My Life is Murder 4** (5) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 24** (3) – krym., Wlk. Bryt. 2023
19.55 **Śmierć pod palmami 3** (8) – krym.

KRYMINALNY

21.00 **Harry Wild 4** (8) – Irlandia/Wielka Brytania/Niemcy 2025

Gdy życie ich bliskich jest w niebezpieczeństwie, Harry i Fergus proszą o wsparcie, aby zatrzymać zabójcę.

22.00 **Schwytać mordercę** (10, 11) – serial krym.
0.10 **McDonald i Dodds 3** (2) – serial kryminalny
2.00 **Śmierć pod palmami 3** (8) – krym.
3.05 **Morderstwa w Midsomer 24** (3)
4.45 **Moja rodzinka 3** (11)
5.15 **Ojciec Brown 9** – serial kryminalny

TVP ABC DVB-T2

9.55 **Figu Migu na planecie Czochras** (17)
10.20 **Olimpiada Bolka i Lolka** (9, 10) – anim.
10.45 **Rodzina Treflików 6** (66, 68) – serial anim.
11.10 **Odo** (94-96) – anim.
11.35 **Stacyjkowo** (43, 44)
11.55 **Pszczółka Maja** (32)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
13.00 **Zagadki zwierzogromadki** (18) – mag. dla dzieci
13.20 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
13.45 **Świnka Peppa 8**
14.10 **Pająk Lucas 2** (63, 64)
14.30 **Oli i Luna** (63, 64)
14.55 **Oktonauci 2** (63, 64)
15.20 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (32) – mag.

ANIMOWANY

15.40 **Bella i Sebastian** – Francja/Kan. 2017

Odważny i ciekawy świata Sebastian przeżywa kolejne przygody. Towarzyszy mu wierna suczka Bella.

16.10 **Pat i świat 2** (94, 95)
16.35 **Dino Ranczo** (61, 62)
17.05 **Pszczółka Maja**
17.30 **Robin Hood** (11, 12)
18.00 **Mała Marinette**
18.30 **Idefiks i Nieugięci**
19.00 **Ptyś i Bill**
19.10 **Czarodziejskie miasteczko Pinokia**
19.20 **Piotruś Królik 2**
19.45 **Wegezaury 2**
19.50 **Lupin wśród bajek**

TVN 24 HD

7.30 **Jeden na jeden**
8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.55 **Biznes** – pr. publicyst.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.55 **Biznes** – pr. publicyst.
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.55 **Biznes** – pr. publicyst.
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
13.55 **Biznes** – pr. publicyst.
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.55 **Biznes** – pr. publicyst.
15.00 **15 na żywo** – inf.
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Tak jest** – pr. publ.
19.15 **Serwis informacyjny**
19.30 **Fakty po Faktach**
20.10 **Fakty o świecie**

MAGAZYN

21.00 **Polska i świat**

Codzienny autorski program, który podsumowuje najważniejsze wydarzenia z kraju i z zagranicy, budzące szczególne zainteresowanie wśród polskich obywateli.

22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.25 **Biznes** – pr. publicyst.
0.45 **Fakty po Faktach**
1.30 **Tak jest** – pr. publ.
2.35 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
3.00 **Akademia ogrodnika** – mag.
3.05 **Fakty po Faktach**
3.50 **Tak jest** – pr. publ.

POLSAT PLAY HD

6.00 **Budowlańcy** (21) – dok.
6.30 **Kołowrotek** (215) – mag.
7.00 **Dorwać tuńczyka** (7, 8)
9.05 **Wojny magazynowe**
10.00 **Wojny kontenerowe**
11.00 **Hardkorowy lombard**
14.00 **Polacy za granicą** (65, 66)
16.00 **Złomiarze** (13, 14) – dok.
18.05 **Poszukiwacze historii**
20.00 **Ostatnie tajemnice Hitlera** – film dokum., Fr.
21.15 **Tajna historia XX wieku** (53, 54) – serial dokum., Pol.
22.05 **Poszukiwacze historii** (249) – serial dokumentalny
22.35 **Pociągi** (4) – serial dokum.
23.10 **Wakacje z Bałtykiem**
4.05 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

12.05 **Człowiek kontra jedzenie** (1, 2) – mag. kulin.
13.05 **Apetyt na miłość** (7)
14.05 **Akcja: Restauracja!** (1)
15.05 **Pojedynek na grille** (7)
16.05 **Kuchenne rewolucje** (8)
17.05 **Sexy kuchnia Magdy Gessler** (7) – mag. kulin.
17.40 **MasterChef** (12) – pr. rozr.
19.10 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** (2)
20.10 **Perfekcyjni gospodarze 9** (15) – dok.
21.10 **24/24** (6) – maraton kulin.
22.15 **Pyszne miejscówki** (6)
23.15 **Akcja: Restauracja!** (1)
0.15 **Człowiek kontra jedzenie** (1-3) – mag. kulin.

POLSAT RODZINA HD

11.00 **David Attenborough i cuda natury 2** (5, 6)
12.00 **Bogaty dom – biedny dom** (134) – reality show
12.55 **Rodzina zastępcza** (247, 248) – kom., Pol. 2006
14.55 **Wielkie wycieczkowce**
15.55 **Świat z góry** (2, 3) – dok.
17.10 **Pingwiny z Madagaskaru** (24-26, 1)
19.05 **Rodzina zastępcza** (320)
20.05 **Całkiem nowe lata miodowe** (6, 7) – kom.
21.10 **Miodowe lata** (111)
22.05 **Nasz nowy dom**
0.00 **Sekrety II wojny światowej** (2, 3) – dok., Fr.
2.30 **Ewa gotuje** (442) – mag.

BBC LIFESTYLE HD

11.30 **Mistrzowie szycia 11**
13.30 **Mistrzowie ceramiki 6**
14.35 **Wielkie nowozelandzkie wypieki 4** (6) – pr. rozrywk.
15.40 **Zapraszam do stołu: Wielka porcja 20** (7)
17.50 **Wymarzone domy 2** (17)
18.50 **Mistrzowie szycia 5** (2)
19.50 **Wielkie nowozelandzkie wypieki 4** (7) – pr. rozrywk.
21.00 **Majorka: śródziemnomorskie smaki** (1, 2) – serial dokum.
22.00 **Kulisy looksmaxingu**
23.00 **Wstydliwe choroby: online 3** (2) – serial dokum.
23.55 **Kulinarne podróże Billy'ego i Doma** (2, 3)

NICK JR. HD

16.40 **Psi Patrol 5** (21) – anim.
17.05 **Rubble i jego ekipa 4** (7)
17.35 **Pan Krokodyl** (7) – anim.
17.55 **Barbapapa – szczęśliwa rodzinka** (12) – serial anim.
18.15 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (21) – anim., Fr.
18.40 **Dora 4** (5) – serial anim.
19.00 **Santiago z mórz** (17)
19.30 **Przygody Misia Paddingtona 2** (22)
19.55 **Przygody Misia Paddingtona** (14) – anim.
20.07 **Świnka Peppa 4** (17-20)
20.31 **Świnka Peppa** (16)
20.36 **Świnka Peppa 5**
20.55 **Barbapapa i jego rodzinka** (18, 20, 21)

POLSAT NEWS HD

14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.10 **Więcej „Wydarzeń"** – inf.
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Punkt widzenia Szubartowicza** – pr. publ.
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – publ.
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.

TVP KOBIETA DVB-T2

12.30 **Kwiaty na warsztat 3**
12.50 **Przepis dnia** (14) – mag.
13.00 **Na dobre i na złe** (586)
13.55 **Czy grozi nam tsunami?**
15.00 **Rosół polski** (33) – mag.
15.30 **Ojciec Mateusz 4** (47, 48)
17.25 **Kto rządzi światem?** (2)
18.30 **Lato z Radiem i Telewizją Polską**
19.30 **Miłość i nadzieja** (318)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (299)
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (283) – obycz.
22.30 **Wypisz, wymaluj... miłość** – komedia romant., USA 2013, 125 min
FILM
0.35 **Tańcząca ze światem – Chorwacja** (2) – mag.

E! ENTERTAINMENT HD

8.50 **Bogate dzieciaki z Beverly Hills** (7, 8) – dok.
10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów 15**
14.20 **Very Cavallari** (1, 2)
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów 16** (1, 2)
20.30 **Very Cavallari** (3, 4)
22.30 **Plastyczna fuszerka**
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów 15**
3.00 **Plastyczna fuszerka**

TV TRWAM DVB-T

17.30 **Rajd Katyński**
17.55 **Poczet wielkich Polaków** – pr. hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone** – pr. publ.
19.30 **Każdy maluch to potrafi** – program dla dzieci
19.45 **Modlitwa** – religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc historia** – cykl fel.
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia** – program publicystyczny
22.00 **Wersal 1919** – film dokum.

BBC BRIT HD

10.30 **W warsztacie** (3) – dok.
11.30 **Brytyjskie fabryki 4** (1)
12.30 **Top Gear 10** (4) – mag.
13.35 **W warsztacie** (4) – dok.
14.35 **Cuda inżynierii 3** (1)
15.40 **Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 5** (7) – telet.
16.45 **Brytyjskie fabryki 4** (1)
17.50 **Top Gear 10** (5) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii 3** (1)
20.00 **Brytyjskie fabryki 4** (2)
21.00 **Cuda inżynierii kolejowej** (6) – serial dok.
22.00 **Arktyczny wojownik: Guy Martin** (1) – dok.
23.00 **Top Gear 10** (4) – mag.
0.05 **Top Gear 22** (6) – mag.

MINI MINI+ HD

11.25 **Baczne oczka** (6-9)
11.55 **Marta mówi** (17, 18)
12.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
12.59 **Marta mówi** (19, 20)
13.55 **Moje urodziny** – dla dzieci
14.00 **Basia** (2-6) – serial anim.
15.10 **Kicia Kocia** (4-8) – anim.
15.55 **Blaze i megamaszyny 3**
16.23 **Blaze i megamaszyny 2**
17.20 **Staś i fajna Babcia** (3, 4)
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.57 **Staś i fajna Babcia** (5)
18.15 **Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia** (12, 13) – serial anim., Jap.
18.40 **Dora i przyjaciele 2** (5, 6)
19.35 **Kicia Kocia** (5-9) – anim.
20.25 **Mały Charlie** (4-8) – anim.

TVP 3 DVB-T2

12.30 **Rączka gotuje**
13.00 **Agrobiznes**
13.20 **Agropogoda**
13.30 **Bez retuszu**
14.20 **Poznaj region**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Całkiem niezła historia**
19.45 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.13 **Gość Regionów** – pr. publ.
20.30 **Telekurier** – mag., Polska
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.30 **Złoty chłopak** (204) – serial obycz., Turcja 2022

DVB-T DVB-T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 641f6b47df

Warto zobaczyć

10.30 PARAMOUNT NETWORK
Kobiety
KOMEDIODRAMAT Mary odkrywa, że mąż ma romans z ekspedientką. W trudnej sytuacji może liczyć na wsparcie matki i przyjaciółek. *Reż.: Diane English, A: Meg Ryan, Annette Bening, Eva Mendes USA 2008* **150 min ▶ do godz. 13.00**

11.15 KINO POLSKA
Stara baśń
KOSTIUMOWY IX wiek. Na terenie przyszłej Polski panuje Popiel. Wojownik Ziemowit łączy siły z kmieciem Wiszem przeciwko despocie. *Reż.: Jerzy Hoffman, A: Daniel Olbrychski, Michał Żebrowski, Jerzy Trela Polska 2003* **150 min ▶ do godz. 13.45**

14.00 ALE KINO+
Terapia dla par
KOMEDIODRAMAT Sześć osób mierzących się z problemami w związkach rozpoczyna terapię. Odkrywają kolejne niewygodne prawdy. *Reż.: Gerardo Herrero, A: Malena Alterio, Alexandra Jiménez, Eva Ugarte Hiszpania 2023* **115 min ▶ do godz. 15.55**

14.55 TVP KULTURA
Dwie Joasie
KOMEDIA Asia stale traci posadę, bo nie znosi umizgów przełożonych. Gdy udaje brzydulę, sama zakochuje się w nowym szefie. *Reż.: Mieczysław Krawicz, A: Jadwiga Smosarska, Franciszek Brodniewicz Polska 1935* **100 min ▶ do godz. 16.35**

17.45 TVN FABUŁA
Miss agent
KOMEDIA SENSACYJNA Bandyta grozi atakiem na uczestniczki konkursu piękności. W jedną z kandydatek ma wcielić się agentka Gracie. *Reż.: Donald Petrie, A: Sandra Bullock, Michael Caine, Benjamin Bratt USA 2000* **135 min ▶ do godz. 20.00**

18.55 POLSAT FILM
Dywizjon 303. Historia prawdziwa
WOJENNY Pilot myśliwca Jan Zumbach z innymi rodakami dołącza do dywizjonu, który bierze udział w bitwie o Anglię. *Reż.: Denis Delić, A: Piotr Adamczyk, Maciej Zakościelny, Kirk Barker Polska 2018* **125 min ▶ do godz. 21.00**

21.00 SUPER POLSAT
Dzika noc
KOMEDIA SENSACYJNA Przestępcy biorą Lightstone'ów na zakładników. Żądają 300 mln dol. Rodzinie na pomoc rusza św. Mikołaj. *Reż.: Tommy Wirkola, A: David Harbour, John Leguizamo, Alex Hassell USA/Kanada 2022* **135 min ▶ do godz. 23.15**

22.30 TVP KOBIETA
Człowiek z magicznym pudełkiem
SCIENCE FICTION Rok 2030. Sprzątacz znajduje stare radio. Odbiornik emituje fale umożliwiające podróże w czasie. *Reż.: Bodo Kox, A: Olga Bołądź, Piotr Polak, Sebastian Stankiewicz Polska 2017* **115 min ▶ do godz. 0.25**

→ filmowe hity

Szowinistyczny celebryta udziela Abby wskazówek, które są zaskakująco skuteczne.

20.00 POLSAT
Brzydka prawda
KOMEDIA ROMANTYCZNA Wariacja na temat wojny płci. Kobieta poszukująca ideału zyskuje doradcę.

HIT DNIA Ambitna producentka telewizyjna Abby Richter wciąż szuka idealnego mężczyzny. Trudno sprostać jej wygórowanym wymaganiom. W dodatku jej program traci widzów. Kobieta zostaje zmuszona przez przełożonego do współpracy z szowinistycznym Mikiem Chadwayem. Oboje nie mogą się dogadać, mają też rozbieżne poglądy na wiele tematów, szczególnie dotyczących relacji damsko-męskich. Chadway wygłasza Abby swoje błyskotliwe teorie o związkach i proponuje eksperyment, dzięki któremu odnajdzie ona miłość. Kobieta zgadza się zastosować jego rady w nowym, dobrze zapowiadającym się związku z sąsiadem. W końcu musi przyznać, że prowokacyjne wskazówki dotyczące uwodzenia przynoszą zaskakujące efekty. Pewny swoich racji Mike też dostaje cenną lekcję. **HD 125 min ▶ do godz. 22.05**

USA 2009 **Reż.:** Robert Luketic **Wyst.:** Katherine Heigl, Gerard Butler, Bree Turner, Eric Winter, Nick Searcy

20.00 TVN 7
Nostalgia anioła
OBYCZAJOWY Nastoletnia Susie zostaje zamordowana. Uwięziona między niebem a ziemią, obserwuje bliskich, a także swojego zabójcę. Stara się przekazać ojcu (Mark Wahlberg) wskazówki, które pomogą go schwytać.

Reż.: Peter Jackson Wyst.: Susan Sarandon
USA 2009 **HD 175 min ▶ do godz. 22.55**

20.00 STOPKLATKA
Najlepsi z najlepszych 4: Bez ostrzeżenia
SENSACYJNY Tommy (Phillip Rhee) wchodzi w posiadanie dyskietki wykradzionej gangowi fałszerzy pieniędzy. Bandyci chcą odzyskać materiały i i zlikwidować świadka.

Reż.: Phillip Rhee Wyst.: Ernie Hudson
USA 1998 **HD 115 min ▶ do godz. 21.55**

20.50 TVN
Jack pogromca olbrzymów
FANTASY Syn farmera (Nicholas Hoult) otwiera bramę dzielącą świat ludzi i krainę olbrzymów. By uratować królestwo przed budzącymi grozę istotami, chłopak musi wykazać się sprytem i odwagą.

Reż.: Bryan Singer Wyst.: Eleanor Tomlinson
USA 2013 **HD 145 min ▶ do godz. 23.15**

22.05 POLSAT
Ted
KOMEDIA John jako dziecko pragnął, by jego pluszowy miś ożył. Marzenie się spełniło. Teraz mężczyzna (Mark Wahlberg) i jego zabawka są nierozłączni. Wiodą beztroskie życie. Ich relację komplikuje Lori (Mila Kunis).

Reż.: Seth MacFarlane Wyst.: Joel McHale
USA 2012 **HD 145 min ▶ do godz. 0.30**

22.20 TV PULS
Babylon A.D.
SCIENCE FICTION Toorop (Vin Diesel) ma przemycić z azjatyckiej części Rosji do Nowego Jorku tajemniczą Aurorę. Nie wie, że obdarzoną niezwykłymi zdolnościami dziewczyną interesują się najpotężniejsi ludzie świata.

Reż.: Mathieu Kassovitz Wyst.: Michelle Yeoh
USA 2008 **HD 135 min ▶ do godz. 0.35**

23.00 PULS 2
Kolonia karna
SENSACYJNY Kapitan marines John Robbins (Ray Liotta) za zabójstwo dowódcy trafia na wyspę Absolom – izolowaną kolonię karną bez strażników, gdzie rządzą sami więźniowie. Musi walczyć o przetrwanie.

Reż.: Martin Campbell Wyst.: Lance Henriksen
USA 1994 **HD 145 min ▶ do godz. 1.25**

Oznaczenia: P! Premiera w TV HD Program także w standardzie HD

prasa.pl 5411591147 PL

→ filmowe hity

Czarownica, którą pokonał król Artur, się odradza. Jej przeciwnikiem jest przybysz z piekła.

20.00 TV PULS

Hellboy

SCIENCE FICTION Superbohater staje do walki z żądną władzy wiedźmą. W jego rękach spoczywa los ludzkości.

HIT DNIA

Przed wiekami król Artur rozprawił się z okrutną Nimue. Jej rozczłonkowane ciało ukryto w kilku różnych miejscach. Współcześnie Hellboy, agent Biura Badań Paranormalnych i Obrony, wypełnia misję w Meksyku, ale sprawy idą nie po jego myśli. Dochodzi do wypadku. Heros wraca w niesławie do bazy. Bruttenholm informuje go o kolejnym zadaniu, które ma wykonać w Anglii. Tymczasem królowej z pomocą Baby Jagi udaje się odrodzić. U boku magicznych istot chce ona zawładnąć światem. HD 140 min ▶ do godz. 22.20

USA/Wlk. Bryt./Bułgaria/Kan. 2019 **Reż.:** Neil Marshall **Wyst.:** David Harbour, Milla Jovovich, Ian McShane, Sasha Lane

→ sport

8.45 POLSAT SPORT 1

Liga Narodów

SIATKÓWKA LIVE W Ningbo rusza turniej finałowy z udziałem ośmiu reprezentacji. W ubiegłym roku w tym samym miejscu swój drugi triumf w Lidze Narodów zanotowała drużyna z Polski. W meczu o złoty medal Biało-Czerwoni nie dali szans Włochom (3:0). HD 270 min ▶ do godz. 13.15

16.00 EUROSPORT 1

Tour of Denmark

KOLARSTWO LIVE Wyścig rozpocznie się w Aalborgu. Trasa pierwszego etapu liczy 197 km i ma 1175 m przewyższenia. Na liście zgłoszeń znaleźli się m.in. Jakob Söderqvist z grupy Lidl – Trek oraz Milan Menten z zespołu Lotto Intermarché. HD 105 min ▶ do godz. 17.45

→ rozrywka

18.00 TV 4

Łowcy skarbów. Kto da więcej?

REALITY SHOW Na licytację trafią ekrytuar biurkowy z lat 1920-1939, bombonierа z Zakładów Porcelany Stołowej „Ćmielów" i zegar z lat 60. XIX w. Nie zabraknie kultowych świeczników autorstwa Eryki Trzewik-Drost, zwanych karolinkami. HD 60 min ▶ do godz. 19.00

22.00 DISCOVERY CHANNEL

Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata

REALITY SHOW Rywalizacja w dziczy trwa. Nie każdy radzi sobie z używaniem prymitywnej broni. Coraz trudniej zdobyć pożywienie. Może być potrzebna pomoc ratowników. HD 120 min ▶ do godz. 0.00

21.40 TVP 1

Nocny patrol

KRYMINALNY Policjanci Ray (Thomas Jane) i Nick przemierzają ulice Los Angeles. Na skutek niespodziewanych zdarzeń rozpoczynają poszukiwania zaginionej dziewczyny i stawiają czoło nieuczciwemu stróżowi prawa.

Reż.: Joel Souza Wyst.: David Krumholtz USA 2019 HD 120 min ▶ do godz. 23.40

21.55 STOPKLATKA

Saga wikingów

PRZYGODOWY Wygnani z ojczyzny wojownicy pod wodzą Asbjörna (Tom Hopper) ruszają do Brytanii. Chcą zrabować złoto, aby wykupić wolność. Ich podróż przerywa sztorm. Rozbitkowie trafiają na szkockie wybrzeże.

Reż.: Claudio Fäh Wyst.: James Norton W. Bryt. 2014 HD 115 min ▶ do godz. 23.50

18.55 TVP SPORT

Lech – Aarhus

PIŁKA NOŻNA LIVE Stawką tego meczu w Poznaniu jest awans do trzeciej rundy eliminacji Champions League. Kolejorz ma większe doświadczenie na arenie międzynarodowej od mistrza Danii. Czy znajdzie to odzwierciedlenie w wyniku? HD 170 min ▶ do godz. 21.45

22.10 TVP POLONIA

Cafe Fogg

WIDOWISKO Tytuł nawiązuje do kawiarni, którą w gruzach Warszawy prowadził Mieczysław Fogg. W historię jego barwnego życia wpleciono szlagiery jak „Tango milonga" i „Ostatnia niedziela". Występują m.in. Czesław Mozil i Janusz Radek. 30 min ▶ do godz. 22.40

23.15 TVN

Łowca czarownic

FANTASY Nieustraszony Kaulder (Vin Diesel) przed wiekami zabił wiedźmę. Teraz powraca ona ze świata umarłych. Wojownik musi stawić jej czoło. Pomagają mu proboszcz z Nowego Jorku i czarownica Chloe (Rose Leslie).

Reż.: Breck Eisner Wyst.: Elijah Wood USA/Kan. 2015 HD 130 min ▶ do godz. 1.25

23.40 TVP 1

Popioły

HISTORYCZNY Rok 1812. Cedro uczestniczy w wyprawie na Rosję. Odwiedza dawnego towarzysza broni, Olbromskiego (Daniel Olbrychski). Namawia go, by ponownie zaciągnął się w szeregi wojsk napoleońskich.

Reż.: Andrzej Wajda Wyst.: Bogusław Kierc Polska 1965 HD 135 min ▶ do godz. 1.55

20.00 POLSAT SPORT 1

Górnik Zabrze – Fenerbahce

PIŁKA NOŻNA LIVE W zespole ze Stambułu są tak uznani piłkarze jak N'Golo Kanté, Milan Škriniar i Fred. Zabrzan czeka więc misja z gatunku niemożliwych. Czy zamkną gigantowi drzwi do Ligi Mistrzów? HD 120 min ▶ do godz. 22.00

→ dokument

19.45 BBC EARTH

Pociągiem przez Imperium Rzymskie

HISTORIA Alice Roberts przygląda się nowatorskim rozwiązaniom, które zastosowano w Pompejach. Odkrywa też, jak wyglądało życie niewolników. HD 70 min ▶ do godz. 20.55

eprasa.pl 641f6b47df

TVP 1 HD DVB-T2

5.00 **Splątane losy** (10) – serial obyczajowy, Turcja 2024
5.50 **Akacjowa 38** (905) – 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**
8.15 **Kolumbowie** (2): Żegnaj, Baśka – serial wojenny, Polska 1970
9.15 **Ranczo 8** (94) – obycz., Pol. 2014
10.10 **Komisarz Alex 22** (279) – serial kryminalny, Polska 2024
11.05 **Ojciec Mateusz 17** (216) – serial kryminalny, Polska 2017
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: Sęp kasztanowaty** – film dokumentalny, Hiszpania 2024
14.00 **Splątane losy** (11) – serial obyczajowy, Turcja 2024
15.00 **Serwis Info** – program inform.
15.10 **Pogoda Info**
15.25 **Gra słów. Krzyżówka** (1077)
16.00 **Dziedzictwo** (993) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
18.05 **Reporterzy** – mag. reporterów
18.25 **Akacjowa 38** (922) – telenowela, Hiszpania 2018
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
20.10 **Sport, pogoda**
20.30 **07 zgłoś się** (6) – serial kryminalny, Polska 1978

TVP 2 HD DVB-T2

4.30 **Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2024
5.30 **M jak miłość** (1804) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 **Pożyteczni.pl** – magazyn
6.50 **Barwy szczęścia** (3364) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.30 **Rodzinka.pl** (55, 56): Wirtualni przyjaciele; Instrukcja obsługi – serial komediowy, Polska 2012
12.35 **Koło fortuny** (1910) – teleturniej
13.15 **Panna młoda** (156) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 **Va banque** (1025) – teleturniej
14.35 **Na sygnale** (886): Zabawa w kotka i myszkę – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
W barze Kroplówka pojawia się znana dziennikarka. Zdzisio opowiada jej o ciężko chorym Patryczku, który marzy o wycieczce do NASA.
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (443) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
Wystawna kolacja z okazji urodzin Manuela kończy się fiaskiem. Napięcie udziela się domownikom i służbie. Petra coraz ostrzej traktuje podwładnych.
16.00 **Koło fortuny** (1911) – teleturniej
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (157) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 **Va banque** (1026) – teleturniej
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej

POLSAT HD DVB-T2

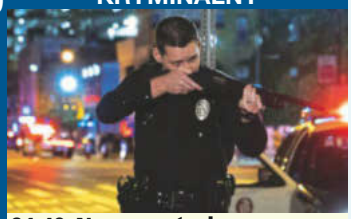
4.55 **Disco Gramy**
5.40 **Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
8.25 **Malanowski i partnerzy** (362, 363): Matka i córka; Cudze szczęście – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
9.25 **Trudne sprawy** (1283, 1284) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.35 **Gliniarze** (900, 901) – serial paradokumentalny, Polska 2024
13.40 **Dlaczego ja?** (1530, 1531) – serial paradokumentalny, Polska 2026
Julia i Maria sprzedają mieszkanie. Pieniądze przechowują w domu i planują własne biznesy. Gotówka zostaje skradziona. Maria podejrzewa siostrzenicę sąsiada, która okazała się oszustką. Policjanci badają ten trop.
15.50 **Wydarzenia, pogoda**
16.25 **Interwencja** – magazyn reporterów
16.40 **Gliniarze** (1097, 1098) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Policja dostaje zgłoszenie o wystrzale z broni palnej, który był poprzedzony kłótnią. Na miejscu funkcjonariusze znajdują ciało chłopaka. Śledztwo ujawnia podejrzane powiązania denata z trójmiejskim półświatkiem. Olgierd i Krystian wpadają na trop złodziei samochodów.
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – program publicystyczny
19.35 **Sport, pogoda**

TVN HD DVB-T2

5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1713) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 **Kuchenne rewolucje** (11): Czeladź – Dobre Jadło – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Doradca smaku** (39) – magazyn kulinarny
11.25 **Kuchenne rewolucje** (11): Grodzisk Mazowiecki – Orient X-press/Pełen Rondel – program rozrywkowy
12.35 **Ukryta prawda** (1503, 1504, 1738) – serial paradok., Polska
15.45 **Detektywi** (127) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
16.50 **Szpital św. Anny** (78) – serial obyczajowy, Polska 2026
Bartek sprzedaje dom bez wiedzy Kaśki. Zyta opiekuje się pacjentem z podejrzeniem raka trzustki. Mężczyzna uważa, że spotkała go kara za dawne przewinienia. Tomek poszukuje Marty z pomocą hakera.
17.55 **Młode gliny** (34) – serial kryminalny, Polska 2026
W parku znaleziono ciało 17-letniej Agaty. Trop prowadzi do pobliskiego klubu. Wkrótce ginie kolejna uczennica tego samego liceum. Obie nastolatki kontaktowały się w sieci z tajemniczym Maksem.
19.00 **Fakty, sport i pogoda**
19.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów
20.15 **Na Wspólnej** (4254) – serial obyczajowy, Polska 2026

20

KRYMINALNY



21.40 Nocny patrol FILM – USA 2019, 120 min

Ray i Nick przemierzają ulice Los Angeles. Otrzymują rozkaz wszczęcia pościgu za mordercami funkcjonariuszy. Wskutek niespodziewanych zdarzeń rozpoczynają też poszukiwania zaginionej dziewczyny i stawiają czoło nieuczciwemu stróżowi prawa.

23.40 **Wieczór z Mistrzem. Andrzej Wajda: Popioły** (2-ost.) FILM – dramat historyczny, Polska 1965, reż. Andrzej Wajda, wyk. Daniel Olbrychski, Bogusław Kierc, Beata Tyszkiewicz, Piotr Wysocki, 135 min
1.55 **Zaginiony w akcji** – film FILM sensacyjny, USA 1984, reż. Joseph Zito, wyk. Chuck Norris, M. Emmet Walsh, David Tress, Lenore Kasdorf, 105 min
3.40 **Wykrywacz kłamstw** – program publicystyczny
4.00 **Pytanie dnia** – program publicystyczny
4.20 **Reporterzy** – magazyn reporterów
4.30 **Oko na świat** – magazyn
4.50 **Zakończenie**

OBYCZAJOWY

19.25 Barwy szczęścia (3364) – Polska 2026

Rawiczowa i Małgorzata proponują Natalii, by po sprzedaży domu przeniosła się z Leą do mieszkania, które wynajmuje Jaworski. Łukasz spędza z Celiną mikołajki. Nastrój psuje Ksawery, rozżalony z powodu wyjazdu Kasi i Mariusza.

20.05 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (29) – teleturniej
20.35 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (29) – teleturniej
20.55 **Postaw na milion** – teleturniej
21.50 **Na sygnale** (883, 884) – serial fabularno-dokum., Polska 2026
22.55 **Berlin Ku'damm 59** (8) – serial obyczajowy, Niemcy 2018
23.50 **PitBull 2** (15) – serial sensacyjny, Polska 2007
0.50 **Karol, władca Hiszpanii** (14) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015
1.45 **Nasz dom w górach** (21) – serial obyczajowy, Niemcy 2024
2.40 **Abastumani** – film dokumentalny, Gruzja/Pol. 2023
3.55 **Rodzinka.pl** – serial komediowy, Polska 2025
4.25 **Zakończenie**

KOMEDIA ROMANTYCZNA

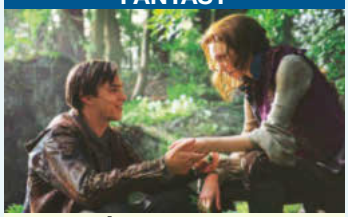
20.00 Komediowa środa: Brzydka prawda FILM – USA 2009, 125 min

HIT DNIA

Ambitna producentka telewizyjna Abby szuka miłości. Mało kto może sprostać jej wymaganiom. Pomoc oferuje nowy współpracownik Mike, gwiazdor o szowinistycznych poglądach. Singielka, chociaż za nim nie przepada, wciela w życie jego rady.

22.05 **Ted** – komedia, USA 2012, reż. FILM Seth MacFarlane, wyk. Mark Wahlberg, Mila Kunis, Joel McHale, Giovanni Ribisi, 145 min
John jako dziecko pragnął, by jego miś ożył. Marzenie się spełniło. Teraz mężczyzna i jego pluszak są nierozłączni. Wiodą beztroskie życie. Ich relację komplikuje Lori.
0.30 **Ostrożnie z dziewczynami** FILM – komedia romantyczna, USA 2002, reż. Roger Kumble, wyk. Cameron Diaz, Christina Applegate, Selma Blair, 105 min
2.15 **Mocne uderzenie** – komedia, FILM USA 2012, reż. Frank Coraci, wyk. Kevin James, Salma Hayek, Henry Winkler, Bas Rutten, 160 min

FANTASY



20.50 Jack pogromca olbrzymów FILM – USA 2013, 145 min

Pokój, który wiele lat temu ludzie zawarli z mieszkańcami krainy olbrzymów, jest zagrożony. Wszystko przez rolnika Jacka. Przypadkiem zasiał on magiczne ziarno, z którego wyrosła gigantyczna fasola. Przebywająca w jego domu księżniczka Isabelle zostaje porwana przez roślinę i trafia do krainy olbrzymów. Jack wraz z drużyną rycerzy próbuje ją uwolnić.

23.15 **Łowca czarownic** – film FILM fantasy, USA/Chiny/Kanada 2015, reż. Breck Eisner, wyk. Vin Diesel, Rose Leslie, Elijah Wood, Ólafur Darri Ólafsson, 130 min
1.25 **Kwatery Hitlera** (2) – serial dokumentalny, Polska 2019
2.25 **Uwaga!** – magazyn reporterów
2.45 **Wallander 2** (4) – serial kryminalny, Szwecja/Niemcy/Dania 2009
4.35 **Detektywi** (121) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
5.20 **Kto was tak urządził?** – magazyn

eprasa.pl 641f6b47df
P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB-T2

5.25 Ten moment (8) – serial paradok., Polska 2015-2016
5.55 Szkoła (831-833) – serial paradokumentalny, Polska 2020
8.45 Ukryta prawda (1351, 1471, 1472) – serial paradokumentalny, Polska
11.50 W-11 – Wydział Śledczy (1138-1140) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2014
13.55 Kryminalni 2 (5) – serial kryminalny, Polska 2005
15.00 Szpital (808, 809) – serial paradokumentalny, Polska 2018
17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (519): Sekrety i kłamstwa – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
Beata Kwiecińska usiłowała zabić Radosława Morawskiego, wjeżdżając w niego autem. Motywem była próba szantażu związanego z romansem.
18.00 SOS Ekipy w akcji (31) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Na numer alarmowy dzwoni kobieta, która krzyczy do słuchawki „ratunku", po czym połączenie zostaje przerwane. Na miejscu policjanci znajdują seniorkę reanimowaną przez młodego mężczyznę.
19.00 Ukryta prawda (1542) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Monika odkrywa, że zaszła w ciążę z Konradem, którego poznała na portalu randkowym. Liczy na szybki ślub. Partner jej to obiecuje, ale dzień później znika. Kobieta rozpoczyna poszukiwania.

TV PULS HD DVB-T2

6.00 Policjanci z Miami 3 (19, 20): Przerosty biurokracji; Miłość ulicznicy – serial kryminalny, USA 1987
8.00 Kobra – oddział specjalny (12, 13): Swobodny spadek; Krew i woda – serial sensacyjny, Niemcy 2017
10.00 Maria z przedmieścia (81, 82) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (127) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
Marichuy odzyskuje przytomność. Ma zabandażowane oczy. Estefania i Isabela dowiadują się, że dziewczyna przeżyła. Policja przesłuchuje Ramona. Przypomina on sobie kobietę przy rekwizytach.
13.00 Wspaniałe stulecie (61) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 Kurierzy 2 (46) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 11 (564, 565) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy 2 (47) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Malwina potrzebuje dodatkowych pieniędzy. Wyjawia Krystynie powód, dla którego musi zdobyć te fundusze. Gawrecka jest zaszokowana.
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (984, 985) – serial obyczajowy, Polska 2026
Kuba wraz z żoną marzy o wyprowadzce od rodziców. By zdobyć pieniądze na wynajem mieszkania, para przynosi do lombardu kafle i panele.

PULS 2 HD DVB-T2

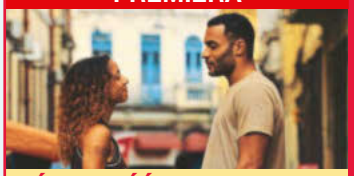
5.55 Ale numer! 21 (11) – pr. rozrywk.
6.20 Cosie-Ktosie (23) – serial anim.
6.30 Kajko i Kokosz 2 (23) – serial animowany, Polska 2021
6.45 SamSam: Kosmiczne przygody (13) – serial anim.
7.00 Blaze i megamaszyny 6 (20) – serial animowany, USA 2020
7.30 Psi Patrol 2 (12) – serial anim.
7.50 Dora (4) – anim., Kan./USA 2024
8.30 Wielkie przygody małego rekina (23) – serial dla dzieci, Korea Południowa/USA 2020
8.50 Masza i Niedźwiedź (23, 24) – serial animowany, Rosja 2012
9.20 Straszne historie Maszy (23) – serial animowany, Rosja 2016
9.25 Świnka Peppa 2 (41-43) – serial animowany, Wielka Brytania 2005
9.45 Bing (37, 38) – serial animowany
10.00 Jeżyk i Przyjaciele (12, 11) – serial animowany, Polska 2023
10.35 Spidey i superkumple 2 (30, 29) – serial anim., USA 2022
11.35 Gus. Mały – wielki rycerz (23, 24) – serial anim., Fr. 2021
12.00 Psi Patrol (9) – anim., Kan./USA
12.35 Marta mówi (30) – serial anim.
13.00 Smerfy (204, 205) – serial anim.
14.00 Baranek Shaun 4 (1-4) – serial animowany, Wielka Brytania 2013
14.35 My Little Pony: Przyjaźń to magia (3) – anim., USA/Kan. 2011
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2 (40, 41) – anim., Fr./Jap./Korea Południowa 2017
16.00 Fineasz i Ferb 2 (24, 25) – serial animowany, USA 2007-2011
17.00 Smerfy (206, 207) – serial anim.
18.00 Pingwiny z Madagaskaru (7, 8) – serial animowany, USA

NETFLIX

DAVID ATTENBOROUGH: OPOWIEŚĆ O GORYLACH

Znany przyrodnik wspomina pierwsze spotkanie z małym gorylem Pablo. Opowiada, jak z czasem stał się on potężnym samcem alfa. Śledzi losy jego potomków żyjących obecnie na wolności. Produkcja pokazuje nieznane wcześniej zachowania goryli.
▶dokum., Wlk. Bryt. 2026; 77 min

PREMIERA



WŚCIEKŁOŚĆ

Mężczyzna dotknięty amnezją próbuje odnaleźć się w nowej rzeczywistości. Trafia pod opiekę doświadczonego trenera MMA. Gdy wchodzi na ring, musi zmierzyć się nie tylko z rywalem, lecz także z własną przeszłością, która powoli zaczyna go doganiać. Niebawem staje przed trudnym wyborem.
▶serial sensacyjny, Brazylia 2026

PREMIERA

OSTATNI PROJEKT

Tamara rozpoczyna naukę w nowej szkole. Stawia czoło licznym problemom. Pewnego dnia pada ofiarą cyberataku i otrzymuje zaproszenie do udziału w niebezpiecznym wyzwaniu. Postanawia zawrzeć ryzykowny sojusz, za sprawą którego jej życie zmienia się bezpowrotnie.
▶dla młodzieży (6 odc.), Meksyk 2026

PLANETA SAMOTNOŚCI

Katherina (Laura Dern) wyjeżdża do Maroka, by wziąć udział warsztatach dla pisarzy. Liczy na to, że z dala od domu dokończy książkę. Na miejscu spotyka Owena (Liam Hemsworth). Znajomość przeradza się w romans. Film Susannah Grant – nominowanej do Oscara za scenariusz do „Erin Brockovich".
▶melodramat, USA 2024; 94 min

DRAMAT OBYCZAJOWY

20.00 Nostalgia anioła FILM – USA/Wielka Brytania/Nowa Zelandia 2009, 175 min
Susie zostaje zgwałcona i zamordowana. Uwięziona między niebem a ziemią, obserwuje rodziców i siostrę, którzy nie potrafią uporać się z tragedią. Dziewczyna przekazuje ojcu wskazówki, które mogłyby pomóc schwytać sprawcę.

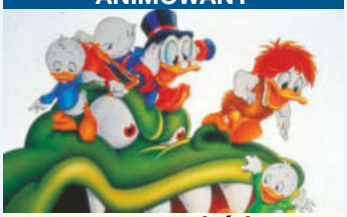
22.55 Ocean's Thirteen FILM – komedia sensacyjna, USA 2007, reż. Steven Soderbergh, wyk. George Clooney, Al Pacino, Andy Garcia, Brad Pitt, 145 min
Danny i jego gang planują kolejny skok. Zamierzają okraść właściciela kasyn i hoteli. By akcja się udała, potrzebują pomocy wroga, Terry'ego Benedicta.
1.20 Zawsze jest czas na miłość FILM – komedia obyczajowa, USA/Wielka Brytania/Belgia 2017, reż. Joel Hopkins, wyk. Diane Keaton, James Norton, Brendan Gleeson, Hugh Skinner, 125 min
3.25 Żyjąc z potworem 9 (11) – serial dokumentalny, USA 2024
4.30 Fachowcy 2 (8) – serial paradokumentalny, Polska 2018

SCIENCE FICTION

20.00 Hellboy FILM – USA/Wielka Brytania/Bułgaria 2019, 140 min
Władczyni czarownic Nimue przed wiekami została unicestwiona przez króla Artura. Teraz odzyskuje moc. Chce rozprawić się z ludźmi i zawładnąć światem. Tylko pochodzący z piekła Hellboy może ją powstrzymać.

22.20 Babylon A.D. FILM – film s.f., USA/Francja/Wielka Brytania 2008, reż. Mathieu Kassovitz, wyk. Vin Diesel, Michelle Yeoh, Mélanie Thierry, Gérard Depardieu, 135 min
0.35 Zobowiązanie FILM – thriller, Wielka Brytania 2012, reż. Craig Viveiros, wyk. Tim Roth, Talulah Riley, Jack O'Connell, Peter Mullan, 100 min
2.15 Dzielnica strachu 10 (444): Znikaj z mojego życia – serial kryminalny, Polska 2025-2026
3.15 Lombard. Życie pod zastaw 18 (980) – serial obyczajowy, Polska 2026
4.20 Dyżur 3 (36) – serial dokumentalny, Polska 2010
5.00 Dzielnica strachu 10 (447): Zwyczajny wypadek – serial kryminalny, Polska 2025-2026

ANIMOWANY



19.00 Kacze opowieści (19, 20) – USA 1987
Rezolutne, ciekawe świata kaczorki oraz ich wuj, zamożny Sknerus McKwacz, przeżywają emocjonujące przygody. Stawiają czoło wrogom – m.in. znanym w półświatku braciom Be i Granitowi Forsantowi.

20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (972) – serial obyczajowy, Polska 2026
21.00 Dzielnica strachu 10 (454, 455) – serial krym., Polska 2025-2026
23.00 Kolonia karna FILM – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 1994, reż. Martin Campbell, wyk. Ray Liotta, Lance Henriksen, Stuart Wilson, Kevin Dillon, 145 min
1.25 Dzielnica strachu 10 (450) – serial krym., Polska 2025-2026
2.25 Lombard. Życie pod zastaw 12 (655) – serial obyczajowy, Polska 2023
3.30 Lombard. Życie pod zastaw 5 (220) – serial obycz., Polska 2019
4.25 Niesamowite! (16) – dok., Pol.
5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (519) – serial obyczajowy, Polska 2022

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (4, 5) – serial kryminalny, USA 2011
7.30 **Ostry dyżur 2** (5, 6) – serial obyczajowy
9.25 **Castle 4** (7, 8) – serial kryminalny, USA 2011
11.20 **MacGyver 4** (5, 6) – serial akcji, USA 2020
13.10 **Dowody zbrodni 2** (10, 11) – serial kryminalny, USA 2004
15.10 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (6, 7) – serial kryminalny
17.05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5** (5, 6) – serial krym., USA/Kanada 2004
19.05 **Castle 4** (9, 10) – serial kryminalny

TVP SERIALE

5.40 **Rodzinka.pl** (117) – serial kom., Pol. 2013
6.10 **Na sygnale** (499, 500)
7.20 **Ojciec Mateusz 4** (49) – krym., Pol. 2010
8.20 **Komisarz Alex 3** (38)
9.10 **Rodzinka.pl** (118)
9.45 **Klan** (1465) – telen.
10.20 **Ranczo 9** (116, 117)
12.00 **Komisarz Alex 3** (39)
12.50 **Ojciec Mateusz 31** (399-401) – krym., Pol.
15.35 **Komisarz Alex 4** (40) – serial krym., Polska
16.25 **Na sygnale** (501, 502) – serial fab.-dokum.
17.35 **Ranczo 10** (118, 119) – serial obycz., Polska
19.30 **Ojciec Mateusz 31** (402) – krym., Pol. 2024
20.30 **Ojciec Mateusz 4** (50) – krym., Pol. 2010

TVP KULTURA HD

9.00 **Wojna domowa** (11, 12) – obycz., Pol.
10.35 **Mój Nikifor** – biograf., Polska 2004, 110 min
12.25 **Tajemnice kultowych seriali** (5)
13.50 **Noce i dnie** (8)
14.55 **Dwie Joasie** – kom., Polska 1935, 100 min
16.35 **Wojna domowa** (13, 14) – obycz., Pol.
18.15 **Muzeum Polskiej Piosenki** (7) – pr. rozr.
18.30 **Informacje kulturalne**
18.55 **Rawhide** (18) – przyg.
20.00 **Powrót Sherlocka Holmesa** (9) – krym.
21.05 **TVP Kultura na Nowych Horyzontach** – felieton, Polska 2026

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 2** (4) – serial dok., Pol. 2018
7.00 **Wyraj** – film krótkometrażowy, Polska 2020
7.35 **Fuks** – komedia sens., Polska 1999, 105 min
9.20 **The Hero** – film krótkometraż.
10.00 **Bestia 3** (5, 6) – serial kryminalny, Kan. 2025
12.05 **Vera 10** (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
14.00 **Terapia dla par** – komediodram., Hiszp. 2023, 115 min
15.55 **Pokuta** – melodramat, Wielka Brytania/Fr./USA 2007, 140 min
18.15 **Vera 10** (2) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2020

CANAL+ PREMIUM HD

9.15 **Pan Tadeusz** – film kostiumowy, Polska/Francja 1999, 150 min
11.45 **Peacock** – thriller, USA 2010, 90 min
13.15 **Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć** (5, 6) – serial komediowy, Fr.
14.20 **Agent szczęścia** – film dokumentalny, Bhutan/Węgry 2024
15.55 **Czarna woda** – film krótkometraż.
16.15 **Tożsamość Bourne'a** – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, 115 min
18.10 **Łapu capu** – pr. rozr.
18.15 **Krucjata Bourne'a** – thriller, USA/Niemcy 2004, 105 min

HBO HD

8.10 **Fantastyczne zwierzęta: Zbrodnie Grindelwalda** – fantasy, Wlk. Bryt./USA 2018, wyk. Eddie Redmayne, 130 min
10.20 **Fantastyczne zwierzęta: Tajemnice Dumbledore'a** – film fantasy, Wielka Brytania/USA 2022, wyk. Jude Law, 140 min
12.40 **Piotruś Pan** – film familijny, USA/Wielka Brytania 2003, 110 min
14.30 **Díva Futura** – dramat obyczajowy, Włochy 2024, 125 min
16.35 **Emma Odważna** – film anim., USA/Chiny/Irlandia 2024, reż. Leo Lewis, 80 min

20

KRYMINALNY

21.05 **Walker: Strażnik Teksasu 2** (5, 6)
Cordell i Liam razem analizują starą sprawę. Micki nadal przydzielona jest do wykonywania obowiązków za biurkiem. Trey bierze udział w wyprawie na ryby.
23.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5** (5, 6) – serial krym.
0.45 **Castle 4** (9, 10) – serial kryminalny
2.40 **Walker: Strażnik Teksasu 2** (5, 6)
4.35 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4** (3) – krym., USA/Kan.

OBYCZAJOWY

21.30 **Ranczo 10** (120, 121) – Polska 2016
Czerepach i Ola wprowadzają w życie niecny plan, aby podnieść notowania prezesa Kozioła w zbliżającej się kampanii wyborczej. Pojawia się jednak przeszkoda.
23.20 **Ojciec Mateusz 31** (403) – krym., Pol. 2024
0.20 **Czarna śmierć** (5) – serial obycz., Polska
1.20 **Erynie** (9, 10) – krym.
3.15 **Stulecie Winnych 2** (20) – obycz., Pol. 2020
4.10 **Klan** (1465) – telen.
4.35 **Pan Mama** (38) – serial kom., Pol. 2025

WOJENNY

21.30 **Aida** – Austria/Bośnia i Hercegowina/Francja 2020, 115 min
Lato 1995 roku, trwa wojna w Bośni i Hercegowinie. Serbskie oddziały wkraczają do Srebrenicy. Tłumaczka ONZ Aida próbuje ocalić bliskich. Sytuacja jest dramatyczna.
23.25 **Stara strzelba** – film historyczny, Francja/RFN 1975, 115 min
1.20 **Cześć, Tereska** – dramat obyczajowy, Polska 2001, reż. Robert Gliński, 100 min
3.00 **Jazz.pl Polskie Radio** – koncert

KRYMINALNY

20.10 **Oxen 2** (3, 4) – Dania 2025
Margrethe zjawia się na miejscu zbrodni. Zastaje tam osobę, którą kiedyś znała. Na Oxena pada podejrzenie o zabicie Fiska. Weteran chce odzyskać zaufanie agentki.
22.15 **Ocalona** – thriller, Wielka Brytania/USA 2015, 115 min
0.10 **Django** (9, 10-ost.)
2.30 **Minuta ciszy** (1)
3.30 **Ultima Thule** – dramat obyczajowy, Polska 2023, 85 min
4.55 **Meduzy**
5.05 **Powrót** (1) – kom.

