NETFLIX Disney+ HBO max prime video CANAL+

NR INDEKSU 379236

PROGRAM TV NR 33/10.08.2026
15.08-21.08.2026

4,29 zł (w tym 8% VAT)

to&owo TV

PONAD 150 OPISÓW FILMÓW NA CAŁY TYDZIEŃ!

SPORT NA ŻYWO



PIŁKA NOŻNA
TARCZA WSPÓLNOTY
ARSENAL – MANCHESTER CITY

TENIS
TURNIEJ WTA W CINCINNATI

PIŁKA NOŻNA: EKSTRAKLASA
GÓRNIK ZABRZE – WISŁA KRAKÓW

PIŁKA NOŻNA: SUPERPUCHAR FRANCJI
RC LENS – PARIS SAINT-GERMAIN

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

PIOTR ADAMCZYK

JAKO BOSS LOKALNEJ MAFII W EMOCJONUJĄCYM SERIALU PROSTA SPRAWA s. 8

WYWIAD TO&OWO TV



KAMIL SZEPTYCKI

MORFEUSZ

Ostatecznie nie mamy tu gangstera i adwokata, tylko ojca i syna s. 4



LATARNIE



WŚCIEKŁOŚĆ

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



JESZCZE JEDEN STRZAŁ



KABARETOWA NOC POD GWIAZDAMI

PRZEBOJOWY TYDZIEŃ W TV!



PO POWODZI



FESTIWAL WESELNYCH PRZEBOJÓW



LATO Z RADIEM I TELEWIZJĄ POLSKĄ



T JAK TEY

ISSN 1230-8331 33
9 771230 833607

Numer w sprzedaży do 16.08.2026

HALO, TU ZMIANY



Katarzyna Cichopek i Maciej Kurzajewski odchodzą z „halo tu polsat". – Najbliższe miesiące zamierzamy poświęcić na intensywny rozwój naszych marek osobistych oraz realizację autorskich projektów, którymi już wkrótce się z Wami podzielimy – poinformowali fanów. W tej samej wiadomości podziękowali stacji za ostatnie dwa lata. – Jesteśmy wdzięczni za zaufanie, wspólną pracę oraz możliwość współtworzenia projektów, które na stałe wpisały się w codzienność naszych widzów – napisali. Wieść niesie, że to nie koniec roszad w programie... **JK**



MISJA SIĘ NIE KOŃCZY

PAŃSTWO W PAŃSTWIE nie powróci w jesiennej ramówce; podobnie jak „Interwencja" znika na dobre z anteny. – Jestem wdzięczny Telewizji Polsat za to, że przez 15 lat dawała miejsce na głównej antenie programowi o charakterze misyjnym, a nie wyłącznie rozrywkowym. Dzięki temu wraz z zespołem redakcji programu mogłem pomóc wielu ludziom. Wierzę, że ta misja nie dobiegła końca – mówi Przemysław Talkowski, który od samego początku prowadził program. Zapewnia przy tym, że zamierza nadal pomagać obywatelom w walce z niesprawiedliwościami systemu. Czy będzie to robił na antenie jednej ze stacji? Na razie nie wiemy. **JK**



KSIĘŻNICZKA POPU

JOANNĘ KULIG już niebawem zobaczymy znów w Teatrze Telewizji. Rola będzie światowego formatu, bo aktorka wcieli się w samą Britney Spears! Ikona lat 90. i wczesnych 2000. karierę rozpoczęła już w wieku 11 lat – najpierw w reklamach i musicalach, później także w telewizji i branży muzycznej. Potem były wielkie hity, jak „... Baby One More Time", „Oops!... I Did It Again" czy „Toxic", skandale i kontrowersje związane z ubezwłasnowolnieniem piosenkarki... O którym etapie jej życia postanowią więc opowiedzieć autor sztuki Jarosław Murawski i reżyserka Ewelina Marciniak? Przekonamy się jesienią. **JK**



FOT: AKPA (2), EAST NEWS, FORUM (2), GETTY IMAGES, MATERIAŁY PRASOWE (3)

JEST GOTOWA



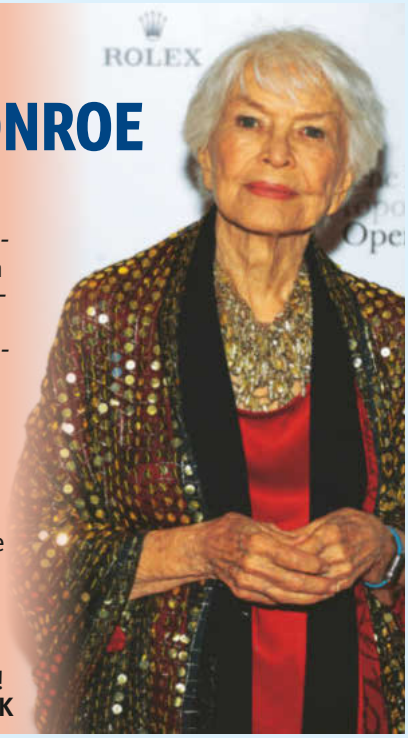
EDYTA BARTOSIEWICZ rozpoczyna poszukiwania najlepszego głosu w Polsce! – Do pełnienia roli trenerki w „The Voice of Poland" byłam zapraszana od pierwszej edycji, ale dopiero teraz czuję się gotowa, by podzielić się swoim doświadczeniem z młodszymi artystami – przyznaje piosenkarka, która niedawno świętowała trzydziestolecie kariery solowej. W programie ma nadzieję spotkać wokalistów, którzy podobnie jak ona przez muzykę pragną i potrafią przekazywać autentyczne emocje. W rolach trenerów zobaczymy też ponownie Tomsona i Barona, Kubę Badacha oraz Michała Szpaka. 17. edycja show rusza już 12 września. **JK**



ZNAMY PROWADZĄCYCH

POKOCHAJ LUB SPRZEDAJ w wersji polskiej coraz bliżej. Za remonty domów uczestników będzie odpowiadać Marika Jóźwiak, architektka wnętrz, telewidzom doskonale znana m.in. z programów Doroty Szelągowskiej. Tworzone przez nią wnętrza są przytulne, ale i nowoczesne, a ona sama jest ceniona za nietuzinkowe podejście do swojego zawodu. Towarzyszyć jej będzie Jacek Mędrala, agent nieruchomości, który może się też pochwalić niemałym doświadczeniem jako aktor i prezenter. Choć na co dzień specjalizuje się w rynku premium i najmach inwestycyjnych, z pewnością zdoła znaleźć nowe gniazdko dla każdej rodziny. **JK**

Z TWARZĄ MARILYN MONROE



ELLEN BURSTYN została wyróżniona Złotym Lewem za całokształt twórczości. Wręczenie nagrody na festiwalu w Wenecji ma towarzyszyć pokazowi krótkometrażowego filmu „Flesh Impact", w którym aktora wciela się w Marilyn Monroe. To historia nieznanej nikomu starszej pani, która podczas przesłuchań do sztuki opowiada o rolach z młodości, stopniowo zdradzając swoją tożsamość (młodszą wersję Marilyn gra Dakota Johnson). Burstyn nie kryła poruszenia nagrodą. – Nie dość, że odwiedzę jedno z moich ulubionych miast na świecie, to jeszcze wrócę do domu, trzymając w ramionach Złotego Lwa! – stwierdziła. **JK**

CZARY-MARY

MIESZKA W LESIE, w chatce na kurzej stópce i pożera zagubione dzieci – wszyscy wiedzą, kim jest Baba Jaga. Oczywiście wszyscy, którzy urodzili się na Słowiańszczyźnie i dorastali, słuchając wschodnioeuropejskich baśni. Na szczęście nasz folklor zatacza coraz szersze kręgi także na Zachodzie. W Kanadzie powstaje serial pod wiele mówiącym tytułem „Yaga". To historia detektywistyczna z elementami nadprzyrodzonymi. W głównych rolach m.in. gwiazda „Matrixa" Carrie-Anne Moss oraz Hudson Williams, znany z „Gorącej rywalizacji" (HBO Max), jednej z najgłośniejszych produkcji ostatnich miesięcy. **JK**



Z MIŁOŚCIĄ DO POLITYKI



Z ABSOLUTNĄ SIŁĄ SPOKOJU największe absurdy przekuwał w wiadomości", „Od pierwszej chwili czułem, że mam przed sobą mistrza, od którego będę mógł się sporo nauczyć", „Andrzej kochał politykę. Kochał docierać do sedna" – tak koledzy wspominają Andrzeja Morozowskiego. Dziennikarz radiowy i telewizyjny, prowadzący i współtwórca wielu programów, m.in. „Teraz my!", „Rozmowa bardzo polityczna", „Tak jest", laureat wielu nagród – w tym Wiktora 2005 w kategorii najbardziej ceniony dziennikarz (wraz z Tomaszem Sekielskim i Andrzejem Turskim) oraz dwóch Telekamer – zmarł 4 sierpnia po długiej chorobie nowotworowej. **JK**

OKŁADKA: EAST NEWS (4), AKPA (3), MATERIAŁY PRASOWE (4)

→WYWIAD

KAMIL SZEPTYCKI

DELIKATNE PRZEJŚCIE

→Jego świetna passa trwa. W serialu „Morfeusz" gra prawnika, który przekracza granicę między dobrem a złem.

Choć dyplom aktorski odebrał dekadę temu, pierwsze zawodowe kroki stawiał wcześniej. Wystąpił w teatralnym „Ożenku" (2009), a potem trafił na duży ekran w „Kamieniach na szaniec" (2014). Talent ma najwyraźniej w genach – jego mamą jest aktorka Małgorzata Szeptycka.

Proszę nam opowiedzieć o postaci, którą gra Pan w „Morfeuszu".

Mecenas Piotr Leyer jest oddanym ojcem dwóch wspaniałych chłopaków, kochającym mężem i człowiekiem, który zawsze staje po stronie słabszych. Podejmuje się również spraw pro publico bono, przeciwstawiając się systemowi w imię wyższego dobra. Nie zależy mu na pieniądzach ani sławie. Jednak jego przeszłość spowija cień: wywodzi się z rodziny o wątpliwym kompasie moralnym. Od lat odcina się od świata, w którym dorastał, i próbuje napisać własną historię – taką, w której pomaga się innym, zamiast ich krzywdzić.

Trochę jak ktoś, kto chce wyjść z toksycznej rodziny?

Tak, to zresztą powszechne zjawisko – dziecko nie chce iść w ślady rodziców i z całych sił stara się zbudować swoją historię samodzielnie. W przypadku Piotra nie jest to łatwe, bo jego ojciec, Andrzej (Andrzej Grabowski), był jednym z szefów szczecińskiego półświatka, a starszy brat przejął po nim schedę. Piotr utrzymuje z rodziną sporadyczne kontakty i unika powiązań z interesami swoich bliskich.

W pewnym momencie na moście spotyka kogoś, kto reprezentuje „ciemną stronę", i stopniowo zaczyna ulegać jej wpływowi.

To symboliczna scena: Piotr staje przed wyborem. Jako aktor nie chciałem jednak podpowiadać widzom, którą drogę ostatecznie wybierze. Widać, że bohaterów łączy wspólna przeszłość. Widać też, że ludzie zdolni do zła bywają naszymi serdecznymi znajomymi, a my możemy nie znać ich od tej najciemniejszej strony. Właśnie dlatego tak łatwo o delikatne przesuwanie własnych granic – od jasno określonych zasad i moralnego kompasu ku decyzjom, które prowadzą w niewłaściwym kierunku. Zależało mi na pokazaniu, że w przypadku Piotra nie jest to kwestia jednego pytania, jednej odpowiedzi ani jednego dnia. To długi proces, którego skalę dostrzega się dopiero z czasem.

Historia Piotra przypomina mi trochę „Breaking Bad", a nawet „Rodzinę Soprano". Skąd czerpał Pan inspirację, budując tę postać?

Jako dziecko oglądałem „Karierę Nikodema Dyzmy" z Romanem Wilhelmim. Ogromne wrażenie zrobiło na mnie to, jak mimo realizowania scen niechronologicznie udało się zachować pełną ciągłość postaci. Widz od początku rozumiał, że Dyzma zmienia się powoli, krok po kroku. To była dla mnie wielka inspiracja i lekcja aktorstwa od świętej pamięci Romana Wilhelmiego.

Były w „Morfeuszu" sceny, po których musiał Pan długo dochodzić do siebie?

Najbardziej wyczerpujące były dla mnie sceny pogrzebu. Kamera robiła najazd na oczy mojego bohatera, a ja w jednym spojrzeniu musiałem zmieścić



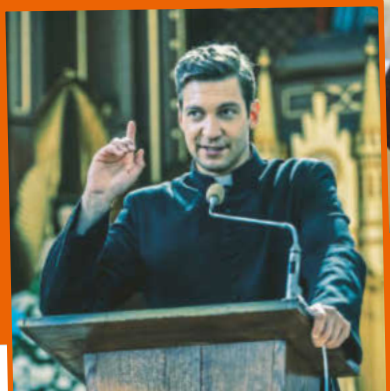
DZIEŃ WOLNY NA PLANIE? Od razu go wykorzystuje! Zaszywa się na łonie natury lub zwiedza okolicę. Pracując nad „Morfeuszem", zakochał się w Szczecinie.

Z TYCH RÓL GO ZNAMY



MATYLDA (2024) W serialu Krzysztofa Langa zagrał partnera tytułowej bohaterki (Maria Kowalska), doktora Roberta Bodena. → TVP VOD

MINUTA CISZY (2025) W drugim sezonie dołączył do obsady jako ksiądz Łukasz Wieczór, nowy proboszcz w Bożej Woli. → CANAL+





CHOPIN, CHOPIN! (2025) W filmie Michała Kwiecińskiego wcielił się w Juliana Fontanę, przyjaciela Fryderyka Chopina. → TVP VOD



nie tylko emocje, lecz także całą mieszaninę wspomnień związanych ze zmarłą osobą. Takie ujęcia powstają godzinami, choć widz ogląda później zaledwie 25 sekund czy minutę materiału. I to są momenty, które zostają ze mną na długo po zejściu z planu, bo niosą ogromny ładunek emocjonalny. Niektórzy aktorzy pracują bardzo technicznie, ja wolę wejść głęboko w przeżycia postaci. A to zawsze ma swoją cenę.

Jak się Panu pracowało z Andrzejem Grabowskim i Andrzejem Konopką? Ich postaci reprezentują mroczny, gangsterski świat.

Siła naszego serialu polega właśnie na tym, że te postaci nie są jednowymiarowe. Piotr Leyer spotyka się z przedstawicielami półświatka, a chwilę później widzimy ich w relacjach rodzinnych, jako kochających mężów, ojców czy dobrych przyjaciół. Relacja z Romanem (Andrzej Konopka) jest o tyle skomplikowana, że to mocny przedstawiciel świata gangsterskiego, którego Piotr na początku cholernie się boi. To człowiek nieobliczalny. Nie cofnie się przed niczym. Ma „oczy rekina", w których nie widać współczucia ani zrozumienia. Jest tylko brutalna siła i bezwzględne dążenie do celu. Natomiast w przypadku Andrzeja Leyera (Andrzej Grabowski), czyli ojca Piotra, wszystko jest dużo bardziej złożone. Między nimi istnieje jakaś ledwie rozpoczęta relacja ojca i syna, brutalnie przerwana w chwili, gdy Andrzej trafił do więzienia i na 15 lat zniknął z życia swojego syna. Myślę, że to bardzo trudna sytuacja, kiedy ktoś nadal żyje, gdzieś istnieje, ale jednocześnie jest całkowicie nieobecny w naszym życiu. Piotrowi wydaje się, że ten rozdział został zamknięty i nie ma do niego powrotu. Tymczasem ich spotkanie sprawia, że wszystko wraca do punktu wyjścia. Ostatecznie nie mamy tu gangstera i adwokata, tylko ojca i syna – dwóch ludzi spragnionych bliskości i noszących w sobie żal za to, co się wydarzyło.

Mamy lato, piękną pogodę, a Pan jest teraz na fali. Znajdzie Pan czas na krótki odpoczynek, czy to będzie lato pod znakiem intensywnej pracy?

Zobaczymy. Na razie zrezygnowałem z kilku propozycji na rzecz teatru. Zaczynam też zdjęcia do kolejnego dużego serialu, o którym jeszcze nie mogę mówić, ale to również będzie bardzo mocny temat. Staram się jednak, jak tylko mogę – nawet podczas zdjęć wyjazdowych – znaleźć chwilę dla siebie. Jeśli mam choć jeden dzień wolnego, uciekam w naturę, żeby zrzucić z siebie cały ten bagaż emocji i wrócić na plan z czystą głową.

Same aktorskie podróże też chyba mają w sobie coś fascynującego. Czytałem, że zdjęcia do „Morfeusza" odbywały się w Konstancinie, Tunezji i Szczecinie.

Rzeczywiście, trochę pojeździliśmy. Zawsze daje mi to ogromną radość. Nawet jeśli plan jest bardzo intensywny, a główna rola wymaga ciągłej obecności na zdjęciach, to możliwość zobaczenia nowych miejsc jest czymś naprawdę wyjątkowym. W tym przypadku szczególnie cieszę się, że mogłem bliżej zapoznać się ze Szczecinem, który wywarł na mnie ogromne wrażenie. Jestem bardzo szczęśliwy, że mogłem spędzić tam trochę czasu, bo to fantastyczne miasto z cudownymi ludźmi.

Rozmawiał Maciej Misiorny

→ MORFEUSZ SKYSHOWTIME



MORFEUSZ (2026) Piotr Leyer nie chce iść w ślady ojca. Ale życie ma wobec niego inne plany.

FOT. AKPA, MATERIAŁY PRASOWE (4)

FILMY SENSACYJNE, KOMEDIE, DRAMATY, SCIENCE

SENSACJA

sobota



Mission: Impossible

GODZ. 20.00 TVN 7 Kino szpiegowskie z brawurowymi scenami akcji, znakomitą muzyką i kaskaderskimi popisami Toma Cruise'a. Agent Ethan Hunt zostaje oskarżony o zdradę. Musi znaleźć winnego, by oczyścić się z zarzutów.

niedziela



Leon zawodowiec

GODZ. 21.00 POLSAT FILM Dwunastolatka, której rodzina zginęła z rąk ludzi skorumpowanego policjanta, chroni się w domu płatnego mordercy. Prosi o pomoc w zemście. Znakomita rola Jeana Reno i udany debiut Natalie Portman.

poniedziałek



Haker

GODZ. 20.00 FILMBOX+ ONE Film mistrza gatunku Michaela Manna, twórcy „Gorączki". Genialny komputerowiec dołącza do pościgu za sabotażystą.

KOMEDIA



Bodyguard Zawodowiec

GODZ. 22.00 AXN Ochroniarz ma strzec ważnego świadka. Ścigają ich zawodowi zabójcy oraz łowcy nagród. Ryan Reynolds i Samuel L. Jackson w duecie. Scenariusz filmu oparty jest na schematach typowych dla kina akcji lat 80. i 90.



Skincare

GODZ. 20.00 C+ PREMIUM Połączenie czarnej komedii z dreszczowcem. W salonie urody Hope chętnie bywają celebryci. Ktoś niszczy reputację kobiety, przez co traci ona klientów. Wróg jest znacznie bliżej, niż mogłaby przypuszczać...



Ocean's Eleven: Ryzykowna gra

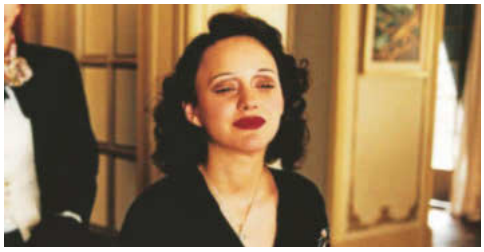
GODZ. 22.00 WARNER TV Słynny złodziej planuje napad na skarbiec kasyn w Las Vegas. Stawka rozgrywki to fortuna i zemsta.

DRAMAT



Ścieżki życia

GODZ. 20.00 HBO Małżonkowie z wieloletnim stażem tracą dom i stabilizację. Wyruszają w długą wędrówkę wzdłuż angielskiego wybrzeża. Inspirowana prawdziwymi wydarzeniami opowieść o dojrzałej miłości i życiowych kryzysach.



Niczego nie żałuję – Edith Piaf

GODZ. 20.00 TVP KULTURA Historia legendy francuskiej piosenki. Oscarowa rola Marion Cotillard. Porzucona przez matkę Edith jako 15-latka zaczyna zarabiać na życie śpiewaniem na ulicy. Z czasem osiąga okupiony trudami sukces.



Zaułek koszmarów

GODZ. 21.00 POLSAT FILM Czasy wielkiego kryzysu. Kuglarz chce oszukać finansowego potentata. Okazuje się on trudnym przeciwnikiem. Cztery nominacje do Oscara.

SF/FANTASY



Baw się dobrze i przeżyj

GODZ. 21.00 C+ PREMIUM W barze w Los Angeles zjawia się przybysz z przyszłości. Ostrzega przed nadchodzącą zagładą. Kompletuje drużynę śmiałków. Pełne absurdalnego humoru kino Gore'a Verbinskiego, twórcy „Piratów z Karaibów".



Pasażerowie

GODZ. 21.05 SUPER POLSAT Uczestnik międzygalaktycznej eskapady budzi się z hibernacji o 90 lat przed czasem. Nie chcąc być sam, sprawia, że dołącza do niego Aurora. Razem odkrywają, że misja jest zagrożona. Dwie nominacje do Oscara.



Wielki mur

GODZ. 22.10 POLSAT Łucznik William dołącza do armii, która się mierzy z krwiożerczymi monstrami. Spektakularne dzieło Yimou Zhanga, twórcy „Hero".

wtorek



Alex Cross

GODZ. 22.30 STOPKLATKA Losy bohatera książek Jamesa Pattersona. Psychiatra z FBI krzyżuje plany seryjnego mordercy. Ten postanawia się zemścić.



Na noże

GODZ. 22.30 TVP KOBIETA Ginie sędziwy autor kryminałów. Tropiący zabójcę detektyw poznaje sekrety rodziny denata. Nominacja do Oscara za scenariusz.



Brat

GODZ. 20.00 C+ PREMIUM Nastoletni Dawid pochodzi z rozbitej rodziny i opiekuje się bratem. Dzięki trenerowi judo zaczyna marzyć o sportowych sukcesach.



W nieskończoność

GODZ. 20.00 TVN FABUŁA Evana prześladują zagadkowe wspomnienia. Okazują się one obrazami z jego poprzednich wcieleń. Mężczyzna ma wypełnić misję.

środa



Ucieczka z piekła

GODZ. 21.00 POLSAT FILM Inspirowane prawdziwą historią losy amerykańskiej rodziny, która trafiła w środek krwawej rewolucji w Azji. Musiała zawalczyć o życie.



Szefowie wrogowie

GODZ. 20.00 TVN FABUŁA Sfrustrowani kumple wcielają w życie plan radykalnego rozwiązania swoich kłopotów w pracy. Humor i gwiazdroska obsada.



Miasto 44

GODZ. 22.30 TVP KOBIETA Poruszające losy młodych ludzi, którym przyszło dorastać w tragicznych czasach okupacji. Wśród nich są zakochani w sobie Stefan i Alicja.



Nieustraszeni bracia Grimm

GODZ. 20.00 TVN 7 Oryginalna wariacja na temat baśni według Terry'ego Gilliama. Podający się za egzorcystów oszuści trafiają do prawdziwie nawiedzonej osady.

czwartek



John Wick 4

GODZ. 21.45 FILMBOX+ HITS Stawka za głowę mistrza krwawego fachu rośnie. Zabójca stawia czoło międzynarodowej organizacji płatnych morderców.



Wystrzałowe wesele

GODZ. 21.00 POLSAT FILM Bandyci uprowadzają gości weselnych na wyspie. Nowożeńcy, w których wcielają się Jennifer Lopez i Josh Duhamel, ruszają na ratunek.



Ból i blask

GODZ. 20.10 ALE KINO+ Reżyser Salvador wspomina osoby i wydarzenia, które go ukształtowały. Antonio Banderas w autobiograficznym filmie Pedro Almodóvara.



Conan Barbarzyńca

GODZ. 21.55 TV PULS Niepokonany wojownik pragnie pomścić bliskich. Losy jednego z najsłynniejszych herosów gatunku magii i miecza. W tej roli Jason Momoa.

piątek



Londyn w ogniu

GODZ. 20.00 PARAMOUNT NETWORK W stolicy Anglii dochodzi do zamachów. Wojnę terrorystom wypowiada agent Banning. Kontynuacja filmu „Olimp w ogniu".



Był sobie chłopiec

GODZ. 20.00 TVN FABUŁA 40-letni lekkoduch zaprzyjaźnia się z nastolatkiem. Chłopiec widzi w nim partnera dla matki. Adaptacja prozy Nicka Hornby'ego.



Whiplash

GODZ. 22.20 TVP HD Utalentowany Andrew zostaje perkusistą w orkiestrze. Dążący do perfekcji dyrygent doprowadza go na skraj załamania. Trzy Oscary.



Morbius

GODZ. 22.10 POLSAT Losy postaci z uniwersum Marvela. Biochemik cierpi na rzadką chorobę. Eksperymentalne leczenie zamienia go w bestię żywiącą się krwią.

SERIALE

HONOROWY DŁUG, trup w wodzie i szabla w dłoni! Tu nikogo nie powstrzyma nieobliczany przeciwnik, kaprysy pogody ani mundur.



Gdzie się podziewa Prosty (Mateusz Więcławek)?

OD 1. ODCINKA

PROSTA SPRAWA

Kazik (Piotr Adamczyk) to wyjątkowo brutalny przestępca.

KRYMINALNY Prawdziwa gratka dla fanów bezkompromisowych twardzieli stających po stronie sprawiedliwości! Serial powstał na podstawie powieści Wojciecha Chmielarza, a za scenariusz i reżyserię odpowiada Cyprian T. Olencki, twórca głośnej „Furiozy". Główny bohater, Bezimienny (Mateusz Damięcki), przyjeżdża do Jeleniej Góry, by spłacić dług wdzięczności. Tyle że Prosty (Mateusz Więcławek), który kiedyś bezinteresownie mu pomógł, zniknął... Z pozoru łatwa misja przeradza się w brutalną wojnę z lokalnym półświatkiem. Piotr Adamczyk zaskakuje jako bezwzględny gangster Kazik. Mocnym akcentem jest również ostatni wspólny ekranowy występ Mateusza i Macieja Damięckich. **MAM**

→ **PROSTA SPRAWA PO 17.08 godz. 22.05 ALE KINO+**

LINE OF DUTY – WYDZIAŁ WEWNĘTRZNY



Arnott i Hastings (Martin Compston, Adrian Dunbar) nie wiedzą wszystkiego o swoich współpracownikach.

KRYMINALNY O godzinie 21.00 w finale 1. sezonu poznamy wynik śledztwa w sprawie Gatesa (Lennie James). A już o 22.10 rozpocznie się 2. sezon, w którym zespół Hastingsa czeka nie lada wyzwanie. Zacznie się od napadu na policyjny konwój. Z zasadzki z życiem ujdą transportowany świadek (choć w ciężkim stanie) oraz detektyw inspektor Lindsay Denton (Keeley Hawes), która natychmiast stanie się obiektem zainteresowania jednostki antykorupcyjnej. Śledztwo w jej sprawie poprowadzą Steve Arnott oraz niedoświadczona, choć ambitna rekrutka Georgia Trotman (Jessica Raine). Nie będą wiedzieli, że Denton łączą prywatne powiązania z kimś z ich wydziału... **JK**

→ **LINE OF DUTY – WYDZIAŁ WEWNĘTRZNY CZ 20.08 godz. 21.00 BBC FIRST**

FOT. MATERIAŁY PRASOWE

PREMIERA

PO POWODZI



KRYMINALNY Brytyjskie miasteczko nawiedza powódź. Gdy w windzie na podziemnym parkingu znalezione zostaje ciało mężczyzny, policja zakłada, że zmarły utknął w niej, gdy poziom wody zaczął się podnosić. Jednak w miarę rozwoju śledztwa posterunkowa Joanna Marshall (Sophie Rundle) nabiera coraz większych podejrzeń. Jak ofiara dostała się do windy i dlaczego nikt jej nie rozpoznaje? Wkrótce na jaw wychodzi prawdziwa przyczyna powodzi w mieście. Odkrywanie kolejnych tajemnic grozi ujawnieniem walki o wielkie pieniądze, a na szali leżą reputacja lokalnych władz i interesy biznesmenów. **EGP**

→ **PO POWODZI PT 21.08 godz. 21.00 BBC FIRST**



Po premierze serialu w 1973 roku Leonard Pietraszak stał się ulubieńcem widzów.

OD 1. ODCINKA

CZARNE CHMURY

PRZYGODOWY Druga połowa XVII wieku. Jan Stolpecki z Lecka zostaje skazany na śmierć za zdradę. Mieszczanie protestują, ale namiestnik elektora brandenburskiego pozostaje nieugięty. Wtedy pułkownik Krzysztof Dowgird (Leonard Pietraszak), pruski oficer polskiego pochodzenia, postanawia odbić skazańca, rozpoczynając niebezpieczną grę z potężnym przeciwnikiem. Brawurowe ucieczki, pojedynki i pościgi sprawiają, że trudno oderwać wzrok od ekranu. Nic dziwnego, że serial okrzyknięto polską odpowiedzią na „Fanfana Tulipana". Losy Dowgirda nawiązują do autentycznej postaci płk. Krystiana Ludwika Kalksteina (1630-1672). **MAM**

→ **CZARNE CHMURY SO 15.08 godz. 17.30 TVP SERIALE**

REKLAMA

Cukierki pokrzywowe - Reutter

Pokrzywa, którą ceniono od pokoleń.

Cukierki Pokrzywowe Reutter to połączenie tradycji z wygodą.
W składzie mają cenny ekstrakt z pokrzywy — a nie sok.
To ziołowa klasyka w nowoczesnej, poręcznej formie: zawsze pod ręką, bez zaparzania.

Produkt wyróżniony przez Fundację Rozwoju Kardiochirurgii w Zabrzu.
Cukierki pokrzywowe Reutter to oryginały, a nie kopie!



Reutter ponad 100 lat zaufania!

Dostępne w aptekach i zielarniach.

POKRZYWA — ZIOŁOWA KLASYKA W NOWEJ ODSŁONIE

Pokrzywa towarzyszy ludziom od pokoleń i na stałe wpisała się w kulturę wielu regionów. Napar z suszonej pokrzywy to jeden z tych ziołowych smaków, po które chętnie sięgamy, zwłaszcza zimą. Nie zawsze jednak mamy czas na zaparzanie herbatki. Właśnie z myślą o wygodzie powstały Cukierki Pokrzywowe Reutter — sprawdzone i chwalone przez Klientów, zawsze pod ręką. Zawierają cenny ekstrakt z pokrzywy (a nie sok), a ich receptura to efekt ponad stuletniego doświadczenia firmy Reutter w tworzeniu markowych produktów ziołowych. Czytaj etykiety i wybieraj oryginały — dostępne w aptekach i zielarniach.

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

ROZRYWKA

KABARETOWA ELITA zawita do Lidzbarka Warmińskiego. Będziemy wspominać Irenę Jarocką oraz kultowy Tey. Wybierzemy się też na wesele!



To będzie pierwszy telewizyjny występ Kabaretu hrAbi w nowym składzie – z Wojciechem Kamińskim (z pr).

NA ŻYWO

KABARETOWA NOC POD GWIAZDAMI

WIDOWISKO W tym roku Lidzbarskie Wieczory Humoru i Satyry świętują 50-lecie powstania! Taki jubileusz trzeba uczcić z fasonem, dlatego na scenie obok znakomitych kabareciarzy pojawią się gwiazdy estrady. Gospodarzami wydarzenia będą Marzena Rogalska, Artur Andrus i Andrzej Poniedzielski, a wystąpią m.in. Czesław Mozil, Szymon Majewski, Adam Nowak, Katarzyna Pakosińska, Paweł Domagała, Piotr Bukartyk, Maciej Miecznikowski, Grażyna Łobaszewska oraz... Wojciech Mann! Wśród satyryków zobaczymy kabaret hrAbi, który po dłuższej przerwie, po śmierci Joanny Kołaczkowskiej, wrócił na scenę. Szykuje się niezapomniany wieczór! **MJ**

→ **KABARETOWA NOC POD GWIAZDAMI PT 21.08 godz. 20.00 TVP 2**



Wśród prowadzących wydarzenie zobaczymy Marzenę Rogalską.



T JAK TEY

KABARET Poznański kabaret Tey to jedna z ważniejszych grup w historii polskiego kabaretu. Założyli go w latach 70. Zenon Laskowik, Krzysztof Jaślar i Aleksander Gołębiowski, a występowali w nim m.in. Bohdan Smoleń (zdj.) i Rudi Schuberth. W czasach PRL Tey słynął z aluzyjnej satyry. Za sukcesem kabaretu stał Laskowik – autor większości tekstów i jeden z głównych wykonawców. Program przypomni fragmenty ich występów, w tym największe przeboje, m.in.: skecz „Z tyłu sklepu", nawiązujący do handlu, czy „Maluch" – z humorem pokazujący realia zakupu i utrzymania Fiata 126p w PRL. **MP**

→ **T JAK TEY PO 17.08 godz. 16.10 TVP ROZRYWKA**

NIEDZIELA Z... PIOSENKAMI IRENY JAROCKIEJ

WSPOMNIENIE Gdyby żyła, 18 sierpnia Irena Jarocka obchodziłaby 80. urodziny. To doskonała okazja, by przypomnieć artystkę, której piosenki zachwycają kolejne pokolenia. W cyklu „Niedziela z..." jej przyjaciele opowiedzą o fenomenie wokalistki, która dorastała w ubóstwie, a dzięki talentowi i pracowitości podbiła serca Polaków. Później zobaczymy recital „Jesteś moją piosenką" z 1998 roku (g. 18.00) oraz prawdziwy rarytas: archiwalny koncert z Malborka z lat 80. (g. 18.40). To będzie sentymentalna podróż w rytmie przebojów „Motylem jestem", „Kocha się raz", „Odpływają kawiarenki" i „Beatlemania Story". **MAM**

→ **NIEDZIELA Z... ND 16.08 godz. 17.15 TVP KULTURA**



FOT. AKPA (5), EAST NEWS (4), TVP

NA ŻYWO

LATO Z RADIEM I TELEWIZJĄ POLSKĄ

WIDOWISKO Wbrew nazwie miejscowości w sobotni wieczór w Mrozach będzie wyjątkowo gorąco! Podczas kolejnego koncertu wakacyjnej trasy „Lata z Radiem i Telewizją Polską" na scenie pojawi się plejada gwiazd: Patrycja Markowska, Pectus, Kobranocka, Universe, Łukasz Zagrobelny, Ewelina Flinta, De Mono, Andrzej Piaseczny i Blanka. Tego dnia w pobliskim Jeruzalu odbędzie się również ogólnopolski zlot fanów serialu „Ranczo", o którym więcej będzie można się dowiedzieć w „Pytaniu na śniadanie". Czy przy tej okazji poznamy również dokładną datę premiery 11. sezonu, który właśnie powstaje? **MJ**

→ **LATO Z RADIEM I TELEWIZJĄ POLSKĄ**
SO 15.08 godz. 20.00 TVP 2



Gwiazdą koncertu będzie też Andrzej Piaseczny.

Czy bracia Szczepanikowie z zespołu Pectus zabiorą nas w swoim przeboju do „Barcelony"?



Śledztwo prowadzą inspektor Humbleby (Gustaw Lutkiewicz) i profesor Fen (Wieńczysław Gliński, w kółku).

ELEGIA NA ŚMIERĆ NIESZCZĘŚLIWEJ DAMY

TEATR SENSACJI Scenariusz na podstawie powieści Edmunda Crispina napisała Kamila Klein, a za reżyserię odpowiadał Ryszard Ber. Dzięki temu duetowi widzowie „Kobry" mogli w 1975 roku zanurzyć się w kryminalną intrygę rozgrywającą się w świecie brytyjskich filmowców. Na planie filmu „Elegia na śmierć nieszczęśliwej damy" trup ściele się gęsto. Najpierw ginie aktorka Gloria Scott, później otruty zostaje Maurice Crane, a prasa publikuje list, z którego wynika, że za śmierć kobiety odpowiadają Madge Crane i jej brat Nicholas. Inspektor Humbleby oraz profesor Fen zrobią wszystko, by odkryć, kto stoi za serią zbrodni. **MAM**

→ **ELEGIA... WT 18.08 godz. 20.00 TVP KULTURA**

NA ŻYWO

FESTIWAL WESELNYCH PRZEBOJÓW

WIDOWISKO Po hucznym „weselu", na którym bawiliśmy się 14 sierpnia, czas na poprawiny – i to z przytupem. 15 sierpnia na scenie pojawią się Sławomir i Kajra, Halina Mlynkova, Natasza, Skolim, Rafał Brzozowski, Classic, Shazza oraz Michał Milowicz, którzy zadbają o to, by taneczna atmosfera nie opuszczała Mrągowa do ostatnich minut koncertu. – Drugiego dnia nie zwalniamy tempa, wręcz przyspieszamy. Mamy tak zwane poprawiny biesiadne. Będzie mnóstwo fantastycznych wokalistów, więc będzie można znaleźć odpowiedni dla siebie styl muzyczny. Dla każdego coś dobrego – zachwala Rafał Maserak. **EGP**

→ **FESTIWAL WESELNYCH PRZEBOJÓW SO 15.08 godz. 19.55 POLSAT**



W Mrągowie nie zabraknie Kajry i Sławomira oraz Nataszy (w kółku).

DOKUMENT

SIŁA WYJĄTKOWEJ rzeki, spór wielkich sław architektury XX wieku, odkryte na nowo rzymskie tajemnice.



Wylewająca rzeka to raj dla hipopotamów.

AFRYKAŃSKA RZEKA WIDMO

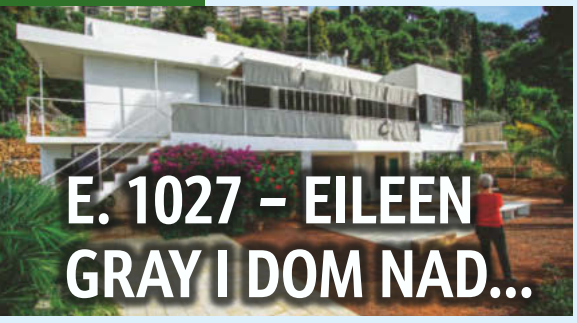
OD SUSZY DO OBFITOŚCI Rzeka Boteti jest źródłem życia w jednym z najsurowszych zakątków Botswany. Jej koryto podlega rytmowi suszy i nagłej obfitości, gdy zasilają ją wody wylewającej rzeki Okawango. Każdej zimy rozlewiska delty Okawango wdzierają się w głąb pustyni Kalahari, przyciągając stada roślinożerców i drapieżniki. Gdy woda ustępuje, krajobraz znów staje się surowy – pylisty i bezlitosny. W porze suchej Boteti, dopóki niesie wodę, pozostaje kluczowym przystankiem na szlakach wędrówek zwierząt. Gdy nurt zamiera, stada kierują się ku solnisku – pozostałości po wyschniętym jeziorze. Przetrwają tylko wtedy, gdy deszcze nadejdą na czas. **MP**

→ **AFRYKAŃSKA RZEKA WIDMO SO 15.08 godz. 15.00 NATIONAL GEOGRAPHIC WILD**

PREMIERA



Nie wszystkie zwierzęta przetrwają na brzegu Boteti.



E. 1027 – EILEEN GRAY I DOM NAD...

ARCHITEKTURA ZMAGAŃ Konflikt między architektką Eileen Gray i sławnym Le Corbusierem pokazuje, jak trudno było kobiecie przebić się i bronić swoich racji w zdominowanym przez mężczyzn środowisku. W latach 1926–1929 Gray zaprojektowała willę E. 1027 na Lazurowym Wybrzeżu. Kilka lat później Le Corbusier, bez jej zgody, pokrył ściany budynku barwnymi muralami, nazywając to „artystycznym dialogiem". Dla Gray było to zawłaszczenie jej dzieła. Przez dekady to jego nazwisko częściej łączono z E. 1027 niż jej własne. Film opowiada o walce Gray o należne jej miejsce w historii architektury. **MP**

→ **E. 1027 – EILEEN GRAY I DOM NAD MORZEM PO 17.08 godz. 13.45 TVP KULTURA**

KOLOSEUM: PRAWDZIWA HISTORIA

ODKRYĆ NA NOWO Korzystając z najnowszych odkryć archeologicznych, historyk Dan Snow analizuje, jak powstało Koloseum – najbardziej imponujący amfiteatr starożytnego Rzymu. Zastanawia się, jak Rzymianom udało się wznieść tak monumentalną budowlę w zaledwie dziesięć lat. Odtwarza też przebieg krwawych, trwających aż 100 dni igrzysk otwarcia w 80 r. n.e., urządzonych przez cesarza Tytusa. Opowiada o codziennym życiu gladiatorów i ich dramatycznych losach, a także odsłania kulisy organizacji widowisk – od sprzedaży biletów po przygotowywanie posiłków dla tysięcy widzów. **MP**

→ **KOLOSEUM: PRAWDZIWA HISTORIA ŚR 19.08 godz. 22.55 BBC EARTH**



FOT. MATERIAŁY PRASOWE (3), FORUM

REKLAMA

Dlaczego nie powinieneś ignorować tych objawów

Biegunka, ból brzucha, wzdęcia



To zagadka niemal tak stara jak sama nowoczesna medycyna: dlaczego tak wielu dorosłych wciąż cierpi na dolegliwości jelitowe, takie jak biegunka, ból brzucha i wzdęcia – bez możliwości ustalenia ich przyczyny?
Podczas gdy medycyna poczyniła ogromne postępy, przyczyna tych nawracających dolegliwości jelitowych nadal pozostawała nieznana.
Z czasem dla tych niewyjaśnionych objawów zaczęto używać określenia „drażliwego jelita", które później przyjęło formę terminu zespół jelita drażliwego.
Obecne odkrycia naukowe rzucają nowe światło na możliwe przyczyny – i jednocześnie dają nadzieję milionom osób cierpiących na IBS.

Czym jest zespół jelita drażliwego?

Zespół jelita drażliwego objawia się nawracającymi dolegliwościami jelitowymi, takimi jak biegunka, ból brzucha, wzdęcia i zaparcia. Objawy te mogą występować naprzemiennie, w kombinacji lub pojedynczo, a ich intensywność, częstotliwość i czas trwania są zmienne.
Dla osób dotkniętych tym schorzeniem stanowi to znaczne obciążenie w codziennym życiu i może poważnie ograniczać jakość życia. Eksperci szacują obecnie częstość występowania na ponad 10%, co oznacza, że w samej Polsce na zespół jelita drażliwego cierpi prawie 4 miliony osób.[1]
Wyniki badań wskazują możliwą przyczynę – aktualne badania dochodzą do wniosku, że częstą przyczyną zespołu jelita drażliwego jest uszkodzona bariera jelitowa.
Te mikroskopijne uszkodzenia bariery jelitowej umożliwiają patogenom i niepożądanym substancjom przenikanie do ściany jelita i drażnienie układu nerwowego jelit. Może to prowadzić do typowych objawów, takich jak biegunka, ból brzucha czy wzdęcia.[2]

Przełom w badaniach

Na podstawie tych odkryć rozpoczęto poszukiwania skutecznego rozwiązania. W ich trakcie włoscy naukowcy natrafili na szczególny szczep bakterii bifido:
B. bifidum MIMBb75. Jego wyjątkową cechą jest zdolność fizycznego przylegania do komórek nabłonka jelitowego – podobnie jak plaster na ranie. Naukowcy postawili pytanie: czy dzięki przyleganiu bakterii do bariery jelitowej uszkodzenia mogą się zmniejszyć, a tym samym czy zmniejszą się także nawracające objawy, takie jak biegunka, ból brzucha i wzdęcia?
Odpowiedź uzyskali w dwóch kolejnych badaniach o najwyższym standardzie naukowym („złoty standard"). Wykazano w nich imponującą skuteczność tego szczepu zarówno w jego pierwotnej, jak i inaktywowanej cieplnie formie w łagodzeniu objawów zespołu jelita drażliwego.[3,4]

Od pomysłu do produktu

Szczep bakterii B. bifidum MIMBb75 w swojej dalszej, ulepszonej, inaktywowanej cieplnie formie jest dostępny wyłącznie w wyrobie medycznym Kijimea IBS PRO. Obecnie jest to jeden z najlepiej sprzedających się preparatów na dolegliwości jelitowe w całej Europie.[5]
Szczep ten uznawany jest za dobrze tolerowany – nie są znane działania niepożądane ani interakcje.
Kijimea IBS PRO jest dostępny w aptekach bez recepty. Jeśli nie jest dostępny na miejscu, apteka może zamówić produkt z hurtowni w ciągu kilku godzin. Można go również wygodnie kupić bezpośrednio u producenta na stronie kijimea.pl.
Ważne: tylko Kijimea IBS PRO działa dzięki unikalnemu efektowi „plastra" – żaden inny preparat nie zawiera tego specjalnego szczepu bakterii.

Nowość

Dla Twojej apteki: Kijimea IBS PRO

- ✓ Z unikalnym szczepem bakterii B. bifidum HI-MIMBb75
- ✓ Na dolegliwości jelita drażliwego, takie jak biegunka, ból brzucha czy wzdęcia
- ✓ Skuteczność w IBS potwierdzona klinicznie[4]



SYNformulas GmbH
Am Haag 14 • 82166 Gräfelfing • Niemcy
Tel.: +48 2230 77116 • info@kijimea.pl • www.kijimea.pl

(GTIN 4260344399437)

[1]Black CJ, Ford AC. Global burden of irritable bowel syndrome: trends, predictions and risk factors. Nat Rev Gastroenterol Hepatol. 2020 Aug;17(8):473-486. doi: 10.1038/s41575-020-0286-8. Epub 2020 Apr 15. PMID: 32296140. • [2]Wood JD. Effects of bacteria on the enteric nervous system: implications for the irritable bowel syndrome. J Clin Gastroenterol. 2007;41 Suppl 1:S7-S19. doi:10.1097/MCG.0b013e31802f1331. [3]Guglielmetti S et al. Randomised clinical trial: Bifidobacterium bifidum MIMBb75 significantly alleviates irritable bowel syndrome and improves quality of life – A double-blind, placebo-controlled study. Aliment Pharmacol Ther. 2011;33(10):1123-1132. • [4-6]Andresen V, Gschossmann J, Layer P. Heat-inactivated Bifidobacterium bifidum MIMBb75 (SYN-HI-001) in the treatment of irritable bowel syndrome: a multicentre, randomised, double-blind, placebo-controlled clinical trial. Lancet Gastroenterol Hepatol. 2020;5(7):658-666. doi:10.1016/S2468-1253(20)30056-X. • [5]Insight Health, DE, AT, ES, IT; MAT 12/2025. Zdjęcie ma charakter ilustracyjny.

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

TARCZA WSPÓLNOTY



OBYWATELE POWALCZĄ o trzecie z rzędu zwycięstwo nad Kanonierami.

ARSENAL – MAN. CITY

KIBICE MOGĄ ostrzyć sobie zęby m.in. na hitowe spotkanie Arsenalu z Manchesterem City oraz kolejne występy polskich lekkoatletów na ME w Birmingham.

PIŁKA NOŻNA Mecz o Tarczę Wspólnoty stanowi sygnał, że fani futbolu mogą rozpocząć końcowe odliczanie do startu nowego sezonu Premiership. Pierwszy gwizdek ligowej kampanii 2026/27 wybrzmi w piątek 21 sierpnia w spotkaniu Arsenalu z Coventry City (godz. 20.50 Canal+ Extra 1). Niespełna tydzień przed potyczką z beniaminkiem, na słynnym stadionie Wembley, formę urzędujących mistrzów Anglii sprawdzi triumfator FA Cup – Manchester City. W ekipie Obywateli trwa obecnie gruntowna przebudowa po odejściu Josepa Guardioli. Następcą hiszpańskiego trenera, który na przestrzeni dekady (2016-2026) poprowadził klub z Etihad Stadium do zdobycia dwudziestu trofeów, został Enzo Maresca. Włocha i odpowiedzialnego za wyniki Arsenalu Mikela Artetę łączy fakt, że w przeszłości obaj pełnili funkcję asystentów Guardioli. Dotychczas byli uczniowie Pepa mieli okazję zmierzyć się trzy razy, kiedy Maresca pełnił jeszcze funkcję szkoleniowca londyńskiej Chelsea. Bilans tych konfrontacji to dwa remisy i jedno zwycięstwo podopiecznych Artety. Znalezienie sposobu na Arsenal i sięgnięcie po Tarczę Wspólnoty może pomóc menedżerowi City w udowodnieniu, że jest właściwym człowiekiem na właściwym miejscu.

→ **ARSENAL – MAN. CITY ND 16.08 godz. 15.55 TVP SPORT**



TURNIEJ WTA W CINCINNATI

TENIS Ostatnia wielkoszlemowa impreza sezonu startuje 30 sierpnia. Cztery najlepsze polskie tenisistki, przygotowując się do US Open, swoją formę szlifować będą w Cincinnati. Iga Świątek na kortach Lindner Family Tennis Center broni wywalczonego przed rokiem trofeum. Wówczas w starciu finałowym pokonała Jasmine Paolini. Po raz pierwszy w tym turnieju wystąpi natomiast Maja Chwalińska, która zaleczyła już kontuzję odniesioną podczas Wimbledonu. O cenne punkty w rankingu WTA walczyć będą także Magda Linette oraz Magdalena Fręch.

→ **TURNIEJ WTA W CINCINNATI PO 17.08 godz. 17.00 C+ SPORT 2**

PRES TORUŃ – SPARTA WROCŁAW

EKSTRALIGA

ŻUŻEL Hitowe starcie przedostatniej kolejki sezonu zasadniczego PGE Ekstraligi. Może ono zadecydować o tym, kto awansuje do play-offów z pierwszego miejsca w tabeli i trafi na teoretycznie słabszego rywala. Mistrzowie Polski są żądni rewanżu za przegraną w pierwszym spotkaniu z Betard Spartą Wrocław. Ekipa z Torunia doznała wówczas bolesnej porażki 38:52. Jednak na własnym terenie Emil Sajfutdinow i jego koledzy są niezwykle groźni. Na Motoarenie nie przegrali jeszcze w tym sezonie żadnego meczu. Żużlowcy ze stolicy Dolnego Śląska liczą na przerwanie znakomitej passy rywali.

→ **PRES TORUŃ – SPARTA WROCŁAW ND 16.08 godz. 19.15 C+ SPORT**



ROBERT LAMBERT i spółka mają ze Spartą rachunki do wyrównania.

FOTO: MATERIAŁY PRASOWE

MISTRZOSTWA EUROPY – BIRMINGHAM

LEKKOATLETYKA Z poprzedniej edycji czempionatu Starego Kontynentu Biało-Czerwoni przywieźli sześć medali. Finisz rywalizacji w Birmingham może okazać się kluczowy w kontekście wyśrubowania tego wyniku. Zarówno w sobotę, jak i niedzielę (godz. 20.25 TVP Sport) na Alexandra Stadium do akcji wkroczą bowiem kolejni polscy kandydaci do podium mistrzostw Europy. 15 sierpnia, podczas sesji wieczornej, rozegra się między innymi finał konkursu skoku wzwyż kobiet. Trzymamy kciuki, by nie zabrakło w nim Marii Żodzik. Wicemistrzyni świata ścigała się z czasem, by dojść do pełni sił po urazie szyi, którego doznała w lipcowym mityngu Diamentowej Ligi. Na dobry wynik liczą też nasze sprinterki w sztafecie 4x100 m z Ewą Swobodą na czele. Dzień później presji oczekiwań spróbuje sprostać Maria Andrejczyk, srebrna medalistka igrzysk olimpijskich w Tokio i zarazem świeżo upieczona mistrzyni Polski w rzucie oszczepem. Zmagania w Alexandra Stadium zwieńczą biegi sztafetowe na 4x400 m.

→ **ME – BIRMINGHAM SO 15.08 godz. 20.50 TVP SPORT**



MARIA ANDREJCZYK jest rekordzistką Polski w rzucie oszczepem.

MARIA ŻODZIK to nr 5 światowej listy skoku wzwyż.

SUPERPUCHAR FRANCJI



JOAO NEVES trafił do PSG w 2024 r. z portugalskiej Benfiki.

RC LENS – PSG

PIŁKA NOŻNA W letnim oknie transferowym ekipę RC Lens wzmocnił między innymi kupiony z KAA Gent Michał Skóraś. Reprezentant Polski dobrze wprowadził się do nowego zespołu, zaliczając dwie asysty w swoim debiucie przypadającym na sparing z drugoligowym US Boulogne (4:1). Pierwsza poważna weryfikacja umiejętności wychowanka Lecha przypadnie na mecz o Superpuchar Francji przeciwko Paris Saint-Germain. Jeśli Skóraś błyśnie na tle mistrzów kraju i triumfatorów Champions League, szybko wkupi się w łaski kibiców Les Artésiens. Spotkanie zostanie rozegrane na Stade Félix-Bollaert, domowym obiekcie Lens.

→ **RC LENS – PSG ND 16.08 godz. 20.40 ELEVEN SPORTS 1**

EKSTRAKLASA

GÓRNIK ZABRZE – WISŁA KRAKÓW

PIŁKA NOŻNA Wraz z awansem Białej Gwiazdy do najwyższej klasy rozgrywkowej do ekstraklasowego terminarza wróciło kilka rodzimych klasyków. W hicie 4. kolejki na boisko Stadionu im. Ernesta Pohla w Zabrzu wybiegną zespoły, które mają na koncie łącznie 27 mistrzostw Polski. W swoim spadkowym sezonie 2021/22 Wiślacy odnieśli nad Górnikiem wyjazdowe zwycięstwo 1:0. Jako beniaminkowi trudno im będzie nawiązać do tego wyniku w potyczce z aktualnym wicemistrzem kraju.

→ **GÓRNIK – WISŁA KRAKÓW SO 15.08 godz. 20.10 C+ SPORT 3**



ÁNGEL RODADO (z lewej) ma na koncie trzy tytuły króla strzelców 1. ligi.

TYDZIEŃ SPORTU NA ŻYWO

TRANSMISJE OD SOBOTY 15 DO PIĄTKU 21 SIERPNIA Zaplanuj z nami cały tydzień sportowych emocji!

PIŁKA NOŻNA

PKO BP EKSTRAKLASA

SO Zagłębie Lubin – Śląsk Wrocław
14.40 CANAL+ SPORT 3; TVP SPORT

SO Wisła Płock – Lech Poznań
17.25 CANAL+ SPORT 3

SO Górnik Zabrze – Wisła Kraków
20.10 CANAL+ SPORT 3

ND Motor Lublin – GKS Katowice
14.40 CANAL+ SPORT 3

ND Jagiellonia – Pogoń Szczecin
17.25 CANAL+ SPORT 3



ND Cracovia – Raków Częstochowa
17.25 CANAL+ PREMIUM

PO Piast Gliwice – Wieczysta Kraków
18.55 CANAL+ SPORT 3; CANAL+ SPORT 5

PT Cracovia – Wieczysta Kraków
20.25 CANAL+ SPORT 3

BETCLIC 1. LIGA

SO Odra Opole – Warta Poznań
15.25 TVP 3

ND ŁKS Łódź – Termalica Nieciecza
14.25 TVP POLONIA

PO Arka Gdynia – Puszcza Niepołomice
18.55 TVP SPORT

PT Lechia Gdańsk – Pogoń Siedlce
20.30 TVP SPORT

BETCLIC 2. LIGA

ND Stal Stalowa Wola – Avia Świdnik
19.25 TVP 3

PT Sandecja – Górnik Łęczna
17.55 TVP SPORT

LIGUE 1

PT Olympique Marsylia – RC Strasbourg
20.40 ELEVEN SPORTS 1
Oyedele

SUPERPUCHAR FRANCJI

ND RC Lens – Paris Saint-Germain
20.40 ELEVEN SPORTS 1
Nawrocki, Skóraś

PREMIER LEAGUE

PT Arsenal FC – Coventry City FC
20.50 CANAL+ EXTRA 1

TARCZA WSPÓLNOTY

ND Arsenal FC – Manchester City FC
15.55 TVP SPORT HIT

2. BUNDESLIGA

SO SpVgg Greuther Fürth – Nürnberg
12.55 ELEVEN SPORTS 3
Lisewski

SO VfL Osnabrück – 1. FC Magdeburg
12.55 ELEVEN SPORTS 1
Kopacz – Żukowski

SO FC Kaiserslautern – Karlsruher SC
20.25 ELEVEN SPORTS 2

ND Hannover 96 – VfL Wolfsburg
13.25 ELEVEN SPORTS 1
Grabara, Grzywacz

PUCHAR NIEMIEC

PT SV Waldhof – FC Kaiserslautern
17.55 ELEVEN SPORTS 4

PT Hansa Rostock – VfB Stuttgart
20.40 ELEVEN SPORTS 2

PUCHAR WŁOCH

SO Udinese Calcio – Padova Calcio
18.20 POLSAT SPORT 3
Piotrowski, Buksa

PO Palermo FC – US Lecce
21.05 POLSAT SPORT 2

LA LIGA

SO CD Alaves – Getafe CF
19.25 CANAL+ SPORT

SO Sevilla FC – Rayo Vallecano
21.25 CANAL+ SPORT

PO RC Deportivo La Coruna – Elche CF
20.55 CANAL+ SPORT

PRIMEIRA LIGA

SO Rio Ave FC – FC Porto
21.25 ELEVEN SPORTS 1
Bednarek, Kiwior, Pietuszewski

EREDIVISIE

ND Feyenoord Rotterdam – Go Ahead Eagles
14.25 POLSAT SPORT 1
Moder

ELIMINACJE LM UEFA

WT Mecz fazy play-off
20.55 CANAL+ EXTRA 1; CANAL+ EXTRA 2

ŚR Mecz fazy play-off
20.55 CANAL+ EXTRA 1; CANAL+ EXTRA 2

INNE DYSCYPLINY

BOKS

PT BKFC Fight Night: Mohegan Sun CANAL+ SPORT
0.00 Waga półśrednia: Bryce Henry – Carlos Trinidad

DART

SO New Zealand Darts Masters CANAL+ SPORT 5
9.00 2. dzień

PT Australian Darts Masters CANAL+ SPORT 5
11.00 1. dzień

FORMUŁA 1

PT Grand Prix Holandii ELEVEN SPORTS 1
12.25 1. sesja treningowa

PT Grand Prix Holandii ELEVEN SPORTS 1
16.25 Kwalifikacje do sprintu

FUTBOL AMERYKAŃSKI

ND Europejska Liga Futbolu Amerykańskiego POLSAT SPORT 3
14.55 Mecz: Panthers Wrocław – London Warriors

GOLF

SO FedEx St. Jude Championship EUROSPORT 2
19.00 3. runda

ND FedEx St. Jude Championship EUROSPORT 2
18.00 Finał

CZ BMW Championship EUROSPORT 2
21.00 1. runda

PT BMW Championship EUROSPORT 2
21.00 2. runda

KOLARSTWO

SO Arctic Race of Norway EUROSPORT 2
14.15 3. etap

SO Czech Tour EUROSPORT 2
15.30 3. etap

SO Arctic Race of Norway EUROSPORT 2
17.00 3. etap

ND Czech Tour EUROSPORT 2
13.00 4. etap

ND Cyclassics Hamburg EUROSPORT 2
14.30 29. edycja

ND Arctic Race of Norway EUROSPORT 2
16.30 4. etap

ŚR Renewi Tour EUROSPORT 1
15.30 1. etap

CZ Renewi Tour EUROSPORT 1
15.30 2. etap

PT Renewi Tour EUROSPORT 1
15.15 3. etap

LEKKOATLETYKA

SO Mistrzostwa Europy – Birmingham TVP SPORT
8.25 6. dzień – sesja poranna
Reprezentanci Polski

SO Mistrzostwa Europy – Birmingham TVP SPORT
20.50 6. dzień – sesja wieczorna
Reprezentanci Polski

ND Mistrzostwa Europy – Birmingham TVP SPORT
8.25 7. dzień – sesja poranna
Reprezentanci Polski

ND Mistrzostwa Europy – Birmingham TVP SPORT
20.25 7. dzień – sesja wieczorna
Reprezentanci Polski HIT



PO Golden Sand 2026. Memoriał Szewińskiej, Komara i Ślusarskiego TVP SPORT
14.30 4. edycja

PT Diamentowa Liga w Lozannie POLSAT SPORT 1
20.00 Athletissima Lausanne
Reprezentanci Polski

PŁYWANIE

SO ME – Paryż TVP SPORT
18.25 6. dzień – sesja wieczorna
Reprezentanci Polski

ND ME – Paryż TVP SPORT
18.25 7. dzień – sesja wieczorna
Reprezentanci Polski

– zawody z udziałem Polaków

SIATKÓWKA KOBIET

PT Mistrzostwa Europy 2026 POLSAT SPORT 1
12.50 Mecz grupy D: Francja – Słowacja



PT Mistrzostwa Europy 2026 POLSAT SPORT 2
13.50 Mecz grupy B: Austria – Serbia

PT Mistrzostwa Europy 2026 POLSAT SPORT 1
15.50 Mecz grupy D: Chorwacja – Włochy

PT Mistrzostwa Europy 2026 POLSAT SPORT 3
16.50 Mecz grupy C: Azerbejdżan – Portugalia

PT Mistrzostwa Europy 2026 POLSAT SPORT 2
16.50 Mecz grupy B: Bułgaria – Ukraina

PT Mistrzostwa Europy 2026 POLSAT SPORT 1
17.50 Mecz grupy A: Turcja – Łotwa

PT Mistrzostwa Europy 2026 POLSAT SPORT 2
18.50 Mecz grupy D: Szwecja – Czarnogóra

PT Mistrzostwa Europy 2026 POLSAT SPORT 3
19.50 Mecz grupy B: Czechy – Grecja

SIATKÓWKA PLAŻOWA

SO Mistrzostwa Europy – Stare Jabłonki 2026 POLSAT SPORT 2
10.55 Mecz ćwierćfinałowy mężczyzn

SO Mistrzostwa Europy – Stare Jabłonki 2026 POLSAT SPORT 2
13.25 Mecz półfinałowy kobiet

SO Mistrzostwa Europy – Stare Jabłonki 2026 POLSAT SPORT 2
15.55 Mecz ćwierćfinałowy mężczyzn

ND Mistrzostwa Europy – Stare Jabłonki 2026 POLSAT SPORT 2
10.55 Mecz półfinałowy mężczyzn

ND Mistrzostwa Europy – Stare Jabłonki 2026 POLSAT SPORT 2
13.25 Mecz o 3. miejsce kobiet

ND Mistrzostwa Europy – Stare Jabłonki 2026 POLSAT SPORT 2
14.40 Mecz finałowy kobiet

ND Mistrzostwa Europy – Stare Jabłonki 2026 POLSAT SPORT 2
15.55 Mecz o 3. miejsce mężczyzn

ND Mistrzostwa Europy – Stare Jabłonki 2026 POLSAT SPORT 2
17.10 Mecz finałowy mężczyzn

SNOOKER

SO Turniej China Open EUROSPORT 1; EUROSPORT 2
8.00 Mecz półfinałowy

SO Turniej China Open EUROSPORT 1
13.30 Mecz półfinałowy

ND Turniej China Open EUROSPORT 1; EUROSPORT 2
8.00 Mecz finałowy

ND Turniej China Open EUROSPORT 1
13.30 Mecz finałowy

SPORTY WALKI

SO UFC Fight Night POLSAT SPORT 1
3.00 Walka: Islam Makhachev – Ian Machado Garry

TENIS

SO Turniej ATP w Cincinnati POLSAT SPORT 1
17.00 Mecze 1. i 2. rundy gry pojedynczej
Hurkacz, Majchrzak



SO Turniej WTA w Cincinnati CANAL+ SPORT 2
17.00 Mecze 1. i 2. rundy gry pojedynczej
Świątek, Frech, Linette, Chwalińska

SO Turniej ATP w Cincinnati POLSAT SPORT 1
19.00 Mecze 1. i 2. rundy gry pojedynczej

SO Turniej WTA w Cincinnati CANAL+ SPORT 2
19.00 Mecze 1. i 2. rundy gry pojedynczej

SO Turniej ATP w Cincinnati POLSAT SPORT 1
21.00 Mecze 1. i 2. rundy gry pojedynczej

SO Turniej WTA w Cincinnati CANAL+ SPORT 2
21.00 Mecze 1. i 2. rundy gry pojedynczej

SO Turniej ATP w Cincinnati POLSAT SPORT 1
23.00 Mecze 1. i 2. rundy gry pojedynczej

ND Turniej ATP w Cincinnati POLSAT SPORT 1
17.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

ND Turniej WTA w Cincinnati CANAL+ SPORT 2
17.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

ND Turniej ATP w Cincinnati POLSAT SPORT 1
19.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

ND Turniej WTA w Cincinnati CANAL+ SPORT 2
19.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

ND Turniej ATP w Cincinnati POLSAT SPORT 1
21.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

ND Turniej WTA w Cincinnati CANAL+ SPORT 2
21.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

ND Turniej ATP w Cincinnati POLSAT SPORT 1
23.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

PO Turniej ATP w Cincinnati POLSAT SPORT 1
17.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

PO Turniej WTA w Cincinnati CANAL+ SPORT 2
17.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

PO Turniej ATP w Cincinnati POLSAT SPORT 1
19.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

PO Turniej WTA w Cincinnati CANAL+ SPORT 2
19.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

PO Turniej ATP w Cincinnati POLSAT SPORT 1
21.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

PO Turniej WTA w Cincinnati CANAL+ SPORT 2
21.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

PO Turniej ATP w Cincinnati POLSAT SPORT 1
23.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

WT Turniej ATP w Cincinnati POLSAT SPORT 1
17.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

WT Turniej WTA w Cincinnati CANAL+ SPORT 2
17.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

WT Turniej ATP w Cincinnati POLSAT SPORT 1
19.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

WT Turniej WTA w Cincinnati CANAL+ SPORT 2
19.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

WT Turniej ATP w Cincinnati POLSAT SPORT 1
21.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

WT Turniej WTA w Cincinnati CANAL+ SPORT 2
21.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

WT Turniej ATP w Cincinnati POLSAT SPORT 1
23.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

ŚR Turniej ATP w Cincinnati POLSAT SPORT 1
17.00 Mecz 4. rundy gry pojedynczej

ŚR Turniej WTA w Cincinnati CANAL+ SPORT 2
17.00 Mecz 4. rundy gry pojedynczej

ŚR Turniej ATP w Cincinnati POLSAT SPORT 1
19.00 Mecz 4. rundy gry pojedynczej

ŚR Turniej WTA w Cincinnati CANAL+ SPORT 2
19.00 Mecz 4. rundy gry pojedynczej

ŚR Turniej ATP w Cincinnati POLSAT SPORT 1
21.00 Mecz 4. rundy gry pojedynczej

ŚR Turniej WTA w Cincinnati CANAL+ SPORT 2
21.00 Mecz 4. rundy gry pojedynczej

ŚR Turniej ATP w Cincinnati POLSAT SPORT 1
23.00 Mecz 4. rundy gry pojedynczej

CZ Turniej WTA w Cincinnati CANAL+ SPORT 2
19.00 Ćwierćfinał gry pojedynczej

CZ Turniej ATP w Cincinnati POLSAT SPORT 1
21.00 Ćwierćfinał gry pojedynczej

PT Turniej WTA w Cincinnati CANAL+ SPORT 2
19.00 Ćwierćfinał gry pojedynczej

PT Turniej ATP w Cincinnati POLSAT SPORT 2
21.00 Ćwierćfinał gry pojedynczej

ŻUŻEL

SO Indywidualne Mistrzostwa Polski CANAL+ SPORT 5
18.30 3. runda w Ostrowie Wielkopolskim

ND Metalkas 2. Ekstraliga CANAL+ SPORT 5
12.30 Mecz: Polonia Bydgoszcz – Dakar Development Stal Rzeszów

ND Metalkas 2. Ekstraliga CANAL+ SPORT 5
15.00 Mecz: Polonia Piła – Hunters PSŻ Poznań

ND PGE Ekstraliga CANAL+ SPORT
16.45 Mecz: ORLEN OIL Motor Lublin – FOGO Unia Leszno



ND PGE Ekstraliga CANAL+ SPORT
19.15 Mecz: PRES Grupa Deweloperska Toruń – Betard Sparta Wrocław

PT PGE Ekstraliga CANAL+ SPORT
17.30 Mecz: Betard Sparta Wrocław – Włókniarz Częstochowa

PT PGE Ekstraliga CANAL+ SPORT
20.00 Mecz: GKM Grudziądz – Motor Lublin

TO&OWO POLECA



SERIAL SUPERBOHATERSKI

LATARNIE

John Stewart (Aaron Pierre) wydaje się idealnym kandydatem do Korpusu Zielonych Latarni – międzygalaktycznej formacji stojącej na straży porządku i bezpieczeństwa. Ale kiedy trafia pod skrzydła legendy Latarni, Hala Jordana (Kyle Chandler), wszystko, czego do tej pory się nauczył, zostaje wystawione na próbę. Jordan, pionier służby w kosmosie, posiada bowiem Pierścień Mocy – źródło zielonej energii mającej możliwości przybierania dowolnej formy w zależności od wyobraźni właściciela. Serial jest oparty na postaciach z komiksów DC „Zielona Latarnia".