WOJENNY

20.00 **Kontyngent** (5) – Szwecja 2025
Serbscy ekstremiści biorą czterech żołnierzy na zakładników. Pułkownik Andreasson musi zdecydować, czy spełnić żądania porywaczy, czy odmówić negocjacji.
20.45 **Morderstwo w ambasadzie** – film kryminalny, Wielka Brytania 2025, 85 min
22.10 **Smashing Machine** – dramat biograficzny, USA 2025, 120 min
0.10 **Syn przeznaczenia** – horror, Wlk. Bryt./Francja 2025, 90 min

KOMEDIA SENSACYJNA

17.55 **Kaskader** – USA 2024, 125 min
Po kontuzji Colt porzuca karierę kaskadera i ukochaną, kamerzystkę Jody. Osiemnaście miesięcy później dostaje misję, od której zależy los jej reżyserskiego debiutu.
20.00 **Sojusznicy** – komedia sensacyjna, USA 2025, reż. Ilya Naishuller, 115 min
21.55 **Ród smoka 3** (6) – serial fantasy, USA
23.00 **Blade Runner 2049** – film s.f., USA/Wielka Brytania/Węgry 2017, 160 min

AXN WHITE

8.55 **Dom nad rozlewiskiem** (6, 7) – serial obycz., Polska
11.05 **Agenci NCIS 11** (6-8)
14.00 **Szpital nadziei 5** (5)
15.00 **Wspólny dom na święta** – dramat obyczajowy, Kanada 2023, 120 min
17.00 **Gwiazdka w Cape Cod** – dramat obyczajowy, USA 2021, 120 min
19.00 **Dr House 3** (23) – obycz.
20.00 **Dowody zbrodni 3** (14, 15) – serial kryminalny
21.55 **Rekrut** (18) – serial krym.
22.55 **Agenci NCIS 11** (6-8)
1.40 **Dowody zbrodni 3** (14, 15) – serial kryminalny
3.25 **Zaklinacze koni 4** (4, 5)

AXN BLACK

8.45 **Zagadki z przeszłości 2** (18) – przyg., Fr./Niem./Kan.
9.45 **Gwiezdne wrota 6** (1-3)
12.45 **Kobra – oddział specjalny 12** (4) – sens.
13.45 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4** (23) – sens., USA
14.50 **Drużyna A 3** (15) – sens.
15.50 **Nieustraszony 2** (8)
16.55 **Zagadki z przeszłości 2** (19) – przyg., Fr./Niem./Kan.
18.00 **Gwiezdne wrota 6** (4-6)
21.00 **Saga „Zmierzch": Zaćmienie** – film fantasy, USA 2010, reż. David Slade, 145 min
23.25 **Spider-Man Uniwersum** – film anim., 2018, 145 min

WARNER TV

8.45 **Bajer z Bel-Air 6** (9, 10)
9.45 **Prawo Agaty 4** (2)
10.40 **Pełniejsza chata** (13)
11.20 **Pełniejsza chata 2** (1)
11.55 **Teraz albo nigdy! 2** (10, 11) – obycz., Pol. 2008
13.50 **Bajer z Bel-Air 6** (9-12)
15.45 **Pełniejsza chata** (13)
16.25 **Pełniejsza chata 2** (1-3) – serial komediowy, USA
18.10 **Kopciuszek: Roztańczona historia** – komedia muzyczna, USA/Kanada 2008, 110 min
20.00 **Uznany za niewinnego** – film krym., 1990, 145 min
22.25 **Rzeka tajemnic** – dramat sensacyjny, 2003, 170 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Kabaretowa Ekstraklasa** (71) – pr. rozr.
6.05 **Gliniarze** (214-216) – serial paradokum., Polska 2018
9.05 **Strażnik Teksasu** (13-16) – serial sensacyjny, USA
13.00 **Kowalscy kontra Kowalscy** (17-20) – obycz.
15.00 **Świat według Kiepskich** (441-444) – kom., Pol. 2014
17.00 **Columbo** (40, 49) – krym.
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (179-182) – serial kryminalny, USA
0.50 **Ślad** (78, 79) – krym., Pol.
2.50 **Święty** (244, 245) – kom.
4.00 **48h. Zaginieni** (141, 142) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

8.00 **Gru i Minionki: Pod przykrywką** – film animowany, 2024, 90 min
9.30 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
9.35 **Wszyscy święci** – film obycz., Polska 2002, 75 min
10.50 **Moje pieczone kurczaki** – film obycz., 2002, 65 min
11.55 **Liza Minnelli. Niesamowita historia absolutnie prawdziwa**
13.35 **Saga „Zmierzch": Zaćmienie** – film fantasy, USA 2010, 120 min
15.35 **Premierowa jazda** – mag.
15.50 **Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 1** – film fantasy, USA 2011, 115 min
17.45 **Hollywood Buzz** – mag.
18.10 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
18.15 **Kopnięci w czasie** – komedia, Francja/Belgia 2025, 100 min
19.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Rocznica** – thriller, USA 2025, 110 min
21.50 **Miasteczko Shelby Oaks** – horror, Belgia/USA 2024, 90 min
23.20 **Piła 4** – thriller, USA/Kanada 2007, 90 min
0.50 **Zapiski śmiertelnika** – komediodramat, Polska 2025, 95 min
2.25 **Wyrwa** – thriller, Polska 2023, 95 min
4.00 **Ludzie** – dramat wojenny, Polska 2023, 120 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Miasta rytm** (3) – serial dokumentalny, Polska 2020
11.00 **Naruto 3** (21-26) – serial anime, Japonia 2003-2004
14.00 **13 posterunek 2** (19-21) – serial komediowy, Polska
15.45 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 4** (1, 2) – serial dokumentalny, Niemcy 2024
17.45 **The Office PL 3** (1-4) – serial komediowy, Polska 2023
20.00 **Edukacja XD** (7-10) – serial komediowy, Polska 2025
Malcolm i Stomil ruszają do Antwerpii, by odnaleźć przedwojennego właściciela atrakcyjnych gruntów.
22.00 **Koniec lata** (2) – serial kryminalny, Szwecja 2023
23.00 **Premiera: Spartakus: Bogowie areny** (4) – serial historyczny, USA 2011
23.55 **Blizna** (3, 4) – serial sensacyjny, Hiszpania 2024
1.50 **Szaleństwo imprez i raj. Historia Ibizy.** – film dokumentalny, Niemcy 2024
2.40 **Prosta sprawa** (5, 6) – serial krym., Polska 2024
4.55 **Premierowa jazda** – magazyn
5.15 **Złombol** (3) – serial dokumentalny, Polska 2019

CANAL+ 360 HD

6.00 **Złombol** (6) – serial dok.
7.00 **Lotnisko na Alasce 3** (2)
8.00 **Porzucone konstrukcje** (9) – serial dok., Wlk. Bryt.
9.00 **Okręty wojenne** (7) – dok.
9.55 **Co poszło nie tak 3** (4)
11.00 **Kolegium żużlowe**
13.00 **Wolne duchy. Starcie z żywiołami** (8) – dok.
13.55 **Chwila prawdy** (3) – dok.
15.00 **Okręty wojenne** (8) – dok.
16.00 **Lotnisko na Alasce 3** (3)
16.55 **Futbolowa gorączka. Bitwa o Premier League** (2) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.00 **Porzucone konstrukcje** (10) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.55 **Chwila prawdy** (2) – dok.
19.50 **Futbolowa gorączka. Bitwa o Premier League** (3) – serial dok., Wlk. Bryt.
20.50 **Co poszło nie tak 4** (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 2024
22.00 **Porzucone konstrukcje** (2) – serial dok., Wlk. Bryt.
23.00 **Lotnisko na Alasce 3** (1) – serial dokumentalny, USA
0.00 **Zabójcze drogi** (3) – dok.
1.05 **Luis Enrique: Nie macie k**** pojęcia** (2) – dok.
2.00 **Polska z góry: Stadiony** (4) – serial dok., Polska 2024
2.40 **Przykrywkowcy. Podwójna gra** (3) – dok.
3.45 **Zwierzęta Wajraka 2** (6, 7) – serial dok., Pol. 2021
4.55 **Pogotowie remontowe Wieśka 3** (7, 8) – mag.

HBO 2 HD

8.05 **Na planie 23** (30) – mag.
8.35 **Jasełka wszech czasów** – kom. przyg., 2024, 95 min
10.10 **Eddie zwany Orłem** – biograf., 2016, 105 min
11.55 **Gracze** (5, 6) – serial kom.
12.50 **Kochanek królowej** – dram. hist., 2012, 130 min
15.00 **La Grazia** – dramat obycz., Włochy 2025, 130 min
17.10 **Spider-Man 3** – film przygodowy, 2007, 140 min
19.30 **DMZ** (3, 4) – serial sens.
21.25 **Koszmar minionego lata** – horror, USA/Australia/Kanada 2025, 110 min
23.15 **30 dni mroku** – horror, 2007, 110 min

HBO 3 HD

10.40 **Duża ryba** – komediodramat, USA 2003, 125 min
12.45 **Harry Potter i Zakon Feniksa** – film przyg., Wlk. Bryt./USA 2007, 135 min
15.00 **Harry Potter i Książę Półkrwi** – film przyg., Wlk. Bryt./USA 2009, 150 min
17.30 **Srebrna Gwiazda** – dram. obycz., USA 2024, 100 min
19.10 **Biały Lotos 2** (3) – kom.
20.10 **Stamtąd** (5) – serial grozy
21.00 **To: Witajcie w Derry** (4)
22.00 **Tokyo Vice** (4) – krym.
22.55 **Porządny człowiek** (1)
23.40 **Jakaś inna kobieta** – thriller, USA 2023, 85 min

eprasa.pl 641f6b47df

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 Górale (30-32) – serial dokumentalny, Polska
7.25 Doktor Martin (49) – serial obyczajowy
8.30 Przyjaciółki (161, 162) – obycz., Pol.
10.25 Świat według Kiepskich (18, 19, 109, 110, 198, 199, 132) – serial kom., Pol.
14.35 Drapacz chmur FILM – film sensacyjny, USA 2018, 125 min
16.40 Piąta fala – film s.f., FILM USA 2016, reż. J Blakeson, wyk. Chloë Grace Moretz, 135 min
18.55 Dywizjon FILM **303. Historia prawdziwa** – film wojenny, Polska 2018, 125 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 Tata ma plan 4 (9, 10) – serial komediowy, USA 2020
7.00 Dwóch i pół 8 (2-5) – serial komediowy, USA 2010
8.55 Przyjaciele (7-12) – serial komediowy
11.55 Teoria wielkiego podrywu 10 (17-22) – serial komediowy, USA 2016-2017
14.30 Dwóch i pół 8 (6-9) – serial komediowy, USA 2010
16.30 Przyjaciele (13-18) – serial komediowy, USA 1995
19.30 Teoria wielkiego podrywu 10 (23, 24) – serial komediowy, USA 2016-2017

TVN FABUŁA HD

5.05 Szkoła (801) – serial paradokum.
6.00 Szkoła filmowa (1)
6.30 Alfabet filmowy (30)
6.45 Zakochani po uszy (119, 120) – telen., Pol.
7.45 Detektywi (137-140) – serial fab.-dokum.
9.50 Prawo Agaty 5 (1) – serial obycz., Polska
10.55 Lekarze (8) – obycz.
11.55 Zapukaj do moich drzwi (22, 23) – telen.
13.55 Prawo Agaty 4 (13) – serial obycz., Polska
14.55 Detektywi – fab.-dok.
16.00 Na Wspólnej (15, 16) – serial obycz., Polska
17.05 Absolwenci (4)
17.45 Miss agent FILM – komedia sensacyjna, USA 2000, 135 min

13 ULICA

6.05 Fałszerstwo (5) – serial kryminalny, Fr.
6.55 Zagadki Hailey FILM **Dean: Nawiedzony dom** – film kryminalny, USA 2017, 110 min
8.45 Morderstwa FILM **w górach Vercors** – film kryminalny, Francja 2019, 125 min
10.50 Mentalista 3 (19-22)
14.30 Zagadki Hailey FILM **Dean: Randka ze śmiercią** – film krym., USA 2017, 110 min
16.20 Zabójstwo w lesie FILM **Broceliande** – thriller, Francja 2016, 120 min
18.20 Mentalista 3 (23, 24) – serial kryminalny
20.10 Mentalista 4 (1, 2) – serial kryminalny

KINO POLSKA

7.15 Podróże kapitana Klipera (2, 3) – anim.
7.40 Bolek i Lolek (11, 12)
8.00 Żegnaj, Ameryko! FILM – film obycz., Niemcy/Polska 1994, 105 min
9.45 To nie ze mną 2 (9, 10) – serial obycz.
10.55 Syn szczęścia – film krótkometraż., 2024
11.15 Stara baśń – film FILM kostiumowy, 2003, reż. Jerzy Hoffman, 150 min
13.45 Quo vadis (1/2) FILM – dramat historyczny, 2001, 115 min
15.40 Papierowe FILM **małżeństwo** – kom. obycz., Polska/Wlk. Bryt. 1991, 100 min
17.20 Czterej pancerni i pies (2, 3) – wojenny

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Kabaretowe hity (2) – program rozrywkowy
6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat – cykl reportaży, Pol.
7.50 Robert Makłowicz (214, 207) – mag. kulin.
9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (8) – serial krym., Australia
10.50 Górski lekarz (12, 13) – serial obycz., Niemcy
12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (9) – serial krym., Australia
14.00 Zajazd. Będzie się działo (8, 9) – obycz.
16.00 Katastrofy w przestworzach (4, 1) – serial dok., Kan.
19.00 Aukcja w ciemno 2 (22, 23) – serial dokum.

20

PRZYGODOWY

21.00 Król Skorpion FILM – USA/Niemcy/Belgia 2002, 110 min

Mathayus uprowadza wieszczkę, która pomaga tyranowi w podbojach. Kobieta przepowiada porywaczowi, że zginie w bitwie. Wojownik chce zmienić przeznaczenie.

22.50 Siedmiu FILM **wspaniałych** – western, USA/Australia 2016, 165 min
1.35 Fala zbrodni (88, 89) – serial sens., Pol. 2007
3.35 Ślad (42, 43) – krym.
5.30 Na ratunek 112 (883)

KOMEDIOWY

20.25 Teoria wielkiego podrywu 11 (1-4)

Sheldon oświadcza się Amy. Bernadette dowiaduje się, że znów jest w ciąży. Nie cieszy jej jednak ta wiadomość. Raj próbuje namówić na randkę doktor Nowitzki.

22.00 The Office PL 3 (7, 8)
23.05 Comedy Club 9 (7, 8)
0.05 Miasteczko South Park 4 (6, 7)
1.00 Pracoholicy 5 (8, 9)
2.00 Śmieszniej nie będzie 2 (17, 18)
3.00 Miasteczko South Park 4 (3-5)
4.30 Comedy Club (4-6)

SCIENCE FICTION

20.00 Bumblebee – Chiny/ FILM USA 2018, 155 min

Lata 80. XX w. Nieśmiała nastolatka Charlie postanawia odnowić starego garbusa. Wkrótce zdaje sobie sprawę, że jej żółty pojazd nie jest zwyczajnym autem.

22.35 Kolor purpury FILM – dramat obyczajowy, USA 2023, 170 min
1.25 Ruchomy chaos FILM – film przygodowy, USA/Kan./Hongkong 2021, 135 min
3.40 Zawieruchy przepis na kino (19) – program rozrywkowy

KRYMINALNY

22.00 Niewidomy detektyw (8) – Austria/Niemcy 2023

Alex i jego partner Niko udają się do regionu znanego z winiarni. Został tam porwany młody mężczyzna, a jego matce bardzo zależy na opłaceniu okupu.

23.55 Bellefond (4) – krym.
1.55 Zabójstwo w lesie FILM **Broceliande** – thriller, Francja 2016, 120 min
3.55 Zagadki Hailey FILM **Dean: Randka ze śmiercią** – film kryminalny, USA 2017, 135 min

KRYMINALNY

20.00 Czerwony kapitan FILM – Czechy/Słowacja/ Polska 2016, 130 min

Rok 1992, Bratysława. Ambitny detektyw Richard Krauz bada sprawę śmierci komunistycznego eksperta od przesłuchań. Ściąga na siebie śmiertelne zagrożenie.

22.10 Misja Afganistan (13) – serial wojenny
23.10 Symetria – dramat FILM obycz., 2003, 125 min
1.15 Ciało – komedia, FILM 2003, 145 min
3.40 Ściema po polsku FILM – komedia obyczajowa, 2021, 140 min

SENSACYJNY

20.00 Najlepsi FILM **z najlepszych 4: Bez ostrzeżenia** – USA 1998, 115 min

Mistrz taekwondo Tommy wchodzi w posiadanie danych wykradzionych gangowi. Bandyci biorą go na cel, by odzyskać materiały potrzebne do produkcji gotówki.

21.55 Saga wikingów FILM – film przygodowy, Szwajcaria/Niemcy/ RPA 2014, 115 min
23.50 Sliver – film FILM sensacyjny, USA 1993, reż. Phillip Noyce, 150 min

CINEMAX HD

9.45 Sanatorium Athalassa
10.15 Ella i John – kom. przyg., FILM Wł./Francja 2017, 115 min
12.10 Incepcja – thriller s.f., USA/ FILM Wlk. Bryt. 2010, 145 min
14.35 Panoptykon – obycz., FILM Gruzja/Fr./Wł. 2024, 95 min
16.10 Morze piasku – dramat FILM obycz., Arabia Saudyjska/ Egipt 2023, 125 min
18.15 Piksele – komedia, USA/ FILM Chiny/Kan. 2015, 105 min
20.00 Na złej drodze – dramat FILM kryminalny, 2022, 95 min
21.35 Pogubieni – film obycz., FILM Wlk. Bryt., 180 min
0.35 Malu – dramat obyczajowy, FILM Brazylia 2024, 105 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 Święty (13, 14) – kom., Pol.
14.25 Spadkobiercy (8) – rozr.
15.25 Co ludzie powiedzą? 2 (3) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 Jedną nogą w grobie 5 (5) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 Czarna Żmija 2 (5) – kom.
17.35 Bob kocha Abisholę (8-10) – serial komediowy
19.00 Dwóch i pół 8 (2-5) – kom.
21.00 Świat według Kiepskich (10-12) – serial kom., Polska
22.30 Co ludzie powiedzą? 2 (4) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 Jedną nogą w grobie 5 (6) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 Czarna Żmija 2 (6) – kom.
0.30 Comedy Club 4 (8) – rozr.

SCI FI

10.00 Medium 2 (7, 8) – krym.
11.50 Zagubiona tożsamość 4 (5, 6) – serial s.f., USA 2014
13.40 Arktyczny Armagedon FILM – film katastroficzny, USA 2023, 110 min
15.30 Medium 2 (9, 10) – krym.
17.20 Zagubiona tożsamość 4 (7, 8) – serial s.f., USA 2014
19.10 Ameryka tonie – film FILM s.f., USA 2023, reż. Mario N. Bonassin, 110 min
21.00 Bibliotekarze: Nowy rozdział (9) – s.f., USA 2025
22.00 Pompeje – film katastrof., FILM 2014, 130 min
0.10 Dorwać Cartera – film FILM sensacyjny, 2000, 120 min

FX HD

9.00 Skymed (2) – obycz., Kan.
10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (18, 19) – krym.
11.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (13, 14)
13.45 Agenci NCIS 10 (23, 24)
15.35 CSI: Kryminalne zagadki Miami (20, 21) – krym.
17.25 Z archiwum X (10, 11)
19.15 Agenci NCIS: Sydney (2)
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (15, 16)
22.00 Matlock (17) – serial krym.
22.55 Z archiwum X (11) – s.f.
23.55 Punisher – film sens., FILM Niemcy/USA 2004, 150 min
2.25 The Hunting Party (2)
3.25 Agenci NCIS 10 (24)

FILMBOX+ ONE HD

8.10 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (3) – krym.
9.25 Panna Scarlet i komisarz 2 (4) – krym.
10.20 Panna Marple: FILM **Tajemnica rezydencji Chimneys** – krym., Wielka Brytania/USA 2010, 120 min
12.20 Hudson i Rex 4 (8, 9)
14.35 Poirot (3) – serial krym.
16.45 Strażnik Teksasu 2 (15, 16) – serial sensacyjny
18.55 Poirot (4) – serial krym.
20.00 Igrzyska śmierci – dram. FILM s.f., USA 2012, 180 min
23.00 Igrzyska śmierci: FILM **Kosogłos. Część 2** – dramat s.f., 2015, 180 min

ROMANCE TV HD

12.20 Inga Lindström: FILM **Spotkanie nad morzem** – film obycz., 2003, 115 min
14.15 Rosamunde Pilcher: FILM **Lato nad morzem** – film obyczajowy, Niemcy 1995, 115 min
16.10 Toni – akuszer. Ucieczka FILM **z gniazda** – komedia, Niemcy 2021, 110 min
18.00 Górski lekarz (174, 175)
20.00 Tajne komando FILM **„Rodzina"** – komedia, Niemcy 2022, 115 min
21.55 Pokój ze stajnią: Co za FILM **cyrk!** – komedia, Niemcy 2022, 115 min
23.50 Górski lekarz (174, 175)

CINEMAX 2 HD

13.00 Imię – komedia, Francja/ FILM Belgia 2012, 110 min
14.50 Sześć stóp nad ziemią FILM – film obycz., 2023, 100 min
16.30 Ciche życie – dramat FILM obyczajowy, Fr./Szwecja/ Niemcy 2024, 100 min
18.10 Maxine – dram. obycz., FILM Wielka Brytania, 140 min
20.30 Nigdy więcej słońca FILM – dramat fantasy, Serbia 2024, reż. David Jovanovic, wyk. Dusan Jovic, 75 min
21.45 Seks – melodramat, FILM Norwegia 2024, 120 min
23.45 Nikt mnie nie kocha FILM – dram. psycholog., Czechy/ Fr./Słowacja 2024, 105 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

9.35 Wszystkie stworzenia duże i małe 3 (4) – obycz.
10.35 Lekarze na start (11, 12)
12.05 Zatraceni w miłości (48)
13.10 Marlow: klub zbrodni 2 (4) – krym., Wlk. Bryt./USA
14.10 Agenci NCIS 17 (7)
15.05 Panna Marple: Dom FILM **niespokojnej starości** – film kryminalny, Wielka Brytania 2006, 115 min
17.00 Poirot 12 (4) – serial krym.
19.00 Agenci NCIS 17 (8)
19.55 Poirot 3 (10) – serial krym.
21.00 Sprawy pana Booka (6)
22.10 Robin Hood (4) – przyg.
23.15 Poirot 3 (10) – serial krym.
0.20 Agenci NCIS 17 (8)

NOVELAS+ HD

10.00 Opowieść o wyspie (7)
11.00 Otchłań namiętności (130) – telen., Meksyk 2012
12.00 Za wszelką cenę (100)
13.00 Róże i grzechy (29)
14.00 Historia Juany (57, 58)
16.00 Róże i grzechy (30)
17.00 Za wszelką cenę (101)
18.00 Otchłań namiętności (131) – telen., Meksyk 2012
19.00 Macocha (40) – telenowela
20.00 Opowieść o wyspie (8)
21.00 Historia Juany (58)
22.00 Róże i grzechy (30)
23.00 Za wszelką cenę (101)
0.00 Otchłań namiętności (131) – telen., Meksyk 2012
1.00 Macocha (40) – telenowela

FX COMEDY HD

13.30 Wszyscy kochają Raymonda 8 (20-23)
15.30 Wszyscy kochają Raymonda 9 (1) – kom.
16.00 Simpsonowie 32 (5-8)
18.00 Jak poznałem waszą matkę 4 (18-20) – kom.
19.30 Współczesna rodzina 9 (17-19) – serial komediowy
21.00 Family Guy: Głowa rodziny 20 (4, 2)
22.00 Epoka lodowcowa 4: FILM **Wędrówka kontynentów** – film animowany, 2012, 100 min
23.40 Simpsonowie 32 (1, 2)
0.40 Family Guy: Głowa rodziny 19 (18-20)

FILMBOX+ HITS HD

14.35 Magiczny świat Davida FILM **Copperfielda** – film familijny, Wielka Brytania/ USA 2019, 135 min
16.50 Wampirzyce – horror FILM komediowy, 2012, 105 min
18.35 10 rzeczy do zrobienia, FILM **zanim zerwiemy** – kom. romant., USA 2020, 85 min
20.00 Ostatni gliniarz FILM – komedia kryminalna, Niemcy 2019, 115 min
21.55 Szukając prawdy FILM – dramat kryminalny, USA 2020, 110 min
23.45 Bardzo grzeczne FILM **dziewczyny** – dramat obyczajowy, 2013, 100 min

PARAMOUNT NETWORK HD

9.25 Policyjna grupa pościgowa 17 (9) – dok.
10.30 Kobiety – komediodramat, FILM USA 2008, 150 min
13.00 Czarodziejki 4 (19, 20)
14.55 Naga broń: Z akt FILM **Wydziału Specjalnego** – komedia kryminalna, USA 1988, 115 min
16.50 Transformers: Zemsta FILM **Upadłych** – film s.f., USA 2009, 190 min
20.00 Transformers 3 – film FILM s.f., USA 2011, 190 min
23.10 Fatalne zauroczenie FILM – thriller, USA 1987, 145 min
1.35 Pulp Fiction – dramat FILM sensacyjny, 1994, 205 min

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 641f6b47df

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
- 7.00 **Commonwealth Games – Glasgow 2026** – mag. sportowy
- 8.00 **Snooker:** Turniej Shanghai Masters – 3. dzień (LIVE)
- 11.30 **Lekkoatletyka:** Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 2. dzień
- 13.30 **Kolarstwo:** Tour de France – podsumowanie
- 14.30 **Kolarstwo:** Tour de l'Ain – 2. etap (LIVE)
- 16.00 **Kolarstwo:** Tour of Denmark – 1. etap (LIVE)
- 17.45 **Żeglarstwo:** SailGP w Portsmouth
- 18.45 **Szermierka:** MŚ – Hongkong 2026 – 5. dzień

POLSAT SPORT 1 HD
- 8.45 **Siatkówka mężczyzn:** LN – ćwierćfinał Chiny, pomimo słabych występów w fazie interkontynentalnej, zagrają w fazie finałowej jako gospodarz. (LIVE)
- 13.15 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz ćwierćfinałowy (LIVE)
- 15.00 **Siatkówka mężczyzn:** LN
- 17.00 **Tenis:** Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 2. rundy (LIVE)
- 19.00 **Piłka nożna:** Eliminacje Ligi Mistrzów UEFA – studio (LIVE)

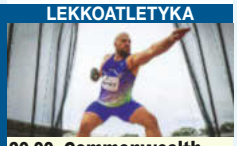
CANAL+ SPORT HD
- 6.00 **Liga+** – magazyn piłkarski
- 7.15 **Wysoki Pressing** – magazyn sportowy
- 9.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Atletico Madryt – Real Madryt CF
- 11.20 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa
- 13.40 **Ekstrapaka** – magazyn piłkarski
- 14.40 **Bohater z Cienia:** Wisła Kraków; Śląsk Wrocław
- 15.40 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Atletico Madryt – Real Madryt CF
- 18.00 **1 na 1 Extra:** Piotr Rutkowski – magazyn sportowy

TVP SPORT HD
- 5.45 **Sportowy wieczór** – program inform.
- 6.15 **Retro TVP Sport** (5) – magazyn sportowy
- 8.20 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026: Meksyk – Anglia
- 10.35 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału: Argentyna – Egipt
- 12.50 **Pierwsza Dama** – film dok., Pol. 2017
- 14.00 **Pełnosprawni** (662) – magazyn
- 14.30 **Lekkoatletyka:** Mistrzostwa Polski – Białystok 2026 – podsumowanie
- 16.30 **Kolarstwo kobiet:** Tour de Pologne – podsumowanie

ELEVEN SPORTS 1 HD
- 6.00 **Najlepsi bramkarze Bundesligi lat 90.** – magazyn piłkarski
- 6.40 **Bundesliga Clubs** – magazyn piłkarski
- 7.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: VfL Wolfsburg – Bayern
- 9.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter Mediolan – Parma Calcio 1913
- 11.00 **GP Confidential** – magazyn Formuły 1
- 11.35 **Made in Italy** (8) – magazyn piłkarski
- 11.55 **Piłka nożna** – mecz towarzyski: Cerezo Osaka – BVB (LIVE)
- 14.00 **Formuła 1:** Grand Prix Węgier
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Torino – Inter

DISCOVERY CHANNEL HD
- 8.00 **Poszukiwacze kamieni szlachetnych** (11)
- 9.00 **Gorączka złota: rzeka skarbów 8**
- 10.00 **Stacja Alaska** – dok.
- 11.00 **Przetrwać nad Jukonem** – serial dok.
- 12.00 **Celnicy na straży Turcji** (8) – serial dok.
- 13.15 **Nagi instynkt przetrwania: Brazylia** – serial dok.
- 14.30 **Strażacy** (2) – dok.
- 15.00 **Złomowisko PL 7** (7)
- 16.00 **Bimbrownicy 14** – serial dokum.
- 17.00 **Przemytnicy: na lotnisku** – dok.
- 18.00 **Lotnisko** (7) – dok.
- 19.00 **Złomowisko PL 4** (3-5) – serial dokum.

LEKKOATLETYKA



- 20.00 **Commonwealth Games – Glasgow 2026** – 3. dzień (LIVE)

Złotego medalu w rzucie dyskiem broni reprezentujący Australię Matthew Denny.

- 22.45 **Szermierka:** Mistrzostwa świata – Hongkong 2026 – 5. dzień
- 0.30 **Kolarstwo:** Tour de l'Ain – 2. etap
- 1.30 **Lekkoatletyka:** Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 3. dzień
- 3.00 **Kolarstwo:** Tour de l'Ain – 2. etap

PIŁKA NOŻNA

- 20.00 **Eliminacje Ligi Mistrzów UEFA:** Górnik Zabrze – Fenerbahce SK (LIVE)

Górnik Zabrze nie miał najlepszego losowania. Jego pierwszym przeciwnikiem w walce o upragniony udział w Lidze Mistrzów jest aktualny wicemistrz Turcji.

- 22.00 **Piłka nożna:** Eliminacje Ligi Mistrzów UEFA – studio (LIVE)
- 23.00 **Tenis:** Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 2. rundy (LIVE)
- 1.00 **Boks**

MAGAZYN PIŁKARSKI

- 19.00 **Ekstraklasa po godzinach**

Obok poważnych analiz spotkań minionego weekendu, autorzy programu z przymrużeniem oka i nutą ironii prezentują też ciekawostki z ligi.

- 20.00 **Premier League Stories** (51) – mag.
- 20.40 **Liderzy. W centrum gry** (5) – dok., Polska
- 21.35 **Na pierwszym planie** (1) – dok., Pol.
- 22.20 **Boks:** BKFC Fight Night: Urugwaj – waga lekka: Gaston Reyno – Josh Krejci
- 0.30 **Ekstrapaka** – mag.

PIŁKA NOŻNA

- 18.00 **Eliminacje Ligi Mistrzów UEFA** – mecz 2. rundy: Lech Poznań – Aarhus GF (LIVE)

Przeciwnicy Kolejorza zdobyli tytuł mistrza Danii po czterdziestu latach przerwy. Poznański Lech chce odebrać im marzenia o zawojowaniu Champions League.

- 21.45 **Sportowy wieczór** – program inform.
- 22.15 **Kamerą TVP Sport**
- 23.30 **Boks:** Gala w Nowym Jorku – podsumowanie
- 1.40 **Boks:** Gala w Tokoname – podsumowanie

PIŁKA NOŻNA

- 18.00 **Mecz towarzyski:** Cerezo Osaka – BVB

Wicemistrzowie Niemiec przystępują do pierwszego sprawdzianu w ramach japońskiego tournée.

- 20.00 **Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach** – mag.
- 20.40 **Formuła 1:** GP Węgier
- 22.40 **Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością**
- 23.20 **Ligue 1 Show** (35)
- 23.55 **Bundesliga Special** (21) – mag. piłkarski
- 1.00 **Bundesliga Original Series**

REALITY SHOW

- 22.00 **Premiera: Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata**

Nie każdy z uczestników potrafi używać prymitywnej broni. Kłopoty ze zdobyciem pożywienia stają się na tyle poważne, że muszą interweniować ratownicy.

- 0.00 **Policjanci z Kent**
- 1.00 **Hotrod wg Kindiga 7** – serial dok.
- 2.00 **Mistrzowie logistyki** (15) – dok.
- 3.00 **Alarmowy 091 – policjanci z Hiszpanii** (10) – dok.

EUROSPORT 2 HD
- 13.45 **Snooker:** Turniej Shanghai Masters – 3. dzień (LIVE)
- 17.00 **Triathlon:** T100 World Tour – Pampeluna
- 18.30 **Kolarstwo:** Tour de l'Ain – 2. etap
- 19.30 **Kolarstwo kobiet:** Tour de France – magazyn
- 20.00 **Snooker:** Turniej Shanghai Masters – 3. dzień
- 22.00 **Discovery golf** – mag.
- 22.30 **Kolarstwo:** Tour of Denmark – 1. etap
- 23.00 **Formuła E:** ePrix Japonii – podsumowanie
- 0.00 **Lekkoatletyka:** Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 3. dzień

POLSAT SPORT 2 HD
- 8.00 **Tenis:** Turniej ATP w Waszyngtonie – 1. runda
- 10.00 **Tenis:** Turniej ATP w Waszyngtonie – 1. runda
- 12.30 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 15.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 17.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 19.00 **Tenis:** Turniej ATP w Waszyngtonie – 2. runda (LIVE)
- 21.00 **Tenis:** Turniej ATP w Waszyngtonie – 2. runda (LIVE)
- 23.00 **Siatkówka plażowa:** Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie
- 1.00 **Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
- 8.30 **Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – 1. runda
- 10.45 **Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – 1. runda
- 13.00 **8 wspaniałych** (8, 5)
- 14.30 **Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – 1. runda
- 17.00 **Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – 2. runda (LIVE)
- 19.15 **8 wspaniałych** (5) – dok.
- 20.00 **Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – 2. runda (LIVE)
- 22.00 **Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – 2. runda (LIVE)
- 0.15 **Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – 2. runda
- 2.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa

EXTREME CHANNEL HD
- 10.00 **AMA Motocross Series Highlights 2017** (12)
- 11.00 **X Games – Norway** (3)
- 12.00 **Drift Style** (6, 7) – mag.
- 13.00 **IMMAF European Open**
- 14.00 **WWE Highlights** (40)
- 14.20 **WWE Classic Gold** (84)
- 14.35 **WWE Highlights** (42)
- 15.05 **WWE Classic Gold** (86)
- 15.50 **WWE Highlights** (50)
- 17.00 **KPW Kombat TV** (8)
- 18.00 **WWE Highlights** (44, 45)
- 18.50 **WWE Classic Gold**
- 20.00 **AEW PPV** (11)
- 1.00 **New Japan Wrestling – Highlights** (29, 30)
- 2.00 **AMA Motocross Series Highlights 2017** (12)

ELEVEN SPORTS 2 HD
- 12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Mainz – Bayern
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – Cagliari
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: VfL Wolfsburg – Bayern
- 18.00 **Formuła 1:** GP Węgier
- 20.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – Parma Calcio 1913
- 22.00 **Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach** – mag. piłkarski
- 22.50 **Made in Italy** (19, 18, 17, 16) – mag.
- 0.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: FC Porto – CD Santa Clara

DISCOVERY LIFE HD
- 7.15 **Nowa Maja w ogrodzie**
- 8.15 **Szpital** (532, 533)
- 10.15 **Nowa Maja w ogrodzie**
- 11.15 **Idealna niania 4** (8, 9)
- 12.45 **Klinika naturalnego piękna** (8-10, 1)
- 14.45 **Szpital** (531, 532)
- 16.45 **Idealna niania 4** (7-10)
- 19.45 **Zrób coś z tym dzieckiem** (5) – mag.
- 20.15 **Miłosny znak zodiaku** (3)
- 21.15 **Nie do uwierzenia!** (6-8)
- 0.15 **Sekrety lekarzy** (12)
- 1.15 **Druga twarz 3** (2) – rozr.
- 2.15 **Eks-tra zmiana** (7) – rozr.
- 3.00 **Związki z modą** (5) – rozr.
- 3.45 **Szpital** (373, 374)
- 5.15 **Klinika urody** (10) – mag.

POLSAT SPORT FIGHT HD
- 11.55 **Sporty walki:** UFC Fight Night – walka: Arnold Allen – Melquizael Costa
- 14.05 **Strzelnica Navala** (5)
- 14.40 **Sporty walki:** FEN 56 we Wrocławiu – walka: Tomasz Ostrowski – Łukasz Stanek
- 16.40 **Boks:** Babilon Boxing Show w Żyrardowie: Paweł Stępień – Łukasz Stanioch
- 19.05 **Sporty walki:** Babilon MMA 47 w Wieliczce: Rafał Dudek – Anatoly Hunanyan
- 21.15 **Strzelnica Navala** (6)
- 21.50 **Boks:** Rocky Boxing Night w Sopocie: Nikodem Jeżewski – Marko Calic
- 0.20 **Sporty walki:** UFC 321

POLSAT SPORT 3 HD
- 11.00 **Siatkówka plażowa:** Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie
- 13.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 15.00 **Tenis:** Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 1. rundy gry pojedynczej
- 17.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 19.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 21.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 23.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
- 9.00 **Wysoki Pressing** – mag.
- 10.40 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa
- 13.00 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: Dakar Development Stal Rzeszów – INNPRO ROW Rybnik
- 15.45 **Na pierwszym planie** (1)
- 16.35 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa
- 19.00 **Żużel** – 2. runda w Bydgoszczy
- 22.25 **Premier League Stories**
- 23.05 **Liderzy. W centrum gry**
- 0.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa
- 2.30 **Boks:** BKFC Fight Night: Urugwaj: G. Reyno – J. Krejci

ELEVEN SPORTS 4 HD
- 12.00 **Werder Double** – dok.
- 13.00 **Made in Italy** (15-18)
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: 1. FC Köln – 1. FC Heidenheim
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Lens – Nantes
- 18.00 **Ligue 1 Show** (35) – mag.
- 18.30 **Bundesliga Special**
- 20.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: AVS Futebol SAD – FC Porto
- 22.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Hellas – Milan
- 0.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: BVB – Eintracht
- 2.00 **HHH – Hamburger SV**
- 2.40 **Werder Double** – dok.

ELEVEN SPORTS 3 HD
- 11.00 **Bundesliga Special**
- 12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Juventus – Bologna
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – Multiplex
- 16.00 **Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością** – dok.
- 16.30 **Ligue 1 Show** (35) – mag.
- 17.00 **Made in Italy** (15-18)
- 18.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Napoli – Bologna
- 20.00 **Goal Arena Bundesligi**
- 22.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Lens – Nantes
- 0.00 **Birds of paradise** – dok.
- 0.35 **Najlepsi pomocnicy Bundesligi lat 90.** – mag.

CANAL+ DOKUMENT HD
- 11.35 **Dzika fauna śródziemnomorska** (1-3)
- 14.30 **Mozart. Narodziny geniusza** (1-3) – film dok.
- 17.50 **Oscar Schindler: trudne dziedzictwo** – film dok.
- 18.45 **Skandal w Kaplicy Sykstyńskiej** – film dok.
- 19.50 **Tepui – wyprawa do domu bogów** – dok.
- 20.50 **Ameryka Łacińska: Tak daleko od Boga, tak blisko USA** (1-3) – dok., Fr.
- 0.00 **Ostatni bój. Legenda 300 Spartan** – film dokum.
- 1.00 **Luis Enrique: Nie macie k**** pojęcia** (1) – dok.
- 1.45 **O co biega?** (18) – mag.

eprasa.pl 641f6b47df

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Jak to jest zrobione?** – serial dokumentalny, Kanada
8.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny
11.00 **Pogromca mitów w akcji** (2) – serial dokum., USA 2019
13.00 **Podziemne sekrety** – serial dokumentalny
15.00 **Jak działa wszechświat? 6** – serial dokumentalny, USA 2018
17.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny, USA 2019
18.00 **Jak to jest zrobione?** – serial dokumentalny, Kanada

DOKUMENTALNY

21.00 **Na tropie legendarnych potworów**

Grupa ekspertów zweryfikuje doniesienia o człowieku-ćmie, którego rzekomo widziano w Wirginii Zachodniej w USA. Kolejna zagadka dotyczy diabła z New Jersey.

23.00 **Tajemnice Alaski** – serial dokumentalny
1.00 **Jak działa wszechświat? 6** – serial dokumentalny
3.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
4.00 **Podziemne sekrety** (8) – serial dok., USA

ID HD

6.00 **Demony Hollywood** – serial dokum.
8.00 **Żyjąc z potworem** – serial dokumentalny
10.00 **Nazywali go Mostly Harmless** – film dokumentalny, USA 2024
12.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet** – serial dok.
14.00 **Tylko martwi znają prawdę** – serial dok.
16.00 **Morderca jest wśród nas** – serial dokumentalny, USA
18.00 **W sieci kłamstw** – serial dokumentalny
20.00 **Prawdziwy koszmar z ulicy Wiązów** – serial dokum.

DOKUMENTALNY

21.00 **Premiera: Ciała w wodzie:** Cicha woda, cichy zabójca – USA 2024

W spokojnej okolicy Alum Creek ktoś natrafia na porzuconą wannę, w której znajdują się ludzkie szczątki. Makabryczne odkrycie uruchamia policyjne śledztwo.

22.00 **Detektyw Joe Kenda: kamień we krwi** – film dokum., USA 2023
0.00 **Zbrodnie godne Hollywood 5** – dok.
1.00 **Ciała w wodzie** – serial dokumentalny

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

10.00 **Porzucone konstrukcje** (5)
11.00 **Plemienna szkoła przetrwania** (6)
12.00 **Sztuka obrony: Wojny w Europie** (2, 4, 6) – serial dokum.
15.00 **Katastrofa w przestworzach** (1)
16.00 **Złapać przemytnika** (2) – serial dok., USA
17.00 **Egipt: Miejsce pełne tajemnic** (3) – dok.
18.00 **Tajemnice wojennych wraków** (6) – dok., Wlk. Bryt.
19.00 **Pustynna porażka Hitlera** – film dokum., Francja 2021
20.00 **Katastrofa w przestworzach** (8) – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY

21.00 **Ukryte pod miastami** (9, 10)

Prowadzone w Polsce wykopaliska odsłaniają grób z rzeźbą rycerza. Z kolei rozbiórka angielskiego kościoła ujawnia rzymskie ruiny z trzema popiersiami.

23.00 **Pompeje: Podróż w czasie z Tomem Hiddlestonem** (1)
0.00 **Katastrofa w przestworzach** (1)
1.00 **Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny** (1, 2) – serial dokum.
3.00 **Car S.O.S** (8, 9) – dok.

FOKUS TV DVB T2

6.00 **Wehikuł czasu** (729)
6.05 **48h. Zaginieni** (77) – serial krym., Polska
7.00 **Była sobie Ziemia**
8.55 **Wehikuł czasu** (729)
9.00 **Starożytni kosmici** (17) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (21, 22) – reality show
12.00 **W kręgu zła: Ludzie Hitlera** (8) – serial dok.
13.00 **Poszukiwacze historii** (9, 10) – dok.
14.00 **Łowcy nazistów** (3, 4) – dok., Wlk. Bryt.
16.00 **Dorwać tuńczyka** (9, 10) – serial dok.
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (44, 45) – serial dok.
20.00 **Galileo 28** (5)
21.00 **Skanowanie historii** (6) – serial dokum.

DOKUMENTALNY

22.00 **Tajne bazy nazistów** (5, 6) – Kanada 2022

W trakcie II wojny światowej naziści kradli wszystko to, co było wartościowe. Po przegranej Hitlera rozpoczął się wyścig z czasem, by ukryć zrabowane rzeczy.

0.00 **Starożytni kosmici** (5) – serial dokumentalny, USA 2012
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (7-10) – serial dokumentalny, Polska
5.00 **Kołowrotek** (2, 3) – magazyn wędkarski

TVP HISTORIA DVB T2

6.55 **Był taki dzień**
7.05 **Wojownicy czasu**
9.00 **Tajemnica Enigmy** (3) – serial hist., Polska
9.40 **Saga rodów Pawlaków i Karguli**
10.05 **Wyspa władców**
10.55 **Wenecja, miasto wyrosłe z bagien**
11.55 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja
12.55 **Starożytny Egipt – kroniki imperium** (4) – serial dok.
14.00 **Królowie** (68) – hist.
14.35 **Czterej pancerni i pies** (11) – wojenny
15.35 **Sensacje XX wieku**
18.10 **Tajemnica Enigmy** (4) – serial hist., Polska
19.05 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja

SENSACYJNY

20.10 **Oficerowie** (7) – Polska 2006

Pracująca w klinice siostra Teodozja rozpoznaje na zdjęciu Jakuba Monda, który ją zaatakował. Mężczyzna zostaje aresztowany. Zakonnica wyjeżdża do Indii. Oficerowie tracą jedynego świadka.

21.05 **Zapomniane agentki II wojny światowej** (5) – hist.
22.05 **Okruchy śmierci i życia** – reportaż, Pol.
23.05 **Sensacje XX wieku**
1.05 **Encyklopedia II wojny światowej**
1.35 **Oficerowie** (7) – sens.

HISTORY HD

12.10 **Gwiazdy lombardu 25** (1)
13.05 **Starożytni kosmici 17** (1) – dok.
14.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 7** (9) – serial dok., USA
14.50 **Największe tajemnice świata 5** (11) – serial dok., USA
15.45 **Gwiazdy lombardu 13** (23)
16.15 **Gwiazdy lombardu 25** (13) – reality show
17.10 **Tajne kryjówki dyktatorów** (2) – dok.
18.10 **Największe tajemnice świata 6** (20) – serial dok., USA
19.05 **Starożytni kosmici 17** (14) – dok.

DOKUMENTALNY

20.00 **Starożytni kosmici 16** (20)

Puma Punku w Boliwii składa się z precyzyjnie wyrzeźbionych kamiennych bloków. Twórcy programu analizują, czy nowe technologie mogą wyjaśnić ich pochodzenie.

21.00 **David Duchovny: archiwum tajemnic 2** (8) – dok.
22.00 **Seksualne obsesje dyktatorów** (2): Fidel Castro – dok., Australia
23.00 **Tajne kryjówki dyktatorów** (2) – dok.
23.55 **Jak to wyjaśnić? 5** (7) – serial dok., USA

20

DISCOVERY HISTORIA HD

9.00 **Śmierć Diany: dwa śledztwa** (1-4) – serial dok.
13.00 **Królestwo dinozaurów** – serial dokumentalny, USA
14.00 **Łowcy staroci: Renowacje** (4, 5) – dok.
16.00 **Walka o bagaż** – dok.
18.00 **Śmierć Diany: dwa śledztwa** (1-4) – serial dok.
22.00 **Wyścigi po antyki** – dok.
23.00 **Księżna Diana: Wypadek czy zamach?** (1-3) – film dokumentalny
2.00 **Było, nie było** (6) – dok.
3.00 **Mikroprzygoda** (2) – dok.
4.00 **Pasja – sposób na życie** (1) – serial dok., Polska 2015
5.00 **Łowcy staroci** (15) – dok.

PLANETE+ HD

12.35 **360° Świat bez granic** (8)
13.50 **Patagonia. Życie na krańcu świata** (3)
14.45 **Średniowieczne serce Czech i Moraw** (5, 6)
15.50 **Niezwykłe podróże koleją 11** (2) – serial dok.
16.55 **Świat z góry 7** (11, 12)
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4**
18.45 **Jean-Pierre Léaud. Zbuntowane dziecko kina** – film dokum., Fr. 2024
20.05 **Komensky. Edukacja tworzy człowieka** – dok.
21.15 **Superheroes** – film dok.
23.10 **Krótka historia miłości**
0.20 **Niezwykłe podróże koleją 11** (3) – serial dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

8.00 **Od małpy do człowieka**
9.00 **Niezwykły dr Pol**
12.00 **Zabójcze safari** (3) – dok.
13.00 **Dzikie lasy Australii**
14.00 **Najdziwniejsze stworzenia świata**
15.00 **Dzika konfrontacja** (11)
16.00 **RPA: kraina skrajności** (1) – film dokum., USA 2019
17.00 **Humorzaste zwierzaki**
18.00 **Parki narodowe Ameryki** (3) – serial dok.
19.00 **Śmierć przychodzi po zmroku** (1) – serial dok.
20.00 **Królestwo drapieżników** (2) – dok.
21.00 **Niezwykły dr Pol**
2.00 **Dzikie lasy Australii**

POLSAT VIASAT NATURE HD

9.35 **W okowach mrozu 4** (17)
10.30 **Cuda Meksyku** (3) – dok.
11.35 **W poszukiwaniu irbisów: Pogoń za cieniem** (2) – serial dokum.
12.45 **W okowach mrozu 4** (17)
13.40 **Zabójcza pogoda 2** (4)
14.45 **Rzeczne potwory 7** (2)
15.50 **W okowach mrozu 4** (17)
16.45 **Wielka Afryka** (3) – dok.
17.55 **Rekin alfa** – film dokum.
19.00 **Rzeczne potwory 7** (2)
20.00 **W okowach mrozu 4** (18)
21.00 **Cuda Meksyku** (3) – dok.
22.05 **Pantery śnieżne z Danem O'Neillem** (1)
23.15 **W okowach mrozu 4** (18)
0.15 **Zabójcza pogoda 2** (4)

BBC EARTH HD

11.05 **Skarby przeszłości i ich tajemnice 7** (5) – dok.
12.10 **Malownicze trasy kolejowe 4** (8) – serial dok.
13.10 **Wielkie koty 24/7** (5)
14.15 **W okowach mrozu 4**
16.25 **Człowiek: historia ewolucji** (3) – serial dok.
17.40 **Wielkie koty 24/7** (5)
18.45 **Malownicze trasy kolejowe 5** (3) – serial dok.
19.45 **Pociągiem przez Imperium Rzymskie** (1)
20.55 **W okowach mrozu 5**
22.55 **Człowiek: historia ewolucji** (4) – serial dok.
0.10 **Skarby przeszłości i ich tajemnice** (5) – serial dok.