HBO max → PREMIERA 17.08



THRILLER

WYŚCIG BESTII

Rio de Janeiro przyszłości. Pozbawione dostępu do morza, leżące w gruzach miasto staje się lokacją dla brutalnej odsłony gry zwanej „jogo do bicho". W nowej wersji biegacze udający konkretne zwierzęta ścigają się na śmierć i życie, by wygrać wysoką nagrodę pieniężną i odzyskać... osobę oddaną w zastaw. Wśród graczy jest Mano (Matheus Abreu), młody idealista, chcący ocalić swoją siostrę, która została wystawiona przez jednego z uczestników. Reżyserem nowego brazylijskiego filmu jest Fernando Meirelles, znany z wybitnego „Miasta Boga".

prime video → JUŻ DOSTĘPNY



SERIAL DRAMATYCZNY

ZGODNIE Z PRAWEM

São Paulo, połowa lat 90. Ambitna młoda prokurator Mbali (Nqobile Nunu Khumalo) musi przewartościować całe swoje życie, gdy zostaje wciągnięta w bezwzględny więzienny syndykat, którym kieruje jej dawno niewidziany brat, Moses. Kobieta staje przed dramatycznym wyborem: z jednej strony chce przestrzegać prawa, z drugiej – pozostać lojalną wobec rodziny. Gdy okazuje się, że jej drugiemu bratu, Sphelele, grozi niebezpieczeństwo, Mbali decyduje się na współpracę z mafią. Brazylijski serial jest nową odsłoną dwusezonowej produkcji „Bractwo".

NETFLIX → PREMIERA 14.08

SERIAL DRAMATYCZNY

WŚCIEKŁOŚĆ



Gdy młody mężczyzna (Vinicius Neri) cudem uchodzi z życiem po brutalnym ataku, ma dług wdzięczności u trenera sztuk walki (Fabio Lago), który go ocalił. Cierpiący na zaniki pamięci po pobiciu, przyjmuje imię Marcelo i za namową swojego wybawcy dołącza do świata MMA. Wkrótce jednak staje przed trudnym wyborem między szansą na nowe życie a powracającą przeszłością, która coraz mocniej daje o sobie znać. Okazuje się, że przed napadem Marcelo był związany z niebezpiecznymi ludźmi, którzy nie dadzą mu tak łatwo o sobie zapomnieć.

NETFLIX → JUŻ DOSTĘPNY



THRILLER

JESZCZE JEDEN STRZAŁ

Po zniszczeniu tajnej kryjówki w Polsce żołnierz Navy SEALs Jake Harris (Scott Adkins) ma osobiście eskortować do Waszyngtonu podejrzanego o terroryzm Amina Mansura i jego żonę. Gdy podczas transportu dochodzi do nieprzewidzianych komplikacji, konieczna jest zmiana trasy – Harris i jego więźniowie mają lądować na lotnisku cywilnym w Baltimore. Szybko okazuje się, że to nie przypadek. Na miejscu wpadają w starannie zaplanowaną zasadzkę: czekają na nich wyszkoleni najemnicy, którzy chcą odbić Mansura i wydobyć z niego tajne informacje.

CANAL+ → JUŻ DOSTĘPNY



KOMEDIODRAMAT

NIE ŻYCZCIE MI POWODZENIA

Wielbicielka teatru Sophie Birenbaum (Sunny Sandler) nie może się doczekać występu w szkolnym musicalu i z determinacją zabiega o główną rolę. Gdy jednak nad jej rodziną gromadzą się ciemne chmury, dziewczyna zaczyna wątpić, czy sobie poradzi. Jej mama, Rachel (Melanie Lynskey), ponownie staje do najtrudniejszej walki – z chorobą nowotworową. Dla Sophie, jej brata oraz ojca (Max Greenfield) oznacza to duże zmiany, dotyczące nie tylko przejęcia domowych obowiązków. W obliczu próby niespodziewanie umacniają się jednak łączące ich więzi.

NETFLIX → **PREMIERA 14.08**



SERIAL KRYMINALNY

KOBIETY W BŁĘKICIE 2

Kobiety w policji to nadal temat drażliwy w Meksyku końca lat 70. Ale świeżo awansowana na porucznika María (Bárbara Mori) nie zamierza dać się pokonać stereotypom, podobnie jak jej koleżanki po fachu – Valentina (Natalia Téllez), Gabina (Amorita Rasgado) oraz Ángeles (Ximena Sariñana). Trzymając się obowiązujących zasad, María dąży przede wszystkim do ustalenia prawdy i ukarania winnych. Kolejne śledztwo, którego się podejmuje – w sprawie śmierci pewnej studentki – prowadzi Marię do tragicznych w skutkach wydarzeń z końca lat 60.

tv → **PREMIERA 12.08**

SERIAL PRZYGODOWY

OUTER BANKS 5



Po tragicznej stracie JJ-a w Maroku, gdzie został ugodzony nożem przez swojego ojca, przyjaciele z Outer Banks nie potrafią otrząsnąć się z szoku. Pogrążeni w żałobie, z dala od domu i wciąż bez poszukiwanego artefaktu, mogą liczyć wyłącznie na siebie. Tymczasem Chandler Groff – zabójca JJ-a – pozostaje na wolności i nie przestaje na nich polować, uniemożliwiając im powrót do domu. Chcąc odzyskać dawne życie, John B, Sarah, Kiara, Pope i Cleo, będą musieli nie tylko pomścić przyjaciela, ale też wypełnić misję, którą wyznaczyli sobie na początku.

NETFLIX → **PREMIERA 20.08**

CZARNA KOMEDIA

BEZ WYJŚCIA

Życie Man-su (Lee Byung-Hun), pracownika fabryki papieru, wydaje się idealnie uporządkowane: stabilna praca, rodzina, dom, dwa psy. Ale gdy nieoczekiwanie mężczyzna zostaje zwolniony, jego świat się rozpada. Znalezienie nowej pracy okazuje się nie lada wyzwaniem. Im dłużej Man-su pozostaje bezrobotny, tym bardziej czuje się nieprzydatny. Aż w końcu dochodzi do wniosku, że jedynym sposobem na zdobycie zatrudnienia jest… wyeliminowanie zbyt dużej konkurencji. Reżyserem filmu jest Park Chan-wook, twórca „Oldboya", „Służącej" i „Podejrzanej".

HBO max → **JUŻ DOSTĘPNY**



THRILLER

ZABAWA W POCHOWANEGO 2

Minął rok od krwawej nocy, podczas której Grace Le Domas (Samara Weaving) zdołała przeżyć śmiertelną grę w chowanego, a rodzina jej męża zginęła w tajemniczej eksplozji. Teraz kobieta próbuje ułożyć sobie życie na nowo. Ale gdy zostaje napadnięta i trafia do szpitala, gdzie odnajduje swoją młodszą siostrę Faith (Kathryn Newton), rozpoczyna się kolejna brutalna rozgrywka. Obie muszą walczyć z polującymi na nie członkami Rady. Okazuje się, że tylko śmierć Grace pozwoli zwycięzcy przejąć przywództwo i zdobyć pierścień dający pełnię władzy.

Disney+ → **JUŻ DOSTĘPNY**





CHCESZ WIEDZIEĆ WIĘCEJ? CZYTAJ NETFLIM

POD REDAKCJĄ JOANNY PASZTELAŃSKIEJ FOT. MATERIAŁY PRASOWE



20.15 TVN → **Julka za działkę jest gotowa zrobić wszystko. Diler żąda pieniędzy. Igor odkrywa w końcu uzależnienie córki.**

Na Wspólnej

OBYCZAJOWY PO Andrzej błaga Krzysztofa, by wstrzymał artykuł o handlu dyplomami. Basia radzi jednak byłemu mężowi, żeby powiedział synom o swoich przekrętach. WT Julka tłumaczy ojcu, że jej zły stan to efekt rozstania z Leonem. Prosi go o pieniądze. Kiedy Igor odmawia, dziewczyna spotyka się z dilerem i domaga kolejnej działki. Zostaje odrzucona. ŚR Nowak znajduje przy córce środki odurzające. Gdy pojawia się temat odwyku, Julka grozi samobójstwem. CZ Wściekły Igor idzie do Leona, który wciągnął jego dziecko w nałóg. Weronika organizuje dla Eweliny pomoc terapeutyczną.

HD POLSKA 2026 ▶35 min

OSZUSTWA BYŁEGO MĘŻA
Brzozowski boi się, że jego przekręty wyjdą na jaw. Basia namawia Andrzeja do wyznania prawdy synom.



16.50 Szpital św. Anny
TVN OBYCZAJOWY

PO Rogowski opiekuje się pacjentką, która zasłabła. Kaja przyjmuje kobietę z krwawieniem, wymagającą konsultacji ginekologicznej. WT Maciek i Mirek leczą starszego pacjenta z zaburzeniami pamięci. Ratownicy pomagają też kobiecie z urazem głowy. ŚR Mirek przeżywa trudne chwile. Na SOR trafia jego była teściowa. Tymczasem Kaśka otrzymuje wezwanie do prokuratury. CZ Na SOR-ze przebywa nastolatka z problemami kardiologicznymi. Mirek zajmuje się pobitym 30-latkiem. PT Maciek diagnozuje 60-latkę wymagającą szybkiej operacji. Zwierza się Kaśce z obaw dotyczących syna.

HD POLSKA 2026 ▶65 min



19.00 Lombard. Życie pod zastaw 18
TV PULS

OBYCZAJOWY PO Becia zaprasza dawnych i obecnych pracowników i przyjaciół lombardu na imprezę z okazji 10-lecia biznesu Kazimierza. WT Policjantka Kalina romamsuje z Darkiem. Odkrywa, że jest liderem pseudokibiców, gdy do jego domu wpadają antyterroryści. ŚR Do warsztatu Alana dociera auto z ranną kobietą. Mechanik rusza z pomocą, nie mając pojęcia o jej drugim życiu. CZ Norbert podczas urlopu nad morzem poznaje Kaję, w której od razu się zakochuje. Ta skrywa tajemnicę. PT Mąż Natalii szuka Nano. Żąda, by zostawił jego żonę w spokoju. Wmawia mu, że ona nie chce rozwodu.

HD POLSKA 2026 ▶60 min



9.00 Ranczo 9
TVP 1 OBYCZAJOWY

SO, PO-PT Na plebanię przychodzi wścibski dziennikarz kolorowego pisma, który chce przeprowadzić wywiad z Michałową. Kozioł jest poirytowany rosnącą popularnością w mediach wicepremiera Czerepacha. Lodzia nie przestaje podejrzewać męża o niewierność.

HD POLSKA 2015 ▶50 min



20.25 Gra z Cieniem
TVP 1 KRYMINALNY

SO, ND Kosek próbuje zakończyć relację z ministrową. Jego związek z Niną rozwija się. Nieoczekiwanie podczas jednego z ich romantycznych spotkań pojawia się mąż kobiety. Bartman otrzymuje anonimową przesyłkę z kompromitującymi go materiałami.

HD POLSKA 2024 ▶55 min



14.00 Splątane losy
TVP 1 OBYCZAJOWY

PO-PT Munevver zauważa, że Mine tęskni za matką i Yasemin. Sądzi, że jej starsza wnuczka przed kimś ucieka. Chce, by Halil odnalazł obie kobiety. Burak cierpi z powodu uczuć do Yasemin. Jest zazdrosny o Kerema. Wyznaje Serhatowi, że się zakochał.

HD TURCJA 2024 ▶60 min

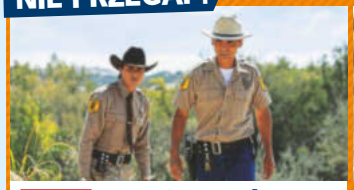


20.00 Uroczysko
TV 4 KRYMINALNY

PO-CZ Kacper Piotrowski, po trzech małżeństwach z coraz młodszymi partnerkami, przeżywa dramat po śmierci 11-letniego syna. Policjanci badają sprawę. Umiera bezdomny Lewus. Wiele wskazuje na przedawkowanie. Śledczy ustalają tożsamość ofiary.

HD POLSKA 2026 ▶35 min

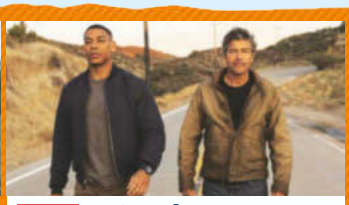
NIE PRZEGAP!



20.10 Szepty mroku
ALE KINO+ KRYMINALNY

ND Siostrzenica Leaphorna świętuje swoje urodziny, tymczasem porucznikowi udaje się odzyskać ciała ofiar. Podejrzewa on, że wszystkie zbrodnie w rezerwacie są ze sobą powiązane.

HD USA 2022 ▶125 min



20.00 Latarnie
HBO SCIENCE FICTION

PO USA. Międzygalaktyczni stróże prawa, legendarny Hal Jordan i rekrut John Stewart, prowadzą śledztwo w sprawie zagadkowego morderstwa. Nowicjusz chce dorównać odwagą swemu idolowi.

HD USA 2026 ▶65 min



20.00 Niewypowiedziana wojna 2
C+ PREMIUM SENSACYJNY

PO Danny Patrick zmaga się z konsekwencjami rosyjskiego cyberataku. Nie jest zadowolony, kiedy szefem ekipy szybkiego reagowania zostaje podpułkownik Roz Cavendish.

HD WIELKA BRYTANIA 2026 ▶50 min



22.05 FBI: Most Wanted 4
AXN KRYMINALNY

PO Uchodźczynie z Wenezueli podejmują pracę u Carlosa Moralesa. Ten zmusza je do nielegalnych działań. Task Force demaskuje proceder. Scott wraca na Florydę przeprosić Davis.

HD USA 2022 ▶55 min

OD 15 DO 21 SIERPNIA 2026



19.00 Policjantki i Policjanci
TV 4

OBYCZAJOWY PO Lena i Bartosz badają sprawę kradzieży pierścionka zaręczynowego podczas wieczoru panieńskiego. Śledztwo nabiera tempa. WT Marek i Daria otrzymują wezwanie dotyczące śladów krwi i listu z groźbami przy bankomacie. Ofiarą okazuje się hazardzista. ŚR Miłosz zostaje porwany. Mikołaj i Jacek dzięki monitoringowi znajdują busa zarejestrowanego w Zakopanem. CZ Lena i Bartosz zajmują się strzelaniną w domu. Gospodarz utrzymywał kontakty z szefem gangu. PT Marek i Daria sprawdzają zgłoszenie Krystyny Kopeć o porwaniu jej męża przez UFO. Jest on ścigany za wyłudzenia.

HD POLSKA 2026 ▶60 min



20.05 Barwy szczęścia
TVP 2

OBYCZAJOWY PO Marcin znajduje nieprzytomną Renatę, która po przedawkowaniu leków trafia do szpitala. Elżbieta nakrywa Romea w pokoju Ewy. Popada w konflikt z wnuczką. WT Marcin odwozi Renatę do ośrodka leczenia uzależnień. Rawicz wydaje go prokuraturze. Lucyna namawia Ignacego i Agatę na zakup mieszkania od Wilka. ŚR Marczakowie idą na brydżowego sylwestra do Jaworskich z Rawiczową. Małgorzata pilnuje męża, by nie zbliżył się do Wandy. CZ Przed wyjazdem do Londynu Aleks informuje matkę, że szykuje wystawę i zamierza pokazać na niej jej portrety. Aldona nie kryje wzruszenia.

HD POLSKA 2026 ▶30 min



20.45 M jak miłość
TVP 2

OBYCZAJOWY PO Bartek próbuje wymóc na Franku, by wyznał, z kim spotkał się w nocy nad rzeką. Chłopak ucieka z domu i znów okrada Lisieckich. Natalia ogłasza Child Alert. Wieczorem w Siedlisku pojawia się uzbrojony w nóż ojczym Franka. Piotrek przeprasza Pawła, że lekceważył objawy jego depresji. WT Marcin, chcąc uniknąć scen zazdrości ze strony Kamy, przekonuje ją, że jego nowa szefowa, Domańska, jest starsza i nieatrakcyjna. Kłamstwo wychodzi na jaw. Aneta pomaga Wójcikowi, gdy jego syn zapada na anginę. W ramach rewanżu biznesmen zdobywa dla niej cenne informacje o Sowińskim.

HD POLSKA 2026 ▶60 min



21.45 Na sygnale
TVP 2

FABULAR.-DOKUM. PO Zespół doktor Reiter udziela pomocy aktorowi Ryszardowi, który niedawno oskarżył o pobicie Różę. Ratownicy chcą sprytnie wykorzystać to, że zatruł się alkoholem. O poranku Góra zostaje gwiazdą internetu. WT Wiktor przedstawia zespołowi braci bliźniaków: Janusza i Tomka – studentów Romka, którzy zaczynają praktyki w bazie. Tymczasem Górska ulega w domu groźnemu wypadkowi. ŚR Stażysta Janek trafia do ekipy Lisickiego. Przy prostym urazie stopy wpada w panikę. Gdy ma podać pacjentowi leki, mdleje. Z kolei jego brat Tomek imponuje Górze wiedzą, stawiając trafną diagnozę.

HD POLSKA 2026 ▶65 min



20.30 07 zgłoś się
TVP 1

KRYMINALNY PO-ŚR Milicjanci prowadzą nowe dochodzenie: kobieta wypadła na ulicę podczas mycia okien. Wkrótce podczas kąpieli w wannie ginie inna ofiara. Obie śmierci mają związek ze sprawą sprzed lat. Śledczy badają też zabójstwo podczas dancingu w restauracji.

HD POLSKA 1981 ▶80 min



21.05 Sprawiedliwi. Trójmiasto
TV 4

KRYMINALNY PO-CZ Alejandro Vargas, syn meksykańskiego dyplomaty, ginie w wypadku. Patrycja i Maksym trafiają do willi podróżnika, gdzie odkrywają sterylne pomieszczenie, w którym był przetrzymywany. Partnerka Alejandra znika.

HD POLSKA 2026 ▶60 min



22.05 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny
TV 4

KRYMINALNY PO-CZ Funkcjonariusze badają sprawę zabójstwa prawnika Konstantego Kuttnera. Prowadzą też śledztwo dotyczące zaginięcia sześcioletniej Leny. Ślady krwi i trop, który złapał pies, wskazują, że dziewczynka mogła zostać wywieziona autem.

HD POLSKA 2026 ▶60 min



20.10 Prosta sprawa
ALE KINO+

KRYMINALNY ŚR Wychodzi na jaw, że Prosty współpracował z Kazikiem. Okradł go, by opłacić leczenie chorej córki. Gotówka, którą zgarnął, należała do czeskiej mafii. Kazik jedzie spotkać się z bossem. Prostego szukają cały czas Bezimienny i Justyna.

HD POLSKA 2024 ▶140 min



20.45 Na dobre i na złe
TVP 2

OBYCZAJOWY ŚR Maria przeżywa trudne chwile, gdy do Leśnej Góry wraca Jakub, by skonsultować pacjentkę po operacji serca. Blanka jedzie do szpitala pomóc ciężarnej z kardiomiopatią. Nina dostaje gorączki.

HD POLSKA 2026 ▶60 min



20.30 Ojciec Mateusz 35
TVP 1

KRYMINALNY CZ, PT Amanda planuje otwarcie placówki łączącej funkcje domu dziecka i domu spokojnej starości. Mateusz nawiązuje kontakt z bogatą filantropką Malwiną. Pod jej drzwi ktoś podrzuca niemowlę.

HD POLSKA 2026 ▶55 min



22.10 Czas honoru. Powstanie
TVP 2

WOJENNY CZ Major Pabst zwierza się Reinerowi, że spotkał kobietę swojego życia. Dla Celiny oznacza to poważne kłopoty, ponieważ okazuje się, że mężczyzna widzi w niej swą niemiecką narzeczoną.

HD POLSKA 2014 ▶110 min



21.25 Drelich
TVP 1

KRYMINALNY PT Iza stopniowo pogrąża się w paranoi. Drelich sądzi, że Krystian może mieć coś wspólnego z jego problemami. Tymczasem Ada i Oleg odkrywają, że są jedynie pionkami w większej grze.

HD POLSKA 2025 ▶60 min

Warto zobaczyć

11.35 TVN **Kochaj i tańcz**
KOMEDIA ROMANTYCZNA Początkująca dziennikarka Hania poznaje żywiołowego tancerza Wojtka. Dzięki niemu znajduje pasję i miłość. *Reż.: Bruce Parramore, A: Izabella Miko, Mateusz Damięcki, Polska 2008* **165 min ▶ do godz. 14.20**

12.35 TV 4 **Spider-Man**
PRZYGODOWY Po ukąszeniu przez zmutowanego pająka Peter Parker przechodzi przemianę. Nowe umiejętności wykorzystuje w walce ze złem. *Reż.: Sam Raimi, A: Tobey Maguire, Willem Dafoe, Kirsten Dunst, USA 2002* **145 min ▶ do godz. 15.00**

13.15 ALE KINO+ **Marzyłam o Afryce**
OBYCZAJOWY Kuki przyjmuje oświadczyny Paola. Wraz z nim i synem jedzie do Kenii. Po śmierci narzeczonego sama walczy z przeciwnościami. *Reż.: Hugh Hudson, A: Kim Basinger, Vincent Perez, Liam Aiken, USA 2000* **145 min ▶ do godz. 15.40**

16.15 TVP KULTURA **Lawrence z Arabii**
PRZYGODOWY I wojna światowa. Młody brytyjski oficer armii kolonialnej jednoczy beduińskie plemiona do walki przeciwko Turkom. *Reż.: David Lean, A: Peter O'Toole, Alec Guinness, Anthony Quinn, Wlk. Bryt. 1962* **225 min ▶ do godz. 20.00**

17.50 STOPKLATKA **Max**
PRZYGODOWY Wojskowy pies ciężko znosi śmierć żołnierza Kyle'a. Wkrótce trafia pod opiekę jego brata. Rodzi się między nimi więź. *Reż.: Boaz Yakin, A: Josh Wiggins, Thomas Haden Church, USA 2015* **130 min ▶ do godz. 20.00**

18.00 TV PULS **Pies**
KOMEDIODRAMAT By wrócić do służby, weteran Briggs musi zawieźć owczarka na pogrzeb opiekuna. Podróż okazuje się wyzwaniem. *Reż.: Reid Carolin, Channing Tatum, A: Channing Tatum, Ryder McLaughlin, Aavi Haas, USA 2022* **120 min ▶ do godz. 20.00**

20.00 HBO **Ścieżki życia**
OBYCZAJOWY Małżonkowie Raynor i Moth tracą dom i stabilizację. Zamiast się załamać, wyruszają na wędrówkę w poszukiwaniu ukojenia. *Reż.: Marianne Elliott, A: Gillian Anderson, Jason Isaacs, Denis Lill, Wlk. Bryt. 2024* **115 min ▶ do godz. 21.55**

21.00 C+ PREMIUM **Baw się dobrze i przeżyj**
KOMEDIA SF W barze w Los Angeles zjawia się tajemniczy mężczyzna. Próbuje ostrzec ludzi przed zagładą. *Reż.: Gore Verbinski, A: Sam Rockwell, Haley Lu Richardson, Niemcy/USA 2025* **130 min ▶ do godz. 23.10**

→ filmowe hity



Pochodzące z różnych światów kobiety zyskują szansę na otwarcie nowego rozdziału.

23.05 TVP 2 Miłość jak miód

KOMEDIA ROMANTYCZNA Przyjaciółki zamieniają się rolami. Mogą spojrzeć na życie z innej perspektywy.

HIT DNIA Majka i Agata przyjaźnią się od lat, choć na co dzień dzielą je setki kilometrów. Różnią się też stylami życia i charakterami. Pierwsza z nich prowadzi cukiernię nad Bałtykiem. Jako nieco osamotniona wdowa zajmuje się dziećmi oraz wnukami. Druga z kobiet przeprowadziła się w Tatry, jest wziętą architektką wnętrz. Nie ma rodziny, dba o siebie, karierę oraz swój rozwój. Mimo że obie cieszą się dobrobytem i nie powinny narzekać, nie są w najlepszej formie. Nie patrzą z nadzieją w przyszłość. Pewnego dnia dowiadują się o śmierci koleżanki z liceum. Kiedy spotykają się na jej pogrzebie, wpadają na spontaniczny pomysł, aby na pewien czas zamienić się miejscami. Zyskują dzięki temu szansę spojrzenia na własne życie z odmiennej perspektywy. Nawiązują też obiecujące znajomości. HD **110 min ▶ do godz. 0.55**

Pol. 2024 **Reż.:** Maciej Migas **Wyst.:** Agnieszka Suchora, Edyta Olszówka, Michał Czernecki, Bartosz Opania



20.00 TVN 7 **Mission: Impossible**
SENSACYJNY Ethan Hunt (Tom Cruise), członek grupy operacyjnej CIA, po tragicznej w skutkach akcji w Pradze zostaje oskarżony o zdradę. By oczyścić się z zarzutów, musi odnaleźć zdrajcę. W misji pomaga mu m.in. Krieger.
Reż.: Brian De Palma Wyst.: Jean Reno
USA 1996 HD **150 min ▶ do godz. 22.30**



20.00 TVP KULTURA **Dziewczyna z perłą**
KOSTIUMOWY Holandia, XVII wiek. Griet (Scarlett Johansson) zostaje przyjęta na służbę do domu malarza Johannesa Vermeera. Niebawem staje się muzą artysty. Ten w sekrecie maluje jej portret.
Reż.: Peter Webber Wyst.: Colin Firth
Wlk. Bryt. 2003 HD **110 min ▶ do godz. 21.50**



20.00 TV PULS **Champion 4: Walka o honor**
SENSACYJNY W trakcie brutalnego pojedynku mieszanych sztuk walki umiera przeciwnik Yuriego Boyki (Scott Adkins). Sportowiec postanawia pomóc jego żonie, która ma kłopoty z lokalną mafią.
Reż.: Todor Chapkanov Wyst.: Scott Adkins
Bułgaria 2016 HD **115 min ▶ do godz. 21.55**



21.55 POLSAT **Niezniszczalni 3**
SENSACYJNY Stonebanks należał do ekipy najemników. Teraz jest handlarzem bronią i poszukuje zemsty za wydarzenia z przeszłości. Barney (Sylvester Stallone) oraz jego kompani stają do walki z dawnym towarzyszem.
Reż.: Patrick Hughes Wyst.: Mel Gibson
USA 2014 HD **165 min ▶ do godz. 0.40**



21.55 TV PULS **Najemnik**
SENSACYJNY Były żołnierz James (Chris Pine) dołącza do prywatnej organizacji militarnej działającej na zlecenie rządu. Wkrótce razem z członkami elitarnego zespołu rusza na misję do Berlina, by powstrzymać bioterrorystów.
Reż.: Tarik Saleh Wyst.: Kiefer Sutherland
USA 2022 HD **125 min ▶ do godz. 0.00**



22.20 TVN **Kobieta na skraju dojrzałości**
KOMEDIODRAMAT Mavis (Charlize Theron) uświadamia sobie, że miłością jej życia jest dawny ukochany, Buddy (Patrick Wilson). Chce go odzyskać. Fakt, że ma on rodzinę, nie przeszkadza kobiecie.
Reż.: Jason Reitman Wyst.: Elizabeth Reaser
USA 2011 HD **115 min ▶ do godz. 0.15**

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

→ filmowe



20.00 TVN

Kac Vegas

KOMEDIA Kumple rzucają się w wir beztroskiej zabawy. Rankiem mierzą się z jej konsekwencjami.

HIT DNIA Doug ma wkrótce wziąć ślub. Jedzie wraz z kolegami do stolicy hazardu. Cała czwórka spędza noc na szalonych imprezach. Rano mają ogromnego kaca i nie pamiętają, co robili minionego wieczoru. To początek kłopotów. Ze zdziwieniem orientują się, że przyszły pan młody zniknął bez śladu, w ich pokoju słychać płacz dziecka, a po łazience spaceruje tygrys. Ruszają na gorączkowe poszukiwania. Toczą wyścig z czasem, bo przyjęcie weselne odbędzie się już za kilka godzin. Dodatkowo ściga ich bandyta. **HD 140 min ▶ do godz. 22.20**

USA/Niemcy 2009 **Reż.:** Todd Phillips **Wyst.:** Bradley Cooper, Ed Helms, Zach Galifianakis, Justin Bartha



20.00 ANTENA

Morderstwa we Francji – Rochefort

THRILLER Kapitan policji Emma Thélier (Sara Mortensen) oraz jej zawodowy partner, Adrien (Olivier Sitruk), szukają seryjnego mordercy. Sprawca zbrodni eliminował ofiary za pomocą srebrnej kuli.

Reż.: Lorenzo Gabriele Wyst.: Sara Mortensen
Francja 2019 **HD 120 min ▶ do godz. 22.00**



22.30 TVN 7

Nocny pościg

SENSACYJNY Płatny zabójca (Liam Neeson) chce porzucić krwawy fach, ale czuje się związany ze swoim środowiskiem. Gdy odkrywa, że mafia zamierza zlikwidować jego syna, musi zdecydować, po której stanąć stronie.

Reż.: Jaume Collet-Serra Wyst.: Joel Kinnaman
USA 2015 **HD 135 min ▶ do godz. 0.45**



21.20 TVP 1

Niedokończone życie

OBYCZAJOWY Jean (Jennifer Lopez) jedzie z córką na wieś do teścia. Senior obwinia ją o śmierć swojego jedynego syna, który zginął w wypadku. Ich przyjazd jest szansą na uzdrowienie stosunków.

Reż.: Lasse Hallström Wyst.: Robert Redford
USA 2005 **HD 120 min ▶ do godz. 23.20**



23.20 TVP 1

Pierwszy strzał

THRILLER Will (Hayden Christensen) zabiera żonę i syna (Ty Shelton) w rodzinne strony. Przypadkiem zostaje wmieszany w porachunki między przestępcami, którzy porywają chłopca. W sprawę angażuje się miejscowy szeryf.

Reż.: Steven C. Miller Wyst.: Bruce Willis
USA 2017 **HD 110 min ▶ do godz. 1.10**

→ sport



14.40 TVP SPORT

Zagłębie Lubin – Śląsk Wrocław

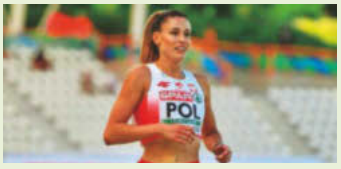
PIŁKA NOŻNA LIVE W poprzednim sezonie Miedziowi otarli się o europejskie puchary. Powtórzenie równie korzystnej lokaty będzie bardzo trudne. W konfrontacji z beniaminkiem z Wrocławia podopieczni Leszka Ojrzyńskiego nie są jednak bez szans. **HD 170 min ▶ do godz. 17.30**



20.10 C+ SPORT 3

Górnik Zabrze – Wisła Kraków

PIŁKA NOŻNA LIVE Starcie dwóch utytułowanych klubów budzi ogromne emocje wśród fanów. Zabrzanie pragną udowodnić Krakowianom, że zeszłoroczne wicemistrzostwo kraju nie było przypadkiem. **HD 130 min ▶ do godz. 22.20**



20.50 TVP SPORT

ME – Birmingham

LEKKOATLETYKA LIVE Na ten wieczór czekają polscy kibice lekkiej atletyki. Na Alexander Stadium Natalia Bukowiecka przystąpi do obrony tytułu mistrzyni Starego Kontynentu w biegu na 400 metrów wywalczonego w stolicy Włoch. **HD 145 min ▶ do godz. 23.15**



21.25 C+ SPORT

Sevilla FC – Rayo Vallecano

PIŁKA NOŻNA LIVE Ubiegłoroczni finaliści Ligi Konferencji UEFA liczą na kolejny udany sezon. W pierwszej kolejce La Liga Rayo mierzy się z Sevillą FC. Poprzednie spotkanie tych ekip zakończyło się remisem. **HD 135 min ▶ do godz. 23.40**

→ rozrywka



17.05 C+ DOMO

Mam zamek 3

LIFESTYLE Edyta Kostrzewa kupiła zrujnowany pałac w Warlitach z marzeniem ożywienia jego murów. Dzięki determinacji i dbałości o detale zrealizowała swoją wizję. Michał Wójcik ogląda efekt jej pracy, czyli miejsce łączące historię z wyrafinowaną estetyką. **HD 25 min ▶ do godz. 17.30**



21.00 TLC

Design w australijskim stylu

LIFESTYLE Do Richiego Morrisa i Georgii Ezry zgłaszają się właściciele domu z epoki edwardiańskiej. Chcą wyremontować posiadłość w taki sposób, by dodać funkcjonalności odpowiednim układem wnętrz. **HD 60 min ▶ do godz. 22.00**



22.00 BBC LIFESTYLE

Bad Boyfriends

REALITY SHOW Ośmiu mężczyzn wyrusza na grecką wyspę. Wierzą, że czeka ich przygoda w show o męskiej przyjaźni. Na miejscu przekonują się, że prawdziwy cel programu jest inny. Uczestnicy zmierzą się ze swoimi słabościami. **HD 75 min ▶ do godz. 23.15**

→ dokument



21.00 POLSAT VIASAT HISTORY

Berlin 1936: olimpiada Hitlera w kolorze

HISTORIA Sportowe wydarzenie było narzędziem nazistowskiej propagandy. W stolicy III Rzeszy triumfował jednak czarnoskóry atleta Jesse Owens. **HD 70 min ▶ do godz. 22.10**

TVP 1 HD DVB T2

5.20 **Kościuszko. Przewodnik bardzo współczesny** – film dokumentalny, Polska/Litwa 2021
6.20 **Balans bieli** – program religijny
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
7.50 **Z dawna Polski** – felieton, Polska 2026
8.00 **Rok w ogrodzie** (1178) – magazyn
8.25 **Rok w ogrodzie extra** (451) – magazyn
8.40 **Pełnosprawni** (665) – mag.
9.00 **Ranczo 9** (109): Potęga mediów – serial obyczajowy, Polska 2015
9.50 **Święto Wojska Polskiego 2026** – transmisja
10.50 **Paderewski. Człowiek czynu, sukcesu i sławy** – film dokumentalny, Polska 2013
11.45 **Święto Wojska Polskiego 2026 – Defilada** – transmisja, Polska 2026
14.05 **63. KFPP w Opolu – Autobiografia. Jubileusz Bogdana Olewicza** – skrót koncertu
15.10 **Okrasa łamie przepisy** – magazyn kulinarny
15.45 **Przed ekranem** – magazyn
16.00 **Dziedzictwo** (1002) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.35 **Rolnik szuka żony 12** (10) – 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**

TVP 2 HD DVB T2

5.20 **Fatima** – dramat obyczajowy, FILM USA/Portugalia 2020, reż. Marco Pontecorvo, wyk. Joaquim de Almeida, Goran Višnjić, Stephanie Gil, Alejandra Howard, 130 min
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
10.45 **Przed ekranem** – magazyn
10.55 **Zmiennicy** (11, 12): Antycypacja; Obywatel Monte Christo – serial komediowy, Polska 1986
13.05 **Panna młoda** (171) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.00 **Familiada** – teleturniej
14.35 **Koło fortuny** (1928) – teleturniej
15.10 **Szansa na sukces. Opole 2026 2** (5): Kasia Stankiewicz – widowisko
16.20 **Na dobre i na złe** (992): Granice odpowiedzialności – serial obyczajowy, Polska 2026
17.15 **Panna młoda** (172) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Yonca wyznaje Deryi, że potajemnie widuje swoje dziecko. Melih i Hancer przyjmują wyzwanie rzucone przez Cihana i zjawiają się na kolacji.
18.10 **Va banque** (1041) – teleturniej
18.40 **Słowo na niedzielę**
18.50 **Rodzinka.pl** (308, 309): W kręgu szaleństwa; Babie Doły – serial komediowy, Polska 2026
Zosia wspiera załamanego Kacpra, starając się dodać mu otuchy w trudnym momencie. W domu Kuby i Tomka narasta napięcie. Bracia próbują szczerą rozmową oczyścić atmosferę.

POLSAT HD DVB T2

4.40 **Disco Gramy**
5.25 **Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
8.30 **halo tu polsat** – magazyn
11.25 **Farma** (154-156) – reality show
Uczestnicy z niepokojem próbują przewidzieć, kto zostanie wybrany do kolejnego pojedynku. Wydaje się już jasne, kto jest czarną owcą. Herosi obu szop oraz nominowany śmiałek zmierzą się w rywalizacji, której finał okaże się niespodzianką.
14.45 **Rybki z ferajny** – film
FILM animowany, USA 2004, reż. Bibo Bergeron, 115 min
Mieszkaniec rafy koralowej, Oscar, marzy o sławie. Przypadkowo zostaje uznany za bohatera. Pomaga mu pozornie groźny rekin – wegetarianin Lenny. Wkrótce oszust musi naprawdę zmierzyć się z drapieżnikami. Jego przeciwnikami są mafiosi.
16.40 **Aniołki Charliego** – film
FILM sensacyjny, USA/Niemcy 2000, reż. McG, wyk. Cameron Diaz, Drew Barrymore, Lucy Liu, Bill Murray, 130 min
Świetnie wyszkolona Dylan i jej dwie towarzyszki pracują w agencji detektywistycznej. Dostają zadanie uwolnienia z rąk porywaczy genialnego informatyka, który opracował rewolucyjny system komputerowy.
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Prezydenci i premierzy** (464) – program publicystyczny
19.30 **Sport, pogoda**

TVN HD DVB T2

5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1730) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 **Kuchenne rewolucje** (12): Wrocław – Bistro Zapętlone – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.35 **Kochaj i tańcz** – komedia
FILM romantyczna, Polska 2008, reż. Bruce Parramore, wyk. Izabella Miko, Mateusz Damięcki, Katarzyna Figura, Katarzyna Herman, 165 min
Dziennikarka Hania poznaje żywiołowego tancerza Wojtka. Dzięki niemu znajduje pasję, a także odkrywa emocje, których dotąd nie znała.
14.20 **Głupi i głupszy** – komedia,
FILM USA 1994, reż. Peter Farrelly, wyk. Jim Carrey, Jeff Daniels, Lauren Holly, Mike Starr, 145 min
Kierowca limuzyny Lloyd chce odnaleźć piękną pasażerkę i zwrócić jej zgubioną walizkę. Wraz z przyjacielem wyrusza w szaloną podróż.
16.45 **Kogel-mogel** – komedia
FILM obyczajowa, Polska 1988, reż. Roman Załuski, wyk. Grażyna Błęcka-Kolska, Ewa Kasprzyk, Zdzisław Wardejn, Dariusz Siatkowski, 135 min
Pochodząca ze wsi Kasia w dniu swojego ślubu dowiaduje się, że została przyjęta na studia. Ucieka więc do stolicy, gdzie poznaje Pawła.
19.00 **Fakty, sport i pogoda**
19.45 **Uwaga!** – magazyn reporterów

KRYMINALNY



20.25 Gra z Cieniem (8) – Polska 2024

Bartman organizuje prowokację, licząc na to, że zmusi Cienia do ujawnienia się. Staszka i Helena planują kolejną ucieczkę. Rozwija się związek Koska z Niną. Nieoczekiwanie podczas jednego z romantycznych spotkań kochanków przyłapuje mąż kobiety.

21.20 **Niedokończone życie** – dramat
FILM obyczajowy, USA/Niemcy 2005, reż. Lasse Hallström, wyk. Robert Redford, Jennifer Lopez, Morgan Freeman, Josh Lucas, 120 min
23.20 **Pierwszy strzał** – thriller, USA/
FILM Kanada/Wielka Brytania 2017, reż. Steven C. Miller, wyk. Bruce Willis, Hayden Christensen, 110 min
1.10 **Ślub na medal** – komedia
FILM romantyczna, Kanada 2023, reż. Panta Mosleh, wyk. Giles Panton, Nikki McKenzie, 100 min
2.50 **Szabla od Komendanta**
FILM – komedia, Polska 1995, reż. Jan Jakub Kolski, wyk. Bronisław Pawlik, Franciszek Pieczka, Wiesław Gołas, 110 min
4.40 **Sprawdzamy** – magazyn
5.00 **Zakończenie**

WIDOWISKO



20.00 Lato z Radiem i Telewizją Polską: Mrozy

Po raz drugi Lato z Radiem i TVP wraca do Mrozów i Jeruzala. Przed nami kolejny ogólnopolski zlot fanów serialu „Ranczo" i koncert. Wystąpią m.in. Patrycja Markowska, Pectus, Kobranocka, Universe, Brathanki, Łukasz Zagrobelny i Ewelina Flinta oraz Kamil Bednarek.

22.10 **Gabi Drzewiecka zaprasza** (10) – talk-show
23.05 **Miłość jak miód** – komedia
FILM romantyczna, Polska 2024, reż.
HIT DNIA Maciej Migas, wyk. Agnieszka Suchora, Edyta Olszówka, Michał Czernecki, Bartosz Opania, Mateusz Rusin, 110 min
0.55 **Druga córka** – dramat
FILM obyczajowy, Niemcy 2020, reż. Florian Gärtner, wyk. Alwara Höfels, Katharina Wackernagel, Lilly Barshy, Kai Ivo Baulitz, Julia Brendler, 105 min
2.40 **Szansa na miłość** – film
FILM obyczajowy, USA 2023, reż. Brittany Goodwin, wyk. Francesca Barker McCormick, Michael Nelson, Lucy Capri, 90 min
4.10 **Zakończenie**

KONCERT



19.55 Festiwal Weselnych Przebojów – Mrągowo 2026 (2-ost.)

Na tradycyjne poprawiny zapraszają Elżbieta Romanowska i Rafał Maserak. O taneczną atmosferę podczas jubileuszowej edycji wydarzenia zadbają Sławomir i Kajra, Halina Mlynkova, Natasza, Mirosław Kalisiewicz, Rafał Brzozowski, Classic, Shazza, Andre, Michał Milowicz, Bayer Full oraz Baby Full.

21.55 **Niezniszczalni 3** – film
FILM sensacyjny, USA/Bułgaria/Francja 2014, reż. Patrick Hughes, wyk. Sylvester Stallone, Jason Statham, 165 min
Handlarz bronią Stonebanks szuka zemsty na ekipie Rossa. Najemników czeka konfrontacja z dawnym kompanem.
0.40 **Pamięć absolutna** – dramat
FILM s.f., USA/Kanada 2012, reż. Len Wiseman, wyk. Colin Farrell, Kate Beckinsale, Jessica Biel, Bill Nighy, 155 min
3.15 **Świat według Kiepskich** (397, 398): Eurokoko; Stary koń – serial komediowy, Polska 2012
4.20 **Kabaretowa Ekstraklasa** (91)

KOMEDIA



20.00 Kac Vegas – USA/
FILM Niemcy 2009, 140 min

Doug jedzie z Philem, Stu i Alanem na swój wieczór kawalerski do Las Vegas. Koledzy ruszają na pełen alkoholu imprezowy maraton. Rano odkrywają, że pan młody zniknął, w pokoju płacze niemowlę, a w łazience spaceruje tygrys. Muszą ustalić, co działo się ostatniej nocy. Nagrodzony Złotym Globem kasowy przebój kinowy.

22.20 **Kobieta na skraju dojrzałości**
FILM – komediodramat, USA 2011, reż. Jason Reitman, wyk. Charlize Theron, Patton Oswalt, Patrick Wilson, Elizabeth Reaser, 115 min
0.15 **Margaux** – horror, USA 2022,
FILM reż. Steven C. Miller, wyk. Madison Pettis, Vanessa Morgan, Jedidiah Goodacre, Richard Harmon, 135 min
2.30 **Uwaga!** – magazyn reporterów
2.45 **Wallander 2** (10) – serial kryminalny, Szwecja/Niemcy/Dania 2009
4.40 **Nauka jazdy 5** (10) – program rozrywkowy
5.10 **Zamieszkać na plaży 7** (14) – program rozrywkowy

P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB T2

5.10 **Szkoła** (376) – serial paradokumentalny, Polska 2017
6.10 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie** (13)
7.05 **Nowe Zwariowane Melodie 3** (21-23) – serial animowany, USA 2019
7.50 FILM **Igrając z ogniem** – komedia, USA 2019, reż. Andy Fickman, wyk. John Cena, Keegan-Michael Key, John Leguizamo, Brianna Hildebrand, 125 min
Ekipa strażaków spadochroniarzy w trakcie pożaru lasu ratuje troje dzieci. Muszą się nimi zaopiekować, ponieważ nie mogą znaleźć ich rodziców. Łatwiej im walczyć z żywiołem niż zapanować nad rozrabiakami. Liczne szkolenia nie na wszystko ich przygotowały.
9.55 **Bitwa o gości** (7) – reality show
11.00 **Ukryta prawda** (1487-1490) – serial paradokumentalny, Polska 2023
15.00 **Szpital św. Anny** (41, 42) – serial obyczajowy, Polska 2025
17.05 **Detektywi** (11): Porwanie Jasia – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
18.05 FILM **Tysiąc słów** – komedia, USA 2012, reż. Brian Robbins, wyk. Eddie Murphy, Cliff Curtis, Kerry Washington, Emanuel Ragsdale, 115 min
Kłamca Jack dowiaduje się, że jego życie zależy od drzewa, które wyrosło na jego posesji. Z każdym wypowiadanym przez oszusta słowem spada liść. Gdy roślina straci wszystkie, umrze. Wraz z nią odejdzie Jack.

TV PULS HD DVB T2

6.00 **Taki jest świat 11** (33) – program informacyjny
6.40 FILM **Robin Hood: Faceci w rajtuzach** – komedia, Francja/USA 1993, reż. Mel Brooks, wyk. Cary Elwes, Richard Lewis, Roger Rees, Amy Yasbeck, 125 min
8.45 FILM **Pies i kot** – komedia, Francja/Kanada 2024, reż. Reem Kherici, wyk. Philippe Lacheau, Reem Kherici, Franck Dubosc, Artur, 105 min
10.30 FILM **Legenda Zorro** – film przygodowy, USA 2005, reż. Martin Campbell, wyk. Antonio Banderas, Catherine Zeta-Jones, Nick Chinlund, Michael Emerson, 165 min
13.15 FILM **Hrabia Monte Christo** – film kostiumowy, USA/Wielka Brytania/Irlandia 2002, reż. Kevin Reynolds, wyk. James Caviezel, Guy Pearce, Dagmara Domińczyk, Richard Harris, 155 min
15.50 FILM **Córka prezydenta** – komedia romantyczna, USA 2004, reż. Forest Whitaker, wyk. Katie Holmes, Michael Keaton, Marc Blucas, Amerie Rogers, 130 min
18.00 FILM **Pies** – komediodramat, USA 2022, reż. Reid Carolin, wyk. Channing Tatum, Ryder McLaughlin, Aavi Haas, Luke Forbes, 120 min
Były żołnierz Jackson musi zawieźć owczarka Lulu na pogrzeb jego właściciela. Jeśli wykona misję, wróci do służby. Czeka go trudna wyprawa. Pies, który ma za sobą frontowe doświadczenia, nie toleruje ludzi.

PULS 2 HD DVB T2

5.50 **Ale numer! 22** (13) – program rozrywkowy
6.35 **Smerfy** (20, 22) – anim., Bel. 1988
7.35 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (11, 12) – serial animowany, USA
8.35 FILM **Panda i banda** – film animowany, Rosja/USA 2019, reż. Natalja Niłowa, 90 min
10.05 FILM **Nel i tajemnica kurokota** – film animowany, Francja 2021, reż. Julien Fournet, 115 min
12.00 **Wojciech Cejrowski. Boso – Karaiby** (8) – serial dokum., Pol.
12.35 **Boso przez świat** – cykl reportaży, Polska 2009
13.45 **Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej** (6, 7) – program rozrywkowy
15.45 FILM **7 krasnoludków – Las to za mało!** – komedia, Niemcy 2006, reż. Sven Unterwaldt Jr., wyk. Cosma Shiva Hagen, Axel Neumann, Mirco Nontschew, Boris Aljinovic, 120 min
17.45 FILM **Najpiękniejsze baśnie. Błękitny książę i wróżka Lupina** – baśń filmowa, Niemcy 2016, reż. Markus Dietrich, wyk. Friederike Kempter, Jonathan Berlin, Mechthild Großmann, Patrick Güldenberg, 75 min
19.00 FILM **Pasmo superanimacji: Kumple z dżungli** – film animowany, Francja 2017, reż. David Alaux, 120 min
Waleczny pingwin i jego przyjaciele dowiadują się o zamiarach Igora, koali piromana. Przed laty jego plany spalenia dżungli udaremniła tygrysica. Teraz podpalacz szykuje zemstę.

NETFLIX



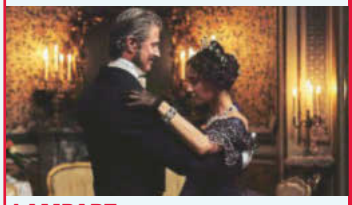
KOLORY ZŁA: CZERŃ

Prokurator Leopold Bilski (Jakub Gierszał) zostaje karnie przeniesiony do miasteczka na Kaszubach. Poznaje pisarkę Julię (Marianna Zydek). Wkrótce znika jej syn. Śledztwo ujawnia, że mieszkańcy skrywają mroczne tajemnice. Bilski odkrywa, że zagrożenie może czaić się bliżej, niż przypuszczał.
►dram. krym., Polska 2026; 109 min



ZA DUŻY NA BAJKI 3

Waldek (Maciej Karaś) nie radzi sobie z rozpadem swojej drużyny gamingowej. W emocjach zamieszcza uszczypliwy wpis, który wywołuje falę hejtu skierowaną przeciwko jego przyjaciółce Delfinie. Chłopak musi ponieść konsekwencje swojego zachowania i spróbować naprawić wyrządzoną krzywdę.
►film familijny, Polska 2026; 90 min



LAMPART

Lata 60. XIX wieku, Palermo. Sycylijski książę, Don Fabrizio Corbera (Kim Rossi Stuart), stawia czoło wydarzeniom związanym z procesem zjednoczenia Włoch. Arystokrata próbuje chronić bliskich. Gwarantem bezpieczeństwa jest małżeństwo, które unieszczęśliwiłoby jego córkę (Benedetta Porcaroli).
►kostium. (6 odc.), Włochy 2025



ZAMACH NAD LOCKERBIE

W grudniu 1988 roku w samolocie linii Pan Am dochodzi do eksplozji bomby. W katastrofie ginie 270 osób. Szkocka policja rozpoczyna śledztwo, badając najtragiczniejszy atak terrorystyczny w Wielkiej Brytanii. Mimo upływu dekad wiele pytań pozostaje bez odpowiedzi. Serial oparty na faktach i relacjach świadków.
►krym. (6 odc.), USA/Wlk. Bryt. 2025

SENSACYJNY



20.00 FILM **Mission: Impossible** – USA 1996, 150 min
W CIA działa podwójny agent. Kierowana przez Phelpsa grupa rusza do Pragi, by zapobiec przeciekowi informacji. Giną wszyscy oprócz partnerki dowódcy i Ethana Hunta. To właśnie on zostaje oskarżony o zdradę. W oczyszczeniu się z zarzutów pomaga mu Krieger.

22.30 FILM **Nocny pościg** – dramat sensacyjny, USA 2015, reż. Jaume Collet-Serra, wyk. Liam Neeson, Ed Harris, Joel Kinnaman, Boyd Holbrook, 135 min
Płatny zabójca chce porzucić krwawą profesję, ale czuje się związany ze swoim środowiskiem. Gdy mafia zamierza zlikwidować jego syna, musi wybrać, po której stronie stanąć.
0.45 FILM **Nieustraszeni bracia Grimm** – film fantasy, USA/Czechy/Wielka Brytania 2005, reż. Terry Gilliam, wyk. Matt Damon, Heath Ledger, Peter Stormare, Lena Headey, 150 min
3.15 **Żyjąc z potworem 9** (18) – serial dokumentalny, USA 2024
4.10 **Fachowcy** (5) – paradok.

SENSACYJNY



20.00 FILM **Mocne sobotnie kino: Champion 4: Walka o honor** – Bułgaria/USA 2016, 115 min
Yuri Boyka odbył karę w więzieniu i jest już wolnym człowiekiem. Chce zacząć wszystko od nowa, a jednocześnie nadal realizować swoje marzenia i pokonywać na ringu rywali. Podczas kolejnej walki umiera jego przeciwnik. Targany wyrzutami sumienia sportowiec wyrusza do Rosji, by prosić o wybaczenie wdowę. Na miejscu pomaga jej uporać się z mafią.

21.55 FILM **Najemnik** – dramat sensacyjny, USA 2022, reż. Tarik Saleh, wyk. Chris Pine, Gillian Jacobs, Sander Thomas, Toby Dixon, 125 min
Były komandos Harper dołącza do organizacji militarnej działającej na zlecenie rządu. Rusza na misję do Berlina. Staje się pionkiem w nieczystej grze.
0.00 FILM **Odwet** – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2018, reż. Brian A. Miller, wyk. Bruce Willis, Frank Grillo, Johnathon Schaech, Olivia Culpo, 120 min
2.00 **Zobacz to!** – pr. powtórkowe

KOMEDIA ROMANTYCZNA



21.00 FILM **Jeszcze raz** – Polska 2008, 120 min
Rozwódka Anna wciąż wierzy, że spotka swoją drugą połowę. Tymczasem jej nastoletnia córka Kasia nie interesuje się chłopakami. W trakcie wakacji nad Bałtykiem ulega jednak urokowi pewnego siebie przystojniaka Pawła. Z kolei Anna spędza urlop w Tatrach, gdzie jest zdana na towarzystwo prawnika Michała. Ani matka, ani córka nie zdają sobie sprawy, że stoją u progu wielkiej miłości.

23.00 FILM **Osada** – thriller, USA 2004, reż. M. Night Shyamalan, wyk. Bryce Dallas Howard, Joaquin Phoenix, Adrien Brody, 125 min
XIX w. Niewidoma Ivy z wioski Covington, chcąc ratować rannego Luciusa, wyrusza na niebezpieczną wyprawę po lek. Droga prowadzi przez puszczę, którą zamieszkują tajemnicze bestie.
1.05 **Wstydliwe choroby 5** (10, 11) – serial dok., Wielka Brytania 2011
3.05 **Lombard. Życie pod zastaw 5** (232, 233) – serial obyczajowy, Polska 2019
5.00 **Kręcimy z gwiazdami 2** (8): Akcent – program rozrywkowy

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.20 Gęsia skórka FILM – komedia, USA/Australia 2015, reż. Rob Letterman, wyk. Jack Black, 105 min
8.05 FBI: International 4 (17) – serial kryminalny
9.05 FBI: Most Wanted 4 (20) – serial kryminalny
10.05 MacGyver 5 (8-12) – serial akcji, USA 2020-2021
15.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 13 (8-12) – serial kryminalny, USA/Kanada
Na pustyni odkryto masowy grób. Finley ustala, że prowadziła kiedyś śledztwo w sprawach ofiar.

TVP SERIALE

5.30 Ranczo 10 (126) – serial obycz., Polska
6.20 Ogniem i mieczem (1) – serial hist., Polska
7.20 Ojciec Mateusz 31 (405) – krym., Pol. 2024
8.15 U Pana Boga za miedzą FILM – komedia, Polska 2009, 120 min
10.15 Ranczo Wilkowyje FILM – komedia, Polska 2007, 105 min
12.00 Rodzinka.pl (300-302) – kom., Pol.
13.40 Ojciec Mateusz 31 (406, 407) – krym., Pol.
15.35 Komisarz Alex 25 (315) – krym., Pol. 2026
16.30 Ranczo 10 (127) – serial obycz., Polska
17.30 Czarne chmury (1) – serial przyg., Polska

TVP KULTURA DVB T2

6.05 Nieznany Józef Zeidler – Musica Sacromontana – koncert
7.00 Tamte lata, tamte dni – magazyn kult.
7.40 Kwartecik – anim.
7.50 Tygrys bez pasków – anim., Fr./Szwajcaria
8.15 Mój przyjaciel Hachiko FILM – film familijny, USA/Wielka Brytania 2009, 105 min
10.00 Kosmos 1999 (21)
11.05 Lalka – dramat obycz., Polska 1968, 170 min FILM
13.55 Rzymski geniusz w 3D – dok., Fr. 2024
15.00 Barbara i Jan (3, 4)
16.15 Lawrence z Arabii FILM – dram. przyg., Wielka Brytania 1962, 225 min

ALE KINO+ HD

6.30 Polska z góry 3 (8) – serial dok., Pol. 2018
7.00 Wyraj – film krótkometraż.
7.30 Problem – film krótkometraż.
7.55 Pan Tadeusz – film FILM kostiumowy, Polska/Francja 1999, 180 min
10.55 Shalako – western, FILM Wielka Brytania/RFN 1968, 140 min
13.15 Marzyłam o Afryce FILM – dramat obyczajowy, USA 2000, 145 min
15.40 Błękitny dym FILM – dramat obyczajowy, USA 2007, reż. David Carson, 125 min
17.45 Pokuta – melodramat, FILM Wielka Brytania/Fr./USA 2007, 145 min

CANAL+ PREMIUM HD

9.25 Kawałek po kawałku FILM – film animowany, USA/Dania 2024, 95 min
11.00 Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 1 FILM – film fantasy, USA 2011, 115 min
12.55 To nie jest zagadka kryminalna (6-ost.)
13.50 Balony
14.25 Wicked FILM – musical, USA/Kanada/Islandia 2024, 165 min
17.10 Pod gwiaździstym niebem FILM – komedia romantyczna, USA 2025, 100 min
18.50 Battleship: Bitwa o Ziemię FILM – film s.f., USA/Japonia 2012, reż. Peter Berg, 130 min

HBO HD

11.15 Dzielna banda i tajemnica zaginionego wujka FILM – film animowany, Hiszpania 2024, 80 min
12.35 Makbet FILM – dramat obyczajowy, Wielka Brytania/Francja/USA 2015, 110 min
14.25 Wyzwolenie FILM – dramat biograficzny, USA 2023, reż. Finn Taylor, wyk. Stephen Lang, 100 min
16.05 Scott Pilgrim kontra świat FILM – kom. fantasy, USA/Wielka Brytania/Kan. 2010, 110 min
17.55 Anna Karenina FILM – dramat kostiumowy, Wielka Brytania/USA 2012, 125 min

20

THRILLER



20.00 Legion FILM – USA 2010, 120 min
Wysłane przez Boga anioły mają unicestwić ludzkość. Święty Michał staje w jej obronie. Musi ocalić ciężarną Charlie, matkę mesjasza, który może uratować świat.
22.00 Bodyguard Zawodowiec FILM – kom. sens., USA/Hongkong/Bułgaria 2017, 140 min
0.20 Uprowadzona 2 FILM – film sens., Fr./USA/Turcja 2012, 115 min
2.15 Hostel FILM – horror, USA 2005, 115 min
4.10 Rekrut 5 (3) – krym.

HISTORYCZNY



18.30 Ogniem i mieczem (2) – Polska 1999
Skrzetuski rusza na poszukiwanie Wiśniowieckiego. Tymczasem Bohun przechwytuje pismo, które przewoził Rzędzian. Przybywa do Rozłogów i morduje Kurcewiczową.
19.35 Ojciec Mateusz 32 (408-410) – krym., Pol.
22.30 Ranczo 10 (128, 129) – serial obycz., Polska
0.20 Komisarz Alex 25 (315, 316) – krym., Pol.
2.05 PitBull (24) – sens.
3.00 Oficerowie (12)
3.55 Rodzinka.pl (162, 163) – kom., Pol.

DRAMAT KOSTIUMOWY



20.00 Dziewczyna z perłą FILM – Wlk. Bryt./Luksemburg/Francja 2003, 110 min
Holandia, XVII wiek. W mieście Delft 16-letnia Griet rozpoczyna pracę jako służąca w domu państwa Vermeerów. Pan domu w sekrecie maluje jej portret.
21.50 Marcin Masecki gra Warsa – koncert
23.15 Dom dusz FILM – dramat obycz., Niemcy/Dania/USA 1993, 140 min
1.35 Wydarzenie aktualne – program informacyjny

THRILLER



20.10 Plan ucieczki FILM – USA 2013, 140 min
Ray, specjalista od zabezpieczeń zakładów karnych, pada ofiarą oszustwa i trafia do więzienia. Opracowuje plan ucieczki. Zyskuje sojusznika.
22.30 Tajne przez poufne FILM – komedia kryminalna, USA/Fr./Wielka Brytania 2008, 120 min
0.30 Ostatni oddział FILM – dramat wojenny, Fr./Belgia 2023, 145 min
2.55 Sortownia (4)
3.55 Być kimś
4.25 Płot – film krótkometr.
4.45 Król (4) – serial sens.

KOMEDIA SF



21.00 P! Baw się dobrze i przeżyj FILM – Niemcy/USA 2025, 130 min
W barze w Los Angeles zjawia się mężczyzna wyglądający jak kloszard. Oznajmia, że przybył z przyszłości. Próbuje ostrzec ludzi przed nadchodzącą zagładą.
23.10 Najpierw strzelaj, potem zwiedzaj FILM – komediodramat, Belgia/Wielka Brytania/USA 2008, 105 min
0.55 Potępiony FILM – thriller, USA 2007, reż. Scott Wiper, wyk. Steve Austin, 110 min

DRAMAT OBYCZAJOWY



20.00 P! Ścieżki życia FILM – Wlk. Bryt. 2024, 115 min
Małżonkowie Raynor i Moth w jednej chwili tracą wszystko. Zamiast się załamać, wyruszają w wędrówkę w poszukiwaniu ukojenia.
21.55 Mortal Kombat 2 FILM – film sensacyjny, USA 2026, reż. Simon McQuoid, 120 min
23.55 G20 FILM – film sensacyjny, USA 2025, 105 min
1.40 Martwe zło: Przebudzenie FILM – horror, Nowa Zelandia/USA/Irlandia 2023, 95 min

AXN WHITE

7.30 Detektyw Murdoch 4 (10-13) – serial kryminalny
11.55 Detektyw Murdoch 5 (1)
13.00 Szpital świętej Marii (7-10) – obycz., Kan. 2020
17.00 Szpital świętej Marii 2 (1) – serial obycz., Kan. 2021
18.00 Dowody zbrodni 4 (7-11)
23.00 Pan i pani Smith FILM – kom. sens., 2005, 140 min
1.20 Magiczny świat Davida Copperfielda FILM – film familijny, 2019, 150 min
3.50 Klopsiki i inne zjawiska pogodowe 2 FILM – film animowany, 2013, 95 min
5.25 Blok promocyjny AXN White

AXN BLACK

6.00 Seal Team 7 (5) – sens.
6.50 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 7 (5, 6) – krym.
8.25 S.W.A.T. 7 (13) – serial sens.
9.25 S.W.A.T. 8 (1-3) – sens.
12.10 Gwiezdne wrota 5 (3-7) – serial s.f., Kan./USA 2001
17.10 MacGyver 2 (17-20) – serial akcji, USA
21.00 S.W.A.T. 7 (13) – serial sens.
21.55 S.W.A.T. 8 (1-3) – serial sensacyjny, USA 2024-2025
0.30 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 7 (5, 6) – krym.
2.30 MacGyver 2 (17-20) – serial akcji, USA
5.55 Blok promocyjny AXN Black

WARNER TV

13.40 Miłość jak narkotyk FILM – komedia romantyczna, USA 1997, 120 min
15.40 Akademia policyjna 5: Misja w Miami Beach FILM – komedia, USA 1988, reż. Alan Myerson, 105 min
17.25 Akademia policyjna 6: Oblężenie FILM – komedia, USA 1989, 100 min
19.05 Seks w wielkim mieście 2 FILM – komedia romant., USA 2010, 175 min
22.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (18-20) – serial kryminalny, USA
0.45 Słaby punkt FILM – thriller, USA/Niemcy 2007, 45 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 Gliniarze (265-267) – serial paradokumentalny, Polska
9.00 Poirot (4-6) – serial krym.
12.20 Doktor Martin 3 (23, 24) – serial obycz., Wlk. Bryt.
14.20 Doktor Martin 4 (25) – serial obycz., Wlk. Bryt.
15.20 Świat według Kiepskich (222, 223, 23) – serial kom.
17.05 Gliniarze (1151, 1152, 643, 644) – serial paradok., Pol.
21.00 Gierek (1-4) – serial obyczajowy, Polska 2021
1.00 Ślad (106, 107) – krym., Pol.
3.00 Święty (274, 275) – serial komediowy, Polska 2022
4.00 48h. Zaginieni (150, 151) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.00 Łapu capu – pr. rozrywk.
6.05 Kiler-ów 2-óch – komedia, FILM Polska 1999, 115 min
8.00 Heidi ratuje rysia – film FILM animowany, 2025, 75 min
9.15 Łapu capu – pr. rozrywk.
9.20 Benek – komediodramat, FILM Polska 2007, 100 min
11.00 Riefenstahl – dok., 2024
12.55 Zmierzch – film fantasy, FILM USA 2008, 120 min
14.55 Listy do Julii – komedia FILM romantyczna, USA 2010, reż. Gary Winick, 100 min
16.35 Kiedy nadchodzi jesień FILM – dramat obyczajowy, Francja 2024, 100 min
18.15 Kopnięci w czasie FILM – komedia, Francja/Belgia 2025, 100 min
19.55 Łapu capu – pr. rozrywk.
20.00 Kukułka – thriller, Niemcy/FILM USA 2024, reż. Tilman Singer, wyk. Hunter Schafer, Jan Bluthardt, 100 min
21.40 Wcielenie zła – horror, FILM Meksyk 2024, reż. Jack Zagha Kababie, wyk. Isabel Aerenlund, 80 min
23.00 Wilhelm Tell – dramat FILM historyczny, 2024, 130 min
1.10 To nie mój film FILM – komediodramat, Polska 2024, 95 min
2.45 Dwie siostry – dramat FILM obyczajowy, 2024, 95 min
4.20 Wyrwa – thriller, Polska FILM 2023, 100 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 Polska z góry. Nad wodą 3 (7, 8) – serial dokumentalny, Polska 2023
10.50 The Office PL 5 (10-12) – serial komediowy, Polska
12.25 Samoloty bojowe III Rzeszy (1, 2) – serial dok., Wielka Brytania 2024
14.30 Naruto 5 (11-13) – serial anime, Japonia 2004-2005
16.00 W sercu dżungli. Orangutany z bliska (1, 2) – film dokumentalny, Niemcy 2025
17.55 Łapu capu – program rozrywkowy
18.05 To nie jest zagadka kryminalna (3, 4) – serial kryminalny, Belgia 2025
20.05 Król i zdobywca (7, 8) – serial historyczny, Wielka Brytania/Islandia/USA 2025
22.00 Kontyngent (3, 4) – serial wojenny, Szwecja 2025
23.35 Talamasca: Sekretny zakon (5, 6) – serial fantasy, USA 2025
1.20 Pisarze. Serial na krótko (10) – serial komediowy, Polska 2019
1.40 Pętla (1, 2) – serial sensacyjny, Polska 2020
3.20 Rum i rewolucja. Historia Hawany – film dokumentalny
4.10 Przykrywkowcy. Podwójna gra (1, 2) – serial dokumentalny, Pol.

CANAL+ 360 HD

6.00 13 posterunek 2 (13, 14)
7.15 Sędziowie 2 (5) – dok.
8.00 Andy Murray: Game, Set, Match – dok., 2024
9.00 Co poszło nie tak 5 (1)
10.05 Zholowani: ciężarówki w opałach 7 (2) – dok.
11.00 Koleją przez świat (5)
12.05 Stalowe bestie z demobilu (3) – dok.
14.00 Sung Kang – szybki i dociekliwy (2) – dok.
15.00 Chwila prawdy (9, 10)
16.55 Z archiwów historii (2)
18.00 Dover 24/7 (4) – serial dok.
19.00 Speedshop: warsztat marzeń (7) – serial dokum.
20.15 Kolacja z Gavinem Rossdale'em (3) – dok.
21.10 Okręty wojenne (2) – dok.
22.05 Porzucone konstrukcje (11) – serial dok., Wlk. Bryt.
23.00 Co poszło nie tak 4 (3) – serial dok., Wlk. Bryt. 2024
0.05 Futbolowa gorączka. Jak powstawała Premier League (3) – dok.
1.20 Bohater z Cienia (2) – serial dokum., Polska
2.00 Polska z góry: Stadiony 2 (3) – dok., Pol.
2.35 Łowcy tajemnic Bałtyku (4) – serial dok., Polska 2020
3.40 Survivalowa rodzina (5, 6) – serial dok., Pol. 2019
4.55 Pogotowie remontowe Wieśka 4 (12) – mag.
5.30 Zwierzęta Wajraka (1)

HBO 2 HD

12.00 Longing – komediodramat, FILM 2024, 105 min
13.45 Sprawa Friedy – dramat FILM historyczny, 2024, 105 min
15.30 Rozważni i romantyczni – klub miłośników Jane Austen – komediodramat, FILM USA 2007, 105 min
17.15 Karate Kid – film przyg., FILM USA/Chiny 2010, 135 min
19.30 Źródło – dramat FILM psychologiczny, USA/Kanada 2006, 95 min
21.05 Nie! – thriller, Japonia/FILM Kanada/USA 2022, 125 min
23.10 Ród smoka 3 (8) – fantasy
0.10 The Pitt 2 (4) – obycz., USA
0.55 Miniaturowa żona (8)

HBO 3 HD

8.05 Król rozrywki – musical, FILM USA 2017, 105 min
9.50 Na planie 23 (28) – mag.
10.20 Pasażerowie – dramat FILM s.f., 2016, 115 min
12.15 Gentleman Jack (7)
13.15 Wojownicze żółwie ninja – anim., 2007, 85 min FILM
14.40 Spider-Man – film FILM przygodowy, 2002, 120 min
16.40 Spider-Man 2 – film FILM przygodowy, 2004, 125 min
18.45 Spider-Man 3 – film FILM przygodowy, 2007, 135 min
21.00 Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem (1-7)
0.35 28 lat później – horror, FILM 2025, 115 min

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

8.05 Była sobie Ziemia (26) – serial anim., Fr.
8.35 Był sobie człowiek (1, 2) – serial anim., Fr.
9.45 Byli sobie podróżnicy (3)
10.25 Turbo – film anim., USA 2013, 120 min
12.25 Ania z Zielonego Wzgórza – nowy początek (1/2) – film obyczajowy, Kanada 2008, 80 min
13.45 Pani Doubtfire – komedia, USA 1993, 160 min
16.25 Gru, Dru i Minionki – film animowany, USA 2017, 115 min
18.20 Szybcy i wściekli 7 – sens., USA/Chiny/Japonia 2015, 160 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 Tata ma plan (12-16) – serial komediowy, USA 2016
8.30 Teoria wielkiego podrywu 12 (23, 24) – serial komediowy, USA 2018-2019
9.25 Teoria wielkiego podrywu (1-10) – serial kom., USA
13.30 Przyjaciele 3 (13-23) – serial komediowy, USA 1996-1997
19.00 Duchy (13, 14) – serial fantasy, USA/Wielka Brytania 2021 Sam i Jay organizują w pensjonacie wesele znajomych. To dla nich dobra promocja. Zjawa męża Hetty chce popsuć imprezę.

TVN FABUŁA HD

5.05 Szkoła (818) – serial paradokum.
6.00 Superbohaterowie (7) – program kult.
6.30 Seriaale Top 5 (23) – program kulturalny
6.40 Prawo Agaty 7 (3-6) – serial obycz., Polska
10.40 Tedi i szmaragdowa tablica – anim., Hiszp. 2022, 115 min
12.35 Za duży na bajki 2 – film familijny, Polska 2024, 115 min
14.30 Był sobie chłopiec – komediodramat, Niemcy/USA/Francja 2002, 135 min
16.45 Harry Potter i Czara Ognia – film przyg., USA/Wielka Brytania 2005, 195 min

13 ULICA

6.00 Dlaczego nie Evans? (2) – serial kryminalny, USA/Wielka Brytania 2022
6.45 Zabójstwo w Arles – dram. krym., Fr. 2024, reż. Octave Raspail, 115 min
8.40 Mentalista 5 (7-16) – serial kryminalny, USA 2012-2013 Ofiarą kolejnego zabójstwa, którym zajmuje się CBI, jest młoda reporterka. Morderca starał się upozorować wypadek samochodowy.
17.50 Kobra – oddział specjalny (2) – serial sensacyjny, Niemcy 2023

KINO POLSKA

6.50 Och! Kabaret (5)
7.45 Polska Kronika Filmowa – serial dok.
8.15 Przygody Myszki (9, 10) – serial anim.
8.35 Bolek i Lolek na wakacjach (13, 1)
9.00 Siedem życzeń (5, 6)
11.45 7 słów o przemijaniu – etiuda dok.
11.55 Syn szczęścia
12.30 Nad Niemnem (1/2, 2-ost.) – film obycz., 1986, 235 min
16.25 Motylem jestem, czyli romans czterdziestolatka – komedia obyczajowa, 1976, 120 min
18.25 Poszukiwany, poszukiwana – kom., 1972, 95 min

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Komisarz Rex 5 (7-10) – serial krym., Niemcy/Austria
9.55 Hudson i Rex 3 (6, 7) – serial krym., Kanada
11.55 Robin z Sherwood 2 (1) – serial przygodowy
13.05 Marley i ja – komedia, USA 2008, reż. David Frankel, wyk. Owen Wilson, Jennifer Aniston, Eric Dane, 140 min
15.25 1920 Bitwa Warszawska – dramat wojenny, Polska 2011, 145 min
17.50 Max – film przygodowy, USA 2015, reż. Boaz Yakin, wyk. Josh Wiggins, 130 min

HORROR SF



21.00 Obcy: Przymierze – USA/Wielka Brytania 2017, 155 min

Statek kosmiczny awaryjnie ląduje na nieznanej planecie. Daniels i pozostali członkowie załogi eksplorują malownicze tereny. Nie wiedzą, że kryją one mroczne sekrety.

23.35 Zaułek koszmarów – dramat psycholog., Kanada/Meksyk/USA 2021, 190 min
2.45 Ślad (34, 35) – serial krym., Pol. 2018-2019
4.50 Na ratunek 112 (899, 900) – serial paradokum., Pol. 2024

KOMEDIA



20.00 Baywatch. Słoneczny patrol – Wlk. Bryt./Chiny/USA 2017, 150 min

Floryda. Do ekipy Mitcha Buchannona dołącza niepokorny ratownik Matt. Mimo wzajemnej niechęci łączą siły, żeby zapobiec katastrofie ekologicznej.

22.30 The Office PL 3 (4)
23.05 Comedy Club 3 (10, 11) – pr. rozrywk.
0.05 Miasteczko South Park 5 (7-10)
2.00 Pracoholicy 7 (1-4)
4.00 Śmieszniej nie będzie 3 (11-14)

PRZYGODOWY



20.00 Harry Potter i Zakon Feniksa – Wlk. Bryt./USA 2007, 175 min

Nastoletni adept magii dowiaduje się o istnieniu tajnego stowarzyszenia, które walczy z Voldemortem. Po powrocie do Hogwartu uczy kolegów przydatnych zaklęć.

22.55 Oszukać przeznaczenie 3 – horror, USA/Niemcy 2006, 115 min
0.50 Tak to się teraz robi – komedia obyczajowa, USA 2010, 125 min
2.55 Alfabet filmowy (6)
3.05 Szkoła (767)

KRYMINALNY



19.45 Astrid i Raphaëlle (3, 4) – Francja/Belgia/Szwajcaria 2019

Pracownik muzeum historii naturalnej zostaje znaleziony martwy. Przyczyną zgonu jest utonięcie, choć w pobliżu nie ma wody.

22.00 Duchy Hawru – dramat kryminalny, Francja/Belgia 2018, 120 min
0.00 Zginąć dla męża – dramat kryminalny, Kanada/USA 2025, reż. Colleen Rush, wyk. Keana Lyn Bastidas, Marilu Henner, 115 min

KOMEDIA OBYCZAJOWA



20.00 Kogel-mogel – 1988, 135 min

Pochodząca ze wsi Kasia w dniu swojego ślubu dowiaduje się, że została przyjęta na studia. Wyjeżdża do stolicy, gdzie znajduje pracę i prawdziwą miłość.

22.15 Seksmisja – komedia s.f., 1983, reż. Juliusz Machulski, 155 min
0.50 Dzień świra – komediodramat, 2002, 120 min
2.50 Drogówka – dramat krym., 2013, 160 min
5.30 Fuck them all – etiuda filmowa, 2025

SENSACYJNY



20.00 November Man – USA/Wielka Brytania 2014, 130 min

Emerytowany agent Peter Devereaux zostaje przywrócony do służby w CIA. Wyrusza z misją do Moskwy, by pomóc koleżance po fachu. Tam wikła się w intrygę.

22.10 Stan zagrożenia – film sensacyjny, USA 1994, reż. Phillip Noyce, wyk. Harrison Ford, Willem Dafoe, Anne Archer, 175 min
1.05 Demony wojny wg Goi – dramat wojenny, Polska 1998, 145 min

CINEMAX HD

11.35 Apollo 13 – dramat katastrof., 1995, 140 min
13.55 Nomadland – dramat obyczajowy, 2020, 110 min
15.45 Kod da Vinci – thriller, USA 2006, reż. Ron Howard, wyk. Tom Hanks, 145 min
18.10 Whiplash – dramat obyczajowy, 2014, 110 min
20.00 Pewnego razu w Meksyku: Desperado 2 – film sens., USA/Meksyk 2002, 100 min
21.40 Ultimatum Bourne'a – film sensacyjny, USA/Niemcy 2007, 115 min
23.35 Kingsman: Tajne służby – kom. sens., 2014, 130 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

6.00 Graczykowie (35-39)
8.30 Świat według Kiepskich (7-12) – serial kom., Polska
11.30 Młody Sheldon (13-18)
14.30 Święty (29-33) – kom., Pol.
17.00 Piękni i bezrobotni (4)
17.30 Świat według Kiepskich (7-13) – serial kom., Polska
21.00 Co ludzie powiedzą? 3 (1-3) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 Jedną nogą w grobie (2, 3) – kom., Wlk. Bryt. 1990
0.30 Czarna Żmija 4 (2-4)
2.30 Śmieszniej nie będzie 4 (19, 20) – program rozrywk.
3.30 Śmieszniej nie będzie 5 (1-3) – program rozrywkowy
5.00 Comedy Club 6 (4, 5)

SCI FI

6.00 Medium 3 (3-7) – krym.
10.55 Przygody Merlina (11-13) – serial fantasy, Wlk. Bryt.
13.55 Przygody Merlina 2 (1, 2) – serial fantasy, Wlk. Bryt.
15.55 Bohater ostatniej akcji – komedia sensacyjna, USA 1993, 160 min
18.35 Zielony Szerszeń – komedia sensacyjna, USA 2011, 145 min
21.00 Karate Kid – film przygodowy, 1984, 155 min
23.35 Zapowiedź – thriller, USA/Wielka Brytania/Australia 2009, 150 min
2.05 Bibliotekarze 4 (1-4) – serial przyg., USA 2017

FX HD

8.00 Agenci NCIS: Sydney (10, 11) – serial kryminalny
10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (12, 13) – krym.
12.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (14-16)
14.50 Z archiwum X (19-21)
17.50 Karmazynowy przypływ – thriller, USA 1995, 150 min
20.20 Uprowadzona 3 – film sensacyjny, Francja/Hiszp./USA 2014, 135 min
22.35 Szklana pułapka 3 – film sensacyjny, 1995, 155 min
1.10 Zakładnik (6) – obycz.
2.10 CSI: Kryminalne zagadki Miami (20, 21) – krym.
4.00 Tropiciel (1) – serial krym.

FILMBOX+ ONE HD

6.00 Strażnik Teksasu 3 (4-8)
12.00 Zaginione miasto Z – biograf., 2016, 175 min
14.55 Dobry rok – komediodramat, USA/Wlk. Bryt. 2006, 155 min
17.30 Fenomen – komediodramat, USA 1996, 150 min
20.00 Uprowadzona 2 – film sensacyjny, Francja/USA/Turcja 2012, 115 min
21.55 Zaginiona dziewczyna – thriller, USA 2014, 185 min
1.00 Underworld – horror, 2003, 170 min
3.50 Bałkańska vendetta – film sens., 2017, 129 min

ROMANCE TV HD

12.40 Lato we Włoszech – film obycz., 2025, 110 min
14.30 Lato w Amalfi – komedia romantyczna, Niemcy 2013, 115 min
16.25 Lato na Sycylii – melodramat, Niemcy/Włochy 2016, 115 min
18.20 Toskański romans – film obyczajowy, 2022, 100 min
20.00 Zabójcze tropiki (13, 14)
22.15 Kryminał z Bolzano – Krew Chrystusa – film krym., 2016, 110 min
0.05 Zabójstwo nad Morzem Wattowym – komedia krym., Niem. 2023, 115 min
2.00 Zabójcze tropiki (13, 14)

CINEMAX 2 HD

13.10 Dzień Świstaka – kom., USA 1993, 100 min
14.50 Wszystko, czym jesteś – film obyczajowy, Niemcy/Hiszpania 2024, 110 min
16.40 Pysznie – komedia, Litwa 2024, 115 min
18.35 Imię – komedia, Francja/Belgia 2012, 115 min
20.30 P! Dziś wieczorem nie schodźmy na psy – film wojenny, 2024, 100 min
22.10 Pierwsza krowa – western, USA 2019, reż. Kelly Reichardt, 120 min
0.10 Dziewczyna z Kolonii – film biograf., Niem./Polska/Belgia 2025, 115 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

11.30 Agenci NCIS 17 (16-19)
15.00 Panna Marple: Tajemnica rezydencji Chimneys – krym., Wielka Brytania/USA 2010, 115 min
16.55 Poirot 4 (3) – serial krym.
19.10 Agenci NCIS 17 (20)
20.00 Detektyw Murdoch 19 (10) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
21.00 Komisarz Maigret (2) – film kryminalny, Wielka Brytania 2017, 120 min
23.00 Hiszpańska księżniczka (6) – serial kostiumowy, USA
0.10 Detektyw Murdoch 19 (10) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
1.05 Zatraceni w miłości (56-60) – telen., Turcja 2023

NOVELAS+ HD

5.00 Opowieść o wyspie (16-20) – telenowela, Turcja 2021, wyk. Ayça Aysin Turan
10.00 Róże i grzechy (38-42) – telenowela, Turcja 2025
15.00 Domenica Montero (1-5) – telenowela, Meksyk 2025, wyk. Angelique Boyer
20.00 Sieroty ziemi (9, 10) – telenowela, Brazylia 2019, wyk. Julia Dalavia
22.00 Otchłań namiętności (139-143) – telenowela, Meksyk 2012, wyk. David Zepeda, Angelique Boyer
3.00 Sieroty ziemi (9, 10) – telenowela, Brazylia 2019, wyk. Julia Dalavia

FX COMEDY HD

10.00 Sposób użycia 3 (1-5)
12.30 Wszyscy kochają Raymonda (21, 22) – kom.
13.30 Wszyscy kochają Raymonda 2 (1-9) – kom.
17.59 Legenda telewizji – kom., USA 2004, 116 min
19.55 Jumanji: Welcome to the Jungle – film przygodowy, USA/Australia/Indie 2017, 150 min
22.25 Jumanji: Następny poziom – film przygodowy, USA 2019, 145 min
0.50 Wszyscy kochają Raymonda (21, 22) – kom.
1.45 Wszyscy kochają Raymonda 2 (1-3) – kom.

FILMBOX+ HITS HD

12.30 Spencer – dramat obyczajowy, 2021, 130 min
14.40 Ostatnia rzecz – dramat obyczajowy, 2018, 105 min
16.25 Mały różowy dom – dramat obyczajowy, Kanada/USA 2017, 110 min
18.15 Jedenaste: Znaj sąsiada swego – dramat obycz., Niemcy 2021, 105 min
20.00 Kolacja pożegnalna – komediodramat, Niemcy 2023, 105 min
21.45 Bardzo grzeczne dziewczyny – dramat obyczajowy, 2013, 105 min
23.30 Ostatni gliniarz – kom. krym., 2019, 110 min

PARAMOUNT NETWORK HD

11.35 Liga potworów – film animowany, 2022, 130 min
13.45 Psi Patrol: Film – film animowany, 2021, 105 min
15.30 Sonic. Szybki jak błyskawica – film familijny, USA/Japonia/Kanada 2020, 125 min
17.35 Iluzja – thriller, Francja/USA 2013, reż. Louis Leterrier, 145 min
20.00 Bogowie Egiptu – film przygodowy, USA/Australia/Chiny 2016, 155 min
22.35 Bodyguard Zawodowiec – kom. sens., 2017, 140 min
0.55 American Psycho – thriller, 2000, 125 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
6.00 **Kolarstwo:** Czech Tour – 2. etap
7.00 **Kolarstwo:** Arctic Race of Norway – 2. etap
8.00 **Snooker:** Turniej LIVE China Open – mecz półfinałowy
11.30 **Tenis:** Turniej French Open 2025: Jannik Sinner – Carlos Alcaraz
13.30 **Snooker:** Turniej LIVE China Open – mecz półfinałowy
17.00 **Żużel:** Grand Prix Wielkiej Brytanii – podsumowanie
18.00 **Kolarstwo:** Czech Tour – 3. etap
19.00 **Tenis:** Turniej French Open 2025: Jannik Sinner – Carlos Alcaraz

POLSAT SPORT 1 HD
8.00 **Siatkówka kobiet:** Memoriał Agaty Mróz-Olszewskiej – mecz: Polska – Włochy
10.00 **Magazyn Polskiego Sportu** – mag.
11.00 **Piłka nożna:** Juventus – Inter Mediolan
13.00 **Siatkówka kobiet:** Memoriał Agaty Mróz-Olszewskiej
15.00 **Siatkówka kobiet:** Memoriał Agaty Mróz-Olszewskiej
17.00 **Tenis:** Turniej ATP LIVE w Cincinnati – mecze 1. i 2. rundy gry pojedynczej
19.00 **Tenis:** Turniej ATP LIVE w Cincinnati – mecze 1. i 2. rundy

CANAL+ SPORT HD
6.00 **Ligomistrzowe historie** (2) – mag.
7.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Legia Warszawa – Radomiak
9.20 **Żużel:** PGE Ekstraliga: Falubaz – Stal Gorzów
12.15 **Żużel:** PGE Ekstraliga – mecz: KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa – BAYERSYSTEM GKM Grudziądz
15.15 **1 na 1 Extra** – mag.
16.00 **Na pierwszym planie** (3) – dok., Pol.
16.50 **Premier League Preview** – mag.
18.00 **Hola LaLiga** – mag.
19.25 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska LIVE – mecz: CD Alaves – Getafe CF

TVP SPORT HD DVB T2
5.35 **Sportowy wieczór** – program inform.
6.00 **Kamerą TVP Sport**
6.30 **Lekkoatletyka:** Mistrzostwa Europy – Birmingham 2026 – 5. dzień – sesja wieczorna
8.25 **Lekkoatletyka:** LIVE Mistrzostwa Europy – Birmingham 2026 – 6. dzień – sesja poranna
14.25 **Piłka nożna:** PKO BP LIVE Ekstraklasa – mecz: KGHM Zagłębie Lubin – Śląsk Wrocław
17.30 **Strongman:** Puchar Europy – Krynica Zdrój 2026
18.25 **Pływanie:** ME – Paryż LIVE 2026 – 6. dzień

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 **Dramatyczne rzuty karne** – mag. piłkarski
6.20 **Legendy Bundesligi**
7.00 **Piłka nożna:** 2. liga niemiecka – mecz: Eintracht Brunszwik TSV – VfL Bochum
9.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: Sporting CP – Vitoria
11.00 **RC Lens – Sekrety sukcesu** – reportaż
12.55 **Piłka nożna:** 2. liga LIVE niemiecka: Osnabrück – 1. FC Magdeburg
15.05 **Najszybsze gole Bundesligi** – mag.
15.25 **AJ Auxerre – Małe miasto, wielki klub**
16.00 **Piłka nożna:** 2. liga niemiecka – mecz: Holstein Kiel – St. Pauli

DISCOVERY CHANNEL HD
6.00 **Budowa na końcu świata 8** – 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** (13) – dok.
12.00 **Awantura o furę**
13.00 **Złomowisko PL 4** (8, 9) – serial dokum.
15.00 **Nic do ukrycia 2** (4) – serial dok., Pol. 2022
16.00 **Bracia Collins biorą się do roboty** (3)
17.00 **Ciężarówką przez Afrykę** (9) – dok., Pol.
18.00 **Ed Stafford: inicjacja** – dok.

20

SNOOKER



21.00 Turniej China Open – mecz półfinałowy

Ostatni triumf Ronniego O'Sullivana w tej prestiżowej imprezie miał miejsce dwadzieścia sześć lat temu.

23.00 **Formuła E:** ePrix Wielkiej Brytanii – 1. wyścig
0.00 **Snooker:** Turniej China Open – półfinał
1.30 **Kolarstwo:** Czech Tour – 3. etap
2.45 **Kolarstwo:** Arctic Race of Norway – 3. etap
4.00 **Snooker:** Turniej China Open – półfinał

TENIS



21.00 Turniej ATP LIVE w Cincinnati – mecze 1. i 2. rundy gry pojedynczej

Jannik Sinner w tym sezonie może drugi raz wygrać Cincinnati Open. Poprzednio triumfował w 2024 roku. Wówczas Włoch pokonał w finale Francesa Tiafoe.

23.00 **Tenis:** Turniej ATP LIVE w Cincinnati – mecze 1. i 2. rundy gry pojedynczej
1.00 **Tenis:** Turniej ATP LIVE w Cincinnati – mecze 1. i 2. rundy gry pojedynczej

PIŁKA NOŻNA



21.25 Liga hiszpańska LIVE – mecz: Sevilla FC – Rayo Vallecano

Poprzednie spotkanie tych zespołów zakończyło się podziałem punktów (1:1).

23.40 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 166
2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – Radomiak Radom
4.25 **Premier League Stories** (52) – magazyn piłkarski
5.00 **Ligomistrzowe historie** (3) – magazyn piłkarski

LEKKOATLETYKA



20.40 ME – Birmingham 2026 LIVE – 6. dzień

Na Alexander Stadium Natalia Bukowiecka broni tytułu mistrzyni Starego Kontynentu w biegu na 400 metrów.

23.15 **Sportowy wieczór** – program inform.
23.45 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: KGHM Zagłębie Lubin – Śląsk Wrocław
1.55 **Pływanie:** Mistrzostwa Europy – Paryż 2026 – 6. dzień – sesja wieczorna
3.15 **Boks:** Gala w Nowym Jorku – podsumowanie

PIŁKA NOŻNA



18.00 2. liga niemiecka: Hertha – Heidenheim

Hit 2. kolejki. Stara Dama podejmuje spadkowicza z najwyższej klasy rozgrywkowej.

20.00 **Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością** – film dokumentalny
21.00 **Piłka nożna:** Liga LIVE portugalska – mecz: Rio Ave FC – FC Porto
0.00 **Made in Italy** (19, 17)
0.55 **Bundesliga Special** (9, 12) – mag. piłkarski
2.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska: Rio Ave – FC Porto

DOKUMENTALNY



19.00 Teorie spiskowe pod lupą – USA

Andrew bada teorię łączącą niewidzialną broń z atakami na amerykańskich urzędników. Analizuje także wpływ wysoko zaawansowanych technologii na zdrowie.

20.00 **W oku cyklonu**
21.00 **Najniebezpieczniejszy zawód świata 22** – dok.
22.00 **Złoto drwali** – dok.
23.00 **Akta ekspedycji 2**
0.00 **Tajemnice Alaski**
1.00 **Rolnicy w akcji** (6)
2.00 **Łowcy starocí 13** (1, 2) – dok., Wlk. Bryt.

EUROSPORT 2 HD
13.00 **Biegi górskie:** GT World Series – Sierre-Zinal
13.30 **Kolarstwo:** Czech Tour – 2. etap
14.15 **Kolarstwo:** Arctic Race LIVE of Norway – 3. etap
15.30 **Kolarstwo:** Czech LIVE Tour – 3. etap
17.00 **Kolarstwo:** Arctic Race LIVE of Norway – 3. etap
18.15 **Cycling Show** – magazyn sportowy
18.30 **Biegi górskie:** GT World Series – Sierre-Zinal
19.00 **Golf:** FedEx St. Jude LIVE Championship – 3. runda
0.00 **Kolarstwo:** Czech Tour – 3. etap

POLSAT SPORT 2 HD
8.30 **Tenis:** Turniej ATP w Cincinnati – 1. runda
10.45 **Siatkówka plażowa:** LIVE ME – Stare Jabłonki 2026 – ćwierćfinały mężczyzn
13.25 **Siatkówka plażowa:** LIVE ME – Stare Jabłonki 2026 – półfinał kobiet
15.55 **Siatkówka plażowa:** ME LIVE – Stare Jabłonki 2026 – ćwierćfinał mężczyzn
18.30 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
19.55 **Piłka nożna:** Liga LIVE holenderska – Excelsior Rotterdam – PSV Eindhoven
22.30 **Piłka nożna:** Puchar Włoch – mecz 1. rundy

CANAL+ SPORT 2 HD
8.15 **Tenis:** Turniej WTA w Cincinnati – 1. runda
10.30 **Tenis:** Turniej WTA w Cincinnati – 1. runda
12.30 **Tenis:** Turniej WTA w Cincinnati – 1. runda
14.45 **Tenis:** Turniej WTA w Cincinnati – 1. runda
17.00 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Cincinnati – 1. i 2. runda
19.00 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Cincinnati – 1. i 2. runda
21.00 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Cincinnati – 1. i 2. runda
23.15 **Tenis:** Turniej WTA w Cincinnati – 1. i 2. runda
1.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa

EXTREME CHANNEL HD
8.00 **WWE Classic Gold** (48)
8.45 **WWE Highlights** (69)
9.00 **KPW Kombat TV** (26, 27)
11.00 **WWE Highlights** (73)
11.25 **WWE Classic Gold** (49)
12.00 **LoW – Legacy of Wrestling** (5)
15.00 **WWE Classic Gold** (1)
16.00 **New Japan Pro-Wrestling** (52)
19.45 **WWE Classic Gold** (64)
20.00 **AEW Dynamite** (2632)
22.00 **New Japan Pro-Wrestling** (52)
1.45 **WWE Classic Gold**
2.30 **New Japan Wrestling – Highlights** (15)
3.00 **X Games – Minneapolis**

ELEVEN SPORTS 2 HD
12.55 **Piłka nożna:** 2. liga LIVE niemiecka – mecz: Hertha BSC – 1. FC Heidenheim
15.05 **Pierwszy tytuł Kloppa**
16.00 **Made in Italy** (9) – mag.
16.15 **Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach** – mag. piłkarski
16.55 **Serie A** – mag. piłkarski
18.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: Sporting CP – Vitoria SC
20.00 **Dramatyczne rzuty karne** – magazyn piłkarski
20.25 **Piłka nożna:** 2. liga LIVE niemiecka – mecz: Kaiserslautern – Karlsruher
22.40 **Bundesliga Special**

DISCOVERY LIFE HD
10.30 **Pojedynek na modę** (6)
11.15 **Szalenie oszczędni** (1)
12.15 **Raj za pół ceny** (2) – rozr.
12.45 **Powrót doktora Szczyta**
15.45 **Szpital** (350, 353-355)
19.45 **W czym do ślubu?** (5, 6)
20.45 **Obsesyjna miłość sióstr**
21.45 **Gdy jeden mąż to za mało** (3) – reality show
22.45 **Mroczne sekrety Playboya** (5) – serial dok.
23.45 **Sekrety chirurgii** (7)
0.45 **Sekrety lekarzy** (11, 12)
2.45 **Eks-tra zmiana** (8) – rozr.
3.45 **19+** (10, 11) – paradok., Pol.
4.45 **Niezwykłe przypadki medyczne 3** (4) – dok.
5.15 **Idealna niania 6** (1)

POLSAT SPORT FIGHT HD
11.20 **Sporty walki:** FEN 55 w Ostródzie – walka: M. Abdurzakov – M. Pietrzak
13.25 **Z archiwum ESPN** – mag.
14.10 **Boks:** Babilon Boxing Show w Żyrardowie: Paweł Stępień – Łukasz Stanioch
16.20 **Strzelnica Navala** (8)
16.50 **Sporty walki:** UFC Fight Night – walka: Brandon Moreno – Lone'er Kavanagh
18.55 **K.O. TC Classics** (20)
19.45 **Boks:** Walka o mistrzostwo Polski w Sopocie – waga ciężka: K. Meyna – M. Wach
22.25 **Sporty walki:** Babilon MMA 51 w Ciechanowie: S. Kołecki – P. Mysiala

POLSAT SPORT 3 HD
8.30 **Siatkówka plażowa:** Mistrzostwa Europy – Stare Jabłonki 2026
11.00 **Piłka nożna:** Puchar Włoch – mecz 1. rundy
13.00 **Tenis:** Turniej ATP w Cincinnati – 1. runda
15.00 **Tenis:** Turniej ATP w Cincinnati – 1. runda
18.20 **Piłka nożna:** Puchar LIVE Włoch – 1. runda: Udinese – Padova Calcio
20.30 **Piłka nożna:** Copa Libertadores
22.30 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
9.00 **Dart:** New Zealand LIVE Darts Masters
13.15 **Premier League Preview** – magazyn piłkarski
14.20 **Bohater z Cienia** – dok.
15.30 **Żużel:** PGE Ekstraliga: Falubaz – Stal Gorzów
18.30 **Żużel:** Indywidualne MP LIVE – 3. runda w Ostrowie Wielkopolskim
22.15 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 166
23.30 **Liga+** – magazyn piłkarski
1.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Wisła Kraków
3.30 **Premier League Stories** (52) – magazyn piłkarski

ELEVEN SPORTS 4 HD
12.00 **Bundesliga Special**
13.00 **Made in Italy**
14.00 **Piłka nożna:** 2. liga niemiecka: Eintracht Brunszwik TSV – Bochum
16.00 **Piłka nożna:** 2. liga niemiecka: SpVgg Greuther Fürth – 1. FC Nürnberg
18.00 **Bundesliga Special** (21)
18.55 **Serie A** – mag. piłkarski
19.45 **Ousmane Dembélé – Pierwsze kroki** – dok.
20.00 **Piłka nożna:** 2. liga niemiecka: VfL Osnabrück – 1. FC Magdeburg
22.00 **Piłka nożna:** 2. liga niemiecka – mecz: Holstein Kiel – FC St. Pauli

ELEVEN SPORTS 3 HD
15.00 **Olympique Lyon...** – dok.
15.40 **Historyczne momenty Ligue 1**
16.00 **RC Lens – Sekrety sukcesu** – reportaż
17.45 **Historyczne momenty Ligue 1**
18.00 **Piłka nożna:** 2. liga niemiecka: VfL Osnabrück – 1. FC Magdeburg
20.00 **AJ Auxerre – Małe miasto, wielki klub**
20.25 **Calcio Masters...**
21.05 **Podróż do świata Calcio**
22.00 **Piłka nożna:** 2. liga niemiecka – mecz: Hertha BSC – 1. FC Heidenheim
0.00 **Pierwszy tytuł Kloppa**

CANAL+ DOKUMENT HD
11.45 **Wszystkie kolory świata 5** (7) – dok., Francja
12.45 **Wszystkie kolory świata** (3) – serial dok., Fr.
13.45 **Twardzielki** (10) – dok.
14.20 **Wszystko o Marii, Matce Bożej** (1, 2) – dok.
16.20 **Rewolucja Papieża Franciszka** – film dok., Fr.
17.20 **Pan Olbrychski** – dok.
19.00 **Czy AI zabija internet?**
20.00 **Historia Apple'a. Jak sprzedać rewolucję**
21.00 **Co ukrywa Elon Musk?**
22.40 **Girl Climber. Wspinaczka** – film dokum.
0.10 **Małpka sajmiri z deszczowego lasu**

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

8.00 **Zoom na architekturę**
10.00 **Jak to jest zrobione? 25** – dok.
12.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16** (2-4)
14.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
16.00 **NASA – archiwum tajemnic** – serial dok.
17.00 **Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem** – dok.
18.00 **Jak to jest zrobione?** – dok.
18.30 **Jak to jest zrobione? 25** (2)
20.00 **Największe paranormalne zagadki** – serial dok.

ID HD

6.00 **Wyrok do podważenia** – serial dokumentalny
8.00 **Krótkie życie, niewyjaśniona śmierć** – serial dok.
10.00 **Morderstwo na prowincji 6** – serial dok., USA 2023
11.00 **Morderstwo na prowincji** – serial dokumentalny
12.00 **Zaginieni** – serial dok.
14.00 **Morderstwo w tropikach** – serial dok., Wielka Brytania
16.00 **Klątwa serialu „Glee”** (2/3, 3-ost.) – film dok., USA 2023
19.00 **Morderstwo na bagnach 3** – serial dokumentalny, USA

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

6.00 **Najniebezpieczniejsze drogi Europy** (7, 8) – serial dokumentalny, Norwegia 2021
7.55 **Ekstremalne zagrożenia** (7, 8) – serial dokumentalny
10.00 **Katastrofa w przestworzach** (1-6) – serial dokum., Kanada 2016-2017
16.00 **Car S.O.S** (10): Ferrari 308 GTS – serial dok., Wielka Brytania
16.55 **Utracone bomby zimnej wojny** (1, 2) – film dokumentalny, Francja 2018
19.00 **Sekrety starożytnej medycyny** (1) – serial dokumentalny

FOKUS TV DVB T2

6.00 **Wehikuł czasu** (815)
6.05 **48h. Zaginieni** (51)
7.00 **Rolnicy. Podlasie** (11, 12) – serial dok.
9.00 **Wielkie wycieczkowce** (6, 2)
11.00 **Wraki, które zmieniły świat** (3, 4)
13.00 **Rolnicy. Podlasie** (22-24) – serial dok.
16.00 **Podglądacze przyrody** (2, 3) – dok.
17.00 **Największe statki świata** (7) – dok.
18.00 **Ekstremalne drogi do szkoły** (1): Nepal
19.00 **Jak to wyjaśnić?** (2)
20.00 **Tajemnice zamków** (7) – serial dok., Kan.
21.00 **Okręt wojenny – życie w Royal Navy** (2) – serial dok.

TVP HISTORIA DVB T2

8.15 **Dzika Polska**
8.50 **Ogniem i mieczem** (3) – serial hist., Polska
9.55 **Lena na Bałkanach** (4) – cykl reportaży
10.25 **Podziemne Włochy**
11.40 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja
12.45 **Magiczny Adriatyk** (1) – serial dok., Niem.
13.45 **Biały rycerz**
14.15 **Przybyli ułani**
FILM – komediodramat, Polska 2005, 65 min
15.20 **Z ruin Warszawy**
16.25 **Bitwa niemeńska 1920** – dok., Pol. 2020
17.35 **Nad Niemnem** (3) – serial obycz., Polska
18.40 **Wojna światów** – film dok., Pol. 2020
20.10 **Zabójcza nauka 2** (4)

HISTORY HD

12.05 **Starożytni kosmici 14** (19) – dok.
13.05 **Tajemnice zaginionych miast** (4): Petra – serial dok.
14.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 3** (11) – serial dok., USA
14.55 **Gwiazdy lombardu 25** (19)
15.50 **Gwiazdy lombardu 13** (13)
16.15 **Gwiazdy lombardu 12** (37, 38)
17.10 **Papież Franciszek – ostatni w dziejach?** – film dokumentalny, 2018
19.05 **Starożytni kosmici 16** (4) – dok.
20.00 **Starożytni kosmici 17** (16) – dok.

DOKUMENTALNY



22.00 Klątwa Trójkąta Bermudzkiego

Zaginięcie jachtu Witchcraft w 1967 roku to jedno z najbardziej tajemniczych zdarzeń w regionie Trójkąta Bermudzkiego. Eksperci spróbują rozwiązać zagadkę sprzed dekad.

0.00 **Na tropie legendarnych potworów** – dok.
2.00 **Przypadki z archiwum 10** (5, 6) – serial dokumentalny
4.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16** (2-4) – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY



20.00 Sprawa dla medium i detektywa 9

Steve i Amy próbują poznać nadprzyrodzone moce, które prześladują niedawno rozwiedzioną matkę i jej dzieci w Waterford w Connecticut.

21.00 **Nawiedzona Irlandia** – reality show, Wielka Brytania
23.00 **Miasteczko demonów** – dok.
1.00 **Nawiedzona Irlandia** – reality show
3.00 **Sprawa dla medium i detektywa 9** – serial dok.
4.00 **Zaginieni** – serial dok.

DOKUMENTALNY



20.00 Pompeje: Podróż w czasie z Tomem Hiddlestonem (3)

Aktor analizuje ostatnią decyzję podjętą przez Julię Felix i poświęcenie pretorianina. Przybliża też losy Awiana. Znajduje dowody, które rzucają nowe światło na tragedię.

21.00 **Starożytne konstrukcje** (3) – serial dokum.
22.00 **Ukryte pod miastami** (3) – dok.
23.00 **Ciemna strona świata** (2, 5) – dok.
1.00 **Złapać przemytnika** (1) – serial dok., USA

DOKUMENTALNY



22.00 Wygrać z żywiołem (1) – Wlk. Bryt.

Coraz częstsze pożary lasów powodują spustoszenie na całym świecie. Zmuszają także dotknięte nimi społeczności do szybkiego znalezienia rozwiązań tej sytuacji.

23.00 **Poza kontrolą: World Trade Center** – film dokum., Fr. 2016
0.00 **Przestępcze podziemie** (3) – serial dokumentalny, Hiszp.
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (22-25) – serial dok.
5.00 **Kołowrotek** (12, 1) – magazyn wędkarski

DRAMAT HISTORYCZNY



21.10 Kos – Niemcy/Szwecja/Polska 2023, 130 min
FILM

Rok 1794. Kościuszko przygotowuje powstanie przeciw Rosjanom. Zagrzewa do walki szlachtę i chłopów. W tym czasie Ignac ucieka z testamentem ojca. Ściga go brat.

23.20 **Zwerbowana miłość** – film sens., Polska 2009, 95 min
FILM
0.55 **Zapomniane dyktatury Europy** (1)
1.50 **Historia w postaciach zapisana** – cykl dok.
3.45 **Nad Niemnem** (3)

DOKUMENTALNY



21.00 Starożytni kosmici: najlepsze historie (2) – 2022

Teoretycy twierdzą, że nasza planeta jest laboratorium dla istot pozaziemskich. Zastanawiają się zatem, czy królestwo zwierząt również jest poddawane eksperymentom.

23.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 7** (5, 6) – serial dok., USA
0.50 **Starożytni kosmici 17** (16) – dok.
1.50 **Papież Franciszek – ostatni w dziejach?** – film dokumentalny, 2018

20

DISCOVERY HISTORIA HD

8.00 **Polscy szpiedzy** (2) – dok.
9.00 **Bitwy żołnierza polskiego** – cykl dokum.
10.00 **PrzeTwórcy** (9) – dok., Pol.
11.00 **Prawda czy legenda**
13.00 **Maria z Nazaretu** – dok.
14.00 **Za kulisami mundialu**
15.00 **Zoom na architekturę**
17.00 **Maria z Nazaretu** – dok.
18.00 **Prawda czy legenda**
20.00 **Hazardziści** – serial dok.
21.00 **Spotkania z obcymi: fakty czy mity** (1, 2)
23.00 **Tajemnice słynnych budowli** (3, 4) – serial dok.
1.00 **Akta ekspedycji** – dok.
2.00 **Profesjonaliści** – cykl dok.
3.00 **Było, nie było** (1) – dok.

PLANETE+ HD

13.25 **Homo plasticus** – dok., Fr.
14.40 **Stawy nad Brenne. Czujnym okiem kamery**
15.50 **Watykan. W jakim stanie jest Kościół?** (5)
17.00 **Głos. Narzędzie zaniedbane** – film dok.
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4**
18.40 **Polska z góry. Zamki, dworki, pałace** (6, 7)
19.45 **Franz Kafka. Biografia od nowa** – film dokum.
20.50 **AC/DC – Forever Young**
22.00 **Żyć i umrzeć jak Christopher Lee** – dok.
23.55 **Parada równości**
0.20 **Zdrajcy/Patrioci** (3) – dok.
1.25 **Polska z góry 6** (1) – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

11.00 **Kocie rozgrywki** – dok.
12.00 **Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy**
13.00 **Masai Mara: sekrety natury** (1) – serial dokum.
14.00 **Dziki Półwysep Arabski** (2) – serial dok., Wlk. Bryt.
15.00 **Afrykańska rzeka widmo** (1-3) – serial dok.
18.00 **Planeta słoni** – film dok.
19.00 **Śmierć przychodzi po zmroku** (2) – serial dok.
20.00 **Europa z powietrza** (6)
21.00 **Walki zwierząt** (2) – dok.
22.00 **Śmierć przychodzi po zmroku** (1) – serial dok.
23.00 **Europa z powietrza** (1)
0.00 **Niezwykły dr Pol** (12, 13)

POLSAT VIASAT NATURE HD

9.50 **Afrykańskie drapieżniki: wielka czwórka** (1, 2)
11.55 **W okowach mrozu 4**
16.45 **Weterynarze od dziwnych stworzeń** (1, 2) – serial dok., Australia
18.35 **Z Davidem Attenborough dookoła świata** (2) – cykl dokum.
19.45 **David Attenborough i cmentarzysko mamutów** – film przyrod.
21.00 **Steve Backshall: ekstremalna rzeka** (1, 2)
23.15 **Zwierzęta: maszyny doskonałe** (5) – dok., Kan.
0.15 **San Andreas: wyścig z czasem** – dok., Wlk. Bryt.

BBC EARTH HD

10.00 **Sekretne życie ogrodu**
11.05 **Wietnamskie przygody Billa Baileya** (4) – dok.
12.15 **W okowach mrozu 3**
17.15 **Potęga ssaków: kulisy**
17.45 **Ben Fogle: wyścig do źródła Nilu** (1, 2) – dok.
19.45 **Skandynawia i Simon Reeve** (1) – dok., Wlk. Bryt.
21.00 **Pociągiem przez Nową Zelandię** (2) – serial dok.
22.05 **W okowach mrozu: Odwilż** (3) – serial dok.
23.05 **Sekretne życie ogrodu**
0.10 **Brutalna planeta** (1)
1.05 **Sekrety długowieczności** (4)
2.10 **Wielkie koty 24/7 2** (3-5)

ANIMAL PLANET HD

10.00 **Na tropie wymarłych gatunków** – serial przyrod.
11.00 **Weterynarz z Gór Skalistych** – serial dok.
13.00 **Weterynarz z Alaski**
15.00 **Megalodon – zagadka głębin** – film dokum., USA
17.00 **Cztery kąty, cztery łapy** – serial dokumentalny, USA
18.00 **Julia kontra węże** – dok.
19.00 **Jak to robią zwierzęta?**
20.00 **Na tropie dzikich zwierząt** (5, 6) – dok., Pol.
21.00 **Nowojorskie Zoo – Bronx** – serial dok., USA
22.00 **Baseny jak z bajki** – dok.
23.00 **Porwana przez Wielką Stopę** – reality show

TVP DOKUMENT HD

13.00 **Podróże Małej i Dużej 4**
13.30 **Tacy byliśmy** (9)
14.05 **Fantastyczny świat ryb**
15.05 **Podniebni łowcy** – dok.
16.00 **To działa. Polskie innowacje bez granic** (6)
16.55 **Podróżnicy – odkrywcy**
18.00 **Sanatorium miłości 8** (6)
18.55 **Kościuszko. Przewodnik bardzo współczesny**
20.00 **My, Kawaleria Powietrzna** – film dokum.
20.55 **Miś dla Michaela** – dok.
22.00 **Lucas, mój syn z zespołem Downa** – film dokumentalny, Kan.
23.05 **Generacja cyborg** – dok.
0.15 **Sanatorium miłości 8** (5)

POLSAT DOKU HD

9.05 **Wojny kontenerowe** (12)
9.35 **Świat z góry. Podróże pociągiem** (1) – serial dok.
10.40 **Niewyjaśnione tajemnice** (3, 4) – dok.
12.35 **Militarny top 10** (1, 2)
14.50 **Cuda oceanu** (3, 4) – dok.
16.00 **Dzikie psy** (2) – serial dok.
17.10 **Najwyższe góry świata. Życie nad chmurami** (2)
18.20 **Świat z góry 4** (9, 10)
19.30 **Top 10 Największe tajemnice świata** (5, 6)
20.50 **Miłość i seks w Izraelu**
22.00 **Miłość i seks w Rosji**
23.05 **Miłość i seks w krajach Maghrebu** – film dok., Fr.
0.30 **Kroniki Hitlera** (8) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

6.20 **Największe budowle 3**
11.15 **Australijscy poszukiwacze złota 6**
13.15 **Australijscy poszukiwacze złota 7**
16.10 **Złoto Jukonu 2** (1) – dok.
21.00 **Za kratami: najcięższe więzienia na świecie 5**
22.00 **Internetowy seksbiznes 2** (3) – dok.
23.00 **Morderstwa w krainie Amiszów** (5) – dok., Kan.
0.00 **Bohaterowie z St. John's 2** (10) – dok., Kan.
0.55 **Bohaterowie z St. John's 3** (1-6) – dok., Kan.
5.30 **Australijscy łowcy bydła 2** (4) – dok., Australia

POLSAT VIASAT HISTORY HD

9.25 **Naziści: korzenie zła**
12.15 **Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze**
17.50 **Anna Boleyn i Elżbieta I: królowe-więźniarki** – film dok., Wielka Brytania
18.50 **Maria Stuart: listy pisane szyfrem** – dok., Fr.
19.55 **Sisi: zabójstwo cesarzowej** – dok., Niem.
21.00 **Berlin 1936: olimpiada Hitlera w kolorze** – dok.
22.10 **Zakazana historia 7** (1)
23.05 **Tajemnica Włóczni Przeznaczenia** – film dok.
0.15 **II wojna światowa: cena imperium** (11-13) – dok.

CI POLSAT HD

14.10 **Zbrodnia: oszukać prawdę** (3) – serial dokum.
15.05 **28 mil, by zabić** (2) – serial kryminalny
16.00 **Dowody zbrodni: ślady DNA** (2) – serial dok., USA
17.00 **Pogrzebani za domem 6**
18.00 **Cyfrowe dowody zbrodni** (3) – serial dok.
19.00 **Tajemnice sekt: poligamia** (7) – serial dok.
20.00 **Zabójcze wakacje** (3)
21.00 **Wakacyjne zbrodnie**
22.00 **Protokół zbrodni** (7)
23.00 **Najgroźniejsi seryjni mordercy** (6) – serial dok.
23.55 **Penthouse: Ponury świat prasy erotycznej**

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 **Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta** (8)
8.40 **Dziwaczne potrawy: smakowite miasta** (9)
9.10 **Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta**
10.10 **Niezwykłe Stany Prokopa** (6, 1-3) – pr. rozr.
12.15 **Baseny z rozmachem**
14.20 **Ciężarówką przez Stany**
15.55 **Człowiek kontra jedzenie** (2-5) – mag. kulin.
18.00 **Dziwaczne potrawy: smakowite miasta**
20.05 **Nagi instynkt przetrwania** (1, 3) – dok.
22.15 **Azja Express** (7)
23.45 **Cali i zdrowi** (1) – pr. rozr.

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

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

10.40 Księga obyczaju
11.00 Mazowsze bez kurtyny, tournee po Ameryce
11.45 Święto Wojska Polskiego 2026 – Defilada
14.05 Echo serca (9)
14.55 Na sygnale (657, 658)
15.55 Przybyli ułani
FILM – komediodramat, Polska 2005, 65 min
17.00 Teleexpress
17.25 Chichot losu (6) – serial obycz., Polska
18.20 Ziemia obiecana (2)
19.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu (15)
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – publ.

TVP ROZRYWKA

11.50 To jest grane – wakacyjnie
12.25 Prywatne życie zwierząt 13 (3)
12.55 Daję słowo – Maciej Orłoś (2) – talk-show
13.55 Postaw na milion
15.45 Moje przeboje (4)
16.25 Omnibus – szybcy i mądrzy (25) – telet.
16.50 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (25)
17.10 Omnibus – szybcy i mądrzy (26) – telet.
17.40 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (26)
18.00 Koło fortuny (2012)
18.40 Moje przeboje (6)
19.15 Olga Lipińska zaprasza (19)

POLSAT CAFÉ

6.00 Komisarz Mama (3, 4) – krym., Polska 2021
8.00 Bogaty dom – biedny dom (139, 140, 131) – reality show
11.00 Nasz nowy dom (292) – reality show
12.00 Shopping Queens. Królowe Zakupów (61-63) – program rozrywkowy
15.00 Kolacja w ciemno (15-17) – program rozrywkowy
18.00 Nasz nowy dom (293, 294)
Ekipa remontowa przystosuje dom do potrzeb niepełnosprawnego syna Kasi.

TV 4 DVB T2

6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (203) – reality show
7.00 Galileo (992, 1005) – program popularnonaukowy
9.05 #Jesteśmy dla dzieci – magazyn
9.30 Galileo (1142, 1188, 1189) – program popularnonaukowy
12.35 Spider-Man – film
FILM przygodowy, USA 2002, reż. Sam Raimi, wyk. Tobey Maguire, Willem Dafoe, Kirsten Dunst, James Franco, 145 min
15.00 Policjantki i Policjanci (1411-1415) – serial obyczajowy, Pol. 2026

TTV HD DVB T2

9.45 Express – pr. inform.
10.05 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (5)
11.05 Nic do zgłoszenia 5 (1) – serial dokum., Pol.
12.05 Zakup w ciemno extra (11)
12.35 Zakup w ciemno 6 (20-22) – reality show
15.45 Express – pr. inform.
16.05 Idź na całość 2 (23)
17.05 Usterka 14 (21)
17.45 Express – pr. inform.
18.00 Pogoda, sport
18.10 Zakup w ciemno 6 (19) – reality show
19.05 Zakup w ciemno extra (10)
19.45 Express – pr. inform.
20.00 Idź na całość 2 (22)
21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 16 (11)

TVN STYLE HD

5.35 Anatomia piękna 2 (7) – program rozrywk.
6.30 Co za tydzień – mag.
7.10 Magda gotuje internet (3) – mag.
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.30 Jestem z Polski (5-7) – serial dokum., Polska
14.30 Ostre cięcie (2) – program rozrywkowy
15.30 Bitwa o gości (2) – reality show
16.30 Do zobaczenia 2 (3) – mag. poradnikowy
17.05 Zgłoś remont 11 (3) – program rozrywkowy
18.05 Ugotowani (2) – pr. kulin.-rozrywk.
19.05 Kuchenne rewolucje (7, 12) – program rozrywkowy

20

SZPIEGOWSKI



20.20 Zatoka szpiegów 2 (14) – Polska 2025

Franz ukrywa Jadzię Redlińską. Niemcy pod wodzą Wulfa próbują odzyskać dziewczynkę i dokumentację jej ojca. Johann i Anna udają się do fortu pod Toruniem.

21.15 Miasto 44 – dramat
FILM wojenny, Polska 2014, 125 min
23.20 Świat w obłokach – muzyczni spadkobiercy Marka Grechuty (1)
0.15 Kabaretowe Naj
0.40 Chichot losu (6) – serial obycz., Polska

ROZRYWKOWY

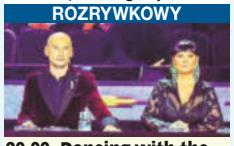


20.25 Kabaret Letnią Porą (21, 22)

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 (2012)
1.05 Omnibus – szybcy i mądrzy (25) – telet.
1.30 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (25)
1.50 Omnibus – szybcy i mądrzy (26) – telet.

ROZRYWKOWY



20.00 Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami (160)

Kolejny etap tanecznej rywalizacji pokaże, komu uda się pozostać w programie, a kto po tym występie się z nim rozstanie. Uczestników ocenia m.in. Iwona Pavlović.

22.30 Hardcorowa miłość (6) – serial dokum., Pol.
23.00 Gry małżeńskie (110, 111) – reality show, Polska
1.05 Więzienie kobiet (117-120) – dok., Pol.
3.00 Zdrady (46-48) – serial paradokum.

KRYMINALNY



20.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (145-148)

Podczas lekcji w terenie uczniowie znajdują w rzece ciało Janiny Lewczuk. Głównym podejrzanym jest jej syn, który zmaga się z chorobą i bywa agresywny.

0.00 Gwiazdy Kabaretu (52, 53) – pr. rozrywk.
2.05 STOP Drogówka – magazyn policyjny
3.05 Interwencja – mag.
3.25 Lubię disco! (302)
4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.
5.30 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.

SERIAL



22.00 Damy i wieśniaczki. PL 9 (2) – Polska 2025

Justyna to pisarka pochodząca z Łodzi. Emilka zgłębia tajniki technologii. Widzowie przekonają się, która z nich napotka mniej trudności podczas zamiany.

23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 16 (13)
0.00 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (5)
1.00 Diabelnie boskie 3 (7, 8) – reality show
1.55 Zapukaj do moich drzwi (138, 139) – telen., Turcja 2020
3.55 Detektywi (51)

DOKUMENTALNY



21.05 Śmierć Diany: dwa śledztwa (2)

Program ujawnia kulisy dwóch kluczowych śledztw w sprawie śmierci księżnej Diany. Widzowie poznają wnikliwą pracę brytyjskich i francuskich detektywów.

22.10 Ślub od pierwszego wejrzenia (11, 12)
0.20 Seks – wypadki (20, 21) – fab.-dok.
2.20 Nieoczywiste miejsca (2) – dok., Pol.
2.50 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (1, 2) – mag.
4.15 Co nas truje (3)

TVP HD HD

6.55 Ranczo 9 (112) – obycz.
7.55 Rodzinka.pl (11, 12)
8.55 Ojciec Mateusz 26 (341, 342) – krym., Pol. 2021
10.45 Czy wiesz, że? (296)
11.20 Na sygnale (728, 729)
12.25 Ojciec Mateusz 9 (115)
13.20 Komisarz Alex 7 (79)
14.15 Ranczo 5 (53, 54) – obycz.
16.10 Miasto z morza – film
FILM hist., Polska 2009, 130 min
18.20 Ojciec Mateusz 28 (358)
19.20 Ranczo 4 (41-43) – obycz.
22.20 Red 2 – film sensacyjny,
FILM USA/Fr./Kan. 2013, 125 min
0.25 Krew z krwi 2 (2-4)
3.25 Eksplozja – film sens.,
FILM USA 1994, 140 min

TVS HD

10.45 Weekend z TVS – pr. rozr.
11.05 Klachy i Lachy – pr. rozr.
11.25 Koncert Gwiazd TVS – Rozgrzewka
12.35 Przy muzyce po Śląsku
13.15 Klachy i Lachy – pr. rozr.
13.40 Weekend z TVS – pr. rozr.
13.50 Szlagierowa lista – muz.
15.50 Weekend z TVS – pr. rozr.
16.00 Koncert życzeń
17.45 Weekend z TVS – pr. rozr.
18.00 Przy muzyce po Śląsku
18.25 Śląska karuzela – muz.
19.45 Weekend z TVS – pr. rozr.
20.05 Hansi Hinterseer zaprasza – pr. rozrywk.
22.05 Koncert w TVS – pr. muz.
23.50 Szlagierowa lista – muz.