ANIMAL PLANET HD

13.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.
14.00 **Resocjalizacja z pitbullem 7** – serial dok.
15.00 **Kot z piekła rodem**
17.00 **Na krańcu Alaski** – dok.
18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych 7** – serial dok.
19.00 **Cztery kąty, cztery łapy**
20.00 **Kot na drzewie** – dok.
21.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
22.00 **Baseny z rozmachem**
23.00 **Resocjalizacja z Pit Bullem 4** – serial dok., USA
0.00 **Supermoce małych stworzeń** – serial dok.
1.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.

TVP DOKUMENT HD

15.50 **Lily Serny sposoby na życie** – dok., Australia
17.00 **Pociągiem dookoła świata** (3) – dok., Wlk. Bryt.
17.55 **Sanatorium miłości 6** (9)
18.55 **Anna. Szczęśliwa i pogodzona** – film dok.
20.00 **Dzikie życie poza szlakiem** – film dokum., Fr.
21.05 **Kultowe wyspy Oceanu Indyjskiego** (3) – film dok.
22.10 **Zagadki zbrodni policji miejskiej** (3) – serial dok.
23.20 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
23.25 **Sagrada Familia – wyzwanie dla Gaudiego** – film dok., Fr.

POLSAT DOKU HD

8.00 **48h. Zaginieni** (152, 153)
10.00 **Polacy za granicą** (47, 48)
12.00 **Wojny kontenerowe**
13.05 **Poszukiwacze historii**
14.00 **Titanic. Budowa giganta**
15.15 **Poszukiwacze historii**
15.40 **Jezus i jego życie** (3, 4) – serial fab.-dok., Wlk. Bryt.
17.35 **Walka o światową dominację** – film dokum.
18.45 **Policjanci** (5, 6) – dok., Pol.
19.45 **Kolaboranci Hitlera** (5)
20.50 **1945 – rok, który odmienił historię** – dok.
22.00 **Potęga i mit hitlerowskiego SS** (5)
23.10 **Wyspa kanibali** – dok., Fr.
0.25 **Kroniki Hitlera** (5) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

12.20 **Złoto Jukonu 2** – dok.
13.15 **Gruchoty z kanadyjskiej głuszy** (5) – serial dokum.
14.10 **Australijscy poszukiwacze złota 7**
16.05 **Drwale z Kolumbii Brytyjskiej 2** (5) – dok.
17.00 **Ostatni kapitanowie** (4)
18.00 **Złoto Jukonu** (5) – dok.
19.00 **Australijscy poszukiwacze złota 8**
21.00 **Największe budowle 3**
22.00 **Australia: polowanie na złoto** (4) – serial dokum.
23.00 **Tytani KSW** (2) – film dok.
0.00 **Złoto z mroźnej krainy**
0.55 **Australijscy poszukiwacze złota 9**

POLSAT VIASAT HISTORY HD

9.55 **II wojna światowa: końcówka** (4) – serial dok.
11.00 **Przywódcy III Rzeszy** (1)
12.15 **Starożytność: zdrady**
16.45 **II wojna światowa: cena imperium** (3) – serial dok.
17.50 **Największe postaci zimnej wojny** (1) – dok.
18.55 **Kryminologia starożytności** (2) – dok.
19.55 **Ramzes: władca Egiptu** (3) – dok., Fr./Wlk. Bryt. 2024
21.00 **Najgroźniejsi ludzie Hitlera** (3) – serial dokum.
21.55 **Konkwistadorzy: powstanie i upadek** (6)
22.55 **Przywódcy III Rzeszy** (2)
0.00 **Starożytność: zdrady**

CI POLSAT HD

14.10 **Morderca z internetu**
15.05 **Zabójcze wakacje** (5)
16.00 **Pogrzebani za domem 6**
17.00 **I nie opuścisz mnie aż do śmierci 2** (2) – dok.
18.00 **Nastoletnie polskie zabójczynie** (3, 4) – dok.
19.00 **Dowody zbrodni 4** (15)
20.00 **I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5** (13) – dok.
21.00 **Nastoletni mordercy: masakra na domówce**
22.00 **Najgroźniejsi seryjni mordercy** (3) – serial dok.
23.00 **W cztery oczy z mordercą** (3) – dok.
23.55 **Kobiety, które niosły śmierć 12** (9) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 **Niezwykłe Stany Prokopa** (2, 3) – pr. rozr.
10.10 **Kobieta na krańcu świata** (3-5, 1) – dok., Pol.
12.30 **Ciężarówką przez Stany** (2-4) – program rozrywkowy
14.55 **Andy Bates i uliczne przysmaki Ameryki**
17.00 **Włoska podróż pełna smaków** (1, 2) – serial dok.
19.00 **Nowi badacze UFO** (2, 3)
21.05 **Bimbrownicy** (16, 17)
23.10 **Kobieta na krańcu świata** (9, 1, 2) – dok., Pol.
0.55 **Włoska podróż pełna smaków** (1, 2) – serial dok.
2.55 **Bimbrownicy** (16, 17)
4.55 **Dziwaczne potrawy** (8)

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 641f6b47df

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

15.00 **Serwis Info** – pr. inf.
15.10 **Zakochaj się w Polsce** (192) – mag.
15.35 **20 x 20 lat TVP Kultura** – cykl fel.
16.00 **Zaraz wracam 2** (116) – serial obycz.
16.30 **Barwy szczęścia** (3350) – serial obycz.
17.00 **Teleexpress**
17.20 **Gra słów. Krzyżówka** (1072)
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **Czesław Lang. Doścignąć marzenia** – reportaż, Polska 2021
18.45 **Panorama**
19.20 **Polacy światu**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – publ.
20.10 **Sport, pogoda**

TVP ROZRYWKA

6.10 **Zakochaj się w Polsce** (272) – mag.
6.40 **Gra słów. Krzyżówka** (1084)
7.10 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
8.20 **Familiada** – telet.
8.55 **Va banque** (954)
9.25 **Koło fortuny** (1989)
10.05 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Daleko od szosy** (3) – serial obycz., Polska
14.40 **Rodzinka.pl** (209)
15.20 **Lato z Radiem i Telewizją Polską**
17.25 **Va banque** (955)
18.00 **Koło fortuny** (1990)
18.35 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.

POLSAT CAFÉ

6.00 **Przyjaciółki** (97, 98) – serial obyczajowy, Polska 2016
8.00 **Co ludzie powiedzą** (25) – serial komediowy
9.00 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (69, 70) – reality show
12.30 **Bogaty dom – biedny dom** (111, 112)
14.30 **10 lat młodsza w 10 dni** (3, 4) – program rozrywkowy
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (63) – reality show
W każdym odcinku dwie drużyny mierzą się z kolejnym kulinarnym zadaniem.

TV 4 DVB-T2

6.00 **Strażnik Teksasu** (13, 14) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (100)
8.55 **Policjantki i Policjanci** (536, 537)
10.55 **Na ratunek 112** (1134, 1135) – paradok.
11.55 **Dlaczego ja?** (1563, 1564) – paradok.
13.55 **Trudne sprawy** (797-799) – paradok.
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1412)
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (530)
19.00 **Policjantki i Policjanci** (1413) – serial obycz., Polska
20.00 **Uroczysko** (225, 226)
21.05 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (139)

TTV HD DVB-T2

10.35 **Detektywi** (53, 54)
12.35 **Zakup w ciemno 4** (13) – reality show
13.35 **Zakup w ciemno 6** (10) – reality show
14.35 **Nic do zgłoszenia 4** (5) – serial dokum., Pol.
15.35 **Złomowisko PL 6** (3)
16.45 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, sport**
17.05 **Gogglebox. Przed telewizorem 18** (6)
18.05 **Zakup w ciemno extra** (9)
18.40 **Gogglebox. Przed telewizorem 16** (5)
19.45 **Express** – pr. inform.
20.05 **Zakup w ciemno 6** (11) – reality show
21.05 **Zakup w ciemno extra** (3)
21.45 **Express** – pr. inform.

TVN STYLE HD

5.15 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (2) – reality show
5.50 **Damy i wieśniaczki. Ukraina 7** (12) – serial fab.-dokum.
6.45 **Ach, ten ślub!** (1) – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Ugotowani** (7, 8) – pr. kulin.-rozrywk.
13.30 **Kuchenne rewolucje** (3, 2)
15.35 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (8, 9) – reality show
17.05 **W czym do ślubu?** (9) – program rozrywk.
17.40 **Kuchenne rewolucje** (12, 1, 2) – program rozrywkowy

20

OBYCZAJOWY

20.25 **Miłość nad rozlewiskiem** (10, 11) – Polska 2010
Sławek upewnia się, że pragnie związać się z Paulą. Jednocześnie poznaje bliżej swego syna Rysia. Zaczyna spędzać z chłopcem coraz więcej czasu.
22.10 **Cafe Fogg**
22.40 **Rozmowy (nie) wygodne** – pr. publ.
23.15 **Panorama**
23.45 **Kabaret Letnią Porą** (2) – program rozrywk.
0.35 **Polacy światu**
0.40 **Zaraz wracam 2** (116) – serial obycz.

MAGAZYN KULINARNY

19.40 **Makłowicz w podróży**
Prowadzący odwiedza Park Narodowy Sutjeska. Przygotuje tu m.in. sałatkę z dzikiego czosnku, sera zwijanego w warkoczyki, pity ze szpinakiem i twarogiem.
20.10 **Postaw na milion**
21.15 **Kabaret Letnią Porą** (6) – program rozrywk.
22.20 **Rodzinka.pl** (65)
22.55 **Tak to leciało!** (73)
23.55 **Gabi Drzewiecka zaprasza** (9)
0.55 **Koło fortuny** (1990, 2056) – telet.
2.20 **Do śmiechu!** (76, 77)

REALITY SHOW

18.00 **Nasz nowy dom** (254, 255) – Pol. 2022
Katarzyna Dowbor pomoże rodzicom trójki dzieci. W domu rodziny nie ma toalety. Remont przeprowadzą architekt Marta Kupczyk i Wiesław Nowobilski.
20.00 **Kolacja w ciemno** (42) – pr. rozrywk.
21.05 **Więzienie kobiet** (94, 95) – serial dokum.
22.00 **Rolniczki** (18) – dok.
23.00 **Gry małżeńskie** (196, 197) – reality show, Polska
1.00 **Kolacja w ciemno** (16, 17) – pr. rozrywk.

KRYMINALNY

22.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1022)
Dagmara oraz Michał prowadzą dochodzenie w sprawie zabójstwa Kamila Wilka, operatora dronów. Sąsiadka twierdzi, że podglądał mieszkańców i naraził się dilerowi.
23.00 P! FILM **Bez litości: Jeden strzał, jeden trup** – film sens., Kanada/USA 2012, 115 min
0.55 **Love Island. Wyspa miłości** (42)
2.00 **Hardkorowy lombard 3** (34) – dok.
2.30 **Interwencja** – mag.

ROZRYWKOWY

22.00 **Idź na całość 2** (17)
Uczestnicy mogą wygrać niemal trzy miliony złotych. W każdym odcinku podejmują ryzyko i próbują unikać zonka. Prowadzą Zygmunt Chajzer i Robert Motyka.
23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 20** (8)
0.00 **Nic do zgłoszenia 6** (11) – serial dokum.
1.00 **Życie na kredycie 8** (13, 14) – reality show
2.10 **Dobra robota** (13) – serial dok., Pol. 2022
3.10 **Detektywi. Na zlecenie 3** (2, 3) – serial fab.-dokum.

DOKUMENTALNY

20.50 **Jestem z Polski** (3) – Polska 2020
Kasia, mieszkanka Budvy w Czarnogórze, pracuje jako przewodniczka. Oprowadza ekipę po zabytkowym mieście, a także proponuje rejs po Jeziorze Szkoderskim.
21.50 **Jestem z Polski 16** (29) – serial dokum.
22.50 **Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9**
0.35 **Seks – wypadki** (14)
1.35 **Dorota was urządzi!** (9) – program rozrywk.
2.20 **Nieoczywiste miejsca** (5) – dok.

TVP HD HD

11.20 **Na sygnale** (694, 695)
12.25 **Ojciec Mateusz 8** (98)
13.20 **Komisarz Alex 5** (62)
14.15 **Ranczo 10** (123, 124)
16.10 **Polska śródziemnomorska** (4) – mag.
16.40 **Operacja zdrowie** (71)
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 26** (341)
19.20 **Ranczo 10** (119) – obycz.
20.10 **Rodzinka.pl** (206, 207)
21.25 **Ojciec Mateusz 33** (421)
22.20 **Midway** – film wojenny, USA/Kanada 2019, 150 min
0.50 **Siedem lat w Tybecie** – dramat biograficzny, USA/Wlk. Bryt. 1997, 145 min

TVS HD

15.45 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel** – krym., Austria
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział** – obycz., Niemcy/Austria
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny** – serial obycz.
19.50 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Szczęściarze** – film obycz., Niem. 2011, 120 min
21.50 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Angielskie wino** – melodramat, Niemcy/Austria 2011, 105 min
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

ZOOM

9.55 **MacGyver 3** (19, 20)
12.05 **Niszczycielskie żywioły**
13.15 **Wojny magazynowe: Kanada 2** (30)
13.50 **Wojny magazynowe: Kanada** (31) – reality show
14.25 **Pod pokładem 11** (3)
15.25 **Sensacje XX wieku**
17.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
20.00 **Kobra – oddział specjalny 24** (16, 17)
22.00 **Dynamo: Więcej niż magia 2** (4) – serial dokum.
23.00 **Adam szuka Ewy. Finlandia** (3) – reality show
0.00 **Magia nagości. Polska**
1.05 **Magia nagości 7** (4) – rozr.

TLC HD

12.00 **Dom stworzony dla ciebie 3** – pr. rozrywk.
13.00 **Dr Pryszczylla 4** – dok.
15.00 **Wiza na miłość: dalsze losy, pościelove rozmowy 9** – reality show
16.00 **Historie wielkiej wagi**
18.00 **Wiza na miłość – oczami bohaterów 4**
19.00 **Megasknery 3** (12) – dok.
20.00 **Twarz od nowa** – dok.
21.00 **Ciało, w którym żyję**
22.00 **Moje paranoje – wydanie specjalne 2**
23.00 **Moje koszmarne stopy**
0.00 **Dr Pryszczylla** – dok., USA
1.00 **Twarz od nowa** – dok.
2.00 **Ciało, w którym żyję**

C+ KUCHNIA HD

14.55 **U sąsiadów w kuchni 14** (3, 4) – serial dokumentalny
15.55 **Jakubiak rozgryza...** (11)
16.10 **Kulinarne szlaki: Południowa Afryka 2** (5)
16.35 **Jamie Oliver: 5 składników** (11, 12)
17.35 **Jamie Oliver nad Morzem Śródziemnym**
18.30 **Maximum Foodie 5** (6)
18.55 **M jak mięso 3** (4, 5) – dok.
19.50 **Nie bój ryby! 2** (6) – mag.
20.15 **Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień**
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 6**
23.55 **Nie bój ryby! 2** (5, 6)
0.50 **Top Chef 21** (6)

TVN TURBO HD

11.15 **101 napraw** (10, 1) – mag.
12.15 **Jeździć, obserwować** (5)
13.00 **Mobilni mechanicy** (1, 2)
14.30 **Zawodowi handlarze**
16.00 **Wojny samochodowe**
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Z drugiej ręki** (10, 1)
19.45 **Moto kombat** (8) – mag.
20.30 **Zawodowi handlarze**
21.15 **Naprawy nie do naprawy** (6) – mag.
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Jeździć, obserwować**
23.45 **Duda kontra Szafrański** (4) – program rozrywkowy
0.30 **Usterka 16** (19) – fab.-dok.
1.00 **101 gadżetów motoryzacyjnych** (7)

NOWA TV DVB-T

9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (15) – kom., Pol.
10.00 **Miodowe lata** (31) – kom.
10.30 **Więzienie** (160-162) – dok.
12.00 **Poirot** (3, 4) – serial krym.
14.00 **Świat według Kiepskich** (383, 384) – kom., Pol. 2012
15.00 **Świat według Bundych** (217-222) – serial kom., USA
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (12) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (89-92)
21.00 **Zdrady** (23) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (57, 58, 96) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (22, 23)
3.50 **Wehikuł czasu** (729, 728)
4.00 **Sala operacyjna 4** (1, 4)

METRO

8.30 **Szpital** (816, 817)
10.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (385, 386)
12.30 **SOS Ekipy w akcji** (45)
13.30 **Brzydula** (61, 62) – kom.
14.35 **Kiedy ktoś kocha bardziej** (30) – obycz.
15.45 **The Floor** (15, 16) – telet.
17.00 **Fani czterech kółek 18**
18.00 **Magda M.** (6) – obycz., Pol.
19.00 **Kartoteka 4** (9, 10)
21.05 **Kryminalni** (1, 2) – krym.
23.15 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (17) – krym.
0.20 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 3** (1) – dok.
1.15 **Szpital** (809) – paradok.
2.15 **Szkoła** (551, 552)

ANTENA HD DVB-T2

11.05 **77 TV 4** (3) – pr. rozrywk.
12.05 **Co Polak potrafi na drodze?** (13) – pr. rozr.
13.05 **Ciężarówką przez śniegi 3** (3) – serial dokum.
14.05 **Klątwa Wyspy Dębów 2**
15.00 **Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw**
16.00 **Australijscy poszukiwacze złota 5**
18.00 **77 TV 2** (16, 17) – pr. rozr.
20.00 **Alex Hugo – górski detektyw** (23) – krym., Fr.
22.10 **Detektyw Candice: Niezawodny instynkt 2** (3) – serial kryminalny, Fr.
23.15 **Balthazar: Śledczy fenomen** (5) – serial krym.

WP DVB-T

12.00 **Wariaci za kierownicą 2**
13.00 **Makłowicz w podróży**
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5** (18, 14)
16.00 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2** (13)
16.50 **Pogoda**
17.00 P! **Misja: zaręczyny** – komedia romantyczna, USA 2024, 120 min
19.00 **Strażacy z sąsiedztwa 2** (7) – serial dok., Polska 2026
20.00 **Policjanci z sąsiedztwa 7** (4, 5)
21.50 **Pogoda**
22.00 **Przebojowe kabarety** (8)
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 14** (5) – program rozrywkowy

C+ DOMO HD

14.05 **Wakacyjne domy na wynajem** (6)
15.00 **Pomocy! Kupiliśmy wioskę** (13) – serial dok.
15.55 **Mam zamek 3** (3, 4) – dok.
16.50 **Gardeners' World 14** (22)
18.00 **Ucieczka na wieś 22** (27)
19.00 **Wielkie projekty: Wielka Brytania 22** (5) – dok.
20.00 **Daleko od miasta 14**
21.00 **Wakacyjne domy na wynajem** (7) – dok.
22.00 **Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 9** (2)
22.30 **Przekopiemy Ci ogródek** (4) – serial dok.
22.55 **Daleko od miasta 15** (2)
23.20 **Podzielić M2** (7) – mag.

HGTV HD

10.00 **Poszukiwacze domów: Australia** (9, 10) – dok.
11.05 **Usterka 11** (7, 8) – serial fab.-dokum., Polska 2019
12.31 **Moje miasto, mój dom 7**
14.30 **Mieszkanie na miarę** (3)
15.30 **Będzie pięknie** (3) – rozr.
16.30 **Polowanie na ogród 9**
18.10 **Zgłoś remont 4** (7) – rozr.
19.05 **Weekendowa metamorfoza 6** (3) – rozr.
20.05 **Dorota inspiruje 2** (8)
21.00 **Dorota was urządzi!**
22.30 **House Hunters – Poszukiwacze domów 7** (2-5) – pr. rozr.
0.45 **Kupujemy dom na plaży 22** (6, 7) – dok.

eprasa.pl 641f6b47df
P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (318) – reality show
7.30 Na ratunek 112 (955, 956) – serial paradokumentalny, Polska 2024
8.30 Sekrety rodziny (29-31) – serial paradokumentalny, Polska 2018
11.30 Trudne sprawy (964) – serial paradokumentalny, Polska 2020
12.30 Dlaczego ja? (1378, 1379) – serial paradokum., Pol. 2024
14.30 Świat według Kiepskich (16-20) – serial komediowy, Polska

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 Wydarzenia
6.45 SuperLudzie Extra (41) – magazyn
6.55 Na ratunek 112 (739, 740) – paradok.
7.55 Doktor Martin (5, 6) – serial obyczajowy
10.00 Wydarzenia
10.30 SuperLudzie (4, 5)
11.30 Świat według Kiepskich (404-407) – serial kom., Polska
13.30 Bitwa o palety (18)
14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (70) – reality show
16.30 Ninja Warrior Polska (22)
18.25 Świat według Kiepskich (492, 493, 587) – kom.
20.00 Złomiarze (19) – dok.

TV 6 DVB T

6.00 Więzienie (188, 189) – serial dok., Pol. 2025
6.55 Policjantki i Policjanci (735, 736) – serial obyczajowy, Polska 2020
8.55 Kobra – oddział specjalny (54, 55) – serial sensacyjny, Niemcy 1998
10.55 48h. Zaginieni (187-189) – serial kryminalny, Pol. 2023
13.55 Policjantki i Policjanci (1213) – serial obycz., Polska
14.55 Uroczysko (71, 72) – serial krym., Polska
15.55 Kobra – oddział specjalny (56, 57) – serial sensacyjny, Niemcy 1998

BBC FIRST HD

6.00 Zagadki doktora Blake'a 5 (3) – krym.
6.55 Ulica nadziei (9, 10) – krym., Wlk. Bryt. 2021
8.40 Lewis 6 (8) – krym.
9.40 Ojciec Brown 2 (4) – serial kryminalny
10.40 Śmierć pod palmami 3 (8) – krym.
11.45 Zagadki doktora Blake'a 5 (3) – krym.
12.55 Ulica nadziei 2 (1, 2) – krym., Wlk. Bryt. 2022
15.00 Ojciec Brown 9 (2) – krym., Wlk. Bryt. 2021
16.00 Lewis 6 (8) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
17.00 My Life is Murder 4 (6) – serial kryminalny
18.00 Morderstwa w Midsomer 24 (4) – serial kryminalny

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

10.20 Olimpiada Bolka i Lolka (11, 12) – anim.
10.45 Rodzina Treflików 6 (69, 70) – serial anim.
11.10 Odo (97-99) – anim.
11.35 Stacyjkowo (45, 46)
11.55 Pszczółka Maja (33)
12.25 Domisie – dla dzieci
13.00 Przyjaciele
13.20 Tygrysek Percy (5)
13.30 Tygrysek Percy i jego opowieści (6)
13.45 Świnka Peppa 8
14.10 Pająk Lucas 2 (65, 66)
14.30 Oli i Luna (65, 66)
14.55 Oktonauci 2 (65, 66)
15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (33) – mag.
15.40 Bella i Sebastian (13, 14) – serial anim.
16.10 Pat i świat 2 (97, 98)
16.35 Dino Ranczo (63, 64)

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

7.30 Jeden na jeden
8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
9.55 Biznes – pr. publicyst.
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
10.55 Biznes – pr. publicyst.
11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
11.55 Biznes – pr. publicyst.
12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
13.55 Biznes – pr. publicyst.
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
14.55 Biznes – pr. publicyst.
15.00 15 na żywo – inf.
16.00 Fakty po południu
18.00 Tak jest – pr. publ.
19.15 Serwis informacyjny
19.30 Fakty po Faktach – program inform.

KRYMINALNY

17.00 48h. Zaginieni (185, 186) – Pol. 2023

Piotr i Sabina zgłaszają zaginięcie swojej córki Sylwii. Dziewczyna jest modelką i brała udział w kolejnym etapie programu talent show w Warszawie.

19.00 Gliniarze (1010)
20.00 Ślad (2) – krym., Pol.
21.00 Gliniarze (805)
22.00 Tajemnicze zaginięcia kobiet (1)
23.00 Świat według Kiepskich (383, 384)
0.00 Ślad (105) – krym., Pol.
1.00 Zdrady II (23)
2.05 Wydarzenia

KOMEDIA SENSACYJNA

21.00 Dzika noc – USA/Kanada 2022, 135 min
FILM

Jason zabiera bliskich na święta do rezydencji swojej matki. Do posiadłości wdziera się jednak grupa najemników. Święty Mikołaj postanawia uratować rodzinę.

23.15 Menu – czarna komedia, USA 2022, reż. Mark Mylod, wyk. Ralph Fiennes, 135 min
FILM
1.30 Świat według Kiepskich (465-469) – serial kom., Polska
4.00 Nasz nowy dom (279, 280) – reality show, Polska 2023

SENSACYJNY

18.00 Strażnik Teksasu (15, 16) – USA 2000

W zamachu ginie czarnoskóry adwokat, który wygrał wiele spraw przeciw policji. Gubernator zleca dochodzenie Walkerowi. Wydaje się, że winni są inni policjanci.

20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (85, 86) – krym.
21.55 Czarna lista 2 (35)
22.55 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (725, 726) – krym., Pol.
1.00 Kości (125, 126)
3.00 Cobra Kai (39)

KRYMINALNY

19.55 Śmierć pod palmami 4 (1)

Podczas seansu spirytystycznego ginie właściciel destylarni rumu. Wszelkie ślady wskazują na to, że sprawcą morderstwa jest duch.

21.00 McDonald i Dodds 3 (3) – serial kryminalny
22.55 Blackshore (3, 4) – serial kryminalny, Irl.
1.10 Sherlock 2 (1) – krym.
3.10 Morderstwa w Midsomer 24 (4) – krym., Wlk. Bryt. 2023
4.45 Moja rodzinka 3 (12)
5.15 Ojciec Brown 9 (2) – serial kryminalny

ANIMOWANY

17.05 Pszczółka Maja – Niemcy/Fr. 2012

Królowa gości siostrę, Królową Malwowego Ula. Część oficjalna wizyty przedłuża się i zapadają ciemności. W drodze powrotnej eskorta władczyni traci orientację. Maja i Gucio ruszają na pomoc.

17.30 Robin Hood (13, 14)
18.00 Mała Marinette
18.30 Idefiks i Nieugięci
19.00 Ptyś i Bill
19.10 Czarodziejskie miasteczko Pinokia
19.20 Piotruś Królik 2
19.45 Wegezaury 2
19.50 Lupin wśród bajek

INFORMACYJNY

20.10 Fakty o świecie

Ważne informacje ze świata z danego dnia, które uzupełniają materiały reporterów i relacje korespondentów z miejsc ciekawych wydarzeń.

21.00 Polska i świat – inf.
22.00 Szkło kontaktowe
23.00 Dzień po dniu – mag.
0.25 Biznes – pr. publicyst.
0.45 Fakty po Faktach
1.30 Tak jest – pr. publ.
2.35 Nowa Maja w ogrodzie – mag.
3.00 Akademia ogrodnika – mag.
3.05 Fakty po Faktach
3.50 Tak jest – pr. publ.

POLSAT PLAY HD

6.00 Budowlańcy (22) – dok.
6.30 Kołowrotek (216) – mag.
7.00 Dorwać tuńczyka (9, 10)
9.05 Wojny magazynowe
10.05 Wojny kontenerowe (11, 12) – serial dok., USA
11.00 Hardkorowy lombard (130-135) – serial dok., USA
14.00 Polacy za granicą (67, 68)
16.00 Złomiarze (15, 16) – dok.
18.05 Poszukiwacze historii (203, 204, 206) – dok., Pol.
20.00 Zawód glina (4) – dok.
21.00 Złomiarze (49) – dok., Pol.
22.00 Więzienie (222) – dok., Pol.
22.30 Łowca pedofilów (239)
23.00 Więzienie (124-133) – dok.
4.00 Starożytni kosmici

FOOD NETWORK HD

10.55 Kuchnia dla odważnych
13.10 Apetyt na miłość (8)
14.10 Akcja: Restauracja! (2)
15.10 24/24 (6) – maraton kulin.
16.15 Kuchenne rewolucje (9)
17.15 Sexy kuchnia Magdy Gessler (8) – mag. kulin.
17.50 Sąsiedzi kontra sąsiedzi
18.50 Dziecięce mistrzostwa wypieków (3)
19.45 Perfekcyjni gospodarze 9 (16) – dok.
20.50 Ogniem i patelnią 2 (2)
21.55 Pyszne miejscówki (7)
23.00 Akcja: Restauracja! (2)
0.00 Człowiek kontra jedzenie (4-6) – mag. kulin.
1.30 Pyszne miejscówki

POLSAT RODZINA HD

11.00 David Attenborough i cuda natury 2 (2, 1)
12.00 Bogaty dom – biedny dom (135) – reality show
12.55 Rodzina zastępcza (249, 250) – kom., Pol. 2006
14.55 Wielkie wycieczkowce
15.55 Świat z góry (4, 5) – dok.
17.10 Pingwiny z Madagaskaru (26, 1-3)
19.05 Rodzina zastępcza (321)
20.05 Całkiem nowe lata miodowe (8, 9) – kom.
21.10 Miodowe lata (112)
22.05 Nasz nowy dom
0.00 Sekrety II wojny światowej (3, 4) – dok., Fr.
2.30 Ewa gotuje (443) – mag.

BBC LIFESTYLE HD

11.30 Wymarzone domy 2
13.30 Mistrzowie ceramiki 6
14.30 Wielkie nowozelandzkie wypieki 4 (7) – pr. rozrywk.
15.40 Zapraszam do stołu 21
17.50 Wymarzone domy 2 (18)
18.50 Mistrzowie szycia 5 (3)
19.50 Wielkie nowozelandzkie wypieki 4 (8) – pr. rozrywk.
21.00 Wielkie australijskie wypieki 6 (1) – pr. rozrywk.
22.20 Zapraszam do stołu: profesjonaliści (9) – rozr.
23.15 Wstydliwe choroby: online 3 (3) – serial dokum.
0.10 Kulinarne podróże Billy'ego i Doma (4, 5)
2.15 Mistrzowie ceramiki 6

NICK JR. HD

16.40 Psi Patrol 5 (23) – anim.
17.05 Rubble i jego ekipa 4 (8)
17.35 Pan Krokodyl (8) – anim.
17.55 Barbapapa – szczęśliwa rodzinka (13) – serial anim.
18.15 Barbapapa i jego rodzinka 2 (22) – anim., Fr.
18.40 Dora 4 (6) – serial anim.
19.00 Santiago z mórz (18)
19.30 Przygody Misia Paddingtona 2 (23)
19.55 Przygody Misia Paddingtona (15) – anim.
20.07 Świnka Peppa 4 (22-25)
20.31 Świnka Peppa (17)
20.36 Świnka Peppa 5
20.55 Barbapapa i jego rodzinka (24-26) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.55 Pogoda
15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny
15.30 Sport, pogoda
15.50 Wydarzenia 15:50
16.10 Więcej „Wydarzeń" – inf.
16.30 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.
18.00 Punkt widzenia Szubartowicza – pr. publ.
19.15 Gość „Wydarzeń" – publ.
19.50 Debata Gozdyry – publ.
21.50 Wydarzenia wieczorne
22.30 Dzień na świecie – pr. inf.
23.30 Obraz dnia – serwis informacyjny
0.00 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.

TVP KOBIETA DVB T2

13.00 Na dobre i na złe (587)
14.00 Omnibus – szybcy i mądrzy (25) – teleturniej
14.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka
15.00 Piękno, zgłoś się! (5)
15.30 Ojciec Mateusz 4 (49, 50)
17.25 Kto rządzi światem? (3)
18.30 Gabi Drzewiecka zaprasza (8) – talk-show
19.30 Miłość i nadzieja (319)
20.30 Wichrowe wzgórze (300) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 La Promesa – pałac tajemnic (284) – obycz.
22.30 Człowiek z magicznym pudełkiem – dramat s.f., Polska 2017, 115 min
FILM

E! ENTERTAINMENT HD

8.50 Very Cavallari (1, 2)
10.40 Plastyczna fuszerka
12.30 Z kamerą u Kardashianów 15
14.20 Very Cavallari (3, 4)
16.10 Plastyczna fuszerka
18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
18.30 Z kamerą u Kardashianów 16 (3, 4)
20.30 Very Cavallari (5, 6)
22.30 Plastyczna fuszerka
0.30 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
1.00 Z kamerą u Kardashianów 15
3.00 Plastyczna fuszerka
5.00 Very Cavallari (1)

TV TRWAM DVB T

17.00 Po stronie prawdy
17.55 Poczet wielkich Polaków – program hist.
18.00 Anioł Pański
18.05 Informacje dnia
18.15 Rozmowy niedokończone – pr. publ.
19.20 Odnaleźć siebie (36)
19.30 Bóg z nami (1) – anim.
20.00 Informacje dnia
20.20 Różaniec
20.50 Myśląc Ojczyzna
21.00 Apel Jasnogórski
21.20 Informacje dnia
21.40 Polski punkt widzenia
22.00 Przetrwaliśmy
22.30 Krzyż Włoszczowa 1984 – film dokumentalny, Pol.

BBC BRIT HD

10.30 W warsztacie (4) – dok.
11.30 Brytyjskie fabryki 4 (2)
12.30 Top Gear 10 (5) – mag.
13.35 W warsztacie (5) – dok.
14.35 Cuda inżynierii 3 (2)
15.40 Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 5 (8) – telet.
16.45 Brytyjskie fabryki 4 (2)
17.50 Top Gear 10 (6) – mag.
18.55 Cuda inżynierii 3 (2)
20.00 Brytyjskie fabryki 4 (3)
21.00 Zelensky Story (2) – dok.
22.00 Putin i Zachód: kolejny rozdział (1) – serial dokum.
23.15 Top Gear 10 (5) – mag.
0.20 Top Gear 22 (7) – mag.
1.30 Cuda inżynierii 3 (2)

MINI MINI+ HD

10.00 Baranek Shaun (26-34)
11.25 Baczne oczka (10-13)
11.55 Marta mówi (1, 2) – anim.
12.50 Moje urodziny – dla dzieci
12.59 Marta mówi (3, 4) – anim.
13.55 Moje urodziny – dla dzieci
14.00 Basia (7-11) – serial anim.
15.10 Kicia Kocia (9-13) – anim.
15.55 Blaze i megamaszyny 2
17.20 Staś i fajna Babcia (6, 7)
17.50 Moje urodziny – dla dzieci
17.57 Staś i fajna Babcia (8)
18.15 Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia (1, 2) – serial anim., Japonia
18.40 Dora i przyjaciele 2 (6, 7)
19.35 Kicia Kocia (10-13, 1)
20.25 Mały Charlie (9-13)

TVP 3 DVB T2

12.30 Górna półka smaku
13.00 Agrobiznes
13.20 Agropogoda
13.30 Daję słowo – Maciej Orłoś 2 – talk-show
15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – program religijny
15.20 Serwis Info Dzień – inf.
15.30 Program lokalny
19.30 Z indeksem w ręku (6)
19.45 Kryminalna siódemka
20.00 Dziennik regionów – inf.
20.13 Gość Regionów – pr. publ.
20.30 Telekurier – mag., Polska
21.00 Program lokalny
22.00 Dziennik regionów – inf.
22.30 Złoty chłopak (205) – serial obycz., Turcja 2022

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 641f6b47df

Warto zobaczyć

15.15 TVP KULTURA
Szarada
KOMEDIA SENSACYJNA Po powrocie z Paryża Regina dowiaduje się o zabójstwie męża. Prosi o pomoc poznanego niedawno w hotelu Joshuę. *Reż.: Stanley Donen, A: Audrey Hepburn, Cary Grant, Walter Matthau USA 1963* **130 min ► do godz. 17.25**

15.40 KINO POLSKA
Wielka majówka
OBYCZAJOWY Uciekinier z zakładu poprawczego włamuje się do willi. W Warszawie z nowymi znajomymi wydaje skradzione pieniądze. *Reż.: Krzysztof Rogulski, A: Zbigniew Zamachowski, Jan Piechociński Polska 1981* **120 min ► do godz. 17.40**

16.25 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. 18.15**

18.10 FILMBOX+ HITS
Zaginiona
THRILLER Jill pragnie zdemaskować psychopatę, którego podejrzewa o uprowadzenie siostry. Ma przeciwko sobie policjantów. *Reż.: Heitor Dhalia, A: Amanda Seyfried, Emily Wickersham USA 2012* **110 min ► do godz. 20.00**

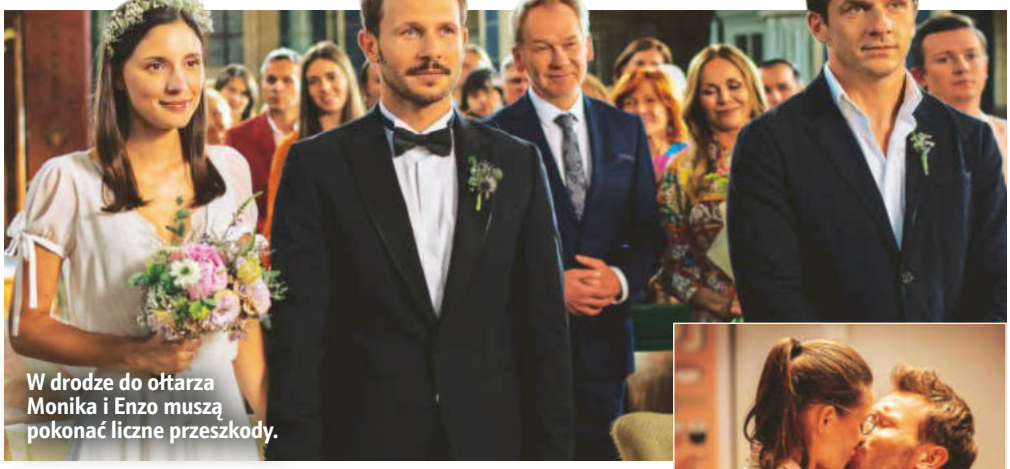
18.20 HBO
Eleanor Wspaniała
OBYCZAJOWY Staruszka na spotkaniu grupy wsparcia przedstawia historię przyjaciółki jako własną. Staje się mentorką studentki dziennikarstwa. *Reż.: Scarlett Johansson, A: June Squibb, Erin Kellyman, Chiwetel Ejiofor USA 2025* **100 min ► do godz. 20.00**

18.45 POLSAT FILM
Inna kobieta
KOMEDIA Trzy ofiary zdrady postanawiają połączyć siły w zemście na niewiernym ukochanym. Wprowadzają w życie swój misterny plan. *Reż.: Nick Cassavetes, A: Cameron Diaz, Leslie Mann, Nikolaj Coster-Waldau USA 2014* **135 min ► do godz. 21.00**

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

22.30 ALE KINO+
Love Lies Bleeding
SENSACYJNY Lata 80. Kulturystka Jackie zabija agresywnego mężczyznę. Zakochana w niej Lou chce zrzucić winę na swojego ojca, szefa gangu. *Reż.: Rose Glass, A: Kristen Stewart, Katy O'Brian, Jena Malone Wlk. Bryt./USA 2024* **130 min ► do godz. 0.40**

→ filmowe hity



W drodze do ołtarza Monika i Enzo muszą pokonać liczne przeszkody.

19.55 POLSAT
Miłość do kwadratu bez granic

KOMEDIA ROMANTYCZNA Ślubne plany komplikuje pojawienie się byłej ukochanej reportera.

HIT DNIA Relacja dziennikarza Enzo i nauczycielki Moniki ponownie zostaje wystawiona na próbę. Po romantycznych zaręczynach wydaje się, że para niebawem stanie na ślubnym kobiercu. Sytuacja komplikuje się wraz z pojawieniem się Ewy, dawnej ukochanej Enzo, która utrzymuje, że ma z nim syna. Chłopiec i jego matka wywracają życie narzeczonych do góry nogami, gdy wprowadzają się do ich domu. Ewa nie ukrywa bowiem, że chętnie odbije rywalce narzeczonego. Atmosfera staje się napięta, a to nie koniec zawirowań. Awans na dyrektorkę szkoły sprowadza bowiem na Monikę kolejne kłopoty. Kobieta mierzy się z wynikami kontroli kuratora, który stawia jej podwładnym poważne zarzuty. **HD 135 min ► do godz. 22.10**

Polska 2023 **Reż.:** Filip Zylber **Wyst.:** Adrianna Chlebicka, Mateusz Banasiuk, Ina Sobala, Tomasz Karolak

20.00 TVN 7
Berek
KOMEDIA Hoagie i jego przyjaciele z czasów szkolnych co roku spotykają się, by grać w berka. Dotychczasowy mistrz Jerry (Jeremy Renner) szykuje się do ślubu. Kompani postanawiają wykorzystać tę okoliczność.

Reż.: Jeff Tomsic Wyst.: Ed Helms, Jon Hamm USA 2018 **HD 135 min ► do godz. 22.15**

20.00 C+ PREMIUM
The Wasp
THRILLER Bogata Heather (Naomie Harris) odnawia znajomość z przyjaciółką z dzieciństwa, kasjerką Carlą. Jest gotowa sporo zapłacić za to, by dawna koleżanka zabiła jej męża. Razem planują zbrodnię doskonałą.

Reż.: Guillem Morales Wyst.: Natalie Dormer Wlk. Bryt. 2024 **HD 95 min ► do godz. 21.35**

20.00 KINO POLSKA
Wałęsa. Człowiek z nadziei
BIOGRAFICZNY Pracownik gdańskiej stoczni (Robert Więckiewicz) angażuje się w walkę o prawa robotników. Z czasem zmienia się w charyzmatycznego lidera, dając rodakom nadzieję na wolność.

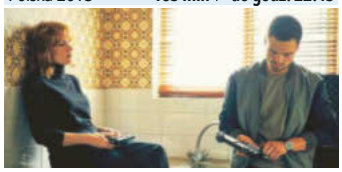
Reż.: Andrzej Wajda Wyst.: Iwona Bielska Polska 2013 **165 min ► do godz. 22.45**

22.00 TVN
Wytańczyć marzenia
OBYCZAJOWY Pierre (Antonio Banderas), mistrz tanga, po zakończeniu kariery zaczyna uczyć w nowojorskiej szkole. Dzięki niemu pozbawieni perspektyw młodzi ludzie dają się porwać magii tańca.

Reż.: Liz Friedlander Wyst.: Dante Basco USA 2006 **HD 145 min ► do godz. 0.25**

22.10 POLSAT
Mamma Mia: Here We Go Again
KOMEDIA MUZYCZNA Sophie (Amanda Seyfried) szykuje się do otwarcia hotelu, który powstał na cześć zmarłej rok temu matki. Z tej okazji wspomina młodość Donny. Spotyka się z jej przyjaciółkami.

Reż.: Ol Parker Wyst.: Lily James, Meryl Streep USA 2018 **HD 160 min ► do godz. 0.50**



22.15 TV PULS
355
SENSACYJNY Tajna broń wpada w ręce najemników. Mogą oni doprowadzić do wybuchu globalnej wojny. Agentka CIA Mace Brown (Jessica Chastain) musi ją odzyskać. Łączy siły m.in. z byłą pracowniczką MI6 i psycholożką.

Reż.: Simon Kinberg Wyst.: Penélope Cruz USA/Chiny 2022 **HD 155 min ► do godz. 0.50**

Oznaczenia: P! Premiera w TV HD Program także w standardzie HD

prasa.pl 541[9]147.pdf

filmowe hity

Szajka Terry'ego zdobywa łupy cenniejsze od pieniędzy.

20.00 TV PULS

Angielska robota

SENSACYJNY Kulisy legendarnego napadu. W ręce złodziei trafiają zdjęcia kompromitujące rodzinę królewską.

HIT DNIA

Rok 1971, Londyn. Mechanik Terry boryka się z kłopotami finansowymi. Dawna znajoma, Martine, proponuje mu zorganizowanie napadu na Lloyds Bank, w którym przez tydzień nie będzie działał system alarmowy. Mężczyzna wraz ze wspólnikami wynajmuje sklep w sąsiedztwie i rozpoczyna kopanie tunelu. Akcja kończy się sukcesem, a łup okazuje się cenniejszy od pieniędzy. W skarbcu znajdują się bowiem fotografie księżniczki Małgorzaty, które nie powinny ujrzeć światła dziennego. HD 135 min ▶ do godz. 22.15

Wielka Brytania/USA 2008 **Reż.:** Roger Donaldson **Wyst.:** Jason Statham, Saffron Burrows, Stephen Campbell Moore

sport

8.45 POLSAT SPORT 1

Liga Narodów

SIATKÓWKA LIVE W dzisiejszych meczach zostaną wyłonieni trzeci i czwarty półfinalista turnieju w Ningbo. Czy Japończykom uda się awansować do strefy medalowej? Do tej pory dwa razy stawali na podium Ligi Narodów – w 2023 roku (brąz) i 2024 roku (srebro). HD 270 min ▶ do godz. 13.15

16.00 EUROSPORT 1

Tour of Denmark

KOLARSTWO LIVE Peleton wyruszy z Glyngøre, a linię mety minie w oddalonym o 182,9 km Skive. Na trasie drugiego etapu kolarze, a wśród nich Anders Foldager z Teamu Jayco AlUla, zmierzą się z trzema premiami górskimi. HD 105 min ▶ do godz. 17.45

rozrywka

20.50 TVN

Kuchenne rewolucje

REALITY SHOW W Myśliborzu Basia wspierana przez męża i przyjaciół prowadzi Domowe Obiady u Rudej. Wizyta Magdy Gessler wnosi do lokalu sporo zamieszania. Czy właścicielka zaufa radom słynnej restauratorki i przeprowadzi rewolucję? HD 70 min ▶ do godz. 22.00

20.55 TVP 2

Kocham Cię, Polsko!

TELETURNIEJ Swoją wiedzę sprawdzą tym razem Julia Kamińska, Mateusz Janicki i Katarzyna Żak. Ich rywalami będą Kasia Zielińska, Staszek Karpiel-Bułecka i Majka Jeżowska. Gościem muzycznym jest Cleo. HD 90 min ▶ do godz. 22.25

20.00 STOPKLATKA

12 godzin

SENSACYJNY Nowy Orlean. Złodziej Will (Nicolas Cage) trafia do więzienia za napad na bank. Kiedy po ośmiu latach wychodzi na wolność, dawny wspólnik uprowadza jego córkę, żeby odzyskać zrabowane pieniądze.

Reż.: Simon West Wyst.: Josh Lucas
USA 2012 HD 120 min ▶ do godz. 22.00

20.05 TVP KULTURA

Danton

HISTORYCZNY Wiosna 1794 roku, Paryż. Danton (Gérard Depardieu) domaga się zaprzestania terroru. Zostaje oskarżony o działalność kontrrewolucyjną. Gdy Robespierre wstrzymuje obronę, zapada wyrok śmierci.

Reż.: Andrzej Wajda Wyst.: Patrice Chéreau
Polska/Fr. 1983 HD 145 min ▶ do godz. 22.30

20.25 TVP SPORT

Liga Konferencji

PIŁKA NOŻNA LIVE GKS Katowice wrócił do europejskich pucharów po 23 latach. Dziś okaże się, czy awansuje do 3. rundy eliminacji LK. Ten ważny mecz rozegra na własnym boisku, a jego rywalem będzie MSK Žilina lub Hajduk Split. HD 155 min ▶ do godz. 23.00

21.00 TLC

Wielkie lato małych ludzi

REALITY SHOW Sammy po pocałunku z Kristy unika Steph. Z kolei relacja JJ i Johna nabiera tempa. Po wspólnie spędzonym wieczorze mężczyzna wyjawia sekret, który wprawia jego towarzyszkę w osłupienie. HD 60 min ▶ do godz. 22.00

23.00 TV 4

Zabójcza portierka

THRILLER Po nieudanej akcji w Bukareszcie żołnierka Alexandra (Ruby Rose) przenosi się do Nowego Jorku, gdzie zostaje portierką. Wykorzystuje swoje doświadczenie bojowe, by stawić czoło grupie złodziei dzieł sztuki.

Reż.: Ryuhei Kitamura Wyst.: Jean Reno
USA 2020 HD 125 min ▶ do godz. 1.05

23.30 TVP 1

Morderstwa w Figeac

KRYMINALNY Na dziedzińcu muzeum sztuki starożytnego Egiptu zostaje znalezione zmumifikowane ciało zamożnej właścicielki posiadłości. Śledztwo podejmuje policjant Olivier (Stéphane Plaza).