ZOOM

8.00 Jakubiak rozgryza Włochy (2-4) – mag. kulin.
9.35 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
12.55 Sensacje XX wieku
15.15 Stawka większa niż życie (3, 4) – wojenny, Pol.
18.25 Noce i dnie (1) – film
FILM obycz., Pol. 1975, 110 min
20.15 I love kabaret EXTRA
20.55 Och, Karol – komedia
FILM obycz., Pol. 1985, 125 min
23.00 Adam szuka Ewy. Niemcy 2 (3) – pr. rozrywk.
0.00 Magia nagości. Włochy
1.30 Seks bez ograniczeń (4)
2.45 Hity polskiego kabaretu 7 (10) – pr. rozr.

TLC HD

11.00 Rodzina Chantel 3
12.00 Moje paranoje – dok.
13.00 Szalenie oszczędni – serial dokumentalny
14.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 2 – reality show
17.00 Wielkie lato małych ludzi (5) – reality show
18.00 Wiza na miłość 12 (12)
20.00 Baylen – życie na głos 3 (9) – serial dokumentalny
21.00 Design w australijskim stylu – program rozrywk.
22.00 Kamera, akcja, wpadka!
23.00 Moje paranoje – dok.
0.00 Dr Pryszczylla – dok., USA
1.00 Baylen – życie na głos 3 (9) – serial dokumentalny

C+ KUCHNIA HD

14.35 Ziemia, ogień i smak (1) – dok., Nowa Zelandia
15.30 Nie bój ryby! (4) – mag.
16.00 M jak mięso 5 (5, 6) – dok.
16.55 Jamie Oliver: jedz na zdrowie (1) – dok.
17.50 Ekoporady z Julią Oleś 2
17.55 Ziemia, ogień i smak (2)
18.50 Jedz, podróżuj, smakuj (5, 6) – serial dok., Australia
19.50 Poza utartym szlakiem: Colin i Manu (1) – dok.
20.45 Kulisy wielkiej kuchni
21.40 Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia 2 (5) – pr. rozr.
22.35 Tajemnice indyjskich smaków (1) – serial dok.

TVN TURBO HD

11.55 Naprawy nie do naprawy (8) – mag.
12.40 Wojny samochodowe
14.35 Zawodowi handlarze (1)
15.15 Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia (3, 4) – rozr.
16.15 Moto Fachury (8) – mag.
17.00 Moto kombat (13) – mag.
17.45 Jeździć, obserwować
19.15 Mobilni mechanicy
20.45 Wojny samochodowe
21.45 Z drugiej ręki (2, 3) – mag.
23.10 Naprawy nie do naprawy (8) – mag.
23.55 Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia (3, 4) – rozr.
0.55 Prawko na świecie. Jazda bez zasad (8) – rozr.

NOWA TV DVB T

6.55 Wehikuł czasu (815, 816)
7.30 Interwencja – taka jest Polska (570) – mag.
8.20 Frieren. U kresu drogi
9.30 Dragon Ball Z Kai 2
11.30 Dragon Ball Super (77-79)
13.00 One Punch Man (7, 8)
14.00 Co ludzie powiedzą? 4 (27-29) – serial komediowy
16.00 Miodowe lata (95-98)
19.45 Poirot 5 (7, 8) – serial krym.
22.00 Poirot – serial kryminalny
0.00 Ślad (80) – krym., Pol. 2019
1.00 Łowca pedofilów
3.00 TV okazje (56, 57)
3.50 Wehikuł czasu (815, 814)
4.00 Sala operacyjna (5, 7)
5.00 Pod lupą (3, 4) – magazyn

METRO

8.00 Klan z Alaski 2 (6, 8)
10.00 Złomowisko PL 2 (1-3)
13.00 Strażacy 24h (3, 4) – rozr.
14.05 Makłowicz w drodze 2
14.40 Farma Clarksona (3)
15.50 Jestem z Polski (7, 8)
17.50 Kryminalni (1, 2) – krym.
20.05 Świadek koronny
FILM – sens., Pol. 2007, 125 min
22.10 Gliniarz z Beverly Hills
FILM – komedia sensacyjna, USA 1984, 125 min
0.15 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4 (1) – dok.
1.20 Szpital (827) – paradok.
2.15 Szkoła (581) – paradok.
3.15 Nowa Maja w ogrodzie 5 (31, 32)

ANTENA HD DVB T2

15.55 Morderstwa we Francji
FILM **– Biarritz** – thriller, Francja 2020, 125 min
18.00 Morderstwo
FILM **na masywie Sancy** – krym., Fr. 2024, 120 min
20.00 Morderstwa we Francji
FILM **– Rochefort** – thriller, Francja 2019, 120 min
22.00 Zabójcza podróż
FILM **poślubna** – dramat kryminalny, USA/Australia 2012, 120 min
0.00 Gotowi do walki – film
FILM wojenny, USA 2022, reż. Steven Luke, 100 min
1.40 Tajemnice rodu Jezusa
3.40 77 TV 3 (8, 13) – pr. rozr.

WP DVB T

13.05 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2 (8)
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4 (12)
15.00 Policjanci z sąsiedztwa 2 (9, 10)
16.55 Pogoda
17.00 Policjanci z sąsiedztwa 7 (1) – dok.
18.00 Strażacy z sąsiedztwa
18.55 Policjanci w akcji (9) – serial obycz., Polska 2026
19.55 Policjanci z sąsiedztwa 7 (2, 3)
21.55 Pogoda
22.00 Mistrzowie Kabaretu 10
23.00 Mistrzowie Kabaretu 3
0.00 1, 2, 3... Kabaret! 3 (1)

C+ DOMO HD

13.10 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo (7) – dok.
14.10 Wielkie projekty: Australia 11 (7) – dok.
15.20 Gardeners' World 16 (19)
16.30 Mam zamek 3 (6, 7) – dok.
17.30 Kupione i co dalej? 3 (4)
18.00 Daleko od miasta 13 (9)
18.30 Daleko od miasta 16 (1)
19.00 Zbudujemy ten dom 2 (4, 5) – serial dok., Pol. 2023
20.00 Po pierwsze lokalizacja! – Nowa Zelandia (2)
21.00 Wielkie projekty: Australia 12 (7) – dok.
22.10 W mieście czy na wsi?
23.00 Luksusowa ucieczka 7

HGTV HD

15.35 Polowanie na ogród 4 (6)
16.05 Polowanie na ogród 5 (1)
16.40 Polowanie na ogród 3 (4)
17.15 House Hunters – Poszukiwacze domów 8 (12) – pr. rozr.
17.50 House Hunters – Poszukiwacze domów 9 (1, 2) – pr. rozr.
18.55 Będzie pięknie (6) – rozr.
19.55 Weekendowa metamorfoza 5 (6) – rozr.
20.50 Weekendowa metamorfoza (7) – pr. rozr.
21.50 Mieszkanie na miarę 4 (3, 4) – program rozrywk.
23.45 Usterka 11 (26, 20, 22, 24) – serial fab.-dok., Pol. 2019

P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Bogaty dom – biedny dom** (106) – reality show
7.30 **Ewa gotuje** (568, 569) – magazyn kulinarny
8.30 **Z klimatem i z pasją** (246) – program publicystyczny
9.00 **Dlaczego ja?** (1418-1422) – serial paradokumentalny, Polska 2025
14.00 **Sekrety rodziny** (176) – serial paradokumentalny, Polska 2021
15.05 **Więzienie kobiet** (82-85) – serial dokumentalny, Polska 2024-2025
17.00 **Koncert**

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 **Wydarzenia**
6.40 **SuperLudzie 2** (30) – serial dok., Pol. 2018
7.15 **Był sobie człowiek** (4-8) – serial anim., Fr.
9.55 **Smerfy 2** – film FILM familijny, USA 2013, reż. Raja Gosnell, wyk. Hank Azaria, Neil Patrick Harris, Brendan Gleeson, 130 min
12.05 **Świat według Kiepskich** (544-549) – serial kom., Pol. 2019
15.05 **Złomiarze** (8, 9) – serial dok., Pol. 2024
17.05 **Świat według Kiepskich** (550-553) – serial kom., Polska
19.05 **Kolacja w ciemno** (51, 52) – program rozrywkowy

TV 6 DVB T

6.00 **Jeźdźcy smoków: Na końcu świata** – serial animowany, USA 2015-2018
7.55 **Emotki. Film** FILM – film animowany, USA 2017, reż. Tony Leondis, 110 min
9.45 **Cobra Kai 5** (44-46) – serial przygodowy, USA 2022
12.00 **Strażnik Teksasu** (19, 20) – serial sensacyjny, USA 1998-1999
14.00 **Poirot** (1, 2) – serial kryminalny, Wielka Brytania 1993, wyk. David Suchet
16.20 **Columbo** (29, 36) – serial kryminalny, USA, wyk. Peter Falk

BBC FIRST HD

6.00 **Z pamiętnika położnej 12** (3, 4) – serial obycz., Wielka Brytania 2022-2023
7.55 **McDonald i Dodds 4** (2) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2024
9.45 **My Life is Murder 5** (5, 6) – serial kryminalny, Australia/Nowa Zelandia 2025
11.45 **Śmierć z dala od palm 2** (2) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2024
12.55 **Śmierć pod palmami 6** (2) – serial kryminalny, Francja/Wielka Brytania 2017
14.00 **Duma i uprzedzenie** (1-6) – serial kostium., Wielka Brytania

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

7.30 **Małe i duże przygody Miffy** (50)
7.40 **Ptyś i Bill** (51) – anim.
7.50 **Czarodziejskie miasteczko Pinokia** (49) – serial anim.
8.10 **Piotruś Królik 2** (98, 99) – serial anim.
8.35 **Wegezaury 3** (50)
8.40 **Świnka Peppa 7**
9.00 **Tru i Tęczowe Królestwo** (24)
9.30 **Studio Stodoła** (4)
10.00 **Kocie kalamburki**
10.20 **Przygody Bolka i Lolka** (27, 28) – anim.
10.45 **Rodzina Treflików 2**
10.55 **Rodzina Treflików 3**
11.10 **Odo** (44-46) – anim.
11.35 **Stacyjkowo** (79, 80)
11.55 **Pszczółka Maja** (50)
12.25 **Domisie** – dla dzieci

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

6.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.50 **Kadr na Kino** – mag.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
15.30 **Ranking Mazura** – program inform.
16.00 **Fakty po południu** – program inform.
18.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
18.30 **Serwis informacyjny**
19.00 **Kadr na Kino** – magazyn filmowy
19.15 **Serwis informacyjny**
19.25 **Fakty po Faktach** – program informacyjny Rozmowy dziennikarzy z gośćmi, którzy komentują wydarzenia z kraju i ze świata.

SENSACYJNY



20.00 **Agenci** – USA FILM 2013, reż. Baltasar Kormákur, wyk. Denzel Washington, 145 min

Stig i Bobby pracują dla mafii. Ukrywają przed sobą nawzajem, że są też tajnymi agentami. Zostają wrobieni w kradzież pieniędzy CIA.

22.25 **Księga Clarence'a** FILM – komediodramat, USA/Włochy 2023, 150 min
0.55 **Ogniem i mieczem** FILM – film historyczny, Polska 1999, 225 min
4.40 **SuperLudzie** (1) – serial dok., Pol. 2017

PRZYGODOWY



21.05 **Uncharted** – USA/ FILM Hiszp. 2022, 150 min

Nowy Jork. Poszukiwacz skarbów Victor proponuje barmanowi Nathanowi udział w wyprawie. Jej celem jest odnalezienie zaginionego złota Ferdynanda Magellana.

23.35 **Underworld: Bunt Lykanów** FILM – horror, USA/Nowa Zelandia 2009, 110 min
1.25 **Backdoor. Wyjście awaryjne** (8) – kom.
1.55 **Świat według Kiepskich** (399-402)
3.55 **Nasz nowy dom** (241, 242)

KRYMINALNY



20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (91, 92) – USA 2006

Agenci badają sprawę tajemniczego zniknięcia Melissy Rowe. Jej mąż, Stephen, zostaje oczyszczony z zarzutów, ale Caine jest przekonany o jego winie.

22.00 **Kości 8** (143, 144) – serial kryminalny
23.55 **Ostatni Mohikanin** FILM – film przygodowy, USA 1992, 145 min
2.20 **Kochane pieniądze** (45-47) – paradok., Pol.
5.30 **SuperLudzie Extra** (18) – magazyn

KRYMINALNY



21.00 **Annika** (2) – Wielka Brytania 2021

Detektyw Strandhed z zespołem bada śmierć kobiety, która niedawno opuściła więzienie. Jej ciało znaleziono pod jednym z najbardziej znanych mostów w mieście.

22.00 **Milczący świadek 23** (7, 8) – krym., Wlk. Bryt. 2020
0.10 **Zaproszona** (4)
1.25 **Śmierć z dala od palm 2** (2) – krym.
2.30 **Milczący świadek 23** (7, 8)
4.30 **McDonald i Dodds 4** (2) – serial kryminalny

MAGAZYN KULINARNY



13.00 **Go-tu-jemy** (29, 30)

Ekipa przygotuje popularny małpi chlebek. To pyszna przekąska dla całej rodziny.

13.20 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
13.45 **Świnka Peppa**
14.10 **Henrietta** (23, 24)
14.30 **Oli i Luna** (21, 22)
14.55 **Oktonauci 4** (99, 100)
15.20 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (68) – mag.
15.40 **Bella i Sebastian**
16.05 **Pat i świat** (7-9)
16.35 **Dino Ranczo** (97, 98)
17.05 **Pszczółka Maja**
17.30 **Robin Hood** (47, 48)
18.00 **Kucharz Shane**

MAGAZYN REPORTERÓW



20.00 **Superwizjer**

Magazyn reporterów ukazujący problemy dnia codziennego. Ujawnia korupcję władzy, skandale w policji i afery gospodarcze.

21.00 **Ranking Mazura**
21.30 **Serwis informacyjny**
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.00 **Fakty po Faktach**
0.40 **Superwizjer** – mag.
1.45 **Nic do zgłoszenia**
2.40 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
3.00 **Akademia ogrodnika** – mag.
3.05 **Fakty po Faktach**

POLSAT PLAY HD

6.05 **Dorwać tuńczyka** (6-8)
9.10 **Poszukiwacze historii**
10.10 **Najkrwawsze bitwy drugiej wojny światowej** (1-4) – dok.
14.50 **Broń, która zmieniła świat** (1) – dok., Australia
16.00 **Pociągi** (1, 2) – serial dok.
17.00 **Polacy za granicą** (151)
18.05 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (40-42, 229)
20.05 **Wakacje z Bałtykiem** (35-38) – serial dokum., Pol.
22.00 **Polacy za granicą** (153, 149) – serial dok., Pol.
0.05 **Łowca pedofilów**
2.00 **Jedziemy na ryby!**
4.00 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

8.55 **Dziwaczne potrawy** (4)
9.55 **MasterChef** (1) – pr. rozr.
11.25 **Wakacyjny turniej wypieków 2** (7)
12.25 **Kuchnia jak u mamy**
13.35 **Z chlebem i oliwą** (4, 5)
14.40 **Molly gotuje na farmie**
15.45 **Kobieta na Dzikim Zachodzie** (8, 9) – mag.
16.50 **Szef Jet: przepis na Azję**
17.55 **Elitarny turniej wypieków** (8)
18.55 **Misja: kolacja** (3) – dok.
19.55 **Makłowicz w drodze**
21.30 **Kuchenne rewolucje**
23.40 **Jedzenie w trasie** (5, 6)
1.50 **Rozdrażnić tytanów 2**
3.55 **Posiekani** (1, 2)

POLSAT RODZINA HD

9.35 **JesteśmyDlaDzieci**
9.55 **Bogaty dom – biedny dom** (134, 135)
11.55 **Rodzina zastępcza** (16-19) – serial kom., Polska
14.05 **Jasna Góra bez tajemnic**
15.10 **Misja Santiago de Compostela** (5, 6) – dok.
16.10 **Świat z góry** (8, 9) – dok.
17.35 **Pingwiny z Madagaskaru**
19.00 **Co ludzie powiedzą?** (10-12) – serial komediowy
20.55 **Miodowe lata** (2) – kom.
21.35 **Spider-Man 3** – film przyg., USA 2007, 160 min FILM
0.15 **Mengele. Anioł Śmierci** (3) – film dok., Czechy 2024

BBC LIFESTYLE HD

7.35 **Mistrzowie ceramiki 5**
9.45 **Wielkie nowozelandzkie wypieki 4** (5, 6) – pr. rozr.
12.35 **Książę Karol: 70 lat następcy tronu** (1) – dok.
13.40 **W świecie luksusu** (1)
14.40 **Najlepsze hotele Indii** (3)
15.40 **Zapraszam do stołu 21**
17.40 **Jane Austen: narodziny geniuszu** (2) – film dokum.
18.50 **Bajecznie bogaci agenci**
20.00 **Bake off: zawodowcy 5**
22.00 **Bad Boyfriends** (1, 2)
0.30 **Wstydliwe choroby: online 4** (3, 4) – serial dok.
2.25 **Wyjątkowy butik** (3)
3.25 **W świecie luksusu** (1)
4.15 **Mistrzowie ceramiki 5**

NICK JR. HD

16.24 **Świnka Peppa 8** (30)
16.29 **Świnka Peppa 7** (42-44)
16.49 **Świnka Peppa 2**
17.18 **Świnka Peppa 6** (19)
17.23 **Świnka Peppa** (43, 45)
17.40 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (15) – anim., Fr.
18.05 **Barbapapa i jego rodzinka** (14) – serial anim.
18.30 **Dora** (6) – serial anim.
18.55 **Santiago z mórz** (16, 6)
19.40 **Rubble i jego ekipa** (17)
20.00 **Dobranocki z Ryanem**
20.32 **Świnka Peppa** (34)
20.36 **Świnka Peppa 8** (13)
20.41 **Świnka Peppa** (2, 3)
20.55 **Barbapapa i jego rodzinka** (24-26) – anim.

POLSAT NEWS HD

13.55 **Pogoda**
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**
16.30 **Czysta Polska** – pr. inf.
17.00 **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 **Wydarzenia 24** – pr. inf.
0.00 **Prezydenci i premierzy**

TVP KOBIETA DVB T2

12.30 **Piękne przyprawiONA 5**
13.00 **Miód – słodka namiętność** – film dokum.
14.00 **Rodzinka.pl** (168, 169)
15.00 **Tańcząca ze światem – Chorwacja** (5-ost.)
15.30 **Ojciec Mateusz 7** (83, 84) – serial kryminalny, Polska
17.25 **Matka wołyńskich sierot** – film dokumentalny
18.30 **IRA na dobry wieczór**
19.30 **Znachor** – dramat obycz., FILM Polska 1981, 145 min
21.55 **Karol, władca Hiszpanii** (11, 12) – serial kostiumowy
23.55 **Jesień w Nowym Jorku** FILM – komedia romantyczna, USA/Kanada 2022, 90 min

E! ENTERTAINMENT HD

6.00 **Plastyczna fuszerka** (9)
7.00 **Z kamerą u Kardashianów** (5, 2)
8.50 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (1, 2)
14.20 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (8, 9)
20.30 **Plastyczna fuszerka** (10, 11) – serial dok., USA
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (1, 2)
3.00 **Plastyczna fuszerka**

TV TRWAM DVB T

17.30 **Przełamując bariery**
17.55 **Poczet wielkich Polaków** – pr. 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 **Kartka z kalendarza – powstanie warszawskie** – pr. eduk.
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Warto być ojcem** – mag.

BBC BRIT HD

6.00 **Top Gear 12** (3-6) – mag.
10.20 **Allo, allo! 7** (6, 7) – kom.
11.40 **Jak budowano imperia 4** (5, 6) – dok.
14.00 **Jak powstaje samochód 2** (1-6) – dok.
20.00 **Największy wycieczkowiec świata** – film dok., Wielka Brytania
21.00 **Cuda inżynierii kolejowej 2** (2, 3) – dok.
23.00 **NATO: powstrzymać Putina** (1) – dok., Wlk. Bryt.
0.00 **Tajny agent-wieloryb** (1)
1.00 **Cuda inżynierii kolejowej 2** (2) – dok.
1.50 **Samochód roku** (2) – dok.
2.20 **Top Gear 12** (3-6) – mag.

MINI MINI+ HD

13.21 **Kicia Kocia** (4, 5) – anim.
13.37 **Robotkowo** (11, 12)
13.55 **Moje urodziny** – dla dzieci
14.00 **Bing** (53, 54) – serial anim.
14.20 **Strażak Sam 16** (25, 26)
14.45 **Looloo Kids** (39) – anim.
15.01 **Gazu, pieski, gazu! 2** (8)
15.28 **Kicia Kocia 2** (11, 12)
15.45 **Jeżyk Happy** (6, 7) – anim.
16.02 **Marta mówi** (22) – anim.
16.30 **Zouk** (25, 26) – serial anim.
16.56 **Ciekawski George 7**
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.55 **Dora poznaje świat 7**
19.40 **Smerfy** (21) – serial anim.
20.08 **Cloudy & Stormy** (5-8)
20.35 **Dolina Muminków 3** (5)
21.01 **Wierszyki domowe** (2)

TVP 3 DVB T2

13.30 **Program lokalny**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.25 LIVE **Piłka nożna:** Betclic SPORT 1. Liga: Odra Opole – Warta
17.30 **Program lokalny**
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.10 **Pogoda**
20.15 **Regiony na TAK** – mag.
20.30 **Piosenka od Ciebie** – widowisko
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.20 **Pogoda**
22.30 **Kryminalna siódemka**
23.00 **Piosenka od Ciebie**
23.30 **Regiony na TAK** – mag.
23.55 **Panorama**

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

Warto zobaczyć

13.45 TVN
Bumblebee
SCIENCE FICTION Nastolatka Charlie postanawia odnowić garbusa. Uświadamia sobie, że nie jest to zwyczajne auto, ma bowiem świadomość. *Reż.: Travis Knight, A: Hailee Steinfeld, John Cena, Jorge Lendeborg Jr. Chiny/USA 2018* **150 min ▶ do godz. 16.15**

14.05 TV 4
Wyścig z czasem
THRILLER Doświadczony stróż prawa Matthias Whitlock pada ofiarą intrygi. Kochanka wrabia mężczyznę w kradzież oraz podwójne zabójstwo. *Reż.: Carl Franklin, A: Denzel Washington, Eva Mendes, Sanaa Lathan USA 2003* **140 min ▶ do godz. 16.25**

17.25 ALE KINO+
Rebeliant
BIOGRAFICZNY Wiek XIX, wojna secesyjna. Knight staje na czele buntowników. Walczy o niepodległy stan, w którym wszyscy będą równi. *Reż.: Gary Ross, A: Matthew McConaughey, Gugu Mbatha-Raw USA 2016* **165 min ▶ do godz. 20.10**

17.30 TV PULS
Hrabia Monte Christo
KOSTIUMOWY Uciekinier z więzienia znajduje skarb. Dzięki niemu może się zemścić na dawnym przyjacielu, który dopuścił się zdrady. *Reż.: Kevin Reynolds, A: James Caviezel, Guy Pearce, Dagmara Domińczyk USA/Wlk. Bryt. 2002* **150 min ▶ do godz. 20.00**

17.30 COMEDY CENTRAL
Baywatch. Słoneczny patrol
KOMEDIA Grupa ratowników staje do nierównej walki z korporacją, która zagraża środowisku naturalnemu. *Reż.: Seth Gordon, A: Dwayne Johnson, Zac Efron, Priyanka Chopra Wlk. Bryt. 2017* **150 min ▶ do godz. 20.00**

18.20 STOPKLATKA
Starsza pani musi zniknąć
KOMEDIA Alex i Nancy kupują dom. Dzielą budynek z wiekową panią Connelly. Seniorka zmienia ich życie w koszmar. *Reż.: Danny DeVito, A: Drew Barrymore, Ben Stiller, Eileen Essell USA/Niemcy 2003* **100 min ▶ do godz. 20.00**

20.00 C+ PREMIUM
Skincare
CZARNA KOMEDIA Hope prowadzi salon urody. Traci dobre imię, a klienci zaczynają odchodzić. Pomoc oferuje jej nowy znajomy, Jordan. *Reż.: Austin Peters, A: Elizabeth Banks, Luis Gerardo Méndez USA/Włochy 2024* **95 min ▶ do godz. 21.35**

20.00 STOPKLATKA
Rob Roy
PRZYGODOWY Wiek XVIII. Szkot MacGregor szuka zemsty na wrogach, którzy skrzywdzili jego bliskich. Znajduje sojusznika w księciu Argylli. *Reż.: Michael Caton-Jones, A: Liam Neeson, Jessica Lange, John Hurt USA/Wlk. Bryt. 1995* **170 min ▶ do godz. 22.50**

→ filmowe hity



Podążający za marzeniami romantyk doświadcza uczuciowych zawirowań.

21.20 TVP 1 Śmietanka towarzyska

KOMEDIA Intelektualista chce dołączyć do elity. Droga na szczyt to szkoła życia.

HIT DNIA Lata 30. ubiegłego wieku. Wrażliwy Bobby Dorfman pragnie zrobić karierę. Przyjeżdża do Hollywood, aby podjąć pracę u swojego wujka Phila Sterna, agenta gwiazd. Poznaje jego sekretarkę Vonnie. Atrakcyjna i pragmatyczna asystentka na co dzień obraca się w świecie luksusu. Wydaje się odporna na jego starania. Na polecenie przełożonego oprowadza nieśmiałego chłopaka po mieście. Ten zabiega o jej względy. Niebawem orientuje się, że ma ona romans. Kiedy odkrywa, kto jest jego rywalem, załamany wraca do Nowego Jorku. Zaczyna prowadzić z bratem nocny klub. Tak poznaje zjawiskową Veronicę. Z czasem lokal staje się centrum życia towarzyskiego. Pewnego dnia zjawiają się w nim Phil i Vonnie. HD **110 min ▶ do godz. 23.10**

USA 2016 **Reż.:** Woody Allen **Wyst.:** Jesse Eisenberg, Steve Carell, Kristen Stewart, Blake Lively, Sheryl Lee



19.45 TVN
Tylko mnie kochaj
KOMEDIA ROMANTYCZNA W życiu architekta Michała (Maciej Zakościelny) pojawia się siedmiolatka, która twierdzi, że jest jego córką. Jednocześnie mężczyzna poznaje Julię (Agnieszka Grochowska). Zamierza zdobyć jej względy.

Reż.: Ryszard Zatorski Wyst.: Agnieszka Dygant
Polska 2006 HD **135 min ▶ do godz. 22.00**



19.55 POLSAT
Armageddon
SCIENCE FICTION W stronę Ziemi zmierza ogromna asteroida. Ekipa specjalistów podejmuje próbę jej wysadzenia. Na czele misji staje Harry Stamper (Bruce Willis). Towarzyszy mu A.J, który zaręczył się z jego córką.

Reż.: Michael Bay Wyst.: Liv Tyler, Ben Affleck
USA 1998 HD **195 min ▶ do godz. 23.10**



20.00 TVN 7
Mission: Impossible 2
SENSACYJNY Były agent Sean Ambrose wykrada próbki śmiertelnego wirusa, by wzbogacić się na produkcji antidotum. Ethan Hunt (Tom Cruise) otrzymuje zlecenie odzyskania biologicznej broni.

Reż.: John Woo Wyst.: Thandie Newton
USA 2000 HD **160 min ▶ do godz. 22.40**



22.00 TVN
Pułapka
WOJENNY Trwa wojna w Wietnamie. Komandosi pod wodzą kapitana Drummonda (Aaron Eckhart) mają zdobyć informacje na temat wroga. Trafiają do labiryntu podziemnych tuneli opanowanych przez siły Wietkongu.

Reż.: Mark Burman Wyst.: Connor Paolo
USA 2023 HD **125 min ▶ do godz. 0.05**



22.05 TV PULS
Apocalypto
PRZYGODOWY XVI wiek. Do leśnej osady przybywają łowcy. Łapa Jaguara (Rudy Youngblood) wraz z innymi mieszkańcami wioski ma zostać złożony w ofierze. Ścigany przez oprawców, musi dotrzeć do kryjówki swojej rodziny.

Reż.: Mel Gibson Wyst.: Dalia Hernández
USA 2006 HD **170 min ▶ do godz. 0.55**



22.40 TVN 7
Szukając sprawiedliwości
SENSACYJNY Brooklynem – dzielnicą, w której dorastał oficer policji Gino (Steven Seagal) – rządzi mafia. Stróż prawa walczy z bandytami legalnymi sposobami. Gdy ginie jego przyjaciel, zmienia metody.

Reż.: John Flynn Wyst.: William Forsythe
USA 1991 HD **120 min ▶ do godz. 0.40**

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

→ filmowe hity



20.00 TV PULS

W obronie własnej

SENSACYJNY Były agent przeprowadza się wraz z córką na prowincję. Czeka go starcie z lokalną mafią.

HIT DNIA

Phil od śmierci żony samotnie wychowuje dziewięcioletnią Maddy. Aby zapewnić jej spokój i bezpieczeństwo, postanawia odejść ze służby w DEA i zacząć nowe życie na prowincji Luizjany. Odkrywa jednak, że lokalna społeczność jest terroryzowana przez dilera narkotykowego Morgana „Gatora" Bodine'a. Przybysz musi ponownie sięgnąć po broń, kiedy kryminaliści uprowadzają jego córkę. Próbuje uratować nie tylko najbliższą mu osobę, lecz także innych mieszkańców miasteczka. Może liczyć tylko na siebie. HD 125 min ▶ do godz. 22.05

USA 2013 **Reż.:** Gary Fleder **Wyst.:** Jason Statham, James Franco, Izabela Vidovic, Kate Bosworth, Winona Ryder

→ sport



15.55 TVP SPORT

Arsenal FC – Manchester City

PIŁKA NOŻNA LIVE Tradycyjnie już prestiżowa rywalizacja o Tarczę Wspólnoty zainauguruje nową kampanię na angielskich boiskach. Kibice są ciekawi, jak mistrzowie i wicemistrzowie kraju przepracowali okres przygotowawczy. HD 150 min ▶ do godz. 18.25



19.15 C+ SPORT

PRES Toruń – Sparta Wrocław

ŻUŻEL LIVE Starcie na samym szczycie PGE Ekstraligi żużlowej. Mistrzowie Polski liczą na rewanż za porażkę w poprzednim starciu tych ekip. Przyjezdni mają jednak ogromny apetyt na kolejną wygraną. HD 135 min ▶ do godz. 21.30

→ rozrywka



12.30 TVN

Ugotowani

REALITY SHOW Kucharze amatorzy wyruszają w kulinarną podróż. Rozpoczynają ją w Małopolsce. Następnie przeniosą się smakami aż do Turcji i Indii. W sercu Krakowa rywalizują między innymi w bitwie na serniki oraz prezentują swoje wyjątkowe umiejętności. HD 75 min ▶ do godz. 13.45



17.35 TVP 1

Żona dla Polaka

REALITY SHOW W finale uczestnicy oraz ich wybranki spędzą romantyczne chwile w Zakopanem. Pary będą miały okazję się poznać. Nie zabraknie wspomnień, zaskakujących odkryć i niespodzianek. Prowadzi Kacper Kuszewski. HD 65 min ▶ do godz. 18.40



20.00 TVP KULTURA

Niczego nie żałuję – Edith Piaf

BIOGRAFICZNY Porzucona przez matkę nastolatka zaczyna śpiewać na ulicy. Talent Edith (Marion Cotillard) dostrzega właściciel nocnego klubu. Kobieta osiąga okupiony wieloma trudami sukces.

Reż.: Olivier Dahan Wyst.: Gérard Depardieu
Francja 2007 HD 150 min ▶ do godz. 22.30



20.00 HBO

28 lat później: Świątynia kości

HORROR Dr Kelson (Ralph Fiennes), doglądający budzącego grozę mauzoleum, bierze pod opiekę zarażonego mężczyznę. Z kolei Spike dołącza do grupy realizującej misję zleconą przez Szatana.

Reż.: Nia DaCosta Wyst.: Jack O'Connell
Wlk. Bryt. 2026 HD 110 min ▶ do godz. 21.50



20.25 TVP SPORT

ME – Birmingham

LEKKOATLETYKA LIVE Ostatniego dnia rywalizacji w Birmingham o medale powalczą m.in. sztafety. Marzeniem kibiców jest krążek dla naszych reprezentantów prowadzonych przez Kajetana Duszyńskiego. Rywale są jednak mocni. HD 185 min ▶ do godz. 23.30



21.20 TVP 2

Świat w obłokach – muzyczni spadkobiercy...

KONCERT Utwory Marka Grechuty przypomną m.in. Krzysztof Kiljański, Katarzyna Zielińska, Natalia Przybysz, Maciej Zakościelny, Andrzej Kozłowski, Sonia Bohosiewicz i Mela Koteluk. HD 130 min ▶ do godz. 23.30



22.50 STOPKLATKA

Wesele

OBYCZAJOWY Kasia (Michalina Łabacz), córka biznesmena, poślubia Janka (Przemysław Przestrzelski). W trakcie przyjęcia budzą się demony przeszłości. Senior rodu wspomina lata wojny i dawną ukochaną, Żydówkę Leę.

Reż.: Wojciech Smarzowski Wyst.: Agata Kulesza
Polska 2021 HD 155 min ▶ do godz. 1.25



23.10 POLSAT

Miłość na nowo

KOMEDIA ROMANTYCZNA Narzeczony Miry (Priyanka Chopra) ginie w wypadku. Kobieta wysyła wiadomości na jego dawny numer telefonu. Otrzymuje je dziennikarz Rob (Sam Heughan). Postanawia odnaleźć ich autorkę.

Reż.: Jim Strouse Wyst.: Céline Dion
USA 2023 HD 130 min ▶ do godz. 1.20



20.40 ELEVEN SPORTS 1

RC Lens – PSG

PIŁKA NOŻNA LIVE Piłkarze Lens zaskoczyli całą Francję swoją znakomitą postawą w poprzednich rozgrywkach. Podopieczni Dino Toppmollera spróbują pokonać faworyzowanych Paryżan i odebrać im Superpuchar kraju. HD 130 min ▶ do godz. 22.50

→ dokument



16.00 NATIONAL GEO.

Grecja: Miejsce pełne tajemnic

HISTORIA Archeolodzy analizują pochodzenie mitu o królu Minosie i Minotaurze. Najnowsze znaleziska mogą ujawnić, kim byli ludzie, którzy stworzyli tę mroczną opowieść. HD 60 min ▶ do godz. 17.00

TVP 1 HD DVB T2

5.25 **Sprawa dla reportera** – magazyn interwencyjny
6.20 **Słownik polsko@polski** (688) – 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 **Kariera Nikodema Dyzmy** (2, 3) – serial obyczajowy, Polska 1980
10.45 **Ojciec Mateusz 18** (234) – serial kryminalny, Polska 2017
11.40 **Przed ekranem** – magazyn
11.55 **Między ziemią a niebem** – magazyn
12.00 **Anioł Pański**
12.15 **Między ziemią a niebem** – magazyn
12.45 **W głąb Jasnogórskiej Ikony** – reportaż, Polska 2026
13.10 **BBC w Jedynce: Planeta Ziemia 3** (8-ost.) – serial dokumentalny, Wielka Brytania
14.55 **Parada oszustów** (2) – serial sensacyjny, Polska 1976
16.00 **Dziedzictwo** (1003) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.35 **Żona dla Polaka** (11) – 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** (9) – serial kryminalny, Polska 2024

TVP 2 HD DVB T2

4.35 **Barwy szczęścia** (3374-3376) – serial obyczajowy, Polska 2026
6.25 **M jak miłość** (1930) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.15 **Porozmawiajmy szczerze** – magazyn kulturalny
11.50 **Lato z Radiem i Telewizją Polską:** Mrozy – widowisko
14.00 **Familiada** – teleturniej
14.35 **Koło fortuny** (1929) – teleturniej
15.10 **Szansa na sukces. Opole 2026 2** (6): Piosenki Danuty Rinn i Danuty Błażejczyk
16.15 **Tak to leciało!** (72) – teleturniej muzyczny
17.15 **Akwen Eldorado** (2) – serial sensacyjny, Polska 1988
Bezradność komendanta milicji i twarda postawa braci budzą niepokój dyrektora PGR oraz Marka, którzy przeczuwają kłopoty. Obaj starają się odwieść Jerzego i Wojtka od podejmowania walki z kłusownikami.
18.20 **Rodzinka.pl** (293): Bździągwa – serial komediowy, Polska 2025
Natalia i jej przyjaciółki wracają wspomnieniami do czasów młodości. Maria i Viola są zaniepokojone relacją Ludwika i Agaty. Tomek i Magda stawiają czoło problemom. Ich córka Majka okazuje się bowiem nietuzinkowym dzieckiem.
18.55 **Kocham Cię, Polsko!** (10) – program rozrywkowy
20.20 **Postaw na milion** – teleturniej

POLSAT HD DVB T2

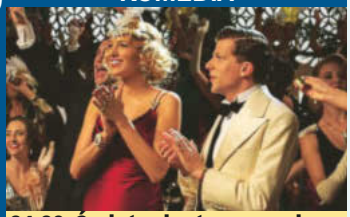
4.40 **Disco Gramy**
5.25 **Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
8.30 **halo tu polsat** – magazyn
11.25 **Świt jeźdźców smoków** – film animowany, USA 2014
12.00 **Jak wytresować smoka 2** FILM – film animowany, USA/Indie 2014, reż. Dean DeBlois, 130 min
Żądny władzy Drago zamierza skłócić przedstawicieli ras ludzkiej i smoczej, którzy od kilku lat żyją w przyjaźni. Wiking Czkawka i Szczerbatek chcą pokrzyżować mu plany.
14.10 **Jeszcze większe dzieci** FILM – komedia, USA 2013, reż. Dennis Dugan, wyk. Adam Sandler, Kevin James, Chris Rock, David Spade, 145 min
Lenny przeprowadza się wraz z rodziną do miasteczka, w którym dorastał. Spotkanie z dawnymi przyjaciółmi budzi w mężczyźnie i jego kumplach młodzieńczą fantazję.
16.35 **Piksele** FILM – komedia, USA/Chiny/Kanada 2015, reż. Chris Columbus, wyk. Adam Sandler, Kevin James, Michelle Monaghan, Peter Dinklage, 135 min
Obcy źle odczytują intencje Ziemian. Odpowiadają agresją na pokojowe przesłanie. Walczy z nimi grupa śmiałków – Sam, Will, Ludlow i Eddie.
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** (1731) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 **Kuchenne rewolucje** (13): Marklowice Górne – Przystań na Kępce – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.35 **Co za tydzień** – magazyn kulturalny
12.30 **Ugotowani** (11) – program kulinarno-rozrywkowy
13.45 **Bumblebee** FILM – film s.f., Chiny/USA 2018, reż. Travis Knight, wyk. Hailee Steinfeld, John Cena, Jorge Lendeborg Jr., Jason Drucker, 150 min
Lata 80. XX wieku. Charlie jest niepewną siebie 18-latką. Dziewczyna postanawia odnowić stary samochód – żółtego garbusa. Niebawem zaczyna sobie wyobrażać, że jej volkswagen ma własną świadomość.
16.15 **Akademia policyjna 7: Misja w Moskwie** FILM – komedia, USA 1994, reż. Alan Metter, wyk. Charlie Schlatter, Christopher Lee, George Gaynes, Gregg Berger, 100 min
Szef rosyjskiej mafii dzięki grze komputerowej pozwalającej na złamanie wszelkich systemów zabezpieczeń rozszerza przestępczą działalność niemal na cały świat. Kreml i Pentagon łączą siły w walce z nim.
17.55 **Kuchenne rewolucje** (10): Jelenia Góra – program rozrywkowy
19.00 **Fakty, sport i pogoda**

20

KOMEDIA



21.20 Śmietanka towarzyska FILM – USA 2016, 110 min

HIT DNIA

Lata 30. XX w. Bobby przyjeżdża do Hollywood, by podjąć pracę u wuja, agenta gwiazd. Zakochuje się w sekretarce Vonnie. Nie wie, że skrywa ona pewną tajemnicę. Po miłosnym zawodzie poznaje zjawiskową Veronicę.

23.10 **Dewajtis** (4) – serial kostiumowy, Polska 2023
0.05 **Niedokończone życie** FILM – dramat obyczajowy, USA/Niemcy 2005, reż. Lasse Hallström, wyk. Robert Redford, Jennifer Lopez, Morgan Freeman, Josh Lucas, 115 min
Jean przyjeżdża z córką do teścia, który wini ją za śmierć swojego syna w wypadku samochodowym. Wizyta daje szansę na uzdrowienie rodzinnych relacji.
2.00 **Pierwszy strzał** FILM – thriller, USA/Kanada/Wielka Brytania 2017, reż. Steven C. Miller, wyk. Bruce Willis, Hayden Christensen, Tyler Jon Olson, Magi Avila, 100 min
3.40 **Tajemnice królewskiej posiadłości** – film dokumentalny, Wlk. Bryt. 2023
4.25 **Zakończenie**

KONCERT

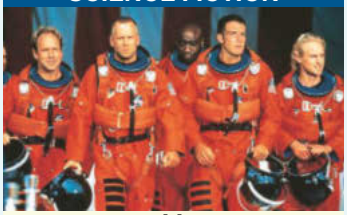


21.20 Świat w obłokach – muzyczni spadkobiercy Marka Grechuty (1, 2)

Wydarzenie poświęcone twórczości artysty, którego piosenki i wiersze uczą wrażliwości. Utwory Marka Grechuty wykonają m.in. Krzysztof Kiljański, Katarzyna Zielińska, Natalia Przybysz, Maciej Zakościelny, Andrzej Kozłowski, Sonia Bohosiewicz, Mela Koteluk oraz Mietek Szcześniak.

23.30 **Harry Wild** (5, 6) – serial kryminalny, Irlandia/Wielka Brytania/Niemcy 2022
Przyjaciel z dawnych lat, Lawrence Cavendish, urządza kolację. Wszyscy goście mają po niej problemy jelitowe. Przyczyną dolegliwości są zwłoki w przydomowej studni.
1.35 **Król** (6) – serial sensacyjny, Polska 2020
3.00 **Miłość jak miód** FILM – komedia romantyczna, Polska 2024, reż. Maciej Migas, wyk. Agnieszka Suchora, Edyta Olszówka, Michał Czernecki, Bartosz Opania, 105 min
4.45 **Zakończenie**

SCIENCE FICTION



19.55 Armageddon FILM – USA 1998, 195 min

Do Ziemi zbliża się asteroida. Szansę na ocalenie ludzi daje wysadzenie obiektu za pomocą ładunków nuklearnych. Na czele ratunkowej misji staje specjalista z dziedziny wiertnictwa Harry Stamper. Towarzyszy mu między innymi A.J., który zaręczył się z jego córką.

23.10 **Miłość na nowo** FILM – komedia romantyczna, USA 2023, reż. Jim Strouse, wyk. Priyanka Chopra, Sam Heughan, Céline Dion, Sofia Barclay, 130 min
Narzeczony Miry ginie w wypadku. Pogrążona w żałobie kobieta wysyła poruszające wiadomości na jego dawny nr telefonu. Otrzymuje je dziennikarz Rob. Postanawia odnaleźć ich autorkę. Aranżuje spotkanie.
1.20 **Państwo młodzi: Chuck i Larry** FILM – komedia, USA 2007, reż. Dennis Dugan, wyk. Adam Sandler, Kevin James, Jessica Biel, Dan Aykroyd, 160 min
4.00 **Świat według Kiepskich** (50): Mistrz podrobów – serial komediowy, Polska 2001

KOMEDIA ROMANTYCZNA



19.45 Tylko mnie kochaj FILM – Polska 2006, 135 min

Michał, właściciel firmy architektonicznej, prowadzi beztroskie życie. Pozostaje w swobodnym związku z Agatą, partnerką w interesach. Nie jest to jednak miłość, a raczej przyzwyczajenie i wygoda. Pewnego dnia spokój mężczyzny zostaje zburzony. Do drzwi jego mieszkania puka siedmioletnia Michalina i oświadcza, że jest jego córką.

22.00 **Pułapka** FILM – film wojenny, USA 2023, reż. Mark Burman, wyk. Jonathan Rhys-Meyers, Aaron Eckhart, Connor Paolo, Jordan Johnson-Hinds, 125 min
0.05 **Fanfik** FILM – dramat obyczajowy, Polska 2023, reż. Marta Karwowska, wyk. Jan Cięciara, Dobromir Dymecki, Anna Krotoska, Wiktoria Kruszczyńska, 125 min
2.10 **Uwaga!** – magazyn reporterów
2.25 **Herkules** (3, 4) – serial kryminalny, Polska 2022
4.25 **Nauka jazdy 5** (11) – program rozrywkowy
4.55 **Zamieszkać na plaży 7** (3) – program rozrywkowy

P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB T2

5.15 **Szkoła** (377) – serial paradokumentalny, Polska 2017
6.15 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie** (14) – program rozrywkowy
7.15 **Nowe Zwariowane Melodie 3** (24-26) – serial animowany, USA 2019
8.00 FILM **Krowy na wypasie** – film animowany, Niemcy/USA 2006, reż. Steve Oedekerk, 110 min Właściciel zagubionego pośród pól gospodarstwa wyrusza do miasta. Gdy tylko znika za horyzontem, farma zaczyna tętnić życiem. Zwierzęta spędzają czas na zabawach i próżnowaniu. Ich beztroskie harce przerywa napaść kojotów.
9.50 **Ukryta prawda** (1491-1495) – serial paradokumentalny, Polska 2023
14.55 **Szpital św. Anny** (43, 44) – serial obyczajowy, Polska 2025
16.55 **Detektywi** (12) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
17.55 FILM **Karol. Człowiek, który został papieżem** (1/2) – film biograficzny, Francja/Kanada/Niemcy 2005, reż. Giacomo Battiato, wyk. Piotr Adamczyk, Olgierd Łukaszewicz, Raoul Bova, Małgorzata Bela, 125 min Rok 1939. Wojtyła studiuje w Krakowie. W czasie wojny pracuje w kamieniołomach i działa w konspiracyjnym teatrze. Pewnego dnia poznaje mistyka Tyranowskiego. Pod jego wpływem decyduje się zostać księdzem.

SENSACYJNY



20.00 FILM Mission: Impossible 2 – USA/Niemcy 2000, 160 min

Sean Ambrose kradnie z laboratorium firmy farmaceutycznej próbki wirusa nazwanego Chimerą. Chce się wzbogacić na produkcji antidotum. Wybuch epidemii zapewni mu fortunę. Agent Ethan Hunt ma odnaleźć, a następnie zniszczyć groźny patogen. Pomagają mu geniusz komputerowy Luther oraz złodziejka Nyah. Od powodzenia misji zależy przyszłość ludzkości.

22.40 FILM **Szukając sprawiedliwości** – film sensacyjny, USA 1991, reż. John Flynn, wyk. Steven Seagal, William Forsythe, Jerry Orbach, Gina Gershon, 120 min
0.40 FILM **Dunkierka** – film wojenny, Wielka Brytania/Holandia/Francja 2017, reż. Christopher Nolan, wyk. Fionn Whitehead, Tom Glynn-Carney, Jack Lowden, Harry Styles, 135 min
2.55 **Żyjąc z potworem 9** (19) – serial dokumentalny, USA 2025
3.50 **Fachowcy** (6) – serial paradokumentalny, Polska 2017
4.25 **Dorota was urządzi!** (5) – program rozrywkowy

TV PULS HD DVB T2

6.00 **Taki jest świat 11** (33) – program informacyjny
6.35 **Don Matteo: Boski detektyw 15** (9, 10): Dobry pasterz, części 1 i 2 – serial kryminalny, Włochy 2026
8.40 **Kurierzy 2** (55, 56) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
10.35 FILM **Córka prezydenta** – komedia romantyczna, USA 2004, reż. Forest Whitaker, wyk. Katie Holmes, Michael Keaton, Marc Blucas, Amerie Rogers, 125 min
12.40 FILM **Pies** – komediodramat, USA 2022, reż. Reid Carolin, wyk. Channing Tatum, Ryder McLaughlin, Aavi Haas, Luke Forbes, 125 min
14.45 FILM **Legenda Zorro** – film przygodowy, USA 2005, reż. Martin Campbell, wyk. Antonio Banderas, Catherine Zeta-Jones, Nick Chinlund, Michael Emerson, 165 min Rok 1851. Don Alejandro obiecuje żonie, że porzuci podwójne życie. Gdy odkrywa intrygę bogaczy, znów sięga po szpadę i czarną maskę. Wówczas kobieta składa pozew o rozwód.
17.30 FILM **Hrabia Monte Christo** – film kostiumowy, USA/Wielka Brytania/Irlandia 2002, reż. Kevin Reynolds, wyk. James Caviezel, Guy Pearce, Dagmara Domińczyk, Richard Harris, 150 min Edmund, uciekinier z więzienia, znajduje skarb. Dzięki niemu może się zemścić na dawnym przyjacielu, który go zdradził.

DRAMAT SENSACYJNY



20.00 FILM Niedziela z gwiazdami: W obronie własnej – USA 2013, 125 min

Były agent DEA Phil Broker po śmierci żony sam wychowuje dziewięcioletnią Maddy. Razem z nią przeprowadza się na prowincję. Ma nadzieję, że tam dziecko będzie bezpieczne. Wkrótce odkrywa, że okoliczni mieszkańcy są terroryzowani przez gang dilera narkotyków. Gdy bandyci porywają córkę Brokera, on sięga po broń.

22.05 FILM **Apocalypto** – dramat przygodowy, USA/Meksyk 2006, reż. Mel Gibson, wyk. Rudy Youngblood, Dalia Hernández, Jonathan Brewer, Morris Birdyellowhead, 170 min XVI w. Do leśnej osady przybywają łowcy. Łapa Jaguara ma zostać złożony w ofierze. Ścigany przez oprawców musi dotrzeć do kryjówki swojej rodziny.
0.55 FILM **Hooligans 3** – dramat sensacyjny, Wielka Brytania 2013, reż. James Nunn, wyk. Scott Adkins, Kacey Barnfield, Joey Ansah, Mark Wingett, 115 min
2.50 **Zobacz to!** – pr. powtórkowe

PULS 2 HD DVB T2

6.00 **Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej** (8) – program rozrywkowy
7.00 **Taki jest świat 11** (33) – program informacyjny
7.25 **Aukcja w ciemno** (19-21) – serial dokum., USA 2011-2012
8.55 **Aukcja w ciemno 2** (1) – serial dokumentalny, USA 2012-2013
9.20 **Boso przez świat** – cykl reportaży, Polska 2009
11.00 FILM **Żandarm w Nowym Jorku** – komedia, Francja/Włochy 1965, reż. Jean Girault, wyk. Louis de Funes, Genevieve Grad, Michel Galabru, Jean Lefebvre, 140 min
13.20 FILM **Żandarm się żeni** – komedia, Francja/Włochy 1968, reż. Jean Girault, wyk. Louis de Funes, Genevieve Grad, Jean Lefebvre, Claude Gensac, 115 min
15.15 FILM **Pies i kot** – komedia, Francja/Kanada 2024, reż. Reem Kherici, wyk. Philippe Lacheau, Reem Kherici, Franck Dubosc, Artur, 95 min Bezpański pies i kotka influencerka szukają drogi do domu. Ich tropem podąża złodziej.
16.50 FILM **Najpiękniejsze baśnie: Trzej bracia** – film familijny, Czechy/Dania/Słowacja 2014, reż. Jan Svěrák, wyk. Katerina Kosová, Tomáš Klus, Sabina Rojková, Vojta Dyk, 115 min
18.45 FILM **Najpiękniejsze baśnie: Czarodziejski flet** – baśń filmowa, Niemcy 2023, reż. Marvin Litwak, wyk. Dimitri Abold, Harriet Herbig-Matten, Jessica Schwarz, Michael Kessler, 75 min

HORROR SF



20.00 FILM Sierpień w szczękach rekinów: W szczękach rekina – Australia/Singapur 2012, 115 min

Klienci oraz personel podziemnego supermarketu zostają sterroryzowani przez bandytę. Wkrótce okazuje się, że do miasteczka dotarło tsunami. Do środka podtopionego sklepu wraz z ogromną falą dostaje się rekin. Uwięzieni ludzie walczą o przetrwanie.

21.55 **Dzielnica strachu 10** (463-467) – serial kryminalny, Polska 2025-2026 Podczas remontu mieszkania matka właścicielki, seniorka Barbara, niespodziewanie traci życie. Choć początkowo wydaje się, że zginęła na skutek nieszczęśliwego wypadku, wyniki sekcji jednoznacznie wskazują na otrucie. Ola i Rafał rozpoczynają śledztwo w sprawie morderstwa. Na jaw wychodzą m.in. rodzinne urazy.
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 5** (235, 239) – obycz., Polska 2019
5.00 **Lombard. Życie pod zastaw 10** (531) – serial obyczajowy, Polska 2022

NETFLIX



MATKI PINGWINÓW

Kama (Masza Wągrocka) jest znaną zawodniczką MMA. Pewnego dnia jej syn, Jaś (Jan Lubas), zostaje wydalony ze szkoły. Siedmiolatek trafia do „Cudownej Przystani", którą jego matce poleciła psycholożka. Sportsmenka nie potrafi się dogadać z rodzicami innych dzieci. Z czasem sytuacja ulega zmianie.

►**serial obycz. (6 odc.), Polska 2024**



BIUROWY ROMANS

Jackie (Jennifer Lopez) to charyzmatyczna prezeska linii lotniczych. W zarządzanej przez nią firmie panują surowe reguły. Za sprawą nowego pracownika (Brett Goldstein) kobieta łamie jednak zasadę nienawiązywania miłosnych relacji. Wyjazd służbowy na Dominikanę staje się początkiem romansu.

►**kom. romant., USA 2026; 114 min**



ZA WSZELKĄ CENĘ

Ojciec (Sam Worthington) zostaje niesłusznie skazany na dożywocie za zabójstwo syna. Niespodziewanie otrzymuje nowe dowody sugerujące, że jego dziecko mogło przeżyć. Zdeterminowany, by poznać prawdę i oczyścić się z zarzutów, podejmuje ryzykowną próbę wydostania się z więzienia.

►**serial krym. (8 odc.), USA 2026**



WIEDŹMIN 4

Geralt (Liam Hemsworth), Yennefer i Ciri zostają rozdzieleni przez wojnę. Podążając własnymi ścieżkami i realizując kolejne zadania, spotykają niezwykłych sprzymierzeńców gotowych zapewnić im wsparcie. Jeśli zdołają zaakceptować nowe więzi, będą mieli szansę odnaleźć się i stworzyć rodzinę.

►**fantasy (8 odc.), Pol./USA 2025**

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.25 FILM **Klopsiki i inne zjawiska pogodowe 2** – film animowany, USA 2013, reż. Cody Cameron, 95 min
8.00 **Walker: Strażnik Teksasu 2** (9, 10) – serial kryminalny, USA 2021-2022
10.00 **MacGyver 5** (13-15) – serial akcji, USA 2020-2021
13.00 **Rekrut 4** (1, 2) – serial kryminalny, USA 2022, wyk. Nathan Fillion, Alyssa Diaz
15.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 13** (13-17) – serial kryminalny, USA 2013

TVP SERIALE

5.15 **Na sygnale** (899) – serial fab.-dokum.
5.45 **Czterdziestolatek** (21-ost.) – serial obyczajowy, Pol. 1977
7.05 **Czarne chmury** (1, 2) – serial przyg., Polska
9.10 **Ogniem i mieczem** (1, 2) – hist., Pol. 1999
11.15 **Czterej pancerni i pies** (8, 9) – serial wojenny, Polska
13.30 **Ojciec Mateusz 32** (408, 409) – serial kryminalny, Pol. 2024
15.25 **Komisarz Alex 25** (316) – krym., Pol. 2026
16.25 **Ranczo 10** (130) – serial obycz., Polska
17.25 **Czterej pancerni i pies** (10, 11) – wojenny, Pol. 1969

TVP KULTURA DVB T2

12.50 **Opole – koncertowe wspomnienia**
13.10 **23. Krajowy Festiwal Piosenki Polskiej Opole '86. Rock non stop** (1) – koncert
14.15 FILM **Dziewczyna z perłą** – dram. kostium., Wlk. Bryt./Luksemburg/Fr. 2003, 110 min
16.05 **Barbara i Jan** (5, 6) – serial obycz., Polska
17.15 **Niedziela z...** – kult.
18.00 **Jesteś moją piosenką. Irena Jarocka – recital '98** – koncert
18.40 **Irena Jarocka. Koncert w Malborku**
19.35 **Wydarzenie aktualne** – pr. inform.

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 3** (9)
7.00 **Wyraj** – krótkometraż.
7.30 **Problem** – film krótkometraż.
8.00 **Kate Winslet. Naturalna i piękna** – film dokum., Fr. 2024
9.10 FILM **Tatami** – thriller, USA/Wielka Brytania/Gruzja 2023, 130 min
11.20 FILM **41 dni nadziei** – dramat przyg., USA/Islandia/Hongkong 2018, 120 min
13.20 FILM **W sieci wojny** – thriller, USA 2025, 130 min
15.30 **Zbrodnie na wybrzeżu 3** (1)
17.25 FILM **Rebeliant** – dramat biograficzny, USA 2016, 165 min

CANAL+ PREMIUM HD

7.50 FILM **Dziki robot** – anim., USA 2024, 100 min
9.30 FILM **Cudowne życie** – komediodramat, Fr./Kanada 2025, 100 min
11.10 **Co ukrywa Elon Musk?** – film dokum., Niemcy 2025
12.40 **Łapu capu Extra** (8)
13.10 FILM **Chopin, Chopin!** – dramat biograficzny, Polska 2025, 130 min
15.20 FILM **Thelma** – komedia, Szwajcaria/USA 2024, 95 min
16.55 LIVE **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – wstęp do meczu
17.25 LIVE **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Cracovia – Raków Częstochowa
19.30 **The Office PL 5** (2)

HBO HD

9.15 FILM **Noc w zoo** – film anim., Kan./Bel./Francja 2024, 90 min
10.45 FILM **Millerowie** – kom. krym., USA/Wielka Brytania 2013, 110 min
12.35 FILM **Siła naszych marzeń** – dramat obyczajowy, Francja/Kanada 2022, 105 min
14.20 FILM **Dzikie łowy** – film przygodowy, Nowa Zelandia 2016, 100 min
16.00 FILM **Eleanor Wspaniała** – dramat obyczajowy, USA 2025, reż. Scarlett Johansson, 100 min
17.40 FILM **Więzień labiryntu: Lek na śmierć** – thriller s.f., USA 2018, reż. Wes Ball, wyk. Dylan O'Brien, 140 min

20

KOMEDIA SENSACYJNA



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

John i jego żona Jane są zawodowymi zabójcami, co przed sobą ukrywają. Pewnego dnia dostają zadanie zlikwidowania siebie nawzajem.

22.30 FILM **Uprowadzona 2** – film sens., Fr./USA/Turcja 2012, 105 min
0.15 FILM **Hostel** – horror, USA 2005, reż. Eli Roth, 120 min
2.15 FILM **Hostel 2** – horror, USA 2007, 115 min
4.10 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (18, 19) – serial kryminalny

KRYMINALNY



19.45 **Ojciec Mateusz 32** (410-412) – Pol. 2024

Proboszcz spędza urlop u zaprzyjaźnionego księdza Tomasza. Jeden z parafian, dentysta Ochocki, zamierza wystąpić z Kościoła. Niebawem zostaje znalezione jego ciało.

22.35 **Ranczo** (1, 2) – obycz.
0.35 **Rodzinka.pl** (306, 307) – kom., Pol.
1.45 **Korona królów. Jagiellonowie** (21, 22) – telen. hist.
2.50 **Erynie** (12-ost.)
3.45 **Londyńczycy** (8)
4.45 **Dom pod Dwoma Orłami** (3) – obycz.

DRAMAT BIOGRAFICZNY



20.00 FILM **Niczego nie żałuję – Edith Piaf** – Francja/Wielka Brytania/Czechy 2007, 150 min

Nastoletnia Edith zarabia śpiewaniem na ulicy. Jej talent dostrzega Louis Leplée. Edith zaczyna występować w jego kabarecie. Osiąga okupiony wieloma trudami sukces.

22.30 **Kulturalni** (31) – magazyn kulturalny
23.25 **Pragnienie Robina** – film dokumentalny, USA 2020
0.55 **Ewa** – film animowany
1.10 **Prymitywne czasy** – film anim., Niemcy

KRYMINALNY



20.10 **Premiera: Szepty mroku** (3, 4) – USA 2022

Manuelito i Chee próbują namierzyć miejsce pobytu zaginionej rodziny mormonów.

22.15 **Gorący temat** – dramat biograf., USA/Kanada 2019, 125 min
0.20 **Eastern** – thriller, Polska 2019, 95 min
1.55 **Sortownia** (5)
2.50 **Narysuj mnie** FILM – dramat obycz., Polska 2024, 80 min
4.10 **Misie polarne** – film krótkometrażowy, Pol. 2023, 20 min

CZARNA KOMEDIA



20.00 P! FILM **Skincare** – USA/Włochy 2024, 95 min

Hope prowadzi salon urody, w którym chętnie bywają celebryci. Wkrótce traci dobre imię, a klienci zaczynają odchodzić. Pomoc proponuje jej nowy znajomy.

21.35 **Lwica** – thriller, Wielka Brytania 2025, 100 min
23.15 **Whistle** – horror, Kan./Irl. 2025, 100 min
0.55 **Herosi wojny** – thriller, USA 2024, 105 min
2.40 **Dwie siostry** – dram. obycz., Polska/Ukraina 2024, 95 min

HORROR



20.00 P! FILM **28 lat później: Świątynia kości** – Wielka Brytania/USA/Kanada 2026, 110 min

Spike dołącza do grupy Jimmy'ego Crystala, który twierdzi, że realizuje misję zleconą przez Szatana. Pobyt tam staje się niekończącym się koszmarem.

21.50 **Mumia: Film Lee Cronina** – horror, Irl./USA 2026, 130 min
0.00 **Sisu: Droga do zemsty** FILM – dramat wojenny, Wielka Brytania/Finlandia/USA 2025, 90 min

AXN WHITE

6.05 **Rozrywkowa Gwiazdka** FILM – komedia romantyczna, USA 2018, 90 min
7.35 **Detektyw Murdoch 5** (2-6) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
13.10 **Rekrut 2** (6-10) – krym.
18.00 **Dowody zbrodni 4** (12-16) – serial kryminalny
23.00 **Magiczny świat Davida Copperfielda** FILM – film familijny, Wielka Brytania/USA 2019, 145 min
1.25 **I kto to mówi 3** – kom., FILM USA 1993, 125 min
3.30 **Miłość przy świątecznym stole** FILM – komedia romantyczna, USA 2012, 90 min

AXN BLACK

6.00 **Seal Team 7** (6) – sens.
6.50 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 7** (7, 8) – krym.
8.25 **S.W.A.T. 8** (4-7) – sens.
12.10 **Gwiezdne wrota 5** (8-12) – serial s.f., Kan./USA 2001
17.10 **MacGyver 2** (21-23) – serial akcji, USA
20.05 **MacGyver 3** (1) – serial akcji, USA 2018-2019
21.00 **S.W.A.T. 8** (4-7) – sens.
0.30 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 7** (7, 8) – krym.
2.25 **MacGyver 2** (21-23) – serial akcji, USA
5.00 **MacGyver 3** (1)
5.45 **Blok promocyjny AXN Black**

WARNER TV

12.45 **Seks w wielkim mieście 2** – komedia romant., USA 2010, 180 min
15.45 **Pan niania** – komedia, FILM USA 1993, 100 min
17.25 **Miłość jak narkotyk** FILM – komedia romantyczna, USA 1997, 120 min
19.25 **Invictus: Niepokonany** FILM – dramat biograficzny, USA 2009, 155 min
22.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (21, 22) – serial kryminalny, USA
23.50 **Rewolwer i melonik** FILM – film sens., 1998, 100 min
1.30 **Wiecznie młody** – dramat FILM obyczajowy, 1992, 120 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (268-270) – serial paradokumentalny, Polska
9.00 **Niania** (131-134, 1, 2) – serial komediowy, Polska
12.05 **Miodowe lata** (49-51, 2) – serial komediowy, Polska
15.10 **Co ludzie powiedzą?** (35-37) – serial komediowy
17.05 **Świat według Kiepskich** (230-232, 234) – kom., Pol.
20.00 **Poirot** (7-9) – serial krym.
23.10 **Serena** – dramat FILM obyczajowy, 2014, 140 min
1.30 **Ślad** (108) – serial krym.
2.30 **Święty** (276, 277) – serial komediowy, Polska 2022
4.00 **48h. Zaginieni** (152, 153) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.15 **Pan Tadeusz** – kostium., FILM Pol./Francja 1999, 150 min
8.45 **Dumna królewna** – film FILM anim., 2024, 80 min
10.05 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
10.20 **Ida** – dram. obycz., Polska/FILM Dania/Fr. 2013, 80 min
11.40 **W kogo ja się wrodziłem?** – film obycz., FILM Polska 2001, 60 min
12.40 **Premierowa jazda** – mag.
12.55 **Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu** – film FILM fantasy, 2009, 125 min
15.00 **Morderstwo w ambasadzie** – krym., FILM Wlk. Bryt. 2025, 85 min
16.25 **Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego**
17.55 **Ultimatum Bourne'a** – film sensacyjny, USA/FILM Niemcy 2007, 110 min
19.45 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Wojna o przetrwanie** FILM – horror, Australia 2025, reż. Luke Sparke, 130 min
22.10 **Bałkańska vendetta 2** FILM – film sens., 2024, 85 min
23.35 **Droga do Vermiglio** FILM – dram. hist., 2024, 115 min
1.30 **Cudownie ocalony** FILM – kom. obycz., 2004, 95 min
3.05 **PRO8L3M „REALITYCHECK"**
4.00 **Julia wraca do domu** FILM – dramat obycz., Niem./Kan./Polska 2002, 120 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Naruto 5** (11-13) – serial anime, Japonia 2004-2005
11.20 **Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków** (5) – serial dokumentalny, USA 2024
12.00 **Łapu capu Extra** (8) – program rozrywkowy
12.40 **Cat's Eyes** (7, 8) – serial przygodowy, Francja 2024
14.30 **Premiera: Naruto 5** (14-16) – serial anime, Japonia 2004-2005
16.00 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy
16.35 **The Office PL** (1) – serial komediowy, Pol. 2021-2022
17.10 **The Office PL 5** (2-4) – serial komediowy, Polska
18.40 **Na pierwszym planie** (3, 4) – serial dokumentalny
20.00 **Django** (7, 8) – serial przygodowy, Fr./Wł. 2022
21.50 **Making of CANAL+** – magazyn filmowy
22.00 **Pieniądze i krew** (11, 12) – serial kryminalny, Fr./Bel.
0.05 **Pokonani** (3, 4) – serial krym., Francja/Kan./Niem.
1.40 **Pętla** (3, 4) – serial sensacyjny, Polska 2020
3.20 **Szaleństwo imprez i raj. Historia Ibizy.** – film dokumentalny, Niem. 2024
4.10 **Przykrywkowcy. Podwójna gra** (3, 4) – serial dokumentalny, Pol.

CANAL+ 360 HD

6.00 **8 wspaniałych** (1) – dok.
7.00 **Co poszło nie tak 4** (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 2024
8.05 **Okręty wojenne** (2) – dok.
9.00 **Porzucone konstrukcje** (11) – serial dok., Wlk. Bryt.
10.00 **Stalowe bestie z demobilu** (3) – dok.
11.45 **Polska z góry: Stadiony 2** (2) – dok., Pol.
12.15 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – Radomiak
14.50 **Dover 24/7** (4) – serial dok.
15.50 **Speedshop: warsztat marzeń** (7) – serial dokum.
17.05 **Kolacja z Gavinem Rossdale'em** (3) – dok.
18.00 **Koleją przez świat** (5) – serial dok., Wlk. Bryt. 2014
19.05 **Sung Kang – szybki i dociekliwy** (2) – dok.
20.00 **Porzucone konstrukcje** (12) – serial dok., Wlk. Bryt.
21.00 **Miły Trener – historia Piotra Jeleniewskiego**
22.10 **Słodko-gorzki** – dramat obycz., Pol. 1996, 110 min
0.00 **Nieczysta gra: Skandal w biathlonie** (3) – dok.
1.00 **Ja, kapitan** (1) – dok., Pol.
2.05 **Polska z góry: Stadiony 2** (4) – dok., Pol.
2.40 **Łowcy tajemnic Bałtyku** (5) – serial dok., Polska 2020
3.45 **Survivalowa rodzina** (6, 7) – serial dok., Pol. 2019
4.55 **Zwierzęta Wajraka** (1, 2)

HBO 2 HD

14.30 **Sypiając z innymi** FILM – komediodramat, USA 2015, 95 min
16.05 **Kraina Jane Austen** FILM – komedia romant., Wielka Brytania/USA 2013, 95 min
17.40 **Serdecznie zapraszamy** FILM – komedia, USA 2025, reż. Nicholas Stoller, 110 min
19.30 **Diva Futura** – dramat FILM obyczajowy, 2024, 120 min
21.30 **Blade Runner 2049** – film FILM s.f., USA/Wielka Brytania/Węgry 2017, 155 min
0.05 **Abigail** – horror, USA/FILM Irlandia 2024, 105 min
1.50 **Księgowy** – thriller, USA FILM 2016, 125 min

HBO 3 HD

13.05 **Gentleman Jack** (8)
14.05 **Wielka, odważna, piękna podróż** FILM – dramat fantasy, Irlandia/USA 2025, reż. Kogonada, 110 min
15.55 **Po prostu uwierz** – dram. FILM obycz., USA 2024, 105 min
17.40 **Tokyo Vice** (6) – krym.
18.45 **Ta inna siostra Bennet** (8) – kostium., Wlk. Bryt.
19.15 **Miniaturowa żona** (8) – serial komediowy, USA
19.55 **Ród smoka 3** (8) – fantasy
21.00 **Krzesła** (7) – serial kom.
21.30 **Ścieżki na daleką północ** (1) – serial wojenny
22.15 **Bezsenność** – thriller, FILM USA 2002, 115 min

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.00 Twoja Twarz Brzmi Znajomo (183) – rozr.
7.55 Sąsiedzi (27, 28) – serial animowany
8.20 Był sobie człowiek (3-5) – serial anim., Fr.
10.05 Jeźdźcy smoków na końcu świata (48, 49) – serial anim.
11.00 Gru, Dru i Minionki FILM – film animowany, USA 2017, 110 min
12.50 Sam w domu – po raz trzeci FILM – komedia, USA 1997, 130 min
15.00 Piąty element FILM – film s.f., Fr. 1997, 160 min
17.40 Hobbit: Bitwa Pięciu Armii FILM – film fantasy, Nowa Zelandia/USA 2014, 200 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 Tata ma plan (17-21) – serial komediowy
8.30 Teoria wielkiego podrywu (11-17) – serial komediowy
11.25 Teoria wielkiego podrywu 2 (1-5) – serial komediowy
13.30 Przyjaciele 3 (25) – kom., USA 1996-1997
14.00 Przyjaciele 4 (1) – kom., USA 1997-1998
14.30 Duchy (13, 14) – serial fantasy
15.25 Agent XXL 2 FILM – komedia, USA 2006, 125 min
17.30 Baywatch. FILM **Słoneczny patrol** – komedia, Wielka Brytania/Chiny/USA 2017, 150 min

TVN FABUŁA HD

5.05 Szkoła (819) – serial paradokum.
6.00 Szkoła filmowa (4) – magazyn filmowy
6.30 Seriaale Top 5 (24) – program kulturalny
6.40 Prawo Agaty 7 (7-10) – serial obycz., Polska
10.40 Pierścień i róża FILM – baśń filmowa, Polska 1986, 130 min
12.50 Ekspres polarny FILM – film animowany, USA/Australia 2004, 125 min
14.55 Listy do Julii FILM – komedia romant., USA 2010, 145 min
17.20 Harry Potter i Zakon Feniksa FILM – film przyg., Wlk. Bryt./USA 2007, 160 min

13 ULICA

6.00 Dlaczego nie Evans? (1) – serial kryminalny, USA/Wielka Brytania 2022
6.50 Zabójstwo w Chateau-Thierry FILM – dramat kryminalny, Francja 2024, reż. Delphine Lemoine, wyk. Elsa Lunghini, Clément Manuel, Philippe Lelievre, Caroline Loeb, 120 min
8.50 Mentalista 5 (17-22) – serial kryminalny, USA 2012-2013
14.20 Mentalista 6 (1-4) – serial kryminalny, USA 2013
18.00 Niewidomy detektyw (10) – serial krym., Niemcy/Austria

KINO POLSKA

6.00 Złoty interes 2 (2) – program rozrywkowy
6.50 Och! Kabaret (6)
7.40 Polska Kronika Filmowa – serial dok.
8.10 Przygody Myszki (11, 12) – serial anim.
8.35 Bolek i Lolek na wakacjach (3, 4)
9.00 Siedem życzeń (7) – serial przygodowy
10.05 Janosik – film przyg., FILM 1974, 170 min
12.55 Stara baśń – film FILM kostiumowy, 2003, reż. Jerzy Hoffman, 135 min
15.10 Nie lubię poniedziałku FILM – kom. obycz., 1971, 150 min
17.40 Mała wielka miłość FILM – komedia romant., 2008, 140 min

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Komisarz Rex 5 (10-13) – serial krym., Niemcy/Austria
10.00 Hudson i Rex 3 (8-10) – serial kryminalny, Kan. 2021
13.00 Robin z Sherwood 2 (2) – serial przygodowy
14.25 Ostatni smok – film FILM przygodowy, USA 1996, reż. Rob Cohen, wyk. Dennis Quaid, David Thewlis, 125 min
16.30 Poszukiwany, poszukiwana FILM – komedia, Polska 1972, reż. Stanisław Bareja, 110 min
18.20 Starsza pani musi zniknąć FILM – komedia, USA/Niemcy 2003, reż. Danny DeVito, 100 min

DRAMAT SENSACYJNY



21.00 Leon zawodowiec FILM – Francja/USA 1994, 135 min

Rodzina 12-letniej Mathildy zostaje zabita przez ludzi skorumpowanego policjanta. Dziewczyna prosi o pomoc w zemście płatnego mordercę.

23.15 40-letni prawiczek FILM – komedia romantyczna, USA 2005, 150 min
1.45 Ślad (53) – krym., Pol.
2.45 Gliniarze (647, 648) – serial paradokum., Polska 2022
4.45 Na ratunek 112 (900, 901) – paradok.

KOMEDIA



20.00 Rodzina od zaraz FILM – USA 2018, 150 min

Małżonkowie Ellie i Pete przygarniają trójkę rodzeństwa. Starają się zbudować z nimi dobrą relację. Piętnastoletnia podopieczna przechodzi okres buntu.

22.30 The Office PL 3 (5) – serial kom., Pol. 2023
23.05 Comedy Club 3 (12)
23.35 Comedy Club 4 (1)
0.05 Miasteczko South Park 5 (11-14) – serial anim. dla dorosłych
2.00 Pracoholicy 7 (5-8)
4.00 Śmieszniej nie będzie 3 (17-20)

PRZYGODOWY



20.00 Harry Potter i Książę Półkrwi FILM – Wielka Brytania/USA 2009, 195 min

Podczas prywatnych lekcji z dyrektorem Harry poznaje przeszłość Voldemorta. Zaprzyjaźnia się z byłym mentorem Czarnego Pana.

23.15 Oszukać przeznaczenie 5 FILM – horror, USA/Kanada 2011, 115 min
1.10 Sztanga i cash FILM – komedia kryminalna, USA 2013, 155 min
3.45 Dziewczyny z Hollywood (12)

DRAMAT KRYMINALNY



19.55 Morderstwo w Mont-Saint-Michel FILM – Francja 2022, 125 min

Sophie Maliquot powraca do Mont-Saint-Michel, by rozwiązać tajemnicę pewnego morderstwa. Kapitan spędziła w tym regionie część swojego dzieciństwa.

22.00 Morderstwo w Dinard FILM – krym., Francja 2023, 120 min
0.00 Morderstwo w Larzac FILM – film krym., Francja 2020, 120 min
2.00 Kobra – oddział specjalny (2) – sens.

DRAMAT WOJENNY



20.00 Demony wojny wg Goi FILM – 1998, 125 min

1996 rok, Bośnia. Śmigłowiec rozbija się w górach. Major Keller dowodzi misją ratunkową. Ocalona dziennikarka ma nagranie kompromitujące serbskiego prezydenta.

22.05 Orzeł. Ostatni patrol FILM – dramat wojenny, 2022, reż. Jacek Bławut, 125 min
0.10 Historie miłosne FILM – film obyczajowy, 1997, 120 min
2.10 Mniejsze zło FILM – film obycz., 2009, 160 min
4.50 Moja – krótkometraż.

PRZYGODOWY



20.00 Rob Roy – USA/Wielka Brytania 1995, 170 min

Rok 1713. Szkot MacGregor prosi markiza o pożyczenie tysiąca funtów. Na skutek intrygi traci wszystko, a jego żona zostaje zgwałcona. Mężczyzna szuka zemsty.

22.50 Wesele – dramat FILM obyczajowy, Polska/Łotwa 2021, 155 min
1.25 Anna German. Tajemnica białego anioła (5, 6) – biograf.
4.15 Karate po polsku FILM – dramat obyczajowy, Polska 1983, 105 min

CINEMAX HD

11.10 Ultimatum Bourne'a FILM – film sens., 2007, 115 min
13.05 Dwóch mężczyzn w mieście FILM – obycz., Fr./Bel./Algieria 2014, 115 min
15.00 Pan i władca: Na krańcu świata FILM – dramat przygodowy, USA 2003, reż. Peter Weir, 135 min
17.15 Interstellar – film s.f., FILM USA/Wielka Brytania/Kanada 2014, 165 min
20.00 Le Mans '66 – dramat FILM biograficzny, USA/Francja 2019, 150 min
22.30 Jerry Maguire – dramat FILM obyczajowy, 1996, 135 min
0.45 Fargo 4 (7, 8) – serial krym.

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

6.00 Graczykowie (40-44) – serial komediowy, Polska
8.30 Świat według Kiepskich (13, 1-5) – serial komediowy
11.30 Młody Sheldon (22)
12.00 Młody Sheldon 2 (1-5)
14.30 Święty (34-38) – kom., Pol.
17.00 Świat według Kiepskich (1-8) – serial kom., Pol. 2012
21.00 Co ludzie powiedzą? 3 (4, 5) – kom., Wlk. Bryt. 1992
22.25 Jedną nogą w grobie (4-6) – serial kom., Wlk. Bryt.
0.30 Czarna Żmija 4 (5, 6) – serial kom., Wlk. Bryt.
2.00 Śmieszniej nie będzie 5 (5-9) – program rozrywkowy
4.30 Comedy Club 6 (6-8)

SCI FI

6.00 Medium 3 (8-12) – krym.
10.45 Przygody Merlina 2 (3-7) – serial fantasy, Wlk. Bryt.
15.45 Miasto cienia – film FILM przygodowy, 2008, 120 min
17.45 Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu – film FILM fantasy, Australia/USA 2009, reż. Chris Weitz, 170 min
20.35 Bumblebee – film s.f., FILM Chiny/USA 2018, reż. Travis Knight, 135 min
22.50 Linia życia – horror s.f., FILM USA/Kanada 2017, 130 min
1.00 Daybreakers – Świt FILM – horror s.f., 2009, 120 min
3.00 Bibliotekarze 4 (8-10) – serial przyg., USA 2017

FX HD

5.00 Agenci NCIS 8 (17, 18)
6.50 Agenci NCIS: Sydney (12-14) – serial kryminalny
9.35 CSI: Kryminalne zagadki Miami (14, 15) – krym.
11.25 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (17, 18)
13.15 Z archiwum X (22, 23)
15.05 The Hunting Party (4)
16.00 Spider-Man 2 – film FILM przygodowy, 2004, 155 min
18.35 xXx – film sensacyjny, FILM USA 2002, 150 min
21.05 Karmazynowy przypływ FILM – thriller, USA 1995, 150 min
23.35 Szklana pułapka 2 – film FILM sensacyjny, 1990, 150 min
2.05 Zabójcze umysły (6, 7)

FILMBOX+ ONE HD

10.00 Czarny rumak – film FILM familijny, 1979, 160 min
12.40 E.T. – film s.f., USA 1982, FILM reż. Steven Spielberg, wyk. Drew Barrymore, 140 min
15.00 Komandosi z Navarony FILM – film wojenny, Wielka Brytania 1978, 160 min
17.40 Junior – komedia, USA FILM 1994, 140 min
20.00 Nieśmiertelny 3: Czarnoksiężnik FILM – film fantasy, Kanada/Fr./Wielka Brytania 1994, 125 min
22.05 Wyspa tajemnic – thriller, FILM USA 2010, 175 min
1.00 I stanie się koniec FILM – horror, USA 1999, 165 min

ROMANCE TV HD

13.55 Zabójcze tropiki (11, 12) – serial kryminalny, Fr. 2019
16.15 Rzeka życia: Ponowne spotkanie nad Dunajem FILM – melodramat, Niemcy/Austria 2014, 110 min
18.05 Lato w Grecji FILM – melodramat, Niemcy 2015, 115 min
20.00 Lato na Lanzarote FILM – melodramat, Niemcy 2016, reż. Jophi Ries, wyk. Christina Hecke, 115 min
21.55 Lato w Barcelonie FILM – kom. romant., Niemcy/Hiszpania 2015, 115 min
23.50 Bella Vita – kom. romant., FILM Niemcy 2010, 115 min

CINEMAX 2 HD

15.45 Jak zostałam perliczką FILM – komediodramat, Wielka Brytania/Zambia/Irlandia 2024, 100 min
17.25 Trucizna – dramat obycz., FILM Luksemburg/Hol./Wielka Brytania 2024, 90 min
18.55 Nade mną niebo, w dolinie ja FILM – film obyczajowy, Słowacja/Czechy 2024, 95 min
20.30 P! Niecierpliwość serca FILM – film obyczajowy, Niemcy 2025, 105 min
22.15 Znajomy dotyk – film FILM obyczajowy, 2024, 90 min
23.45 Hamlet – dramat kostium., FILM Wlk. Bryt. 2024, 115 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

10.40 Poirot 4 (1, 2) – serial krym.
15.00 Dalgliesh 2 (3) – krym.
17.10 Inspektor George Gently 8 (2) – serial krym.
19.05 Projekt Błękitna Księga 2 (2) – s.f., Kan./USA
20.00 Wszystkie stworzenia duże i małe 6 (2) – obycz.
21.00 Morderstwo w małym mieście (6) – krym., Kan.
22.00 Marlow: klub zbrodni 2 (2) – krym., Wlk. Bryt./USA
23.05 Wszystkie stworzenia duże i małe 6 (2) – obycz.
0.05 Detektyw Murdoch 18 (4-8) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
3.55 Projekt Błękitna Księga 2 (2) – s.f., Kan./USA

NOVELAS+ HD

5.00 Domenica Montero (1-5) – telenowela, Meksyk 2025
10.00 Otchłań namiętności (139-143) – telenowela, Meksyk 2012
15.00 Róże i grzechy (38-42) – telenowela, Turcja 2025
20.00 Sieroty ziemi (11, 12) – telenowela, Brazylia 2019, wyk. Julia Dalavia
22.00 Za wszelką cenę (109, 110) – telenowela, Brazylia 2025, wyk. Paolla Oliveira, Caua Reymond
0.00 Duma i uprzedzenie (1-3) – telenowela, Brazylia 2018
3.00 Sieroty ziemi (11, 12) – telenowela, Brazylia 2019

FX COMEDY HD

5.00 Jim wie lepiej 2 (8-12)
7.30 Diabli nadali (10-14)
10.00 Sposób użycia 3 (6-10)
12.30 Wszyscy kochają Raymonda 2 (10-20)
18.00 Gliniarz z Beverly Hills FILM – komedia sensacyjna, USA 1984, 135 min
20.15 Obłędny rycerz FILM – komedia przygodowa, USA 2001, 155 min
22.50 Ace Ventura: Zew natury FILM – komedia, USA 1995, 120 min
0.50 Wszyscy kochają Raymonda 2 (21-23, 4, 5)
3.20 Family Guy: Głowa rodziny 22 (3, 5, 6)

FILMBOX+ HITS HD

16.10 Goalie. Legenda na bramce FILM – dramat biograficzny, Kanada 2019, reż. Adriana Maggs, 120 min
18.10 Dobrze się kłamie w miłym towarzystwie FILM – komediodramat, Włochy 2016, 110 min
20.00 Kapitan Hook: Klątwa mórz FILM – film przyg., Wielka Brytania 2025, 100 min
21.40 Ostre słówka FILM – komediodramat, USA/Niemcy/Wielka Brytania 2005, 130 min
23.50 Morze Czarne – thriller, FILM Wielka Brytania/USA/Rosja 2014, 125 min

PARAMOUNT NETWORK HD

11.05 Tedi i szmaragdowa tablica FILM – film animowany, Hiszpania 2022, 115 min
13.00 Psi Patrol: Wielki film FILM – film anim., 2023, 115 min
14.55 Iluzja – thriller, Francja/USA 2013, 145 min
17.20 Iluzja 2 – thriller, Francja/USA/Hongkong 2016, reż. Jon M. Chu, 160 min
20.00 Uprowadzona 3 – film FILM sensacyjny, Francja/Hiszp./USA 2014, 130 min
22.10 Olimp w ogniu – thriller, FILM USA 2013, 140 min
0.30 Niemoralna propozycja FILM – dramat obyczajowy, USA 1993, 150 min

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

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
6.00 **Kolarstwo:** Czech Tour – 3. etap
7.00 **Kolarstwo:** Arctic Race of Norway – 3. etap
8.00 **Snooker:** Turniej LIVE China Open – mecz finałowy
11.00 **Kolarstwo:** Czech Tour – 3. etap
11.30 **Triathlon:** T100 World Tour – Vancouver
13.30 **Snooker:** Turniej LIVE China Open – mecz finałowy
17.00 **FIA World Endurance Championship:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans
19.00 **Kolarstwo:** Czech Tour – 4. etap

POLSAT SPORT 1 HD
6.00 **Siatkówka kobiet:** Memoriał Agaty Mróz-Olszewskiej
8.30 **Siatkówka kobiet:** Memoriał Agaty Mróz-Olszewskiej
11.00 **Cafe Futbol** – magazyn piłkarski
12.30 **Siatkówka kobiet:** Memoriał Agaty Mróz-Olszewskiej
14.25 **Piłka nożna:** Liga LIVE holenderska – mecz: Feyenoord Rotterdam – Go Ahead Eagles W poprzednim sezonie Jakub Moder i jego koledzy z Rotterdamu pokonali u siebie rywali 1:0.
17.00 **Tenis:** Turniej ATP LIVE w Cincinnati – 2. runda

CANAL+ SPORT HD
6.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Wisła Kraków
8.20 **Liga+** – magazyn piłkarski
9.30 **Wysoki Pressing** – magazyn sportowy
11.00 **Na pierwszym planie** (4) – serial dok., Pol.
11.40 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: CD Alaves – Getafe CF
13.55 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Sevilla FC – Rayo Vallecano
16.10 **Bohater z Cienia** – serial dok.
16.45 **Żużel:** PGE Ekstraliga LIVE – mecz: Motor Lublin – FOGO Unia Leszno

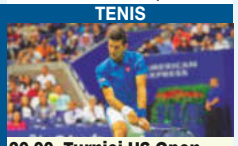
TVP SPORT DVB T2
5.35 **Sportowy wieczór** – program inform.
6.00 **Kamerą TVP Sport**
6.30 **Lekkoatletyka:** Mistrzostwa Europy – Birmingham 2026 – 6. dzień – sesja wieczorna
8.25 **Lekkoatletyka:** ME LIVE – Birmingham 2026 – 7. dzień
11.45 **Pierwsza Dama** – film dok., Pol. 2017
12.55 **Piłka nożna:** Betclic LIVE 2. Liga – mecz: Zawisza Bydgoszcz – Lechia Zielona Góra
15.10 **Piłka nożna:** Tarcza LIVE Wspólnoty: Arsenal – Manchester City FC
18.25 **Pływanie:** ME – Paryż LIVE 2026 – 7. dzień

ELEVEN SPORTS 1 HD
7.00 **Piłka nożna:** 2. liga niemiecka: Greuther Fürth – 1. FC Nürnberg
9.00 **Piłka nożna:** 2. liga niemiecka – mecz: Holstein Kiel – St. Pauli
11.00 **Formuła 3:** GP Węgier
12.10 **Formuła 2:** GP Węgier
13.25 **Piłka nożna:** 2. liga LIVE niemiecka: Hannover 96 – VfL Wolfsburg
15.35 **Najlepsze gole VfL Wolfsburg** – mag.
16.00 **Piłka nożna:** 2. liga niemiecka: Osnabrück – 1. FC Magdeburg
18.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: Rio Ave FC – FC Porto
19.50 **Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach** – mag.

DISCOVERY CHANNEL HD
6.00 **Niezwykłe rekiny z Japonii**
7.00 **Najniebezpieczniejszy zawód świata 22** – dok.
8.00 **Rolnicy w akcji** (6)
9.00 **Złomowisko PL 4** (8, 9) – serial dokum.
11.00 **Poza cywilizacją** (4)
12.00 **Bracia Collins biorą się do roboty** (3)
13.00 **Ciężarówką przez Route 66** (1) – dok.
14.00 **Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5** – serial dok.
15.00 **Złoto drwali** – dok.
16.00 **Zawodowcy** (4)
17.00 **Nic do ukrycia 2** (4) – serial dok., Pol. 2022
18.00 **Celnicy na straży Szwecji 4** (13) – dok.

20

TENIS



20.00 **Turniej US Open 2023:** D. Miedwiediew – N. Djoković

Serb rywalizował o czwarty w karierze tytuł mistrza nowojorskiej imprezy.

22.00 **Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Atlanta 1996**
23.00 **Formuła E:** ePrix Wielkiej Brytanii – 2. wyścig
0.15 **Snooker:** Turniej China Open – finał
1.30 **Kolarstwo:** Cyclassics Hamburg
3.00 **Snooker:** Turniej China Open – finał

TENIS



19.00 **Turniej ATP w Cincinnati** LIVE – mecz 2. rundy

Alexander Zverev jest jedynym zawodnikiem w stawce, który może pochwalić się czterema z rzędu awansami do co najmniej półfinału tysięcznika w Cincinnati.

21.00 **Tenis:** Turniej ATP LIVE w Cincinnati – 2. runda
23.00 **Tenis:** Turniej ATP LIVE w Cincinnati – 2. runda
1.00 **Tenis:** Turniej ATP LIVE w Cincinnati – 2. runda
3.00 **Tenis:** Turniej ATP LIVE w Cincinnati – 2. runda
5.00 **Boks**

ŻUŻEL



19.15 **PGE Ekstraliga** LIVE – mecz: PRES Grupa Deweloperska Toruń – Betard Sparta Wrocław

Mistrzowie Polski liczą na rewanż za porażkę w poprzednim starciu tych ekip.

21.30 **Magazyn PGE Ekstraliga** – mag.
23.10 **Na pierwszym planie** (4) – dok., Pol.
23.55 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 165
1.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Jagiellonia Białystok – Pogoń Szczecin

LEKKOATLETYKA



20.25 **ME – Birmingham 2026** LIVE – 7. dzień

Niedawno Maria Andrejczyk wywalczyła już siódmy w swojej karierze złoty medal mistrzostw Polski w rzucie oszczepem.

23.30 **Sportowy wieczór** – pr. inform.
0.00 **Piłka nożna:** Tarcza Wspólnoty – mecz: Arsenal FC – Manchester City
2.15 **Boks:** Gala w Guidonii – podsumowanie
3.50 **Boks:** Gala w Los Angeles – podsumowanie

PIŁKA NOŻNA



20.40 **Superpuchar Francji** LIVE – mecz: Lens – Paris Saint-Germain

Paryżanie mają szansę zdobyć to trofeum po raz piąty z rzędu. Rok temu sięgnęli po nie, pokonując Olympique Marsylię po serii rzutów karnych.

22.50 **RC Lens – Sekrety sukcesu** – reportaż
1.00 **Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością**
2.00 **Piłka nożna:** Superpuchar Francji – mecz: RC Lens – PSG
4.00 **Bundesliga Original Series** – mag.

DOKUMENTALNY



19.00 **Awantura o furę:** Ferrari F40; Stovebolt Special – Wielka Brytania 2020

Kierowca wyścigowy Marino Franchitti uwielbia samochód Ferrari F40. Ma nadzieję, że kilka szybkich okrążeń przekona Drewa Pritcharda do jego możliwości.

20.00 **Akta ekspedycji 2:** Pod presją – serial dok.
21.00 **Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5** – serial dok.
22.00 **W oku cyklonu** – serial dokumentalny
23.00 **Awantura o furę**

EUROSPORT 2 HD
11.00 **Formuła E:** ePrix Wielkiej Brytanii – 1. wyścig
12.00 **Kolarstwo:** Czech Tour – 3. etap
13.00 **Kolarstwo:** Czech LIVE Tour – 4. etap
14.30 **Kolarstwo:** LIVE Cyclassics Hamburg
16.30 **Kolarstwo:** Arctic Race LIVE of Norway – 4. etap
18.00 **Golf:** FedEx St. Jude LIVE Championship – finał
0.00 **Kolarstwo:** Arctic Race of Norway – 4. etap
1.30 **Snooker:** Turniej China Open – mecz finałowy
3.00 **Kolarstwo:** Czech Tour – 4. etap

POLSAT SPORT 2 HD
13.25 **Siatkówka plażowa:** LIVE ME – Stare Jabłonki 2026 – mecz o 3. miejsce kobiet
14.40 **Siatkówka plażowa:** LIVE ME – Stare Jabłonki 2026 – finał kobiet
15.55 **Siatkówka plażowa:** LIVE Mistrzostwa Europy – Stare Jabłonki 2026 – mecz o 3. miejsce mężczyzn
17.10 **Siatkówka plażowa:** LIVE ME – Stare Jabłonki 2026 – finał mężczyzn
19.00 **Sporty walki:** UFC Fight Night – walka: I. Makhachev – I. Machado Garry
23.00 **Piłka nożna:** Liga holenderska

CANAL+ SPORT 2 HD
8.15 **Tenis:** Turniej WTA w Cincinnati – 1. i 2. runda
10.30 **Tenis:** Turniej WTA w Cincinnati – 1. i 2. runda
12.30 **Tenis:** Turniej WTA w Cincinnati – 1. i 2. runda
14.45 **Tenis:** Turniej WTA w Cincinnati – 1. i 2. runda
17.00 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Cincinnati – 2. runda
19.00 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Cincinnati – 2. runda
21.00 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Cincinnati – 2. runda
23.15 **Tenis:** Turniej WTA w Cincinnati – 2. runda
1.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa

EXTREME CHANNEL HD
6.00 **Beyond The Beaten Path** (9, 10) – serial dokum.
8.00 **KPW Kombat TV** (1) – program sportowy
9.00 **WWE Classic Gold** (71, 31) – program sportowy
10.00 **AEW Dynamite** (2632) – program sportowy
12.00 **AEW Collision 2** (2632)
14.00 **AEW PPV** (5) – pr. sportowy
19.00 **WWE Highlights** (1, 76, 11) – pr. sportowy
21.00 **PTW Wrestling** (20, 21) – program sportowy
1.30 **WWE Classic Gold** (6) – program sportowy
3.00 **Action Sports World** (11-13) – magazyn sportowy

ELEVEN SPORTS 2 HD
15.35 **Najlepsi dryblerzy Bundesligi** – mag. piłkarski
16.00 **Ousmane Dembélé – Pierwsze kroki** – dok.
16.15 **Ligue 1 Show** (35) – mag.
16.55 **Ligue1 Season Review**
18.00 **Piłka nożna:** 2. liga niemiecka – mecz: Kaiserslautern – Karlsruher
20.00 **AJ Auxerre – Małe miasto, wielki klub**
20.35 **Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością** – dok.
21.25 **Piłka nożna:** Liga portugalska: Rio Ave – Porto
23.40 **Najszybsze gole Bundesligi**

DISCOVERY LIFE HD
10.30 **Pojedynek na modę** (7)
11.15 **Szalenie oszczędni** (2)
12.15 **Raj za pół ceny** (3) – rozr.
12.45 **Powrót doktora Szczyta**
15.45 **Jak to robią zwierzęta?**
16.15 **Misja ratunkowa** (5, 6)
17.45 **Wycieczkowiec** (11)
18.45 **W czym do ślubu?** (5, 6)
19.45 **Salon sukien ślubnych: Dubaj** (3, 4) – pr. rozrywk.
20.45 **Szokujące sekrety rodzinne** (3) – serial dok.
21.45 **Rodzina wielkiej wagi**
22.45 **Historie wielkiej wagi**
0.45 **Sekrety lekarzy** (12)
1.45 **Sekrety chirurgii** (7)
2.45 **Szpital** (401, 402)
4.45 **Pojedynek na modę** (8)

POLSAT SPORT FIGHT HD
13.55 **Strzelnica Navala** (5) – magazyn sportowy
14.25 **Z archiwum ESPN** (1)
14.55 **Futbol amerykański:** LIVE Europejska Liga Futbolu Amerykańskiego: Wrocław Panthers – London Warriors
18.00 **Sporty walki:** Babilon MMA 52 w Nowym Targu – waga lekka: K. Mendlewski – M. Skrzek
20.10 **Boks:** Rocky Boxing Night w Sopocie: Nikodem Jeżewski – Marko Calic
22.40 **Sporty walki:** One Punch w Ostrowcu Świętokrzyskim: Adrian Gunia – Rafael Hudson

POLSAT SPORT 3 HD
11.00 **Piłka nożna:** Puchar Włoch – 1. runda: Udinese – Padova Calcio
13.00 **Tenis:** Turniej ATP w Cincinnati – mecz 1. rundy gry pojedynczej
14.55 **Futbol amerykański:** LIVE Europejska Liga Futbolu Amerykańskiego: Panthers Wrocław – London Warriors
19.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
21.00 **Piłka nożna:** Copa Libertadores
23.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
9.30 **Wysoki Pressing** – mag.
11.10 **Bohater z Cienia** – dok.
12.30 **Żużel:** Metalkas LIVE 2. Ekstraliga: Abramczyk Polonia Bydgoszcz – Stal
15.00 **Żużel:** Metalkas LIVE 2. Ekstraliga – mecz: Polonia Piła – Hunters PSŻ Poznań
17.45 **Na pierwszym planie** (4)
18.30 **1 na 1 Extra** – mag.
19.10 **Wysoki Pressing** – mag.
20.55 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Racing Santander – Villarreal CF
23.15 **Magazyn PGE Ekstraliga**
1.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Cracovia – Raków Częstochowa

ELEVEN SPORTS 4 HD
12.00 **Bundesliga Special**
13.00 **Made in Italy**
14.00 **Piłka nożna:** 2. liga niemiecka: SpVgg Greuther Fürth – 1. FC Nürnberg
16.00 **Piłka nożna:** 2. liga niemiecka – mecz: Hertha BSC – 1. FC Heidenheim
18.00 **RC Lens – Sekrety sukcesu** – reportaż
19.45 **Historyczne momenty Ligue 1**
20.00 **Piłka nożna:** 2. liga niemiecka – mecz: Dynamo Drezno – SV Darmstadt 98
22.00 **Piłka nożna:** 2. liga niemiecka – mecz: Hannover – VfL Wolfsburg

ELEVEN SPORTS 3 HD
13.25 **Piłka nożna:** 2. liga LIVE niemiecka: Dynamo Drezno – Darmstadt
15.30 **Magazyn piłkarski**
16.00 **Serie A**
16.55 **AJ Auxerre...** – dok.
17.20 **Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach** – mag. piłkarski
18.00 **Piłka nożna:** Hannover – VfL Wolfsburg
20.00 **Olympique Lyon...** – dok.
20.40 **Ligue1 Season Review**
21.35 **Udinese – Najbardziej polski klub we Włoszech** – reportaż, Pol.
22.00 **Piłka nożna:** Arminia – Cottbus

CANAL+ DOKUMENT HD
10.15 **Polska z góry 2** (9-11)
11.45 **Dynastia Kimów: Czas zemsty** (1, 2) – serial dok.
13.30 **Sekretne życie lasów mangrowych** (3) – dok.
14.30 **Noc Kryształowa. Preludium zagłady** (1, 2)
16.35 **Larger than Life: Złota era boysbandów** – dok.
18.15 **Siedem cudów świata z Bettany Hughes** (1-3)
20.55 **David Bowie: Ostatni akt** – film dok., Wlk. Bryt.
22.40 **Kwiat ośmiu gór** – dok.
0.05 **Sekrety łapanki Billet Vert 1941** – film dok., Fr.
1.10 **Prost** (2) – serial dok., Fr.
1.45 **O co biega?** (10) – mag.

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Tajemnice lądowania na Księżycu** (5, 6) – serial dokumentalny
8.00 **Zoom na architekturę** – serial dokumentalny
10.00 **Jak to jest zrobione? 25** (24, 26) – serial dokumentalny
11.30 **Jak to jest zrobione?** – dok.
12.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16** (8-11) – serial dok., Wlk. Bryt.
14.00 **Pogromca mitów w akcji** – serial dok.
16.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
18.00 **Jak to jest zrobione? 25** – dok.

ID HD

6.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet** – serial dok.
7.00 **Żądza i krew:** Zobowiązania – serial dokumentalny, USA
8.00 **Dowody z miejsca zbrodni** – serial dok.
10.00 **Tylko martwi znają prawdę** – serial dok.
12.00 **Śmierć w cieniu stadionu 2** – serial kryminalny, USA
14.00 **W sieci kłamstw** – serial dokum.
15.00 **Kłamstwa żądne krwi** – serial dokum.
16.00 **Zbrodnia w sąsiedztwie 3** – serial dokumentalny
18.00 **Żyjąc z potworem** (6, 8) – serial dok., USA

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

6.00 **Kataklizmy pogodowe** (1, 2)
8.20 **Ekstremalne katastrofy** (3, 4)
10.30 **Prosto z fabryki** (7)
11.05 **Porzucone konstrukcje** (7)
12.00 **Stacja Amsterdam** (1): Tłumy – serial dok.
13.00 **Pompeje: Podróż w czasie z Tomem Hiddlestonem** (3)
14.00 **Pompeje w ogniu**
15.00 **Inkowie: Powstanie i upadek imperium** (3): Złota era
16.00 **Grecja: Miejsce pełne tajemnic** (6)
17.00 **Złoto Hitlera** (1, 2) – serial dokumentalny
19.00 **Sekrety starożytnej medycyny** (2) – dok.

FOKUS TV DVB T2

6.00 **Wehikuł czasu** (816) – program inform.
6.05 **48h. Zaginieni** (52) – serial krym., Polska
7.00 **Rolnicy. Podlasie** (13, 14) – serial dok.
9.00 **Działkowcy** (11, 1) – serial dokum., Polska
11.00 **Z klimatem i z pasją** (24) – pr. publicyst.
11.30 **Wojny magazynowe** (23-27)
14.00 **Gwiazdy lombardu 25** (19)
15.00 **Przygody poszukiwaczy złota** (5, 6) – dok., Australia
17.00 **Rolnicy. Podlasie** (30-33) – serial dok.
21.00 **Podróże Gienka i Jastrzębia 2** (1, 2) – serial dok., Pol. 2025

TVP HISTORIA DVB T2

11.00 **By coś zostało z tych dni. Irena Jarocka** – dok., 2025
12.05 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja
13.10 **Wędrówki szlakami granicznymi** (3)
14.05 **Życie lasu. Wielcy roślinożercy**
14.45 **Angielka i książę** FILM – dramat historyczny, Francja 2001, 135 min
17.00 **Tutanchamon: życie, śmierć i dziedzictwo** (3)
17.55 **Nad Niemnem** (4-ost.) – serial obycz.
19.00 **Nieznana wojna na Północy** (1) – dok.
20.00 **II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa** (10)

HISTORY HD

9.15 **Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2** (15) – dok.
10.10 **Gwiazdy lombardu 25** (9, 10, 21) – reality show, USA 2023
13.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 4** (3) – serial dok., USA
14.00 **Piątka z historii** (4) – serial dokumentalny
14.25 **David Duchovny: archiwum tajemnic 2** (10) – dok.
15.20 **Starożytni kosmici 17** (15) – dok.
16.10 **Tajemnice zaginionych miast** (4) – serial dok.
17.10 **Jak Hitler przegrał wojnę** (5, 6) – dok.

DOKUMENTALNY



20.00 Wyprawa w nieznane 10 – USA

Josh wchodzi do wnętrza piramidy Cheopsa, by przyjrzeć się teoriom spiskowym narosłym wokół jej powstania. Analizuje hipotezy o tajemniczych komnatach.

21.00 **Wyprawa w nieznane 9** – serial dokum., USA
22.00 **Sekrety Houdiniego** – serial dokumentalny
0.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny
2.00 **Autostrada spotkań z UFO** – serial dok.

DOKUMENTALNY



20.00 Zabójczy blond 2: Kelnerka z Hooters – USA 2025

2022 rok. Policja znajduje młodego mężczyznę zamordowanego w swoim mieszkaniu w Teksasie. Zatrzymane zostają kelnerka Hooters i modelka z OnlyFansa.

21.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet: sekta Dwanaście Plemion** – film dokumentalny, 2026
23.00 **W szponach sekty** (2, 3) – serial dokumentalny, USA

DOKUMENTALNY



20.00 CIA: Tajemnice i szpiedzy (6)

Nowy dyrektor ds. walki z terroryzmem kieruje kontrowersyjnym programem CIA. Im dłużej trwa pościg za zamachowcami, tym bardziej przesuwają się granice.

21.00 **Katastrofy pod lupą** (1) – dok., USA 2026
22.00 **Katastrofa w przestworzach** (6, 10, 7, 3) – dok., Kan.
2.00 **Alaska: Następne pokolenie** (3, 4)
4.00 **II wojna światowa: Historia przed trybunałem** (1) – dok.

DOKUMENTALNY



22.00 Putin i oligarchowie (1): Nowi baronowie – Francja 2023

Rok 1990. Po upadku komunizmu Rosja rusza w stronę kapitalizmu. Z chaosu wyłaniają się nowi gracze. Zapewniają Putinowi zwycięstwo w wyborach w 2000 roku.

23.00 **Pogromcy mafii** (9) – serial dok., Pol. 2024
0.00 **Największe śledztwa CBŚP** (9) – serial dok., Pol. 2024
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (26-29) – serial dok.
5.00 **Kołowrotek** (2, 3) – magazyn wędkarski

BIOGRAFICZNY



21.05 Wałęsa. Człowiek z nadziei FILM – Polska 2013, 130 min

Pracownik stoczni, elektryk Lech Wałęsa, walczy o prawa robotników. Zostaje szefem związków zawodowych. Z czasem zmienia się w charyzmatycznego lidera.

23.15 **Przybyli ułani** FILM – komediodramat, Polska 2005, 75 min
0.30 **Dla nas wojna nie skończyła się w 1945**
1.40 **Nad Niemnem** (4-ost.) – serial obycz.
2.35 **Wojna światów**

DOKUMENTALNY



19.05 Starożytni kosmici 16 (5)

Twórcy programu przedstawiają najbardziej tajemnicze symbole, które mogą być dowodem na kontakt człowieka z istotami pozaziemskimi.

20.00 **Starożytni kosmici 13** (7) – dok.
21.00 **David Duchovny: archiwum tajemnic 2** (6) – dok.
22.00 **Największe tajemnice świata 7** (2) – serial dok., USA
23.00 **Starożytni kosmici 17** (10, 11) – dok., USA 2025

DISCOVERY HISTORIA HD

8.00 **Polscy szpiedzy** (3) – dok.
9.00 **Za kulisami mundialu**
10.00 **PrzeTwórcy** (3, 4) – dok.
12.00 **Podziemne sekrety**
13.00 **Skarby z szopy** (6, 7)
14.00 **Brudne skarby** – dok.
15.00 **Zoom na architekturę**
17.00 **Zaginione miejsca** (3)
18.00 **Tajemnice słynnych budowli** (1) – serial dokum.
19.00 **Wstęp wzbroniony** (2, 3)
20.00 **Legendarne miejscówki**
21.00 **Starożytność rozszyfrowana** – dok.
22.00 **Akta ekspedycji** – dok.
23.00 **Spotkania z obcymi: fakty czy mity** (2) – dok.
1.00 **Hazardziści** – serial dok.

PLANETE+ HD

13.20 **Wszystkie odcienie światła** FILM – dramat obycz., Indie/Fr./Hol. 2024, 70 min
14.30 **Burza. Ożywcza siła przyrody** – film dokum.
15.40 **Watykan. W jakim stanie jest Kościół?** (6)
16.40 **Czy warto pościć?** – dok.
17.55 **Dokąd dzisiaj? 4** (141, 142) – serial dok., Fr.
18.40 **Polska z góry. Zamki, dworki, pałace** (8, 9)
19.40 **Niezwykłe życie Buffy Saint-Marie** – film dok.
21.30 **Parada równości**
21.55 **Berlusconi. Początki imperium** (1) – serial dok.
23.05 **Monachium 1972** (1)

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

15.00 **Nieujarzmiona Kostaryka** – film dokum.
15.30 **Zwierzęcy geniusze**
16.00 **Parki narodowe Stanów Zjednoczonych** (4) – dok.
17.00 **Królowe świata zwierząt** (3) – serial dok.
18.00 **Oko w oko z dziką naturą** (3) – dok., Wlk. Bryt.
19.00 **Dzika przyroda strefy równikowej** (6) – dok.
20.00 **Europa z powietrza** (2)
21.00 **Dzika konfrontacja** (4)
22.00 **Dzika przyroda Europy** (2) – film dokum., Hol. 2015
23.00 **Dzika Północ Europy** (5)
0.00 **Zabójcze szerzenie Azji** – film dokumentalny, RPA

POLSAT VIASAT NATURE HD

12.30 **Śpiące olbrzymy: wulkany Europy** – dok.
13.45 **Nasza nieprzewidywalna planeta** (1) – serial dokum.
14.40 **Ukryty wulkan: erupcja w głębinach** – film dok.
15.55 **San Andreas: wyścig z czasem** – dok., Wlk. Bryt.
17.00 **Zwierzęta: maszyny doskonałe** (6) – dok., Kan.
18.00 **Zwierzęta rozszyfrowane** (2)
19.10 **Olbrzymy, których już nie ma 2** (1, 2) – serial dok.
21.30 **Legendarne owady** (1, 2)
23.40 **Wielkie rzeki** (5, 6) – dok.
1.40 **Rzeczne potwory 3** (1-3)

BBC EARTH HD

9.55 **Życie na pustkowiu: powroty** (1) – serial dok.
11.00 **Sekretne życie ogrodu**
12.05 **W okowach mrozu 3**
13.55 **Pociągiem przez Nową Zelandię** (1, 2) – serial dok.
15.50 **Ben Fogle: wyścig do źródła Nilu** (2) – dok.
16.50 **Życie na pustkowiu 3**
18.45 **Potęga ssaków** (5, 6)
20.50 **Sekretne życie ogrodu**
21.55 **W okowach mrozu: Odwilż** (4) – serial dok.
22.55 **Planeta zmian** (1) – dok.
0.00 **Największe zagadki nauki** (5) – dok., Wlk. Bryt.
1.05 **Cała prawda o witaminach** (1) – dok.

ANIMAL PLANET HD

13.00 **Weterynarz z Alaski**
14.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
15.00 **Potwór z Loch Ness: nowe dowody** – dok.
17.00 **Cztery kąty, cztery łapy** – serial dokumentalny, USA
18.00 **Podwodny świat z bliska** – serial dok., USA
19.00 **Jak to robią zwierzęta?** – serial dok., Wlk. Bryt. 2019
20.00 **Zagadki świata zwierząt** – serial dok., USA
21.00 **Nowojorskie Zoo – Bronx** – serial dok., USA
22.00 **Baseny jak z bajki** – dok.
23.00 **Człowiek w roli ofiary 3**
1.00 **Supermoce małych stworzeń** – serial dok.

TVP DOKUMENT HD

13.15 **Podróże Małej i Dużej 4**
13.40 **Tacy byliśmy** (10)
14.15 **Prawdziwy Kubuś Puchatek** – film dokum.
15.15 **Nurt życia. Opowieść o rzece** – film dok., Niem.
16.05 **W głąb wszechświata: zagadki kosmosu** (4)
17.10 **Kultura miejska** (11)
18.10 **Sanatorium miłości 8** (7)
19.05 **Kim Novak – buntowniczka z Hollywood** – film dok.
20.10 **Dzienniki Black Box**
22.05 **Północ z południem, mężczyzna z kobietą**
23.15 **Tamte lata, tamte dni**
23.55 **Antidotum** – film dokum.

POLSAT DOKU HD

9.15 **Wojny kontenerowe** (13)
9.50 **Dzikie psy** (2) – serial dok.
11.00 **100 dni do zwycięstwa**
12.20 **Nieznane zdjęcia Hitlera**
13.25 **Kolaboranci Hitlera** (8, 9)
15.35 **Koloseum** (3, 4) – dok.
17.35 **Rycerze przestworzy** (2)
18.50 **Bitwy morskie – historia okrętów wojennych** (2)
19.50 **Planeta skarbów** (3)
21.00 **Jezus i jego życie** (7)
22.00 **Niewyjaśnione tajemnice** (5, 6) – dok.
23.50 **Kroniki Hitlera** (9) – dok.
1.00 **Niewyjaśnione tajemnice** (7) – serial dok.
1.55 **Kołowrotek** (147, 148)
3.05 **Tajna historia XX wieku**

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

6.05 **Australijscy łowcy bydła 2** (5) – dok., Australia
6.35 **Drewno z Kolumbii Brytyjskiej 2** (1-5) – dok.
11.15 **Bohaterowie z St. John's 3** (1-5) – dok., Kan.
16.10 **Australijscy poszukiwacze złota 9**
21.00 **Special Ops: Prawda**
22.05 **Materia. Lwie serce** (2) – film dokumentalny, Pol.
23.00 **Naziści: ściśle tajna nauka** (1) – serial dok., USA
0.00 **Czarodzieje z kanadyjskich złomowisk 2** (4-10) – dok.
5.25 **Australijscy łowcy bydła 2** (5) – dok., Australia

POLSAT VIASAT HISTORY HD

9.05 **Anna Boleyn i Elżbieta I: królowe-więźniarki**
10.00 **Starożytna apokalipsa 2**
11.05 **Starożytna apokalipsa**
12.15 **Starożytna apokalipsa 2**
13.25 **Zaginione mumie Inków**
15.30 **II wojna światowa: cena imperium** (11-13) – dok.
18.45 **Punkty zwrotne II wojny światowej** (1, 2)
21.00 **Kto napisał Nowy Testament?** – film dokum.
22.10 **Tajemnice rodziny Jezusa** – film dokum., Fr.
23.15 **Zakazana historia 7** (8)
0.15 **Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze**

CI POLSAT HD

15.05 **Morderstwo czy wypadek? 3** (3) – dok.
16.00 **Wakacyjne zbrodnie**
17.00 **Morderstwo na Manhattanie** – dok.
18.00 **28 mil, by zabić** (2)
19.00 **Morderca z Internetu 2**
20.00 **Najsłynniejszy dom publiczny – Mroczne sekrety** (5) – serial dok.
21.00 **Najbardziej szokujące przypadki sądowe 8**
22.00 **W cztery oczy z mordercą** (3) – dok.
23.00 **Dowody zbrodni: ślady DNA** (1) – serial dok., USA
23.55 **Jak zostałem seryjnym mordercą** (3) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

6.00 **Kamperem przez świat** (3, 4) – serial dok., Pol. 2020
8.05 **Smakuj świat z Pascalem** (8, 1, 2)
10.15 **Azja Express** (7)
11.50 **Baseny z rozmachem**
14.00 **Człowiek kontra jedzenie** (18, 1-3) – mag.
16.00 **Kobieta na krańcu świata** (5-7, 1) – dok., Pol.
18.15 **Ciężarówką przez Stany** (10, 1-3) – program rozrywk.
21.15 **Pomocy! W moim domu straszy** (2, 3) – serial grozy
23.20 **Ambasady luksusu** (2, 5)
1.05 **W co wierzą Osbournowie** (18-20, 1)
5.05 **Za Donalem... do Europy**

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

10.00 Transmisja Mszy Świętej z bazyliki pw. NMP i Św. Bartłomieja w Piekarach Śląskich – pr. religijny
12.35 Ania – dok., Pol. 2022
14.15 Piłka nożna: Betclic
LIVE 1. Liga – studio
14.25 Piłka nożna: Betclic
LIVE 1. Liga: ŁKS – Termalica
17.00 Teleexpress
17.25 Chichot losu (7)
18.20 Kabaretomaniacy (74) – pr. rozrywk.
19.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu (16)
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – publ.
20.05 Sport, pogoda

TVP ROZRYWKA

11.45 Postaw na milion
13.40 Prywatne życie zwierząt 13 (4) – przyrod., Polska
14.10 Przyrodnik na tropie (43) – dok.
14.45 Olga Lipińska zaprasza (19)
15.45 Moje przeboje (5)
16.20 Omnibus – szybcy i mądrzy (27) – telet.
16.50 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (27)
17.10 Omnibus – szybcy i mądrzy (28) – telet.
17.40 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (28)
18.00 Koło fortuny (2013)
18.40 Szansa na sukces. Opole 2026 (9)

POLSAT CAFÉ

6.00 Komisarz Mama (5, 6) – krym., Pol. 2021
8.00 Bogaty dom – biedny dom (141)
9.00 Rolniczki (25, 26) – serial dok., Pol. 2025
11.00 Działkowcy (11)
12.00 Bogaty dom – biedny dom (142, 143)
14.00 Nasz nowy dom (295) – reality show
15.05 Demakijaż (210)
15.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (43) – reality show
17.00 Bogaty dom – biedny dom (104) – reality show
18.00 Nasz nowy dom (296, 297) – reality show, Polska

TV 4 DVB T2

6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (204) – reality show
7.00 Ewa gotuje (478) – magazyn kulinarny
7.30 The Americas (10, 11) – serial dokum.
9.30 Galileo (1190, 1191) – popularnonaukowy
11.35 Ben Hur – dramat
FILM historyczny, USA 2016, 150 min
14.05 Wyścig z czasem
FILM – thriller, USA 2003, reż. Carl Franklin, wyk. Denzel Washington, Eva Mendes, 140 min
16.25 Spider-Man 2
FILM – film przygodowy, USA 2004, 155 min
19.00 Uroczysko (193, 194) – serial krym., Polska

TTV HD DVB T2

12.10 Zakup w ciemno 4
13.10 Zakup w ciemno extra (12)
13.40 Damy i wieśniaczki. PL 6 (1) – fab.-dok.
14.40 Gogglebox. Przed telewizorem 22 (10)
15.45 Express – pr. inform.
16.05 Lato z TTV (3) – rozr.
16.10 Idź na całość 2 (24)
17.15 Życie na kredycie 8 (19) – reality show
17.45 Express – pr. inform.
18.10 Życie na kredycie 8 (20) – reality show
18.45 Żony Podlasia 4 (1) – serial dok., Pol. 2026
19.45 Express – pr. inform.
20.00 Zakup w ciemno 6 (20) – reality show
21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 16 (12)

TVN STYLE HD

5.20 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (6) – reality show
5.55 Pary młode ponad miarę (2) – pr. rozr.
6.50 Zgłoś remont 11 (3) – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.35 Ostre cięcie (3) – rozr.
12.35 Babski biznes (3)
13.35 Jestem z Polski (8, 14, 5) – serial dok.
16.35 Bitwa o gości (3) – reality show
17.35 Do zobaczenia 2 (4) – mag. poradnikowy
18.10 Ugotowani (3) – pr. kulin.-rozrywk.
19.10 Kuchenne rewolucje (1, 6) – program rozrywkowy

20

KRYMINALNY



20.20 Komisarz Alex 23 (290) – Polska 2025

Ginie handlarz Adam Bilik. Kozera i jego zespół odkrywają, że ofiara angażowała się w szpiegostwo przemysłowe dla Chińczyków.

21.15 Lato z Radiem i Telewizją Polską
23.15 Kabaret Letnią Porą (42) – pr. rozrywk.
0.05 Cud niepamięci – wspomnienie Stanisława Soyki
0.40 Chichot losu (7) – obycz., Polska
1.30 Program informacyjny 19.30

ROZRYWKOWY



19.45 Mazurska Noc Kabaretowa 2026. Muszkieterowie kabaretu (1-3) – Polska

Słynni rodzimi satyrycy po raz kolejny wywołają salwy śmiechu w amfiteatrze w Mrągowie. Na scenie pojawi się m.in. Jerzy Kryszak.

23.25 Postaw na milion
0.25 Koło fortuny
1.05 Omnibus – szybcy i mądrzy (27) – teleturniej
1.30 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (27)

REALITY SHOW



20.00 Bogate dzieciaki bez kasy (40) – Polska

Wychowywani przez zamożnych rodziców młodzi ludzie zamieszkują z rodzinami, które ledwie wiążą koniec z końcem. Obie strony poznają zupełnie inny styl życia.

21.00 Gry małżeńskie (208) – reality show
22.00 Kolacja w ciemno (93) – pr. rozrywk.
23.00 Gry małżeńskie (112, 113)
1.05 Więzienie kobiet (121-124) – dok., Pol.
3.00 Zdrady (49-51) – serial paradokum.

KRYMINALNY



20.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1028-1031) – Pol. 2026

W salonie fryzjerskim znaleziono ciało Beaty. Nie ma śladów włamania. Klientka przekazuje stróżom prawa nagranie kłótni właścicielki z jej byłym mężem.

0.05 STOP Drogówka
1.05 Covidowi zwycięzcy – film dokum., Singapur 2021
2.15 Powrót do przeszłości (1, 2)
3.05 Interwencja – mag.
3.25 Lubię disco! (303)

DOKUMENTALNY



22.00 Żony Podlasia 4 (2) – Polska 2026

Gala z Krysią postanawiają założyć Koło Gospodyń Wiejskich. Benia z zespołem dają koncert w świetlicy. U Aldony zjawiają się Larysa, Jarosław i kowal Maciek.

23.00 Nic do zgłoszenia 5 (10) – serial dokum.
0.00 Damy i wieśniaczki. PL 6 (2) – fab.-dok.
1.00 Kanapowcy 5 (10)
2.00 SOS. Ekipy w akcji (21, 22) – paradok., Pol.
4.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (525) – serial fab.-dok., Pol.

ROZRYWKOWY



21.05 Ostre cięcie (3)

Samotna mama Agnieszka od trzech lat walczy o klientów. Otrzymuje kompleksową pomoc od prowadzących: wywiad, szkolenie i pomysły na współpracę.

22.10 Śmierć Diany: dwa śledztwa (3) – dok.
23.15 EuroPOLKI studentki (8) – rozr.
0.20 Kobieta na krańcu świata (1, 2) – dok.
1.30 Domy z potencjałem: Nowa odsłona (7)
2.30 Nieoczywiste miejsca (3) – dok.

TVP HD HD

8.55 Ojciec Mateusz 27 (343, 344) – krym., Pol. 2022
10.45 Czy wiesz, że? (297)
11.20 Na sygnale (730, 731)
12.25 Ojciec Mateusz 9 (116)
13.20 Komisarz Alex 7 (80)
14.15 Ranczo 5 (55, 56) – obycz.
16.10 Postaw na milion – telet.
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 28 (359)
19.20 Ranczo 4 (44-46) – obycz.
22.20 Oda do radości – film
FILM obycz., Pol. 2005, 130 min
0.30 Tulipan (3, 4) – obycz., Pol.
2.50 Ferrari – dramat
FILM biograficzny, USA/Wielka Brytania/Wł. 2023, 140 min

TVS HD

9.10 Przy muzyce po Śląsku
10.25 Klachy i Lachy – pr. rozr.
10.50 Weekend z TVS – pr. rozr.
11.05 Muzyczne podróże Karoliny Treli – pr. rozr.
12.00 Weekend z TVS – pr. rozr.
12.10 Hansi Hinterseer zaprasza – pr. rozrywk.
14.20 Weekend z TVS – pr. rozr.
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 – Za wysoko poleciał
FILM – melodramat, Niemcy 2013, 105 min
23.35 Śląska karuzela – muz.

ZOOM

9.35 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
11.45 Sensacje XX wieku
14.00 Stawka większa niż życie (5, 6) – wojenny, Pol.
16.45 Noce i dnie (2) – film
FILM obycz., Pol. 1975, 110 min
18.35 I love kabaret EXTRA
19.00 Kabaretowe przeboje 4 (8) – program rozrywkowy
20.00 Hity polskiego kabaretu 7 (10) – pr. rozr.
21.00 Seksmisja – komedia s.f.,
FILM Polska 1983, 145 min
23.25 Magia nagości. Polska – Najsmaczniejsze kąski
0.35 Adam szuka Ewy. Niemcy 2 (3) – pr. rozrywk.

TLC HD

10.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach 3
11.00 Miłość za granicą
12.00 Wielkie lato małych ludzi (6) – reality show
13.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 7
14.00 Jay i Pamela 2 (1)
15.00 Włoskie zdrady (31, 32)
16.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 8
20.00 Wielkie lato małych ludzi (6) – reality show
21.00 Wiza na miłość 12 (13)
23.00 Ciało, w którym żyję
0.00 Dr Pryszczylla 2 – dok.
1.00 Wielkie lato małych ludzi (6) – reality show

C+ KUCHNIA HD

15.40 Jamie Oliver: jedz na zdrowie (2)
16.35 Ekoporady z Julią Oleś 2
16.40 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2 (6)
16.50 Moje smaki wsi (3) – dok.
17.15 U sąsiadów w kuchni 15 (3, 4) – serial dokumentalny
18.25 Poza utartym szlakiem: Colin i Manu (2) – dok.
19.25 Nie bój ryby! (3) – mag.
19.50 Dzień dobry, obiad (7, 8)
20.45 M jak mięso 5 (5) – dok.
21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 9 (2, 3) – serial dokumentalny
23.00 Wszystkie smaki fermentacji 2 (4) – dok.

TVN TURBO HD

10.15 Z drugiej ręki (12, 7)
11.45 Naprawy nie do naprawy (6) – mag.
12.30 Wojny samochodowe
14.30 Zawodowi handlarze
15.15 Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia (7, 8) – rozr.
16.15 Moto Fachury (9) – mag.
17.00 Moto kombat (7) – mag.
17.45 Raport końcowy (831)
18.10 Zawodowi handlarze
19.40 Naprawy nie do naprawy (9, 10, 6)
21.55 Wojny samochodowe
22.55 Z drugiej ręki (12) – mag.
23.40 Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia (7, 8) – rozr.
0.40 Moto Fachury (9) – mag.

NOWA TV DVB T

7.30 Interwencja – taka jest Polska (571) – mag.
8.20 Frieren. U kresu drogi
9.30 Dragon Ball Super (80-86)
13.00 One Punch Man (11, 12)
14.00 Kabaretowa Dynastia
16.00 Nowa Rewia Kabaretowa (4, 5) – rozr.
18.00 Sopocki Hit Kabaretowy – W drodze (2) – pr. rozr.
20.00 Nowa Rewia Kabaretowa (19) – pr. rozr.
21.00 Zdrady (104-107)
1.00 Łowca pedofilów
3.00 TV okazje (58, 59)
3.50 Wehikuł czasu (816, 815)
4.00 Sala operacyjna (9, 6)
5.00 Pod lupą (5, 6) – magazyn

METRO

6.20 Gorączka złota 12 (2)
8.05 Klan z Alaski 2 (9, 10)
10.05 The Floor (10, 13) – telet.
11.35 Igrając z ogniem – kom.,
FILM USA 2019, 115 min
13.30 Diagnoza 3 (4, 5) – obycz.
15.35 Kryminalni (3-5) – krym.
18.55 Milionerzy (633, 635)
20.00 Yellowstone 2 (7, 8)
22.05 Reminiscencja – film s.f.,
FILM USA 2021, 135 min
0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4 (2) – dok.
1.25 Szpital (828) – paradok.
2.25 Szkoła (585) – paradok.
3.20 Nowa Maja w ogrodzie 5 (32, 33)
4.30 Złomowisko PL (4) – dok.