Reż.: Olivier Barma Wyst.: Samira Lachhab
Francja 2022 HD 105 min ▶ do godz. 1.15

21.00 EUROSPORT 2

Rocket Classic

GOLF LIVE Rusza kolejna edycja turnieju, który zadebiutował w kalendarzu PGA Tour w 2019 roku. Uczestnicy rywalizacji na polach Detroit Golf Clubu zagrają o nagrody z puli wynoszącej 10 milionów dolarów. Tytułu broni Aldrich Potgieter. HD 180 min ▶ do godz. 0.00

dokument

20.00 C+ DOKUMENT

Motocyklem przez góry Wietnamu

PODRÓŻE Przez prowincję Ha Giang wiedzie kręta przełęcz, zwana Drogą Szczęścia. Wąski, pełen serpentyn szlak upodobali sobie motocykliści. Stanowi on duże wyzwanie. HD 60 min ▶ do godz. 21.00

eprasa.pl 641f6b47df

TVP 1 HD DVB-T2

5.00 **Splątane losy** (11) – serial obyczajowy, Turcja 2024
5.50 **Akacjowa 38** (906) – 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**
8.15 **Kolumbowie** (3) – serial wojenny, Polska 1970
9.20 **Ranczo 8** (95): Czysta karta – serial obyczajowy, Polska 2014
10.10 **Komisarz Alex 22** (280) – serial kryminalny, Polska 2024
11.05 **Ojciec Mateusz 17** (217): Wybór – serial kryminalny, Polska 2017
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: Lis, który uratował wyspę** – film dokumentalny, Francja 2025
14.00 **Splątane losy** (12) – serial obyczajowy, Turcja 2024
15.00 **Serwis Info** – program inform.
15.10 **Pogoda Info**
15.25 **Gra słów. Krzyżówka** (1078) – teleturniej
16.00 **Dziedzictwo** (994) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
18.05 **Reporterzy** – mag. reporterów
18.25 **Akacjowa 38** (923) – telenowela, Hiszpania 2018
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
20.10 **Sport, pogoda**

TVP 2 HD DVB-T2

4.35 **Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2024
5.30 **M jak miłość** (1805) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 **Operacja zdrowie** (78) – magazyn medyczny
6.55 **Barwy szczęścia** (3365) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.20 **Tour de Pologne – kroniki** – cykl felietonów
11.30 **Rodzinka.pl** (57, 58): Nudzi mi się; Pstrykasz, więc jesteś – serial komediowy, Polska 2012
12.35 **Koło fortuny** (1911) – teleturniej
13.15 **Panna młoda** (157) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 **Va banque** (1026) – teleturniej
14.35 **Na sygnale** (887): Porwanie rodzicielskie – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (444) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
16.00 **Koło fortuny** (1912) – teleturniej
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (158) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 **Va banque** (1027) – teleturniej
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
19.25 **Barwy szczęścia** (3365) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.05 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (30) – teleturniej
20.35 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (30) – teleturniej

POLSAT HD DVB-T2

4.55 **Disco Gramy**
5.40 **Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
8.30 **Malanowski i partnerzy** (364, 365): Miłosna pułapka; Odwet – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
9.30 **Trudne sprawy** (1285, 1286) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.35 **Gliniarze** (902, 903) – serial paradokumentalny, Polska 2024
13.40 **Dlaczego ja?** (1532, 1533) – serial paradokumentalny, Polska 2026
Robert i Ewa planują wspólną przyszłość. Mężczyzna odmawia udzielenia pożyczki kuzynowi, który chce kupić samochód. Podczas wyjazdu za miasto Ewa zostaje uprowadzona. Porywacz kontaktuje się z Robertem z żądaniem okupu w kryptowalucie.
15.50 **Wydarzenia, pogoda**
16.25 **Interwencja** – magazyn reporterów
16.40 **Gliniarze** (1099, 1100) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Zamaskowany napastnik atakuje prawniczkę w jej mieszkaniu. Przybyli na miejsce zdarzenia policjanci znajdują podsłuch, a także anonimowy list z pogróżkami. Natalia Nowak kieruje swoje podejrzenia na niezadowolonego klienta.
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – program publicystyczny
19.30 **Sport, pogoda**

TVN HD DVB-T2

5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1714) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 **Kuchenne rewolucje** (12): Wrocław – American Dream – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Doradca smaku** (21) – magazyn kulinarny
11.25 **Kuchenne rewolucje** (12): Gorzów Wielkopolski – Bar Agata/Bar Agata 1965 – program rozrywkowy
12.35 **Ukryta prawda** (1505, 1506, 1739) – serial paradok., Polska
15.45 **Detektywi** (128) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
Ksiądz prosi śledczych o odnalezienie byłej parafianki, którą podejrzewa o wysyłanie mu gróźb. Kobieta twierdzi, że ma z nim dziecko.
16.50 **Szpital św. Anny** (79) – serial obyczajowy, Polska 2026
Tomek wierzy, że trafił na ślad Marty, jednak bez twardych dowodów nie może przekonać policji. Zosia przyjmuje kobietę z krwawieniem z dróg rodnych.
17.55 **Młode gliny** (35) – serial kryminalny, Polska 2026
Policjanci docierają na miejsce wypadku. Kierowca jest nieprzytomny, a podróżujące z nim dziecko zniknęło. Śledczy odkrywają, że ranny mężczyzna miał kontakty z handlarzami żywym towarem.
19.00 **Fakty, sport i pogoda**
19.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów

KRYMINALNY

20.30 Ojciec Mateusz 33 (421): Detektyw bez teki – Polska 2025
Natalia dostaje niewielką rolę w serialu kryminalnym. Niebawem scenarzysta Michał Gabrysiak zostaje znaleziony martwy w hotelu. Okazuje się, że otrzymywał pogróżki. Znika również pewne wyjątkowo niebezpieczne zwierzę...

21.25 **Sprawa dla reportera** – mag.
22.25 **Niewypowiedziane** – film dokumentalny, Polska 2023
23.30 **Morderstwa w Figeac** FILM – film kryminalny, Francja 2022, reż. Olivier Barma, wyk. Samira Lachhab, Patrick Descamps, Stéphane Plaza, Julie-Anne Roth, Pierre LaPlace, 105 min
1.15 **Popioły** (2-ost.) – dramat FILM historyczny, Polska 1965, reż. Andrzej Wajda, wyk. Daniel Olbrychski, Bogusław Kierc, Beata Tyszkiewicz, Piotr Wysocki, 130 min
3.25 **Wykrywacz kłamstw** – program publicystyczny
3.45 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
4.05 **Reporterzy** – mag. reporterów
4.20 **Oko na świat** – magazyn
4.40 **Zakończenie**

ROZRYWKOWY

20.55 Kocham Cię, Polsko! (8)
W drużynie Michała Koterskiego wystąpią tym razem Julia Kamińska, Mateusz Janicki i Katarzyna Żak. W zespole Filipa Gurłacza do rywalizacji staną Kasia Zielińska, Staszek Karpiel-Bułecka i Majka Jeżowska. Gościem muzycznym tego odcinka będzie Cleo. Program prowadzi Marzena Rogalska.

22.25 **Czas honoru. Powstanie** (1, 2): Jeszcze nie dziś; Godzina „W" – serial wojenny, Polska 2014, wyk. Antoni Pawlicki, Jakub Wesołowski
W Warszawie panuje atmosfera oczekiwania. Młodzi mieszkańcy czekają na sygnał do rozpoczęcia powstania. Helena jednak nie podziela ich entuzjazmu.
0.15 **PitBull 2** (16) – serial sensacyjny, Polska 2007
1.15 **Skazany na bluesa** – dramat FILM biograficzny, Polska 2005, reż. Jan Kidawa-Błoński, wyk. Tomasz Kot, Jolanta Fraszyńska, Maciej Balcar, Adam Baumann, 100 min
2.55 **Kruk 3. Jak tu ciemno** (3, 4) – serial kryminalny, Polska 2022
4.40 **Zakończenie**

KOMEDIA ROMANTYCZNA

19.55 P! Miłość do kwadratu bez granic – Polska 2023, 135 min
FILM HIT DNIA
Relacja dziennikarza Enzo i nauczycielki Moniki ponownie zostaje wystawiona na próbę. Para ma niebawem stanąć na ślubnym kobiercu. Sytuację komplikuje pojawienie się Ewy, która utrzymuje, że Enzo jest ojcem jej syna.

22.10 **Mamma Mia: Here We Go Again** – komedia muzyczna, FILM USA/Wielka Brytania/Chiny 2018, reż. Ol Parker, wyk. Lily James, Amanda Seyfried, Meryl Streep, Alexa Davies, 160 min
Sophie szykuje się do uroczystego otwarcia hotelu. Powstał on na cześć zmarłej Donny. Z tej okazji dziewczyna spotyka się z przyjaciółkami matki i wspomina jej szaloną młodość.
0.50 **Zostań, jeśli kochasz** FILM – melodramat, USA 2014, reż. R.J. Cutler, wyk. Chloë Grace Moretz, Mireille Enos, Jamie Blackley, Joshua Leonard, 140 min
3.10 **Nasz nowy dom** (299) – reality show
4.15 **Kabaretowa Ekstraklasa** (65)

OBYCZAJOWY

20.15 Na Wspólnej (4255) player – Polska 2026
Eliza i Jarek walczą w sądzie o opiekę nad dziećmi. Igor zabiera Julkę do psychologa. Słyszy, że córka wymaga konsultacji psychiatrycznej, bo może mieć zaburzenia osobowości. Juliusz demaskuje Janusza.

20.50 **Kuchenne rewolucje** (8) – program rozrywkowy
22.00 **Wytańczyć marzenia** FILM – dramat obyczajowy, USA 2006, reż. Liz Friedlander, wyk. Antonio Banderas, Rob Brown, Dante Basco, Lauren Collins, 145 min
0.25 **Czyja to kochanka?** – komedia FILM romantyczna, Francja/Włochy/Belgia 2006, reż. Francis Veber, wyk. Daniel Auteuil, Kristin Scott Thomas, Virginie Ledoyen, Alice Taglioni, 100 min
2.05 **Kuba Wojewódzki** (4) – talk-show
2.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów
3.15 **Kwatery Hitlera** (2) – serial dokumentalny, Pol. 2019
4.15 **Detektywi** (127) – serial fabularno-dokum., Polska 2024
5.10 **Nauka jazdy 5** (26) – pr. rozrywk.

eprasa.pl 641f6b47df

TVN 7 HD DVB-T2

5.25 Ten moment (9) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 Szkoła (834-836) – serial paradokumentalny, Polska 2020
8.45 Ukryta prawda (1352, 1473, 1474) – serial paradokumentalny, Polska
11.50 W-11 – Wydział Śledczy (1141-1143) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2014
13.55 Kryminalni 2 (6): Fotel biskupa – serial kryminalny, Polska 2005
15.00 Szpital (810, 811) – serial paradokumentalny, Polska 2018
17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (520): Siostry – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
18.00 SOS Ekipy w akcji (32) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Funkcjonariusze interweniują w związku z kłótnią między kontrolerem biletów i dziewczyną. Inni policjanci reagują w sprawie usiłowania kradzieży.
19.00 Ukryta prawda (1543) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Taksówkarz z Warszawy odkrywa na tylnym siedzeniu niewielką torbę. W środku znajduje się sztabka złota. Kierowca postanawia poczekać, czy właściciel zgłosi się po zgubę.

TV PULS HD DVB-T2

6.00 Policjanci z Miami 3 (20, 21): Miłość ulicznicy; Puk, puk, kto tam? – serial kryminalny, USA 1987
8.00 Kobra – oddział specjalny (13, 14): Krew i woda; Przetrwanie – serial sensacyjny, Niemcy 2017
10.00 Maria z przedmieścia (83, 84) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (128) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
13.00 Wspaniałe stulecie (62) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 Kurierzy 2 (47) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 11 (566, 567) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy 2 (48) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Ilona i jej mąż marzą o dziecku. Od czasu poronienia on zatraca się w pasji. Kiedy kobieta znów doświadcza braku wsparcia z jego strony, wyprowadza się.
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (985, 986) – serial obyczajowy, Polska 2026
Sandra pada ofiarą kradzieży. Wraz z Andżeliką rusza w pogoń za złodziejem. Okazuje się, że jest nim jej kolega ze szkoły. Jego zachowanie dziwi dziewczynę, a to dopiero początek...

PULS 2 HD DVB-T2

5.55 Ale numer! 21 (12) – pr. rozrywk.
6.20 Cosie-Ktosie (24) – serial anim.
6.30 Kajko i Kokosz 2 (24) – anim.
6.45 SamSam: Kosmiczne przygody (14) – serial anim.
7.00 Blaze i megamaszyny 6 (21) – serial animowany, USA 2020
7.30 Psi Patrol 2 (13) – serial anim.
7.50 Dora (5) – anim., Kan./USA 2024
8.30 Wielkie przygody małego rekina (24) – serial dla dzieci, Korea Południowa/USA 2020
8.50 Masza i Niedźwiedź (25, 26) – serial animowany, Rosja 2012
9.20 Straszne historie Maszy (24) – serial animowany, Rosja 2016
9.25 Świnka Peppa 2 (44-46) – anim.
9.45 Bing (39, 40) – serial animowany
10.00 Jeżyk i Przyjaciele (1, 12) – serial animowany, Polska 2023
10.35 Spidey i superkumple 2 (31, 30) – serial anim., USA 2022
11.35 Gus. Mały – wielki rycerz (25, 26) – serial anim., Fr. 2021
12.00 Psi Patrol (10) – serial anim.
12.35 Marta mówi (31) – serial anim.
13.00 Smerfy (206, 207) – serial anim.
14.00 Baranek Shaun 4 (5-8) – anim.
14.35 My Little Pony: Przyjaźń to magia (4) – anim., USA/Kan. 2011
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2 (41, 42) – anim.
16.00 Fineasz i Ferb 2 (25, 26) – anim.
17.00 Smerfy (208, 209) – serial anim.

NETFLIX

OJCIEC MOJEJ CÓRKI

Córka Rickarda Julieta potrzebuje przeszczepu nerki. Mężczyzna chce być dawcą. Wówczas wychodzi na jaw, że dziewczyna nie jest jego dzieckiem. To odkrycie komplikuje życie całej rodziny.
▶serial obyczajowy, Meksyk 2026

PREMIERA

ZAMACH NAD LOCKERBIE

W 1988 roku 38 minut po starcie eksplodował samolot Pan Am 103. W katastrofie zginęło 270 osób. Doktor Jim Swire (Colin Firth), którego córka była jedną z ofiar, bada sprawę.
▶krym. (6 odc.), USA/Niemcy 2025

W APTEKACH I ZIELARNIACH

Reutter

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

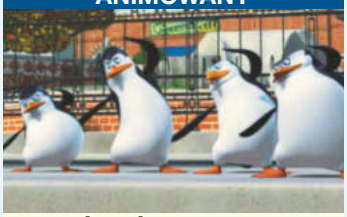
REKLAMA

20.00 Berek FILM – komedia, USA 2018, 135 min
Hoagie i jego przyjaciele co roku spotykają się w ustalonym miejscu, aby później przez miesiąc grać w berka. Dotychczas mistrzem był Jerry, który ani razu nie został złapany. Teraz jednak szykuje się do ślubu i kumple liczą na to, że będzie łatwiejszym celem.
22.15 Mroczny rycerz powstaje FILM – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2012, reż. Christopher Nolan, wyk. Christian Bale, Tom Hardy, Anne Hathaway, Liam Neeson, 200 min
Minęło osiem lat, odkąd Batman zniknął. Przyjmując na siebie winę za śmierć Harveya Denta, z bohatera stał się przestępcą. Kiedy na horyzoncie pojawiają się nowi wrogowie, znów czeka go walka ze złem.
1.35 Niezapomniany FILM – thriller, USA 2017, reż. Denise Di Novi, wyk. Katherine Heigl, Rosario Dawson, Geoff Stults, Cheryl Ladd, 115 min
3.30 Zgłoś remont 11 (8) – program rozrywkowy
4.30 Dorota was urządzi! (6)

SENSACYJNY

20.00 Angielska robota FILM – Wielka Brytania/USA 2008, 135 min
Londyn, 1971 rok. Właściciel warsztatu samochodowego Terry Leather ma kłopoty finansowe. Znajoma proponuje mu zorganizowanie napadu na Lloyds Bank. W skarbcu złodzieje znajdują łup cenniejszy od pieniędzy – kompromitujące zdjęcia księżniczki Małgorzaty, które mogą zapewnić im nietykalność.
22.15 355 FILM – film sensacyjny, USA/Chiny/Hongkong 2022, reż. Simon Kinberg, wyk. Jessica Chastain, Penélope Cruz, Lupita Nyong'o, Diane Kruger, 155 min
Tajna broń wpada w ręce najemników. Mogą oni doprowadzić do globalnej wojny. Funkcjonariuszka CIA Mace Brown musi ją odzyskać.
0.50 Rewolwer FILM – dramat sensacyjny, Francja/Wielka Brytania 2005, reż. Guy Ritchie, wyk. Jason Statham, Ray Liotta, Vincent Pastore, André Benjamin, 130 min
3.00 Dzielnica strachu 10 (445): Ciocia z Ameryki – serial kryminalny, Polska 2025-2026
4.00 Zobacz to! – pr. powtórkowe

ANIMOWANY



18.00 Pingwiny z Madagaskaru (9, 10) – USA
W ramach nagrody nieloty zamiast ryb dostają ciasteczka. Gdy sytuacja się powtarza, zdesperowany Skipper i jego podwładni postanawiają interweniować. Tymczasem Julian cieszy się, że w zoo już nie śmierdzi rybami.
19.00 Kacze opowieści (20, 21) – serial animowany, USA 1987
20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (973) – serial obyczajowy, Polska 2026
21.00 Dzielnica strachu 10 (455, 456) – serial krym., Polska 2025-2026
23.00 Jak dogryźć mafii FILM – komedia sensacyjna, USA 2017, reż. Mark Cullen, wyk. Bruce Willis, John Goodman, Jason Momoa, 120 min
1.00 Dzielnica strachu 10 (451) – serial krym., Polska 2025-2026
2.00 Lombard. Życie pod zastaw 12 (656) – serial obyczajowy, Polska 2023
3.00 Lombard. Życie pod zastaw 5 (221, 222) – obycz., Polska 2019
5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (520) – serial obyczajowy, Polska 2022

FIREFLY LANE

Po odejściu z talk-show Tully Hart (Katherine Heigl) musi zacząć karierę od początku i przemyśleć pewne rzeczy. Wisi nad nią widmo procesu sądowego. Tymczasem Kate Mularkey (Sarah Chalke) boryka się z konsekwencjami wyjazdu Johnny'ego do Iraku. Przyjaźń kobiet zostaje wystawiona na próbę.
▶serial obycz. (16 odc.), USA 2022

AWANTURA 2

Ashley (Cailee Spaeny) i Austin (Charles Melton) pracują w ekskluzywnym klubie. Przypadkowo stają się świadkami konfliktu między swoim szefem Joshuą a jego żoną. Wplątani w ich problemy, próbują lawirować między przysługami i naciskami, by zyskać przychylność wpływowej właścicielki klubu, Park.
▶serial kom. (8 odc.), USA 2026

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (6, 7) – serial kryminalny, USA 2011
7.30 **Ostry dyżur 2** (7, 8) – serial obyczajowy
9.25 **Castle 4** (9, 10) – serial kryminalny
11.20 **MacGyver 4** (7, 8) – serial akcji, USA 2020
13.10 **Dowody zbrodni 2** (12, 13) – serial kryminalny, USA 2004
15.10 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (8, 9) – serial kryminalny
17.05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5** (7, 8) – serial krym., USA/Kanada 2004
19.05 **Castle 4** (11, 12) – serial kryminalny

KRYMINALNY

21.05 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (14, 15)

Okoliczności morderstwa kapitana i jego żony przypominają zbrodnię z przeszłości. Zespół prosi o pomoc dawnego współpracownika. Razem ustalają, czy mają do czynienia z naśladowcą.

22.55 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5** (7, 8) – serial krym.
0.40 **Castle 4** (11, 12)
2.40 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (14, 15)
4.25 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4** (4) – krym., USA/Kan.

TVP SERIALE

5.40 **Rodzinka.pl** (118) – serial kom., Pol. 2013
6.10 **Na sygnale** (500, 501) – serial fab.-dokum.
7.20 **Ojciec Mateusz 4** (50) – krym., Pol. 2010
8.15 **Komisarz Alex 3** (39)
9.05 **Rodzinka.pl** (119)
9.45 **Klan** (1466) – telen.
10.15 **Ranczo 9** (117)
11.05 **Ranczo 10** (118)
12.00 **Komisarz Alex 4** (40)
12.45 **Ojciec Mateusz 31** (400-402) – krym., Pol.
15.35 **Komisarz Alex 4** (41) – serial krym., Polska
16.25 **Na sygnale** (502, 503) – serial fab.-dokum.
17.35 **Ranczo 10** (119, 120) – serial obycz., Polska
19.30 **Ojciec Mateusz 31** (403) – krym., Pol. 2024

KRYMINALNY

20.30 **Komisarz Alex 25** (310) – Polska 2026

Zostaje zamordowany Kacper, który zajmował się profesjonalnym wyprowadzaniem psów. Śmierć mężczyzny jest zaskoczeniem dla jego klientki, której pupil zaginął.

21.30 **Ranczo 10** (121, 122) – serial obycz., Polska
23.20 **Ojciec Mateusz 31** (404) – krym., Pol. 2024
0.20 **Czarna śmierć** (6)
1.20 **PitBull** (22, 23) – sens.
3.20 **Stulecie Winnych 2** (21) – obycz., Pol. 2020
4.10 **Klan** (1466) – telen.
4.40 **Pan Mama** (39)

TVP KULTURA HD

7.35 **Rawhide** (18) – przyg.
8.40 **Informacje kulturalne**
9.00 **Wojna domowa** (13, 14) – obycz., Pol.
10.40 **Dwie Joasie** – kom., Polska 1935, 100 min
12.20 **Reżyserzy** (7) – dok.
13.20 **Noce i dnie** (9)
14.25 **Patrząc pod słońce** – dram. psycholog., Pol., 50 min
15.15 **Szarada** – kom. sens., USA 1963, 130 min
17.25 **Wojna domowa** (15-ost.) – obycz., Pol.
18.15 **Dzień, w którym umarła gwiazda rocka** – serial dokum.
18.55 **Rawhide** (19) – przyg.
20.00 **Czwartkowy klub filmowy** – mag. film.

DRAMAT HISTORYCZNY

20.05 **Danton** – Polska/Francja 1983, 145 min

Wiosna 1794 roku, ogarnięty rewolucją Paryż. Danton domaga się zaprzestania terroru. Zostaje oskarżony o działalność kontrrewolucyjną i skazany na śmierć.

22.30 **The Police – kulisy wielkiej kariery** – dok., Wlk. Bryt. 2006
0.00 **Cześć, Tereska** – dramat obyczajowy, Polska 2001, 100 min
1.40 **Agnes Varda o Jane Birkin** – dok., Fr. 1988
3.30 **Informacje kulturalne**

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 2** (5) – serial dok., Pol. 2018
7.00 **Pałatka** – film krótkometrażowy
7.30 **Nadzieja** – dramat sensacyjny, Polska/Niemcy 2006, 120 min
9.30 **Problem** – film krótkometraż.
10.00 **Vigil 2** (1, 2) – serial sensacyjny, Wlk. Bryt.
12.30 **Vera 10** (2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
14.25 **Stan wyjątkowy** – komedia, Czechy 2024, reż. Jan Hřebejk, 120 min
16.25 **Punkty zwrotne** – thriller, Hiszpania 2024, 110 min
18.15 **Vera 10** (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

SENSACYJNY

20.10 **Gunman** – USA/Hiszpania/Wielka Brytania 2015, 140 min

James Terrier pracował kiedyś dla amerykańskich służb jako egzekutor. Teraz sam staje się celem najemników. Musi umknąć prześladowcom i ocalić ukochaną.

22.30 **Love Lies Bleeding** – film sensacyjny, Wielka Brytania/USA 2024, 130 min
0.40 **Początki** – dramat obycz., Dania/Szwecja/Belgia 2025, 115 min
2.35 **Minuta ciszy** (2) – serial obycz., Polska

CANAL+ PREMIUM HD

10.00 **LARP. Miłość, trolle i inne questy** – kom., Polska 2025, 95 min
11.35 **Jutro będzie nasze** – komediodramat, Włochy 2023, 115 min
13.30 **Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć** (7, 8) – serial komediowy, Fr.
14.40 **Prawda czy fałsz. Psychologia trumpizmu** – film dokum., USA 2023
16.15 **Hollywood Buzz**
16.40 **Kopnięci w czasie** – komedia, Francja/Belgia 2025, 100 min
18.20 **Łapu capu** – pr. rozr.
18.25 **Thelma** – komedia, Szwajcaria/USA 2024, 95 min

THRILLER

20.00 **The Wasp** – Wielka Brytania/USA/Finlandia 2024, 95 min

Zamożna Heather odnawia znajomość z koleżanką z dzieciństwa, pracującą w supermarkecie Carlą. Prosi, by pomogła jej pozbyć się niewiernego męża.

21.35 **Aftermath** – thriller, USA 2024, reż. Patrick Lussier, wyk. Dylan Sprouse, 95 min
23.10 **Piła 5** – horror, USA/Kanada 2008, 95 min
0.45 **Sprzątaczka** – film sensacyjny, Wielka Brytania 2025, 100 min

HBO HD

7.50 **Niesamowity Spider-Man 2** – film przygodowy, USA 2014, 140 min
10.10 **Ben nie ma lekko** – film animowany, Czechy 2024, 80 min
11.30 **Sojusznicy** – komedia sensacyjna, USA 2025, 110 min
13.20 **Człowiek z bieguna** – komediodramat, USA 2014, reż. Maya Forbes, 90 min
14.50 **Bez hitu** – komedia, Niemcy 2025, 115 min
16.45 **Karate Kid: Legendy** – film przygodowy, USA/Kan. 2025, 95 min
18.20 **Eleanor Wspaniała** – dramat obyczajowy, USA 2025, 100 min

PRZYGODOWY

20.00 **Dzikie łowy** – Nowa Zelandia 2016, 100 min

Osierocony trzynastoletni Rick ma trafić do kolejnej rodziny zastępczej. Zdesperowany ucieka do buszu. Towarzyszy mu wujek samotnik. Policja rusza ich tropem.

21.40 **Nasz doktor** – film dokum., USA 2025
22.25 **Prawa ludzi** – krym., USA 2024, 100 min
0.05 **Lisa Frankenstein** – komedia fantasy, USA 2024, 105 min
1.50 **Oddaj ją** – horror, Australia/USA 2025, 105 min

AXN WHITE

8.55 **Dom nad rozlewiskiem** (8, 9) – serial obycz., Polska
11.10 **Agenci NCIS 11** (9-11)
14.10 **Szpital nadziei 5** (6)
15.10 **Boże Narodzenie po angielsku** – film obycz., Wlk. Bryt. 2019, 120 min
17.10 **Zagadkowe święta** – dramat obyczajowy, USA 2022, 110 min
19.00 **Dr House 3** (24) – obycz.
20.00 **Dowody zbrodni 3** (16, 17) – serial kryminalny
22.00 **Rekrut** (19) – serial krym.
23.00 **Agenci NCIS 11** (9-11)
1.45 **Dowody zbrodni 3** (16, 17) – serial kryminalny
3.40 **Zaklinacze koni 4** (6, 7)

AXN BLACK

9.45 **Gwiezdne wrota 6** (4-6)
12.45 **Kobra – oddział specjalny 12** (5) – sens.
13.50 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4** (24) – sens., USA
14.50 **Drużyna A 3** (16) – sens.
15.50 **Nieustraszony 2** (9)
16.55 **Zagadki z przeszłości 2** (20) – przyg., Fr./Niem./Kan.
18.00 **Gwiezdne wrota 6** (7-9) – serial s.f., USA/Kan. 2002
21.00 **Snajper: Ostatni strzał** – dramat sensacyjny, USA 2017, 120 min
23.00 **Snajper: Koniec zabójcy** – film sens., 2020, 110 min
0.50 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4** (24) – sens., USA

WARNER TV

8.25 **Teraz albo nigdy! 2** (10)
9.20 **Bajer z Bel-Air 6** (11, 12)
10.20 **Prawo Agaty 4** (3)
11.25 **Pełniejsza chata 2** (2, 3)
12.25 **Teraz albo nigdy! 2** (11, 12) – obycz., Pol. 2008
14.20 **Bajer z Bel-Air 6** (11-14)
16.20 **Pełniejsza chata 2** (2-5)
20.15 **Akademia policyjna 2: Pierwsze zadanie** – kom., USA 1985, 105 min
22.00 **Zakłęci w czasie** – dram. s.f., USA 2009, 115 min
23.55 **Czarownice z Eastwick** – horror komediowy, USA 1987, 135 min
2.10 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11** (18, 19)

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (217-219)
9.00 **48h. Zaginieni** (201-204)
12.55 **Kowalscy kontra Kowalscy** (21-24) – obycz.
14.55 **Świat według Kiepskich** (445-449) – kom., Pol. 2014
17.25 **Columbo** (41, 46) – krym.
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (183) – serial krym., USA/Kanada
21.55 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 9** (184) – serial krym., USA/Kanada
22.50 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (185, 186)
0.50 **Ślad** (80, 81) – krym., Pol.
2.50 **Święty** (246, 247) – kom.
4.00 **48h. Zaginieni** (143, 144)

CANAL+ FILM HD

6.00 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
6.05 **Pan Tadeusz** – kostium., Pol./Francja 1999, 150 min
8.35 **Mikołaj i ekipa** – anim., Hiszpania/Kan. 2024, 90 min
10.05 **Dumna królewna** – film anim., 2024, 80 min
11.25 **Królowa chmur** – film obycz., Polska 2003, 75 min
12.40 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
12.45 **Riefenstahl** – dok., 2024
14.40 **Ida** – dram. obycz., Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min
16.00 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
16.05 **Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 2** – film fantasy, USA 2012, reż. Bill Condon, 115 min
18.00 **Tożsamość Bourne'a** – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, reż. Doug Liman, 115 min
19.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Pewnego razu w Paryżu** – komediodramat, Francja/Belgia 2025, 125 min
22.05 **Ali** – dramat biograficzny, USA 2001, 150 min
0.35 **Dwie siostry** – dramat obyczajowy, 2024, 95 min
2.10 **Polana pośród brzeziny** – dramat obyczajowy, Fr./Pol./Niemcy 2003, 90 min
3.40 **Pierwszy taniec w chmurach** – film krótkometraż., Pol.
4.05 **Pornografia** – film obycz., Pol./Fr. 2003, 115 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków** (2) – serial dokumentalny
10.35 **Łapu capu** – program rozrywkowy
10.55 **Naruto 3** (24-26) – serial anime, Japonia 2003-2004
12.25 **Prost** (4-6) – serial dok., Fr.
14.05 **Pisarze. Serial na krótko** (5) – serial komediowy, Pol.
14.20 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy
14.50 **Planeta Singli. Osiem historii** (3) – serial kom.
15.40 **Disco: soundtrack rewolucji** (1-3) – film dok., Wielka Brytania 2023
18.40 **Łapu capu** – program rozrywkowy
18.45 **Captain Tsubasa** (25-27) – serial anime, Japonia 2018
20.00 **Brygada 2** (3, 4) – serial sensacyjny, Francja 2024
21.55 **Łapu capu** – program rozrywkowy
22.00 **Yellowjackets 2** (3, 4) – serial grozy, USA 2023
0.05 **Furioza** (3, 4) – serial sensacyjny, Polska 2021
1.45 **Rum i rewolucja. Historia Hawany** – film dokumentalny
2.35 **Kryptonim Polska** (1-3) – serial komediowy, Polska
4.50 **Premierowa jazda** (3) – magazyn
5.10 **Złombol** (4) – serial dok.

CANAL+ 360 HD

6.00 **Rekruci** (1) – serial dok.
7.00 **Lotnisko na Alasce 3** (3)
8.00 **Porzucone konstrukcje** (10) – serial dok., Wlk. Bryt.
9.00 **Okręty wojenne** (8) – dok.
9.55 **Co poszło nie tak 3** (5)
11.00 **Grip – w świecie supersamochodów** (11, 12) – serial dok., 2022
13.00 **Porzucone konstrukcje** (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
14.00 **Chwila prawdy** (4) – dok.
15.00 **Okręty wojenne** (9) – dok.
16.00 **Lotnisko na Alasce 3** (4)
17.00 **Futbolowa gorączka. Bitwa o Premier League** (3) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.00 **Porzucone konstrukcje** (11) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.55 **Chwila prawdy** (3) – dok.
19.50 **Futbolowa gorączka. Bitwa o Premier League** (4) – serial dok., Wlk. Bryt.
20.50 **Co poszło nie tak 4** (2)
22.00 **Porzucone konstrukcje** (3) – serial dok., Wlk. Bryt.
23.00 **Lotnisko na Alasce 3** (2)
0.00 **Zabójcze drogi** (4) – dok.
1.05 **Luis Enrique: Nie macie k**** pojęcia** (3) – dok.
2.00 **Polska z góry: Stadiony** (5) – serial dok., Polska 2024
2.40 **Przykrywkowcy. Podwójna gra** (4) – dok.
3.45 **Zwierzęta Wajraka 2** (7, 8) – serial dok., Pol. 2021
4.55 **Pogotowie remontowe Wieśka 3** (8, 9) – mag.

HBO 2 HD

16.30 **DJ Ahmet** – komediodramat, Macedonia/Czechy/Serbia 2025, 95 min
18.05 **Dziewczyna ze zdjęcia** – komedia romantyczna, Kanada/USA 2023, 85 min
19.30 **Życie** – dram. obycz., Wielka Brytania/Japonia/Szwecja 2022, 100 min
21.10 **Złoto** – film sensacyjny, Australia 2022, 95 min
22.45 **Ta inna siostra Bennet** (6) – kostium., Wlk. Bryt.
23.15 **The Pitt 2** (2) – obycz., USA
0.00 **Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem** (5) – kom.
0.30 **Krzesła** (4) – serial kom.

HBO 3 HD

15.20 **Harry Potter i Insygnia Śmierci: Część 2** – film przygodowy, USA/Wielka Brytania 2011, 130 min
17.30 **Blue Moon** – dramat biograficzny, USA/Irlandia 2025, 100 min
19.10 **Biały Lotos 2** (4) – kom.
20.10 **Stamtąd** (6) – serial grozy
21.00 **Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13** (18)
21.45 **Porządny człowiek** (2) – serial kryminalny, Polska
22.30 **Ród smoka 3** (6) – fantasy
23.30 **Miniaturowa żona** (6)
0.15 **Mrugnij dwa razy** – thriller, USA 2024, 105 min

eprasa.pl 641f6b47df

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 Górale (33-35) – dok.
7.25 Doktor Martin (50) – serial obyczajowy
8.30 Przyjaciółki (163, 164) – obycz., Pol.
10.25 Świat według Kiepskich (20, 21, 111, 112, 198, 199) – serial kom., Polska
13.55 Królewna Śnieżka i Łowca – baśń filmowa, USA 2012, reż. Rupert Sanders, 160 min
16.35 Salon piękności – komedia, USA 2005, reż. Bille Woodruff, 130 min
18.45 Inna kobieta – komedia, USA 2014, reż. Nick Cassavetes, 135 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 Tata ma plan 4 (11, 12) – serial komediowy, USA 2020
7.00 Dwóch i pół 8 (6-9) – serial komediowy, USA 2010
8.55 Przyjaciele (13-18) – serial komediowy, USA 1995
11.55 Teoria wielkiego podrywu 10 (23, 24) – serial komediowy, USA 2016-2017
12.50 Teoria wielkiego podrywu 11 (1-4) – serial komediowy, USA 2017
14.30 Dwóch i pół 8 (10-13) – serial komediowy, USA 2010
16.30 Przyjaciele (19-24) – serial komediowy

TVN FABUŁA HD

5.05 Szkoła (802) – serial paradokum.
6.00 Kino w drodze (1)
6.30 Kino Buzz Top 5 (8)
6.45 Zakochani po uszy (121, 122) – telen., Pol.
7.45 Detektywi (141-144) – serial fab.-dokum.
9.50 Prawo Agaty 5 (2) – serial obycz., Polska
10.55 Lekarze (9) – obycz.
11.55 Zapukaj do moich drzwi (24, 25) – telen.
13.55 Prawo Agaty 5 (1)
14.55 Detektywi – fab.-dok.
16.00 Na Wspólnej (17, 18) – serial obycz., Polska
17.10 Magia kina (7) – kult.
17.35 Miss agent 2: Uzbrojona i urocza – komedia sensacyjna, USA 2005, 145 min

13 ULICA

6.10 Fałszerstwo (6) – serial kryminalny, Fr.
6.55 Zagadki Hailey FILM **Dean: Randka ze śmiercią** – film krym., USA 2017, 110 min
8.45 Zabójstwo w lesie FILM **Broceliande** – thriller, Francja 2016, 120 min
10.45 Mentalista 3 (23, 24) – serial kryminalny
12.35 Mentalista 4 (1, 2) – serial kryminalny
14.25 Zagadki Hailey FILM **Dean: 2 + 2 = Morderstwo** – film kryminalny, USA 2018, 110 min
16.15 Zabójstwo FILM **w Grasse** – thriller, Francja/Belgia 2016, 125 min

KINO POLSKA

6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dok.
7.15 Podróże kapitana Klipera (4, 5) – anim.
7.40 Bolek i Lolek (13, 2)
8.00 Basia sama w domu FILM – kom., 2021, 115 min
9.55 To nie ze mną 2 (10, 11-ost.) – obycz.
11.05 7 słów o przemijaniu
11.15 Komedia małżeńska FILM – komedia obyczajowa, 1993, 145 min
13.40 Quo vadis (2-ost.) FILM – dramat historyczny, 2001, 120 min
15.40 Wielka majówka FILM – film obyczajowy, 1981, 120 min
17.40 Czterej pancerni i pies (3, 5) – wojenny

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Kabaretowe hity (3) – program rozrywkowy
6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat – cykl reportaży, Pol.
7.50 Robert Makłowicz (219, 212) – mag. kulin.
9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (9) – serial krym., Australia
10.55 Górski lekarz (13, 14) – serial obycz., Niemcy
12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (10) – serial krym., Australia
14.00 Zajazd. Będzie się działo (9, 10) – obycz.
16.00 Katastrofy w przestworzach (11, 5, 2) – dok., Kan.
19.00 Aukcja w ciemno 2 (23, 24) – serial dokum.

DRAMAT OBYCZAJOWY

21.00 It Ends with Us FILM – USA 2024, 165 min

Lily zakochuje się z wzajemnością w Ryle'u. Przeżywa szok, gdy odkrywa, że jest on niestabilny emocjonalnie oraz ma skłonności do przemocy.

23.45 Predatorzy – film s.f., FILM USA 2010, reż. Nimród Antal, wyk. Adrien Brody, Laurence Fishburne, 130 min
1.55 Ślad (21, 44, 45) – krym., Pol. 2018-2019
4.55 Na ratunek 112 (883, 884) – serial paradokumentalny, Polska 2024

KOMEDIOWY

19.30 Teoria wielkiego podrywu 11 (5-10)

Raj i Sheldon zwierzają się Bernadette, że wspólna praca Amy i Howarda bardzo ich niepokoi. Tymczasem Leonard i Penny testują nowy sposób na Coopera.

22.00 The Office PL 3 (9, 10) – serial kom.
23.05 Comedy Club 9 (9, 10) – pr. rozrywk.
0.05 Miasteczko South Park 4 (8, 9) – serial anim. dla dorosłych
1.00 Pracoholicy 5 (10, 11)
2.00 Śmieszniej nie będzie 2 (19, 20)

DRAMAT KOSTIUMOWY

20.00 Hrabia Monte FILM **Christo** – Francja/Belgia 2024, 225 min

XIX wiek. Edmond Dantes ucieka z lochu i zdobywa skarb ukryty na wyspie Monte Christo. Mści się na tych, którzy przyczynili się do jego niesłusznego uwięzienia.

23.45 World War Z – horror FILM s.f., USA/Malta 2013, reż. Marc Forster, wyk. Brad Pitt, 145 min
2.10 Kod dostępu FILM – film sensacyjny, USA 2001, 115 min
4.05 Ukryta prawda (1384) – paradok., Pol.

KRYMINALNY

18.20 Mentalista 4 (3-6) – USA 2011

Do Patricka przychodzi Beth Flint. Jej syn został porwany. Beth wierzy w niezwykłe zdolności Jane'a i Nate'a Glassa. Funkcjonariusze CBI rozpoczynają śledztwo.

22.00 Kobra – oddział specjalny (3) – sens.
0.00 Flashback (6) – krym.
1.10 Zabójstwo FILM **w Grasse** – thriller, Fr./Bel. 2016, 125 min
3.15 Zagadki Hailey FILM **Dean: 2 + 2 = Morderstwo** – krym., USA 2018, 110 min

BIOGRAFICZNY

20.00 Wałęsa. Człowiek z nadziei FILM – 2013, 165 min

Pracownik stoczni, elektryk Lech Wałęsa, walczy o prawa robotników. Zostaje szefem związków zawodowych. Z czasem zmienia się w charyzmatycznego lidera.

22.45 Lokatorka – dramat FILM krym., 2021, 160 min
1.25 Mistrz – dramat FILM biograf., 2020, 120 min
3.25 IO – dramat obycz., FILM Pol./Wł. 2022, 110 min
5.15 Moje Stare – etiuda filmowa, 2023
5.50 Instalove

SENSACYJNY

20.00 12 godzin FILM – USA 2012, 120 min

Złodziej Will wychodzi z więzienia, w którym odbywał karę za napad na bank. Dawny wspólnik porywa jego córkę, by zmusić kompana do zwrotu zrabowanego łupu.

22.00 Za linią wroga FILM – film sensacyjny, USA 2001, 120 min
0.00 Karma – thriller, USA FILM 2015, reż. Diane Bell, 120 min
2.00 Kosmiczny grzech FILM – film s.f., USA 2021, reż. Edward Drake, 120 min

CINEMAX HD

11.15 Delikatne liście – film FILM obycz., Belgia 2025, 100 min
12.55 Wielkie zniewnięcie FILM **historii** – dramat obycz., Iran 2024, 95 min
14.30 Spłata – thriller, Hiszpania FILM 2025, 110 min
16.20 Trudny zakład – komedia, FILM Francja 1997, 100 min
18.00 Strażniczka – dramat FILM kryminalny, 2023, 120 min
20.00 Fargo 4 (3, 4) – serial krym.
22.00 Jackie Brown – film FILM sensacyjny, 1997, 155 min
0.35 Wspomnienia FILM **płonącego ciała** – dramat obyczajowy, 2024, 90 min
2.05 Fargo 4 (3, 4) – serial krym.

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 Święty (15, 16) – kom., Pol.
14.25 Spadkobiercy (9) – rozr.
15.25 Co ludzie powiedzą? 2 (4) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 Jedną nogą w grobie 5 (6) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 Czarna Żmija 2 (6) – kom.
17.35 Bob kocha Abisholę (11-13) – serial komediowy
19.00 Dwóch i pół 8 (6-9) – kom.
21.00 Świat według Kiepskich (13-15) – serial kom., Polska
22.30 Co ludzie powiedzą? 2 (5) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 Jedną nogą w grobie 6 (1) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 Czarna Żmija 3 (1) – kom.
0.30 Comedy Club 4 (9) – rozr.

SCI FI

7.00 Bibliotekarze 2 (6-8)
10.00 Medium 2 (9, 10) – krym.
11.50 Zagubiona tożsamość 4 (7, 8) – serial s.f., USA 2014
13.40 Ameryka tonie – film FILM s.f., USA 2023, 110 min
15.30 Medium 2 (11, 12) – krym.
17.20 Zagubiona tożsamość 4 (9, 10) – serial s.f., USA 2014
19.10 Małpa kontra FILM **Mechamałpa** – horror s.f., USA 2023, 110 min
21.00 iZombie 5 (11-13)
0.00 Płonąca pułapka – dram. FILM sens., 2004, 145 min
2.25 Zagubiona tożsamość 4 (9, 10) – serial s.f., USA 2014
4.10 Arcadia (5, 6) – serial s.f.

FX HD

9.00 Skymed (3) – obycz., Kan.
10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (20, 21) – krym.
11.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (15, 16)
13.45 Agenci NCIS 8 (1, 2)
15.35 CSI: Kryminalne zagadki Miami (22, 23) – krym.
17.25 Z archiwum X (11, 12)
19.15 Agenci NCIS: Sydney (3)
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (17, 1)
22.00 Zakłamanie (4) – obycz.
23.10 Z archiwum X (12) – s.f.
0.15 Bez twarzy – dramat FILM sensacyjny, 1997, 165 min
3.00 9-1-1: Nashville (3)
4.00 Agenci NCIS: Sydney (3)

FILMBOX+ ONE HD

9.25 Panna Scarlet i komisarz 2 (5) – krym.
10.20 Panna Marple: Błękitne FILM **geranium** – krym., USA/Wlk. Bryt. 2010, 120 min
12.20 Hudson i Rex 4 (9, 10) – serial kryminalny, Kanada
14.35 Poirot (4) – serial krym.
16.45 Strażnik Teksasu 2 (16, 17) – serial sensacyjny
18.55 Poirot (5) – serial krym.
20.00 Walkiria – dramat FILM wojenny, Niemcy/USA/Włochy 2008, 160 min
22.40 Oddział Delta 2 – film FILM sensacyjny, 1990, 135 min
0.55 Zanim zasnę – thriller, FILM 2014, 125 min

ROMANCE TV HD

14.15 Pulchna jak ja – komedia, FILM Niemcy 2007, 110 min
16.05 Lilly Schönauer: Miłość FILM **ma skrzydła** – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2006, 115 min
18.00 Górski lekarz (176, 177) – obycz., Niemcy/Austria
20.00 Inga Lindström: FILM **Zapomniany ślub** – melodramat, Niemcy 2024, reż. Oliver Dieckmann, 115 min
21.55 Dora Heldt: Nierozłączni FILM – komedia romantyczna, Niemcy 2014, 115 min
23.50 Górski lekarz (176, 177) – obycz., Niemcy/Austria

CINEMAX 2 HD

13.25 Tatuśkowie FILM – komediodramat, Hiszpania 2025, 90 min
14.55 Mr. Deeds – milioner FILM **z przypadku** – komedia romantyczna, 2002, 95 min
16.30 Między słowami FILM – komediodramat, USA/Japonia 2003, 105 min
18.15 Lepiej być nie może FILM – kom., USA 1997, 135 min
20.30 Jason Bourne – thriller, FILM USA 2016, 125 min
22.35 Helikopter w ogniu FILM – dramat wojenny, USA 2001, 140 min
0.55 The Grudge – Klątwa FILM – horror, 2004, 90 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

12.05 Zatraceni w miłości (49)
13.10 Marlow: klub zbrodni 2 (5) – krym., Wlk. Bryt./USA
14.05 Agenci NCIS 17 (8)
15.00 Panna Marple: FILM **Tajemnica Sittaford** – film kryminalny, Wielka Brytania 2006, 120 min
17.00 Poirot 13 (1) – serial krym.
19.00 Agenci NCIS 17 (9)
19.55 Poirot 5 (1) – serial krym.
21.00 Detektyw Murdoch 19 (7) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
21.55 Agenci NCIS 17 (5)
22.50 Poirot 5 (1) – serial krym.
0.00 Agenci NCIS 17 (9)
0.55 Marlow: klub zbrodni 2 (4, 5) – krym., Wlk. Bryt./USA

NOVELAS+ HD

10.00 Opowieść o wyspie (8)
11.00 Otchłań namiętności (131) – telen., Meksyk 2012
12.00 Za wszelką cenę (101)
13.00 Róże i grzechy (30)
14.00 Historia Juany (58, 59)
16.00 Róże i grzechy (31)
17.00 Za wszelką cenę (102)
18.00 Otchłań namiętności (132) – telen., Meksyk 2012
19.00 Macocha (41) – telenowela
20.00 Opowieść o wyspie (9)
21.00 Historia Juany (59)
22.00 Róże i grzechy (31)
23.00 Za wszelką cenę (102)
0.01 Otchłań namiętności (132) – telen., Meksyk 2012
1.00 Macocha (41) – telenowela

FX COMEDY HD

8.40 Simpsonowie 32 (7, 8)
9.35 Diabli nadali (14-17)
11.25 Jim wie lepiej (11, 12)
12.20 Sposób użycia 2 (2, 3)
13.30 Wszyscy kochają Raymonda 9 (2-6) – kom.
16.00 Simpsonowie 32 (7-10)
18.00 Jak poznałem waszą matkę 4 (21-23) – kom.
19.30 Współczesna rodzina 9 (20-22) – serial komediowy
21.00 Family Guy: Głowa rodziny 20 (6, 7)
22.00 Straszny film 2 – horror FILM komediowy, 2001, 100 min
23.40 Simpsonowie 32 (3, 4)
0.40 Family Guy: Głowa rodziny 19 (20)

FILMBOX+ HITS HD

10.30 Pan Pip – dramat FILM obyczajowy, 2012, 125 min
12.35 Zadbaj o siebie – kom. FILM romant., 2014, 105 min
14.20 Książę i ja – kom. romant., FILM USA/Czechy 2004, 125 min
16.25 Mój najlepszy przyjaciel FILM – komedia obyczajowa, Francja 2006, 105 min
18.10 Zaginiona – thriller, USA FILM 2012, 110 min
20.00 Alex Cross – thriller, USA FILM 2012, 115 min
21.55 American Ultra – film FILM sensacyjny, USA/Szwajcaria 2015, 110 min
23.45 Widzę cię – thriller, USA FILM 2019, 110 min

PARAMOUNT NETWORK HD

9.25 Policyjna grupa pościgowa 17 (10) – dok.
10.20 Pingwiny z Madagaskaru 2 (8)
10.50 Niania w Nowym Jorku FILM – komedia romantyczna, USA 2007, 130 min
13.00 Czarodziejki 4 (21, 22)
14.55 Naga broń 2 1/2 – kom. FILM sens., USA 1991, 110 min
16.45 Transformers 3 – film FILM s.f., USA 2011, 195 min
20.00 Transformers: Wiek FILM **zagłady** – film s.f., USA/Chiny 2014, 210 min
23.30 Człowiek w ogniu FILM – dramat sensacyjny, USA/Wlk. Bryt. 2004, 180 min

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 641f6b47df

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
- 7.00 **Commonwealth Games – Glasgow 2026** – mag. sportowy
- 8.00 **Snooker:** Turniej Shanghai Masters – mecz ćwierćfinałowy (LIVE)
- 11.30 **Lekkoatletyka:** Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 3. dzień
- 13.00 **Discovery golf**
- 13.30 **Kolarstwo:** Tour de l'Ain – 2. etap
- 14.30 **Kolarstwo:** Tour de l'Ain – 3. etap (LIVE)
- 16.00 **Kolarstwo:** Tour of Denmark – 2. etap (LIVE)
- 17.45 **Kolarstwo:** Tour de l'Ain – 3. etap
- 18.45 **Szermierka:** MŚ – Hongkong 2026 – 6. dzień

POLSAT SPORT 1 HD
- 6.00 **Piłka nożna:** Eliminacje Ligi Mistrzów UEFA: Górnik Zabrze – Fenerbahce
- 8.45 **Siatkówka mężczyzn:** LN – ćwierćfinał (LIVE)
- 13.15 **Siatkówka mężczyzn:** LN – ćwierćfinał (LIVE)
- 15.00 **Piłka nożna:** Eliminacje Ligi Mistrzów UEFA: Górnik Zabrze – Fenerbahce
- 17.00 **Tenis:** Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 2. rundy gry pojedynczej Swoich sił spróbuje Tommy Paul, finalista tegorocznego turnieju ATP w Londynie. (LIVE)

CANAL+ SPORT HD
- 6.00 **1 na 1 Extra** – mag.
- 7.10 **Ekstraklasa po godzinach** – mag.
- 8.20 **Premier League Stories** (51) – mag.
- 9.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Sevilla FC – Barcelona
- 11.20 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa
- 13.50 **Wysoki Pressing** – magazyn sportowy
- 15.30 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Sevilla FC – Barcelona
- 18.00 **Premier League Stories** (51) – mag.
- 18.35 **Na pierwszym planie** (1) – dok., Pol.
- 19.20 **Ekstrapaka** – magazyn piłkarski
- 20.30 **Speedway+** – mag.