ANTENA HD DVB T2

9.10 Co Polak potrafi na drodze? (15) – pr. rozr.
10.05 Tajemnice ludzkości
12.05 Polska. Największe dylematy (4) – pr. publ.
13.10 Detektyw Candice: Niezawodny instynkt 2 (9, 10) – serial krym., Francja
15.30 Detektyw Candice: Niezawodny instynkt 3 (1, 2) – serial kryminalny, Fr.
18.00 77 TV 5 (17, 20) – pr. rozr.
20.00 Alex Hugo – górski detektyw (9, 10) – krym.
0.10 Zabójcza podróż poślubna
FILM – dramat kryminalny, USA/Australia 2012, 105 min

WP DVB T

12.05 Sekrety tajnych stowarzyszeń (3) – dok.
13.05 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver (1) – dok., Kan.
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2 (9)
15.00 Strażacy z sąsiedztwa
16.00 Policjanci w akcji (8) – serial obycz., Polska 2026
16.55 Pogoda
17.00 Policjanci z sąsiedztwa 5 (20-24)
21.50 Pogoda
22.00 Mistrzowie Kabaretu 11 (8) – program rozrywkowy
23.00 Mistrzowie Kabaretu (8)
0.00 Przebojowe kabarety (4)
1.00 Mistrzowie Kabaretu 13

C+ DOMO HD

14.10 Wielkie projekty: Australia 12 (7) – dok.
15.15 Luksusowa ucieczka 7
16.20 Po pierwsze lokalizacja! – Nowa Zelandia (2)
17.15 Bitwa o wnętrza (7)
18.10 Mam zamek 3 (5) – dok.
18.35 Daleko od miasta 16 (1)
19.05 Ucieczka na wieś 22 (36, 37) – dok., Wlk. Bryt.
21.00 Domy na krańcu świata
22.00 Najbrzydszy dom na naszej ulicy (5) – dok.
22.55 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo (13, 14) – dok.
0.35 Kupiliśmy sobie zamek – damy radę 2 (3) – dok.

HGTV HD

10.00 Nowa Maja w ogrodzie
11.05 Polowanie na ogród 9
12.05 Polowanie na ogród 5 (2)
12.40 Letnia chata na lata 12
14.40 Będzie pięknie (6) – rozr.
15.40 Zgłoś remont 4 (10) – rozr.
16.40 Weekendowa metamorfoza 6 (5) – rozr.
17.35 Weekendowa metamorfoza 2 (1) – rozr.
18.35 Postaw na kolor (3, 4)
19.40 House Hunters – Poszukiwacze domów 9 (3-5) – pr. rozr.
21.25 Pogromcy chaosu (3)
22.20 Dorota inspiruje 2 (2)
23.20 Zamek w spadku (5, 6)
1.15 Sprzątaczki 2 (5, 6)

P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Sekrety rodziny** (177) – serial paradokum., Pol. 2021
7.30 **Z klimatem i z pasją** (245) – program publicystyczny
8.00 **Sekrety rodziny** (178) – serial paradokum., Pol. 2021
9.00 **Trudne sprawy** (932-936) – serial paradokum., Pol. 2020
14.00 **Sekrety rodziny** (179) – serial paradokum., Pol. 2021
15.05 **Więzienie kobiet** (86-89) – serial dokum.
17.00 **Nasz nowy dom** (371) – reality show
18.15 **Awantura o kasę** – teleturniej

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 **Wydarzenia**
6.40 **SuperLudzie 2** (31)
7.15 **Był sobie człowiek**
10.00 **SuperMocni** (3, 4)
11.00 **Małolaty na obozie**
FILM – film familijny, USA 2007, reż. Fred Savage, 110 min
12.50 **Uncharted** – film
FILM przygodowy, USA/Hiszp. 2022, wyk. Tom Holland, 155 min
15.25 **Holmes i Watson**
FILM – komedia krym., USA/Kanada 2018, 100 min
17.05 **Polacy w świecie** (23, 24) – serial dok.
18.10 **Świat według Kiepskich** (554, 555) – kom., Pol. 2019-2020
19.05 **Randka w ciemno** (3, 4) – pr. rozrywk.

TV 6 DVB T

6.00 **Columbo** (29, 36) – serial kryminalny, USA, wyk. Peter Falk
9.35 **Poirot** (1, 2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
12.00 **Nagi peryskop**
FILM – komedia, USA 1996, reż. David S. Ward, wyk. Kelsey Grammer, Lauren Holly, Rob Schneider, Harry Dean Stanton, 120 min
14.00 **Policjantki i policjanci** (253-256) – serial obycz., Polska
18.00 **Strażnik Teksasu** (21, 22) – serial sens., USA 1998-1999
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (93, 94) – serial kryminalny, USA 2006

BBC FIRST HD

6.00 **Ojciec Brown 10** (3, 4) – krym., Wlk. Bryt.
7.35 **Detektyw z Chelsea 2** (2) – krym., Wlk. Bryt./USA
8.40 **Śmierć z dala od palm 2** (2) – krym.
9.50 **Sanditon 2** (3, 4) – kostium., Wlk. Bryt.
12.00 **Duchy 3** (6, 7) – kom.
13.05 **Duchy 4** (1) – kom.
13.35 **Morderstwa w Midsomer 2** (1-4) – krym., Wlk. Bryt. 1999
17.50 **Z pamiętnika położnej 10** (6) – serial obyczajowy
18.55 **Detektyw z Chelsea 2** (2) – krym., Wlk. Bryt./USA
19.55 **Śmierć pod palmami 6** (3) – krym.

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

7.05 **Agatka** (10, 11)
7.30 **Małe i duże przygody Miffy** (51)
7.40 **Ptyś i Bill** (52) – anim.
7.50 **Czarodziejskie miasteczko Pinokia** (50) – serial anim.
8.10 **Piotruś Królik 2** (100, 101) – anim.
8.35 **Wegezaury 3** (51)
8.40 **Świnka Peppa 7**
9.00 **Tru i Tęczowe Królestwo** (25)
9.30 **Ziarno** – pr. dla dzieci
10.00 **Go-tu-jemy** (31, 32)
10.20 **Przygody Bolka i Lolka** (29, 30) – anim.
10.45 **Rodzina Treflików 3**
11.10 **Odo** (47-49) – anim.
11.35 **Stacyjkowo** (81, 82)
11.55 **Pszczółka Maja** (51)
12.25 **Studio Stodoła** (5)

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**
18.30 **Ranking Mazura** – program inform.
19.10 **Serwis informacyjny**
19.25 **Fakty po Faktach** – program inform.
20.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

HISTORYCZNY



20.35 Ogniem i mieczem
FILM – Polska 1999, 215 min

Jan Skrzetuski zakochuje się w pięknej Helenie, którą przyrzeczono Bohunowi. Zdobywa jej uczucie, czym naraża się na zemstę rywala.

0.10 **Snajper:**
FILM **Dziedzictwo** – film sensacyjny, USA/Bułgaria 2014, reż. Don Michael Paul, wyk. Tom Berenger, 130 min
2.20 **Wydarzenia**
3.05 **#Jesteśmy dla dzieci** – magazyn
3.35 **Oblicza Ameryki** – magazyn turystyczny

DRAMAT SF



21.05 Pasażerowie
FILM – USA/Australia 2016, 150 min

Uczestnicy międzygalaktycznej ekspedycji zostają poddani hibernacji. Jim i Aurora budzą się 90 lat przed czasem. Odkrywają, że statek jest w niebezpieczeństwie.

23.35 **Ono/Jeno** – horror,
FILM USA 2022, reż. John Logan, 125 min
1.40 **Backdoor. Wyjście awaryjne** (9) – kom.
2.10 **Świat według Kiepskich** (403-405)
3.40 **Nasz nowy dom** (243, 244)

KRYMINALNY



22.00 Kości 8 (145, 146) – USA 2012-2013

W garażu dochodzi do eksplozji, w której ginie mężczyzna. Zespół stara się ustalić tożsamość ofiary. Prokurator Caroline Julian chce, aby Booth pozostał w biurze.

23.55 **We krwi** – film
FILM sensacyjny, USA/Wlk. Bryt./Portoryko 2014, 135 min
2.10 **Krejzi patrol** (6) – serial krym., Polska
2.40 **Kochane pieniądze** (48-50) – paradok., Pol.
5.45 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

SENSACYJNY



21.00 W cieniu podejrzeń (2) – Wlk. Bryt./USA

Vanessa i Scott prowadzą przesłuchania podejrzanych. W tym samym czasie pewna tajemnicza osoba sieje zniszczenie, pozostawiając po sobie kolejne ślady.

22.00 **Line of Duty – Wydział wewnętrzny** (3, 4) – krym., Wlk. Bryt. 2012
0.25 **Annika** (2) – krym.
1.25 **W cieniu podejrzeń** (2) – serial sensacyjny
2.25 **Morderstwa w Midsomer 2** (1-4) – serial kryminalny

EDUKACYJNY



13.00 **Zwierzaki Czytaki** (184)

Pan Krzyś i Karolina poszukują książki o nieczynnych kopalniach. Szymek, Pimpek i Pompek przeszkadzają im.

13.20 **Tygrysek Percy...**
13.45 **Świnka Peppa**
14.10 **Henrietta** (25, 26)
14.30 **Oli i Luna** (23, 24)
14.55 **Oktonauci 4**
15.20 **Cześć, czy mogę...**
15.40 **Bella i Sebastian**
16.05 **Pat i świat** (10-12)
16.35 **Dino Ranczo**
17.05 **Pszczółka Maja**
17.30 **Robin Hood** (49, 50)
18.00 **Kucharz Shane**

MAGAZYN



20.30 Kawa na ławę

Prowadzący zaprasza polityków reprezentujących różne ugrupowania. Goszczący w studiu rozmawiają o kontrowersyjnych sprawach.

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**
4.15 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.

POLSAT PLAY HD

6.00 **Dorwać tuńczyka** (9-11)
9.00 **Kołowrotek** (240) – mag.
9.30 **Taaaka ryba** (124) – mag.
10.00 **Jedziemy na ryby!** (9, 10)
12.05 **Chłopaki do wzięcia**
13.00 **Zawód glina** (7) – dok.
14.00 **Budowlańcy** (67, 68)
15.00 **Złomiarze** (51) – dok., Pol.
16.00 **Polacy za granicą**
18.05 **Górale** (192-196, 242)
21.05 **Chłopaki do wzięcia** (481, 482) – serial dokum.
22.00 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (239) – dok.
22.30 **Łowca pedofilów** (242)
23.00 **Siły specjalne – Polska**
2.05 **Tajna historia XX wieku**
4.00 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

9.55 **Co nas truje** (7, 8) – rozr.
11.25 **Wiem, co jem i wiem, co kupuję** (8) – mag.
12.10 **Wiem, co jem** (2) – mag.
12.45 **24/24** (7) – maraton kulin.
13.45 **Kuchenne rewolucje**
15.50 **Kuchnia jak u mamy**
17.00 **Symon gotuje w ogrodzie** (3, 4) – mag.
18.10 **MasterChef** (1) – pr. rozr.
19.40 **Posiekani** (3) – telet. kulin.
20.40 **Pojedynek na grille** (7)
21.45 **Miasto smaków Guya Fieriego** (8) – reality show
22.50 **Najlepszy smak w mieście** (7) – serial dok.
23.50 **Perfekcyjni gospodarze 9** (2, 3) – dok.

POLSAT RODZINA HD

10.30 **Msza święta dla dzieci**
11.25 **Tajemnice zamków** (7)
12.30 **Co ludzie powiedzą?** (10-12) – serial komediowy
14.30 **Niezwykłe pociągi** (7, 8)
16.30 **Świat z góry 6** (13, 14)
17.50 **Sąsiedzi** (46) – anim.
18.05 **Pingwiny z Madagaskaru** (21, 22)
19.00 **Ania z Zielonego**
FILM **Wzgórza – nowy początek** – film obycz., Kanada 2008, 85 min
20.25 **Miodowe lata** (30, 110)
22.00 **Twoja Twarz Brzmi Znajomo** (182) – pr. rozr.
23.55 **Tajemnice zamków** (7)
0.55 **Historia broni** (1) – dok.

BBC LIFESTYLE HD

8.00 **Bake off: zawodowcy 5**
10.00 **Wymarzone domy 2**
13.05 **Jane Austen: narodziny geniuszu** (1, 2) – film dok.
15.30 **Tajemnice królewskich ogrodów** (3) – serial dok.
16.35 **Urodzony, by zostać królem** (1) – dok., Wlk. Bryt.
17.50 **Wielkie brytyjskie wypieki: gwiazdy 6** (3)
18.55 **W świecie luksusu** (2)
19.55 **Wielkie nowozelandzkie wypieki 4** (5, 6) – pr. rozr.
22.45 **Miłosne przekręty** (2)
23.45 **Tajlandia: mroczne oblicze raju** (2) – film dok.
1.00 **Wstydliwe choroby: online 4** (5, 6) – serial dok.

NICK JR. HD

16.24 **Świnka Peppa 8** (31)
16.29 **Świnka Peppa 7** (45-47)
16.49 **Świnka Peppa 3** (2-4, 6, 7)
17.19 **Świnka Peppa 6** (20)
17.23 **Świnka Peppa** (46, 48)
17.40 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (16) – anim., Fr.
18.05 **Barbapapa i jego rodzinka** (15) – serial anim.
18.30 **Dora** (7) – serial anim.
18.55 **Santiago z mórz** (17, 6)
19.40 **Rubble i jego ekipa** (18)
20.00 **Dobranocki z Ryanem**
20.32 **Świnka Peppa** (35)
20.36 **Świnka Peppa 8** (14)
20.41 **Świnka Peppa** (4, 5)
20.55 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (1-3) – anim.

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

12.00 **Okrasa łamie przepisy**
12.30 **Kwiaty na warsztat 4** (7)
13.00 **63. KFPP w Opolu – Superjedynki** (2)
14.00 **Rodzinka.pl** (170, 171)
15.00 **Podróże Małej i Dużej 7**
15.30 **Ojciec Mateusz 7** (85, 86)
17.20 **Gwardia Szwajcarska. Armia Watykanu** – dok.
18.30 **Daję słowo – Maciej Orłoś 2** (12) – talk-show
19.30 **Planeta singli** – komedia
FILM romantyczna, Polska 2016, reż. Mitja Okorn, 145 min
21.55 **Karol, władca Hiszpanii** (13, 14) – serial kostiumowy
23.45 **Znachor** – dramat obycz.,
FILM Polska 1981, 145 min

E! ENTERTAINMENT HD

6.00 **Plastyczna fuszerka** (11)
7.00 **Z kamerą u Kardashianów** (1, 2)
8.50 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (3, 4)
14.20 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (5, 10)
20.30 **Plastyczna fuszerka** (12, 4) – serial dokum., USA
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (3, 4)
3.00 **Plastyczna fuszerka** (12)

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** (7)
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

13.10 **Olbrzymie maszyny 2** (2)
14.10 **Top Gear: Wyprawa marzeń** – dok., Wlk. Bryt.
15.55 **Cuda inżynierii kolejowej 2** (3) – dok.
17.00 **Najbardziej luksusowe...**
18.00 **Największy wycieczkowiec świata** – film dok., Wielka Brytania
19.00 **Olbrzymie maszyny 2** (2)
20.00 **Niewyjaśnione tajemnice: Stonehenge**
21.00 **Cuda inżynierii kolejowej 2** (3) – dok.
22.00 **Top Gear: Wyprawa marzeń 2** (1) – film dokum.
23.55 **Guy Martin w Kolumbii**
0.55 **Olbrzymie maszyny 2** (2)

MINI MINI+ HD

13.21 **Kicia Kocia** (6, 7) – anim.
13.37 **Robotkowo** (13, 14)
13.55 **Moje urodziny** – dla dzieci
14.00 **Bing** (55, 56) – serial anim.
14.20 **Strażak Sam 16** (1, 2)
14.45 **Looloo Kids** (40) – anim.
15.01 **Gazu, pieski, gazu! 2** (9)
15.28 **Kicia Kocia 2** (13, 1)
15.45 **Jeżyk Happy** (8, 9) – anim.
16.02 **Marta mówi** (23) – anim.
16.30 **Zouk** (27, 28) – serial anim.
16.56 **Ciekawski George 7**
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.55 **Dora poznaje świat 7**
19.40 **Smerfy** (22) – serial anim.
20.08 **Cloudy & Stormy** (5-8)
20.35 **Dolina Muminków 3** (6)
21.01 **Wierszyki domowe** (3)

TVP 3 DVB T2

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 **Piłka nożna:** Betclic
SPORT 2. Liga – mecz: Stal Stalowa Wola – Avia Świdnik
21.30 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.20 **Pogoda**
22.30 **Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie** – publ.
23.00 **Kościół z bliska** – mag.
23.30 **Całkiem niezła historia**
23.55 **Panorama**
0.25 **Serwis Info Wieczór**

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

Warto zobaczyć

12.20 CINEMAX
Zabić wspomnienia
OBYCZAJOWY Koledzy ze studiów przypadkowo spotykają się po wielu latach. Odnawiają dawną przyjaźń i pomagają uporać z kłopotami. *Reż.: Mike Binder, A: Adam Sandler, Don Cheadle, Jada Pinkett Smith USA 2007* **130 min ▶ do godz. 14.30**

13.50 ALE KINO+
Ostatni mistrz
OBYCZAJOWY Zapaśnik Wright został przyłapany na dopingu. Po śmierci matki wraca w rodzinne strony. Zyskuje szansę na odkupienie win. *Reż.: Glenn Withrow, A: Cole Hauser, Sean H. Scully, Annika Marks USA 2020* **145 min ▶ do godz. 16.15**

14.00 KINO POLSKA
Złoty pociąg
SENSACYJNY Wrzesień 1939 roku. Z Warszawy wyjeżdża transport złota o wartości 90 milionów dolarów. Celem podróży jest Wielka Brytania. *Reż.: Bohdan Poręba, A: Tomasz Zaliwski, Mitica Popescu, Ewa Kuklińska Pol./Rumunia 1986* **115 min ▶ do godz. 15.55**

16.35 FILMBOX+ HITS
El camino
OBYCZAJOWY Elliot wychowywał się w rodzinie zastępczej. Gdy dowiaduje się, że przyjaciel umiera na raka, czuwa przy nim do śmierci. *Reż.: Erik S. Weigel, A: Leo Fitzpatrick, Elisabeth Moss, Richard Gallagher USA 2008* **100 min ▶ do godz. 18.15**

17.55 POLSAT FILM
Służące
OBYCZAJOWY Missisipi, lata 60. XX wieku. Skeeter namawia czarnoskóre służące do zwierzeń. Zebrane w książce historie szokują społeczność. *Reż.: Tate Taylor, A: Emma Stone, Viola Davis, Bryce Dallas Howard USA/Indie/ZEA 2011* **185 min ▶ do godz. 21.00**

18.10 WARNER TV
Wiecznie młody
OBYCZAJOWY Zahibernowany w 1939 r. pilot Daniel budzi się w latach dziewięćdziesiątych. Czuje się zagubiony w nowej rzeczywistości. *Reż.: Steve Miner, A: Mel Gibson, Jamie Lee Curtis, Elijah Wood USA 1992* **125 min ▶ do godz. 20.15**

20.00 TVN FABUŁA
Bohemian Rhapsody
BIOGRAFICZNY Freddie marzy o muzycznej karierze. Wraz z zespołem Queen odnosi sukces. Z czasem traci jednak kontrolę nad życiem. *Reż.: Bryan Singer, A: Rami Malek, Lucy Boynton, Gwilym Lee Wlk. Bryt./USA 2018* **175 min ▶ do godz. 22.55**

21.00 SUPER POLSAT
Zamiana ciał
KOMEDIA Przyjaciele Mitch i Dave zazdroszczą sobie nawzajem życia, które prowadzą. Pewnego ranka odkrywają, że zamienili się ciałami. *Reż.: David Dobkin, A: Ryan Reynolds, Jason Bateman, Leslie Mann USA 2011* **145 min ▶ do godz. 23.25**

→ filmowe hity



Harry obmyśla plan zemsty. Przebojowa mistrzyni rodeo ma odegrać rolę przynęty.





21.50 TVP 1
Gambit, czyli jak ograć króla

KOMEDIA KRYMINALNA **Kurator sztuki pragnie wyrównać rachunki ze swoim szefem.**

HIT DNIA Harry Deane sprawuje pieczę nad impresjonistycznymi obrazami należącymi do magnata medialnego Lionela Shahbandara. Knuje intrygę przeciwko aroganckiemu bogaczowi, by wziąć odwet za upokorzenia, których z jego strony doświadczył. Wiedząc, że milioner marzy o zaginionym dziele Claude'a Moneta, postanawia sprzedać mu falsyfikat. W plan wtajemnicza fałszerza Majora, który przed laty uratował dzieło z rąk nazistów. Razem jadą do USA, by przekonać do współpracy mistrzynię rodeo, PJ Puznowski. Ma ona udawać córkę Majora. Amerykanka zgadza się i niebawem cała trójka powraca do Londynu. Ich plany komplikuje jednak inny współpracownik kolekcjonera. HD **100 min ▶ do godz. 23.30**

USA 2012 **Reż.:** Michael Hoffman **Wyst.:** Colin Firth, Alan Rickman, Cameron Diaz, Tom Courtenay



19.55 POLSAT
Za szybcy, za wściekli
SENSACYJNY Brian (Paul Walker) po nieudanej akcji traci pracę w policji. Otrzymuje jednak kolejną szansę. Ma przeniknąć do gangu handlarzy narkotyków. W misji pomaga mu m.in. dawny przyjaciel.

Reż.: John Singleton Wyst.: Tyrese Gibson
USA 2003 HD **135 min ▶ do godz. 22.10**



20.00 TVN 7
Karol. Człowiek, który został papieżem
BIOGRAFICZNY Lata powojenne. Wojtyła (Piotr Adamczyk) pracuje z młodzieżą. W trakcie Soboru Watykańskiego II głosi potrzebę odnowy Kościoła. W 1978 r. jedzie do Rzymu.

Reż.: Giacomo Battiato Wyst.: Raoul Bova
Francja 2005 HD **130 min ▶ do godz. 22.10**



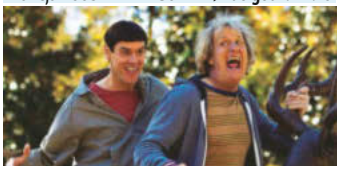
20.00 TVP KULTURA
Foxcatcher
BIOGRAFICZNY Zapaśnik Mark (Channing Tatum) przygotowuje się do igrzysk. Trafia do ośrodka założonego przez milionera Johna du Ponta (Steve Carell). Z czasem bogacz domaga się od niego całkowitego posłuszeństwa.

Reż.: Bennett Miller Wyst.: Sienna Miller
USA 2014 HD **145 min ▶ do godz. 22.25**



20.00 STOPKLATKA
Vice: Korporacja zbrodni
SENSACYJNY Zarządzana przez Michaelsa (Bruce Willis) firma oferuje klientom możliwość spełnienia ich mrocznych fantazji. Jeden z androidów wymyka się spod kontroli organizacji.

Reż.: Brian A. Miller Wyst.: Ambyr Childers
USA 2015 HD **120 min ▶ do godz. 22.00**



20.50 TVN
Głupi i głupszy bardziej
KOMEDIA Minęło 20 lat od podróży Harry'ego (Jeff Daniels) i Lloyda (Jim Carrey) tropem nieznajomej. Przyjaciele ponownie ruszają w drogę. Tym razem poszukują nieślubnej córki pierwszego z nich.

Reż.: Bobby Farrelly Wyst.: Rob Riggle
USA 2014 HD **140 min ▶ do godz. 23.10**



22.35 TV PULS
Bez twarzy
SENSACYJNY Archer z FBI przechodzi operację upodabniającą go do bandyty (Nicolas Cage), który leży nieprzytomny w szpitalu. Trafia do więzienia, by od brata przestępcy zdobyć informacje o miejscu podłożenia bomby.

Reż.: John Woo Wyst.: John Travolta
USA 1997 HD **175 min ▶ do godz. 1.30**

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

→ filmowe hity



William i jego kompan stają się częścią armii, która mierzy się z bestiami.

22.10 Wielki mur

POLSAT **FANTASY** **Twierdzę oblegają monstra. Los ludzkości spoczywa w rękach tajemniczego przybysza.**

HIT DNIA Irlandzki łucznik William oraz jego towarzysz, Hiszpan Tovar, przemierzają cesarstwo Chin. Zostają jednak schwytani i oskarżeni o próbę dokonania kradzieży. Wojowniczka, komandor Lin Mae, rozkazuje ich zamknąć we wnętrzu ogromnej fortyfikacji. Tak poznają oni sekret jednego z największych cudów świata. Nieco później przybysze stają się świadkami ataku stworzeń o nieziemskim pochodzeniu. Dołączają do wojska walczącego z nieznaną siłą. Wojna z obcymi zadecyduje o przyszłości ludzi. HD **145 min** ▶ **do godz. 0.35**

USA/Chiny/Hongkong 2016 **Reż.:** Yimou Zhang **Wyst.:** Matt Damon, Tian Jing, Willem Dafoe, Andy Lau, Pedro Pascal



20.00 TV PULS **Przynęta**

SENSACYJNY Policjanci chcą wywabić z kryjówki złodzieja. Zastawiają pułapkę. Jako przynętę wykorzystują byłego skazańca (Jamie Foxx). Nieświadomemu niczego mężczyźnie wszczepiają mikroprocesor i śledzą każdy krok.

Reż.: Antoine Fuqua Wyst.: David Morse
USA 2000 HD **155 min** ▶ **do godz. 22.35**



20.00 KINO POLSKA **Jestem mordercą**

THRILLER Lata 70. XX w. Milicjant Jasiński (Mirosław Haniszewski) staje na czele grupy, która ma schwytać Wampira z Zagłębia. Aresztuje podejrzanego mimo słabych dowodów. Ignoruje pojawienie się nowych tropów.

Reż.: Maciej Pieprzyca Wyst.: Arkadiusz Jakubik
Polska 2016 HD **135 min** ▶ **do godz. 22.15**



23.05 TV 4 **Krwawe igrzyska**

KRYMINALNY Jane (Amy Johnston) pokonuje trzech bandytów. Zwraca na siebie uwagę Shu, mistrzyni sztuki walki, która proponuje jej udział w nielegalnym turnieju. Po miesiącach treningu dziewczyna staje do walki.

Reż.: Chris Nahon Wyst.: Muriel Hofmann
Hongkong 2016 HD **125 min** ▶ **do godz. 1.10**



23.10 TVN 7 **Gliniarz z Beverly Hills**

KOMEDIA SENSACYJNA Policjant z Detroit, Axel Foley (Eddie Murphy), jedzie do Los Angeles, by wyjaśnić okoliczności śmierci przyjaciela. Choć nie jest w mieście mile widziany, nie rezygnuje ze śledztwa.

Reż.: Martin Brest Wyst.: Judge Reinhold
USA 1984 HD **135 min** ▶ **do godz. 1.25**

→ sport



14.30 TVP SPORT **Golden Sand 2026**

LEKKOATLETYKA LIVE W memoriale Ireny Szewińskiej, Władysława Komara i Tadeusza Ślusarskiego, który kolejny raz odbywa się w Międzyzdrojach, wezmą udział najlepsi polscy lekkoatleci. Przed rokiem zaprezentowali się m.in. Piotr Lisek i Konrad Bukowiecki. HD **180 min** ▶ **do godz. 17.30**



18.55 TVP SPORT **Arka Gdynia – Puszcza**

PIŁKA NOŻNA LIVE Klub z Trójmiasta nie zamierza pozostawać na zapleczu PKO BP Ekstraklasy dłużej niż rok. Gdynianie wierzą w szybki powrót do elity. W starciu z ekipą z Niepołomic liczą na pełną pulę. HD **125 min** ▶ **do godz. 21.00**



18.55 C+ SPORT 3 **Piast Gliwice – Wieczysta**

PIŁKA NOŻNA LIVE Początki w PKO BP Ekstraklasie nie są łatwe dla debiutującej na tym poziomie Wieczystej. Piast w bieżącym sezonie pokonał już inny krakowski klub. W 2. kolejce wygrał 4:3 z Białą Gwiazdą. HD **125 min** ▶ **do godz. 21.00**



21.00 C+ SPORT 2 **Turniej WTA w Cincinnati**

TENIS LIVE Swoje ubiegłoroczne zmagania w Cincinnati Magdalena Fręch zakończyła, przegrywając w drugiej rundzie z Soraną Cirsteą. W obecnej edycji urodzona w Łodzi tenisistka liczyła na lepszy wynik. HD **135 min** ▶ **do godz. 23.15**

→ rozrywka



16.35 TVP 2 **Familiada**

TELETURNIEJ Karol Strasburger zaprasza kolejne dwie drużyny do rywalizacji, która bawi widzów już od 1994 roku. Zawodnicy odpowiadają na pytania, które zadano wcześniej grupie próbnej. Starają się przewidzieć, jakich odpowiedzi najczęściej udzielali ankietowani. HD **45 min** ▶ **do godz. 17.20**



22.10 TVN 7 **Bez kompleksów**

LIFESTYLE Bogusia, matka trójki dzieci i wokalistka, która występuje na scenie od 15. roku życia, traci pewność siebie przez wiotką skórę, opadające policzki i zmarszczki. Eksperci oferują jej lifting oraz leczenie stomatologiczne. HD **60 min** ▶ **do godz. 23.10**



23.00 DISCOVERY CHANNEL **Awantura o furę**

MOTORYZACJA Marino zabiera przyjaciół, aby obejrzeli najskuteczniejszy samochód Formuły 1 – Lotusa 72. Przejażdżka tym legendarnym autem okazuje się wyjątkowo emocjonalnym przeżyciem. HD **30 min** ▶ **do godz. 23.30**

→ dokument



16.45 TVP DOKUMENT **Świątynie świata**

RELIGIA Tajemnice budowli sakralnych – od Jerozolimy po Daleki Wschód. Twórcy opowiedzą np. o wpływie buddyzmu na architekturę. Pokażą, jak nowe idee przenikały do lokalnych wierzeń. HD **65 min** ▶ **do godz. 17.50**

TVP 1 HD DVB T2

4.35 **Splątane losy** (23) – serial obyczajowy, Turcja 2024
5.25 **Akacjowa 38** (918) – telenowela, Hiszpania 2018
6.30 **I Choose Poland** (1) – telen. dok.
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
7.30 **Studio Raban** – mag.
8.00 **Serwis Info** – program inform.
8.10 **Pogoda Info**
8.15 **Chłopi** (10) – obycz., Polska 1972
9.15 **Ranczo 9** (110): Boska cząstka – serial obyczajowy, Polska 2015
10.10 **Komisarz Alex 23** (294) – serial kryminalny, Polska 2025
11.05 **Ojciec Mateusz 18** (235) – 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** (8-ost.) – dok., Wlk. Bryt.
14.00 **Splątane losy** (24) – serial obyczajowy, Turcja 2024
15.00 **Serwis Info** – program inform.
15.10 **Pogoda Info**
15.25 **Gra słów. Krzyżówka** (1085)
16.00 **Dziedzictwo** (1004) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
18.05 **Reporterzy** – mag. reporterów
18.25 **Akacjowa 38** (935) – telenowela, Hiszpania 2018
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
20.10 **Sport, pogoda**
20.30 **07 zgłoś się** (12) – serial kryminalny, Polska 1981

TVP 2 HD DVB T2

4.55 **Rodzinka.pl** – serial komediowy, Polska 2025
5.30 **M jak miłość** (1817) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 **Rodzina (nie od) święta** – magazyn religijny
6.55 **Barwy szczęścia** (3376) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.30 **Okrasa łamie przepisy** – magazyn kulinarny
12.00 **Rodzinka.pl** (74): Wolna chata – serial komediowy, Polska 2012
12.35 **Koło fortuny** (1929) – teleturniej
13.15 **Panna młoda** (172) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 **Va banque** (1041) – teleturniej
14.35 **Na sygnale** (899): Proszę nam zaufać – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (456) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
José Juan ogłasza, że na froncie nadchodzi przełom, budząc nadzieję, ale i niepokój. Santos coraz bardziej osacza Verę, nieustannie ją kontrolując.
16.00 **Koło fortuny** (1930) – teleturniej
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (173) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 **Va banque** (1042) – teleturniej
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
19.25 **Barwy szczęścia** (3376, 3377) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.35 **Kulisy serialu „M jak miłość"** – cykl felietonów

POLSAT HD DVB T2

4.40 **Disco Gramy**
5.25 **Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
9.15 **Malanowski i partnerzy** (389, 392): Odzyskana miłość; Rodzinna tajemnica – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2012
10.20 **Trudne sprawy** (959) – serial paradokumentalny, Polska 2020
Malwina zauważa, że jej mąż ogląda zdjęcia modelek. Postanawia o siebie zadbać. Ponieważ jednak ani dieta, ani ćwiczenia na siłowni nie przynoszą efektów, dziewczyna sięga po ryzykowne środki.
11.20 **Dlaczego ja?** (1554, 1555) – serial paradokumentalny, Polska 2026
Halina odkrywa, że córka Kinga wypłaciła jej oszczędności na wakacje z nowym chłopakiem, Igorem. Wynajęty detektyw ujawnia, że jest on oszustem. Kinga w to jednak nie wierzy.
13.20 **Gliniarze** (924, 925) – serial paradokumentalny, Polska 2024
15.30 **Wydarzenia, pogoda**
15.55 **Milionerzy** – teleturniej
16.35 **Gliniarze** (1123, 1124) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Nieopodal torów znaleziono ciało kobiety. Policja podejrzewa o zabójstwo męża ofiary, z którym była ona w trakcie rozwodu.
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** (1732) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 **Kuchenne rewolucje** (12): Spagheterria – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Doradca smaku** (4) – magazyn kulinarny
11.25 **Kuchenne rewolucje** (10, 1): Jelenia Góra; Ostrów Wielkopolski, Best Bar – program rozrywkowy
13.40 **Ukryta prawda** (1529, 1530, 1586) – serial paradok., Polska
Karina opuszcza zakład karny. Wraca do domu, który obecnie należy do jej brata Marka. Wkrótce kobieta zostaje oskarżona o kradzież.
16.50 **Szpital św. Anny** (91) – serial obyczajowy, Polska 2026
Dr Rogowski opiekuje się pacjentką, która zasłabła. Kaja przyjmuje kobietę z bólem brzucha, wymagającą konsultacji ginekologicznej. Łukasz wdaje się w konflikt z ordynatorem.
17.55 **Detektywi** (140) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
Do śledczych zgłasza się matka zaginionego 24-latka. Niedawno został on napadnięty. Wiadomo też, że wyszedł z więzienia, gdzie odbywał karę za pobicie, którego ofiara pozostaje w śpiączce.
19.00 **Fakty, sport i pogoda**
19.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów
20.15 **Na Wspólnej** (4264) – serial obyczajowy, Polska 2026

20

KOMEDIA KRYMINALNA



21.50 Gambit, czyli jak ograć króla FILM – USA 2012, 100 min

HIT DNIA

Harry, kurator kolekcji obrazów magnata medialnego, chce się na nim zemścić za liczne upokorzenia. Postanawia sprzedać mu podrobiony obraz Claude'a Moneta. W plan wtajemnicza fałszerza Majora i przebojową mistrzynię rodeo PJ. Intryga zaczyna się komplikować.

23.30 **Siostry od Aniołów w sercu Afryki** – film dokumentalny, Polska 2026
0.30 **Zwerbowana miłość** FILM – film sensacyjny, Polska 2009, reż. Tadeusz Król, wyk. Joanna Orleańska, Robert Więckiewicz, Krzysztof Stroiński, Sonia Bohosiewicz, 100 min
2.10 **Śmietanka towarzyska** FILM – komedia, USA 2016, reż. Woody Allen, wyk. Jesse Eisenberg, Steve Carell, Kristen Stewart, Blake Lively, 100 min
3.50 **Wykrywacz kłamstw** – program publicystyczny
4.10 **Pytanie dnia** – program publicystyczny
4.30 **Zakończenie**

OBYCZAJOWY



20.45 M jak miłość (1931) – Polska 2026

Bartek chce, by Franek wyznał, z kim spotkał się w nocy nad rzeką. Chłopak ucieka z domu i znów okrada Lisieckich. Piotrek przeprasza Pawła za to, że lekceważył objawy jego depresji.

21.45 **Na sygnale** (897, 898): Góra na ziarnku grochu; Wróg, którego kochasz – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
22.50 **Matlock** (5, 6) – serial kryminalny, USA 2024
Emerytowana prawniczka Matty angażuje się tym razem w sprawę pozwu zbiorowego przeciwko systemowi więziennemu, gdy główny powód, który został skazany za przestępstwa narkotykowe, wraca do nałogu.
0.30 **Karol, władca Hiszpanii** (21) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015
1.25 **W cieniu śmierci** (4) – serial kryminalny, Finlandia/Niemcy/Francja 2018
2.20 **Akacjowa 38** – telenowela, Hiszpania 2015-2021
4.10 **Zakończenie**

SENSACYJNY

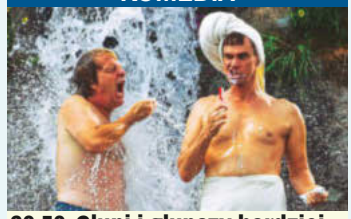


19.55 Megahit: Za szybcy, za wściekli FILM – USA/Niemcy 2003, 135 min

Policjant Brian O'Conner niweczy ważne śledztwo, w efekcie traci pracę w policji. Otrzymuje jednak kolejną szansę. Ma przeniknąć do gangu handlarzy narkotyków. W misji pomaga mu m.in. dawny przyjaciel Roman.

22.10 **Wielki mur** FILM – film fantasy, USA/Chiny/Hongkong 2016, reż. Yimou Zhang, wyk. Matt Damon, Tian Jing, Willem Dafoe, Andy Lau, 145 min
Łucznik William wraz z towarzyszem dociera do warowni otoczonej zaporą. Stają się świadkami ataku siejących spustoszenie stworzeń. Dołączają do zaciętej walki z bestiami.
0.35 **Łzy słońca** FILM – dramat wojenny, USA 2003, reż. Antoine Fuqua, wyk. Bruce Willis, Monica Bellucci, Cole Hauser, Eamonn Walker, 155 min
3.10 **Nasz nowy dom** (309) – reality show
4.15 **Kabaretowa Ekstraklasa** (65) – program rozrywkowy

KOMEDIA



20.50 Głupi i głupszy bardziej FILM – USA 2014, 140 min

Harry jest poważnie chory. Tylko przeszczep nerki uratuje mu życie. Wkrótce okazuje się, że ma on dorosłą córkę, która może być dawcą. Dziewczyna mieszka z przybraną rodziną. Biologiczny ojciec postanawia ją odwiedzić. Razem z Lloydem rusza w podróż.

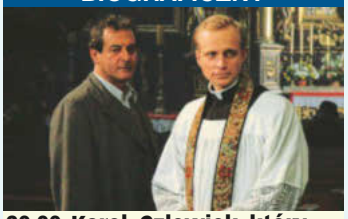
23.10 **Kac Vegas** FILM – komedia, USA/Niemcy 2009, reż. Todd Phillips, wyk. Bradley Cooper, Ed Helms, Zach Galifianakis, Justin Bartha, 135 min
Phil i jego koledzy budzą się po szalonym wieczorze kawalerskim. Nie pamiętają ostatniej nocy. Muszą zrekonstruować wydarzenia i odnaleźć przyszłego pana młodego.
1.25 **Co za tydzień** – magazyn kulturalny
2.20 **Uwaga!** – magazyn reporterów
2.40 **Wallander 2** (11) – serial kryminalny, Szwecja/Niemcy/Dania 2009
4.45 **Detektywi** (139) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024

P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB T2

5.20 **Ten moment** (21) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 **Szkoła** (378-380) – serial paradokumentalny, Polska 2017
8.45 **Ukryta prawda** (1364, 1497, 1498) – serial paradokumentalny, Polska
11.50 **W-11 – Wydział Śledczy** (1177-1179) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2014
13.55 **Kryminalni 3** (5): Ucieczka – serial kryminalny, Polska 2005
15.00 **Szpital** (834, 835) – serial paradokumentalny, Polska 2018
17.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (532): Mścicielka – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
18.00 **SOS Ekipy w akcji** (44) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Kobieta zgłasza, że z mieszkania sąsiadów złodzieje wynoszą sprzęt elektroniczny. Inni policjanci interweniują w sprawie dotyczącej przemocy. Pewien mężczyzna oskarża matkę przyjaciółki o jej głodzenie. Na lodówce podejrzanej rzeczywiście znajduje się kłódka.
19.00 **Młode gliny** (1) – serial kryminalny, Polska 2026
Pod Warszawą dochodzi do brutalnego ataku. W lesie nieznany sprawca otwiera ogień, zabijając 80-letniego Kazimierza i jego synową. Masakrę przeżywa tylko wnuczek mężczyzny. Michalina Adamska i Kacper Moś odkrywają, że tragedia może mieć związek z walką o lokal.

BIOGRAFICZNY



20.00 **Karol. Człowiek, który został papieżem** (2-ost.) – Francja/Kanada/Niemcy 2005, 130 min
FILM
Lata 50., czasy stalinowskiego terroru. Ksiądz Karol Wojtyła jest inwigilowany przez SB. W trakcie prac Soboru Watykańskiego II już jako arcybiskup głosi potrzebę odnowy Kościoła. W 1978 roku wyjeżdża na konklawe.

22.10 **Bez kompleksów** (7) – program rozrywkowy
23.10 **Gliniarz z Beverly Hills** – komedia sensacyjna, USA 1984, reż. Martin Brest, wyk. Eddie Murphy, Judge Reinhold, John Ashton, Lisa Eilbacher, 135 min
FILM
1.25 **After 3. Ocal mnie** – melodramat, Bułgaria/USA 2021, reż. Castille Landon, wyk. Josephine Langford, Hero Fiennes Tiffin, Louise Lombard, Chance Perdomo, 115 min
FILM
3.20 **Fachowcy** (7) – serial paradokumentalny, Polska 2017
3.55 **Usterka 11** (25) – serial fabularno-dokum., Polska 2019
4.30 **Dorota was urządzi!** (6) – program rozrywkowy

TV PULS HD DVB T2

6.00 **Policjanci z Miami 4** (8, 9): Jak huragan; Wschodzące słońce śmierci – serial kryminalny, USA 1987
8.00 **Kobra – oddział specjalny** (6, 7): Bomba; Dobrana para – serial sensacyjny, Niemcy 2018
10.00 **Zaklinaczka duchów 4** (70) – serial fantasy, USA 2008-2009
11.00 **Kotka** (9) – telenowela, Meksyk 2014
12.00 **Nie igraj z aniołem** (140) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
Ana Julia uważa, że Marichuy powinna nienawidzić Juana Miguela. Estefania dowiaduje się, że wkrótce zostanie poddana badaniom psychologicznym.
13.00 **Wspaniałe stulecie** (74) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 **Kurierzy 2** (59) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 11** (590, 591) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 **Kurierzy 2** (60) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Dorota dostarcza przesyłkę do domu. Zamiast adresatki paczkę odbiera jej mąż. Wyraźnie zaciekawiony zawartością pakunku, próbuje do niego zajrzeć. Znajduje telefon.
18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (997, 1000) – serial obyczajowy, Polska 2026
Piętnastoletnia Ela chce wbrew woli matki odnowić relacje z ojcem, który wyszedł z więzienia. Andżela znika z Igorkiem, co martwi Kazimierza.

SENSACYJNY



20.00 **Przynęta** – USA/Kanada 2000, 155 min
FILM
Więzień Alvin Sanders dowiaduje się od umierającego towarzysza z celi, uczestnika napadu na skarbiec federalny, gdzie ten schował skradzione złoto. O miejscu jego ukrycia nie wie kompan rabusia, który pozostaje na wolności. Policja zamierza wciągnąć go w pułapkę. Chce wykorzystać do tego Alvina.

22.35 **Bez twarzy** – dramat sensacyjny, USA 1997, reż. John Woo, wyk. John Travolta, Nicolas Cage, Joan Allen, 175 min
FILM
Archer z FBI przechodzi operację upodabniającą go do bandyty, który leży nieprzytomny w szpitalu. Trafia do więzienia, by od brata przestępcy zdobyć informacje o miejscu podłożenia bomby.
1.30 **Ulice zbrodni** – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2021, reż. Michele Civetta, wyk. Bruce Dern, Frank Grillo, Olivia Munn, Shea Whigham, 105 min
FILM
3.15 **Dzielnica strachu 10** (454): Incel – serial kryminalny, Polska 2025-2026
4.15 **Zobacz to!** – pr. powtórkowe

PULS 2 HD DVB T2

5.50 **Ale numer! 23** (1) – pr. rozrywk.
6.20 **Cosie-Ktosie** (2-4) – serial anim.
6.45 **SamSam: Kosmiczne przygody** (26) – serial anim.
7.00 **Blaze i megamaszyny 6** (26) – serial animowany, USA 2020
7.30 **Psi Patrol 2** (26) – serial anim.
7.50 **Dora 2** (17) – anim., Kanada/USA
8.30 **Wielkie przygody małego rekina 2** (12) – serial dla dzieci, USA/Korea Południowa 2023
8.50 **Masza i Niedźwiedź 7** (6-8) – serial animowany, Rosja
9.25 **Świnka Peppa** (28-30) – anim.
9.45 **Bing** (63, 64) – serial animowany
10.00 **Jeżyk i Przyjaciele** (1, 12) – serial animowany, Polska 2023
10.35 **Spidey i superkumple 2** (43, 42) – serial anim., USA 2022
11.35 **Gus. Mały – wielki rycerz** (49, 50) – serial anim., Fr. 2021
12.00 **Psi Patrol** (22) – serial anim.
12.35 **Marta mówi 2** (3) – serial anim.
13.00 **Smerfy** (22, 21) – anim., Bel. 1988
14.00 **Baranek Shaun 5** (16-18) – serial anim., Wielka Brytania
14.35 **My Little Pony: Przyjaźń to magia** (16) – anim., USA/Kanada
15.00 **Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 3** (1, 2) – anim., Francja/Jap./Korea Południowa
16.00 **Fineasz i Ferb 2** (37, 38) – serial animowany, USA 2007-2011
17.00 **Smerfy** (23, 24) – anim., Bel. 1988
18.00 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (13, 14) – serial animowany, USA
19.00 **Kacze opowieści** (32, 33) – serial animowany, USA 1987
20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (985) – serial obyczajowy, Polska 2026

KRYMINALNY



21.00 **Dzielnica strachu 10** (464, 468): Gry małżeńskie; Śmiech klauna – Polska 2025-2026
Luiza miewa niepokojące sny, a także problemy z pamięcią. Po zniknięciu męża zaczyna krążyć wokół niej natarczywy nieznajomy. Choć początkowo okoliczności wskazują na to, że padła ofiarą stalkera, niebawem na jaw wychodzą przerażające fakty. Kafar zaczyna się domyślać, że Kapłon jest uwikłany w niebezpieczną sytuację.

23.00 **Wstydliwe choroby 5** (10, 11) – serial dok., Wielka Brytania 2011
1.00 **Dzielnica strachu 10** (463): Niewdzięczna matka – serial kryminalny, Polska 2025-2026
2.00 **Lombard. Życie pod zastaw** (6) – serial obyczajowy, Polska 2017
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 5** (240) – serial obyczajowy, Polska 2019
4.00 **Niesamowite!** (1, 2) – serial dokumentalny, Polska 2014
5.00 **Lombard. Życie pod zastaw 10** (532) – serial obyczajowy, Polska 2022

NETFLIX



VLADIMIR

Dojrzała wykładowczyni (Rachel Weisz) ulega fascynacji intrygującym adiunktem (Leo Woodall). Jej stabilne życie stopniowo zaczyna się rozpadać. Granica między pożądaniem a obsesją z czasem się zaciera, a kobieta gotowa jest poświęcić wszystko, by spełnić swoje najśmielsze pragnienia.
►serial kom. (8 odc.), USA 2026



MICKEY 17

Mickey (Robert Pattinson) dołącza do kolonizatorów planety Niflheim. Wykonuje najbardziej niebezpieczne zadania. Gdy ginie, powstają kolejne jego klony. Siedemnasta wersja mężczyzny nieoczekiwanie wraca na pokład. Zastaje tam Mickeya 18. Dowódca ekspedycji postanawia zlikwidować ich obu.
►fantasy, USA 2025; 137 min



KIBIC

Napięcie między wrogimi klubami piłkarskimi rośnie. Pseudokibice przenoszą rywalizację z boiska do pełnego przemocy półświatka. Nastoletni Kuba (Grzegorz Palkowski) robi wszystko, by przetrwać. Serial w reżyserii Łukasza Palkowskiego, twórcy między innymi filmów „Rezerwat" i „Bogowie".
►serial obycz. (5 odc.), Polska 2025



DEPT. Q

Edynburg. Detektyw Carl Morck (Matthew Goode) zostaje zdegradowany po tragicznej w skutkach strzelaninie. Trafia do wydziału mającego zajmować się nierozwiązanymi sprawami, aby odwrócić uwagę od niepowodzeń policji. Bada okoliczności zniknięcia bezwzględnej prokurator Merritt Lingard.
►krym. (8 odc.), Wlk. Bryt. 2025

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.35 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 13** (9) – serial kryminalny, USA/Kan.
7.20 **Ostry dyżur 3** (9, 10) – serial obyczajowy
9.10 **Castle 5** (10, 11) – serial kryminalny
11.10 **Rekrut 4** (3, 4) – krym.
13.10 **Dowody zbrodni 3** (13, 14) – serial krym.
15.10 **Agenci NCIS: Hawaje 3** (10) – serial kryminalny, USA 2024
16.10 **FBI 3** (1) – serial krym.
17.10 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6** (6, 7) – serial krym.
19.10 **Castle 5** (12, 13) – serial kryminalny
21.05 **FBI: International 4** (18) – serial kryminalny

TVP SERIALE

5.50 **Rodzinka.pl** (130) – serial kom., Pol. 2013
6.20 **Na sygnale** (512, 513) – serial fab.-dokum.
7.30 **Ojciec Mateusz 5** (62) – krym., Pol. 2011
8.25 **Komisarz Alex 4** (51)
9.20 **Rodzinka.pl** (131)
9.55 **Klan** (1478, 1479)
10.50 **Ranczo 10** (129, 130)
12.30 **Komisarz Alex 4** (52)
13.30 **Ojciec Mateusz 32** (413, 414) – krym., Pol.
15.25 **Komisarz Alex 5** (53) – serial krym., Polska
16.15 **Na sygnale** (514, 515) – serial fab.-dokum.
17.25 **Ranczo** (1, 2) – obycz.
19.35 **Ojciec Mateusz 32** (415) – krym., Pol. 2024
20.30 **Ojciec Mateusz 5** (63) – krym., Pol. 2011

TVP KULTURA DVB T2

6.45 **Tamte lata, tamte dni** – magazyn kult.
7.30 **Rawhide 2** (33)
8.30 **Król Midas**
8.40 **Deszczowy chłopiec** – film anim.
9.00 **Dziewczyna i chłopak** (3) – przyg.
10.00 **Lawrence z Arabii** FILM – dram. przyg., Wielka Brytania 1962, 225 min
13.45 **E. 1027 – Eileen Gray i dom nad morzem** – film dokumentalny, Szwajcaria 2024
15.25 **Kosmos 1999** (21)
16.30 **Draka** – krótkometraż.
17.10 **Dziewczyna i chłopak** (4) – przyg.
18.10 **Dźwięk Nowego Jorku** (2) – serial dok.
18.55 **Rawhide 2** (34)

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 3** (10) – serial dok., Pol. 2018
7.00 **Grzyby** – thriller, FILM Polska 2023, 110 min
8.50 **The Office PL 2** (9, 10) – serial kom.
10.00 **Van der Valk 3** (3-ost.) – serial krym.
11.55 **Vera 12** (4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
13.50 **Ostatni mistrz** FILM – dramat obyczajowy, USA 2020, reż. Glenn Withrow, 145 min
16.15 **Angels Fall** – thriller, FILM USA 2007, reż. Ralph Hemecker, wyk. Heather Locklear, Johnathon Schaech, 120 min
18.15 **Vera 13** (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

CANAL+ PREMIUM HD

6.00 **Łapu capu** – pr. rozr.
6.15 **The Office PL 5** (5, 6)
7.10 **Hollywoodgate** – film dokumentalny, Niemcy/USA 2023
8.45 **Łapu capu** – pr. rozr.
9.00 **Fuks** – komedia sens., FILM Polska 1999, 85 min
10.25 **Imagine Dragons: Live at the Hollywood Bowl**
12.35 **Zgred** – dram. obycz., FILM Pol. 2025, 85 min
14.00 **Riefenstahl** – film dokum., Niemcy 2024
15.55 **Dalej jazda! 2** – kom., FILM Polska 2025, 100 min
17.35 **Czarna woda**
17.55 **Łapu capu** – pr. rozr.
18.00 **Jason Bourne** FILM – thriller, USA 2016, 120 min

HBO HD

7.25 **Dzikie łowy** – film FILM przygodowy, Nowa Zelandia 2016, 100 min
9.05 **Więzień labiryntu: Lek na śmierć** FILM – thriller s.f., USA 2018, reż. Wes Ball, 140 min
11.25 **Saga „Zmierzch": Zaćmienie** FILM – film fantasy, USA 2010, reż. David Slade, 120 min
13.25 **W stronę słońca** FILM – film s.f., Wielka Brytania/USA 2007, 105 min
15.10 **Le Mans '66** – dramat FILM biograficzny, USA/Francja 2019, 150 min
17.40 **Bez wyjścia** FILM – komediodramat, Korea Południowa 2025, 140 min

20

KRYMINALNY



22.05 **FBI: Most Wanted 4** (21) – USA 2022

Zostają zamordowane nastoletnie uchodźczynie z Wenezueli, które pracowały u Carlosa Moralesa. Zespół rozpoczyna dochodzenie.

23.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6** (6, 7) – serial krym.
0.45 **Castle 5** (12, 13)
2.45 **FBI: International 4** (18) – serial kryminalny
3.40 **FBI: Most Wanted 4** (21) – serial kryminalny
4.35 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4** (16) – krym., USA/Kan.

OBYCZAJOWY



21.30 **Ranczo** (3, 4) – Polska 2006

Wójt nie zezwala, aby Lucy uczyła języka angielskiego w miejscowej szkole. Na złość bratu proboszcz zgadza się, aby nauka odbywała się w salce parafialnej.

23.30 **Ojciec Mateusz 32** (416) – krym., Pol. 2024
0.30 **Glina. Nowy rozdział** (1) – krym.
1.30 **Londyńczycy** (6, 7) – serial obycz., Polska
3.25 **Stulecie Winnych 3** (33) – obycz., Pol. 2021
4.20 **Klan** (1478) – telen.
4.45 **Pan Mama** (51)

DRAMAT BIOGRAFICZNY



20.00 **Foxcatcher** FILM – USA 2014, 145 min

Zapaśnik trafia do ośrodka treningowego Foxcatcher, założonego przez milionera, Johna du Ponta. Z czasem bogacz domaga się od niego całkowitego posłuszeństwa.

22.25 **Niczego nie żałuję – Edith Piaf** FILM – dramat biograficzny, Francja/Wielka Brytania/Czechy 2007, 150 min
0.55 **Muzyka w zabytkach** (3) – film dokum., Fr. 2022
1.50 **Kulturalni** (31) – magazyn kulturalny

KRYMINALNY



20.10 **Premiera: Zbrodnie na wybrzeżu 3** (2-ost.) – Niemcy 2025

Na odległej plaży zostają znalezione okaleczone zwłoki. Femke rozpoznaje ofiarę. To jej przyjaciel z lat młodości. Jego śmierć wydaje się powiązana z włamaniem.

22.05 **Prosta sprawa** (1, 2)
0.40 **Love Lies Bleeding** FILM – sens., Wlk. Bryt./USA 2024, 125 min
2.45 **Sortownia** (6)
3.40 **Moje miasto** FILM – film obyczajowy, Polska 2002, 65 min
4.45 **Król** (6) – serial sens.

SENSACYJNY



20.00 **Niewypowiedziana wojna 2** (1) – Wielka Brytania 2026

Danny Patrick zmaga się z konsekwencjami rosyjskiego cyberataku. Nie jest zadowolony, gdy szefem ekipy szybkiego reagowania zostaje podpułkownik Roz Cavendish.

20.50 **Diamenty** FILM – komediodramat, Włochy 2024, 130 min
23.00 **Wściekłe psy** – sens., FILM USA 1992, 95 min
0.35 **Powrót do Silent Hill** FILM – horror, Francja/Wielka Brytania/Niemcy 2026, 105 min

SF



20.00 **Latarnie** (1) – USA 2026

Międzygalaktyczni stróże prawa, Hal Jordan i nowy rekrut John Stewart, prowadzą śledztwo w sprawie morderstwa. Nowicjusz chce dorównać odwagą idolowi.

21.05 **Miniaturowa żona** (9) – serial komediowy
21.50 **Oni cię zabiją** FILM – horror komediowy, USA 2026, reż. Kirill Sokolov, 95 min
23.25 **Człowiek w ogniu** FILM – dramat sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2004, 145 min

AXN WHITE

8.55 **Życie nad rozlewiskiem** (6, 7) – serial obycz., Polska
11.00 **Agenci NCIS 12** (21-23)
14.00 **Szpital nadziei 5** (18)
15.00 **Pocałuj mnie pod jemiołą** FILM – komedia romant., USA 2021, 115 min
16.55 **Boże Narodzenie po angielsku** FILM – film obycz., Wlk. Bryt. 2019, 120 min
18.55 **Szpital Świętej Marii 2** (2) – serial obycz., Kan. 2021
20.00 **Dowody zbrodni 4** (17, 18) – serial kryminalny
22.05 **Rekrut 2** (11) – serial krym.
23.00 **Agenci NCIS 12** (21-23)
1.45 **Dowody zbrodni 4** (17, 18) – serial kryminalny

AXN BLACK

9.55 **Gwiezdne wrota 7** (18-20) – serial s.f., USA/Kan.
12.55 **Kobra – oddział specjalny 13** (5) – sens.
14.00 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 5** (14, 15) – sens.
16.00 **Nieustraszony 2** (21)
17.00 **Zagadki z przeszłości 3** (10) – przyg., Fr./Niem./Kan.
18.05 **Gwiezdne wrota 7** (21, 22-ost.) – s.f., USA/Kan.
20.05 **Gwiezdne wrota 8** (1)
21.00 **Bodyguard Zawodowiec** FILM – komedia sensacyjna, USA/Hongkong/Bułgaria 2017, reż. Patrick Hughes, 140 min
23.20 **Bliski wróg** – sens., Wielka FILM Brytania/USA 2013, 105 min

WARNER TV

8.50 **Bajer z Bel-Air** (11, 12)
9.55 **Prawo Agaty 5** (2)
10.55 **Pełniejsza chata 3** (13, 14) – serial komediowy
12.00 **Teraz albo nigdy! 3** (10, 11) – obycz., Pol. 2009
13.55 **Bajer z Bel-Air** (11-14)
16.00 **Pełniejsza chata 3** (13-16) – serial komediowy, USA
18.10 **Wiecznie młody** – dramat FILM obyczajowy, 1992, 125 min
20.15 **Rewolwer i melonik** FILM – film sens., 1998, 105 min
22.00 **Ocean's Eleven: Ryzykowna gra** FILM – kom. sens., 2001, 140 min
0.20 **Duch** – horror, USA 1982, FILM reż. Tobe Hooper, 135 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (271-273) – serial paradokum., Polska 2018
9.00 **Cobra Kai** (15-20) – przyg.
13.00 **Kowalscy kontra Kowalscy** (25-28) – obycz.
15.00 **Świat według Kiepskich** (495-500) – kom., Pol. 2016
18.00 **Komisarz Mama** (1, 2) – serial kryminalny, Polska
20.00 **Czarna lista** (1) – krym.
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (28) – serial krym.
21.55 **Malanowski i partnerzy** (776-779) – serial fab.-dok.
23.55 **Ślad** (109, 110, 1) – krym.
2.55 **Święty** (278, 279) – kom.
4.00 **48h. Zaginieni** (154, 155) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.00 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
6.15 **Kiler** – komedia sens., FILM Polska 1997, 100 min
7.55 **Zwierzaki na ratunek** FILM – film anim., 2024, 85 min
9.20 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
9.35 **Królowa chmur** – film FILM obycz., Polska 2003, 75 min
10.50 **Sigourney Weaver. Ikona kina akcji** – film dokumentalny, Niem. 2024
11.45 **Saga „Zmierzch": Zaćmienie** – film fantasy, FILM USA 2010, 120 min
13.45 **Miss mokrego podkoszulka** – komedia, FILM Polska 2002, 60 min
14.45 **L.A.R.P. Miłość, trolle i inne questy** – komedia, FILM Polska 2025, 90 min
16.15 **Niania w Nowym Jorku** FILM – komedia romantyczna, USA 2007, 105 min
18.00 **Być kochaną** – dramat FILM obyczajowy, Norwegia/Szwecja 2024, 105 min
19.45 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Wicked** – musical, USA/FILM Kan./Islandia 2024, 165 min
22.45 **Kraina mroku** – horror, FILM USA 2025, 105 min
0.30 **Dom 1000 trupów** FILM – horror, USA 2003, 85 min
1.55 **Franz Kafka** – dramat FILM biograficzny, 2025, 125 min
4.00 **Pani od polskiego** FILM – dramat obyczajowy, Polska 2025, 120 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Planeta Singli. Osiem historii** (7) – serial komediowy, Polska 2021
10.50 **Naruto 5** (14-16) – serial anime, Japonia 2004-2005
12.20 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy
12.50 **Dynastia Kimów: Czas zemsty** (1, 2) – serial dokumentalny, Fr. 2025
14.30 **Naruto 5** (11-13) – serial anime, Japonia 2004-2005
16.00 **Making of CANAL+** – magazyn filmowy
16.15 **Wszystkie kolory świata 5** (5, 6) – serial dokumentalny, Francja 2024
18.15 **13 posterunek 2** (22-24) – serial komediowy, Polska 2000
20.00 **Czarownice Mayfair 2** (3, 4) – serial fantasy, USA 2025
21.35 **Call me lala** – film krótkometrażowy, Polska 2024
22.00 **Maria Antonina 2** (1, 2) – serial biograficzny, Belgia/Francja 2024
0.05 **Kruk. Czorny Woron nie śpi** (5, 6) – serial kryminalny, Polska 2021
2.05 **Minuta ciszy** (1, 2) – serial obyczajowy, Polska 2022
4.15 **Miłość, seks & pandemia** (1, 2) – serial obyczajowy, Polska 2021

CANAL+ 360 HD

8.05 **Porzucone konstrukcje** (10) – serial dok., Wlk. Bryt.
9.00 **Z archiwów historii** (2)
10.05 **Co poszło nie tak 5** (5)
11.10 **Nieczysta gra: Skandal w biathlonie** (3) – dok.
12.10 **Kolacja z Gavinem Rossdale'em** (3) – dok.
13.05 **8 wspaniałych** (3) – dok.
14.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach** (6) – serial dok.
14.55 **Z archiwów historii** (3)
16.00 **Lotnisko na Alasce 4** (8)
17.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2** (5) – serial dok., Niem. 2014
18.00 **Porzucone konstrukcje** (11) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.55 **Zholowani: ciężarówki w opałach** (5) – serial dok.
19.50 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (1) – serial dok., Niem. 2023
20.50 **Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie** (2) – pr. rozr.
21.50 **Speedshop: warsztat marzeń** (7) – serial dokum.
23.05 **Lotnisko na Alasce 4** (6)
0.00 **Piłkarze na podsłuchu** (7) – serial dok., Polska 2022
0.50 **Miły Trener – historia Piotra Jeleniewskiego** – film dokum., Polska 2026
2.00 **Polska z góry: Stadiony 2** (5) – dok., Pol.