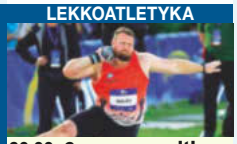
TVP SPORT HD (DVB-T2)
- 5.45 **Sportowy wieczór** – program inform.
- 6.15 **Retro TVP Sport** (17) – magazyn sportowy
- 8.15 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – ćwierćfinał: Hiszpania – Belgia
- 10.30 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – półfinał
- 12.50 **Mundial. Teatr emocji** – reportaż, Pol.
- 13.50 **Żużel:** Polska – Australia
- 15.50 **Legenda. Hubert Jerzy Wagner** – film dokum., Polska 2024
- 16.55 **Piłka nożna:** Eliminacje Ligi Mistrzów UEFA – mecz 2. rundy: Lech – AGF
- 19.00 **Ring TVP Sport** – magazyn bokserski

ELEVEN SPORTS 1 HD
- 6.00 **Najlepsi pomocnicy Bundesligi lat 90.** – magazyn piłkarski
- 6.45 **Bundesliga Clubs** – magazyn piłkarski
- 7.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – FC Köln
- 9.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: SS Lazio – Inter
- 11.00 **Formuła 3:** Grand Prix Węgier
- 12.30 **Formuła 2:** GP Węgier
- 14.00 **Formuła 1:** GP Węgier
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – Parma
- 18.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: VfL Wolfsburg – Bayern
- 20.00 **AJ Auxerre – Małe miasto, wielki klub** – film dokumentalny

DISCOVERY CHANNEL HD
- 9.00 **Gorączka złota: rzeka skarbów 8**
- 10.00 **Stacja Alaska** – dok.
- 11.00 **Przetrwać nad Jukonem:** Droga
- 12.00 **Celnicy na straży Turcji** (9) – serial dok.
- 13.15 **Nagi instynkt przetrwania: Brazylia** – dok.
- 14.30 **Strażacy** (3) – dok.
- 15.00 **Złomowisko PL 7** (8)
- 16.00 **Bimbrownicy 14** – serial dokumentalny
- 17.00 **Przemytnicy: na lotnisku** – dok.
- 18.00 **Lotnisko** (8) – dok.
- 19.00 **Nagi instynkt przetrwania** – dok.
- 21.00 **Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5** – serial dok.

20

LEKKOATLETYKA

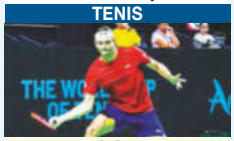


- 20.00 **Commonwealth Games – Glasgow 2026** – 4. dzień (LIVE)

O medale powalczą m.in. kulomioci na czele z utytułowanym Tomem Walshem.

- 22.45 **Szermierka:** Mistrzostwa świata – Hongkong 2026 – 6. dzień
- 0.30 **Kolarstwo:** Tour de l'Ain – 3. etap
- 1.30 **Lekkoatletyka:** Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 4. dzień
- 3.00 **Kolarstwo:** Tour de l'Ain – 3. etap

TENIS



- 19.00 **Turniej ATP w Waszyngtonie** – mecz 2. rundy (LIVE)

W waszyngtońskim turnieju rzadko triumfuje reprezentant Stanów Zjednoczonych. W ostatnich siedemnastu edycjach tylko dwukrotnie zawody wygrywali Amerykanie. Teraz o tytuł dla gospodarzy powalczy Taylor Fritz.

- 21.00 **Tenis:** Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 2. rundy (LIVE)
- 23.00 **Tenis:** Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 2. rundy (LIVE)
- 1.00 **Boks**

DOKUMENTALNY

- 21.00 **Bohater z Cienia:** Wisła Kraków; Śląsk Wrocław – Polska

Codzienne życie klubu od kuchni. Zobaczymy pracę sztabu szkoleniowego czy ludzi dbających o murawę.

- 22.00 **Liderzy. W centrum gry** (5) – dok., Polska
- 22.55 **Premier League Stories** (51) – magazyn piłkarski
- 23.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa
- 2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa
- 4.25 **Premier League Stories** (51) – mag.

PIŁKA NOŻNA

- 20.00 **Liga Konferencji UEFA** – mecz 2. rundy (LIVE)

GKS Katowice o awans do kolejnej rundy zmierzy się z przegranym dwumeczu kwalifikacji do Ligi Europy UEFA pomiędzy MSK Žilina i Hajdukiem Split.

- 23.00 **Sportowy wieczór** – program inform.
- 23.30 **Retro TVP Sport** (23) – magazyn sportowy
- 1.30 **Piłka nożna:** Eliminacje Ligi Mistrzów UEFA – mecz 2. rundy: Lech – AGF
- 3.40 **Boks:** Gala w Leeds – podsumowanie

FORMUŁA 1

- 20.40 **Grand Prix Węgier**

Podsumowanie zmagań w ramach jedenastej rundy bieżącego sezonu.

- 22.40 **Ligue 1 Show** (35) – magazyn piłkarski
- 23.20 **Serie A Season Preview** – mag.
- 0.25 **Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach** – mag.
- 1.15 **GP Confidential** – magazyn Formuły 1
- 1.45 **F2: Chasing the Dream** – mag. motor.
- 2.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Napoli – Cremonese

DOKUMENTALNY

- 22.00 **Premiera: Złoto drwali:** – USA 2024

Adrian i Leon walczą z rozszalałym morzem, starając się podnieść uszkodzony holownik. Liczne usterki i wysokie fale sprawiają jednak, że operacja może zakończyć się niepowodzeniem.

- 23.00 **Akta ekspedycji 2**
- 0.00 **Policjanci z Kent**
- 1.00 **Hotrod wg Kindiga 7** – serial dok.
- 2.00 **Królowie kempingu** (1) – serial dok., Niem.
- 3.00 **Alarmowy 091 – policjanci z Hiszpanii** (11) – dok.

EUROSPORT 2 HD
- 9.15 **Szermierka:** MŚ – Hongkong 2026 – 6. dzień (LIVE)
- 13.15 **Cycling Show** – mag.
- 13.30 **Snooker:** Turniej Shanghai Masters – ćwierćfinał (LIVE)
- 17.00 **Triathlon:** T100 World Tour
- 18.45 **Kolarstwo:** Tour de l'Ain – 3. etap
- 19.30 **Snooker:** Turniej Shanghai Masters – ćwierćfinał
- 20.30 **Discovery golf** – mag.
- 21.00 **Golf:** Rocket Classic – 1. runda (LIVE)
- 0.00 **Lekkoatletyka:** Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 4. dzień
- 1.30 **Kolarstwo:** Tour de l'Ain – 3. etap

POLSAT SPORT 2 HD
- 6.00 **Tenis:** Turniej ATP w Waszyngtonie – 2. runda
- 8.00 **Tenis:** Turniej ATP w Waszyngtonie – 2. runda
- 10.00 **Tenis:** Turniej ATP w Waszyngtonie – 2. runda
- 12.30 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 15.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 17.30 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 20.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 22.30 **Siatkówka plażowa:** Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie
- 1.00 **Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
- 8.30 **Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – mecz 2. rundy gry pojedynczej
- 11.00 **Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – 2. runda
- 13.30 **Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – 2. runda
- 16.00 **Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – 2. runda
- 18.25 **8 wspaniałych** (3) – dok.
- 19.00 **Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – 2. runda (LIVE)
- 21.00 **Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – 2. runda (LIVE)
- 23.15 **Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – 2. runda (LIVE)
- 1.45 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa

EXTREME CHANNEL HD
- 9.00 **Beyond The Beaten Path**
- 10.00 **AMA Motocross Series Highlights 2017** (13)
- 11.00 **X Games – Norway** (4)
- 12.00 **Drift Style** (1, 2) – mag.
- 13.00 **IMMAF European Open**
- 14.00 **WWE Highlights** (49, 43)
- 15.30 **WWE Classic Gold** (26)
- 16.00 **EFC – Extreme Fighting Championship 135** (1)
- 19.30 **WWE Classic Gold** (44)
- 20.00 **AEW Collision 2** (2630)
- 22.00 **PTW Wrestling** (6)
- 2.00 **AMA Motocross Series Highlights 2017** (13)
- 3.00 **Beyond The Beaten Path** (1) – serial dokumentalny
- 4.00 **Drift Style** (1, 2) – mag.

ELEVEN SPORTS 2 HD
- 12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – 1. FC Köln
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Torino FC – Inter
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Mainz – FC Bayern Monachium
- 18.00 **Formuła 1:** GP Węgier
- 20.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – Cagliari
- 22.00 **Ligue1** (36) – mag. piłkarski
- 23.05 **Bundesliga Special** (21)
- 0.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: AVS Futebol SAD – FC Porto
- 2.00 **Werder Double** – dok.
- 3.10 **Magazyn piłkarski**

DISCOVERY LIFE HD
- 10.15 **Nowa Maja w ogrodzie**
- 11.15 **Idealna niania 4** (9, 10)
- 12.45 **Klinika naturalnego piękna** (10, 1-3)
- 14.45 **Szpital** (532, 533)
- 16.45 **Idealna niania 4** (8-11)
- 19.45 **Zrób coś z tym dzieckiem** (6) – mag.
- 20.15 **Ostatnia szansa** (5) – rozr.
- 21.15 **Wycieczkowiec** (9)
- 22.15 **Mali kolekcjonerzy**
- 23.15 **Nie do uwierzenia!** (9)
- 0.15 **Sekrety lekarzy** (1)
- 1.15 **Mroczne sekrety Playboya** (2) – serial dok.
- 2.15 **Eks-tra zmiana** (8, 6)
- 3.45 **Szpital** (375, 376)
- 5.15 **Klinika urody** (11) – mag.

POLSAT SPORT FIGHT HD
- 12.35 **Z archiwum ESPN** – mag.
- 13.45 **Sporty walki:** FEN 58 w Częstochowie – walka: W. Bartnik – J. Jędraszczyk
- 15.40 **Atleci** – magazyn sportowy
- 16.05 **Sporty walki:** Hybrid MMA 7 w Lesznie: Michał Włodarek – Ion Grigore
- 17.50 **Boks:** Babilon Boxing Show & K1 w Nowym Sączu: R. Dudek – K. Kalinowski 2
- 20.40 **K.O. TV Weekly** (31)
- 21.10 **Sporty walki:** UFC 326: M. Holloway – C. Oliveira 2
- 23.35 **Boks:** Gala w Kościerzynie – waga ciężka: Nikodem Jeżewski – Jakub Sosiński
- 2.05 **K.O. TV Classics** (18)

POLSAT SPORT 3 HD
- 8.30 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 11.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 13.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 15.00 **Tenis:** Turniej ATP w Waszyngtonie – 2. runda
- 17.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 19.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 21.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 23.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
- 9.40 **Ekstrapaka** – mag.
- 10.45 **Premier League Stories**
- 11.20 **Bohater z Cienia** – dok.
- 11.55 **Piłka nożna** – Legia Warszawa – GKS Katowice (1.04.1995)
- 12.50 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa
- 15.15 **Żużel:** PGE Ekstraliga: Motor Lublin – Stal Gorzów
- 17.40 **Żużel:** PGE Ekstraliga: GKM Grudziądz – KS Toruń
- 20.30 **Speedway+** – mag.
- 21.10 **Liga+ Extra** – mag.
- 23.15 **Na pierwszym planie** (1)
- 0.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa
- 2.30 **Ligomistrzowe historie**

ELEVEN SPORTS 4 HD
- 13.00 **Made in Italy** (7-10)
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: BVB – Eintracht
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – Multiplex – Ligue 1
- 18.00 **Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach** – mag. piłkarski
- 18.40 **Bundesliga Special** (21)
- 19.35 **Podróż do świata Calcio** – magazyn piłkarski
- 20.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: FC Porto – CD Santa Clara
- 22.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Napoli – Lazio
- 0.00 **Goal Arena Bundesligi**

ELEVEN SPORTS 3 HD
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – Multiplex
- 16.00 **Bundesliga Special** (21)
- 17.00 **Serie A** – mag. piłkarski
- 18.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Juventus – Bologna
- 20.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: BVB – Eintracht
- 22.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – Multiplex
- 0.00 **Najszybsze gole Bundesligi** – mag. piłkarski
- 0.15 **Dramatyczne rzuty karne** – magazyn piłkarski
- 0.30 **Najlepsze gole Bayernu Monachium** – mag.
- 0.45 **Najlepsze gole VfL Wolfsburg** – mag. piłkarski

CANAL+ DOKUMENT HD
- 14.55 **Dzikie oblicze Japonii**
- 16.55 **Salwador – kraj plaż i wulkanów** – dok., Niem.
- 17.55 **Morze Południowo-chińskie. Kolejny punkt zapalny?** – film dokum., Fr.
- 19.00 **Mark Zuckerberg: od komputerowego geeka do technologicznego guru** – film dokum., Francja
- 20.00 **Motocyklem przez góry Wietnamu** – film dokum.
- 21.00 **Odległości** – film dokum.
- 22.30 **Książki, których nie spalił Hitler** – dok., Niem.
- 23.35 **Na pierwszym planie**
- 0.55 **Luis Enrique: Nie macie k**** pojęcia** (2) – dok.

eprasa.pl 641f6b47df
P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny, Kanada
8.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny, USA 2016
11.00 Pogromca mitów w akcji – serial dokumentalny, USA 2019
13.00 Podziemne sekrety – serial dokumentalny, USA 2017
15.00 Jak działa wszechświat?: Kiedy supernowa atakuje; Stworzeni przez czarne dziury; Tajny Świat Nebulas – serial dokumentalny, USA 2019

ID HD

6.00 Tylko martwi znają prawdę – serial dok.
8.00 Morderca jest wśród nas – serial dokumentalny, USA
10.00 W sieci kłamstw – serial dokumentalny
12.00 Ciało w piwnicy – serial dokumentalny
14.00 Śmierć w cieniu stadionu – serial kryminalny, USA 2022
16.00 Mroczne sekrety Ameryki – cykl dokumentalny, USA
18.00 Zbrodnia w sąsiedztwie 2 (12) – serial dokumentalny
20.00 Prawdziwy koszmar z ulicy Wiązów – serial dokum.

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

11.00 Plemienna szkoła przetrwania: Mekong (1) – dok.
12.00 Inżynieria po katastrofie (1-3)
15.00 Katastrofa w przestworzach (9)
16.00 Złapać przemytnika (4) – serial dok., USA
17.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic (1) – dok.
18.00 Tajemnice wojennych wraków (7) – dok., Wlk. Bryt.
19.00 Atak Hitlera na Amerykę – film dokum., USA 2012
20.00 Katastrofa w przestworzach (5) – serial dok.
21.00 Ekstremalne katastrofy (3) – dok.

FOKUS TV DVB T2

6.00 Wehikuł czasu (730) – program inform.
6.05 48h. Zaginieni (78) – serial krym., Polska
7.00 Była sobie Ziemia
8.55 Wehikuł czasu (730)
9.00 Starożytni kosmici (18) – serial dok., USA
10.00 Gwiazdy lombardu (23, 24) – reality show
12.00 W kręgu zła: Ludzie Hitlera (9) – serial dok.
13.00 Poszukiwacze historii (11, 12) – dok.
14.00 Łowcy nazistów (5, 6) – dok., Wlk. Bryt.
16.00 Dorwać tuńczyka (11, 12) – serial dok.
18.00 Rolnicy. Podlasie (46, 47) – serial dok.
20.00 Galileo 28 (6) – pr. popularnonaukowy

TVP HISTORIA DVB T2

8.30 Tajemnica Enigmy (4) – serial hist., Polska
9.30 Lena na Bałkanach (2) – cykl reportaży
10.05 Zwierzęta, które zmieniły historię – film dok., Niem. 2021
11.00 Wszystkie kolory świata – dok., Francja
12.00 Podziemne Włochy
12.55 Zapomniane agentki II wojny światowej (5) – hist.
14.00 Królowie (69) – hist.
14.35 Czterej pancerni i pies (12) – wojenny
15.40 Sensacje XX wieku
18.10 Tajemnica Enigmy (5) – serial hist., Polska
19.00 Ex Libris – magazyn
19.30 Flesz historii (772)
20.00 Oficerowie (8) – sens.

HISTORY HD

13.05 Starożytni kosmici 17 (2) – dok.
14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 7 (10) – serial dok., USA
14.50 Największe tajemnice świata 5 (12) – serial dok., USA
15.45 Gwiazdy lombardu 13 (24)
16.15 Gwiazdy lombardu 25 (14)
17.10 Tajne kryjówki dyktatorów (3) – dok.
18.10 Największe tajemnice świata 7 (1) – dok., USA
19.05 Starożytni kosmici 17 (16, 1)
21.00 Gwiazdy lombardu: skarby Ameryki 2 (11) – reality show

DOKUMENTALNY

18.00 Jak to jest zrobione?
Podglądanie procesu produkcji aluminiowych kajaków i furgonetek z wjazdem dla wózków inwalidzkich.
21.00 Jak to jest zrobione? 25 – serial dokum., Kanada 2017
23.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16 (7, 8) – serial dok., Wlk. Bryt.
1.00 Jak działa wszechświat? – dok.
4.00 Podziemne sekrety – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY

21.00 Szokująca prawda 14
Policja znajduje spalone zwłoki kobiety i natychmiast rozpoczyna śledztwo w sprawie brutalnego morderstwa. Funkcjonariusze zabezpieczają nieliczne ślady.
22.00 Zabójczy blond 2 – serial dokumentalny
23.00 Ciała w wodzie
0.00 Tajemnice jeziora Erie 2 – serial dok.
1.00 Szokująca prawda 14 – dok.
2.00 Prawdziwy koszmar z ulicy Wiązów – serial dok.

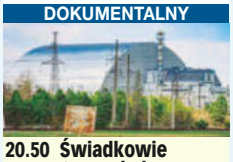
DOKUMENTALNY

22.00 Katastrofy pod lupą (3) – USA
Próba odpowiedzi na pytanie, czemu kontenerowiec o masie 100 tys. ton, MV Dali, stracił sterowność w porcie w Baltimore, a następnie uderzył w most.
23.00 Maszyny wagi ciężkiej (1) – dok.
0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (8, 3, 4) – serial dokum.
3.00 Car S.O.S. 7 (3, 4) – serial dok., Wlk. Bryt.
5.00 Katastrofa w przestworzach (9)

DOKUMENTALNY

21.00 Poszukiwacze historii (3-6)
3 września 1939 roku wieś Lubodzież została zbombardowana przez niemieckie lotnictwo. Olaf z Radkiem szukają pozostałości po tym tragicznym wydarzeniu.
23.00 Kulisy historii. Szwajcarska neutralność. Przepis na dobrobyt – film dokum., Fr. 2020
0.00 Starożytni kosmici (6) – serial dok., USA
1.00 Rolnicy. Podlasie (11-14) – serial dok.
5.00 Kołowrotek (4, 5)

DOKUMENTALNY



20.50 Świadkowie Czarnobyla
W nocy z 25 na 26 kwietnia 1986 roku doszło do awarii elektrowni atomowej w Czarnobylu. Do dzisiaj katastrofa ta uznawana jest za jedną z największych w dziejach.
21.55 Kapitan Myszkowski – film dokum., Polska 2023
23.05 Sensacje XX wieku
1.10 Encyklopedia II wojny światowej
1.40 Oficerowie (8) – sens.
2.25 Czterej pancerni i pies (12) – wojenny
3.25 Wojownicy czasu

REALITY SHOW

22.00 Premiera: Wojny magazynowe 17 (9)
Handlarze wracają do Montebello. Kenny podejmuje osobiste wyzwanie, a Dave inwestuje w magazyn z górnej półki. Tymczasem Ivy popełnia poważny błąd.
23.00 Gwiazdy lombardu 25 (2) – reality show
23.55 Jak to wyjaśnić? 5 (8) – serial dok., USA
0.50 Starożytni kosmici 17 (1) – dok.
1.50 Tajne kryjówki dyktatorów (3) – serial dokum., Polska

DISCOVERY HISTORIA HD

9.00 Kwatery Hitlera (7) – dok.
10.00 Sekrety i skarby III Rzeszy – dok.
11.00 Militaria na warsztat
12.00 Maraton przetrwania
14.00 Łowcy staroci: Renowacje (6, 7) – dok.
16.00 Walka o bagaż – dok.
18.00 Łowcy staroci (5, 6) – dok.
20.00 Zoom na architekturę
22.00 Akta ekspedycji – dok.
23.00 Kwatery Hitlera (10)
0.00 Miasta, w których straszy – serial dok., USA
2.00 Było, nie było (7) – dok.
3.00 Mikroprzygoda (3) – dok.
4.00 Pasja – sposób na życie
5.00 Łowcy staroci (1) – dok.

PLANETE+ HD

13.50 Patagonia. Życie na krańcu świata (4)
14.45 Średniowieczne serce Czech i Moraw (7, 8)
15.50 Niezwykłe podróże koleją 11 (3) – serial dok.
16.55 Świat z góry 7 (12, 13)
18.00 Dokąd dzisiaj? 4
18.40 Jeanne Duval. Zapomniana muza Baudelaire'a – film dok.
19.45 Zaginiona świątynia Artemidy – film dok., Fr.
20.50 Ramzes II. 66 lat panowania (3) – dok., Fr.
22.00 Skradzione dzieci NRD (2) – serial dok., Niem. 2022
23.10 Krótka historia miłości

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

10.00 Niezwykły dr Pol (1, 11)
12.00 Najgroźniejsze zwierzęta świata (2)
13.00 Zadziwiająca Australia
14.00 Osobliwości świata zwierząt – film przyrod.
15.00 Dzika konfrontacja (12)
16.00 Dzika Afryka Południowa (2) – dok.
17.00 Bertie Gregory: bliskie spotkanie z gepardami
18.00 Parki narodowe Ameryki (4) – serial dok.
19.00 Śmierć przychodzi...
20.00 Królestwo drapieżników (3) – dok.
21.00 Niezwykły dr Pol
2.00 Zadziwiająca Australia

POLSAT VIASAT NATURE HD

10.35 Dzika Kuba: Wyprawa na Karaiby (1) – film dok.
11.40 Pantery śnieżne z Danem O'Neillem (1)
12.45 W okowach mrozu 4 (18)
13.40 Zabójcza pogoda 2 (5)
14.45 Rzeczne potwory 7 (3)
15.50 W okowach mrozu 4 (18)
16.50 Wielka Afryka (4) – dok.
17.55 Najgroźniejsze rekiny
19.00 Rzeczne potwory 7 (3)
20.00 W okowach mrozu 4 (19)
21.00 Dzika Kuba: Wyprawa na Karaiby (1) – film dok.
22.05 Pantery śnieżne z Danem O'Neillem (2)
23.15 W okowach mrozu 4 (19)
0.15 Zabójcza pogoda 2 (5)

BBC EARTH HD

11.20 Skarby przeszłości i ich tajemnice 7 (6) – dok.
12.20 Malownicze trasy kolejowe 4 (9) – serial dok.
13.20 Wielkie koty 24/7 (6)
14.30 W okowach mrozu 4
16.30 Największe zagadki nauki (3) – dok., Wlk. Bryt.
17.40 Wielkie koty 24/7 (6)
18.45 Malownicze trasy kolejowe 5 (4) – serial dok.
19.45 Morze Śródziemne: przyroda w potrzasku
20.55 W okowach mrozu 5
22.55 Cała prawda o fast foodach – dok., Wlk. Bryt.
0.05 Sekrety długowieczności (2)

ANIMAL PLANET HD

13.00 Irwinowie – następne pokolenie 2 – serial dok.
14.00 Resocjalizacja z pitbullem 7 – serial dok.
15.00 Kot z piekła rodem
17.00 Na krańcu Alaski – dok.
18.00 Weterynarz z Gór Skalistych 7 – serial dok.
19.00 Cztery kąty, cztery łapy
20.00 Cuda z drewna – dok.
21.00 Klan z Alaski – serial dok.
22.00 Baseny z rozmachem
23.00 Resocjalizacja z Pit Bullem 4 – serial dok., USA
0.00 Kot na drzewie – dok.
1.00 Irwinowie – następne pokolenie – serial dok.
2.00 Baseny z rozmachem

TVP DOKUMENT HD

14.45 Świat tętniący życiem (1/2) – film dokum., Fr. 2023
15.50 Cudowne dzieci – operacja nadzieja
17.00 Pociągiem dookoła świata (4) – dok., Wlk. Bryt.
17.55 Sanatorium miłości 6
18.55 Pan Olbrychski – dok.
20.00 Sadeck – gwiazda choreografii, choreograf gwiazd – film dokum., Fr.
21.05 Wodospady Niagary
22.10 Zagadki zbrodni policji miejskiej (4) – serial dok.
23.25 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn
23.35 Katastrofa Air India. Jak do tego doszło? – dok.

POLSAT DOKU HD

8.25 48h. Zaginieni (154, 155)
10.25 Polacy za granicą (49, 50)
12.25 Wojny kontenerowe
13.20 Kolaboranci Hitlera (5)
14.25 Zaginione złoto II wojny światowej (1) – serial dok.
15.20 Top Guns – SuperBroń
16.20 Kultowe pociągi – najwspanialsze podróże koleją – film dok.
17.30 Nowoczesne maszyny wojenne (1, 2) – serial dok.
19.45 Największe mity historii
22.00 Polowanie na nazistów (1/2, 2-ost.) – film dok., Fr.
23.55 Kroniki Hitlera (6) – dok.
1.05 Tajemnice II wojny światowej (17) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

13.15 Gruchoty z kanadyjskiej głuszy (6) – serial dokum.
14.10 Australijscy poszukiwacze złota 7
16.05 Ekstremalna pomoc drogowa 2 (4) – serial dok.
17.00 Zabójczy połów (6) – dok.
18.00 Złoto Jukonu (6) – dok.
18.55 Australijscy poszukiwacze złota 8
21.00 Największe budowle 3
22.00 Wielka wędkarska przygoda 3 (4) – serial dok.
23.00 Internetowy seksbiznes 2 (1) – dok.
0.00 Złoto z mroźnej krainy
0.55 Australijscy poszukiwacze złota 9

POLSAT VIASAT HISTORY HD

10.00 Największe postaci zimnej wojny (1) – dok.
11.05 Przywódcy III Rzeszy (2)
12.15 Starożytna apokalipsa
16.40 II wojna światowa: cena imperium (4) – serial dok.
17.50 Największe postaci zimnej wojny (2) – dok.
18.55 Kryminologia starożytności (3) – dok.
19.55 Ramzes: władca Egiptu (4) – dok., Fr./Wlk. Bryt. 2024
21.00 Najgroźniejsi ludzie Hitlera (4) – serial dokum.
21.55 Złote miasta: mity i rzeczywistość – dok., Fr.
23.05 Przywódcy III Rzeszy (3)
0.15 Starożytna apokalipsa

CI POLSAT HD

14.10 Dla mnie już nie żyjesz
15.05 Zabójcze wakacje (6)
16.00 Pogrzebani za domem 6
17.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 2 (3) – dok.
18.00 Nastoletnie polskie zabójczynie (5, 6) – dok.
19.00 Dowody zbrodni 4 (16)
20.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (14) – dok.
21.00 Zbrodnia: oszukać prawdę (9) – serial dokum.
22.00 Mroczne sekrety: kastracja w sieci (2)
23.00 Najbardziej szokujące pościgi 2 (19, 10) – dok.
23.55 Kobiety, które niosły śmierć 13 (1) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

6.00 Nowe życie w Meksyku
8.05 Kobieta na krańcu świata (8, 2-4) – dok., Pol.
10.10 Niezwykłe Stany Prokopa (6-9) – pr. rozr.
12.15 Survival we dwoje (2, 3)
14.20 Człowiek kontra jedzenie (7) – mag. kulin.
14.55 Kobieta na krańcu świata (3-5, 1) – dok., Pol.
17.15 Baseny z rozmachem (2, 3) – reality show
19.15 Ciężarówką przez Stany
21.35 Podróż w głąb strachu
23.40 Kobieta na krańcu świata (3-5) – serial dok.
1.25 Survival we dwoje (2, 3)
3.25 Baseny z rozmachem

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 641f6b47df

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

13.50 Daję słowo – Maciej Orłoś 2
14.40 Turystyczna jazda
15.10 Tamte lata, tamte dni – magazyn kult.
15.40 Słownik polsko@polski (686)
16.10 Na festiwalowej scenie – widowisko
16.30 Barwy szczęścia (3351) – serial obycz.
17.00 Teleexpress
17.20 Gra słów. Krzyżówka (1073)
17.50 Teleexpress Extra
18.15 Tańcząca ze światem – Grecja
18.45 Panorama
19.20 Polacy światu
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – publ.

TVP ROZRYWKA

7.10 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin.
8.20 Familiada – telet.
8.55 Va banque (955)
9.25 Koło fortuny (1990)
10.05 Makłowicz w podróży – mag.
10.45 Postaw na milion
12.35 Familiada – telet.
13.15 Daleko od szosy (4)
14.40 Pan Mama (42)
15.15 Program rozrywkowy
15.30 Tak to leciało! (72)
16.30 Do śmiechu! (80)
17.25 Va banque (956)
18.00 Koło fortuny (1991)
18.35 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin.
19.40 Makłowicz w podróży – mag.
20.15 Postaw na milion

POLSAT CAFÉ

6.00 Przyjaciółki (99, 100) – serial obycz., Polska
8.00 halo tu polsat cafe (9) – mag. poradnikowy
11.00 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (1) – reality show
12.30 Bogaty dom – biedny dom (113, 114)
14.30 10 lat młodsza w 10 dni (5, 6) – pr. rozrywk.
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (64) – reality show
18.00 Nasz nowy dom (256, 257) – reality show, Polska
20.00 Kolacja w ciemno (43) – pr. rozrywk.
21.05 Więzienie kobiet (96, 97) – serial dokum.

TV 4 DVB-T2

6.00 Strażnik Teksasu (15, 16) – serial sens.
7.55 Bogaty dom – biedny dom (101)
8.55 Policjantki i Policjanci (538, 539) – serial obycz., Polska
10.55 Na ratunek 112 (1136, 1137) – paradok.
11.55 Dlaczego ja? (1565, 1566) – paradok.
13.55 Trudne sprawy (800-802) – paradok.
16.55 Policjantki i Policjanci (1413) – serial obycz., Polska
18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (531) – reality show
19.00 Policjantki i Policjanci (1414) – serial obycz., Polska

TTV HD DVB-T2

8.30 Kartoteka 4 (3, 4)
10.35 Detektywi (55, 56)
12.35 Zakup w ciemno 4 (14) – reality show
13.35 Zakup w ciemno 6 (11) – reality show
14.35 Nic do zgłoszenia 4 (6) – serial dokum., Pol.
15.35 Złomowisko PL 6 (4)
16.45 Express – pr. inform.
16.58 Pogoda, sport
17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 21 (14)
18.05 Nauka jazdy 6 (5)
18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (5)
19.45 Express – pr. inform.
20.05 Zakup w ciemno 6 (12) – reality show
21.05 Zakup w ciemno extra (4)
21.45 Express – pr. inform.

TVN STYLE HD

5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (4) – reality show
5.50 Damy i wieśniaczki. Ukraina 7 (13) – serial fab.-dokum.
6.45 Ach, ten ślub! (2) – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.20 Ugotowani (9, 10) – program kulinarno-rozrywkowy
13.30 Kuchenne rewolucje (6, 5) – program rozrywkowy
15.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (10, 11) – reality show
17.05 W czym do ślubu? (10) – program rozrywkowy

20

OBYCZAJOWY

20.25 Ranczo 3 (30) – Polska 2008

Po zdaniu egzaminów Szymek odwiedza rodzinę. Matka chciałaby mu towarzyszyć podczas rozdania dyplomów, ale wstydzi się swojego wyglądu. Lucy i Hadziukowa spieszą jej z pomocą.

21.20 Polonia 24 Tygodnik
22.25 Profilerka Jastrę (13)
23.15 Panorama
23.45 Doktórka
0.40 Rodzinka.pl (273)
1.10 Kresy (nie)znane (4)
1.30 Program informacyjny 19.30
1.55 Pytanie dnia – publ.

ROZRYWKOWY

22.15 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (47)

Wybór najlepszych skeczy warszawskiej grupy. Kultowe scenki ukazują codzienne sytuacje w krzywym zwierciadle i przypominają, za co widzowie kochają kabaret.

22.55 Kabaret Letnią Porą (17) – pr. rozrywk.
23.55 Do śmiechu! (2) – program rozrywkowy
0.45 Niepewne sytuacje 3 (8) – rozr.
1.15 Koło fortuny (1991, 2057) – telet.

DOKUMENTALNY

22.00 Ambulans (5) – Polska 2025

Praca ratownika medycznego to codzienna walka ze stresem i ekstremalnymi sytuacjami. Serial ukazuje również koordynację zgłoszeń przez dyspozytorów.

23.00 Gry małżeńskie (198, 199) – reality show, Polska
1.00 Kolacja w ciemno (18, 19) – program rozrywkowy
3.05 Więzienie kobiet (57, 58) – serial dok.
4.00 Zdrady (197, 1) – serial paradok., Pol.

KRYMINALNY

20.00 Uroczysko (227, 228) – Polska 2026

Włodzimierz zostaje zastrzelony we własnej restauracji. Do akcji wkraczają śledczy i pewien barman. Jest nim aspirant sztabowy Wiśniewski. Filip sprawdza strzelnicę.

21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (140)
22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1023)
23.00 Zabójcza portierka FILM – thriller, USA 2020, 125 min
1.05 Love Island. Wyspa miłości (43)

REALITY SHOW

22.00 Życie na kredycie 8 (15, 16) – Polska 2026

Życie rodziny Karoliny i Krzyśka wywraca do góry nogami nieoczekiwana diagnoza lekarska. Jarek chce się przeprowadzić. Doprowadza to do kłótni z Yulliią.

23.05 Żony Podlasia 3 (9)
0.05 99 – Gra o wszystko. VIP 6 (2) – pr. rozrywk.
1.05 Super Rolnicy (4)
2.05 Dobra robota 3 (24)
2.40 Osadzone. Blok F (23, 24) – paradok., Pol.
3.45 Damy i wieśniaczki. Ukraina 8 (10) – serial fab.-dokum.

ROZRYWKOWY

17.40 Kuchenne rewolucje (13, 3, 4)

Ukraińcy Arek i Igor prowadzą restaurację w Katowicach. Mimo ich wysiłków lokal świeci pustkami. Magda Gessler próbuje zainspirować duet szefów do zmian.

20.50 Projekt City (3, 4)
21.50 Jestem z Polski 16 (30) – serial dokum.
22.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9
0.35 Seks – wypadki (15) – serial fab.-dok., USA
1.35 Dorota was urządzi! (10) – pr. rozrywk.

TVP HD HD

10.45 Gra słów. Krzyżówka
11.20 Na sygnale (696, 697)
12.25 Ojciec Mateusz 8 (99)
13.20 Komisarz Alex 5 (63)
14.15 Ranczo 10 (125, 126)
16.10 Tańcząca ze światem – Grecja (1) – magazyn
16.40 Wyższa Szkoła Jazdy (8)
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 26 (342)
19.20 Ranczo 10 (120) – obycz.
20.10 Rodzinka.pl (208, 209)
21.25 Komisarz Alex 25 (316)
22.20 Polowanie – thriller, FILM Polska 2023, 130 min
0.30 Replikant – thriller s.f., FILM USA 2001, 110 min

TVS HD

16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel – krym., Austria
17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział – obycz., Niemcy/Austria
18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz.
19.50 Rosamunde Pilcher FILM **– Niebezpieczny przybój** – melodramat, Niemcy 2011, 120 min
21.50 Rosamunde Pilcher: FILM **Tajemnica białej gołębicy** – melodramat, Niemcy/Austria 2012, reż. Dieter Kehler, 105 min
23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

ZOOM

8.05 Strażnik Teksasu 9 (23, 24) – serial sensacyjny
10.00 MacGyver 3 (20) – sens.
11.00 MacGyver 4 (1) – sens.
12.05 Niszczycielskie żywioły
13.15 Wojny magazynowe: Kanada 2 (31, 32)
14.25 Pod pokładem 11 (4)
15.30 Sensacje XX wieku
17.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
20.00 Kobra – oddział specjalny 24 (17, 18)
22.00 Dynamo – najlepsze momenty – film dokum.
23.00 Magia nagości. Szwecja
23.55 Magia nagości 6 (4) – rozr.
1.05 Magia nagości (1) – rozr.

TLC HD

13.00 Przyjaźń wielkiej wagi 3
15.00 Wiza na miłość: dalsze losy, pościelove rozmowy 9 – reality show
16.00 Historie wielkiej wagi
18.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 4
19.00 Megasknery 3 – dok., USA
20.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show
21.00 Wielkie lato małych ludzi (4) – reality show
22.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 7 (4)
23.00 Skórze na ratunek 7
0.00 Dr Pryszczylla – dok., USA
1.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show

C+ KUCHNIA HD

13.55 Podróż przez smaki Chin 2 (4) – serial dokum.
14.55 U sąsiadów w kuchni 14 (5, 6) – serial dokumentalny
15.55 Jakubiak rozgryza... (12)
16.10 Kulinarne szlaki: Południowa Afryka 2 (6)
16.35 Jamie Oliver: 5 składników (13, 14)
17.35 Jamie Oliver nad Morzem Śródziemnym
18.30 Maximum Foodie 5 (7)
18.55 M jak mięso 3 (6, 7) – dok.
19.50 Nie bój ryby! 2 (7) – mag.
20.15 M jak mięso 8 (2, 3) – dok.
21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 6
23.55 Nie bój ryby! 2 (6, 7)

TVN TURBO HD

10.15 Ciężarówką przez Indie
11.15 101 napraw (2, 3) – mag.
12.15 Jeździć, obserwować (7)
13.00 Mobilni mechanicy (3, 4)
14.30 Zawodowi handlarze
16.00 Wojny samochodowe
18.00 Raport Turbo – mag. inf.
18.15 Wojny samochodowe
20.15 Moto kombat (8) – mag.
21.00 Ciężarówką przez Chile (9) – program rozrywkowy
22.00 Raport Turbo – mag. inf.
22.15 Jeździć, obserwować (12, 13) – serial dokum., Pol.
23.45 Zawodowi handlarze
0.30 Usterka 16 (20) – fab.-dok.
1.00 101 gadżetów motoryzacyjnych (8)

NOWA TV DVB-T

9.30 Całkiem nowe lata miodowe (16) – kom., Pol.
10.00 Miodowe lata (33) – kom.
10.30 Więzienie (163-165) – dok.
12.00 Poirot (4, 5) – serial krym.
14.00 Świat według Kiepskich (385, 386) – kom., Pol. 2012
15.00 Świat według Bundych (220-225) – serial kom., USA
18.00 Całkiem nowe lata miodowe (13) – kom., Pol.
18.30 Miodowe lata (93-96)
21.00 Zdrady (24) – paradok., Pol.
22.00 Ślad (58, 59, 97) – krym.
1.00 Łowca pedofilów
3.00 TV okazje (24, 25)
3.50 Wehikuł czasu (730, 729)
4.00 Sala operacyjna 4 (5, 7)

METRO

8.30 Szpital (818, 819)
10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (387, 388)
12.30 SOS Ekipy w akcji (46)
13.30 Brzydula (63, 64) – kom.
14.35 Kiedy ktoś kocha bardziej (31) – obycz.
15.45 The Floor (17, 18) – telet.
17.00 Fani czterech kółek 18
18.00 Magda M. (7) – obycz., Pol.
19.00 Kartoteka 4 (11, 12) – serial fab.-dok., Pol. 2013
21.05 Kryminalni (3, 4) – krym.
23.15 Kuba Wojewódzki (10)
0.25 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 3 (2) – dok.
1.25 Szpital (811) – paradok.
2.25 Szkoła (552, 553)

ANTENA HD DVB-T2

13.05 Ciężarówką przez śniegi 3 (4) – serial dokum.
14.00 Klątwa Wyspy Dębów 2
15.00 Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw
15.55 Australijscy poszukiwacze złota 5
18.00 77 TV 2 (18) – pr. rozrywk.
19.00 77 TV 3 (1) – pr. rozrywk.
20.00 Alex Hugo – górski detektyw (24) – krym., Fr.
22.10 Detektyw Candice: Niezawodny instynkt 2 (4) – serial kryminalny, Fr.
23.15 Balthazar: Śledczy fenomen (6) – serial krym.
0.35 Ostatni papież? – dok.
2.25 Celnicy 3 (4, 5) – dok.

WP DVB-T

13.00 Makłowicz w podróży
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (15, 16)
16.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2 (1)
16.50 Pogoda
17.00 Miłość warta miliony P! FILM – komedia romantyczna, USA/Kanada 2024, 120 min
19.00 Strażacy z sąsiedztwa 2 (8) – serial dok., Polska 2026
20.00 Policjanci z sąsiedztwa 7 (6, 7)
21.55 Pogoda
22.00 Mistrzowie Kabaretu 9
23.00 Mistrzowie Kabaretu 17 (5) – program rozrywkowy
0.00 Mistrzowie Kabaretu 3

C+ DOMO HD

13.05 Po pierwsze lokalizacja! – Nowa Zelandia (8)
14.05 Wakacyjne domy na wynajem (7) – dok.
15.00 Pomocy! Kupiliśmy wioskę (14) – serial dok.
15.55 Daleko od miasta 15
16.50 Gardeners' World 14 (23)
18.00 Ucieczka na wieś 22 (28)
19.00 Wielkie projekty: Wielka Brytania 22 (6) – dok.
20.00 Daleko od miasta 14 (3, 4) – serial dok., Pol. 2025
21.00 Wakacyjne domy na wynajem (8) – dok.
22.00 Cztery pory roku w ogrodach Kew 2 (2)
22.55 Gardeners' World 14 (22)

HGTV HD

11.00 Usterka 11 (9, 10) – serial fab.-dokum., Polska 2019
12.25 Moje miasto, mój dom 7
14.30 Mieszkanie na miarę (4)
15.30 Mieszkanie na miarę 4
16.30 Polowanie na ogród 9
18.15 Weekendowa metamorfoza 6 (4, 5)
20.05 Dorota was urządzi!
21.35 Będzie pięknie (3) – rozr.
22.35 House Hunters – Poszukiwacze domów 7 (6) – pr. rozrywk.
23.05 House Hunters – Poszukiwacze domów 8 (1-3) – pr. rozr.
0.45 Kupujemy dom na plaży 22 (8, 9) – dok.

eprasa.pl 641f6b47df

P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (319) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (957, 958) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 **Sekrety rodziny** (32-34) – paradok., Pol.
11.30 **Trudne sprawy** (965) – serial paradokum.
12.30 **Dlaczego ja?** (1380, 1381) – paradok.
14.30 **Świat według Kiepskich** (21-25) – serial kom., Polska
17.00 **48h. Zaginieni** (187, 188) – krym., Pol.
19.00 **Gliniarze** (1011) – serial paradokum.
20.00 **Ślad** (3) – krym., Pol.
21.00 **Gliniarze** (806) – serial paradokum.

KRYMINALNY

22.00 **Komisarz Mama** (8) – Polska 2021

Zostaje zamordowana pracownica stoczni. Trop prowadzi zespół Marii do Ukraińca nielegalnie przebywającego w Polsce. Okazuje się jednak, że ma on solidne alibi.

23.00 **Świat według Kiepskich** (385, 386) – serial kom., Pol. 2012
0.00 **Ślad** (106) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (24)
2.05 **Wydarzenia**
2.50 **Ewa gotuje** (497, 498)
3.50 **Interwencja** – mag.
4.00 **SuperLudzie** (2)
5.00 **Interwencja** – mag.

SUPER POLSAT DVB-T2

6.05 **Wydarzenia**
6.45 **SuperLudzie Extra** (42) – magazyn
6.55 **Na ratunek 112** (741, 742) – paradok.
7.55 **Doktor Martin** (7, 8) – serial obyczajowy
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **SuperMocni** (9, 10)
11.30 **Świat według Kiepskich** (408-411) – serial kom., Polska
13.30 **Bitwa o palety** (19)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (1) – reality show
16.00 **Ninja Warrior Polska** (23)
17.55 **Świat według Kiepskich** (494, 495, 588, 529)
20.00 **Złomiarze** (20) – dok.

SENSACYJNY

21.00 **Bullet Train** FILM – Japonia/USA 2022, 160 min

Płatny morderca wsiada do pociągu, gdzie ma przejąć walizkę pełną gotówki. Jego misja jest powiązana z zadaniami, które musi wypełnić czwórka innych pasażerów.

23.40 **Błękitna głębia** FILM – film sensacyjny, USA 2005, 135 min
1.55 **Świat według Kiepskich** (470-473) – serial kom., Pol. 2015
3.55 **Nasz nowy dom** (281, 282) – reality show, Polska 2023

TV 6 DVB-T

6.00 **Więzienie** (190, 191) – serial dokumentalny, Polska 2025
6.55 **Policjantki i Policjanci** (737, 738) – serial obyczajowy, Polska 2020
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (56, 57) – serial sensacyjny, Niemcy 1998
10.55 **48h. Zaginieni** (190-192) – serial kryminalny, Polska 2023
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1214) – serial obyczajowy, Polska 2024
14.55 **Uroczysko** (73, 74) – serial kryminalny, Polska 2024

SENSACYJNY

15.55 **Kobra – oddział specjalny** (58, 59)

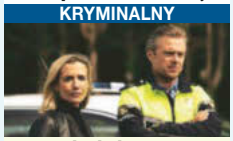
Kurier mafii zostaje napadnięty na autostradzie. Przewoził walizkę z pieniędzmi. W jego samochodzie doszło do uszkodzenia wspomagania kierownicy i hamulców.

18.00 **Strażnik Teksasu** (17, 18) – serial sens.
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (71, 72) – serial krym.
21.55 **Czarna lista 2** (36)
23.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (727, 728) – krym., Pol.

BBC FIRST HD

6.00 **Zagadki doktora Blake'a 5** (4) – krym.
6.55 **Ulica nadziei 2** (1, 2) – krym., Wlk. Bryt. 2022
8.35 **Lewis 7** (1) – krym.
9.40 **Ojciec Brown 2** (5) – serial kryminalny
10.40 **Śmierć pod palmami 4** (1) – krym.
11.45 **Zagadki doktora Blake'a 5** (4) – krym.
12.55 **Ulica nadziei 2** (3, 4) – krym., Wlk. Bryt. 2022
14.55 **Ojciec Brown 9** (3)
16.00 **Lewis 7** (1) – krym.
17.00 **My Life is Murder 4** (7) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 25** (1) – krym., Wlk. Bryt. 2025
19.55 **Śmierć pod palmami 4** (2) – krym.

KRYMINALNY



21.00 **Blackshore** (5, 6) – Irlandia 2024

Mieszkańcy Blackwater biorą udział w niedawno rozpoczętym Festiwalu Whisky. Tymczasem Fia postanawia wreszcie dotrzeć do prawdy. Może liczyć tylko na siebie.

23.10 **Zaproszona** (1) – krym., Wlk. Bryt. 2025
0.20 **Sherlock 2** (2) – krym.
2.10 **Morderstwa w Midsomer 25** (1) – krym., Wlk. Bryt. 2025
4.00 **My Life is Murder 4** (7) – serial kryminalny
4.45 **Moja rodzinka 3** (13)
5.15 **Ojciec Brown 9** (3)

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB-T2

9.30 **Domisie** – dla dzieci
10.00 **Przyjaciele**
10.20 **Olimpiada Bolka i Lolka** (13) – anim.
10.30 **Bolek i Lolek w Europie** (1) – anim.
10.45 **Rodzina Treflików 6** (71, 72) – serial anim.
11.10 **Odo** (100-102) – anim.
11.35 **Stacyjkowo** (47, 48)
11.55 **Pszczółka Maja** (34)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
13.00 **Ugotuj nam bajkę**
13.20 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
13.45 **Świnka Peppa 8**
14.10 **Pająk Lucas 2** (67, 68)
14.30 **Oli i Luna** (67, 68)
14.55 **Oktonauci 2** (67, 68)
15.20 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (34) – mag.
15.40 **Bella i Sebastian**

ANIMOWANY

16.10 **Pat i świat 2** (100, 101) – Francja/Włochy/Belgia 2020

Lola koresponduje z chłopcem, który mieszka w Japonii. Przygotowuje dla niego paczkę. Tymczasem gołębie zastawiają pułapkę na Pata i zamykają go w klatce.

16.35 **Dino Ranczo** (65, 66)
17.05 **Pszczółka Maja**
17.30 **Robin Hood** (15, 16)
18.00 **Mała Marinette**
18.30 **Idefiks i Nieugięci**
19.00 **Ptyś i Bill**
19.10 **Czarodziejskie miasteczko Pinokia**
19.20 **Piotruś Królik 2**

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

6.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
7.30 **Jeden na jeden**
8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.55 **Biznes** – pr. publicyst.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.55 **Biznes** – pr. publicyst.
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.55 **Biznes** – pr. publicyst.
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
13.55 **Biznes** – pr. publicyst.
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.55 **Biznes** – pr. publicyst.
15.00 **15 na żywo** – inf.
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Tak jest** – pr. publ.
19.15 **Serwis informacyjny**

INFORMACYJNY

19.30 **Fakty po Faktach**

Rozmowy dziennikarzy prowadzących główny serwis informacyjny stacji z gośćmi, którzy komentują wydarzenia z kraju i ze świata.

20.10 **Fakty o świecie**
21.00 **Polska i świat** – inf.
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.25 **Biznes** – pr. publicyst.
0.45 **Fakty po Faktach**
1.30 **Tak jest** – pr. publ.
2.35 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
3.00 **Akademia ogrodnika** – mag.
3.05 **Fakty po Faktach**

POLSAT PLAY HD

6.00 **Budowlańcy** (23) – dok.
6.30 **Kołowrotek** (217) – mag.
7.00 **Dorwać tuńczyka** (11, 12)
9.05 **Wojny magazynowe**
10.00 **Wojny kontenerowe** (13, 14) – serial dok., USA
11.00 **Hardkorowy lombard**
14.00 **Polacy za granicą** (69, 70)
16.00 **Złomiarze** (17, 18) – dok.
18.05 **Poszukiwacze historii** (207-210) – serial dokum.
20.05 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (120-123)
22.00 **Górale** (240) – serial dok.
22.30 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (227, 184, 183, 186, 185, 187-192)
4.00 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

13.15 **Apetyt na miłość** (8)
14.15 **Akcja: Restauracja!** (3)
15.15 **Ogniem i patelnią 2** (2)
16.20 **Kuchenne rewolucje** (10)
17.20 **Sexy kuchnia Magdy Gessler** (1) – mag. kulin.
17.55 **Sąsiedzi kontra sąsiedzi**
18.55 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** (4)
19.50 **Perfekcyjni gospodarze 9** (17) – dok.
20.55 **Miasto smaków Guya Fieriego** (6) – reality show
22.00 **Pyszne miejscówki** (8)
23.00 **Akcja: Restauracja!** (3)
0.00 **Człowiek kontra jedzenie** (7-9) – mag. kulin.
1.30 **Pyszne miejscówki**

POLSAT RODZINA HD

11.00 **David Attenborough i cuda natury 2** (4, 3)
12.00 **Bogaty dom – biedny dom** (136) – reality show
12.55 **Rodzina zastępcza** (251, 252) – kom., Pol. 2006
14.55 **Wielkie wycieczkowce**
15.55 **Świat z góry** (6, 7) – dok.
17.10 **Pingwiny z Madagaskaru** (2-5)
19.05 **Rodzina zastępcza** (322)
20.05 **Całkiem nowe lata miodowe** (10, 11) – kom.
21.10 **Miodowe lata** (113)
22.05 **Nasz nowy dom**
0.00 **Sekrety II wojny światowej** (4, 5) – dok., Fr.
2.30 **Ewa gotuje** (444) – mag.

BBC LIFESTYLE HD

10.30 **Koreańska uczta Eda i Ryu** (1) – dok., Wlk. Bryt.
11.30 **Wymarzone domy 2**
13.30 **Mistrzowie ceramiki 6**
14.30 **Wielkie nowozelandzkie wypieki 4** (8) – pr. rozrywk.
15.40 **Zapraszam do stołu 21**
17.50 **Wymarzone domy 2** (19)
18.50 **Mistrzowie szycia 5** (4)
19.50 **Wielkie nowozelandzkie wypieki 4** (9) – pr. rozrywk.
21.00 **10 lat mniej w 10 dni 2**
22.00 **Ratunek dla skóry 5** (2)
23.00 **Wstydliwe choroby: online 3** (4) – serial dokum.
23.55 **Kulinarne podróże Billy'ego i Doma** (6, 7)
2.00 **Mistrzowie ceramiki 6**

NICK JR. HD

17.05 **Rubble i jego ekipa 4** (9)
17.35 **Pan Krokodyl** (9) – anim.
17.55 **Barbapapa – szczęśliwa rodzinka** (13) – serial anim.
18.15 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (23) – anim., Fr.
18.40 **Dora 4** (7) – serial anim.
19.00 **Santiago z mórz** (20)
19.30 **Przygody Misia Paddingtona 2** (24)
19.55 **Przygody Misia Paddingtona** (15) – anim.
20.07 **Świnka Peppa 5** (1-4)
20.31 **Świnka Peppa** (18)
20.36 **Świnka Peppa 5** (23, 24)
20.45 **Świnka Peppa 6** (1)
20.55 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (3-5) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.10 **Więcej „Wydarzeń"** – inf.
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Punkt widzenia Szubartowicza** – pr. publ.
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – publ.
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.

TVP KOBIETA DVB-T2

14.00 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (26) – teleturniej
14.35 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka**
15.00 **Operacja zdrowie** (61)
15.30 **Ojciec Mateusz 4** (51, 52) – serial kryminalny, Polska
17.25 **Kto rządzi światem?** (4)
18.30 **Żona dla Polaka. Toronto** (8) – reality show
19.30 **Miłość i nadzieja** (320)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (301) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (285) – obycz.
22.30 **Zołza** – komedia, Polska FILM 2022, 105 min
0.15 **Niebezpieczne drogi** (9)

E! ENTERTAINMENT HD

8.50 **Very Cavallari** (3, 4)
10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów 15**
14.20 **Very Cavallari** (5, 6)
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów 16** (5, 6)
20.30 **Very Cavallari** (7, 8)
22.30 **Plastyczna fuszerka**
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów 15**
3.00 **Plastyczna fuszerka**
5.00 **Very Cavallari** (3)

TV TRWAM DVB-T

17.55 **Poczet wielkich Polaków** – program hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone** – pr. publ.
19.25 **Rodzinny Ogród Zoologiczny „Królestwo Stworzenia"** (9) – eduk.
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc historia** – cykl fel.
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia** – program publicystyczny
22.00 **Głos serca** (141) – obycz.
22.45 **Póki nadzieja** – film dok.

BBC BRIT HD

11.25 **Brytyjskie fabryki 4** (3)
12.30 **Top Gear 10** (6) – mag.
13.35 **W warsztacie** (6) – dok.
14.35 **Cuda inżynierii 3** (3)
15.40 **Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 5** (9) – telet.
16.40 **Brytyjskie fabryki 4** (3)
17.50 **Top Gear 10** (7) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii 3** (3)
20.00 **Brytyjskie fabryki 4** (4)
21.00 **Fenomeny współczesnego życia 3**
22.00 **Niewyjaśnione tajemnice: Loch Ness** (1/2) – film dok., Wlk. Bryt.
23.00 **Top Gear 10** (6) – mag.
0.05 **Top Gear 24** (1) – mag.

MINI MINI+ HD

10.00 **Baranek Shaun**
11.25 **Baczne oczka** (1-4)
11.55 **Marta mówi** (5, 6) – anim.
12.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
12.59 **Marta mówi** (7, 8) – anim.
13.55 **Moje urodziny** – dla dzieci
14.00 **Basia** (12, 13, 1-3) – anim.
15.10 **Kicia Kocia** (1-5) – anim.
15.55 **Blaze i megamaszyny 2**
17.20 **Staś i fajna Babcia** (9, 10)
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.57 **Staś i fajna Babcia** (11)
18.15 **Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia** (3, 4) – serial anim., Japonia
18.40 **Dora i przyjaciele 2** (7, 8)
19.35 **Kicia Kocia** (2-6) – anim.
20.25 **Mały Charlie** (1-5) – anim.

TVP 3 DVB-T2

13.00 **Agrobiznes**
13.20 **Agropogoda**
13.30 **Bez trybu. Justyna Dobrosz-Oracz**
14.20 **Poznaj region**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Całkiem niezła historia**
19.45 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.13 **Gość Regionów** – pr. publ.
20.30 **Telekurier** – mag., Polska
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.30 **Złoty chłopak** (206) – serial obycz., Turcja 2022

DVB-T DVB-T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 641f6b47df

Warto zobaczyć

13.45 KINO POLSKA **Ziemia obiecana**
OBYCZAJOWY Syn ziemianina otwiera z przyjaciółmi fabrykę włókienniczą w Łodzi. Walczą o jej utrzymanie z rekinami miejscowego przemysłu. *Reż.: Andrzej Wajda, A: Daniel Olbrychski, Wojciech Pszoniak*
Polska 1974 **215 min ► do godz. 17.20**

14.25 ALE KINO+ **Opadające liście**
KOMEDIODRAMAT Ansa pracuje w sklepie, a Holappa zarabia na budowie. Drogi tych dwojga krzyżują się przypadkiem na imprezie karaoke. *Reż.: Aki Kaurismäki, A: Martti Suosalo, Alma Pöysti, Alina Tomnikov*
Niemcy 2023 **105 min ► do godz. 16.10**

15.00 TVP KULTURA **Papusza**
BIOGRAFICZNY Lata 40. XX w. Jerzy Ficowski dołącza do romskiego taboru. Namawia cygańską poetkę, by opublikowała swoje wiersze. *Reż.: Krzysztof Krauze, Joanna Kos-Krauze, A: Jowita Budnik, Antoni Pawlicki*
Polska 2013 **140 min ► do godz. 17.20**

17.40 TVN FABUŁA **Bumblebee**
SCIENCE FICTION Fanka motoryzacji, Charlie, chce odnowić starego garbusa. Odkrywa, że jej żółty pojazd jest przybyszem z kosmosu. *Reż.: Travis Knight, A: Hailee Steinfeld, John Cena, Jorge Lendeborg Jr.*
Chiny/USA 2018 **140 min ► do godz. 20.00**

17.55 WARNER TV **Facet z ogłoszenia**
KOMEDIA ROMANTYCZNA Sarah po kolejnym rozwodzie nie chce umawiać się na randki. Ojciec i siostry szukają jej partnera przez internet. *Reż.: Gary David Goldberg, A: Diane Lane, John Cusack, Elizabeth Perkins*
USA 2005 **125 min ► do godz. 20.00**

17.55 POLSAT FILM **Spider-Man: Bez drogi do domu**
PRZYGODOWY Tożsamość herosa zostaje ujawniona, co sprowadza kłopoty na Petera. Chłopak prosi o pomoc Strange'a. *Reż.: Jon Watts, A: Tom Holland, Zendaya, Benedict Cumberbatch*
USA 2021 **185 min ► do godz. 21.00**

21.00 SUPER POLSAT **Obcy – ósmy pasażer „Nostromo"**
HORROR SF Astronauci znajdują obcą formę życia. W klaustrofobicznej przestrzeni statku walczą o przetrwanie. *Reż.: Ridley Scott, A: Sigourney Weaver, Tom Skerritt, Yaphet Kotto*
Wlk. Bryt./USA 1979 **150 min ► do godz. 23.30**

22.30 TVP KOBIETA **Księga miłości**
OBYCZAJOWY Cierpiący po stracie żony architekt pomaga bezdomnej nastolatce. Marzy ona o zbudowaniu tratwy i przepłynięciu oceanu. *Reż.: Bill Purple, A: Jason Sudeikis, Maisie Williams, Jessica Biel*
USA 2016 **120 min ► do godz. 0.30**

→ filmowe hity

Ucieczka pięknej Heleny z Parysem staje się pretekstem do wznowienia działań wojennych.

20.00 TVN Troja

HISTORYCZNY Zakazana miłość staje się początkiem wielkiej wojny. Adaptacja „Iliady" Homera.

HIT DNIA Król Sparty Menelaos i król Troi Priam wyprawiają ucztę z okazji zawarcia rozejmu. Priama reprezentuje na niej starszy syn Hektor, który nie zauważa, jak jego brat Parys uwodzi żonę Menelaosa, Helenę. Gdy zakochany młodzieniec porywa kobietę, pokój natychmiast zostaje zerwany, a wściekli na swoich niedawnych gości Grecy kolejny raz jednoczą swoje siły przeciwko Troi. Do wojny przystępuje także brat Menelaosa – Agamemnon. Miasta broni Hektor, który jest doskonałym strategiem i jednym z najbardziej walecznych Trojan. Grecka armia nie ma pomysłu na sforsowanie murów miasta. Kolejne ataki kończą się fiaskiem, a wojna wydaje się nie mieć końca. Jedynym wojownikiem, który może skutecznie pokierować atakiem na Troję, jest arogancki Achilles. **HD 205 min ► do godz. 23.25**

USA/Malta 2004 **Reż.:** Wolfgang Petersen **Wyst.:** Brad Pitt, Diane Kruger, Orlando Bloom, Brian Cox, Eric Bana

20.00 TVP KULTURA **Bounty**
PRZYGODOWY Rok 1787. Na statku dowodzonym przez bezwzględnego kapitana Williama Bligha wybucha bunt marynarzy. Przywódcą rebeliantów zostaje powszechnie lubiany pierwszy oficer, Fletcher Christian (Mel Gibson).
Reż.: Roger Donaldson Wyst.: Anthony Hopkins
USA 1984 **HD 135 min ► do godz. 22.15**

20.00 TV PULS **Śmiertelna eskorta**
THRILLER Detektyw Johansen (Dolph Lundgren) eskortuje z Meksyku do USA kobiety, które naraziły się kartelowi. Dołącza do niego oficer De La Cruz. Razem muszą odeprzeć atak uzbrojonej grupy bandytów.
Reż.: Dolph Lundgren Wyst.: Christina Villa
USA 2024 **HD 95 min ► do godz. 21.35**

20.00 HBO **Bez wyjścia**
KOMEDIODRAMAT Man-su (Lee Byung-Hun) traci pracę. By zwiększyć szanse na rozmowie kwalifikacyjnej, chce wyeliminować rywali. Gdy pozbywa się jednego z nich, już nic nie powstrzymuje go przed kolejną zbrodnią.
Reż.: Park Chan-wook Wyst.: Son Ye-jin
Korea Płd. 2025 **HD 135 min ► do godz. 22.15**

22.00 METRO **Niezapomniany**
THRILLER Tessa (Katherine Heigl) nie może pogodzić się z rozpadem małżeństwa. Na domiar złego były partner znalazł już nową miłość – Julię, z którą planuje ślub. Zazdrosna rozwódka zamierza zniszczyć życie rywalce.
Reż.: Denise Di Novi Wyst.: Rosario Dawson
USA 2017 **HD 125 min ► do godz. 0.05**

22.05 TV 4 **Déja vu**
THRILLER SF Nowy Orlean. Agent Carlin (Denzel Washington) ma odnaleźć sprawcę zamachu na promie. Dzięki tajnemu projektowi FBI może cofnąć się w czasie o kilka dni i dowiedzieć się, kto podłożył bombę.
Reż.: Tony Scott Wyst.: Paula Patton, Val Kilmer
USA 2006 **HD 155 min ► do godz. 0.40**

22.20 TVN 7 **Maverick**
WESTERN KOMEDIOWY Na parowcu kursującym po Missisipi organizowane są pokerowe mistrzostwa. Do turnieju zgłasza się oszust Bret. Zauroczony konkurentką (Jodie Foster) zbyt późno zdaje sobie sprawę z jej wyrachowania.
Reż.: Richard Donner Wyst.: Mel Gibson
USA 1994 **HD 155 min ► do godz. 0.55**

Oznaczenia: P! Premiera w TV HD Program także w standardzie HD

egzemplarz nr 541[5]/147/F

filmowe hity

Związek z Hardinem doprowadza wrażliwą Tessę na skraj załamania nerwowego.

20.00 TVN 7

After

MELODRAMAT Nieśmiała studentka znajduje nową miłość. Partner odkrywa przed dziewczyną nieznany jej świat.

HIT DNIA

Młoda Tessa przeprowadza się od rodziców do domu studenckiego. Pierwszy rok nauki budzi w niej entuzjazm, bo uporządkowana dziewczyna dobrze wie, jakie ma plany na przyszłość. Wszystko się zmienia, kiedy poznaje Hardina. Chłopak jest jej przeciwieństwem. Zbuntowany i skłonny do ryzyka nie wydaje się kimś, kto może wzbudzić w niej silniejsze uczucia. Mimo to szybko łączy ich namiętność. Mroczny Hardin wprowadza Tessę w świat uniesień, którego istnienia wcześniej nie podejrzewała. HD 140 min ▶ do godz. 22.20

USA 2019 **Reż.:** Jenny Gage **Wyst.:** Josephine Langford, Hero Fiennes Tiffin, Khadijha Red Thunder, Dylan Arnold

sport

17.55 C+ SPORT 3

Wisła Płock – Widzew Łódź

PIŁKA NOŻNA LIVE Nafciarze uczą się funkcjonować z Adamem Majewskim w roli trenera. Czy były selekcjoner reprezentacji Polski do lat 21 poprowadzi ich do pierwszego zwycięstwa ligowego nad Widzewem od 2015 roku? Wisłę czeka wyzwanie. HD 125 min ▶ do godz. 20.00

18.00 C+ SPORT 2

Turniej WTA w Waszyngtonie

TENIS LIVE Pora na boje o półfinał. Obecność Naomi Osaki w najlepszej ósemce turnieju nie powinna nikogo zaskoczyć. Podopieczna Tomasza Wiktorowskiego niedawno dotarła do ćwierćfinału Wimbledonu. HD 120 min ▶ do godz. 20.00

rozrywka

11.25 TVN

Babski biznes

LIFESTYLE Marta Klepka pomaga ocalić od upadku firmy uczestniczek programu. Tym razem odwiedza w Sieradzu Karolinę – właścicielkę Stylowych Dekoracji, która zarówno prowadzi biznes, jak i pracuje na etacie. Ekipa specjalistów pomoże jej zmienić strategię. HD 70 min ▶ do godz. 12.35

20.00 TV 4

Gwiazdy Kabaretu

SATYRA W odcinku pojawi się Grupa Rafała Kmity, która słynie z doskonałego warsztatu aktorskiego i błyskotliwego humoru. Formacja zaprezentuje m.in. skecze „Wykład o kabarecie", „Porwanie przez UFO" oraz piosenkę „Latino". HD 60 min ▶ do godz. 21.00

20.00 STOPKLATKA

Nie ma róży bez ognia

KOMEDIA OBYCZAJOWA Jan (Jacek Fedorowicz) i Wanda mieszkają w ciasnym pokoju. Malinowski proponuje im zamianę lokum. Radość pary nie trwa długo. Przybywają nieproszeni lokatorzy...

Reż.: Stanisław Bareja Wyst.: Halina Kowalska
Polska 1974 HD 120 min ▶ do godz. 22.00

20.00 FILMBOX+ HITS

Whiplash

OBYCZAJOWY Perkusista Andrew (Miles Teller) dołącza do szkolnej orkiestry, prowadzonej przez Fletchera. Znany z drastycznych metod nauczyciel oczekuje perfekcji. Doprowadza Andrew na skraj załamania.

Reż.: Damien Chazelle Wyst.: J.K. Simmons
USA 2014 120 min ▶ do godz. 22.00

20.25 C+ SPORT

Motor – Jagiellonia

PIŁKA NOŻNA LIVE Wzmocniony m.in. Bartoszem Bereszyńskim i Mateuszem Łęgowskim Motor spróbuje po raz pierwszy w historii ograć Dumę Podlasia. W ubiegłym sezonie w Lublinie zdołał urwać Jagiellonii dwa punkty. HD 125 min ▶ do godz. 22.30

23.25 TVP 2

Re_Mind. Chcę to powiedzieć

KONCERT Impreza inaugurująca pierwszy Kongres i Festiwal Psychologiczny Re_Mind. We wrocławskiej Hali Stulecia wystąpili m.in. WaluśKraksaKryzys, Mela Koteluk, Krzysztof Zalewski i Zakopower. HD 65 min ▶ do godz. 0.30

22.25 TVP 1

Moje córki krowy

KOMEDIODRAMAT Marta (Agata Kulesza), gwiazda seriali, nie potrafi ułożyć sobie życia prywatnego. Jej siostra (Gabriela Muskała) tkwi w nieszczęśliwym małżeństwie. Kobiety zyskują szansę, aby naprawić relacje.

Reż.: Kinga Dębska Wyst.: Marian Dziędziel
Polska 2015 HD 100 min ▶ do godz. 0.05

23.25 TVN

Romeo musi umrzeć

SENSACYJNY Han (Jet Li), były oficer policji, jedzie do USA. Pragnie pomścić brata, który zginął z rąk członków gangu. Niebawem zakochuje się z wzajemnością w córce wroga, Trish (Aaliyah).

Reż.: Andrzej Bartkowiak Wyst.: Russell Wong
USA 2000 HD 145 min ▶ do godz. 1.50

20.25 TVP SPORT

Lechia Gdańsk – Warta Poznań

PIŁKA NOŻNA LIVE Spadkowicz z Ekstraklasy kontra beniaminek 1. ligi. Goście liczą na to, że targana problemami organizacyjnymi ekipa z Trójmiasta w tym meczu nie będzie w stanie rozwinąć skrzydeł. HD 155 min ▶ do godz. 23.00

dokument

22.00 PLANETE+

Wojna światów. Jak powstało science fiction

KULTURA Dzieło H.G. Wellsa zapoczątkowało nurt opowieści o wrogich kosmitach. Motyw ten od lat inspiruje kolejne pokolenia twórców. HD 70 min ▶ do godz. 23.10

eprasa.pl 641f6b47df

TVP 1 HD DVB-T2

5.00 Splątane losy (12) – serial obyczajowy, Turcja 2024
5.50 Akacjowa 38 (907) – telenowela, Hiszpania 2018
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.30 Welon, fura i brawura (9)
8.00 Serwis Info – program inform.
8.05 Pogoda Info
8.15 Kolumbowie (4): Oto dziś... – serial wojenny, Polska 1970
9.15 Ranczo 8 (96) – obycz., Pol. 2014
10.10 Komisarz Alex 22 (281): Kret – serial kryminalny, Polska 2024
11.05 Ojciec Mateusz 17 (218): Zakład – serial kryminalny, Polska 2017
12.00 Serwis Info – program inform.
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12.30 Agropogoda – program inform.
12.40 Magazyn rolniczy
13.00 Natura w Jedynce: Plaża i jej mieszkańcy – dok., Niem. 2024
14.00 Splątane losy (13) – serial obyczajowy, Turcja 2024
15.00 Serwis Info – program inform.
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1079) – teleturniej
16.00 Dziedzictwo (995) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Jaka to melodia? – telet. muz.
18.05 Reporterzy – mag. reporterów
18.25 Akacjowa 38 (924) – telenowela, Hiszpania 2018
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.
20.10 Sport, pogoda
20.30 Ojciec Mateusz 33 (425) – serial kryminalny, Polska 2025

TVP 2 HD DVB-T2

5.00 Rodzinka.pl – serial komediowy, Polska 2025
5.30 M jak miłość (1806) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.20 Anna Dymna – spotkajmy się: Dominika Kruczkowska – talk-show
6.55 Barwy szczęścia (3366) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – mag.
11.20 Tour de Pologne – kroniki – cykl felietonów
11.30 Operacja zdrowie (81) – magazyn medyczny
12.00 Rodzinka.pl (59): Młodość nie zna strachu – serial komediowy, Polska 2012
12.35 Koło fortuny (1912) – teleturniej
13.15 Panna młoda (158) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 Va banque (1027) – teleturniej
14.35 Na sygnale (888): Wszystko z miłości – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (445) – serial obycz., Hiszp. 2022
Do pałacu wraca Gregorio, skazany za próbę zabójstwa Pii. Służba podejrzewa, że uciekł z więzienia. Przerażona ofiara ukrywa się przed nim.
16.00 Koło fortuny (1913) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (159) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 Va banque (1028) – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3366) – serial obyczajowy, Polska 2026

POLSAT HD DVB-T2

4.40 Disco Gramy
5.25 Telezakupy TV Okazje – magazyn reklamowy
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.30 Malanowski i partnerzy (366, 367): Ostatnia nadzieja; Żona idealna – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
9.30 Trudne sprawy (1287, 1288) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.35 Gliniarze (904, 905) – serial paradokumentalny, Polska 2024
13.40 Dlaczego ja? (1534, 1535) – serial paradokumentalny, Polska 2026
Edyta zaczyna podejrzewać męża, Karola, o romans z pracownicą seksualną. Szuka wsparcia u przyjaciela, adwokata Michała, który sugeruje zdobycie dowodów. Niebawem wychodzą na jaw rodzinne tajemnice.
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.25 Interwencja – magazyn reporterów
16.40 Gliniarze (1101, 1102) – serial paradokumentalny, Polska 2025
W brutalny sposób zostaje zamordowany były policjant jednostki antyterrorystycznej. Detektywi kierują podejrzenia na jednego z jego dawnych współpracowników. Tymczasem wychodzi na jaw, że mężczyzna przed śmiercią prowadził prywatne śledztwo.
18.50 Wydarzenia
19.20 Gość „Wydarzeń" – program publicystyczny
19.25 Sport, pogoda

TVN HD DVB-T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1715) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (13): Opole – Caverna Cafe – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.25 Babski biznes (1) – program rozrywkowy
12.35 Ukryta prawda (1507, 1508, 1740) – serial paradok., Polska
15.45 Detektywi (129) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
Ojciec dwudziestotrzylatka, podejrzanego o zamordowanie swojej dziewczyny, zwraca się o pomoc do detektywów. Młody mężczyzna nie pamięta nic z tragicznej nocy.
16.50 Szpital św. Anny (80) – serial obyczajowy, Polska 2026
Tomek i jego ojczym zdobywają informacje o możliwym miejscu pobytu Marty. Na oddział pediatryczny trafia 9-latka z tikami. Do szpitala policja przywozi więźniarkę. Okazuje się ona matką pacjentki.
17.55 Młode gliny (36) – serial kryminalny, Polska 2026
W przeddzień ślubu w luksusowym dworku zostaje znalezione ciało 24-letniej Klaudii, ubranej w suknię ślubną i starannie ułożonej na łóżku. Z kolei jej narzeczony – syn właścicieli posiadłości Jakub – znika.
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.50 Uwaga! – magazyn reporterów

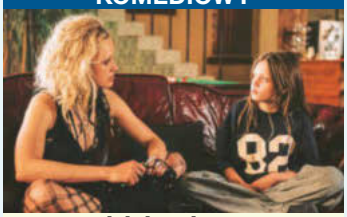
20

KRYMINALNY

21.25 Drelich (3) – Polska 2025
Natan zagraża Izie i dzieciom. Drelich walczy z czasem, by ochronić rodzinę. Nie ustaje także w poszukiwaniu odpowiedzi na pytanie, kto go wrabia. Wkrótce z pomocą Ady odkrywa kolejne tropy. Prawdziwe zagrożenie kryje się bliżej, niż przypuszczał.

22.25 Moje córki krowy – komediodramat, Polska 2015, reż. Kinga Dębska, wyk. Agata Kulesza, Gabriela Muskała, Marian Dziędziel, 100 min
0.05 Nocny patrol – film kryminalny, USA 2019, reż. Joel Souza, wyk. David Krumholtz, Thomas Jane, Bridget Moynahan, Luke Kleintank, 115 min
2.00 Plac Zbawiciela – dramat obyczajowy, Polska 2006, reż. Krzysztof Krauze, wyk. Jowita Budnik, Ewa Wencel, Arkadiusz Janiczek, Natan Gudejko, 115 min
3.55 Wykrywacz kłamstw – program publicystyczny
4.15 Pytanie dnia – pr. publicyst.
4.35 Reporterzy – mag. reporterów
4.45 Oko na świat – magazyn
5.05 Zakończenie

KOMEDIOWY



20.05 Rodzinka.pl (304): Punkt zwrotny – Polska 2026
Zosia stara się wesprzeć Kacpra w poszukiwaniu sensu życia. Magda niepokoi się o swoją wyjątkową córkę, próbując znaleźć dla niej najlepsze drogi i możliwości rozwoju. Podczas suto zakrapianej kolacji w domu Boskich dochodzi do poważnej kłótni.

20.40 Lato z Radiem i Telewizją Polską: Grudziądz – widowisko
22.45 To jest grane – wakacyjnie (99) – program muzyczny
23.25 Re_Mind. Chcę to powiedzieć – skrót koncertu
0.30 Kayah na dobry wieczór – widowisko
1.35 Jesień w Nowym Jorku – komedia romantyczna, USA/Kanada 2022, reż. Michael Robison, wyk. Aimee Teegarden, Evan Roderick, Laura Soltis, Adam Beauchesne, 100 min
3.15 Lekcje pana Kuki – komedia, Polska/Austria 2008, reż. Dariusz Gajewski, wyk. Łukasz Garlicki, August Diehl, Andrzej Grabowski, Anna Przybylska, 100 min
4.55 Zakończenie

WIDOWISKO

19.55 Miss Supranational 2026 (1-3) – Polska 2026
Do rywalizacji stanie ponad 70 kandydatek z wszystkich kontynentów. Nasz kraj będzie reprezentowała Oliwia Mikulska. Uczestniczki zaprezentują się w specjalnie zaprojektowanych strojach narodowych oraz w kilku pokazach kolekcji modowych. W koncercie finałowym wystąpią: Oktavvia, Alicja Szemplińska oraz Blanka. Gospodarzami gali będą Ida Nowakowska oraz Fezile Mkhize.

22.55 Szybko i wściekle – film sensacyjny, USA/Japonia 2009, reż. Justin Lin, wyk. Vin Diesel, Paul Walker, Jordana Brewster, Michelle Rodriguez, 135 min
Czwarta część słynnego cyklu. Mistrz nielegalnych wyścigów samochodowych Toretto usiłuje wyjaśnić w Los Angeles sprawę śmierci swojej ukochanej. Trafia na ślad króla heroiny.
1.10 21 Jump Street – komedia kryminalna, USA 2012, reż. Phil Lord, wyk. Jonah Hill, Channing Tatum, Brie Larson, 145 min
3.35 Nasz nowy dom (300) – reality show

DRAMAT HISTORYCZNY

20.00 Troja – USA/Malta 2004, 205 min
HIT DNIA
Książę Troi zakochuje się w żonie króla Sparty. Porywa wybrankę. Doprowadza tym do zerwania pokoju i wybuchu wojny. Nominowana do Oscara za kostiumy swobodna adaptacja „Iliady" Homera.

23.25 Romeo musi umrzeć – film sensacyjny, USA 2000, reż. Andrzej Bartkowiak, wyk. Jet Li, Aaliyah, Isaiah Washington, Russell Wong, 145 min
Potomek azjatyckiego gangstera Han Sing przyjeżdża do USA, żeby odnaleźć zabójców brata. Zakochuje się w Trish, córce największego wroga.
1.50 13 minut – film katastroficzny, USA/Kanada 2021, reż. Lindsay Gossling, wyk. Anne Heche, Peter Facinelli, Thora Birch, Tokala Black Elk, 120 min
3.50 Uwaga! – magazyn reporterów
4.05 Detektywi (128) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
5.00 Nauka jazdy 5 (27) – program rozrywkowy

eprasa.pl 641f6b47df

TVN 7 HD DVB-T2

5.25 Ten moment (10) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 Szkoła (837-839) – serial paradokumentalny, Polska 2020
8.45 Ukryta prawda (1353, 1475, 1476) – serial paradokumentalny, Polska
11.50 W-11 – Wydział Śledczy (1144-1146) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2014
13.55 Kryminalni 2 (7): Miasteczko – serial kryminalny, Polska 2005
15.00 Szpital (812, 813) – serial paradokumentalny, Polska 2018
17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (521): Przyczajony tygrys, ukryty smok – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
18.00 SOS Ekipy w akcji (33) – serial paradokumentalny, Polska 2018 Funkcjonariusze przekonują mężczyznę, by nie skakał z ostatniego piętra wieżowca. Ustalają przyczyny jego desperackiego kroku. Ruszają też na poszukiwania nastolatki, która zamierza się pozbyć noworodka. W innej części miasta właściciel domku działkowego znajduje nieprzytomnego chłopak
19.00 Ukryta prawda (1544) – serial paradokumentalny, Polska 2023 Kornelia wraca z Holandii do Polski, gdzie planuje zostać na stałe. Dowiaduje się, że matka, Anna, pojechała na spotkanie religijnej wspólnoty. Dziewczyna wyczuwa małżeńskie kłopoty rodziców.

TV PULS HD DVB-T2

6.00 Policjanci z Miami 3 (21, 22): Puk, puk, kto tam?; Wikingowie piekieł – serial kryminalny, USA 1987
8.00 Kobra – oddział specjalny (14, 15): Przetrwanie; Bollywood – serial sensacyjny, Niemcy 2017
10.00 Maria z przedmieścia (85, 86) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (129) – serial obyczajowy, Meksyk 2008 Patricio przychodzi na przesłuchanie Estefanii. Marichuy nie wie, że Juan Miguel wciąż ją odwiedza. Dziewczyna myśli, że mąż jej nie kocha. Blanca postanawia wyjechać.
13.00 Wspaniałe stulecie (63) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 Kurierzy 2 (48) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 11 (568, 569) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy 2 (49) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023 Adam odkrywa brak kilku przesyłek. Roman przekazuje paczkę Klarze, która straszy go upiorną maseczką na twarzy. Kurier rzuca pakunek, co powoduje serię niefortunnych zdarzeń.
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (986, 987) – serial obyczajowy, Polska 2026 Igor potrąca młodą piosenkarkę Mellę i próbuje ją reanimować, ale gapie oskarżają go o bycie pod wpływem narkotyków. Wyniki badań wykazują, że mężczyzna był trzeźwy.

PULS 2 HD DVB-T2

5.55 Ale numer! 21 (13) – pr. rozrywk.
6.20 Cosie-Ktosie (25) – serial anim.
6.30 Kajko i Kokosz 2 (25) – serial animowany, Polska 2021
6.45 SamSam: Kosmiczne przygody (15) – serial anim.
7.00 Blaze i megamaszyny 6 (22) – serial animowany, USA 2020
7.30 Psi Patrol 2 (14) – serial anim.
7.50 Dora (6) – anim., Kan./USA 2024
8.30 Wielkie przygody małego rekina 2 (1) – serial dla dzieci, USA/Korea Południowa 2023
8.50 Masza i Niedźwiedź 6 (1, 2) – serial animowany, Rosja
9.20 Straszne historie Maszy (25) – serial animowany, Rosja 2016
9.25 Świnka Peppa 2 (47-49) – serial animowany, Wielka Brytania 2005
9.45 Bing (41, 42) – serial animowany
10.00 Jeżyk i Przyjaciele (2, 1) – anim.
10.35 Spidey i superkumple 2 (32, 31) – serial anim., USA 2022
11.35 Gus. Mały – wielki rycerz (27, 28) – serial anim., Fr. 2021
12.00 Psi Patrol (11) – serial anim.
12.35 Marta mówi (32) – serial anim.
13.00 Smerfy (208, 209) – serial anim.
14.00 Baranek Shaun 4 (9-12) – anim.
14.35 My Little Pony: Przyjaźń to magia (5) – anim., USA/Kan. 2011
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2 (42, 43) – anim., Fr./Jap./Korea Południowa 2017
16.00 Fineasz i Ferb 2 (26, 27) – serial animowany, USA 2007-2011
17.00 Smerfy (210, 211) – serial anim.
18.00 Pingwiny z Madagaskaru (11, 12) – serial animowany, USA
19.00 Kacze opowieści (21, 22) – serial animowany, USA 1987

NETFLIX

POTWÓR: HISTORIA EDA GEINA

Historia seryjnego mordercy, który przez dekady inspirował scenariusze znanych produkcji – od „Psychozy" po „Milczenie owiec". Przerażająca spuścizna Eda Geina (Charlie Hunnam), wychowanego przez religijną fanatyczkę, dała początek popkulturowej obsesji dotyczącej psychopatów.
▶serial krym. (8 odc.), USA 2025

POCZUJ MÓJ GŁOS

Nieśmiała nastolatka Eletta (Sarah Toscano) jest niezwykle utalentowana wokalnie. Pragnie rozwijać swoją artystyczną pasję. Przygotowuje się do egzaminu wstępnego do prestiżowej szkoły muzycznej i marzy o karierze. Jej planów nie akceptują jednak rodzice – głuchoniemi gospodarze rolni.
▶komediodram., Wł. 2026; 120 min

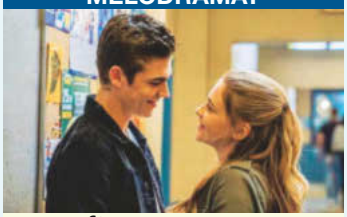
NERO

Francja, rok 1504. Néro (Pio Marmai), bezwzględny zabójca, zostaje zdradzony przez swojego dawnego mistrza. Musi uciekać przed bezlitosnymi prześladowcami. Zabiera ze sobą Perlę, córkę, która dotąd żyła w przekonaniu, że jest sierotą. W trakcie podróży Néro staje w obliczu trudnego wyboru.
▶serial przyg. (8 odc.), Francja 2025

LUDZIE, KTÓRYCH SPOTYKAMY NA WAKACJACH

Poppy (Emily Bader) marzy o podróżach i odkrywaniu świata, podczas gdy Alex (Tom Blyth) woli spędzać czas w domu z książką. Mimo różnic są najlepszymi przyjaciółmi. Choć mieszkają daleko od siebie, od dziesięciu lat co roku wspólnie spędzają razem tydzień urlopu.
▶kom. romant., USA 2026; 117 min

MELODRAMAT

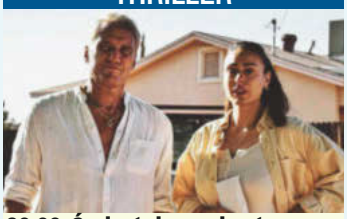


20.00 After
FILM – USA 2019, 140 min

Nieśmiała Tessa Young rozpoczyna studia. Pochłania ją nauka. Wszystko zmienia się, gdy poznaje niepokornego i skłonnego do ryzykownych zachowań Hardina Scotta. Szybko zaczyna łączyć ich namiętne uczucie. Ukochany wprowadza spokojną dziewczynę w świat romantycznych uniesień, którego istnienia dotąd nie podejrzewała.

22.20 Maverick – western komediowy, USA 1994, reż. Richard Donner, wyk. Mel Gibson, Jodie Foster, James Garner, Graham Greene, 155 min
FILM
0.55 Step Up 4: Rewolucja – film muzyczny, USA 2012, reż. Scott Speer, wyk. Adam G. Sevani, Kathryn McCormick, Ryan Guzman, Jordana DePaula, 125 min
FILM
3.00 Żyjąc z potworem 9 (12) – serial dokumentalny, USA 2024
4.00 Usterka 11 (18) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019
4.40 Dorota was urządzi! (7) – program rozrywkowy

THRILLER



20.00 Śmiertelna eskorta
FILM – USA 2024, 95 min

Detektyw Johansen eskortuje z Meksyku do USA dwie kobiety, które naraziły się kartelowi. Funkcjonariusz nie kryje się z nienawiścią do imigrantów. Po przekroczeniu granicy dołącza do niego oficer De La Cruz. W drodze policjanci zostają zaatakowani.

21.35 Umysł przestępcy – dramat kryminalny, USA/Wielka Brytania/Bułgaria 2016, reż. Ariel Vromen, wyk. Kevin Costner, Gary Oldman, Tommy Lee Jones, Ryan Reynolds, 145 min
FILM
0.00 Przetrwać do świtu – film sensacyjny, USA 2020, reż. Matt Eskandari, wyk. Bruce Willis, Chad Michael Murray, Shea Buckner, Tyler Jon Olson, 95 min
FILM
Bandyci włamują się do domu cenionego chirurga. Żądają pomocy, grożąc jego rodzinie. Lekarz wraz z ojcem próbuje przechytrzyć napastników.
1.35 Lombard. Życie pod zastaw 18 (981, 982) – serial obyczajowy, Polska 2026
3.55 Zobacz to! – pr. powtórkowe

OBYCZAJOWY

20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (974) – Polska 2026

Oriana robi zakupy na kolację z Mariną. Nazajutrz Wojtek odwiedza Tanka w pracy. Pracownicy z firmy Barskiego obsługują Chuchro, który chce nabyć silikonowy kombinezon mięśniowy. Zakup przynosi mu same problemy.

21.00 Dzielnica strachu 10 (456, 457) – serial krym., Polska 2025-2026
23.00 Noc rekinów – thriller, USA 2011, reż. David R. Ellis, wyk. Sara Paxton, Dustin Milligan, Chris Carmack, Katharine McPhee, 110 min
FILM
0.50 13. dzielnica – film sensacyjny, Francja 2004, reż. Pierre Morel, wyk. Cyril Raffaelli, Dany Verissimo, Larbi Naceri, David Belle, 95 min
FILM
2.25 Dzielnica strachu 10 (452) – serial krym., Polska 2025-2026
3.25 Lombard. Życie pod zastaw 12 (657) – serial obyczajowy, Polska 2023
4.25 Niesamowite! (17) – serial dokumentalny, Polska 2014
5.00 Kręcimy z gwiazdami 2 (3) – program rozrywkowy

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (8, 9) – serial kryminalny, USA 2011
7.30 Ostry dyżur 2 (9, 10) – serial obyczajowy
9.25 Castle 4 (11, 12) – serial kryminalny
11.20 MacGyver 4 (9, 10) – serial akcji, USA 2020
13.15 Dowody zbrodni 2 (14, 15) – serial kryminalny, USA 2004
15.15 Agenci NCIS: Hawaje 2 (10, 11) – serial kryminalny
17.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (9, 10) – serial krym., USA/Kanada 2004
19.10 Castle 4 (13, 14) – serial kryminalny

TVP SERIALE

5.40 Rodzinka.pl (119) – serial kom., Pol. 2013
6.10 Na sygnale (501, 502) – serial fab.-dokum.
7.15 Ojciec Mateusz 4 (51) – krym., Pol. 2010
8.10 Komisarz Alex 4 (40) – serial krym., Polska
9.05 Rodzinka.pl (120) – serial kom., Pol. 2013
9.40 Klan (1467) – telen.
10.15 Ranczo 10 (118, 119) – serial obycz., Polska
11.55 Komisarz Alex 4 (41)
12.45 Ojciec Mateusz 31 (401-403) – krym., Pol.
15.35 Komisarz Alex 4 (42) – serial krym., Polska
16.25 Na sygnale (503, 504) – serial fab.-dokum.
17.35 Ranczo 10 (120, 121) – serial obycz., Polska

TVP KULTURA DVB-T2

9.50 Powrót Sherlocka Holmesa (9) – krym.
10.55 Dzisiejsze czasy FILM – komedia, USA 1936, 100 min
12.35 Jules Verne i jego podróż dookoła świata – film dokum., Francja 2023
13.40 Benefis Kory w Teatrze STU – rozr.
14.25 Maanam i goście – koncert
15.00 Papusza – dramat FILM biograficzny, Polska 2013, 140 min
17.20 Niewiarygodne przygody Marka Piegusa (1, 2) – przyg.
18.20 Video Killed the Radio Star – dok.
18.55 Rawhide (20) – przyg.

ALE KINO+ HD

6.30 Polska z góry 2 (6) – serial dok., Pol. 2018
7.00 Problem – film krótkometraż.
7.25 Benek FILM – komediodramat, Polska 2007, 120 min
9.25 Mother Dear – film krótkometraż.
10.00 Vigil 2 (3, 4) – serial sensacyjny, Wlk. Bryt.
12.30 Vera 10 (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
14.25 Opadające liście FILM – komediodramat, Niemcy/Finlandia 2023, 105 min
16.10 Nasze córki – dramat FILM obycz., Austria/Belgia/Hol. 2025, 125 min
18.15 Vera 10 (4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

CANAL+ PREMIUM HD

10.55 The Holiday FILM – komedia romant., USA 2006, 135 min
13.10 Łapu capu – pr. rozr.
13.15 Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć (9) – serial komediowy, Fr.
13.50 Maria Callas. Nieznane lata – film dokum., Grecja 2024
15.35 Asekuracja – film krótkometraż.
16.05 Ultimatum Bourne'a FILM – film sensacyjny, USA/Niem. 2007, 115 min
18.00 Łapu capu – pr. rozr.
18.05 Jason Bourne FILM – thriller, USA 2016, 120 min
20.05 Ekspedycja XD – serial kom., Pol. 2026

HBO HD

8.05 Karate Kid: Legendy FILM – film przygodowy, USA/Kan. 2025, 95 min
9.40 Dzikie łowy – film FILM przygodowy, Nowa Zelandia 2016, 100 min
11.20 Na planie 23 (31) – magazyn filmowy
11.50 Hitch: Najlepszy doradca przeciętnego faceta FILM – komedia romant., USA 2005, 115 min
13.45 Agentka – komedia, FILM USA 2015, 120 min
15.45 Na arenie – dramat FILM obyczajowy, Francja 2024, 95 min
17.20 Mroczny Rycerz powstaje FILM – film sensacyjny, USA/Wlk. Bryt. 2012, 160 min

20

FANTASY

21.05 Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 1 FILM – USA 2011, 140 min

Po ślubie z Edwardem Bella odkrywa, że jest w ciąży. Szczęście nie trwa długo. Wiadomość o niezwykłym dziecku budzi niepokój przywódców klanu wampirów.

23.25 Snajper: Koniec zabójcy FILM – film sens., USA 2020, 110 min
1.15 Castle 4 (13, 14) – serial kryminalny
3.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (9, 10) – serial krym.

KRYMINALNY

19.30 Ojciec Mateusz 31 (404) – Polska 2024

Podczas spotkania klubu weteranów ksiądz Mateusz poznaje Wiesława. Następnego dnia senior zostaje znaleziony martwy w mieszkaniu swojej partnerki Teresy.

20.30 Komisarz Alex 25 (311) – krym., Pol. 2026
21.30 Ranczo 10 (122, 123)
23.20 Ojciec Mateusz 31 (405) – krym., Pol. 2024
0.20 Czarna śmierć (7)
1.20 Oficerowie (9, 10)
3.15 Stulecie Winnych 2 (22) – obycz., Pol. 2020
4.10 Klan (1467) – telen.

DRAMAT PRZYGODOWY

20.00 Bounty – USA/Wielka FILM Brytania 1984, 135 min

Rok 1787. Kapitan Bligh rusza na Tahiti. Na miejscu wszyscy oprócz niego korzystają z uroków wyspy. Gdy dowódca daje hasło do powrotu, niechętnie odpływają. Na morzu dochodzi do buntu.

22.15 TVP Kultura na Nowych Horyzontach
22.35 Drzazgi FILM – komediodramat, Polska 2008, 120 min
0.35 Czwartkowy klub filmowy – magazyn filmowy

DRAMAT KRYMINALNY

20.10 Aż do piekła FILM – USA 2016, 125 min

Bracia Toby i Tanner okradają bank, który przejął ich zadłużony majątek. W pościg za złodziejami rusza zdeterminowany strażnik Teksasu, Marcus Hamilton.

22.15 Brygada (7, 8) – sens.
0.30 Niebezpieczna miłość FILM – dramat psychologiczny, Fr./Belgia 2024, 125 min
2.35 Minuta ciszy (3)
3.35 Kobieta na dachu FILM – dramat obyczajowy, Polska 2022, 95 min
5.10 Powrót (3) – kom.

SERIAL GROZY

21.00 The Walking Dead: Dead City 3 (1) – USA

Maggie i Negan po raz kolejny muszą zapomnieć o przeszłości i zjednoczyć siły. Tylko tak mogą przetrwać w apokaliptycznej rzeczywistości Nowego Jorku.

21.50 Death Race: Wyścig śmierci FILM – film sens., USA/Niemcy/Wlk. Bryt. 2008, 110 min
23.40 Cięcie – thriller, Wielka FILM Brytania/USA 2024, reż. Sean Ellis, 100 min
1.20 Miasteczko Shelby Oaks FILM – horror, Belgia/USA 2024, 90 min

KOMEDIODRAMAT

20.00 Bez wyjścia P! – Korea Południowa FILM 2025, 135 min

Man-su, szczęśliwy mąż i ojciec, traci dobrze płatną pracę w fabryce papieru. W walce o nową posadę jest gotowy zabić potencjalnych rywali.

22.15 Holland – thriller, FILM USA 2025, reż. Mimi Cave, 105 min
0.00 Sprzedawcy 2 FILM – komedia, USA 2006, wyk. Rosario Dawson, 95 min
1.35 Sprzedawcy 3 FILM – komedia, USA 2022, 95 min

AXN WHITE

8.05 Szpital nadziei 5 (6)
9.05 Dom nad rozlewiskiem (10, 11) – obycz., Pol. 2009
11.10 Agenci NCIS 11 (12-14)
14.10 Szpital nadziei 5 (7)
15.10 Miłość w pakiecie na święta FILM – kom. romant., Wlk. Bryt. 2023, 115 min
17.05 Święta pod gwiazdami FILM – komedia romantyczna, USA/Kanada 2021, 115 min
19.00 Szpital świętej Marii (1)
20.00 Dowody zbrodni 3 (18, 19) – serial kryminalny
22.00 Rekrut (20) – serial krym.
23.00 Agenci NCIS 11 (12-14)
1.45 Dowody zbrodni 3 (18, 19) – serial kryminalny

AXN BLACK

8.45 Zagadki z przeszłości 2 (20) – przyg., Fr./Niem./Kan.
9.45 Gwiezdne wrota 6 (7-9)
12.45 Kobra – oddział specjalny 12 (6) – sens.
13.50 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 5 (1) – serial sens.
14.50 Drużyna A 3 (17) – sens.
15.50 Nieustraszony 2 (10)
16.55 Zagadki z przeszłości 2 (21) – przyg., Fr./Niem./Kan.
18.00 Gwiezdne wrota 6 (10-12) – s.f., USA/Kan. 2002
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6 (21-24) – serial krym., USA/Kanada
0.40 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 5 (1) – serial sens.