HBO 2 HD

10.50 **Gracze 4** (1, 2) – kom., USA
11.45 **Marsjanin** – film s.f., FILM 2015, 140 min
14.05 **W potrzasku** – dramat FILM obyczajowy, 2025, 100 min
15.45 **Superman** – film FILM przygodowy, 2025, 125 min
17.50 **Nasz syn** – dramat FILM obyczajowy, 2023, 100 min
19.30 **Saipan** – dramat FILM biograficzny, Irlandia/Wielka Brytania 2025, 90 min
21.00 **Sojusznicy** – komedia FILM sensacyjna, 2025, 110 min
22.50 **Czwarta ściana** – dramat FILM obyczajowy, 2024, 110 min
0.40 **Victor Frankenstein** FILM – horror s.f., 2015, 105 min

HBO 3 HD

13.25 **Na planie 23** (27) – mag.
13.55 **Dziki kot** – dramat FILM biograficzny, 2023, 105 min
15.40 **Światełko w tunelu** FILM – komediodramat, USA 2024, 115 min
17.35 **Drażeń** – film biograficzny, FILM Chorwacja/Serbia/Słowenia 2024, 100 min
19.15 **Avenue 5** (1, 2) – kom.
20.15 **Stamtąd 2** (8) – serial grozy, USA 2023
21.00 **Latarnie** (1) – serial s.f.
22.00 **Miniaturowa żona** (9)
22.45 **To: Witajcie w Derry** (6)
23.40 **Euforia: Powrót**
0.40 **Sprzedawcy 2** – komedia, FILM USA 2006, 95 min

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 **Górale** (60-62) – serial dokumentalny, Polska
7.25 **Doktor Martin** (62) – serial obyczajowy
8.30 **Przyjaciółki** (187, 188) – obycz., Pol.
10.25 **Świat według Kiepskich** (44, 45, 135, 136, 50) – serial komediowy, Polska
13.00 FILM **Sam w domu – po raz trzeci** – komedia, USA 1997, reż. Raja Gosnell, 135 min
15.15 FILM **Szybcy i wściekli 7** – sens., USA/Chiny/Japonia 2015, 160 min
17.55 FILM **Służące** – dramat obyczajowy, USA/Indie/Zjednoczone Emiraty Arabskie 2011, 185 min
21.00 FILM **Zaułek koszmarów** – Kanada/Meksyk/USA 2021, 185 min

Czasy wielkiego kryzysu. Kuglarz spotyka niezwykłą parę – jasnowidzkę i telepatę. Dzięki nim szkoli się w sztuce manipulacji. Postanawia oszukać finansowego potentata.

0.05 **Ucieczka z piekła** FILM – thriller, USA/Tajlandia 2015, 125 min
2.10 **Gliniarze** (648) – serial paradokum.
3.10 **Fala zbrodni** (98, 99) – serial sens., Pol. 2007
5.15 **Na ratunek 112** (902) – serial paradokum.

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Tata ma plan** (22) – serial komediowy, USA 2016
6.30 **Tata ma plan 2** (1) – serial komediowy
7.00 **Dwóch i pół 10** (14-17) – serial kom., USA 2012-2013
8.55 **Przyjaciele 4** (12-17) – kom., USA 1997-1998
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 2** (6-11) – serial komediowy
14.30 **Dwóch i pół 10** (18-21) – serial kom., USA 2012-2013
16.30 **Przyjaciele 4** (18-23) – serial komediowy, USA 1997-1998
19.30 **Duchy** (15, 16) – serial fantasy, USA/Wielka Brytania 2021
20.30 **Teoria wielkiego podrywu 2** (12-14)

Złośliwe i mało subtelne uwagi Penny na temat miłosnych doświadczeń Wolowitza sprawiają, że ten wycofuje się z życia towarzyskiego.

22.00 **The Office PL 3** (6, 7)
23.05 **Comedy Club 4** (2, 3)
0.05 **Miasteczko South Park 6** (4, 5)
1.00 **Pracoholicy** (1, 2)
2.00 **Śmieszniej nie będzie 4** (1) – pr. rozr.
2.30 **Śmieszniej nie będzie** (2) – pr. rozr.
3.00 **Miasteczko South Park 5** (14)

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (820) – serial paradokum.
6.00 **Superbohaterowie** (2) – program kult.
6.30 **Kino Buzz Top 5** (12)
6.40 **Alfabet filmowy** (45)
6.45 **Zakochani po uszy 3** (145, 146)
7.45 **Detektywi** (189-192)
9.50 **Prawo Agaty 6** (1)
10.55 **Lekarze 2** (8) – obycz.
11.55 **Zapukaj do moich drzwi** (48, 49) – telen.
13.55 **Prawo Agaty 5** (13)
14.55 **Detektywi** – fab.-dok.
16.05 **Na Wspólnej** (41, 42) – serial obycz., Polska
17.10 **Seriaale: rozmowy** (1) – magazyn
17.55 **OSS 117 – Lost in** FILM **Rio** – komedia, Francja 2009, 125 min
20.00 **Bohemian** FILM **Rhapsody** – Wielka Brytania/USA 2018, 175 min

Uzdolniony wokalnie Farrokh „Freddie" Bulsara dołącza do zespołu Smile. Wraz z grupą, która zmienia nazwę na Queen, odnosi światowy sukces.

22.55 **Kobiety pragną** FILM **bardziej** – komedia romant., USA/Niem./Hol. 2009, 160 min
1.35 **Epidemia** – film sens., USA 1995, 145 min
4.00 **Po pierwsze kino 2** (3) – program rozrywk.

13 ULICA

6.05 **Balthazar 4** (1) – serial kryminalny, Fr.
7.00 **Tajemnice** FILM **kwiaciarni: Nie mów nikomu** – film kryminalny, Kanada/USA 2016, 110 min
8.50 **Morderstwo** FILM **w Kermadec** – dramat kryminalny, Francja 2022, 120 min
10.50 **Mentalista 6** (1-4) – serial kryminalny
14.30 **Tajemnice** FILM **kwiaciarni: Śmierć w pąku** – film kryminalny, Kanada 2016, 110 min
16.20 **Zabójstwo w Les** FILM **Sables-d'Olonne** – dramat kryminalny, Francja 2024, 120 min
18.20 **Mentalista 6** (5-8) – USA 2013

Chad Parkman, trener gwiazd z siłowni w San Francisco zostaje śmiertelnie pchnięty nożem w pokoju hotelowym. CBI rozpoczyna dochodzenie.

22.00 **Astrid i Raphaëlle** (5, 6) – serial krym., Fr./Bel./Szwajcaria 2019
0.30 **Niewidomy detektyw** (10) – krym., Niem./Austria
2.25 **Zabójstwo w Les** FILM **Sables-d'Olonne** – dramat kryminalny, Francja 2024, 110 min

KINO POLSKA

6.50 **Polska Kronika Filmowa** – serial dok.
7.20 **Przygody Myszki** (1, 2) – serial anim.
7.40 **Reksio** (37, 38)
8.00 **Miś Kudłatek** (1, 2)
8.20 **Bolek i Lolek na wakacjach** (8)
8.45 **Do przerwy 0:1** (1, 2) – serial obyczajowy
9.55 **Komedia małżeńska** FILM – komedia obyczajowa, 1993, 125 min
12.00 **W zawieszeniu** FILM – dramat polityczny, 1986, 120 min
14.00 **Złoty pociąg** FILM (1/2, 2-ost.) – film sens., Polska/Rumunia 1986, 215 min
17.35 **Stawka większa niż życie** (8, 9) – wojenny
20.00 **Jestem mordercą** FILM – 2016, 135 min

Lata 70. XX wieku. Seryjny morderca terroryzuje Śląsk. Milicjant Janusz Jasiński aresztuje podejrzanego. Zaślepiony ambicją ignoruje wszelkie niejasności.

22.15 **Dzień kobiet** – dram. FILM obycz., 2012, 115 min
0.10 **Ciało** – komedia, FILM 2003, 150 min
2.40 **Kamienne tablice** FILM – dramat obyczajowy, 1983, 185 min
5.45 **7 słów o przemijaniu** – etiuda dokumentalna

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Kabaretowe hity** (7) – program rozrywkowy
6.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
7.50 **Robert Makłowicz** (141, 208) – mag. kulin.
9.40 **Zagadki kryminalne panny Fisher 3** (8) – serial krym., Australia
10.55 **Górski lekarz 14** (10, 11) – serial obycz.
12.55 **Zagadki kryminalne panny Fisher** (1) – serial krym., Australia
14.05 **Zajazd. Będzie się działo** (21, 22) – serial obyczajowy, Pol. 2025
16.00 **Katastrofy w przestworzach** (10, 6, 4) – dok., Kan.
19.00 **Aukcja w ciemno 3** (9, 10) – serial dok.

DRAMAT PSYCHOLOG.



KOMEDIOWY



DRAMAT BIOGRAFICZNY



KRYMINALNY



THRILLER



SENSACYJNY



20

CINEMAX HD

14.30 **Amerykanin** – film obycz., FILM Armenia 2022, 120 min
16.30 **Zanim zapomnimy** FILM – film dla młodzieży, USA/Argentyna/Włochy 2024, 110 min
18.20 **Aniołki Charliego** – film FILM sensacyjny, USA/Niemcy 2000, reż. McG, 100 min
20.00 P! **Dawno temu w Gazie** FILM – komediodramat, ZEA/Francja/Portugalia 2025, 90 min
21.30 **Foxcatcher** – dramat FILM biograficzny, 2014, 130 min
23.40 **Symfonia o umieraniu** FILM – komediodramat, Niemcy 2024, 175 min

CINEMAX 2 HD

11.40 **Znajomy dotyk** – film FILM obyczajowy, 2024, 95 min
13.15 **Hamlet** – dramat kostium., FILM Wlk. Bryt. 2024, 120 min
15.15 **Ostatni Żyd na osiedlu** FILM – komedia, Francja 2024, reż. Noé Debré, 90 min
16.45 **Miłość Andrei** – komedia, FILM Hiszpania 2023, 100 min
18.25 **Ława przysięgłych** FILM – dramat obyczajowy, USA 2003, 125 min
20.30 **Ella i John** – kom. przyg., FILM Wł./Francja 2017, 110 min
22.20 **Patriota** – dramat hist., FILM USA/Niemcy 2000, 160 min
1.00 **Chinki** – dramat obycz., FILM Hiszpania 2023, 120 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

12.05 **Młody Sheldon 2** (3-5)
13.25 **Święty** (39, 40) – kom., Pol.
14.25 **Spadkobiercy** (8) – rozr.
15.25 **Co ludzie powiedzą? 3** (5) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 **Jedną nogą w grobie** (6)
16.55 **Czarna Żmija 4** (6) – kom.
17.35 **Młody Sheldon 2** (6-8)
19.00 **Dwóch i pół 10** (14-17)
21.00 **Świat według Kiepskich** (9-11) – serial kom., Polska
22.30 **Co ludzie powiedzą? 3** (6) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 **Jedną nogą w grobie 2** (1) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 **Czarna Żmija** (1) – kom.
0.30 **Comedy Club 6** (9) – rozr.
1.00 **Spadkobiercy** (8) – rozr.

VIASAT EPIC DRAMA HD

9.35 **Wszystkie stworzenia duże i małe 5** (3) – obycz.
10.30 **Lekarze na start** (37, 38)
12.05 **Zatraceni w miłości** (61)
13.05 **Panna Scarlet 6** (5)
14.10 **Agenci NCIS 17** (20)
15.05 **Panna Marple:** FILM **Zwierciadło pęka w odłamków stos** – film kryminalny, Wielka Brytania 2011, 115 min
17.00 **Dalgliesh 3** (1) – krym.
18.55 **Agenci NCIS 16** (1) – sens.
19.50 **Poirot 3** (5) – serial krym.
21.00 **Robin Hood** (7) – przyg.
22.15 **Sherlock i córka** (2)
23.15 **Poirot 3** (5) – serial krym.
0.25 **Agenci NCIS 16** (1) – sens.

SCI FI

9.40 **Medium 3** (11, 12) – krym.
11.30 **Bibliotekarz 3: Klątwa** FILM **kielicha Judasza** – film przygodowy, 2008, 110 min
13.20 **Przygody Merlina 2** (6, 7)
15.20 **Medium 3** (13, 14) – krym.
17.10 **SurrealEstate** (1, 2)
19.00 **Przygody Merlina 2** (8, 9)
21.00 **Adam** – thriller, USA/FILM Kanada 2004, 135 min
23.15 **DOA: Żywy lub martwy** FILM – film przyg., 2006, 110 min
1.05 **Bibliotekarz 2:** FILM **Tajemnice kopalni króla Salomona** – film przygodowy, 2006, 115 min
3.00 **SurrealEstate** (1, 2)
5.00 **Kroniki Spiderwick** (2)

FX HD

9.00 **Skymed 2** (6) – obycz.
10.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (20, 21) – krym.
11.55 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (22, 23)
13.45 **Agenci NCIS** (1, 2) – sens.
15.35 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (22, 23) – krym.
17.25 **Z archiwum X** (23, 24)
19.15 **Agenci NCIS: Sydney** (15)
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (1, 2)
22.00 **The Hunting Party** (5)
22.55 **Z archiwum X** (24) – s.f.
23.50 **Olimp w ogniu** – thriller, FILM USA 2013, 145 min
2.15 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (22, 23) – krym.

NOVELAS+ HD

10.00 **Opowieść o wyspie** (20)
11.00 **Otchłań namiętności** (143) – telen., Meksyk 2012
12.00 **Duma i uprzedzenie** (3)
13.00 **Róże i grzechy** (42)
14.00 **Domenica Montero** (5, 6)
16.00 **Róże i grzechy** (43)
17.00 **Duma i uprzedzenie** (4)
18.00 **Otchłań namiętności** (144) – telen., Meksyk 2012
19.00 **Miłość w Cabo** (3) – telen.
20.00 **Opowieść o wyspie** (21)
21.00 **Domenica Montero** (6)
22.00 **Róże i grzechy** (43)
23.00 **Duma i uprzedzenie** (4)
0.00 **Otchłań namiętności** (144) – telen., Meksyk 2012
1.00 **Miłość w Cabo** (3) – telen.

FX COMEDY HD

8.15 **Simpsonowie 33** (9, 10)
9.10 **Diabli nadali** (13-16)
11.00 **Jim wie lepiej 2** (13, 14)
12.00 **Sposób użycia 3** (12)
13.00 **Wszyscy kochają Raymonda 2** (24, 25)
14.00 **Wszyscy kochają Raymonda 3** (1-3) – kom.
15.30 **Simpsonowie 33** (9-12)
17.30 **Jak poznałem waszą matkę 6** (9-11) – kom., USA
19.00 **Współczesna rodzina 6** (4-7) – kom., USA 2014-2015
21.00 **Family Guy: Głowa rodziny 22** (9, 11)
22.00 **Agenci** – film sensacyjny, FILM USA 2013, 130 min
0.10 **Simpsonowie 33** (5, 6)

FILMBOX+ ONE HD

8.05 **Zagadki kryminalne panny Fisher 3** (3) – krym.
9.15 **Panna Scarlet i komisarz** (5) – krym., USA
10.20 **Panna Marple:** FILM **Tajemnica Sittaford** – film krym., 2006, 120 min
12.20 **Hudson i Rex 5** (5, 6)
14.35 **Poirot** – serial kryminalny
16.40 **Strażnik Teksasu 3** (13, 14) – serial sensacyjny
18.55 **Poirot** (7) – serial krym.
20.00 **Haker** – film sensacyjny, FILM USA 2015, 165 min
22.45 **Fenomen** – komediodram., FILM 1996, 150 min
1.15 **Amerykański ninja 2** FILM – film sens., 1987, 135 min

FILMBOX+ HITS HD

10.20 **Mack i Rita** – komedia FILM fantasy, 2022, 105 min
12.05 **Pokonać górę** – dramat FILM przygodowy, 2024, 110 min
13.55 **Camino** – dramat obycz., FILM Hiszpania 2008, 160 min
16.35 **El camino** – dramat FILM obyczajowy, 2008, 100 min
18.15 **Jak kochać się z D** FILM – komedia, Wielka Brytania 2019, 105 min
20.00 **Poznajmy się jeszcze raz** – komediodramat, FILM Francja/Bel. 2019, 130 min
22.10 **John Wick** – film FILM sensacyjny, 2014, 110 min
0.00 **Bull** – thriller, Wielka FILM Brytania 2021, 100 min

ROMANCE TV HD

8.30 **Górski lekarz** (64) – obycz.
10.25 **Diagnoza Betty** (171, 172)
12.20 **Statek marzeń** FILM **– Nusantara** – film obycz., Niemcy 2024, 115 min
14.15 **Lato na Langeoog** FILM – dramat obyczajowy, Niemcy 2022, 115 min
16.10 **Statek marzeń – Coco** FILM **Island** – film obyczajowy, Niemcy 2022, 115 min
18.05 **Górski lekarz** (65) – obycz.
20.00 **O, mamma mia!** – kom., FILM Niemcy 2012, 125 min
22.05 **Dora Heldt: Gratulacje!** FILM **Wygrał pan!** – film obycz., Niemcy 2014, 115 min
0.00 **Górski lekarz** (65)

PARAMOUNT NETWORK HD

10.20 **Uznajcie mnie za** FILM **winnego** – komediodram., 2006, 160 min
13.00 **Czarodziejki 2** (1, 2)
14.55 **Bogowie Egiptu** – film FILM przygodowy, USA/Australia/Chiny 2016, 155 min
17.30 **Lara Croft Tomb Raider:** FILM **Kolebka życia** – film przygodowy, USA/Niemcy/Japonia 2003, 150 min
20.00 **xXx: Reaktywacja** – film FILM sensacyjny, Chiny/Kanada/USA 2017, 140 min
22.20 **Uprowadzona 3** – film FILM sensacyjny, 2014, 125 min
0.25 **Niebezpieczny** – thriller, FILM USA 2021, 125 min

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

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD

7.00 Triathlon: T100 World Tour – Vancouver
8.30 Snooker: Turniej China Open – mecz finałowy
10.30 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 2. etap
12.30 Snooker: Turniej China Open – mecz finałowy
14.30 Kolarstwo: Cyclassics Hamburg
15.30 Kolarstwo: Czech Tour – 4. etap
16.30 Triathlon: T100 World Tour – Vancouver
18.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 2. etap

POLSAT SPORT 1 HD

6.00 Siatkówka kobiet: Memoriał Agaty Mróz-Olszewskiej
8.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
11.00 Cafe Futbol – magazyn piłkarski
12.30 Siatkówka kobiet: Memoriał Agaty Mróz-Olszewskiej: Polska – Włochy
15.00 Siatkówka kobiet: Memoriał Agaty Mróz-Olszewskiej
17.00 Tenis: Turniej ATP
LIVE w Cincinnati – 3. runda
Ostatni turniej przed US Open. W Ohio dobrze przygotować się do niego chce Daniił Miedwiediew.

CANAL+ SPORT HD

6.00 Liga+ Extra – mag.
8.15 Na pierwszym planie (4) – dok., Pol.
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Racing Santander – Villarreal CF
11.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Raków Częstochowa – KGHM Zagłębie Lubin
13.40 Liga+ Extra – mag.
15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Celta Vigo – Osasuna
18.10 1 na 1 Extra – magazyn sportowy
18.45 Na pierwszym planie (4) – dok., Pol.
19.30 Jej Wysokość Premier League – magazyn piłkarski

TVP SPORT DVB T2

5.45 Sportowy wieczór – program inform.
6.15 Pływanie: Mistrzostwa Europy – Paryż 2026 – 7. dzień – sesja wieczorna
8.00 Lekkoatletyka: ME – Birmingham 2026 – 7. dzień
10.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Zagłębie Lubin – Śląsk Wrocław
12.30 Piłka nożna: Betclic 1. Liga: ŁKS – Bruk-Bet Termalica Nieciecza
14.30 Lekkoatletyka:
LIVE Golden Sand 2026. Memoriał Szewińskiej, Komara i Ślusarskiego
17.30 Betclic 1. Liga magazyn (80) – mag.

ELEVEN SPORTS 1 HD

6.00 Legendy Bundesligi
7.00 Piłka nożna: 2. liga niemiecka – mecz: Holstein Kiel – St. Pauli
9.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Casa Pia – SL Benfica
11.00 Formuła 3: GP Węgier
12.30 Formuła 2: GP Węgier
13.45 Made in Italy (3)
14.00 Formuła 1: GP Węgier
16.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Sporting CP – Vitoria
18.00 Piłka nożna: Superpuchar Francji – mecz: RC Lens – PSG
20.00 AJ Auxerre – Małe miasto, wielki klub
20.30 Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością

DISCOVERY CHANNEL HD

9.00 Parker na złotym szlaku 3 – dok.
10.00 Wyprawa w nieznane 6 – dok.
11.00 Dżungla złota – dok.
12.00 Psy policyjne (3)
13.00 Fantastyczne zwierzęta z Forrestem Galante – serial dok.
14.00 Nagi instynkt przetrwania: Ameryka Łacińska (1) – serial dokum.
15.00 Złomowisko PL 8 (2)
16.00 Awantura o furę
17.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (13) – dok.
18.00 Polscy truckersi 2 (6) – program rozrywk.
19.00 Nagi instynkt przetrwania – dok.

SNOOKER

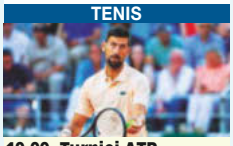


20.00 Turniej China Open – mecz finałowy

Zwycięzca turnieju wróci do domu bogatszy o kwotę 250 tysięcy funtów.

22.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 2. i 3. etap
0.00 Snooker: Turniej English Open – mecz finałowy
1.30 Kolarstwo: Czech Tour – 4. etap
2.15 Kolarstwo: Arctic Race of Norway – 4. etap
3.00 Snooker: Turniej English Open – mecz finałowy

TENIS



19.00 Turniej ATP
LIVE **w Cincinnati** – mecz 3. rundy

Novak Djoković ma na swoim koncie już trzy triumfy w tym tysięczniku. Ostatni raz Serb wygrał go w 2023 r. Wówczas w finale pokonał Carlosa Alcaraza po trzysetowej batalii.

21.00 Tenis: Turniej ATP
LIVE w Cincinnati – 3. runda
23.00 Tenis: Turniej ATP
LIVE w Cincinnati – 3. runda
1.00 Tenis: Turniej ATP
LIVE w Cincinnati – 3. runda
3.00 Tenis: Turniej ATP
LIVE w Cincinnati – 3. runda
5.00 Boks

PIŁKA NOŻNA



20.55 Liga hiszpańska
LIVE – mecz: RC Deportivo La Coruna – Elche CF

Beniaminek zainauguruje kampanię 2026/2027 od starcia z drużyną, która w poprzednim sezonie zagrożona była spadkiem.

23.05 Ekstraklasa po godzinach – magazyn piłkarski
0.15 Ekstrapaka: 4. kolejka – mag. piłkarski
1.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Piast Gliwice – Wieczysta
3.50 Ligomistrzowe historie (2, 5) – mag.

PIŁKA NOŻNA



18.55 Betclic 1. Liga: Arka
LIVE – Puszcza Niepołomice

Zespół gości rozpoczął kampanię 2026/2027 od porażki z Polonią Warszawa (0:1) na własnym boisku.

21.00 Betclic 1. Liga magazyn (80) – mag.
21.35 GOL – mag. piłkarski
23.00 Sportowy wieczór – program inform.
23.25 Boks: KBN: Silesia Boxing Night – podsumowanie
1.40 Boks: Gala w Leeds – podsumowanie
3.35 Boks: Gala w Tokio – podsumowanie

PIŁKA NOŻNA



21.15 Liga portugalska:
LIVE Casa Pia – SL Benfica

W ubiegłym sezonie ekipa Casapianos dwukrotnie urwała punkty faworyzowanym Orłom (2:2, 1:1:).

23.20 RC Lens – Sekrety sukcesu – reportaż
1.40 Made in Italy (9): SSC Napoli – mag. piłkarski
2.00 Piłka nożna: 2. liga niemiecka – mecz: FC Kaiserslautern – Karlsruher SC
4.00 Najlepsi obrońcy Bundesligi lat 90.
4.50 Najlepsi pomocnicy Bundesligi lat 90.

DOKUMENTALNY



21.00 Nic do zgłoszenia (1) – Polska 2019

Funkcjonariusze Służby Celno-Skarbowej monitorują granice, poszukując osób niebezpiecznych lub łamiących prawo. W ich pracy nie brakuje zaskakujących sytuacji.

22.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (14) – dok.
23.00 Awantura o furę
0.00 Największe napady świata – serial dok.
1.00 Hotrod wg Kindiga 8 – serial dok.
2.00 Policjanci z Kent – serial dok., Wlk. Bryt.
3.00 Łowcy staroci 11

EUROSPORT 2 HD

12.00 Snooker: Turniej China Open – mecz finałowy
12.30 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 2. etap: Alba – Limone Piemonte
14.00 Triathlon: T100 World Tour – Vancouver
15.30 Snooker: Turniej China Open – mecz finałowy
17.30 Motocross: Mistrzostwa świata w Uddevalli – 1. i 2. wyścig w klasie MXGP
19.00 Triathlon: T100 World Tour – Vancouver
20.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana – etap
22.00 Snooker: Turniej China Open – mecz finałowy

POLSAT SPORT 2 HD

8.30 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – mecz 2. rundy gry pojedynczej
11.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – 2. runda
13.00 Siatkówka plażowa: ME – Stare Jabłonki 2026
15.00 Piłka nożna: Liga holenderska
17.30 Piłka nożna: Liga holenderska
20.00 Piłka nożna: Liga holenderska
21.05 Piłka nożna: Puchar
LIVE Włoch: Palermo – Lecce
23.00 Siatkówka plażowa: ME – Stare Jabłonki 2026
1.00 Sporty walki: FEN

CANAL+ SPORT 2 HD

8.15 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – 2. runda
10.30 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – 2. runda
12.30 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – 2. runda
14.45 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – 2. runda
17.00 Tenis: Turniej WTA
LIVE w Cincinnati – 3. runda
19.00 Tenis: Turniej WTA
LIVE w Cincinnati – 3. runda
21.00 Tenis: Turniej WTA
LIVE w Cincinnati – 3. runda
23.15 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – 3. runda
1.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

EXTREME CHANNEL HD

9.00 Beyond The Beaten Path
10.00 World of X Games 2018
11.00 X Games – Minneapolis
12.00 Nitro Circus Live (5, 6)
13.00 Action Sports World (14)
14.00 WWE Highlights
17.00 KPW Kombat TV (1)
18.00 WWE Classic Gold (78)
18.15 WWE Highlights (18)
18.45 WWE Classic Gold (68, 1)
20.00 AEW Collision 2 (2632)
22.00 LoW – Legacy of Wrestling (5)
1.00 WWE Highlights
2.00 World of X Games 2018
3.00 Beyond The Beaten Path (1) – serial dokumentalny
4.00 Nitro Circus Live (5, 6)

ELEVEN SPORTS 2 HD

14.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Sporting CP – Vitoria SC
16.00 Piłka nożna: 2. liga niemiecka – mecz: Hannover – VfL Wolfsburg
18.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
20.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Rio Ave FC – FC Porto
22.00 AJ Auxerre – Małe miasto, wielki klub – film dokumentalny
22.35 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag. piłkarski
23.25 Made in Italy (17, 19)

DISCOVERY LIFE HD

8.15 Szpital (545, 546)
10.15 Nowa Maja w ogrodzie
11.15 Idealna niania 5 (13)
12.00 Idealna niania 6 (1)
12.45 Klinika bez tajemnic
14.45 Szpital (544, 545)
16.45 Idealna niania 5 (12, 13)
18.15 Idealna niania 6 (1, 2)
19.45 Klinika naturalnego piękna (1) – reality show
20.15 Skórze na ratunek 4 (4)
21.15 Dr Pryszczylla 3 (18)
22.15 Intruz w moim ciele
0.15 Nie do uwierzenia! 5 (1)
1.15 Bez tabu (5, 6) – magazyn
2.15 Druga twarz 3 (5) – rozr.
3.15 Szpital (402, 403)
5.15 Klinika urody (11) – mag.

POLSAT SPORT FIGHT HD

12.45 Sporty walki: UFC Fight Night – walka: Arnold Allen – Melquizael Costa
15.10 Boks: Babilon Boxing Show w Chojnicach: P. Stępień – S. Chusanow
17.50 Strzelnica Navala (10)
18.20 Sporty walki: FEN 57 w Piotrkowie Trybunalskim: D. Rzepecki – M. Jabłoński
19.55 Atleci – magazyn sportowy
20.20 Sporty walki: UFC 324 – walka: Justin Gaethje – Paddy Pimblett
22.05 Z archiwum ESPN – mag.
22.50 Boks: Rocky Boxing Night 19 w Karlinie: Jan Lodzik – Mateusz Polski 2

POLSAT SPORT 3 HD

6.00 Piłka nożna – mecz towarzyski
8.30 Siatkówka plażowa: ME – Stare Jabłonki 2026
11.00 Piłka nożna: Liga holenderska
13.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – 2. runda
15.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – 2. runda
17.30 Piłka nożna – mecz towarzyski
20.00 Piłka nożna: Copa Libertadores
22.30 Piłka nożna – mecz towarzyski
1.00 Sporty walki: Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD

10.15 Żużel: PGE Ekstraliga: Motor Lublin – Unia Leszno
13.10 Na pierwszym planie (4)
14.00 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: KS Toruń – Sparta
16.45 Magazyn PGE Ekstraliga
18.25 Piłka nożna: PKO BP
LIVE Ekstraklasa – mecz: Piast Gliwice – Wieczysta Kraków
21.00 Ekstraklasa po godzinach – mag. piłkarski
22.00 Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga – mag.
23.00 Jej Wysokość Premier League – mag. piłkarski
0.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia – Radomiak

ELEVEN SPORTS 4 HD

13.00 Werder Double – dok.
14.00 Piłka nożna: 2. liga niemiecka – mecz: Dynamo Drezno – SV Darmstadt 98
16.00 Piłka nożna: Superpuchar Francji: Lens – PSG
18.00 RC Lens – Sekrety sukcesu – reportaż
19.40 Magazyn piłkarski
20.10 Magazyn piłkarski
20.40 Birds of paradise – dok.
21.15 Najlepsi obrońcy Bundesligi lat 90. – mag.
21.50 Historyczne momenty Ligue 1 – cykl reportaży
22.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Casa Pia AC – SL Benfica

ELEVEN SPORTS 3 HD

12.00 Piłka nożna: 2. liga niemiecka – mecz: Hertha BSC – 1. FC Heidenheim
14.00 Piłka nożna: 2. liga niemiecka – mecz: Eintracht Brunszwik TSV – VfL Bochum
16.00 Made in Italy (5-8) – mag.
17.00 Serie A – mag. piłkarski
18.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Rio Ave FC – FC Porto
20.00 Piłka nożna: 2. liga niemiecka – mecz: Eintracht Brunszwik TSV – VfL Bochum
22.00 Piłka nożna: Superpuchar Francji: Lens – PSG

CANAL+ DOKUMENT HD

13.50 Spowity tajemnicą
14.50 Zapomniane świątynie Tybetu: Królestwo Mustangu – film dokum.
15.50 Oblężenie – film dok., Wł.
16.50 Miły Trener – historia Piotra Jeleniewskiego
17.55 Morze Południowo-chińskie. Kolejny punkt zapalny? – film dokum., Fr.
19.00 Oman. Klejnot Arabii (1, 2) – film dok., Niem. 2025
21.00 Broń ostateczna. Od Oppenheimera do Hiroszimy – film dok.
22.00 Piękni, silni i zdrowi
23.00 Arktyczna przyroda Laponii – dok., Finlandia

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Jak to jest zrobione?** – serial dokumentalny, Kanada
8.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny
11.00 **Inżynieria ekstremalna** – serial dokumentalny, USA
13.00 **Szyfry i spiski 2** – serial dokumentalny
14.00 **Zoom na architekturę** – serial dokumentalny
15.00 **Tajemnice lądowania na Księżycu** (1, 3, 6) – serial dokumentalny
18.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń** – serial dokumentalny, USA

ID HD

6.00 **Celnicy na straży Europy 4** (9, 17, 10, 18) – serial dokumentalny, Hiszpania
8.00 **Przerwana sielanka** – serial dokumentalny
10.00 **Krwawe tajemnice** – serial paradokumentalny, Kanada 2019
12.00 **Wyrok do podważenia** – serial dokumentalny, USA 2021
14.00 **Ostatnie pożegnanie** – serial paradokum., 2019
16.00 **Morderstwo na bagnach 3** – serial dokumentalny, USA 2015

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

10.00 **Porzucone konstrukcje** (10)
11.00 **Plemienna szkoła przetrwania: Ekstremalne safari** (2) – dok., Wlk. Bryt.
12.00 **Megamaszyny** (4-6)
15.00 **Katastrofa w przestworzach** (5)
16.00 **Starożytne konstrukcje** (6)
17.00 **Tajemnicze wyspy** (1) – dok., Kanada
18.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy** (3, 2) – dok.
20.00 **Katastrofa w przestworzach** (4) – serial dokum.
21.00 **Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny** (6) – serial dokumentalny

FOKUS TV DVB T2

6.05 **48h. Zaginieni** (12)
7.00 **Byli sobie podróżnicy** (7-10)
8.55 **Wehikuł czasu** (817)
9.00 **Starożytni kosmici** (10) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (14, 15) – reality show
12.00 **Tajemnice II wojny światowej** (11) – dok.
13.00 **Poszukiwacze historii** (11, 12) – dok.
14.00 **Zaginione królestwo piratów** (6) – dok., Wlk. Bryt.
15.00 **Truckersi przez Australię** (11) – dok.
16.00 **Dorwać łuńczyka** (7, 8) – serial dok., USA
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (18, 19) – serial dok.
20.00 **Galileo 28** (15)

TVP HISTORIA DVB T2

8.30 **1920. Wojna i miłość** (3) – serial hist., Polska
9.20 **Ex Libris** – magazyn
9.45 **Nasze Hollywood, czyli początki kina w Polsce** – film dokum., Polska 2020
10.50 **Jacek Cygan. Życie jest sztuką** – film dokum., Polska 2025
11.55 **Magiczny Adriatyk** (1) – serial dok., Niem.
13.00 **Zabójcza nauka 2** (4) – serial dokumentalny
14.05 **Janosik** (3) – przyg.
15.05 **Na bitewnym szlaku** (1) – pr. hist.
15.30 **Sensacje XX wieku**
18.05 **1920. Wojna i miłość** (4) – serial hist., Polska
19.00 **Odtajnione powstanie**

HISTORY HD

13.05 **Starożytni kosmici 17** (14) – dok.
14.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 3** (12) – dok., USA
14.50 **Największe tajemnice świata 6** (9) – serial dok., USA
15.45 **Gwiazdy lombardu 13** (14)
16.15 **Wykute w ogniu 4** (16) – reality show
17.10 **Skarby Hitlera: ostatnia wyprawa** (6) – serial dokum.
18.10 **Największe tajemnice świata 7** (13) – serial dok., USA
19.05 **Starożytni kosmici 16** (6) – dok.
20.00 **Starożytni kosmici 17** (15, 12)

DOKUMENTALNY



21.00 Jak działa wszechświat?

We wszechświecie jest niezliczona liczba gwiazd i planet. Najnowsze badania zmuszają naukowców do pochylenia się nad pytaniem, czy tylko na Ziemi jest życie.

23.00 **Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem** – dok.
1.00 **Tajemnice lądowania na Księżycu** (1, 3, 6) – serial dokumentalny
4.00 **Poszukiwacze dinozaurów** – dok.

DOKUMENTALNY



18.00 Morderstwo w tropikach – Wielka Brytania 2022

Podczas wakacji w Indiach wolny duch włącza się w dyskusję Brytyjczyków z miejscowymi mieszkańcami.

20.00 **W piątek, trzynastego** – serial dokum., USA
21.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet: uciekłam seryjnemu mordercy** – serial dokum., USA 2025
0.00 **Szokująca prawda 14**

DOKUMENTALNY



22.00 Ostatni lot: Anatomia katastrofy (7)

Airbus A330-203 zaginął nad Atlantykiem. Analiza rejestratorów pokładowych pozwoliła zrekonstruować zdarzenia, które doprowadziły do tego, że maszyna wpadła do oceanu.

23.00 **Katastrofa w przestworzach** (5)
0.00 **Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny** (6)
1.00 **Katastrofa w przestworzach** (6, 2) – serial dokum.
3.00 **Car S.O.S** (6, 7) – dok.

DOKUMENTALNY



21.00 Najkrwawsze bitwy drugiej wojny światowej (7) – Wielka Brytania 2015

Dynamiczna opowieść o przełomowych momentach i strategicznych działaniach, które miały decydujący wpływ na wynik wojny.

22.00 **Ostatni bastion Hitlera 3** (3, 4) – dok., Kan. 2021
0.00 **Starożytni kosmici** (15) – serial dok., USA
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (30-33) – serial dok.
5.00 **Kołowrotek** (4, 5) – magazyn wędkarski

SENSACYJNY



20.00 Trzeci oficer (4) – Polska 2008

Aldona dzwoni do Kruszona z informacją, że ktoś uprowadził Agatkę, po czym rusza w pogoń za porywaczami. W czasie pościgu ma poważny wypadek samochodowy.

20.55 **Tajemnice szpiegów. Atomowa gra** (1)
21.55 **II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa** (10)
23.00 **Sensacje XX wieku**
1.10 **Encyklopedia II wojny światowej**
1.40 **Trzeci oficer** (4)

DOKUMENTALNY



22.00 Największe tajemnice świata 7 (18) – USA 2026

W 1775 roku brytyjskie wojska wkroczyły do Lexington, co rozpoczęło amerykańską rewolucję. Eksperci zastanawiają się, kto uprzedził Patriotów o marszu Brytyjczyków.

23.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 4** (1) – serial dok., USA
23.55 **David Duchovny: archiwum tajemnic 2** (10) – serial dokumentalny
0.50 **Starożytni kosmici 17** (15) – dok.

DISCOVERY HISTORIA HD

9.00 **Polscy szpiedzy** (8) – dok.
10.00 **Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki**
11.00 **Militaria na warsztat** (7)
12.00 **Muzealne tajemnice**
14.00 **Łowcy klasyków** – rozr.
16.00 **Perełki na warsztat**
17.00 **Magazyn staroci Lamersa** (1) – serial dok.
18.00 **Łowcy staroci** (14, 15)
20.00 **Spotkania z obcymi: fakty czy mity** (2) – dok.
22.00 **Tajemnice Alaski** – dok.
23.00 **Na tropie legendarnych potworów** – serial dok.
0.00 **Klub odkrywców** – dok.
2.00 **Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki**

PLANETE+ HD

12.35 **360° Świat bez granic**
13.45 **Najpiękniejsze rzeki świata 2** (1) – serial dok.
14.45 **Monachium 1972** (1)
15.50 **Niezwykłe podróże koleją 13** (1) – serial dok.
16.55 **Świat z góry 8** (10, 11)
17.55 **Dokąd dzisiaj? 4** (143)
18.15 **Polska z góry 10** (7, 8)
19.10 **Mam zamek 2** (9) – dok.
19.45 **Żyć i umrzeć jak Christopher Lee** – dok.
21.45 **Parada równości**
22.00 **Legendarne bitwy 2** (2)
23.10 **Obrzezanie. Prawdy i mity** – film dokumentalny
0.15 **Niezwykłe podróże koleją 13** (2) – serial dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

13.00 **Dzika przyroda strefy równikowej** (3) – dok.
14.00 **Węże w mieście: miasta pełne węży** (1) – dok., USA
15.00 **Zabójcze królestwo Afryki** (5) – serial dok., RPA
16.00 **Dzikie Indie** (1) – dok.
17.00 **Niezwykłe wędrówki zwierząt** (3) – serial dok.
18.00 **Kierunek Wild: Dzika Floryda** (2) – film dokum.
19.00 **Dzika konfrontacja** (11)
20.00 **Najgroźniejsze zwierzęta świata** (1)
21.00 **Niezwykły dr Pol** (17, 18, 15, 5) – serial dok.
2.00 **Dzika przyroda strefy równikowej** (3): Afryka

POLSAT VIASAT NATURE HD

11.25 **Lista drapieżników** (1)
12.30 **W okowach mrozu 4** (10)
13.30 **Śpiące olbrzymy: wulkany Europy** – dok.
14.40 **Rzeczne potwory 3** (4)
15.45 **W okowach mrozu 4** (10)
16.40 **Dzika Tajlandia** (1)
17.50 **Wielkie koty: naukowe spojrzenie** – film dokum.
19.00 **Rzeczne potwory 3** (4)
20.00 **W okowach mrozu 4** (11)
21.00 **Nasza nieprzewidywalna planeta** (1) – serial dokum.
22.00 **Lista drapieżników** (1)
23.10 **W okowach mrozu 4** (11)
0.05 **Śpiące olbrzymy: wulkany Europy** – dok.

BBC EARTH HD

13.35 **Wyspy. Laboratoria natury** (6) – dok., Wlk. Bryt.
14.35 **W okowach mrozu 6**
16.40 **Wietnamskie przygody Billa Baileya** (4) – dok.
17.45 **Wyspy. Laboratoria natury** (6) – dok., Wlk. Bryt.
18.45 **Dziki połów** (1) – dok.
19.45 **Największe zagadki nauki** (6) – dok., Wlk. Bryt.
20.55 **W okowach mrozu 6**
22.55 **Wietnamskie przygody Billa Baileya** (4) – dok.
0.00 **Wielka nowozelandzka przygoda** (1) – serial dok.
1.00 **Wyspy. Laboratoria natury** (6) – dok., Wlk. Bryt.
2.00 **Zabójcza pogoda 5** (1)

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 tropie wymarłych gatunków** – serial przyrod.
18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych** – serial dok.
19.00 **Cztery kąty, cztery łapy** – serial dokumentalny, USA
20.00 **Niebezpieczne rewiry** – serial dokumentalny
21.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
22.00 **Projekt akwarium** – dok.
23.00 **Resocjalizacja z pitbullem 7** – serial dok.
0.00 **Małżeństwo w dżungli 2**

TVP DOKUMENT HD

12.00 **Korona Gór Polski**
12.30 **Karnawały** – serial dokum.
13.35 **Wyspy Kanaryjskie** (1)
14.35 **Kalendarz przyrody** (3)
15.40 **Tajemnice piorunów**
16.45 **Świątynie świata** (1)
17.50 **Sanatorium miłości 8** (8)
18.45 **Łazuka dzieckiem podszyty** – film dok., Pol.
20.00 **Fale gorąca** – film dokum.
21.05 **Zatoka Neapolitańska. W cieniu wulkanów**
22.10 **Królowe mafii** (6) – dok.
23.15 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
23.20 **Komputery kontra przestępczość** – dok.
0.25 **Sanatorium miłości 8** (7)

POLSAT DOKU HD

14.00 **Najwyższe góry świata. Życie nad chmurami** (2)
15.05 **Świat z góry. Zamki** (5, 6)
17.25 **Top 10 Największe tajemnice świata** (5, 6)
18.45 **Świat z góry. Podróże pociągiem** (2) – serial dok.
19.50 **Droga bez powrotu. Przemoc gangów w Szwecji** – film dok., Fr.
20.55 **Poza kontrolą: Park rozrywki – od szaleństwa do koszmaru** – film dok.
22.00 **Sekretny świat amiszów** – dok., Wlk. Bryt.
23.10 **Trumpowie. Pozłacana dynastia** – film dokum., Fr.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

13.20 **Czarodzieje z kanadyjskich złomowisk** (8) – dok., Kan.
14.15 **Australijscy poszukiwacze złota 8**
16.15 **Drwal z Vancouver Island 2** (6) – reality show
17.10 **Lodowi wikingowie** (6)
18.10 **Złoto Jukonu 2** – dok.
19.00 **Australijscy poszukiwacze złota 10** (1, 2) – serial dok., Australia
21.00 **Najcięższe więzienia Ameryki** (6) – serial dok.
22.00 **Nago, samotnie i do domu daleko** (5)
23.00 **Za kratami: najcięższe więzienia na świecie 2**

POLSAT VIASAT HISTORY HD

10.25 **Dyktatorzy: Droga do władzy** (5) – serial dok.
11.35 **Tajne bazy nazistów 3**
12.30 **Królowie-zabójcy** (1, 2)
14.30 **Faraonowie: nie tylko piramidy** (1, 2) – serial dok.
16.35 **Punkty zwrotne II wojny światowej** (3)
17.45 **Dyktatorzy: Droga do władzy** (6) – serial dok.
18.50 **Konkwistadorzy: powstanie i upadek** (1)
19.55 **Wikingowie: narodziny imperium** (6) – serial dok.
21.00 **Wojna Adolfa Hitlera** (6)
22.05 **Królowie-zabójcy** (6)
23.10 **Tajne bazy nazistów 3**
0.05 **Królowie-zabójcy** (1, 2)

CI POLSAT HD

13.15 **Medycy, którzy zabijają 4** (1) – serial dok.
14.10 **Podmiejski koszmar** (4)
15.05 **Zabójcze wakacje 2** (5)
16.00 **Prawda leży pod ziemią 2** (4) – serial dok.
17.00 **I nie opuścisz mnie aż do śmierci 3** (8) – dok.
18.00 **Polskie zabójczynie 5**
19.00 **Ktoś ma coś do ukrycia** (11) – serial dok., Wlk. Bryt.
20.00 **I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5** (26) – dok.
21.00 **Mordercze babcie** (1)
22.00 **Kobiety, które niosły śmierć 12** (3, 4) – dok.
23.55 **Prawda leży pod ziemią 2** (4) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

10.10 **Dziwaczne potrawy: smakowite miasta**
12.15 **Budowa na końcu świata** (2, 3) – serial dok.
14.15 **Człowiek kontra jedzenie** (17) – mag. kulin.
14.50 **Kulinarne podróże z Guyem Fierim** (14-16)
16.20 **Tu jest pięknie** (1) – rozr.
16.55 **Ed Stafford poza cywilizacją** (3, 4) – dok.
18.55 **Szokujące potrawy** (1, 2)
21.00 **Sprawa dla medium i detektywa** (8, 10) – dok.
23.05 **Kobieta na krańcu świata** (5-7) – serial dok.
0.50 **Budowa na końcu świata** (2, 3) – serial dok.

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

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA
14.10 **Kulturalni**
15.00 **Serwis Info**
15.10 **Kiedyś to było...**
15.40 **63. KFPP w Opolu – 45 lat. Jubileusz Lady Pank**
16.00 **Zaraz wracam 2** (123) – serial obycz.
16.30 **Barwy szczęścia** (3360) – serial obycz.
17.00 **Teleexpress**
17.20 **Gra słów. Krzyżówka** (1085)
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **Słownik polsko@polski** (688)
18.45 **Panorama**
19.20 **Powstanie Warszawskie dzień po dniu** (17)
19.30 **Program informacyjny**

TVP ROZRYWKA
10.05 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Czterdziestolatek** (9) – obycz., Pol. 1975
14.10 **Rodzinka.pl** (219, 220) – kom., Pol.
15.20 **Niepewne sytuacje 3** (10) – rozr.
15.45 **Program rozrywkowy**
16.10 **T jak TEY** – pr. rozr.
17.25 **Va banque** (968)
18.00 **Koło fortuny** (2014)
18.35 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
19.40 **Makłowicz w podróży** – mag.
20.15 **Postaw na milion**
21.15 **Kabaret Letnią Porą** (47) – pr. rozrywk.

POLSAT CAFÉ
6.05 **Demakijaż** (47-52) – program rozrywkowy
9.00 **Drugie życie sukni ślubnej** (7) – pr. rozr.
9.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (19, 20) – reality show
12.30 **Oszukane** (21, 22) – serial paradokum.
14.30 **Komisarz Mama** (11) – serial krym., Polska
15.30 **Bogaty dom – biedny dom** (105) – reality show
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (6) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (298, 299) – reality show, Polska
20.00 **Kolacja w ciemno** (57) – pr. rozrywk.

TV 4 DVB T2
6.00 **Strażnik Teksasu** (11, 12) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (113)
8.55 **Policjantki i Policjanci** (562, 563) – serial obycz., Polska
10.55 **Na ratunek 112** (1160, 1161) – paradok.
11.55 **Dlaczego ja?** (809, 810) – paradok.
13.55 **Trudne sprawy** (836-838) – paradok.
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1425) – serial obycz., Polska
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (543) – reality show
19.00 **Policjantki i Policjanci** (1426) – serial obycz., Polska

TTV HD DVB T2
10.35 **Detektywi** (79, 80)
12.35 **Zakup w ciemno 4** (26) – reality show
13.35 **Zakup w ciemno 6** (23) – reality show
14.35 **Nic do zgłoszenia 5** (10) – serial dokum.
15.35 **Złomowisko PL 7** (2)
16.45 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, sport**
17.05 **Gogglebox. Przed telewizorem 23** (14)
18.05 **Zakup w ciemno extra** (16)
18.40 **Gogglebox. Przed telewizorem 23** (12)
19.45 **Express** – pr. inform.
20.05 **Zakup w ciemno 6** (24) – reality show
21.05 **Zakup w ciemno extra** (13)
21.45 **Express** – pr. inform.

TVN STYLE HD
5.20 **Ach, ten ślub!** (6) – program rozrywkowy
6.10 **Anatomia piękna 2** (7) – program rozrywkowy
7.05 **Co za tydzień** – magazyn kulturalny
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Ugotowani** (6, 7) – program kulinarno-rozrywkowy
13.25 **Kuchenne rewolucje** (1, 8) – program rozrywkowy
15.35 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (4, 5) – reality show
17.05 **Magda gotuje internet** (3) – magazyn kulinarny, Polska 2026

20

HISTORYCZNY



20.25 Wojenne dziewczyny (1) – Pol.

Wybucha II wojna światowa. Pochodząca z inteligenckiej rodziny Irka przeżywa nalot na szpital, w którym pracuje. Oczekuje na powrót narzeczonego Kamila.

21.15 **Królowa Bona** (12) – serial hist., Pol. 1980
22.10 **Majówka na molo. Zakochani w piosence** – koncert
23.15 **Panorama**
23.45 **Gabi Drzewiecka zaprasza** (6)
0.30 **Andrzej Wajda – Notatki**

KOMEDIOWY



22.10 Rodzinka.pl (72) – Polska 2012

Natalia i Maria wybierają się na zakupy. Tomek, Kuba i Kacper buntują się przeciwko rodzicielskim nakazom. Natalia i Ludwik mają twardy orzech do zgryzienia.

22.50 **Lato z Radiem i Telewizją Polską** – widowisko
1.05 **Koło fortuny** (2014, 1989) – teleturniej
2.25 **Kabaret Letnią Porą** (15, 5) – pr. rozrywk.
4.30 **Hity wszech czasów** (21) – mag.

DOKUMENTALNY



21.05 Więzienie kobiet (120, 121)

Codzienne życie w zakładzie karnym. Osadzone starają się funkcjonować normalnie mimo izolacji. Każda z nich jest świadoma straty i konsekwencji swoich czynów.

22.05 **Miłość z internetu** (9, 10) – serial dokum.
23.00 **Gry małżeńskie** (114, 115) – reality show, Polska
1.05 **Więzienie kobiet** (125-128) – serial dokumentalny, Polska
3.00 **Zdrady** (52-54) – serial paradokum.

KRYMINALNY



20.00 Uroczysko (245, 246) – Polska 2026

Kacper Piotrowski przeżywa dramat po śmierci 11-letniego syna, a policja z Uroczyska bada sprawę. Filip zauważa tajemniczą plamę, która dziwnie pachnie.

21.05 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (149)
22.05 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1032)
23.05 **Krwawe igrzyska** FILM – film krym., Hongkong 2016, 125 min
1.10 **Love Island. Wyspa miłości** (55)

ROZRYWKOWY



22.00 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (6)

Sylwia Bomba i Ewa Mrozowska komentują odmieniony program „Kocham Cię, Polsko". Śledzą również zmagania uczestników z naturą i rywalami na „Farmie".

23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 22** (9)
0.00 **Damy i wieśniaczki. PL 9** (2) – fab.-dok.
1.00 **Ciężarówką przez Wietnam** (7) – dok.
2.00 **Wyburzacze 9** (7, 8)
3.25 **Sędzia Anna Maria Wesołowska 7** (12, 13) – fab.-dok., Pol.

ROZRYWKOWY



17.40 Kuchenne rewolucje (8, 9, 7)

W Turku znajduje się restauracja Piwnica Smaku założona przez Jarka, wielbiciela Magdy Gessler. Mężczyzna otworzył ją tuż przed pandemią, ale nie odniósł sukcesu.

20.50 **Jestem z Polski** (2, 3)
22.50 **Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9**
0.15 **Mroczne sekrety małżeńskie** (1) – dok.
1.20 **Dorota was urządzi!** (9) – program rozrywk.
2.05 **Anka testuje internety** (1) – rozr.

TVP HD HD
11.20 **Na sygnale** (732, 733)
12.25 **Ojciec Mateusz 9** (117)
13.20 **Komisarz Alex 7** (81)
14.15 **Ranczo 5** (57, 58) – obycz.
16.10 **Gwiazdorska kuchnia Ani 4** (39) – magazyn kulin.
16.40 **Tańcząca ze światem – Grecja** (4) – magazyn
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 28** (360)
19.20 **Ranczo 4** (47) – obycz., Pol.
20.10 **Rodzinka.pl** (292, 293)
21.25 **Ojciec Mateusz 33** (428)
22.20 **El Dorado** – western, FILM USA 1967, 140 min
0.40 **Oda do radości** – film FILM obycz., Pol. 2005, 125 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 **Obietnice wyborcze** – melodramat, Niemcy 2015, 120 min
21.50 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Zajęte serca** – melodram., Niemcy 2014, 105 min
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

ZOOM
8.00 **Strażnik Teksasu 2** (8, 9)
10.00 **MacGyver 4** (12, 13)
12.05 **Sekrety starożytnej inżynierii** (8) – serial dok.
13.20 **Sensacje XX wieku**
15.45 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
18.00 **FBI 4** (11, 12) – serial krym.
20.00 **Kobra – oddział specjalny 25** (11, 12)
22.00 **Kabaretowe przeboje 4**
23.00 **Magia nagości 6** (2) – rozr.
0.10 **Magia nagości. Norwegia** (5) – pr. rozrywk.
1.00 **Adam szuka Ewy. Finlandia** (5) – reality show
2.00 **Hity polskiego kabaretu 7** (5, 6) – pr. rozr.

TLC HD
13.00 **Wiza na miłość: znowu do wzięcia 4** (1)
15.00 **Wiza na miłość: dalsze losy, pościelowe rozmowy 9** – reality show
16.00 **Historie wielkiej wagi**
18.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 7**
20.00 **Wiza na miłość 12** (12)
22.00 **Kobiety plus size. Mroczne oblicze Pearadise** – film dokum.
23.00 **Koleżanki na zabój**
0.00 **Dr Pyszczylla** (11) – dok.
1.00 **Kobiety plus size. Mroczne oblicze Pearadise** – film dokum.
2.00 **Wiza na miłość 12** (12)

C+ KUCHNIA HD
16.10 **Jakubiak rozgryza Polskę** – mag.
16.40 **Jamie Oliver: 5 składników po śródziemnomorsku** (1)
17.35 **Jamie Oliver: jedz na zdrowie** (1) – dok.
18.30 **Sachie w Nowej Zelandii 2** (1, 2) – dok.
19.25 **M jak mięso 6** (6) – dok.
19.50 **Jamie gotuje w Gruzji**
20.45 **Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień** (24)
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 11**
23.00 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 9** (1)
0.45 **Top Chef 20** (5)

TVN TURBO HD
13.00 **Mobilni mechanicy**
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** (8) – rozr.
19.45 **Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia** (7) – pr. rozr.
20.15 **Naprawy nie do naprawy** (6) – mag.
21.00 **Wojny samochodowe**
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Jeździć, obserwować**
23.45 **Z drugiej ręki** (7) – mag.
0.30 **Nauka jazdy** (4) – pr. rozr.
1.00 **101 gadżetów motoryzacyjnych** (6)

NOWA TV DVB T
9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (11, 14) – kom.
10.30 **Więzienie** (31-33) – dok.
12.00 **Poirot 3** (6, 7) – serial krym.
14.00 **Świat według Kiepskich** (409, 410) – kom., Pol. 2013
15.00 **Świat według Bundych** (256-261) – serial kom., USA
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (8) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (7-10)
21.00 **Zdrady** (36) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (70, 71, 109) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (60, 61)
3.50 **Wehikuł czasu** (817, 816)
4.00 **Sala operacyjna** (10)
4.30 **Sala operacyjna 4** (2)

METRO
8.30 **Szpital** (842, 843)
10.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (411, 412)
12.30 **SOS Ekipy w akcji** (58)
13.30 **Brzydula** (87, 88) – kom.
14.40 **Za głosem serca** (3)
15.50 **Magda M. 2** (4) – obycz.
16.55 **Idź na całość** (14) – rozr.
18.00 **Złomowisko PL 2** (1)
19.00 **Kartoteka 5** (19, 20)
21.05 **Kryminalni** (6, 7) – krym.
23.15 **Hannibal** (1) – serial krym.
0.20 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4** (3) – dok.
1.20 **Szpital** (829) – paradok.
2.20 **Szkoła** (587) – paradok.
3.20 **Nowa Maja w ogrodzie 5** (33, 34)

ANTENA HD DVB T2
13.00 **Niezwykły dr Pol** (1)
14.00 **Klątwa Wyspy Dębów 3**
15.00 **Poszukiwacze Złota: Żądza Bogactwa** (8, 9)
15.55 **Australijscy poszukiwacze złota 6**
18.00 **77 TV 5** (18, 28) – pr. rozr.
20.00 **Morderstwa we Francji** FILM **– Catalonia** – dram. krym., Francja 2024, 120 min
22.00 **Detektyw Candice: Niezawodny instynkt 3** (3) – serial kryminalny, Fr.
23.10 **Detektywi z Bordeaux 5** (7) – serial krym., Fr./Bel.
0.20 **Polska. Największe tajemnice 2** (2, 3) – rozr.
2.30 **Kryminał Wronki** (3, 4)

WP DVB T
12.00 **Wariaci za kierownicą 4**
13.00 **Makłowicz w podróży**
14.05 **Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver 4** (10, 11)
16.00 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2** (13)
16.55 **Pogoda**
17.05 P! **Serce do naprawy** FILM – komedia romantyczna, Niemcy 2020, 115 min
19.00 **Strażacy z sąsiedztwa** (10) – serial dok., Pol. 2025
20.00 **Pogromca tajemnic** (3)
21.00 **Sekrety tajnych stowarzyszeń** (3) – dok.
21.55 **Pogoda**
22.00 **Mistrzowie Kabaretu 15**
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 7**

C+ DOMO HD
13.05 **Cuda z drewna** (12)
14.05 **Wakacyjne domy na wynajem** (19) – dok.
14.55 **Po pierwsze: lokalizacja!** (6) – dok.
15.50 **Meblokreacje** (9, 10)
16.50 **Gardeners' World 16** (3)
18.00 **Ucieczka na wieś 22** (40)
18.55 **Wielkie projekty: Australia 10** (4) – dok.
20.00 **Daleko od miasta 10** (7, 8) – serial dok., Pol. 2023
21.00 **Wakacyjne domy na wynajem** (20) – dok.
21.55 **Wielkie projekty: Australia 12** (7) – dok.
23.05 **Po pierwsze lokalizacja! – Nowa Zelandia** (2)

HGTV HD
8.05 **Moje miasto, mój dom 9**
10.00 **Widok, na który cię stać**
11.00 **Usterka 11** (27, 28)
12.30 **Podwórkowa reaktywacja 11** (8-11)
14.25 **Mieszkanie na miarę**
16.25 **Polowanie na ogród 5**
17.30 **Polowanie na ogród – tarasy** (1) – pr. rozrywk.
18.05 **Będzie pięknie** (6) – rozr.
19.00 **Weekendowa metamorfoza 2** (6) – rozr.
20.00 **Zgłoś remont 4** (10) – rozr.
20.55 **Dorota was urządzi!**
22.25 **House Hunters – Poszukiwacze domów 4** (1-4) – pr. rozr.
0.40 **Usterka 11** (25) – fab.-dok.

P! Premiera w TV

STACJE DZIECIĘCE | STACJE INFORMACYJNE

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (331) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (981, 982) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 **Sekrety rodziny** (68-70) – paradok., Pol.
11.30 **Trudne sprawy** (977) – serial paradokum.
12.30 **Dlaczego ja?** (1404, 1405) – serial paradokum.
14.30 **Świat według Kiepskich** (81-83, 245, 246)
17.00 **48h. Zaginieni** (211, 212) – serial kryminalny, Pol. 2023
19.00 **Gliniarze** (1023) – serial paradokum.
20.00 **Ślad** (15) – krym., Pol.

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 **Wydarzenia**
6.45 **SuperLudzie Extra** (54) – magazyn
6.55 **Na ratunek 112** (765, 766) – paradok.
7.55 **Doktor Martin** (31, 32) – serial obycz.
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **SuperLudzie 2** (19, 20) – serial dok.
11.30 **Świat według Kiepskich** (358-361)
13.30 **Bitwa o palety** (7)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (7) – reality show
16.00 **Ninja Warrior Polska** (35)
18.00 **Świat według Kiepskich** (468, 469, 554, 555)
20.00 **Złomiarze** (27) – dok.

TV 6 DVB T

6.00 **Więzienie** (215, 216)
6.55 **Policjantki i Policjanci** (761, 762) – serial obycz., Polska
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (80, 81) – serial sens., Niemcy
10.55 **48h. Zaginieni** (226-228) – krym., Pol.
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1226) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (97, 98)
15.55 **Kobra – oddział specjalny** (82, 83) – serial sens., Niemcy
18.05 **Strażnik Teksasu** (13, 14) – serial sens.
20.05 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (99, 100) – serial krym., USA/Kanada

BBC FIRST HD

6.00 **Z pamiętnika położnej 11** (2)
6.50 **Ulica nadziei 3** (15)
7.45 **Ulica nadziei 4** (1)
8.45 **Lewis 9** (1) – krym.
9.45 **My Life is Murder 5** (6) – serial kryminalny
10.40 **Śmierć pod palmami 6** (3) – krym.
11.45 **Z pamiętnika położnej 11** (2)
12.55 **Ulica nadziei 4** (2, 3)
14.55 **Ojciec Brown 10** (5)
16.00 **Lewis 9** (1) – krym.
17.00 **My Life is Murder 2** (1) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 15** (2)
19.55 **Śmierć pod palmami 6** (4) – krym.
21.00 **My Life is Murder 5** (7) – serial kryminalny

TVP ABC DVB T2

7.40 **Ptyś i Bill** (53) – anim.
7.50 **Czarodziejskie miasteczko Pinokia** (51) – serial anim.
8.10 **Piotruś Królik 2** (102)
8.35 **Wegezaury 3** (52)
8.40 **Świnka Peppa 7**
9.00 **Tru i Tęczowe Królestwo** (26)
9.30 **Domisie** – dla dzieci
10.00 **Zwierzaki Czytaki** (185) – program eduk.
10.20 **Przygody Bolka i Lolka** (31, 32) – anim.
10.45 **Rodzina Treflików 3**
11.10 **Odo** (50-52) – anim.
11.35 **Stacyjkowo** (83, 84)
11.55 **Pszczółka Maja** (52)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
13.00 **Figu Migu na planecie Czochras** (40)

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**

PARADOKUMENTALNY



21.00 Gliniarze (818) – Polska 2023

Zostają znalezione zwęglone ludzkie szczątki. Stróże prawa odkrywają, że w sprawę może być zamieszany biznesmen, który próbuje przejąć pobliskie grunty.

22.05 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (125, 126) – dok., Pol.
23.00 **Świat według Kiepskich** (403, 404)
0.00 **Ślad** (89) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (33)
2.10 **Wydarzenia**
2.50 **Ewa gotuje** (516)
3.25 **Demakijaż** (101)

KOMEDIA



21.00 Zamiana ciał – USA 2011, reż. David Dobkin, 145 min

Prawnik Dave oraz jego bezstroski kumpel Mitch zazdroszczą sobie nawzajem życia, które prowadzą. W tajemniczych okolicznościach przyjaciele zamieniają się ciałami.

23.25 **Król Skorpion** – film przyg., USA/Niemcy/Belgia 2002, 110 min
1.15 **Świat według Kiepskich** (404-408) – serial kom., Polska
3.55 **Nasz nowy dom** (245, 246) – reality show, Polska 2021

KRYMINALNY



22.00 Czarna lista (1) – USA 2013, wyk. James Spader

Były agent Raymond Reddington musi uciekać przed FBI. Zawiera z dawnymi kolegami układ. Pomoże im schwytać terrorystę Zamaniego, ale będzie się kontaktował tylko z agentką Keen.