WARNER TV

8.00 Teraz albo nigdy! 2 (11)
9.00 Bajer z Bel-Air 6 (13, 14)
10.00 Prawo Agaty 4 (4)
11.00 Pełniejsza chata 2 (4, 5)
12.00 Teraz albo nigdy! 2 (12, 13) – obycz., Pol. 2008
14.00 Bajer z Bel-Air 6 (13-16)
15.55 Pełniejsza chata 2 (4-7) – serial komediowy, USA
17.55 Facet z ogłoszenia FILM – komedia romantyczna, USA 2005, 125 min
20.00 Bez smyczy – komedia, FILM USA 2011, 125 min
22.05 Uznany za niewinnego FILM – film krym., 1990, 155 min
0.40 Odwet – film sensacyjny, FILM USA/Niemcy 2003, 120 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 Gliniarze (220-222, 747-750) – serial paradok.
12.55 Kowalscy kontra Kowalscy (25-28) – serial obyczajowy, Polska 2022
14.55 Świat według Kiepskich (450-454) – kom., Pol. 2014
17.25 Columbo (47, 48) – serial kryminalny, USA 1978
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (187-190) – serial krym., USA/Kanada
0.50 Ślad (82, 83) – serial kryminalny, Polska 2019
2.50 Święty (248, 249) – serial komediowy, Polska 2022
4.00 48h. Zaginieni (145, 146) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.00 Łapu capu – pr. rozrywk.
6.05 Zgred – dramat obycz., FILM Polska 2025, 85 min
7.30 Lilly i kangurek – film FILM familijny, 2025, 105 min
9.15 O psie, który jeździł koleją 2 FILM – film familijny, Polska 2025, 90 min
10.45 Łapu capu – pr. rozrywk.
10.50 Długi weekend – film FILM obycz., Polska 2004, 70 min
12.00 Jutro będzie nasze FILM – komediodramat, Włochy 2023, 115 min
13.55 W pamięci
14.10 Chopin, Chopin! – dramat FILM biograf., Pol. 2025, 130 min
16.20 Peacock – thriller, USA FILM 2010, 90 min
17.50 Battleship: Bitwa o Ziemię FILM – film s.f., USA/Japonia 2012, 125 min
19.55 Łapu capu – pr. rozrywk.
20.00 Wilhelm Tell – dramat FILM historyczny, Wlk. Bryt./Włochy/USA 2024, 130 min
22.10 Innego końca nie będzie FILM – film obycz., 2024, 85 min
23.35 Wcielenie zła – horror, FILM Meksyk 2024, 85 min
1.00 Naznaczeni – melodram., FILM USA 2025, 90 min
2.30 Masz na imię Justine FILM – dramat obyczajowy, Pol./Luksemburg 2005, 95 min
4.05 Fiber – film krótkometraż.
4.25 Cudownie ocalony FILM – kom. obycz., Polska 2004

CANAL+ SERIALE HD

9.50 Dzika fauna śródziemnomorska (1) – film dok., Hiszpania 2024
10.50 Łapu capu – pr. rozrywk.
11.00 Naruto 3 (21-23) – serial anime, Japonia 2003-2004
12.30 Hollywood Buzz – magazyn filmowy
13.00 W rytmie wolności (1, 2) – serial dokumentalny, Pol.
14.50 Captain Tsubasa (25-27) – serial anime, Japonia 2018
16.10 Making of CANAL+ – magazyn filmowy
16.20 Łapu capu Extra (7) – program rozrywkowy
16.55 Karl Lagerfeld. Objawienie (1, 2) – serial dokumentalny, Fr. 2023
18.30 The Office PL 5 (4-6) – serial komediowy, Polska
20.00 Wywiad z wampirem 2 (6, 7) – serial fantasy, USA
21.50 Łapu capu – program rozrywkowy
22.00 The Walking Dead: Dead City 2 (1, 2) – serial grozy, USA 2025
23.45 Kiedy ślub? (7, 8) – serial komediowy, Polska 2024
1.35 Sortownia (5, 6) – serial psychologiczny, Pol. 2023
3.15 Agnieszka Radwańska. Anatomia zwycięstwa (1, 2) – serial dok., Pol. 2022
4.50 Premierowa jazda – magazyn
5.10 Złombol (5) – serial dok.

CANAL+ 360 HD

6.00 Rekruci (2) – serial dok.
7.00 Lotnisko na Alasce 3 (4)
8.00 Porzucone konstrukcje (11) – serial dok., Wlk. Bryt.
9.00 Okręty wojenne (9) – dok.
9.55 Co poszło nie tak 3 (6)
11.00 Odprawa przedmeczowa – pr. publ.
13.00 Porzucone konstrukcje (2) – serial dok., Wlk. Bryt.
14.00 Chwila prawdy (5) – dok.
15.00 Okręty wojenne (10)
16.00 Lotnisko na Alasce 3 (5)
17.00 Futbolowa gorączka. Bitwa o Premier League (4) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.00 Porzucone konstrukcje (12) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.55 Chwila prawdy (4) – dok.
19.50 Klopp: transfer stulecia (1) – dok., Wlk. Bryt. 2020
20.50 Co poszło nie tak 4 (3) – serial dok., Wlk. Bryt. 2024
21.55 Projekt Fighter (4)
23.00 Lotnisko na Alasce 3 (3) – serial dokumentalny, USA
0.00 Dover 24/7 (1) – serial dok.
0.55 Misja Afganistan (1) – serial wojenny, Pol. 2012
2.00 Polska z góry: Stadiony (6) – serial dok., Polska 2024
2.40 Przykrywkowcy. Podwójna gra (5) – dok.
3.45 Zwierzęta Wajraka 2 (8) – serial dokumentalny, Pol.
4.20 Zwierzęta Wajraka 3 (1)
4.55 Pogotowie remontowe Wieśka 3 (9, 10) – mag.

HBO 2 HD

10.55 Lombard – dramat FILM obyczajowy, 2024, 90 min
12.25 Gracze (9, 10) – serial kom.
13.25 Alita: Battle Angel – film FILM s.f., USA 2019, 115 min
15.20 Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 2 – film FILM fantasy, USA 2012, 115 min
17.15 Kompletnie nieznany FILM – dramat biograficzny, USA 2024, 135 min
19.30 Noc w zoo – anim., Kan./FILM Belgia/Fr. 2024, 90 min
21.00 Nasz syn – dramat FILM obyczajowy, 2023, 100 min
22.40 Nasz doktor – dok., 2025
23.20 Abigail – horror, USA/FILM Irlandia 2024

HBO 3 HD

10.45 Rodzice 3 (5, 6) – kom.
11.40 W potrzasku – dramat FILM obyczajowy, 2025, 100 min
13.20 Fantastyczny Pan Lis FILM – film anim., 2009, 90 min
14.50 W skrócie FILM – komediodramat, Niemcy 2024, 105 min
16.35 Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13 (18) – talk-show
17.20 Salve Maria – dramat FILM obycz., Hiszp. 2024, 110 min
19.10 Biały Lotos 2 (5) – kom.
20.10 Stamtąd (7) – serial grozy
21.00 Czysta krew 5 (7-10) – serial obycz., USA 2012

eprasa.pl 641f6b47df

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.00 Jedziemy na ryby! (26) – serial dokum.
6.55 Na ratunek 112 (864) – serial paradokum.
7.25 Doktor Martin (51) – serial obyczajowy
8.25 Przyjaciółki (165, 166) – obycz., Pol.
10.25 Świat według Kiepskich (22, 23, 113, 114, 95, 96)
13.40 Inna kobieta – kom., USA 2014, 130 min
15.50 Dywizjon 303. FILM **Historia prawdziwa** – film wojenny, Polska 2018, 125 min
17.55 Spider-Man: Bez FILM **drogi do domu** – film przygodowy, USA 2021, 185 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 Tata ma plan 4 (13) – serial komediowy, USA 2020
6.30 Tata ma plan (1) – serial komediowy, USA 2016
7.00 Dwóch i pół 8 (10-13) – serial komediowy, USA 2010
8.55 Przyjaciele (19-24) – serial komediowy
11.55 Teoria wielkiego podrywu 11 (5-10) – serial komediowy
14.30 Dwóch i pół 8 (14-16) – serial komediowy
16.00 Dwóch i pół (1) – serial komediowy, USA 2003
16.30 Przyjaciele 2 (1-6) – serial komediowy, USA 1996

TVN FABUŁA HD

5.05 Szkoła (803) – serial paradokum.
6.00 Absolwenci (3)
6.30 Seriaale Top 5 (7)
6.45 Zakochani po uszy (123, 124) – telen., Pol.
7.45 Detektywi (145-148) – serial fab.-dokum.
9.50 Prawo Agaty 5 (3) – serial obycz., Polska
10.55 Lekarze (10) – obycz.
11.55 Zapukaj do moich drzwi (26, 27) – telen.
13.55 Prawo Agaty 5 (2)
14.55 Detektywi – fab.-dok.
16.00 Na Wspólnej (19, 20) – serial obycz., Polska
17.05 Superbohaterowie (8) – program kult.
17.40 Bumblebee – film s.f., FILM Chiny/USA 2018, reż. Travis Knight, 140 min

13 ULICA

6.05 Knok (1) – serial krym.
6.55 Zagadki Hailey FILM **Dean: 2 + 2 = Morderstwo** – film kryminalny, USA 2018, 110 min
8.45 Zabójstwo FILM **w Grasse** – thriller, Francja/Belgia 2016, 125 min
10.50 Mentalista 4 (3-6) – serial kryminalny
14.30 Zagadki Hailey FILM **Dean: Chęć zabijania** – film krym., USA 2020, 110 min
16.20 Zabójstwo FILM **w Strasburgu** – thriller, Francja 2016, 120 min
18.20 Mentalista 4 (7-10) – serial kryminalny

KINO POLSKA

7.20 Podróże kapitana Klipera (6, 7) – anim.
7.40 Bolek i Lolek (3, 4) – serial animowany
8.00 Papierowe FILM **małżeństwo** – kom. obycz., Polska/Wlk. Bryt. 1991, 110 min
9.50 To nie ze mną 2 (11-ost.) – serial obycz.
10.30 Pan Kleks FILM **w kosmosie** (1/2, 2-ost.) – przyg., Pol./Czechosłowacja 1988, 195 min
13.45 Ziemia obiecana FILM – dramat obyczajowy, 1974, 215 min
17.20 Czterej pancerni i pies (5, 6) – wojenny
20.00 Kogel-mogel – kom. FILM obycz., 1988, 135 min

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Kabaretowe hity (4) – program rozrywkowy
6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
7.50 Robert Makłowicz (154, 202) – mag. kulin.
9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (10) – serial krym., Australia
10.55 Górski lekarz (14, 15) – serial obycz., Niemcy
12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (11) – serial krym., Australia
14.00 Zajazd. Będzie się działo (10, 11) – serial obyczajowy, Pol. 2025
16.00 Katastrofy w przestworzach (12, 6, 3) – dok., Kan.
19.00 Aukcja w ciemno 2 (24, 25) – serial dokum.

WESTERN

21.00 Gwiazdorski FILM **piątek: Siedmiu wspaniałych** – USA/Australia 2016, 165 min

XIX wiek. Przestępcy terroryzują miasteczko Rose Creek. Wdowa po jednej z ich ofiar prosi oficera Chisolma o pomoc w walce z bandytami.

23.45 Znaki FILM – thriller s.f., USA 2002, reż. M. Night Shyamalan, 135 min
2.00 Ślad (23-25) – krym., Polska 2018-2019
4.55 Na ratunek 112 (884, 885) – paradok.

KOMEDIOWY

19.30 Teoria wielkiego podrywu 11 (11-16)

Sheldon i Howard przygotowują się do obchodów urodzin Amy i Halley. Leonard otrzymuje od swojego brata świąteczny list. Niestety jego treść wpędza go w depresję.

22.00 The Office PL 3 (11, 12) – serial kom.
23.05 Comedy Club 9 (11, 12) – pr. rozrywk.
0.05 Miasteczko South Park 4 (10, 11) – serial anim. dla dorosłych
1.00 Pracoholicy 5 (12, 13)
2.00 Śmieszniej nie będzie 2 (21, 22)

PRZYGODOWY

20.00 Liga FILM **Sprawiedliwości** – USA/Kanada/Wielka Brytania 2017, 150 min

Ziemi zagraża armia Steppenwolfa. Batman i Wonder Woman wraz z resztą sojuszników z Ligi Sprawiedliwości stają do walki z wrogiem.

22.30 Pan i pani Smith FILM – kom. sens., USA 2005, 150 min
1.00 Furia – dramat FILM wojenny, USA/Chiny/Wielka Brytania 2014, 165 min
3.45 Najpiękniejsza muzyka filmowa (5)

OBYCZAJOWY

22.00 Nikt nie porzuci FILM **mojej córki** – USA 2024, 115 min

Theresa i Jimmy są o krok od rozwodu. Matka kobiety, Mary, uważa, że terapia małżeńska nie ma sensu, a płatny zabójca będzie lepszym rozwiązaniem.

23.55 Plan doskonały 2 FILM – film sensacyjny, USA 2019, reż. M.J. Bassett, 130 min
2.05 Zabójstwo FILM **w Strasburgu** – thriller, Francja 2016, reż. Laurence Katrian, 120 min

KOMEDIODRAMAT

22.15 Skrzydlate świnie FILM – 2010, 140 min

Oskar jest kibicem drużyny Czarni Grodzisk. Brak perspektyw sprawia, że zgadza się podjąć pracę dla lokalnego potentata. Jego koledzy poczytują to za zdradę.

0.35 Zgorszenie FILM **publiczne** – komedia romantyczna, 2009, 120 min
2.35 Przepraszam, czy FILM **tu biją?** – sens., 1976, reż. Marek Piwowski, 115 min
4.30 Obudź się – dramat FILM obycz., 2022

KOMEDIA OBYCZAJOWA

20.00 Wreszcie piątek: FILM **Nie ma róży bez ognia** – Polska 1974, 120 min

Jan i Wanda żyją w ciasnym pokoju. Zgadzają się na zamianę lokum. Radość pary nie trwa długo, gdy do nowego mieszkania wprowadzają się nieproszeni lokatorzy.

22.00 Kult – thriller, Niemcy/ FILM USA/Kanada 2006, reż. Neil LaBute, 120 min
0.00 Mgła – horror, USA/ FILM Kanada 2005, 145 min
2.25 Obława FILM – dramat wojenny, Polska 2012, 105 min

20

CINEMAX HD

8.05 Francuski minister FILM – kom., Fr. 2013, 115 min
10.00 Strażniczka – dramat FILM kryminalny, 2023, 115 min
11.55 Bez twojej miłości
12.15 Pierwsza krowa FILM – western, 2019, 120 min
14.15 Steve Jobs – dramat FILM biograficzny, Wielka Brytania/USA 2015, 125 min
16.20 Francuski minister FILM – kom., Fr. 2013, 115 min
18.15 Rubieże – film obyczajowy, FILM USA 2025, 105 min
20.00 Żona na niby – komedia, FILM USA 2011, 115 min
21.55 Incepcja – thriller s.f., FILM USA/Wielka Brytania 2010

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 Święty (17, 18) – kom., Pol.
14.25 Spadkobiercy (10) – rozr.
15.25 Co ludzie powiedzą? 2 (5) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 Jedną nogą w grobie 6 (1) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 Czarna Żmija 3 (1) – kom.
17.35 Bob kocha Abisholę (14-16) – serial komediowy
19.00 Dwóch i pół 8 (10-13)
21.00 Świat według Kiepskich (1-3) – serial kom., Pol. 2011
22.30 Co ludzie powiedzą? 2 (6) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 Jedną nogą w grobie 6 (2) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 Czarna Żmija 3 (2) – kom.
0.30 Comedy Club 4 (10) – rozr.

SCI FI

10.00 Medium 2 (11, 12) – krym.
11.50 Zagubiona tożsamość 4 (9, 10) – serial s.f., USA 2014
13.40 Małpa kontra FILM **Mechamałpa** – horror s.f., USA 2023, 110 min
15.30 Medium 2 (13, 14) – krym.
17.20 Zagubiona tożsamość 4 (11, 12) – serial s.f., USA
19.10 Małpa i Mechamałpa: FILM **Nowy porządek** – film s.f., USA 2024, reż. Marc Gottlieb, 110 min
21.00 Człowiek widmo FILM – thriller, USA/Niemcy 2000, 135 min
23.15 Człowiek widmo 2 FILM – horror, USA 2006, 115 min

FX HD

7.00 Kości (20, 21) – serial krym.
9.00 Skymed (4) – obycz., Kan.
10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (22, 23) – krym.
11.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (17, 1)
13.45 Agenci NCIS 8 (3, 4)
15.35 CSI: Kryminalne zagadki Miami (24, 1) – serial krym.
17.25 Z archiwum X (12, 13)
19.15 Agenci NCIS: Sydney (4)
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (2, 3)
22.00 Szklana pułapka 2 – film FILM sensacyjny, 1990, 150 min
0.30 Z archiwum X (13) – s.f.
1.35 Zabójcze umysły 14 (15)
2.30 Zabójcze umysły (1, 2)

FILMBOX+ ONE HD

8.10 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (5) – krym.
9.25 Panna Scarlet i komisarz 2 (6) – krym.
10.20 Panna Marple: FILM **Zwierciadło pęka w odłamków stos** – film kryminalny, 2011, 120 min
12.20 Hudson i Rex 4 (10, 11)
14.35 Poirot (1) – serial krym.
16.40 Strażnik Teksasu 2 (17, 18) – serial sensacyjny
18.55 Poirot (6) – serial krym.
20.00 Next – thriller s.f., USA FILM 2007, reż. Lee Tamahori, wyk. Nicolas Cage, 120 min
22.00 Nienawistna ósemka FILM – western, 2015, 225 min

ROMANCE TV HD

16.05 Wielki powrót – komedia, FILM Niemcy 2011, 115 min
18.00 Ucieczka przez FILM **Piekielną Dolinę** – film kryminalny, Niemcy/ Austria 2019, 120 min
20.00 Rejs ku szczęściu FILM **– Podróż poślubna do Piemontu** – film obyczajowy, Niemcy 2018, 115 min
21.55 Miłość na Arubie – film FILM obyczajowy, USA 2021, reż. Brian Brough, 120 min
23.55 Ucieczka przez FILM **Piekielną Dolinę** – film kryminalny, Niemcy/ Austria 2019, 115 min

CINEMAX 2 HD

15.15 Jason Bourne – thriller, FILM USA 2016, 120 min
17.15 Wszystko będzie FILM **dobrze** – dramat obyczajowy, Hongkong/ Chiny 2024, 95 min
18.50 Co się zdarzyło w Las FILM **Vegas** – komedia romant., USA 2008, 100 min
20.30 W słońcu – film P! FILM obyczajowy, Portugalia 2025, reż. Joao Rosas, wyk. Francisco Melo, 100 min
22.10 Nigdy więcej słońca FILM – dramat fantasy, Serbia 2024, 75 min
23.25 Cienka czerwona linia FILM – film wojenny, USA 1998

VIASAT EPIC DRAMA HD

10.30 Lekarze na start (15, 16)
12.00 Zatraceni w miłości (50)
13.05 Marlow: klub zbrodni 2 (6) – krym., Wlk. Bryt./USA
14.10 Agenci NCIS 17 (9)
15.05 Panna Marple: Hotel FILM **Bertram** – film krym., Wlk. Bryt. 2007, 120 min
17.05 Poirot 13 (2) – serial krym.
19.00 Agenci NCIS 17 (10)
19.55 Poirot 5 (2) – serial krym.
21.00 Marlow: klub zbrodni (3) – krym., Wlk. Bryt./USA
22.00 Morderstwo w małym mieście (3) – krym., Kan.
22.55 Robin Hood (4) – przyg.
0.00 Poirot 5 (2) – serial krym.
1.05 Agenci NCIS 17 (10)

NOVELAS+ HD

10.00 Opowieść o wyspie (9)
11.00 Otchłań namiętności (132) – telen., Meksyk 2012
12.00 Za wszelką cenę (102)
13.00 Róże i grzechy (31)
14.00 Historia Juany (59, 60)
16.00 Róże i grzechy (32)
17.00 Za wszelką cenę (103)
18.00 Otchłań namiętności (133) – telen., Meksyk 2012
19.00 Macocha (42) – telenowela
20.00 Opowieść o wyspie (10)
21.04 Historia Juany (60)
22.00 Róże i grzechy (32)
23.00 Za wszelką cenę (103)
0.00 Otchłań namiętności (133) – telen., Meksyk 2012
1.00 Macocha (42) – telenowela

FX COMEDY HD

11.30 Jim wie lepiej (13, 14)
12.25 Sposób użycia 2 (4, 5)
13.30 Wszyscy kochają Raymonda 9 (7-11) – kom.
16.00 Simpsonowie 32 (9-12)
18.00 Jak poznałem waszą matkę 4 (24) – serial kom.
18.30 Jak poznałem waszą matkę 5 (1, 2) – serial kom.
19.30 Współczesna rodzina 10 (1-3) – kom., USA 2018-2019
21.00 Family Guy: Głowa rodziny 20 (8, 9)
22.00 Straszny film – horror FILM komediowy, 2000, 100 min
23.40 Simpsonowie 32 (5, 6)
0.35 Family Guy: Głowa rodziny 20 (3, 1, 4, 2)

FILMBOX+ HITS HD

12.45 Do zobaczenia we FILM **wrześniu** – komedia romant., USA 2010, 105 min
14.30 Książę i ja: Królewskie FILM **wesele** – komedia romant., USA 2006, 110 min
16.20 Proza życia – komedia, FILM USA 2017, 115 min
18.15 Miłość x 3 FILM – komediodramat, USA 2020, 105 min
20.00 Whiplash – dramat FILM obyczajowy, 2014, 120 min
22.00 Czworo do pary – dramat FILM obyczajowy, 2014, 105 min
23.45 Mroczna korona – film FILM fantasy, Wielka Brytania 2025, 150 min

PARAMOUNT NETWORK HD

10.50 Ilu miałaś facetów? FILM – komedia romantyczna, USA 2011, 130 min
13.00 Czarodziejki (1, 2)
14.55 Naga broń 33 1/3: FILM **Ostateczna zniewaga** – kom., USA 1994, 95 min
16.30 Transformers: Wiek FILM **zagłady** – film s.f., USA/ Chiny 2014, 210 min
20.00 Transformers: Ostatni FILM **Rycerz** – film s.f., USA/ Chiny/Kanada 2017, reż. Michael Bay, 190 min
23.10 Ciche miejsce – horror, FILM USA 2018, 110 min
1.00 Pulp Fiction – dramat FILM sensacyjny, 1994, 185 min

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 641f6b47df

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
- **8.00 Snooker:** Turniej Shanghai Masters – półfinał (LIVE)
- **11.00 Żeglarstwo:** SailGP w Portsmouth
- **12.00 Lekkoatletyka:** Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 4. dzień
- **13.00 Kolarstwo kobiet:** Tour de France
- **13.30 Kolarstwo:** Tour de l'Ain – 3. etap
- **14.30 Kolarstwo:** Tour of Denmark – 2. etap
- **15.45 Kolarstwo:** Tour of Denmark – 3. etap (LIVE)
- **17.45 Kolarstwo kobiet:** Tour de France
- **18.15 Lekkoatletyka:** Commonwealth Games – Glasgow

POLSAT SPORT 1 HD
- **6.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **8.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **10.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- **12.30 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **15.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **17.00 Tenis:** Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej (LIVE)

Rok temu na etapie ćwierćfinałów z turniejem pożegnał się Daniił Miedwiediew.

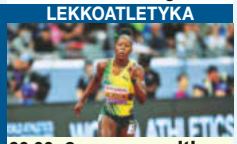
CANAL+ SPORT HD
- **6.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa
- **8.25 Speedway+** – magazyn sportowy
- **9.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Getafe CF – Real Madryt CF
- **11.20 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa
- **13.40 1 na 1 Extra** – magazyn sportowy
- **14.50 Byłem królem** (4) – serial dok., Pol.
- **15.45 Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Getafe CF – Real Madryt CF
- **18.10 Bohater z Cienia** – serial dokum., Polska
- **19.20 Speedway+** – magazyn sportowy
- **20.00 Super Piątek** – magazyn piłkarski

TVP SPORT HD
- **6.15 Retro TVP Sport** (13)
- **8.15 Piłka nożna:** MŚ 2026 – finał
- **10.45 Kolarstwo kobiet:** Tour de Pologne – podsumowanie
- **12.15 Piłka nożna:** Eliminacje Ligi Konferencji UEFA – mecz 2. rundy
- **14.25 Skoki do wody:** ME – Paryż 2026 – drużyny mieszane (LIVE)
- **16.00 Sportowe ABC**
- **16.20 Skoki narciarskie:** Letnie Grand Prix w Wiśle – podsumowanie konkursów z 2022 roku
- **17.55 Piłka nożna:** Betclic 2. Liga: Znicz – Legia II (LIVE)

ELEVEN SPORTS 1 HD
- **6.00 Najlepsi napastnicy Bundesligi lat 90.** – magazyn piłkarski
- **6.45 Bundesliga Clubs** – magazyn piłkarski
- **7.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: VfL Wolfsburg – Bayern
- **9.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Inter Mediolan – Cagliari Calcio
- **11.00 Formuła 3:** Grand Prix Węgier
- **12.30 Formuła 2:** GP Węgier
- **14.00 Formuła 1:** GP Węgier
- **16.00 Piłka nożna:** Liga włoska: SS Lazio – Inter
- **18.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – FC Köln
- **20.00 F2: Chasing the Dream** – mag.

DISCOVERY CHANNEL HD
- **6.00 Dżungla złota** – serial dokum.
- **8.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 8** – serial dokum.
- **10.00 Stacja Alaska** – serial dokum., USA 2014
- **11.00 Przetrwać nad Jukonem** – dok., USA
- **12.00 Celnicy na straży Turcji** (10) – serial dok.
- **13.15 Nagi instynkt przetrwania: Brazylia** – serial dok.
- **14.30 Strażacy** (4) – dok.
- **15.00 Złomowisko PL 7** (9) – serial dok., Pol. 2018
- **16.00 Bimbrownicy 14** – serial dokum.
- **17.00 Przemytnicy: na lotnisku** – serial dokum., USA

LEKKOATLETYKA



20.00 Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 5. dzień (LIVE)

Do akcji wkraczają panie specjalizujące się w biegu na 200 metrów, między innymi Shericka Jackson.

- **23.00 Snooker:** Turniej Shanghai Masters – mecz półfinałowy
- **0.30 Kolarstwo:** Tour de France
- **1.30 Lekkoatletyka:** Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 5. dzień
- **3.00 Kolarstwo:** Tour of Denmark – 3. etap

TENIS

19.00 Turniej ATP w Waszyngtonie – ćwierćfinał (LIVE)

Ben Shelton po raz kolejny wystąpi w Waszyngtonie. Amerykanin spróbuje poprawić swój rezultat sprzed roku. Wówczas odpadł w półfinale, przegrywając z Alejandro Davidovichem Fokiną.

- **21.00 Tenis:** Turniej ATP w Waszyngtonie – ćwierćfinał (LIVE)
- **23.00 Tenis:** Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej (LIVE)
- **1.00 Boks**

PIŁKA NOŻNA

20.25 PKO BP Ekstraklasa – mecz: Motor Lublin – Jagiellonia Białystok (LIVE)

Duma Podlasia w przedsezonowych sparingach mierzyła się ze Spartą Praga i duńskim Nordsjaelland.

- **22.30 Super Piątek** – magazyn piłkarski
- **23.05 Sporty walki:** ONE Friday Fights 164
- **2.30 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Motor Lublin – Jagiellonia Białystok
- **4.55 Ligomistrzowe historie** (5) – magazyn piłkarski

PIŁKA NOŻNA

20.05 Betclic 1. Liga: Lechia Gdańsk – Warta (LIVE)

Gospodarze w poprzednim sezonie spadli z PKO BP Ekstraklasy, natomiast ekipa gości awansowała z 2. ligi.

- **23.00 Sportowy wieczór** – program inform.
- **23.30 Skoki do wody:** ME – Paryż 2026 – drużyny mieszane
- **0.30 Piłka nożna:** Eliminacje Ligi Konferencji UEFA – mecz 2. rundy
- **2.35 Boks:** Gala w Las Vegas – podsumowanie

MAGAZYN PIŁKARSKI

20.25 Made in Italy (14)

Rzut okiem na kluby piłkarskie stanowiące wizytówkę włoskiej Serie A. Kibice zajrzą do szatni takich zespołów, jak AC Milan, Genoa CFC czy Fiorentina.

- **20.40 Formuła 1:** GP Węgier
- **22.40 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach** – mag.
- **23.20 Ligue1 Season Review** (36) – mag.
- **0.25 Bundesliga Special** (22) – mag. piłkarski
- **1.05 Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (1, 2)

ROZRYWKOWY

18.00 Polscy truckersi (1)

Program przybliża pracę polskich kierowców wielkich ciężarówek, którzy rozwożą towar po całej Europie. Pokazuje m.in., z jakimi przeszkodami muszą się mierzyć.

- **19.00 Nagi instynkt przetrwania** – dok.
- **21.00 Zawodowcy** (2)
- **22.00 Najniebezpieczniejszy zawód świata 22** – dok.
- **23.00 Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata**
- **1.00 Hotrod wg Kindiga 7** – serial dok.

EUROSPORT 2 HD
- **12.00 Kolarstwo kobiet:** Tour de France – mag.
- **12.30 Snooker:** Turniej Shanghai Masters – półfinał
- **13.30 Snooker:** Turniej Shanghai Masters – półfinał (LIVE)
- **16.30 Motocross:** MŚ w Loket
- **18.00 Biegi górskie:** GT World Series
- **19.30 Snooker:** Turniej Shanghai Masters – mecz półfinałowy
- **21.00 Golf:** Rocket Classic – 2. runda (LIVE)
- **0.00 Lekkoatletyka:** Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 5. dzień
- **1.30 Kolarstwo:** Tour of Denmark – 3. etap

POLSAT SPORT 2 HD
- **8.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **10.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **12.30 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **15.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **17.30 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **20.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **20.55 Piłka nożna:** Liga szkocka: Dundee Utd – Rangers (LIVE)
- **23.00 Tenis:** Turniej ATP w Waszyngtonie – ćwierćfinał
- **1.00 Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
- **11.00 Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – 2. runda
- **13.30 Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – 2. runda
- **15.45 Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – 2. runda
- **18.00 Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – ćwierćfinał (LIVE)
- **20.00 Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – ćwierćfinał (LIVE)
- **22.00 Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – ćwierćfinał (LIVE)
- **0.30 Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – ćwierćfinał (LIVE)

EXTREME CHANNEL HD
- **9.00 Beyond The Beaten Path**
- **10.00 AMA Motocross Series Highlights 2017** (14)
- **11.00 X Games – Norway** (5)
- **12.00 Drift Style** (3, 4) – mag.
- **13.00 IMMAF European Open**
- **14.00 WWE Highlights**
- **17.00 KPW Kombat TV** (10, 28)
- **19.00 WWE Classic Gold**
- **20.00 AEW Dynamite** (2629)
- **22.00 PTW Wrestling** (7)
- **0.30 New Japan Wrestling – Highlights** (27, 1)
- **2.00 AMA Motocross Series Highlights 2017** (14)
- **3.00 Beyond The Beaten Path** (2) – serial dokumentalny
- **4.00 Drift Style** (3, 4) – mag.

ELEVEN SPORTS 2 HD
- **12.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – Heidenheim
- **14.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – Parma Calcio 1913
- **16.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: VfL Wolfsburg – Bayern
- **18.00 Formuła 1:** GP Węgier
- **20.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Torino FC – Inter
- **22.00 Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością** – dok.
- **22.40 Serie A** – mag. piłkarski
- **23.45 Made in Italy** (20) – mag.
- **0.00 Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: FC Porto – CD Santa Clara

DISCOVERY LIFE HD
- **10.15 Nowa Maja w ogrodzie**
- **11.15 Idealna niania 4** (10, 11)
- **12.45 Klinika naturalnego piękna** (2-5) – reality show
- **14.45 Szpital** (533, 534)
- **16.45 Idealna niania 4** (9-11)
- **19.00 Idealna niania 5** (1)
- **19.45 Zrób coś z tym dzieckiem** (7) – mag.
- **20.15 De Frogers: przygoda na kółkach** (4)
- **21.15 Dr Pryszczylla 3** (16)
- **22.15 Miłosny znak zodiaku** (3)
- **23.15 Nie do uwierzenia!** (10)
- **0.15 Sekrety lekarzy** (2)
- **1.15 Wycieczkowiec** (9)
- **2.15 Eks-tra zmiana** (1) – rozr.
- **3.00 Druga twarz 3** (2) – rozr.

POLSAT SPORT FIGHT HD
- **13.10 Atleci** – mag.
- **13.35 Boks:** Babilon Boxing Show w Ożarowie Mazowieckim: A. Jędrzejczyk – H. Connart
- **15.45 K.O. TV Weekly** (31)
- **16.15 Sporty walki:** FEN 59 w Lubinie – walka: Damian Rzepecki – Patryk Duński
- **18.05 Sporty walki:** TFL 34 w Przytyku
- **19.15 Boks:** Rocky Boxing Night w Kościerzynie – waga ciężka: K. Meyna – A. Wright
- **21.20 Sporty walki:** UFC 277
- **23.20 Z archiwum ESPN** – mag.
- **0.05 Sporty walki:** Babilon MMA 50 w Ożarowie Mazowieckim

POLSAT SPORT 3 HD
- **8.30 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **11.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **13.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **15.00 Tenis:** Turniej ATP w Waszyngtonie – 2. runda
- **17.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **19.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **21.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **23.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **1.00 Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
- **10.40 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa
- **13.00 Bohater z Cienia** – dok.
- **13.30 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa
- **15.55 1 na 1 Extra** – mag.
- **17.00 Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga** – mag.
- **17.55 Speedway+** – mag.
- **18.30 Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: Arged – Dakar Development Stal Rzeszów (LIVE)
- **21.00 Sporty walki:** Sporty walki: ONE Friday Fights 164
- **0.15 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Wisła Płock – Widzew Łódź

ELEVEN SPORTS 4 HD
- **12.30 Bundesliga Clubs**
- **13.00 Made in Italy**
- **14.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – Köln
- **16.00 Piłka nożna:** Liga francuska
- **18.00 Serie A** – mag. piłkarski
- **18.55 Ligue1 Season Review**
- **19.50 Ousmane Dembélé – Pierwsze kroki** – dok.
- **20.00 Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: Rio Ave FC – Sporting CP
- **22.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Napoli – Bologna
- **0.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: 1. FC Köln – 1. FC Heidenheim

ELEVEN SPORTS 3 HD
- **12.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Milan – Juventus
- **14.00 Piłka nożna:** Liga francuska: Lens – Nantes
- **16.00 Ligue 1 Show** (36) – mag.
- **17.00 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach** – mag. piłkarski
- **17.35 Udinese – Najbardziej polski klub we Włoszech** – reportaż, Pol.
- **18.00 Piłka nożna:** Liga włoska: SSC Napoli – Cremonese
- **20.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: 1. FC Köln – 1. FC Heidenheim
- **22.00 Piłka nożna:** Liga francuska – Multiplex

CANAL+ DOKUMENT HD
- **11.10 Polska z góry 4** (1) – dok.
- **11.40 Świat zwierząt – rodzicielstwo** (4, 5)
- **13.50 W poszukiwaniu piękna**
- **15.30 Yintah** – film dok., Kan.
- **17.45 Arktyczna przyroda Laponii** – dok., Finlandia
- **19.00 Naziści po wojnie – globalna infiltracja** (3)
- **20.00 Triumf i upadek. Historia Michaela Jacksona** (4) – serial dok.
- **21.00 Paweł z Ursynowa** – dok.
- **22.15 Rave** – film dok., Pol. 2024
- **23.40 Na pierwszym planie**
- **1.00 Luis Enrique: Nie macie k**** pojęcia** (3) – dok.
- **1.45 O co biega?** (20) – mag.

eprasa.pl 641f6b47df

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 Jak to jest zrobione? (5, 6) – serial dokumentalny
8.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny
10.00 Jak działa wszechświat? 6 – serial dokumentalny
11.00 Pogromca mitów w akcji – serial dokumentalny, USA
13.00 Kosmiczna mapa skarbów – serial dokumentalny, USA
15.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny, USA 2019
18.00 Jak to jest zrobione? (9, 10) – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY

21.00 Poszukiwacze dinozaurów – USA

Zespół Claytona przygotowuje się do wydobycia z ziemi skamieniałości, która waży 9 ton. Mike próbuje znaleźć czaszkę dinozaura z rodziny Hadrosauridae.

23.00 Tesla: Niebezpieczny umysł – serial dokumentalny
1.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny, USA 2019
4.00 Podziemne sekrety – serial dokumentalny

ID HD

6.00 Śmierć w cieniu stadionu – serial kryminalny, USA 2022
8.00 Mroczne sekrety Ameryki – cykl dokumentalny, USA 2020
10.00 Zbrodnia w sąsiedztwie 2 (12) – serial dokumentalny, USA 2011-2012
12.00 Taśmy zbrodni – serial dokumentalny, USA 2021
14.00 Celnicy na straży Europy 4 (3, 5, 4, 6) – serial dok., Hiszpania
16.00 Przerwana sielanka – serial dokumentalny
18.00 Krwawe tajemnice – serial paradokum., Kan. 2019

DOKUMENTALNY

20.00 Prawdziwy koszmar z ulicy Wiązów – USA

Cindy Sumner nagle znika w Toledo, co uruchamia śledztwo. Trop prowadzi policjantów na ulicę Wiązów, gdzie wskazówki ujawniają przerażającą prawdę.

21.00 Zabójczy blond 2
22.00 Mroczne sekrety Playboya 3 – dok.
23.00 Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2 – dok.
0.00 Koleżanki na zabój – dok., USA 2023
1.00 Zabójczy blond 2

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

8.00 Car S.O.S. (4) – dok.
9.00 Uwaga, katastrofa! (1) – serial dok., Kan.
10.00 Porzucone konstrukcje (7): Baza zagłady – serial dokum.
11.00 Plemienna szkoła przetrwania: Mekong (3) – dok.
12.00 Pogodowe anomalie (5, 8, 9) – serial dokumentalny
15.00 Katastrofa w przestworzach (10) – serial dokum.
16.00 Złapać przemytnika (6) – serial dok., USA
17.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic (7) – dok.
18.00 Tajemnice wojennych wraków (8) – dok., Wlk. Bryt.

DOKUMENTALNY

19.00 Tajemnica bomby atomowej Hitlera

Opowieść o śledztwie dotyczącym programu nuklearnego nazistów. Pewnego dnia profesor Koeth z Uniwersytetu Maryland znalazł na swoim biurku kawałek metalu.

20.00 Katastrofa w przestworzach (4)
21.00 II wojna światowa: Historia przed trybunałem (1, 2)
23.00 Pojedynek czołgów: Sherman kontra Tiger – film dokum., Wielka Brytania 2024
0.00 Wcielenia zła – dok.

FOKUS TV DVB T2

6.00 Wehikuł czasu (731)
6.05 48h. Zaginieni (79)
7.00 Była sobie Ziemia
8.55 Wehikuł czasu (731)
9.00 Starożytni kosmici (19) – serial dok., USA
10.00 Gwiazdy lombardu (25, 26) – reality show
12.00 W kręgu zła: Ludzie Hitlera (10) – dok.
13.00 Poszukiwacze historii (1, 2) – dok.
14.00 Łowcy nazistów (7, 8) – dok., Wlk. Bryt.
16.00 Dorwać tuńczyka (13, 14) – serial dok.
18.00 Rolnicy. Podlasie (48, 49) – serial dok.
20.00 Największe wynalazki starożytności (10) – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY

21.00 Premiera: Koloseum (2) – Wielka Brytania 2022

Kiedy Hateriusz buduje Koloseum z popiołów Złotego Domu Nerona, okazuje się, że to dopiero początek jego pracy. Domicjan zleca mu dodanie złożonej sieci podziemnych tuneli – hypogeum.

22.00 Czołg: Broń XX wieku (1/2, 2-ost.) – film dokum., 2019
0.00 Europejska mafia samochodowa – film dokum., Francja 2025
1.00 Rolnicy. Podlasie (15-18) – serial dok.

TVP HISTORIA DVB T2

6.20 Był taki dzień
6.25 Zakochaj się w Polsce (62-64)
8.05 Flesz historii (772)
8.40 Tajemnica Enigmy (5) – serial hist., Polska
9.40 Plaże Europy (5)
10.45 Tajemnice kultowych seriali (6)
11.45 Po złoto – film dokum., Polska 2020
13.00 Tutanchamon: życie, śmierć i dziedzictwo (2)
14.00 Królowie (70) – hist.
14.35 Czterej pancerni i pies (13) – wojenny
15.40 Sensacje XX wieku
18.15 Tajemnica Enigmy (6) – serial hist., Polska
19.00 Wszystkie kolory świata – dok., Francja

WOJENNY

20.05 FILM Sierpniowe niebo. 63 dni chwały – Polska 2013, 85 min

Budowlańcy znajdują w ruinach kamienicy ludzkie szczątki i dziennik profesora Szapiro. Opisuje on pierwsze dni powstania warszawskiego.

21.30 Historia w postaciach zapisana – cykl dok.
23.45 Sensacje XX wieku – program historyczny
1.55 Encyklopedia II wojny światowej
2.20 Czterej pancerni i pies (13) – serial wojenny, Polska 1969

HISTORY HD

11.15 Gwiazdy lombardu 25 (4, 3)
13.05 Starożytni kosmici 17 (3) – dok.
14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 5 (3) – dok., USA
14.50 Największe tajemnice świata 5 (13) – serial dok., USA
15.45 Gwiazdy lombardu 12 (1)
16.15 Jak to wyjaśnić? 4 (2) – serial dok., USA
17.10 Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2 (19) – dok.
18.10 Największe tajemnice świata 7 (2) – serial dok., USA
19.05 Starożytni kosmici 17 (15, 2)

DOKUMENTALNY

21.00 Wojownicy wszech czasów (4)

W XII wieku powstał Zakon Templariuszy – wspólnota rycerzy, która zyskała reputację jednych z najskuteczniejszych wojowników swojej epoki. Łączyli oddanie religijne z surową dyscypliną.

22.00 Starożytni kosmici 17 (7) – dok.
23.00 Jak to wyjaśnić: tajemnice UFO (4) – serial dokum.
23.55 Jak to wyjaśnić? 5 (7) – serial dok., USA
0.50 Starożytni kosmici 17 (2) – dok.

20

DISCOVERY HISTORIA HD

9.00 Kwatery Hitlera (8) – dok.
10.00 Sekrety i skarby III Rzeszy (5, 6) – dok.
11.00 Militaria na warsztat
12.00 Maraton przetrwania
14.00 Łowcy staroci: Renowacje (8, 9) – dok.
16.00 Walka o bagaż (1, 2)
18.00 Łowcy staroci (7, 8) – dok.
20.00 Zoom na architekturę (8)
22.00 Maraton przetrwania (2, 3) – serial dokumentalny
0.00 Nawiedzony dom w Michigan – film dokum.
2.00 Było, nie było (8) – dok.
3.00 Mikroprzygoda (4) – dok.
4.00 Pasja – sposób na życie
5.10 Łowcy staroci (2) – dok.

PLANETE+ HD

13.50 Patagonia. Życie na krańcu świata (5)
14.45 Średniowieczne serce Czech i Moraw (9, 10)
15.50 Niezwykłe podróże koleją 11 (4) – serial dok.
16.55 Świat z góry 7 (13, 14)
18.00 Dokąd dzisiaj? 4
18.45 Oceń tego sprzedawcę. Terror pięciu gwiazdek
19.45 O wolny Tybet. Głosy wygnanych – film dokum.
20.50 Jak US Army cenzuruje Hollywood – film dokum.
22.00 Wojna światów. Jak powstało science-fiction – film dokum., Fr.
23.10 Krótka historia miłości

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

10.00 Niezwykły dr Pol (2, 12)
12.00 Najgroźniejsze zwierzęta świata (1)
13.00 Zadziwiająca Australia
14.00 Borneo: dzikie i niezwykłe (1) – film dok.
15.00 Rzeki Afryki: życie lub śmierć – film dokum., RPA
16.00 Dzika Afryka Południowa (3) – dok.
17.00 Bertie Gregory: bliskie spotkanie z delfinami
18.00 Parki narodowe Ameryki (5) – serial dok.
19.00 Śmierć przychodzi... (1)
20.00 Łowca doskonały – dok.
21.00 Niezwykły dr Pol
2.00 Zadziwiająca Australia

POLSAT VIASAT NATURE HD

9.30 W okowach mrozu 4 (19)
10.25 Dzika Kuba: Wyprawa na Karaiby (2) – film dok.
11.35 Pantery śnieżne z Danem O'Neillem (2)
12.40 W okowach mrozu 4 (19)
13.40 Zabójcza pogoda 2 (6)
14.40 Rzeczne potwory 7 (4)
15.50 W okowach mrozu 4 (19)
16.45 Wielka Afryka (5) – dok.
17.50 Rekiny w Port Jackson
19.00 Rzeczne potwory 7 (4)
20.00 W okowach mrozu 4 (20)
21.00 Dzika Kuba: Wyprawa na Karaiby (2) – film dok.
22.05 Indyjskie lwy – film dok.
23.10 W okowach mrozu 4 (20)
0.15 Zabójcza pogoda 2 (6)

BBC EARTH HD

9.00 Wielkie koty 24/7 (2)
10.05 Życie na pustkowiu 7 (4)
11.05 Mumia Tutanchamona: tajemnice ujawnione
12.06 Malownicze trasy kolejowe 4 (10) – dok.
13.05 Wielkie koty 24/7 2 (1)
14.20 W okowach mrozu 4
16.20 Sekretne życie ogrodu
17.30 Wielkie koty 24/7 2 (1)
18.45 Malownicze trasy kolejowe 5 (5) – serial dok.
19.45 Wietnamskie przygody Billa Baileya (2) – dok.
20.55 W okowach mrozu 5
22.55 Na krawędzi katastrofy (5) – serial dok., Wlk. Bryt.
0.00 Zabójcza pogoda 5 (8)

ANIMAL PLANET HD

13.00 Irwinowie – następne pokolenie 2 – serial dok.
14.00 Resocjalizacja z pitbullem 7 – serial dok.
15.00 Kot z piekła rodem
17.00 Na krańcu Alaski – dok.
18.00 Weterynarz z Gór Skalistych 7 – serial dok.
19.00 Cztery kąty, cztery łapy
20.00 Taniec z rekinami – dok.
21.00 Klan z Alaski – serial dok.
22.00 Baseny z rozmachem
23.00 Resocjalizacja z pitbullem 7 – serial dok.
0.00 Alaska: Ostatni przystanek – serial dok.
1.00 Irwinowie – następne pokolenie – serial dok.

TVP DOKUMENT HD

16.00 Potwór czy remedium?
17.05 Pociągiem dookoła świata (5) – dok., Wlk. Bryt.
18.05 Sanatorium miłości 7 (1)
19.00 Urodzony pod szczęśliwym minerałem – film dokumentalny, Pol.
20.05 Zagłada superjachtu Bayesian – dok., Wlk. Bryt.
21.05 Wyprawa na Półwysep Quebec – Labrador. Śladami niedźwiedzia polarnego – film dok., Fr.
22.15 Łowcy sensacji – dok., Fr.
23.20 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn
23.25 Kuba i Alaska – film dok.
0.35 Sanatorium miłości 6

POLSAT DOKU HD

8.25 48h. Zaginieni (156, 157)
10.25 Polacy za granicą (51, 52)
12.25 Wojny kontenerowe
13.20 Największe mity historii
15.40 Polowanie na nazistów (1/2, 2-ost.) – film dok., Fr.
17.35 Podglądacze przyrody (13-16) – serial dokum., Pol.
19.45 Świat z góry. Jedwabny Szlak (1-3) – dok., Singapur
23.05 Świat z góry (5, 6) – dok.
0.25 Kroniki Hitlera (7) – dok.
1.30 Tajemnice II wojny światowej (18) – dok.
3.05 Tajna historia XX wieku
4.05 Łowca pedofilów
5.00 Tajemnicze zaginięcia kobiet (2) – serial dokum.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

14.10 Australijscy poszukiwacze złota 7
16.05 Ciężarówką po lepsze życie (5) – serial dokum.
17.00 Bohaterowie z St. John's 2 (3) – serial dok.
18.00 Złoto Jukonu (7) – dok.
18.55 Australijscy poszukiwacze złota 8
21.00 Największe budowle 3 (5) – serial dok., Wlk. Bryt.
22.00 Australijscy poszukiwacze złota 10
23.00 Katastrofy w przestworzach 3 (8)
0.00 Klątwa umarlaka: W poszukiwaniu zaginionego złota 2 (1)

POLSAT VIASAT HISTORY HD

10.00 Największe postaci zimnej wojny (2) – dok.
11.05 Przywódcy III Rzeszy (3)
12.15 Starożytna apokalipsa
16.45 II wojna światowa: cena imperium (5) – serial dok.
17.50 Największe postaci zimnej wojny (3) – dok.
18.55 Kryminologia starożytności (4) – dok.
20.00 Ramzes: władca Egiptu (5) – dok., Fr./Wlk. Bryt. 2024
21.00 Najgroźniejsi ludzie Hitlera (5) – serial dokum.
21.55 Piraci z Morza Śródziemnego – film dok.
23.10 Przywódcy III Rzeszy (4)
0.15 Starożytna apokalipsa

CI POLSAT HD

14.10 Dla mnie już nie żyjesz
15.05 Zabójcze wakacje (7)
16.00 Pogrzebani za domem 6
17.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 2 (4) – dok.
18.00 Polskie zabójczynie (1, 2)
19.00 Dowody zbrodni 4 (17)
20.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (15) – dok.
21.00 Psy na służbie z Jimem Belushim (9, 10) – dok.
22.00 Najbardziej szokujące przypadki sądowe 8 (3, 4) – serial dokumentalny
23.00 Najbardziej szokujące pościgi 2 (3, 4) – serial dok.
23.55 Kobiety, które niosły śmierć 13 (2) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 Walka o bagaż (4-7)
10.10 Kulinarne podróże z Guyem Fierim (6-9)
12.15 Megaładunki (5, 6) – dok.
14.20 Człowiek kontra jedzenie (8) – mag. kulin.
14.55 Niezwykłe Stany Prokopa (6-9) – pr. rozr.
17.00 Tropicielki rodzinnych historii (1, 2) – serial dok.
19.00 Survival we dwoje (2, 3)
21.05 Nagi instynkt przetrwania (5, 6) – dok.
23.10 Kobieta na krańcu świata (6-8) – serial dok.
0.55 Megaładunki (5, 6) – dok.
2.55 Tropicielki rodzinnych historii (1, 2) – serial dok.

eprasa.pl 641f6b47df

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

12.10 **Ja wam pokażę!**
13.00 **Chichot losu** (1)
13.50 **Polonia 24 Tygodnik**
15.00 **Serwis Info** – pr. inf.
15.10 **Wszystko przed nami** (97) – obycz.
15.40 **Słowo daję!** – mag.
15.50 **Dlaczego krowa...**
16.00 **Nie będąc – jestem. Krzysztof Kamil Baczyński**
16.50 **Niezwykłe miejsca**
17.00 **Teleexpress**
17.20 **Gra słów. Krzyżówka** (1074)
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **Stacja Arktyka**
18.45 **Panorama**
19.20 **Polacy światu**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – publ.

OBYCZAJOWY

20.25 **Echo serca** (7) – Polska 2019

Magda pomaga rannej kobiecie. W szpitalu okazuje się, że nieznajoma niedawno urodziła dziecko. Obrażenia widoczne na jej ciele są wynikiem samookaleczenia.

21.15 **Na sygnale** (653, 654) – serial fab.-dokum.
22.15 **63. KFPP w Opolu – Superjedynki. 40-lecie Teleexpresu** (1) – koncert
23.15 **Panorama**
23.45 **Matki, żony i kochanki** (20)
0.40 **Rodzinka.pl** (274)

TVP ROZRYWKA

6.10 **Zakochaj się w Polsce** (274) – mag.
6.40 **Gra słów. Krzyżówka** (1086)
7.10 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
8.20 **Familiada** – telet.
8.50 **Va banque** (956)
9.25 **Koło fortuny** (1991)
10.05 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Daleko od szosy** (5) – serial obycz., Polska
14.35 **Pan Mama** (43)
15.10 **Program rozrywkowy**
15.35 **Tak to leciało!** (73)
16.30 **Do śmiechu!** (1)
17.25 **Va banque** (957)
18.00 **Koło fortuny** (1992)

MAGAZYN KULINARNY

18.35 **Okrasa łamie przepisy**

Tematem odcinka są zielone sosy z ziół, pędów czy owoców. Prowadzący przyrządza ruloniki ze schabu. Poda je z salsą z mięty, papryki, ogórka oraz fety.

19.40 **Makłowicz w podróży** – mag.
20.10 **Postaw na milion**
22.10 **Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of** (48) – pr. rozr.
22.50 **Kabaret Letnią Porą** (18) – pr. rozrywk.
23.50 **Do śmiechu!** (3)

POLSAT CAFÉ

6.00 **Przyjaciółki** (101, 102) – obycz., Pol.
8.00 **halo tu polsat cafe** (10) – mag.
11.00 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (2) – reality show
12.30 **Bogaty dom – biedny dom** (115, 116)
14.30 **10 lat młodsza w 10 dni** (7, 8) – pr. rozrywk.
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (65) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (258, 259) – reality show, Polska
20.00 **Kolacja w ciemno** (45) – pr. rozrywk.
21.05 **Więzienie kobiet** (98, 99) – serial dokum.

REALITY SHOW

22.00 **Gry małżeńskie** (206, 200, 201) – Polska

Tym razem widzowie będą obserwować poczynania singla Patryka, szukającego swojej drugiej połówki. Na randki zaproszą go Natalia, Amelia i Aleksandra.

1.00 **Kolacja w ciemno** (20, 21) – program rozrywkowy
3.05 **Więzienie kobiet** (59, 60) – serial dokumentalny, Polska
4.00 **Zdrady** (2, 3) – serial paradokumentalny, Polska 2013

TV 4 (DVB-T2)

6.00 **Strażnik Teksasu** (17, 18) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (102)
8.55 **Policjantki i Policjanci** (540, 541) – serial obycz., Polska
10.55 **Na ratunek 112** (1138, 1139) – paradok.
11.55 **Dlaczego ja?** (1567, 1568) – paradok.
13.55 **Trudne sprawy** (803-805) – paradok.
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1414) – serial obycz., Polska
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (532) – reality show
19.00 **Policjantki i Policjanci** (1415) – serial obycz., Polska

ROZRYWKOWY

20.00 **Gwiazdy Kabaretu** (178, 156) – Polska

W odcinku wystąpi krakowska Grupa Rafała Kmity. Prezentuje ona doskonały warsztat aktorski i humor zbliżony do Piwnicy Pod Baranami. Tym razem pokażą piosenkę „Latino".

22.05 **Déja vu** – thriller s.f., USA 2006, 155 min
FILM
0.40 **STOP Drogówka**
1.40 **Love Island. Wyspa miłości** (44)
2.55 **Śmierć na 1000 sposobów** (9) – dok.
3.25 **Lubię disco!** (292)
4.25 **Top 10 – lista przebojów** – pr. muz.

TTV HD (DVB-T2)

8.30 **Kartoteka 4** (5, 6)
10.35 **Detektywi** (57, 58)
12.35 **Zakup w ciemno 4** (15) – reality show
13.35 **Zakup w ciemno 6** (12) – reality show
14.35 **Nic do zgłoszenia 4** (7) – serial dokum., Pol.
15.35 **Złomowisko PL 6** (5)
16.45 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, sport**
17.05 **Usterka 14** (16)
17.45 **Życie na kredycie 8** (15, 16) – reality show
18.40 **Gogglebox. Przed telewizorem 22** (8)
19.45 **Express** – pr. inform.
20.05 **Zakup w ciemno 6** (13) – reality show
21.05 **Zakup w ciemno extra** (7)
21.45 **Express** – pr. inform.

ROZRYWKOWY

22.00 **99 – Gra o wszystko. VIP 6** (3)

Uczestnicy będą mieli okazję powrócić do dzieciństwa. Cofną się do czasu niemowlęctwa oraz zabaw podwórkowych. Czeka ich m.in. rzut ubraniami do kosza.

23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 22** (4)
0.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 18** (7)
1.00 **Diabelnie boskie 2** (21, 22) – reality show
1.55 **Damy i wieśniaczki. Za granicą 2** (9, 10)
3.55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (520)

TVN STYLE HD

5.15 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (5) – reality show
5.50 **Damy i wieśniaczki. Ukraina 7** (14) – serial fab.-dokum.
6.50 **Będzie pięknie** (8) – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.25 **Ugotowani** (11, 12) – program kulinarno-rozrywkowy
13.30 **Kuchenne rewolucje** (8, 9) – program rozrywkowy
15.35 **Pary młode ponad miarę** (1, 2) – program rozrywkowy
17.40 **Kuchenne rewolucje** (14, 15, 5) – program rozrywkowy

DOKUMENTALNY

20.50 **Jestem z Polski** (9) – Polska 2020

Anna pokazuje swoje ulubione miejsca w Dubaju. Jest wśród nich Burj Khalifa, ponad 800-metrowy budynek, ale także polski bar serwujący m.in. zapiekanki i pierogi.

21.50 **Jestem z Polski 16** (33) – serial dokum.
22.50 **Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9**
0.35 **Seks – wypadki** (16)
1.35 **Dorota was urządzi!** (11) – pr. rozrywk.
2.20 **Nieoczywiste miejsca** (7) – dok.

TVP HD (HD)

8.55 **Ojciec Mateusz 24** (310, 311) – krym., Pol. 2020
10.45 **Gra słów. Krzyżówka**
11.20 **Na sygnale** (698, 699)
12.25 **Ojciec Mateusz 8** (100)
13.20 **Komisarz Alex 5** (64)
14.15 **Ranczo 10** (127, 128)
16.10 **Postaw na milion** – telet.
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 27** (343)
19.20 **Ranczo 10** (121) – obycz.
20.10 **Rodzinka.pl** (210, 211)
21.25 **Ojciec Mateusz 34** (440)
22.20 **Replikant** – thriller s.f., USA 2001, reż. Ringo Lam, 110 min
FILM
0.10 **Klangor** (3-5) – krym., Pol.

TVS (HD)

5.30 **Pasmo ciekawostek**
6.00 **Telesprzedaż**
10.05 **Dzisiaj w regionie** – inf.
10.15 **Pogoda**
10.20 **Przy muzyce po Śląsku**
10.50 **Wochenblatt TV** – pr. inf.
11.10 **Dzisiaj w regionie** – inf.
11.15 **Pogoda**
11.25 **Muzyczne dzień dobry**
12.45 **Klachy i Lachy** – pr. rozr.
14.30 **Hansi Hinterseer zaprasza** – pr. rozrywk.
16.55 **Muzyczne podróże** – program muzyczny
18.00 **Koncert życzeń**
19.05 **Koncert w TVS** – pr. muz.
22.55 **Szlagierowa lista** – muz.
0.55 **Program muzyczny**

ZOOM

9.00 **Strażnik Teksasu** (2)
10.00 **MacGyver 4** (1, 2) – sens.
12.05 **Niszczycielskie żywioły**
13.15 **Wojny magazynowe: Kanada 2** (32, 33)
14.25 **Pod pokładem 11** (5)
15.30 **Sensacje XX wieku** (1)
17.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
20.00 **Kobra – oddział specjalny 24** (18) – sens.
21.00 **Kobra – oddział specjalny 25** (1) – sens.
22.05 **Dynamo – magia bez granic** (1/2) – film dokum.
23.00 **Magia nagości. Włochy**
0.30 **Magia nagości: Szwecja 2** (2) – pr. rozr.

TLC (HD)

13.00 **Cztery żony i mąż 12**
15.00 **Wiza na miłość: dalsze losy, pościelowe rozmowy 9** – reality show
16.00 **Historie wielkiej wagi**
18.00 **Wiza na miłość – oczami bohaterów 4**
19.00 **Megasknery: Brazylia** – serial dokumentalny, USA
20.00 **Baylen – życie na głos 3** – serial dokumentalny, USA
21.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
23.00 **Dr Pryszczylla – kulisy 5** (2) – serial dokumentalny
0.00 **Dr Pryszczylla** (8) – dok.
1.00 **Baylen – życie na głos 3** – serial dokumentalny, USA

C+ KUCHNIA (HD)

13.55 **Podróż przez smaki Chin 2** (5) – serial dokum.
14.55 **U sąsiadów w kuchni 14** (7, 8) – serial dokumentalny
15.55 **Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2** (3)
16.10 **Kulinarne szlaki: Południowa Afryka 2** (7)
16.35 **Jamie Oliver: 5 składników** (15, 16)
17.35 **Jamie Oliver nad Morzem Śródziemnym**
18.30 **Maximum Foodie 5** (8)
18.55 **M jak mięso 3** (8) – dok.
19.25 **Gotuj taniej z Jamiem**
21.10 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 6**
22.50 **Nie bój ryby! 2** (5-8)

TVN TURBO (HD)

8.20 **Nic do ukrycia** (2) – dok.
9.15 **Samochód marzeń – kup i zrób** (1) – mag.
10.15 **Ciężarówką przez Indie**
11.15 **101 napraw** (4) – mag.
11.45 **101 napraw 8** (5) – mag.
12.15 **Jeździć, obserwować** (9)
13.00 **Mobilni mechanicy** (5, 6)
14.30 **Zawodowi handlarze**
16.00 **Wojny samochodowe**
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Moto Fachury** (1-5) – mag.
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Wojny samochodowe**
0.10 **Niebezpieczne dzielnice** (9, 10) – serial dokum., Pol.
1.40 **Najlepsze samochody XXI wieku** (4) – mag.

NOWA TV (DVB-T)

9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (17) – kom., Pol.
10.00 **Miodowe lata** (34) – kom.
10.30 **Więzienie** (166-168) – dok.
12.00 **Poirot** (5, 6) – serial krym.
14.00 **Świat według Kiepskich** (387, 388) – kom., Pol. 2012
15.00 **Świat według Bundych** (223-228) – serial kom., USA
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (14) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (97-100)
21.00 **Zdrady** (25) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (59, 60, 98) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (26, 27)
3.50 **Wehikuł czasu** (731, 730)
4.00 **Sala operacyjna 4** (8)

METRO

10.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (389, 390)
12.30 **SOS Ekipy w akcji** (47)
13.30 **Brzydula** (65, 66) – kom.
14.35 **Kiedy ktoś kocha bardziej** (32) – obycz.
15.45 **The Floor** (19) – teleturniej
17.00 **Fani czterech kółek 18**
18.00 **Magda M.** (8) – obycz., Pol.
19.00 **Kartoteka 4** (13)
20.05 **Akademia policyjna 4: Patrol obywatelski** – kom., USA 1987, 115 min
FILM
22.00 **Niezapomniany** – thriller, USA 2017, reż. Denise Di Novi, 125 min
FILM
0.05 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 3** (3) – dok.

ANTENA HD (DVB-T2)

13.05 **Ciężarówką przez śniegi 3** (5) – serial dokum.
14.05 **Klątwa Wyspy Dębów 3**
15.00 **Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw**
16.00 **Australijscy poszukiwacze złota 5** (15, 16) – dok., Australia
18.00 **77 TV 3** (3, 4) – pr. rozrywk.
20.00 **Morderstwa we Francji – Biot** – dramat kryminalny, Francja 2021, 125 min
FILM
22.05 **Morderstwa we Francji – Larzac** – thriller, Francja 2020, 120 min
FILM
0.05 **Labirynt zbrodni** – thriller, USA 2013, reż. Hanelle M. Culpepper, 110 min
FILM

WP (DVB-T)

13.00 **Makłowicz w podróży**
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5** (17, 18)
16.00 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2** (2)
16.55 **Pogoda**
17.00 **Przepis na szczęście** – komedia romantyczna, Niemcy 2020, 120 min
P! FILM
19.00 **Strażacy z sąsiedztwa 2** (9) – serial dok., Polska 2026
20.00 **Policjanci w akcji** (3, 4)
21.55 **Pogoda**
22.00 **Kabaret na żądanie** (24)
23.00 **Przebojowe kabarety** (5)
0.00 **Mistrzowie Kabaretu 13** (1) – program rozrywkowy
1.00 **Mistrzowie Kabaretu 11**

C+ DOMO HD

13.05 **Cuda z drewna** (1)
14.05 **Wakacyjne domy na wynajem** (8)
15.00 **Pomocy! Kupiliśmy wioskę** (15) – serial dok.
15.55 **Przekopiemy Ci ogródek** (5, 6) – dok., Pol.
16.50 **Gardeners' World 14** (24)
18.00 **Ucieczka na wieś 22** (29)
19.00 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia** (1) – serial dok.
20.00 **Daleko od miasta 14**
21.00 **Wakacyjne domy na wynajem** (9) – dok.
21.55 **Wielkie projekty: Australia 11** (4) – dok.
23.05 **Domy na krańcu świata** (2) – serial dok., Wlk. Bryt.

HGTV (HD)

8.05 **Poszukiwacze domów: Australia** (9, 10) – dok.
9.05 **Remontujemy dom na plaży 7** (5) – pr. rozr.
10.00 **Letnia chata na lata 3**
11.50 **Usterka 11** (7) – fab.-dok.
12.30 **Usterka 10** (5) – fab.-dok.
13.00 **Moje miasto, mój dom 9**
15.05 **Mieszkanie na miarę 4**
17.00 **Polowanie na ogród 9**
18.15 **Weekendowa metamorfoza 6** (6, 7)
20.10 **Będzie pięknie** (4) – rozr.
21.15 **Zgłoś remont 4** (8) – rozr.
22.10 **House Hunters – Poszukiwacze domów 8** (4-7) – pr. rozr.
0.25 **Usterka 11** (3, 5, 9)

eprasa.pl 641f6b47df

P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (320) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (959, 960) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 **Sekrety rodziny** (35-37) – serial paradokum., Pol. 2018
11.30 **Trudne sprawy** (966) – serial paradokum., Pol. 2020
12.30 **Dlaczego ja?** (1382, 1383) – serial paradokum., Pol. 2024
14.30 **Świat według Kiepskich** (26-30) – serial komediowy, Polska
17.00 **48h. Zaginieni** (189, 190) – serial kryminalny, Pol. 2023

PARADOKUMENTALNY

19.00 **Gliniarze** (1012) – Polska 2024

Właścicielka sieci salonów kosmetycznych zostaje śmiertelnie ugodzona nożem. Trop prowadzi do jej męża. Okazuje się jednak, że w sprawę może być zamieszany ktoś jeszcze.

20.00 **Ślad** (4) – krym., Pol.
21.00 **Gliniarze** (807) – serial paradokum.
22.00 **Patriota** – dramat historyczny, USA/Niemcy 2000, 210 min (FILM)
1.30 **Życie toczy się dalej** – czarna komedia, USA 2022, 105 min (FILM)
3.15 **Wydarzenia**

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 **Wydarzenia**
6.45 **SuperLudzie Extra** (43) – magazyn
7.00 **Na ratunek 112** (743, 744) – paradok.
8.00 **Doktor Martin** (9, 10)
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **Świat według Kiepskich** (412, 413)
11.30 **Twoja Twarz Brzmi Znajomo** (166) – rozr.
13.30 **Bitwa o palety** (20)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (2) – reality show
16.00 **Ninja Warrior Polska** (24)
17.55 **Świat według Kiepskich** (496, 497)
19.00 **Rolniczki** (16) – dok.
20.00 **Kolacja w ciemno** (21) – pr. rozrywk.

HORROR SF

21.00 **Obcy – ósmy pasażer „Nostromo"** – Wlk. Bryt./USA 1979, reż. Ridley Scott, 150 min (FILM)

Astronauci lądują na nieznanej planecie, gdzie znajdują pojazd z obcą formą życia. Wkrótce bestia dostaje się na pokład ich statku. Sierżant Ripley musi walczyć o przetrwanie.

23.30 **Ostrożnie z dziewczynami** – komedia romant., USA 2002, 110 min (FILM)
1.20 **Backdoor. Wyjście awaryjne** (1) – serial kom., Polska 2021

TV 6 DVB T

6.00 **Więzienie** (192, 193) – serial dok., Pol. 2025
6.55 **Policjantki i Policjanci** (739, 740) – serial obycz., Polska
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (58, 59) – serial sens., Niemcy
10.55 **48h. Zaginieni** (193-195) – serial kryminalny, Pol. 2023
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1215) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (75, 76) – serial krym., Polska
15.55 **Kobra – oddział specjalny** (60, 61) – serial sens., Niemcy
18.00 **Strażnik Teksasu** (19, 20) – serial sensacyjny, USA 2000

KRYMINALNY

20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (73, 74) – USA

Podczas śledztwa Horatio natrafia na ślad swojego brata. Kiedy zostaje porwany bratanek agenta, jego ojciec wychodzi z ukrycia. Bracia rozpoczynają poszukiwania.

21.55 **Kości** (129, 130)
23.55 **Killerman** – dramat kryminalny, USA 2019, 145 min (FILM)
2.20 **Krejzi patrol** (49-52)
4.25 **Kochane pieniądze** (28) – serial paradok.
5.30 **SuperLudzie Extra** (57) – magazyn

BBC FIRST HD

6.00 **Zagadki doktora Blake'a 5** (5) – krym.
7.00 **Ulica nadziei 2** (3, 4) – krym., Wlk. Bryt. 2022
8.40 **Lewis 7** (2) – krym.
9.40 **Ojciec Brown 2** (6) – serial kryminalny
10.40 **Śmierć pod palmami 4** (2) – krym.
11.45 **Zagadki doktora Blake'a 5** (5) – krym.
12.55 **Ulica nadziei 2** (5, 6) – krym., Wlk. Bryt. 2022
14.55 **Ojciec Brown 9** (4)
16.00 **Lewis 7** (2) – krym.
17.00 **My Life is Murder 4** (8) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 25** (2) – krym., Wlk. Bryt. 2025
19.55 **Śmierć pod palmami 4** (3) – krym.

KRYMINALNY

21.00 **Zaproszona** (2) – Wielka Brytania 2025

Przestraszona Ria zgłasza się na przesłuchanie i decyduje się wrócić do dawnego życia u boku partnera. Chcąc uniknąć problemów, całkowicie zrywa kontakt z Fran.

22.15 **Tajemnice Brokenwood 12** (5) – krym., Nowa Zelandia
0.10 **Annika** (5) – krym.
1.15 **Sherlock 2** (3) – krym.
3.05 **Morderstwa w Midsomer 25** (2) – krym., Wlk. Bryt. 2025
4.45 **Moja rodzinka** (1)
5.15 **Ojciec Brown 9** (4)

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

10.20 **Bolek i Lolek w Europie** (2, 3)
10.45 **Rodzina Treflików 6** (73, 75) – serial anim.
11.10 **Odo** (103, 104, 1)
11.35 **Stacyjkowo** (49, 50)
11.55 **Pszczółka Maja** (35)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
13.00 **Kocie kalamburki**
13.20 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
13.45 **Świnka Peppa 8**
14.10 **Pająk Lucas 2** (69, 70)
14.30 **Oli i Luna** (69, 70)
14.55 **Oktonauci 2** (69, 70)
15.20 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (35) – mag.
15.40 **Bella i Sebastian**
16.10 **Pat i świat 2**
16.35 **Dino Ranczo** (67, 68)
17.05 **Pszczółka Maja**
17.30 **Robin Hood** (17, 18)

ANIMOWANY

18.00 **Mała Marinette** – Francja 2017

Z pomocą przyjaciół dziewczynka codziennie odkrywa na wsi coś interesującego. Przeżywa różne przygody.

18.30 **Idefiks i Nieugięci**
19.00 **Ptyś i Bill**
19.10 **Czarodziejskie miasteczko Pinokia**
19.20 **Piotruś Królik 2**
19.45 **Wegezaury 2**
19.50 **Lupin wśród bajek**
20.05 **Grizzy i lemingi 2**
20.20 **Aleja tajemnic** (9)
20.50 **The Garfield Show**
21.20 **Nowe przygody Lucky Luke'a** (51)

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

7.30 **Jeden na jeden**
8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.55 **Biznes** – pr. publicyst.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.55 **Biznes** – pr. publicyst.
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.55 **Biznes** – pr. publicyst.
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
13.55 **Biznes** – pr. publicyst.
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.55 **Biznes** – pr. publicyst.
15.00 **15 na żywo** – inf.
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Tak jest** – pr. publ.
19.15 **Serwis informacyjny**
19.25 **Fakty po Faktach** – program inform.

PUBLICYSTYCZNY

20.00 **Bez kitu**

Przy jednym stole spotkają się przedstawiciele różnych ugrupowań, instytucji i urzędów, aby prowadzić dyskusje dotyczące polityki, społeczeństwa i gospodarki.

21.00 **Polska i świat** – inf.
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
23.40 **Biznes** – pr. publicyst.
0.00 **Fakty po Faktach**
0.45 **Bez kitu** – pr. publ.
1.50 **Tak jest** – pr. publ.
2.45 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
3.10 **Akademia ogrodnika** – mag.

POLSAT PLAY HD

6.00 **Budowlańcy** (24) – dok.
6.30 **Kołowrotek** (218) – mag.
7.00 **Dorwać tuńczyka** (13, 14)
9.05 **Wojny magazynowe**
10.05 **Wojny kontenerowe** (15, 16) – serial dok., USA
11.00 **Hardkorowy lombard** (142-147) – serial dok., USA
14.00 **Polacy za granicą** (71, 72)
16.00 **Złomiarze** (19, 20) – dok.
18.05 **Poszukiwacze historii** (246-249) – serial dokum.
20.05 **Chłopaki do wzięcia** (473-476) – serial dokum.
22.00 **Zawód glina** (5) – dok.
23.05 **Łowca pedofilów** (221-230) – serial dok., Pol.
4.05 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

13.10 **Apetyt na miłość** (10)
14.10 **Akcja: Restauracja!** (4)
15.10 **Miasto smaków Guya Fieriego** (6) – reality show
16.15 **Kuchenne rewolucje** (11)
17.15 **Sexy kuchnia Magdy Gessler** (2) – mag. kulin.
17.50 **Sąsiedzi kontra sąsiedzi**
18.50 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** (5)
19.45 **Perfekcyjni gospodarze 9** (18) – dok.
20.50 **Elitarny turniej wypieków** (7)
21.55 **Pyszne miejscówki** (9)
22.55 **Akcja: Restauracja!** (4)
23.55 **Człowiek kontra jedzenie** (10-13) – mag.

POLSAT RODZINA HD

12.00 **Bogaty dom – biedny dom** (137) – reality show
12.55 **Rodzina zastępcza** (253, 254) – serial kom., Pol.
14.55 **Wielkie wycieczkowce**
15.55 **Świat z góry** (8, 9) – dok.
17.10 **Pingwiny z Madagaskaru** (4-7)
19.05 **Rodzina zastępcza** (323) – serial komedowy, Polska
20.05 **Całkiem nowe lata miodowe** (12, 13) – kom.
21.10 **Miodowe lata** (114)
22.05 **Jak długo jeszcze?** – komedia, USA/Kanada 2007, 115 min (FILM)
0.00 **Sekrety II wojny światowej** (5) – serial dok.

BBC LIFESTYLE HD

12.30 **Psijaciele w potrzebie**
13.30 **Mistrzowie ceramiki 6**
14.35 **Wielkie nowozelandzkie wypieki 4** (9) – pr. rozrywk.
15.40 **Zapraszam do stołu 21**
17.50 **Wymarzone domy 2** (20)
18.50 **Psijaciele w potrzebie**
19.50 **Wielkie nowozelandzkie wypieki 4** (10) – pr. rozr.
21.00 **Kulisy looksmaxingu**
22.00 **Sekrety kobiecego orgazmu** – dok., Wlk. Bryt.
23.00 **Wstydliwe choroby: online 3** (5) – serial dokum.
23.55 **Kulinarne podróże Billy'ego i Doma** (8) – rozr.
1.00 **Koreańska uczta Eda i Ryu** (1) – dok., Wlk. Bryt.

NICK JR. HD

16.40 **Psi Patrol 5** (26) – anim.
17.05 **Rubble i jego ekipa** (1)
17.35 **Pan Krokodyl** (10) – anim.
17.55 **Barbapapa – szczęśliwa rodzinka** (14) – serial anim.
18.15 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (24) – anim., Fr.
18.40 **Dora 4** (8) – serial anim.
19.00 **Santiago z mórz** (1)
19.30 **Przygody Misia Paddingtona 2** (26)
19.55 **Przygody Misia Paddingtona** (16) – anim.
20.07 **Świnka Peppa 5** (6-9)
20.31 **Świnka Peppa** (19)
20.36 **Świnka Peppa 6** (2, 3, 5)
20.55 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (8-10) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.10 **Więcej „Wydarzeń"** – inf.
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Najważniejsze pytania**
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – publ.
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Najważniejsze pytania**

TVP KOBIETA DVB T2

14.35 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka**
15.00 **Po prostu na wieś** (1)
15.30 **Ojciec Mateusz 4** (53, 54)
17.25 **Ludzie z mikroplastiku**
18.30 **63. KFPP w Opolu – Kiedy mnie już nie będzie... W hołdzie Magdzie Umer i Agnieszce Osieckiej** (2)
19.30 **Miłość i nadzieja** (321) – telenowela, Turcja 2022
20.30 **Wichrowe wzgórze** (302) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (286) – obycz.
22.30 **Księga miłości** – dramat obycz., USA 2016, 120 min (FILM)

E! ENTERTAINMENT HD

8.50 **Very Cavallari** (5, 6)
10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów 16** (1, 2)
14.20 **Very Cavallari** (7, 8)
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów 16** (7, 8)
20.30 **Very Cavallari** (1, 2)
22.30 **Plastyczna fuszerka** (25)
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów 16** (1, 2)
3.00 **Plastyczna fuszerka**
5.00 **Very Cavallari** (5)

TV TRWAM DVB T

17.55 **Poczet wielkich Polaków** – pr. hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Westerplatte młodych**
19.00 **Warto zauważyć... w mijającym tygodniu**
19.30 **Historie Starego Testamentu** – serial anim.
19.45 **Modlitwa** – religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc historia** – cykl fel.
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Ludzki święty. Św. Alfons Liguori** – film dok.

BBC BRIT HD

8.15 **Top Gear 24** (2) – mag.
9.25 **Top Gear 9** (3) – mag.
10.30 **W warsztacie** (6) – dok.
11.30 **Brytyjskie fabryki 4** (4)
12.35 **Top Gear 10** (7) – mag.
13.40 **W warsztacie** (7) – dok.
14.40 **Cuda inżynierii 3** (4)
15.40 **Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 5** (10)
16.45 **Brytyjskie fabryki 4** (4)
17.50 **Top Gear 10** (8) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii 3** (4)
20.00 **Brytyjskie fabryki 4** (5)
21.00 **Jak budowano imperia 4** (1, 2) – dok.
23.05 **Top Gear 10** (7) – mag.
0.05 **Top Gear 24** (2) – mag.

MINI MINI+ HD

10.00 **Baranek Shaun** (4-12)
11.25 **Baczne oczka** (5-8)
11.55 **Marta mówi** (9, 10)
12.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
12.59 **Marta mówi** (11, 12)
13.55 **Moje urodziny** – dla dzieci
14.00 **Basia** (4-8) – serial anim.
15.10 **Kicia Kocia** (6-10) – anim.
15.55 **Blaze i megamaszyny 2**
17.20 **Staś i fajna Babcia**
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.57 **Staś i fajna Babcia** (14)
18.15 **Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia** (5, 6) – serial anim., Japonia
18.40 **Dora i przyjaciele 2** (8, 9)
19.35 **Kicia Kocia** (7-11) – anim.
20.25 **Mały Charlie** (6-10)

TVP 3 DVB T2

12.30 **Rączka gotuje**
13.00 **Agrobiznes**
13.20 **Agropogoda**
13.30 **Niebezpieczne związki**
14.20 **Niezwykłe miejsca**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Dlaczego krowa...** – mag.
19.45 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.13 **Gość Regionów** – pr. publ.
20.30 **Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie** – pr. publ.
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.30 **Złoty chłopak** (207)

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

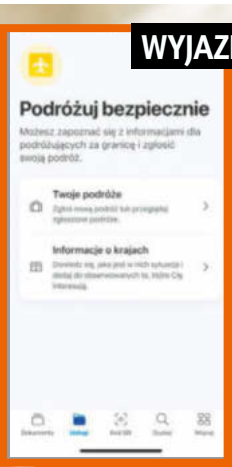
eprasa.pl 641f6b47df

NOWE FUNKCJE MOBYWATELA

W mObywatelu pojawiły się kolejne usługi, które ułatwiają kontakt z urzędem i pozwalają szybciej załatwić formalności. Nie odkładaj spraw na później – otwórz aplikację i ciesz się cyfrową rewolucją.

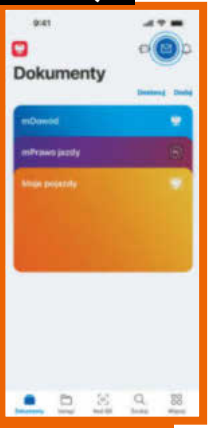
E-URZĄD W SMARTFONIE

WYJAZD POD KONTROLĄ



Przed wyjazdem za granicę zgłoś podróż w MSZ – otrzymasz alerty dotyczące kraju, do którego się wybierasz, a w sytuacjach kryzysowych łatwiej uzyskasz pomoc konsularną. Kliknij „Usługi", potem przewiń do sekcji „Podróż" i wybierz „Odyseusz", a później „Twoje podróże". Kliknij „Zgłoś nową podróż" i „Dalej". Wskaż termin oraz miejsce pobytu, wpisz kraj wyjazdu i ponownie kliknij „Dalej". Określ, jak chcesz otrzymywać powiadomienia o sytuacjach nadzwyczajnych (SMS-em i/lub e-mailem), po czym wyślij zgłoszenie.

CYFROWA KORESPONDENCJA

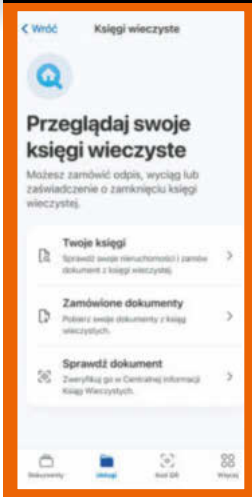


W mObywatelu odbierzesz teraz cyfrowy list polecony, np. z urzędu. Otwórz apkę, kliknij ikonę koperty w prawym górnym rogu i zaznacz zgodę na przekazywanie danych. Wybierz „Przejdź do skrzynki" – do zakładki „Odebrane" będą trafiać polecone z urzędów i instytucji. Kliknij w „Wysłane", by nadać wiadomość (kliknij „Napisz", potem „Dodaj odbiorcę" i wyszukaj urząd po miejscowości lub firmę po NIP-ie albo REGON-ie). Usługa obejmuje tylko wybrane urzędy, instytucje i firmy.

ZGŁOSZENIE DO SANEPIDU

Po otwarciu apki kliknij „Usługi" na dole ekranu i przewiń do sekcji „Zdrowie". Wybierz „Zagrożenia zdrowia publicznego", a potem „Zgłoś interwencję". Tutaj powiadomisz sanepid o nieprawidłowościach: m.in. w twojej pracy (a także w sklepie czy restauracji), jakości wody (z kranu, na basenie), żywieniu (w szpitalach, szkołach) oraz wadach produktów (żywności, suplementów diety, kosmetyków). Opisz problem, podaj wymagane dane (np. adres, numer partii) i kliknij „Wyślij".

SPRAWDŹ, ZAPŁAĆ – GOTOWE!



W sekcji „Sprawy urzędowe" wybierz „Księgi wieczyste", aby sprawdzić, w których z nich figurujesz. Zamówisz tu odpis zwykły lub zupełny księgi wieczystej, wyciąg z niej albo zaświadczenie o jej zamknięciu. Po wskazaniu dokumentu kliknij „Płatność" i wybierz Blik, Google Pay, Apple Pay lub kartę płatniczą. Ponadto w sekcji „Opłaty i podatki" znajdziesz „ePłatności" – z tą usługą w wybranych gminach opłacisz w apce np. podatek od nieruchomości.

DMUCHAJ NA ZIMNE

W „Usługach", w sekcji „Bezpieczeństwo", możesz zapisać się na bezpłatne, 8-godzinne szkolenie obronne (odbywają się w weekendy) i skorzystać z poradnika bezpieczeństwa. Znajdziesz tam podstawowe zasady bezpieczeństwa, listę rzeczy do plecaka ewakuacyjnego i informacje o sygnałach alarmowych. Sprawdzisz też numery alarmowe (m.in. pogotowia ciepłowniczego i gazowego) oraz telefony wsparcia dla osób w kryzysie psychicznym – dorosłych, dzieci i młodzieży.

FOT.: MATERIAŁY REDAKCYJNE/AI, MATERIAŁY PRASOWE MOBYWATEL MINISTERSTWO CYFRYZACJI (5)

eprasa.pl 641f6b47df

➜ Na pytania Czytelników odpowiada
INŻ. JAROSŁAW KUCHAREK,
absolwent Politechniki Łódzkiej
od 30 lat związany z branżą satelitarną

Prosimy o przysyłanie pytań z opisem problemu e-mailem na adres: inzynier@toiowo.pl

ZAMIAST MULTIROOMU

PAN JACEK z Tarnowa jest klientem Cyfrowego Polsatu, ma jeden dekoder w salonie, a dodatkowo telewizor w sypialni i chciałby także na nim odbierać kanały z dekodera. Wiele lat temu, gdy był klientem Canal+, instalator zrobił mu taki układ, że kanał, który był wybrany na dekoderze w salonie, mógł odbierać i w sypialni, a za pomocą drugiego urządzenia mógł zmieniać zdalnie kanały z sypialni. Pyta, czy można by taki układ zastosować dziś do dekodera Cyfrowego Polsatu? Z salonu do sypialni ma poprowadzony kabel na potrzeby TV naziemnej. Wie, że Polsat oferuje dodatkowe dekodery multiroom, ale od talerza do salonu biegnie tylko jeden kabel i nie ma jak dołożyć drugiego do sypialni.

JK Przed laty, gdy nie było mowy o multiroomach i na umowie był tylko jeden dekoder, popularne były modulatory sygnału audio-wideo, które poprzez kabel koncentryczny podawały sygnał do drugiego telewizora czy w całą instalację antenową. Dzięki temu odbiór wybranego aktualnie kanału na dekoderze był możliwy na wszystkich telewizorach wpiętych w tę instalację. Modulatory były analogowe, ale i dekodery były analogowe, potem cyfrowe, ale raczej ze słabą jakością wizji, co przy odbiorze przez modulator wiele nie zmieniało. Dodatkowe tzw. „przekaźniki pilota" pozwalały sterować zmianą kanałów z innego pokoju. Dzisiaj w dobie treści Full HD czy nawet 4K montaż takiego modulatora byłby raczej ponurym żartem. Pewnym rozwiązaniem mogą być modulatory cyfrowe. Są łączone z dekoderem kablem HDMI i dają na wyjściu poprzez kabel antenowy jakość Full HD. Układ będzie zatem działał jak poprzednio. Ale to wydatek kilkuset złotych, a i tak będzie to tylko namiastka multiroomu. W Pana przypadku zastanowiłbym się nad innym rozwiązaniem. Nie może Pan dołożyć z talerza do sypialni dodatkowego kabla, ale możemy wykorzystać kabel biegnący z salonu. Wszystkie dekodery Polsatu wspierają technologię jednokablową Unicable. Proponowałbym wymienić w antenie konwerter na tego właśnie typu, w salonie zakładamy rozgałęźnik sygnału satelitarnego i mamy sygnał satelitarny w sypialni. Chcąc zachować w sypialni odbiór TV naziemnej, dołóżmy odpowiedni sumator. Zyskujemy niezależny odbiór kanałów przy dużo niższych kosztach.

MEDIA NEWS

TANIEJ PRZEZ TRZY MIESIĄCE

Disney+ **STREAMING** Tylko do 28 lipca nowi i spełniający warunki powracający klienci platformy Disney+ mogą kupić subskrypcję za 23,99 zł mies. zamiast 34,99 zł (plan Standard) albo 39,99 zł zamiast 59,99 (Premium). Po 3 miesiącach automatycznie odnowi się droższa opłata, o ile nie anulujesz wcześniej subskrypcji.

DARMOWY KANAŁ Z FILMAMI

sweet.tv **STREAMING** Do oferty bezpłatnych kanałów na platformie Sweet.tv dołączył Premiere HD. W ramówce znalazły się filmy akcji, thrillery i obyczajowe (np. „P.S. Kocham Cię", na zdj.), z polskim lektorem. By oglądać, wystarczy zalogować się w serwisie, wejść w zakładkę „TV bez opłat" i znaleźć kanał na liście.

FOT.: MATERIAŁY PRASOWE (2)

ROZWIĄŻ DLA PRZYJEMNOŚCI

pożywienie dzikich zwierząt / Bożena ..., „Na Wspólnej" / wiklinowy pojemnik / Dorota Rabczewska / krzew zwany bzem / po becie
cykl Kieślowskiego
... Kamińska / hałas, wrzawa
rodzaj weksla / na dnie stawu
pod-szycie leśne
miękka tkanka zębowa / kształt jajka / składana na tarlisku
milczek rzadko je otwiera / Paul z estrady
Glenn ..., „Wielki chłód" / prowadzi „Sprawę dla reportera" / odblask pożaru
Peter ..., reżyser trylogii „Hobbit"
na kominiarzu / gęsta zupa / kotlet z mięsa wołowego
bezkres / wada, usterka
zapora wodna / wypływa z Etny
echo-sonda / szczegół
matka jagnięcia / hańba, niesława
dół twarzy / buda z desek
zespół śpiewaków / pasożyt na pniu drzewa / wielkanocny wypiek
„Wielki ..." z Nowickim / tyfus / duża papuga
płynie przez Wrocław
nocny motyl / wytworny pokój damski
... Przymierza

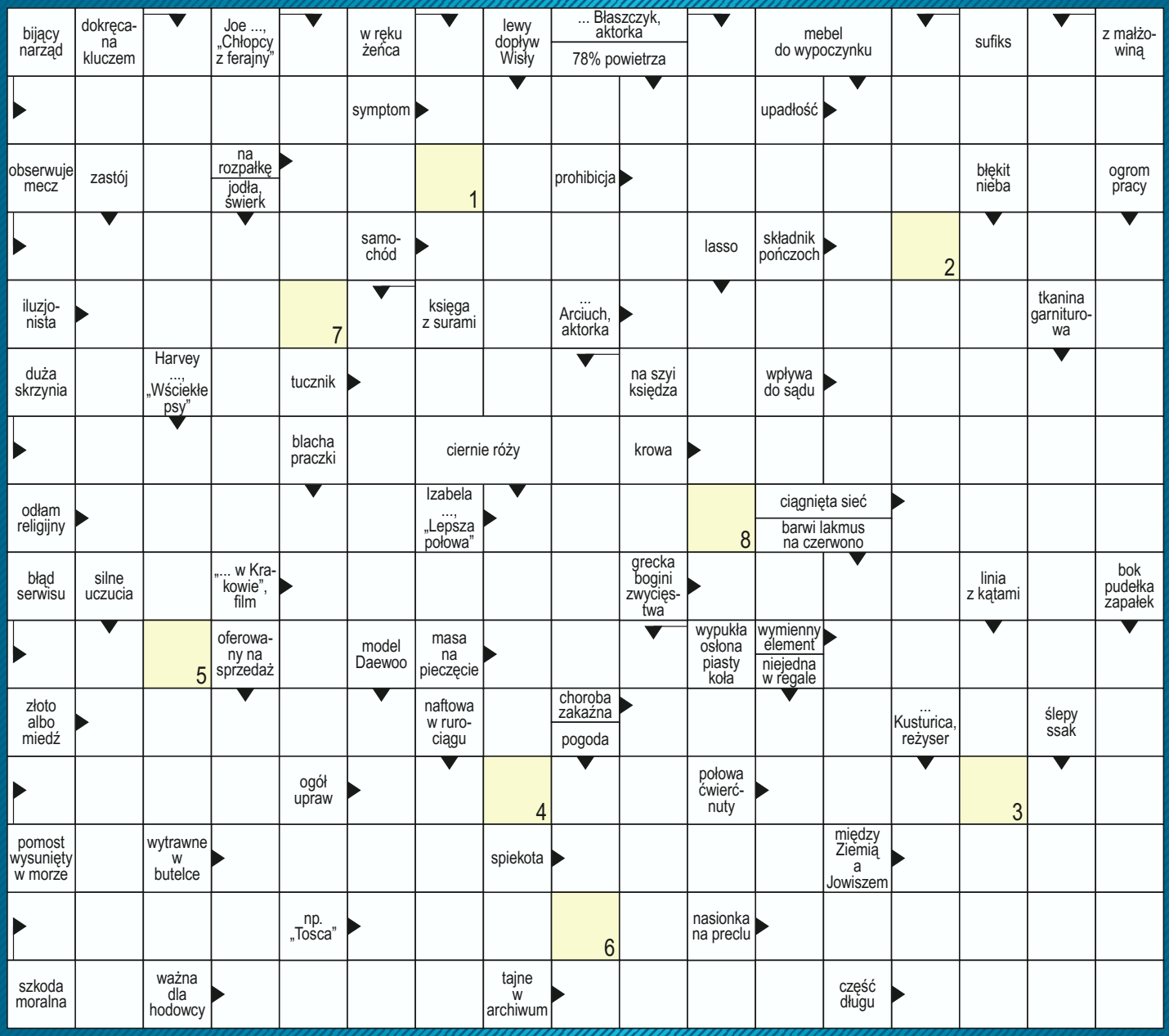
LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5	6

eprasa.pl 641f6b47df

BAW SIĘ Z NAMI!

Rozwiąż dla przyjemności!



LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5	6	7	8

REDAKCJA & WYDAWNICTWO

Adres redakcji: ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa, adres mailowy: redakcja@toiowo.pl
Redaktor naczelna: Marta Lubartowska **Redaktor zarządzający:** Artur Kosiński **Hub Rozrywka i TV: Red. zarządzająca:** Anita Nawrocka **Planner:** Adam Piosik **Koordynator:** Dorota Skalska **Redaktorzy:** Andrzej Czapski, Bogumiła Deka, Ewa Gassen-Piekarska, Marzena Juraczko, Joanna Kołakowska, Iwona Leończuk, Paulina Miluska, Hanna Miłkowska, Maciej Misiorny, Joanna Pasztelańska, Mirosław Piwowarek, Katarzyna Sobkowicz-Rusiecka **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 Glewicka, Małgorzata Porębska, Piotr Piórkowski **Hub Fotoedycji: Lider:** Agata Zasada **Koordynatorzy:** Emil Przygodzki, Magdalena Wojno **Fotoedytorzy:** Magdalena Dąbek-Makowska, Ludmiła Jeruchimowicz, Anna Jurczewska, Grzegorz Lech, Karolina Liżewska, Mirela Taflińska **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 Choynowski, 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-Gałka, e-mail: Aneta.Rym@bauer.pl
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.
Wszelkie skargi, reklamacje i pytania dotyczące publikowanych reklam należy kierować na adres: **reklama@bauer.pl**

eprasa.pl 641f6b47df

SUDOKU

PUSTE POLA WYPEŁNIJ TAK, ABY W KAŻDEJ KOLUMNIE, KAŻDYM RZĘDZIE I KWADRACIE OBWIEDZIONYM POGRUBIONĄ LINIĄ ZNALAZŁY SIĘ CYFRY OD 1 DO 9.

4								
		2		1	4	5		
	1		5					7
	5			8			2	1
1			9		2			8
9	2			3			4	
8					5		1	
		4	8	7		3		
								9

3				4				2
2		9						
	8			1		9	6	
		5	7	6		8		
	2						7	
		8		3	4	2		
	4	2		5			9	
						6		4
9				7				3

zespół jazzowy / Adrien z „Pianisty” — wychodzi raz w roku — ... Timberlake, piosenkarz — narzędzie do ścierania warzyw — maskotka — słodka w torcie — dawniej pożywienie — cheddar lub parmezan — samica konia

reżyser „Misia” — 6 — dużo go na plaży — łóżko na okręcie

góry z Narodną — jedna z wielu w książce — 3

czeskie miasto / zdjęty z palca — apopleksja — włoskie auto — Danuta ..., aktorka

był nim Montezuma — jamnik — 4 — likier rodem z Łotwy / z niej sizal

„... Agent” z Sandrą Bullock — duch, widmo / uchwyt ślusarski — karnacja — skinienie — miejsce zetknięcia

... Gosling, „La La Land” — malaria — święta rzeka Hindusów — 1

2 — święte miejsce muzułmanów — „ułamek” dolara

damskie buty jesienne / wał skoszonej trawy — rywal Jelcza — 5 — mocna wódka angielska

krewna kruka — napaść

LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5	6

eprasa.pl 641f6b47df

REKLAMA

BEZPRZEWODOWY • 8 NARZĘDZI W 1 • GOTOWY DO PRACY W 30 SEKUND

PRZEŁOM 2026!

WYKONAJ PRACE W OGRODZIE Z LEKKOŚCIĄ

HEDGRO 8-W-1 MAX

Bezprzewodowe MULTI-NARZĘDZIE 8-w-1!

OD TRAWY, PRZEZ KRZAKI, PO GRUBE GAŁĘZIE – 1 URZĄDZENIE!

ZAMÓW ZA 299 zł
OFERTA DO WYCZERPANIA ZAPASÓW

HEDGRO 8-W-1 MAX zmienia 4-godzinną harówkę w 60-minutową przyjemność. 1 przycisk – 8 funkcji: kosa elektryczna, podkaszarka żyłkowa, nożyce do żywopłotu, piła ogrodowa, wykrawacz krawędzi, wykaszarka do zarośli, przycinarka teleskopowa do gałęzi, kosa do zboczy... **Zero kabli, zero benzyny, duża wygoda.**

W ZESTAWIE OTRZYMUJESZ:

- Narzędzie HEDGRO 8-W-1 MAX
- 2 akumulatory litowo-jonowe 1200 mAh (60 minut pracy)
- Uchwyt teleskopowy (80–120 cm)
- 4 typy ostrzy: stalowe/tarcza/plastik/żyłka
- Osłona bezpieczeństwa + kółka prowadzące+ ładowarka
- PREZENT: Okulary + rękawice (wartość 49 zł)

Dlaczego warto używać multi-narzędzie HEDGRO 8-W-1 MAX?

Lekkie i przenośne: komfortowa praca nawet przez kilka godzin.

Regulowane i uniwersalne: 3 wysokości, 3 kąty, 4 ostrza – idealnie do każdego zadania.

Kompletny zestaw: zawiera elementy ochronne zapewniające bezpieczne użytkowanie.

Montaż = Klik-Klik-Start: Od pudełka do pracy w 5 minut – instrukcja obrazkowa.

LEKKIE I ŁATWE W OBSŁUDZE

Tylko do wyczerpania zapasów – cena 299 zł

Przytnij trawnik, zarośla i gałęzie SZYBKO I WYGODNIE

HEDGRO 8-W-1 MAX to jedyne narzędzie, którego potrzebujesz. Cisza (65dB), zero spalin, zero kabli. Bezprzewodowy, z wydajnymi akumulatorami Li-Ion, daje do 60 minut pracy!

- 4 wymienne ostrza – od precyzyjnych krawędzi po grube gałęzie (Ø25mm)
- Teleskopowy uchwyt 80-120cm – praca w wygodnej pozycji!
- Lekka konstrukcja – **2,3 kg***
- Poziom dźwięku zbliżony do cichej rozmowy (ok. 65 dB)

LIPCOWA OFERTA TELEFONICZNA:
Zadzwoń i zamów za 299 zł!

PREZENT: okulary ochronne + rękawice (wartość katalogowa 49 zł)

EKSPRESOWA DOSTAWA KURIEREM
prosto do rąk własnych – 23 zł!
Płatność przy odbiorze – 0 zł przedpłaty

Zadzwoń TERAZ:
☎ 58 319 38 06
(Pon.-pt. 8:00-20:00, sob. i niedz. 9:00-20:00; standardowy koszt połączenia telefonicznego dla danego operatora)

* Masa urządzenia bez akumulatora.

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/.