23.10 **Łowca pedofilów** (205-208) – dok., Pol.
1.10 **Więzienie** (154, 156, 155, 157, 158) – dok.
3.35 **Septagon** (43, 44) – serial kryminalny, Pol.
5.45 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

KRYMINALNY



22.00 Happy Valley 3 (1, 2) – Wielka Brytania 2014

Catherine znajduje szczątki. To uruchamia lawinę zdarzeń, które prowadzą do Tommy'ego Lee Royce'a. Mężczyzna był przed laty ścigany przez policję. Funkcjonariuszka oskarża go o śmierć swojej córki.

0.15 **Zbrodnie Saint-Pierre** (2)
1.15 **Śmierć pod palmami 6** (4) – krym.
2.25 **Morderstwa w Midsomer 15** (2)
3.55 **Ojciec Brown 10** (5)
4.40 **Moja rodzinka 2** (3)

ANIMOWANY



13.20 Tygrysek Percy i jego opowieści

Flap-Flap zostaje wysłana z tajną misją. Zamierza utrzymać to w tajemnicy przed przyjaciółmi.

13.45 **Świnka Peppa**
14.10 **Henrietta** (27, 28)
14.30 **Oli i Luna** (25, 26)
14.55 **Oktonauci 4**
15.20 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (52) – mag.
15.40 **Bella i Sebastian**
16.05 **Pat i świat** (13-15)
16.35 **Dino Ranczo**
17.05 **Pszczółka Maja**
17.30 **Robin Hood** (51, 52)
18.00 **Kucharz Shane**

MAGAZYN



21.00 Polska i świat

Codzienny autorski program informacyjny, w którym prowadząca podsumowuje najważniejsze wydarzenia z kraju i z zagranicy.

22.00 **Szkło kontaktowe** – program rozrywkowy
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** (35) – dok.
6.30 **Kołowrotek** (229) – mag.
7.00 **Dorwać tuńczyka** (12, 13)
9.00 **Wojny magazynowe**
10.00 **Wojny kontenerowe** (8, 9) – serial dokumentalny
11.00 **Hardkorowy lombard** (48, 47, 49-52) – serial dok.
14.00 **Polacy za granicą** (93, 94)
16.00 **Złomiarze** (41, 42) – dok.
18.05 **Poszukiwacze historii** (241-244) – serial dokum.
20.00 **Złomiarze** (45, 51) – dok.
22.00 **Siły specjalne – Polska** (5, 6) – reality show
1.00 **Kołowrotek** (224-229)
4.05 **Starożytni kosmici** (18, 17) – serial dok., USA

FOOD NETWORK HD

13.15 **Apetyt na miłość** (10)
14.15 **Akcja: Restauracja! 19**
15.15 **Elitarny turniej wypieków** (9)
16.15 **Kuchenne rewolucje** (8)
17.15 **Sexy kuchnia Magdy Gessler** (4) – mag. kulin.
17.50 **Zamiana szefów kuchni** (4) – program rozrywkowy
18.50 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** (6)
19.50 **Perfekcyjni gospodarze 9** (29) – dok.
20.50 **Pojedynek na grille** (10)
21.55 **Pyszne miejscówki** (7)
22.55 **Posiekani na słodko** (11)
23.55 **Człowiek, ogień i wyżerka 6** (1-3) – mag.

POLSAT RODZINA HD

9.30 **Jeźdźcy smoków** (9)
10.55 **Celtowie – historia nieznana** (1) – film dokum.
12.00 **Bogaty dom – biedny dom** (137) – reality show
13.00 **Rodzina zastępcza** (275, 276) – kom., Pol. 2007
14.55 **Wielkie wycieczkowce**
15.55 **Świat z góry** (3, 4) – dok.
17.10 **Pingwiny z Madagaskaru** (27-30)
19.05 **Rodzina zastępcza** (161)
20.00 **Miodowe lata** (17, 18, 125) – serial kom.
21.55 **Nasz nowy dom**
23.50 **Historia broni** (1, 2) – dok.
2.00 **Ewa gotuje** (461, 462)
3.00 **SuperLudzie** (34, 35)

BBC LIFESTYLE HD

12.25 **Najdroższe brytyjskie domy 2** (6) – reality show
13.25 **Mistrzowie szycia 6** (5)
14.30 **Wielkie brytyjskie wypieki 15** (10) – pr. rozr.
15.40 **Zapraszam do stołu 22**
17.40 **Rezydencje na Mauritiusie** (6) – dok.
18.45 **Mistrzowie szycia 6** (6)
19.50 **Wielkie brytyjskie wypieki 16** (1) – pr. rozr.
21.05 **Hilton przy Park Lane** (1)
22.00 **W świecie luksusu** (2)
23.00 **Wstydliwe choroby: online 4** (8) – serial dokum.
0.00 **Ratunek dla skóry 3** (3)
1.00 **Rezydencje na Mauritiusie** (6) – dok.

NICK JR. HD

16.10 **Świnka Peppa 3** (15)
16.24 **Świnka Peppa 8** (32)
16.29 **Świnka Peppa 7** (48-50)
16.49 **Świnka Peppa 3**
17.19 **Świnka Peppa** (21, 49, 51)
17.40 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (17) – anim., Fr.
18.05 **Barbapapa i jego rodzinka** (16) – serial anim.
18.30 **Dora** (8) – serial anim.
18.55 **Santiago z mórz** (18, 10)
19.40 **Rubble i jego ekipa** (19)
20.00 **Dobranocki z Ryanem**
20.32 **Świnka Peppa** (36)
20.36 **Świnka Peppa 8** (15)
20.41 **Świnka Peppa** (6, 7)
20.55 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (4-6) – anim.

POLSAT NEWS HD

13.55 **Pogoda**
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**
16.30 **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

13.50 **Kiedyś to było...** – mag.
14.30 **Okrasa łamie przepisy**
15.00 **Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka** (67)
15.30 **Ojciec Mateusz 7** (87, 88)
17.25 **Kanadyjskie parki narodowe** (5) – dok.
18.30 **Hity wszech czasów** (12)
19.30 **Miłość i nadzieja** (336) – telenowela, Turcja 2022
20.30 **Wichrowe wzgórze** (317)
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (297) – obycz.
22.30 **Książę z innej bajki** FILM – komedia romantyczna, USA/Kanada 2023, 90 min
0.00 **Miasto niespełnionych marzeń** – film dokum., Fr.

E! ENTERTAINMENT HD

6.00 **Plastyczna fuszerka** (4)
7.00 **Z kamerą u Kardashianów** (3, 4)
8.50 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (6, 7)
14.20 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (11, 12)
20.30 **Plastyczna fuszerka** (14, 15) – serial dok., USA
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (6, 7)
3.00 **Plastyczna fuszerka** (14)

TV TRWAM DVB T

16.10 **Sanktuaria polskie**
16.30 **Porady medyczne bonifratrów** (43) – med.
16.55 **Świadkowie**
17.30 **Spotkanie Rodziny Radia Maryja** – pr. religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Kartka z kalendarza – powstanie warszawskie** – pr. eduk.
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Z wędką nad wodę w Polskę i świat** – rozr.
22.30 **Starowiejski profesor Józef Bielawski** – dok.

BBC BRIT HD

10.30 **Ikony motoryzacji** (3)
11.30 **Brytyjskie fabryki 7** (6)
12.35 **Top Gear 12** (4) – mag.
13.40 **Ikony motoryzacji** (4)
14.40 **Cuda inżynierii 4** (3)
15.45 **Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 2** (20)
16.45 **Brytyjskie fabryki 7** (6)
17.50 **Top Gear 12** (5) – mag.
19.00 **Cuda inżynierii 4** (3)
20.00 **Brytyjskie fabryki 7** (7)
21.00 **Olbrzymie maszyny 2** (3)
22.00 **Najpotężniejsze maszyny 3** (1) – serial dok.
23.00 **Top Gear 12** (4) – mag.
0.05 **Top Gear 31** (2) – mag.
1.10 **Cuda inżynierii 4** (3)

MINI MINI+ HD

10.00 **Edzio i Lusia** (9-14) – anim.
11.25 **Baczne oczka** (10-13)
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** (6-10) – serial anim.
15.10 **Kicia Kocia** (9-13) – anim.
15.55 **Marta mówi** (11, 15, 20)
17.20 **Staś i fajna Babcia** (15, 16) – serial animowany
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.57 **Staś i fajna Babcia** (17)
18.15 **Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia**
18.40 **Dora i przyjaciele 2**
19.35 **Kicia Kocia** (10-13, 1)
20.25 **Mały Charlie** (9-13)

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** (218) – serial obycz., Turcja 2022

20

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

Warto zobaczyć

11.40 CINEMAX
Wytłumaczenie wszystkiego
OBYCZAJOWY Budapeszt. Ábel uczy się do matury. W skupieniu przeszkadza mu uczucie wobec przyjaciółki Janki. *Reż.: Gábor Reisz, A: Gáspár Adonyi-Walsh, István Znamenák Węgry 2023* **155 min ▶ do godz. 14.15**

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 Hiszpania 2023* **120 min ▶ do godz. 16.00**

14.20 FILMBOX+ HITS
Belcanto
MELODRAMAT Ameryka Południowa. Rezydencję, w której gości sopranistka z USA, opanowują rebelianci. Z ich rąk giną kolejne osoby. *Reż.: Paul Weitz, A: Julianne Moore, Ken Watanabe, Sebastian Koch USA 2018* **110 min ▶ do godz. 16.10**

15.30 TVP KULTURA
Alicja
MUSICAL Zakochany Biały Królik stara się zdobyć serce wybranki. W końcu mu się udaje, lecz zazdrosna Królowa Kier postanawia go zgładzić. *Reż.: Jacek Bromski, Jerzy Gruza, A: Sophie Barjac, Paul Nicholas Pol./Wlk. Bryt. 1981* **105 min ▶ do godz. 17.15**

17.30 PARAMOUNT NETWORK
Daredevil
SENSACYJNY Matt stracił wzrok, ale wyostrzyły mu się inne zmysły. Wiedzie podwójne życie, walcząc z przestępczością. *Reż.: Mark Steven Johnson, A: Ben Affleck, Jennifer Garner, Colin Farrell USA 2003* **150 min ▶ do godz. 20.00**

18.55 POLSAT FILM
New York Taxi
KOMEDIA SENSACYJNA Fajtłapowaty Andy prowadzi dochodzenie w sprawie kradzieży. Pomaga mu Belle, która chce zostać kierowcą rajdowym. *Reż.: Tim Story, A: Queen Latifah, Jimmy Fallon, Henry Simmons USA/Francja 2004* **125 min ▶ do godz. 21.00**

20.00 C+ PREMIUM
Brat
OBYCZAJOWY W pochodzącym z rozbitej rodzinie Dawidzie narasta agresja. Wszystko się zmienia, gdy jako dżudoka przyciąga uwagę trenera. *Reż.: Maciej Sobieszczański, A: Agnieszka Grochowska, Filip Wiłkomirski Polska 2025* **95 min ▶ do godz. 21.35**

21.30 TVP KULTURA
Niedosyt
OBYCZAJOWY Helen jest zależna od męża i teściów. Wykształca w sobie mechanizm obronny – połyka niebezpieczne przedmioty. *Reż.: Carlo Mirabella-Davis, A: David Rasche, Austin Stowell, Haley Bennett USA/Francja 2019* **105 min ▶ do godz. 23.15**

→ filmowe hity



Mickey pragnie porzucić przestępcze życie. Nie będzie to łatwe zadanie. Musi uważać na rywali.



20.00 POLSAT — Dżentelmeni

KRYMINALNY Twórca narkotykowego imperium wycofuje się z rynku. Nakręca to spiralę przemocy.

HIT DNIA

Mickey Pearson, weteran londyńskiego podziemia, już jako student rozprowadzał narkotyki wśród kolegów z uczelni. Szybko dorobił się fortuny. Teraz, po wielu latach, postanawia zakończyć działalność i wycofać się z branży. Zanim jednak spełni marzenie o spokojnym życiu u boku żony Rosalind, wystawia na sprzedaż swój nielegalny biznes. W ten sposób niezamierzenie inicjuje nad Tamizą serię nieprzewidzianych, krwawych zdarzeń. Wielu bowiem chętnie zajęłoby jego miejsce. Mickey spotyka się nie tylko z lukratywnymi ofertami, lecz również groźbami czy szantażem. Niektórzy próbują przekonać go, sięgając po broń. W tym samym czasie przebiegły dziennikarz śledczy Fletcher przygotowuje pewien przekręt, który może całkiem odmienić sytuację w angielskim półświatku... **HD 155 min ▶ do godz. 22.35**

Wlk. Bryt./USA 2019 **Reż.:** Guy Ritchie **Wyst.:** Matthew McConaughey, Charlie Hunnam, Michelle Dockery



20.00 TVN 7
Dunkierka
WOJENNY Armia III Rzeszy otacza żołnierzy alianckich we francuskim mieście. Tommy (Fionn Whitehead) desperacko walczy o przetrwanie. Los jego i pozostałych żołnierzy zależy od pomocy niewielkiej eskorty lotniczej.

Reż.: Christopher Nolan Wyst.: Jack Lowden
Wlk. Bryt. 2017 **HD 145 min ▶ do godz. 22.25**



20.00 TV PULS
Król zabójców
SENSACYJNY Płatny morderca Marcus ma zlikwidować króla zabójców Drakosa (Frank Grillo). W Tokio dołącza do kilerów z różnych krajów. Okazuje się, że zwabił ich tu Drakos. Wszyscy mają wziąć udział w brutalnym turnieju.

Reż.: Kevin Grevioux Wyst.: Alain Moussi
USA 2023 **HD 115 min ▶ do godz. 21.55**



20.50 TVN
Nieuchwytny
SENSACYJNY Cole (Steven Seagal) wraz z policyjnym partnerem próbuje wykryć sprawcę morderstw o charakterze rytualnym. Gdy kolejnymi ofiarami są była żona Cole'a i jej drugi mąż, podejrzenie pada na funkcjonariusza.

Reż.: John Gray Wyst.: Bob Gunton
USA 1996 **HD 125 min ▶ do godz. 22.55**



22.05 TVP 1
Czego pragną kobiety
KOMEDIA Nick (Mel Gibson) sądzi, że wzbudza zachwyt płci przeciwnej. Przekonuje się, że się mylił, gdy wskutek wypadku zaczyna słyszeć myśli kobiet. Wykorzystuje dar w rywalizacji z nową szefową.

Reż.: Nancy Meyers Wyst.: Helen Hunt
USA 2000 **HD 135 min ▶ do godz. 0.20**



22.25 TVN 7
Reminiscencja
SCIENCE FICTION Klienci Nicka (Hugh Jackman) w specjalnej kapsule przeżywają minione chwile. Mężczyzna nawiązuje romans z Mae (Rebecca Ferguson), która zgłosiła się do niego z prośbą o pomoc. Wkrótce kobieta znika.

Reż.: Lisa Joy Wyst.: Thandiwe Newton
USA 2021 **HD 140 min ▶ do godz. 0.45**



22.35 POLSAT
Creed: Narodziny legendy
OBYCZAJOWY Syn Apolla Creeda, Adonis Johnson, marzy o karierze boksera. Jedzie do Filadelfii. Spotyka dawnego rywala ojca, Rocky'ego (Sylvester Stallone). Weteran ringu zostaje jego trenerem.

Reż.: Ryan Coogler Wyst.: Michael B. Jordan
USA 2015 **HD 170 min ▶ do godz. 1.25**

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

→ sport



15.45 C+ SPORT

RC Deportivo La Coruna – Elche

PIŁKA NOŻNA Powrót ekipy z Estadio Municipal de Riazor do La Liga po długich ośmiu latach przerwy cieszy nie tylko kibiców tego klubu. Uznana firma o pierwsze punkty w nowym sezonie powalczy u siebie z Elche. **HD 135 min ▶ do godz. 18.00**



17.00 POLSAT SPORT 1

Turniej ATP w Cincinnati

TENIS LIVE Powrót do dobrej formy jest ogromnym marzeniem Huberta Hurkacza. W poprzednim sezonie Wrocławianin musiał wycofać się z gry w Cincinnati z powodów zdrowotnych. **HD 120 min ▶ do godz. 19.00**



20.55 C+ EXTRA 1

Eliminacje Ligi Mistrzów UEFA

PIŁKA NOŻNA LIVE AEK Ateny zamierza wykonać ostatni krok w kierunku upragnionej fazy ligowej Champions League. Mistrzowie Grecji zmierzą się z lepszym z pary Levski Sofia/Kajrat Ałmaty. **HD 125 min ▶ do godz. 23.00**



20.55 C+ EXTRA 2

Eliminacje Ligi Mistrzów UEFA

PIŁKA NOŻNA LIVE Na występ w 4. rundzie eliminacji szansę miała między innymi Sparta Praga. Czeski zespół rywalizował jednak z silnym Olympique Lyon i to Francuzi byli faworytami. **HD 145 min ▶ do godz. 23.20**

→ rozrywka



15.00 FOKUS TV

Truckersi przez Australię

LIFESTYLE Kierowcy ciężarówek dostosowują się do życia w trakcie pandemii, mierząc się z policyjnymi punktami kontrolnymi i opustoszałymi miasteczkami. W tym czasie firmy szukają dochodowych zleceń, by uniknąć bankructwa. **HD 60 min ▶ do godz. 16.00**



21.00 C+ DOMO

Cudotwórcy – pod presją

LIFESTYLE Żywioł sprawił, że AJ i Carin stracili dom i poczucie bezpieczeństwa. Po długich poszukiwaniach nowego miejsca do życia i możliwość dodatkowego zarobku poprosili o pomoc Jonathana i Drew Scottów. **HD 55 min ▶ do godz. 21.55**



22.55 TVN

Kuba Wojewódzki

TALK-SHOW Dziennikarz przeprowadza kolejne rozmowy z gośćmi. Nie zabraknie błyskotliwego humoru i odważnych pytań. Tym razem zaproszenie przyjęli Zalia, Igor Herbut oraz Vito Bambino. Zapowiada się muzyczny odcinek. **HD 75 min ▶ do godz. 0.10**

→ dokument



12.55 TVP 1

Dzika Argentyna

PRZYRODA Ósmy co do wielkości kraj świata charakteryzuje się różnorodnością klimatyczną, od subtropikalnej północy po polarne południe. U jego wybrzeży można spotkać walenie biskajskie. **HD 65 min ▶ do godz. 14.00**

Zamów najbliższe wydania swojego ulubionego tytułu!



Oferta PRENUMERATY

Od teraz możesz kupić **to&owoTV** dla siebie i swoich bliskich bez wychodzenia z domu.
5 wydań za 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.

TVP 1 HD DVB T2

4.40 Splątane losy (24) – serial obyczajowy, Turcja 2024
5.30 Akacjowa 38 (919) – telenowela, Hiszpania 2018
6.35 I Choose Poland (2) – telen. dok.
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.30 Kościół z bliska – mag. religijny
8.00 Serwis Info – program inform.
8.10 Pogoda Info
8.15 Chłopi (11) – obycz., Polska 1972
9.15 Ranczo 9 (111): Istotny dysonans – serial obyczajowy, Polska 2015
10.05 Komisarz Alex 24 (295) – serial kryminalny, Polska 2025
11.05 Ojciec Mateusz 18 (236) – 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: Dzika Argentyna (1/3) – film dokumentalny, Niemcy 2023
14.00 Splątane losy (25) – serial obyczajowy, Turcja 2024
15.00 Serwis Info – program inform.
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1086) – teleturniej
16.00 Dziedzictwo (1005) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Jaka to melodia? – telet. muz.
18.05 Reporterzy – mag. reporterów
18.25 Akacjowa 38 (936) – 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 2026
5.35 M jak miłość (1818) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 Teolog ludzkich spraw – reportaż, Polska 2026
6.55 Barwy szczęścia (3377) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.35 Rodzinka.pl (75, 76): Przelotne miłostki; Nowoczesna rodzinka – serial komediowy, Polska 2012
12.35 Koło fortuny (1930) – teleturniej
13.15 Panna młoda (173) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 Va banque (1042) – teleturniej
14.35 Na sygnale (900): Wszechświat przemówił – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (457) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
16.00 Koło fortuny (1931) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (174) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Aysu zauważa, jak Hancer pod osłoną nocy wymyka się z rezydencji. Derya odkrywa skrywaną przez Yoncę tajemnicę.
18.15 Va banque (1043) – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3377, 3378) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.35 Kulisy serialu „M jak miłość” – cykl felietonów
20.45 M jak miłość (1932) – serial obyczajowy, Polska 2026

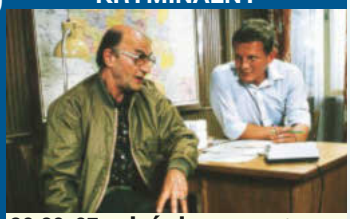
POLSAT HD DVB T2

4.40 Disco Gramy
5.25 Telezakupy TV Okazje – magazyn reklamowy
6.00 Nowy dzień z Polsat News
9.15 Malanowski i partnerzy (393, 394): Tajemnica zajazdu; Córka przyjaciela – serial fab.-dok., Polska 2012
10.20 Trudne sprawy (960) – serial paradokumentalny, Polska 2020
Kasia ma chorobę krwi. Szukając dawcy szpiku, odkrywa, że jej biologiczny ojciec, który już nie żyje, założył drugą rodzinę.
11.20 Dlaczego ja? (1556, 1557) – paradok., Polska 2026
Monika wiąże się ze znacznie starszym Robertem. Gdy mężczyzna nagle ją porzuca, podejrzewa, że ma on inną kobietę. Niebawem odkrywa, że matka potajemnie spotyka się z jej byłym ukochanym.
13.20 Gliniarze (926, 927) – serial paradokumentalny, Polska 2024
15.30 Wydarzenia 24
15.50 Pogoda
15.55 Milionerzy – teleturniej
16.35 Gliniarze (1125, 1126) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Znaleziono zwłoki mężczyzny zajmującego się tworzeniem tatuaży. Olga i Adam odkrywają, że miał on kryminalną przeszłość i łączyło go coś z córką gangstera. Co więcej, ktoś od pewnego czasu go obserwował.
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 (1733) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (13): Bielsko-Biała – 43 300 – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.20 Doradca smaku (7) – magazyn kulinarny
11.25 Kuchenne rewolucje (8, 2): Krzeszyce – Pizzeria DaviOli/Bar Wurst; Ludwina, Ludwinka – program rozrywkowy
13.40 Ukryta prawda (1531, 1532, 1587) – serial paradok., Polska
Eliza uczy w tym samym liceum, co jej mąż Karol. Zaczyna podejrzewać go o romans, spędza on bowiem dużo czasu na korepetycjach z uczennicą Julią.
16.50 Szpital św. Anny (92) – serial obyczajowy, Polska 2026
Maciek i Mirek przyjmują 67-letniego pacjenta z zaburzeniami pamięci. Bilewicz podejrzewa u niego udar. Ratownicy pomagają też kobiecie z urazem głowy.
17.55 Detektywi (141) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
Weronika zgłasza zaginięcie dwojga dzieci. Syn wini ją za rozpad rodziny. Detektywi nie wykluczają, że mógł uciec z siostrą, by zrobić matce na złość. Ślad prowadzi do byłej kochanki ojca.
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów
20.15 Na Wspólnej (4265) – serial obyczajowy, Polska 2026

KRYMINALNY



20.30 07 zgłoś się (13): Strzał na dancingu – Polska 1981

Podczas dancingu w jednej z warszawskich restauracji zostaje zastrzelony Mieczysław Romski. Z jego mieszkania ginie teczka zawierająca dane obciążające wiele znanych osób. Borewicz odkrywa, że ludzie, których nazwiska się tam znalazły, byli szantażowani.

22.05 Czego pragną kobiety FILM – komedia, USA 2000, reż. Nancy Meyers, wyk. Mel Gibson, Helen Hunt, Marisa Tomei, Alan Alda, 135 min
0.20 Książę William. Życie w fotografiach – film dokumentalny, Wlk. Bryt. 2025
1.20 Gambit, czyli jak ograć króla FILM – komedia kryminalna, USA 2012, reż. Michael Hoffman, wyk. Colin Firth, Alan Rickman, Cameron Diaz, Tom Courtenay, 100 min
3.00 Wykrywacz kłamstw – program publicystyczny
3.25 Pytanie dnia – program publicystyczny
3.45 Reporterzy – mag. reporterów
3.55 Oko na świat – magazyn
4.15 Zakończenie

FAB.-DOKUM.



21.45 Na sygnale (899, 900): Proszę nam zaufać; Wszechświat przemówił – Polska 2026

Wiktor znów usilnie namawia Czarka do powrotu na studia, jednak chłopak decyduje się na podjęcie pracy w magazynie. Tymczasem Bronek, przyjaciel Zdzisia, wpada w poważne kłopoty, gdy sprzedaje w sieci srebro koloidalne, po którym jeden z klientów staje się niebieski. Po pracy Romek, przy wsparciu Karoliny, próbuje ocalić ośrodek dla ofiar przemocy.

22.45 Berlin Ku'damm 63 (13) – serial obyczajowy, Niemcy 2021
23.40 PitBull 3 (23) – serial sensacyjny, Polska 2008
0.40 Karol, władca Hiszpanii (22) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015
1.35 W cieniu śmierci (5) – serial kryminalny, Finlandia/Niemcy/Francja 2018
2.30 Niezłomna: Królowa piękności Anastazja Lin – film dokumentalny, USA 2019
3.45 Rodzinka.pl – serial komediowy, Polska 2025
4.15 Zakończenie

KRYMINALNY



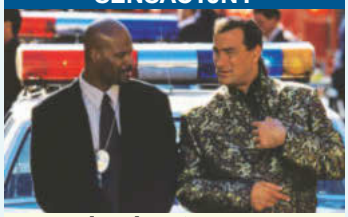
20.00 Dżentelmeni FILM – Wielka Brytania/USA 2019, 155 min

HIT DNIA

Weteran londyńskiego podziemia Mickey Pearson postanawia sprzedać narkotykowy biznes i przejść na emeryturę. Wywołuje tą decyzją serię krwawych zdarzeń. Sytuację przestępcy komplikuje dziennikarz Fletcher, który realizuje własny plan.

22.35 Creed: Narodziny legendy FILM – dramat obyczajowy, USA 2015, reż. Ryan Coogler, wyk. Michael B. Jordan, Sylvester Stallone, Tessa Thompson, Phylicia Rashad, 170 min
Adonis Johnson, syn Apolla Creeda, marzy o karierze pięściarza. Przyjeżdża do Filadelfii. Spotyka tu dawnego rywala i przyjaciela zmarłego ojca, Rocky'ego Balboa. Weteran ringu zostaje jego trenerem.
1.25 Spis drani FILM – thriller, USA 2011, reż. William Kaufman, wyk. Cuba Gooding Jr., Cole Hauser, Jonathan LaPaglia, Ginny Weirick, 115 min
3.20 Nasz nowy dom (310) – reality show
4.25 Kabaretowa Ekstraklasa (127)

SENSACYJNY



20.50 Nieuchwytny FILM – USA 1996, 125 min

W Los Angeles dochodzi do serii rytualnych zbrodni. Gdy ofiarą zabójcy padają była żona porucznika Jacka Cole'a i jej obecny mąż, policjant staje się głównym podejrzanym. Musi szybko odnaleźć prawdziwego mordercę.

22.55 Kuba Wojewódzki (9) – talk-show
0.10 Furiosa: Saga Mad Max FILM – film s.f., Australia/USA 2024, reż. George Miller, wyk. Anya Taylor-Joy, Chris Hemsworth, Tom Burke, Angus Sampson, 180 min
Furiosa przed laty została porwana przez hordę Dementusa. Usiłuje przetrwać w świecie podległym tyranom walczącym o dominację. Wyrasta na wojowniczkę realizującą własny plan zemsty.
3.10 Uwaga! – magazyn reporterów
3.30 Detektywi (140) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
4.30 Nauka jazdy 5 (12) – program rozrywkowy
5.00 Zamieszkać na plaży 7 (9) – program rozrywkowy

P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB T2

5.20 **Ten moment** (22) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 **Szkoła** (381-383) – serial paradokumentalny, Polska 2017
8.45 **Ukryta prawda** (1365, 1499, 1500) – serial paradokumentalny, Polska
11.50 **W-11 – Wydział Śledczy** (1180, 623, 624) – serial fabularno-dokumentalny, Polska
13.55 **Kryminalni 3** (6): Temat z Norwida – serial kryminalny, Polska 2005
15.00 **Szpital** (836, 837) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Do doktor Nowickiej trafia 16-latka, która połknęła kapsułkę do prania. Jej rodzice pracują w amerykańskiej korporacji, więc większość czasu spędzają za granicą. Dziewczyna tęskni za normalnym domem. Natomiast Robert Szewczyk przyjmuje 60-latkę, która przeszła udar mózgu i zraniła się w głowę.
17.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (534): Bracia – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
18.00 **SOS Ekipy w akcji** (45) – serial paradokumentalny, Polska 2018
19.00 **Młode gliny** (2) – serial kryminalny, Polska 2026
W mieście grasuje gwałciciel. Policja zastawia na niego pułapkę z udziałem funkcjonariuszki. Kobieta ginie. Okazuje się, że prowadziła wcześniej sprawę bandyty, który uciekł z transportu więziennego.

TV PULS HD DVB T2

6.00 **Policjanci z Miami 4** (9, 10): Wschodzące słońce śmierci; Miłość od pierwszego wejrzenia – serial kryminalny, USA
8.00 **Kobra – oddział specjalny** (7, 8): Dobrana para; Amnezja – serial sensacyjny, Niemcy 2018
10.00 **Zaklinaczka duchów 4** (71) – serial fantasy, USA 2008-2009
11.00 **Kotka** (10) – telenowela, Meksyk 2014
12.00 **Nie igraj z aniołem** (141) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
Onelia pyta Marichuy, dlaczego okłamała Juna Miguela, że odzyskała wzrok. Ta prosi ją, by nie informowała San Romana o jej sytuacji. Nie chce wzbudzać litości. Isabela planuje zemstę.
13.00 **Wspaniałe stulecie** (75) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 **Kurierzy 2** (60) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 11** (592, 593) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 **Kurierzy 2** (61) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Roman chce wziąć dzień wolnego. Gawrecki prosi, żeby załatwił jedno szybkie zlecenie. Okazuje się ono kłopotliwe, a jego konsekwencje mogą uderzyć w firmę.
18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (1000, 1001) – serial obyczajowy, Polska 2026
Becia zaprasza dawnych i obecnych pracowników i przyjaciół lombardu na imprezę z okazji dziesięciolecia biznesu. Rozpoczynają się przygotowania.

PULS 2 HD DVB T2

5.50 **Ale numer! 23** (2) – program rozrywkowy
6.20 **Cosie-Ktosie** (5-7) – serial anim.
6.45 **SamSam: Kosmiczne przygody** (27) – serial anim., Fr./Belgia 2023
7.00 **Blaze i Megamaszyny 7** (20) – serial animowany, USA 2022
7.30 **Psi Patrol 4** (1) – serial animowany, Kanada/USA 2017
7.50 **Dora 2** (18) – anim., Kanada/USA
8.30 **Wielkie przygody małego rekina 2** (13) – serial dla dzieci, USA/Korea Południowa 2023
8.50 **Masza i Niedźwiedź 7** (9-11) – serial animowany, Rosja
9.25 **Świnka Peppa** (31-33) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
9.45 **Bing** (65, 66) – serial animowany
10.00 **Jeżyk i Przyjaciele** (2, 1) – serial animowany, Polska 2023
10.35 **Spidey i superkumple 2** (44, 43) – serial anim., USA 2022
11.35 **Gus. Mały – wielki rycerz** (51, 52) – serial anim., Fr. 2021
12.00 **Psi Patrol** (23) – serial animowany, Kanada/USA 2013
12.35 **Marta mówi 2** (4) – serial anim.
13.00 **Smerfy** (23, 24) – anim., Bel. 1988
14.00 **Baranek Shaun 5** (19, 20) – serial anim., Wielka Brytania
14.10 **Baranek Shaun 6** (1) – serial animowany, Wielka Brytania 2019
14.35 **My Little Pony: Przyjaźń to magia** (17) – anim., USA/Kanada
15.00 **Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 3** (2, 3) – anim., Francja/Jap./Korea Południowa
16.00 **Fineasz i Ferb 2** (38, 39) – serial animowany, USA 2007-2011
17.00 **Smerfy** (25, 26) – serial anim.

NETFLIX



JUŻ NIE ŻYJESZ 3

Dalsze losy agentki nieruchomości Jen (Christina Applegate), której mąż zginął w wypadku, oraz jej ekscentrycznej przyjaciółki Judy (Linda Cardellini), również zmagającej się z traumą. Związane wspólną tajemnicą kobiety stawiają czoło kolejnemu wyzwaniu. Jedna z nich okazuje się poważnie chora.

►**serial kom. (10 odc.), USA 2022**



ZATRZYMAĆ POŻAR

Po śmierci męża Mara (Belén Cuesta) wyjeżdża do leśnego domku, by uporać się z żałobą. Gdy po kłótni jej córka ginie, sytuację pogarsza szalejący wokół pożar. Mimo nakazu ewakuacji rodzina rusza na poszukiwania dziecka. Z czasem Mara zaczyna podejrzewać, że ktoś w jej otoczeniu kłamie.

►**thriller, Hiszpania 2026; 107 min**



MORDERSTWA W IDAHO: TRAGEDIA NA UNIWERSYTECIE

W listopadzie 2022 roku czworo studentów Uniwersytetu Idaho zostało zamordowanych. Sprawca przez wiele tygodni pozostawał nieuchwytny. Serial przybliża przebieg śledztwa od tragicznej nocy aż po aresztowanie winnego.

►**serial dokum. (3 odc.), USA 2026**

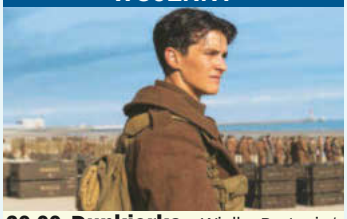


PODLASIE

Halina (Anna Seniuk) i Jan (Artur Barciś) planują ślub. Z powodu problemów finansowych kobiety ceremonia staje pod znakiem zapytania. Mieszkańcy zżytej podlaskiej miejscowości postanawiają pomóc zakochanym. Mimo niepowodzeń okazuje się, że największą siłą lokalnej społeczności jest przyjaźń.

►**komedia, Polska 2026; 96 min**

WOJENNY



20.00 **Dunkierka** – Wielka Brytania/Holandia/Francja 2017, 145 min
FILM

Lato 1940 roku. Wojska III Rzeszy otaczają żołnierzy alianckich we francuskim portowym mieście. Jeden z ocalałych, Tommy, toczy rozpaczliwą walkę o życie. Dowódcy podejmują decyzję o ewakuacji będących w potrzasku wojskowych. Z pomocą przychodzą im cywile, właściciele prywatnych kutrów i statków. Wsparcia udzielają też piloci bombowców.

22.25 **Reminiscencja** – film s.f., USA 2021, reż. Lisa Joy, wyk. Thandiwe Newton, Hugh Jackman, Rebecca Ferguson, Cliff Curtis, 140 min
FILM
0.45 **Obecność 3: Na rozkaz diabła** – horror, USA/Wielka Brytania 2021, reż. Michael Chaves, wyk. Patrick Wilson, Vera Farmiga, Ruairi O'Connor, Sarah Catherine Hook, 145 min
FILM
3.10 **Żyjąc z potworem 9** (20-ost.) – serial dokumentalny, USA 2024
4.00 **Usterka 11** (26) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019
4.35 **Dorota was urządzi!** (7) – program rozrywkowy

SENSACYJNY

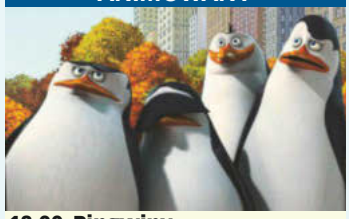


20.00 **Wtorki z Frankiem Grillo: Król zabójców** – USA/Kanada 2023, 115 min
FILM

Marcus jest czołowym płatnym mordercą. Ostatnio nie wiedzie mu się najlepiej. Wciąż opłakuje śmierć żony Karli i potrzebuje pieniędzy na leczenie córki Kimberly. Dostaje zlecenie zlikwidowania króla zabójców Jorga Drakosa w Tokio. Tam spotyka rywali, którzy mają wziąć udział w turnieju na śmierć i życie. Zwabił ich tu sam Drakos.

21.55 **Zderzenie** – thriller, Francja 2013, reż. David Marconi, wyk. Frank Grillo, Jaimie Alexander, Roschdy Zem, Marie-Josée Croze, 125 min
FILM
0.00 **Immortals. Bogowie i herosi** – film fantasy, USA 2011, reż. Tarsem Singh, wyk. Luke Evans, Freida Pinto, Mickey Rourke, Henry Cavill, 125 min
FILM
2.05 **Dzielnica strachu 10** (455): Poza prawem – serial kryminalny, Polska 2025-2026
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (994) – serial obyczajowy, Polska 2026
4.00 **Zobacz to!** – pr. powtórkowe

ANIMOWANY



18.00 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (15, 16) – USA 2010-2012

Alice wzywa Gusa, by przeprowadził drobny remont. Pingwiny wpadają w panikę. Obawiają się, że prace mogą ujawnić ich kryjówkę. Muszą znaleźć sposób, aby powstrzymać robotnika i ochronić swoją strefę.

19.00 **Kacze opowieści** (33, 34) – serial animowany, USA 1987
20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (986) – serial obyczajowy, Polska 2026
21.00 **Dzielnica strachu 10** (468, 469) – serial kryminalny, Polska
23.00 **Wstydliwe choroby 5** (12, 13) – serial dok., Wielka Brytania 2011
1.00 **Dzielnica strachu 10** (464): Gry małżeńskie – serial kryminalny, Polska 2025-2026
2.00 **Lombard. Życie pod zastaw** (7) – serial obyczajowy, Pol. 2017
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 5** (241, 242) – serial obyczajowy, Polska 2019
5.00 **Lombard. Życie pod zastaw 10** (533) – serial obyczajowy, Polska 2022

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.30 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 13** (11) – serial kryminalny, USA/Kan.
7.15 **Ostry dyżur 3** (11, 12) – serial obyczajowy
9.10 **Castle 5** (12, 13) – serial kryminalny
11.10 **Rekrut 4** (5, 6) – serial kryminalny, USA 2022
13.10 **Dowody zbrodni 3** (15, 16) – serial kryminalny, USA 2005
15.10 **FBI 3** (2, 3) – serial kryminalny, USA 2020
17.10 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6** (8, 9) – serial krym., USA/Kanada 2005
19.10 **Castle 5** (14, 15) – serial kryminalny, USA 2013

TVP SERIALE HD

5.25 **Rodzinka.pl** (130, 131) – kom., Pol.
6.30 **Na sygnale** (513, 514) – serial fab.-dokum.
7.35 **Ojciec Mateusz 5** (63) – krym., Pol. 2011
8.35 **Komisarz Alex 4** (52) – serial krym., Polska
9.30 **Rodzinka.pl** (132) – serial kom., Pol. 2015
10.05 **Klan** (1479) – telen.
10.40 **Ranczo 10** (130) – serial obycz., Polska
11.35 **Ranczo** (1) – obycz.
12.30 **Komisarz Alex 5** (53)
13.25 **Ojciec Mateusz 32** (414, 415) – krym., Pol.
15.25 **Komisarz Alex 5** (54) – serial krym., Polska
16.15 **Na sygnale** (515, 516) – serial fab.-dokum.
17.25 **Ranczo** (2, 3) – obycz.

TVP KULTURA DVB T2

10.05 **Pan Tadeusz** FILM – kostium., Polska 1928, 140 min
12.25 **By coś zostało z tych dni. Irena Jarocka** – dok., 2025
13.35 **Tym bardziej** – dok.
14.25 **Kosmos 1999** (22)
15.30 **Alicja** – musical, FILM Polska 1981, 105 min
17.15 **Dziewczyna i chłopak** (5) – przyg.
18.15 **Poszukiwacze zaginionych dzieł sztuki** (12) – dok.
18.55 **Rawhide 2** (36)
20.00 **Teatr Telewizji. Kobra: Elegia na śmierć nieszczęśliwej damy** – sztuka Edmunta Crispina

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 3** (11) – serial dok., Pol. 2018
7.00 **Ultima Thule** FILM – dramat obyczajowy, Polska 2023, 105 min
8.45 **The Office PL 2** (11, 12-ost.) – serial komediowy, Pol. 2022
10.00 **Bestia** (1, 2) – serial kryminalny, Kan. 2021
12.05 **Vera 13** (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
14.00 **Terapia dla par** FILM – komediodram., Hiszp. 2023, wyk. Malena Alterio, 120 min
16.00 **Marzyłam o Afryce** FILM – dramat obyczajowy, USA 2000, reż. Hugh Hudson, 135 min
18.15 **Vera 13** (2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

CANAL+ PREMIUM HD

10.00 **Kiedy nadchodzi jesień** FILM – dram. obycz., Fr. 2024, 100 min
11.40 **Łapu capu** – pr. rozr.
11.45 **Pan Tadeusz** – film FILM kostiumowy, Polska/Francja 1999, 150 min
14.15 **Larger than Life: Złota era boysbandów** – film dokum., USA 2024
15.50 **Premierowa jazda** – magazyn
16.05 **Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu** FILM – film fantasy, Australia/USA 2009, 130 min
18.15 **Łapu capu** – pr. rozr.
18.20 **Kopnięci w czasie** FILM – komedia, Francja/Belgia 2025, 100 min

HBO HD

9.55 **Hobbit: Bitwa Pięciu Armii** FILM – film fantasy, Nowa Zelandia/USA 2014, reż. Peter Jackson, 140 min
12.15 **Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13** (20) – talk-show
13.00 **Na arenie** – dramat FILM obycz., Fr. 2024, 95 min
14.35 **Po drugiej stronie globu** FILM – musical, USA 2007, 130 min
16.45 **Ostatnie zanurzenie** FILM – dram. obycz., Wielka Brytania 2024, 95 min
18.20 **Anakonda** – komedia FILM przygodowa, USA 2025, 100 min
20.00 **The Pitt 2** (5) – obycz.

20

KRYMINALNY



21.05 **Rekrut 5** (4) – USA 2022-2023

Rosalind pojawia się ponownie, pragnąc zemsty. Życie Bailey jest krytycznie zagrożone. Jednostki LAPD i FBI są zmuszone połączyć siły.

22.05 **Rekrut: FBI** (4) – serial kryminalny
23.05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6** (8, 9) – serial krym.
0.50 **Castle 5** (14, 15)
2.45 **Rekrut 5** (4) – krym.
3.45 **Rekrut: FBI** (4)
4.40 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4** (17) – krym., USA/Kan.

KRYMINALNY



19.35 **Ojciec Mateusz 32** (416) – Polska 2024

W mieście odbywa się Jarmark Sarmacki. Jedną z atrakcji jest pokaz woltyżerki. Podczas jazdy konnej dochodzi do tragedii. Gibalski rozpoczyna śledztwo.

20.30 **Ojciec Mateusz 5** (64) – krym., Pol. 2011
21.30 **Ranczo** (4, 5) – serial obyczajowy, Pol. 2006
23.30 **Ojciec Mateusz 32** (417) – krym., Pol. 2024
0.30 **Glina. Nowy rozdział** (2) – krym.
1.30 **Dom pod Dwoma Orłami** (3, 4) – obycz.

OBYCZAJOWY



21.30 P! **Niedosyt** – USA/Francja 2019, 105 min FILM

Helen jest zaleźna od zamożnego męża i jego rodziców. Gdy zachodzi w ciążę, wykształca w sobie mechanizm obronny. Zaczyna połykać niebezpieczne przedmioty.

23.15 **Michel Gondry – zrób to sam** – film dokum., Francja 2023
0.50 **Foxcatcher** FILM – dramat biograficzny, USA 2014, 145 min
3.15 **Kulturalni** (31) – mag.
4.10 **Podróże z historią** (30) – serial dokum.
4.40 **Teledyski** – mag.

KATASTROFICZNY



20.10 **Niemożliwe** FILM – Hiszpania/USA 2012, 135 min

Rok 2004. Fala tsunami uderza w wybrzeże Tajlandii. Rodzina Marii zostaje rozdzielona. Mimo panującego chaosu bliscy rozpoczynają wzajemne poszukiwania.

22.25 **Agent** – film sens., FILM USA 2024, 125 min
0.30 **Będzie lepiej** – kom., FILM Fr. 2023, 140 min
2.50 **Sortownia** (7)
3.45 **Warsaw Story**
4.15 **Wspaniałe kilka minut** – krótkometraż.
4.50 **Król** (7) – serial sens.

OBYCZAJOWY



20.00 P! **Brat** – Polska 2025, 95 min FILM

Dawid pochodzi z rozbitej rodziny. Jest jednak wsparciem dla młodszego brata. Narastają w nim bunt i agresja. Wszystko się zmienia, gdy jako dżudoka przyciąga uwagę trenera.

21.35 **Spirala kłamstw** (1, 2) – serial krym.
23.25 **Sekrety skrajnej prawicy** – film dok., Wlk. Bryt. 2024
1.05 **Paraliż** – thriller, USA FILM 2024, reż. Brian Netto, wyk. Kelsey Chow, Finn Wittrock, 90 min

KOSTIUMOWY



20.45 **Ta inna siostra Bennet** (9) – Wielka Brytania 2026

Wspólna górska wędrówka wprawia jej uczestników w romantyczny nastrój. Mary zaczyna mieć wątpliwości, co do swoich uczuć.

21.15 **Ostatni wiking** FILM – komediodramat, Dania/Szwecja 2025, reż. Anders Thomas Jensen, wyk. Mads Mikkelsen, 115 min
23.10 **Dzień Bastylii** FILM – dramat sensacyjny, Wielka Brytania/Fr./USA 2016, 90 min

AXN WHITE

11.05 **Agenci NCIS 12** (24)
12.05 **Agenci NCIS 13** (1, 2)
14.05 **Dr House** (1) – serial obycz.
15.05 **W poszukiwaniu** FILM **świętego mikołaja** – komedia romantyczna, USA 2022, 115 min
17.00 **Domek na święta** – film FILM obyczajowy, USA/Kanada 2019, 120 min
19.00 **Szpital świętej Marii 2** (3) – serial obycz., Kan. 2021
20.00 **Dowody zbrodni 4** (19, 20) – serial kryminalny
21.55 **Rekrut 2** (12) – serial krym.
22.55 **Agenci NCIS 12** (24) – serial sensacyjny, USA
23.40 **Agenci NCIS 13** (1, 2)

AXN BLACK

9.55 **Gwiezdne wrota 7** (21, 22-ost.) – s.f., USA/Kan.
11.55 **Gwiezdne wrota 8** (1)
12.55 **Kobra – oddział specjalny 13** (6) – sens.
13.55 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 5** (16, 17) – sens.
15.55 **Nieustraszony 2** (22)
16.55 **Zagadki z przeszłości 3** (11) – przyg., Fr./Niem./Kan.
18.00 **Gwiezdne wrota 8** (2-4)
21.00 **Gęsia skórka** – komedia, FILM USA/Australia 2015, reż. Rob Letterman, 125 min
23.05 **Bałkańska vendetta** FILM – film sens., 2017, 110 min
0.55 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 5** (16, 17) – sens.

WARNER TV

8.20 **Teraz albo nigdy! 3** (10)
9.15 **Bajer z Bel-Air** (13, 14)
10.20 **Prawo Agaty 5** (3)
11.20 **Pełniejsza chata 3** (15, 16) – serial komediowy
12.25 **Teraz albo nigdy! 3** (11)
13.20 **Teraz albo nigdy! 4** (1)
14.10 **Bajer z Bel-Air** (13-16)
16.15 **Pełniejsza chata 3** (15-18)
20.00 **Zabójcza broń 3** – film FILM sensacyjny, 1992, 140 min
22.20 **Słaby punkt** – thriller, FILM USA/Niemcy 2007, 125 min
0.25 **Interkosmos** – komedia FILM s.f., USA 1987, 150 min
2.55 **Wrogie niebo 2** (6, 7) – s.f.
4.40 **Poniedziałki na chirurgii** (2) – serial obycz., USA 2013

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Kabaretowa Ekstraklasa** (55) – pr. rozr.
6.05 **Gliniarze** (274-276) – serial paradokumentalny, Pol.
9.05 **Co ludzie powiedzą?** (11-16) – serial komediowy
13.00 **Kowalscy kontra Kowalscy** (29-32) – obycz.
15.05 **Świat według Kiepskich** (501-506) – serial kom., Pol.
18.05 **Komisarz Mama** (3, 4) – serial kryminalny, Polska
20.05 **Czarna lista** (2) – krym.
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (29-32) – krym., USA
0.50 **Ślad** (2, 3) – serial krym.
2.50 **Święty** (280, 281) – kom.
4.00 **48h. Zaginieni** (156, 157)

CANAL+ FILM HD

6.00 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
6.05 **Moje pieczone kurczaki** FILM – film obycz., 2002, 65 min
7.10 **Benek** – komediodramat, FILM Polska 2007, 100 min
8.50 **Mikołaj i ekipa** – anim., FILM Hiszpania/Kan. 2024, 90 min
10.20 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
10.25 **Kawałek po kawałku** FILM – film anim., 2024, 95 min
12.00 **Czarna woda**
12.20 **Zgred** – dramat obycz., FILM Polska 2025, 85 min
13.45 **Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 1** – film FILM fantasy, USA 2011, 115 min
15.40 **Chopin, Chopin!** – dramat FILM biograf., Pol. 2025, 130 min
17.50 **Battleship: Bitwa o Ziemię** – film s.f., USA/Japonia 2012, 125 min
19.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Follemente. W tym szaleństwie jest metoda** – komedia, FILM Włochy 2025, 95 min
21.35 **Dźwięk śmierci** – horror, FILM Kan./Irlandia 2025, 100 min
23.15 **Megan is Missing** FILM – horror, USA 2011, 85 min
0.40 **Dziki** – dramat przyg., FILM Polska 2025, 135 min
2.55 **Zapiski śmiertelnika** FILM – komediodramat, Polska 2025, 95 min
4.30 **Żurek** – film obyczajowy, FILM Polska 2003, 75 min
5.45 **Premierowa jazda** – mag.

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Naruto 5** (5-7) – serial anime, Japonia 2004-2005
11.20 **13 posterunek 2** (22-24) – serial komediowy, Polska
13.05 **Chwile szczęścia** (7) – serial dokumentalny, Pol.
14.00 **Twardzielki** (7) – serial dokumentalny, Polska 2019
14.30 **Naruto 5** (8-10) – serial anime, Japonia 2004-2005
16.10 **Making of CANAL+** – magazyn filmowy
16.15 **To nie jest zagadka kryminalna** (3, 4) – serial kryminalny, Belgia 2025
18.15 **Łapu capu Extra** (8) – program rozrywkowy
18.55 **Jeremy** (1, 2) – serial dokumentalny, Polska 2022
20.00 **Kontyngent** (5, 6) – serial wojenny, Szwecja 2025
21.50 **Pisarze. Serial na krótko** (10) – serial komediowy, Polska 2019
22.05 **Rok za rokiem** (1) – serial obyczajowy, Wlk. Bryt. 2019
23.00 **Premiera: Spartakus: Zemsta** (3) – serial historyczny, USA 2012
23.55 **Czarne stokrotki** (5, 6) – serial kryminalny, Polska
2.05 **Minuta ciszy** (3, 4) – serial obyczajowy, Polska 2022
4.15 **Miłość, seks & pandemia** (3, 4) – serial obyczajowy, Polska 2021
5.55 **Łapu capu** – program rozrywkowy

CANAL+ 360 HD

8.00 **Porzucone konstrukcje** (11) – serial dok., Wlk. Bryt.
8.55 **Z archiwów historii** (3)
9.55 **Co poszło nie tak 5** (6)
11.00 **Champions Club** – mag.
13.10 **8 wspaniałych** (4) – dok.
14.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach** (7) – serial dok.
14.55 **Z archiwów historii** (4)
16.00 **Lotnisko na Alasce 4** (9)
16.55 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (1) – serial dok., Niem. 2023
18.00 **Porzucone konstrukcje** (12) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.55 **Zholowani: ciężarówki w opałach** (6) – serial dok.
19.50 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (2) – serial dok., Niem. 2023
20.55 **Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie** (3) – pr. rozr.
22.00 **Porzucone konstrukcje** (4) – serial dok., Wlk. Bryt.
23.00 **Lotnisko na Alasce 4** (7)
0.00 **Piłkarze na podsłuchu** (8) – serial dok., Polska 2022
0.55 **Misja Afganistan** (10)
2.00 **Polska z góry: Stadiony 2** (6) – dok., Pol.
2.35 **Łowcy tajemnic Bałtyku** (7) – serial dok., Polska 2020
3.40 **Survivalowa rodzina** (8, 9) – serial dok., Pol. 2019
4.55 **Zwierzęta Wajraka** (3, 4)

HBO 2 HD

14.35 **Harry Potter i Książę Półkrwi** FILM – film przyg., Wlk. Bryt./USA 2009, 150 min
17.05 **Ciągnie świnki do... wilkołaka** – film anim.
17.15 **Jeszcze piękniej** FILM – komediodramat, Niemcy 2025, 135 min
19.30 **Mroczny Rycerz powstaje** FILM – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2012, 160 min
22.10 **Schowek 234** – thriller, FILM USA 2024, 80 min
23.30 **Tokyo Vice** (6) – krym.
0.35 **Sisu: Droga do zemsty** FILM – dram. wojenny, Wlk. Bryt./Finlandia/USA 2025, 85 min

HBO 3 HD

12.40 **Bohemian Rhapsody** FILM – dramat biograf., Wielka Brytania/USA 2018, 135 min
14.55 **Na planie 23** (26) – mag.
15.20 **Miami Vice** – film FILM sensacyjny, USA/Niemcy/Paragwaj 2006, 130 min
17.30 **Policja zastępcza** – kom. FILM sens., USA 2010, 105 min
19.15 **Avenue 5** (3, 4) – kom.
20.10 **Stamtąd 2** (9)
21.00 **The Pitt 2** (5) – obycz., USA
21.45 **Ta inna siostra Bennet** (9) – kostium., Wlk. Bryt.
22.15 **Królowa kości** – horror, FILM USA 2024, 90 min
23.45 **Księgowy** – thriller, USA FILM 2016, 125 min

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 **Górale** (63-65) – dok.
7.30 **Doktor Martin** (63) – serial obyczajowy
8.30 **Przyjaciółki** (189, 190) – obycz., Pol.
10.25 **Świat według Kiepskich** (46, 47, 201, 202, 225) – serial komediowy, Polska
13.35 **Turbo** – film animowany, USA 2013, 125 min
15.40 **Hobbit: Bitwa Pięciu Armii** – film fantasy, Nowa Zelandia/USA 2014, reż. Peter Jackson, wyk. Ian McKellen, Ken Stott, 195 min
18.55 **New York Taxi** – komedia sensacyjna, USA/Fr. 2004, 125 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Tata ma plan 2** (2, 3) – serial komediowy
7.00 **Dwóch i pół 10** (18-21) – serial kom., USA 2012-2013
8.55 **Przyjaciele 4** (18-23) – kom., USA 1997-1998
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 2** (12-17) – serial komediowy
14.30 **Dwóch i pół 10** (22, 23) – serial kom., USA 2012-2013
15.30 **Dwóch i pół 11** (1, 2) – serial komediowy, USA 2013
16.30 **Przyjaciele 4** (24) – serial komediowy, USA 1997-1998
17.00 **Przyjaciele 5** (1-5) – serial komediowy, USA 1998-1999

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (821) – serial paradokum.
6.00 **Top 100: filmy wszech czasów** (9)
6.30 **Seriaale Top 5** (11)
6.40 **Alfabet filmowy** (19)
6.45 **Zakochani po uszy 3** (147, 148)
7.45 **Detektywi** (193-196)
9.50 **Prawo Agaty 6** (2)
10.55 **Lekarze 2** (9) – obycz.
11.55 **Zapukaj do moich drzwi** (50, 51) – telen.
13.55 **Prawo Agaty 6** (1)
14.55 **Detektywi** – fab.-dok.
16.05 **Na Wspólnej** (43, 44) – serial obycz., Polska
17.10 **Magia kina** (5) – kult.
17.35 **Sylwester w Nowym Jorku** – komedia romant., USA 2011, 145 min

13 ULICA

6.05 **Balthazar 4** (2) – serial kryminalny, Fr.
6.50 **Tajemnice kwiaciarni: Śmierć w pąku** – film krym., Kanada 2016, 120 min
8.50 **Zabójstwo w Les Sables-d'Olonne** – dramat kryminalny, Francja 2024, 120 min
10.50 **Mentalista 6** (5-8) – serial kryminalny
14.30 **Swatka na tropie: zabójcze zaręczyny** – film kryminalny, USA 2019, 110 min
16.20 **Zabójstwo w Meaux** – dramat kryminalny, Francja 2024, 120 min
18.20 **Mentalista 6** (9-12) – serial kryminalny

KINO POLSKA

6.00 **Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 4** (9, 10) – dok.
6.50 **Polska Kronika Filmowa** – serial dok.
7.20 **Przygody Myszki** (3, 4) – serial anim.
7.40 **Reksio** (40, 42) – serial animowany, 1979
8.05 **Miś Kudłatek** (3, 4)
8.25 **Bolek i Lolek na wakacjach** (13)
8.45 **Do przerwy 0:1** (2, 3) – serial obyczajowy
9.55 **Podróże Pana Kleksa** (1/2, 2-ost.) – film przyg., Polska/ZSRR 1986, 220 min
13.35 **Krzyżacy** – film hist., 1960, 235 min
17.30 **Stawka większa niż życie** (9, 10) – wojenny

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Kabaretowe hity** (8) – program rozrywkowy
6.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
7.50 **Robert Makłowicz** (136, 195) – mag. kulin.
9.40 **Zagadki kryminalne panny Fisher** (1) – serial krym., Australia
10.55 **Górski lekarz 14** (11, 12) – serial obycz.
12.55 **Zagadki kryminalne panny Fisher** (2) – serial krym., Australia
14.00 **Zajazd. Będzie się działo** (22, 23) – serial obyczajowy, Pol. 2025
16.00 **Katastrofy w przestworzach** (1, 5) – serial dok., Kan.
19.00 **Aukcja w ciemno 3** (10, 11) – serial dok.

KOMEDIA



21.00 Wesoły wtorek: Ciacho – Polska 2010, 140 min

Basia z CBŚ zostaje oskarżona o współpracę z przestępcami oraz trzy zabójstwa. Dawid, Karolek i Krzyś usiłują za wszelką cenę pomóc siostrze dowieść niewinności.

23.20 Wystrzałowe wesele – komedia, USA 2022, reż. Jason Moore, 130 min
1.30 **Fala zbrodni** (99-101) – serial sens., Pol. 2007
4.35 **Na ratunek 112** (902, 903) – serial paradokum., Pol. 2024

KOMEDIOWY



19.30 Teoria wielkiego podrywu 2 (18-23)

Penny sprzedaje za pośrednictwem Internetu ręcznie robione spinki do włosów. Dziewczyna prosi Sheldona, by pomógł jej udoskonalić produkt. Niebawem biznes wymyka się spod kontroli.

22.00 The Office PL 3 (8, 9)
23.05 **Comedy Club 4** (4, 5)
0.05 **Miasteczko South Park 6** (6, 7)
1.00 **Pracoholicy** (3, 4)
2.00 **Śmieszniej nie będzie 2** (3) – pr. rozr.
2.30 **Śmieszniej nie będzie 4** (4) – pr. rozr.

DRAMAT SF



20.00 W nieskończoność – USA 2021, 145 min

Evana prześladują dziwne wspomnienia. Członkowie tajnego stowarzyszenia przekonują mężczyznę, że te wizje pochodzą z jego poprzednich wcieleń.

22.25 Johnny – dramat biograficzny, Polska 2022, 140 min
0.45 **Oszukać przeznaczenie 3** – horror, USA/Niemcy 2006, 110 min
2.35 **Grażyna Torbicka zaprasza 2** (6) – mag.
3.10 **Szkoła** (768)

SENSACYJNY



22.00 American Heist. Skok życia – Kanada/Luksemburg 2014, 120 min

James pragnie zerwać z kryminalną przeszłością i wieść życie u boku Emily. Z więzienia wychodzi jego brat Frankie. Planuje skok na bank. Składa Jamesowi ofertę.

0.00 **Kobra – oddział specjalny** (2) – serial sensacyjny, Niemcy
1.55 **Zabójstwo w Meaux** – dramat kryminalny, Francja 2024, reż. Adeline Darraux, 120 min

KOMEDIA



20.00 Na układy nie ma rady – 2017, 110 min

Biznesmen Marek ma kłopoty finansowe. Dawny wykładowca ze studiów proponuje mu stanowisko w rządzie. Świat pieniędzy, polityki i układów wciąga Marka.

21.50 Wielka majówka – film obyczajowy, 1981, reż. Krzysztof Rogulski, 110 min
23.40 **Mistrz** – dramat biograficzny, 2020, 120 min
1.40 **Ostatni prom** – dramat obyczajowy, 1989, 120 min

KOMEDIA



20.00 Marley i ja – USA 2008, 150 min

Jennifer chce zostać matką, ale jej mąż nie jest gotowy na rodzicielstwo. Przyjaciel radzi mu, by kupił psa. Psotny labrador wystawia na próbę cierpliwość właścicieli.

22.30 Alex Cross – thriller, USA 2012, 125 min
0.35 **Kosmiczny grzech** – film s.f., USA 2021, 100 min
2.15 **Kamerdyner** – dramat historyczny, Polska 2018, 210 min
5.45 **Zakalec** – film krótkometraż.

CINEMAX HD

11.40 **Wytłumaczenie wszystkiego** – dramat obyczajowy, 2023, 155 min
14.15 **Piksele** – komedia, USA/Chiny/Kan. 2015, 105 min
16.00 **Niewidzialna walka** – komedia sensacyjna, Estonia/Finlandia/Łotwa 2023, 115 min
17.55 **U.S. Palmese** – komedia, Włochy 2024, 125 min
20.00 **Le Mans '66** – dramat biograficzny, USA/Francja 2019, 150 min
22.30 **Bez przebaczenia** – thriller, 2024, 105 min
0.15 **Seks** – melodramat, Norwegia 2024, 120 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 **Święty** (41, 42) – kom., Pol.
14.25 **Spadkobiercy** (9) – rozr.
15.25 **Co ludzie powiedzą? 3** (6) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 **Jedną nogą w grobie 2** (1) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 **Czarna Żmija** (1) – kom.
17.35 **Młody Sheldon 2** (9-11)
19.00 **Dwóch i pół 10** (18-21)
21.00 **Świat według Kiepskich** (12, 13, 1) – serial kom., Pol.
22.30 **Co ludzie powiedzą? 3** (7) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 **Jedną nogą w grobie 2** (2) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 **Czarna Żmija** (2) – kom.
0.30 **Comedy Club 6** (10) – rozr.
1.00 **Spadkobiercy** (9) – rozr.

SCI FI

7.00 **The Ark** (1, 2) – serial s.f.
9.05 **Medium 3** (13, 14) – krym.
11.05 **SurrealEstate** (1, 2)
13.05 **Przygody Merlina 2** (8, 9)
15.05 **Medium 3** (15, 16) – krym.
17.00 **SurrealEstate** (3, 4)
19.00 **Przygody Merlina 2** (10, 11) – fantasy, Wlk. Bryt.
21.00 **Saga „Zmierzch": Zaćmienie** – film fantasy, USA 2010, 155 min
23.35 **Miasto cienia** – film przygodowy, 2008, 120 min
1.35 **Bibliotekarz 3: Klątwa kielicha Judasza** – film przygodowy, 2008, 105 min
3.20 **SurrealEstate** (3, 4)
5.05 **Kroniki Spiderwick** (3)

FX HD

9.00 **Skymed 2** (7) – obycz.
10.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (22, 23) – krym.
11.55 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (1, 2)
13.45 **Agenci NCIS** (3, 4) – sens.
15.35 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (24, 1) – serial krym.
17.25 **Z archiwum X** (24, 1) – s.f.
19.15 **Agenci NCIS: Sydney** (16)
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (3, 4)
22.00 **9-1-1: Nashville** (6)
22.55 **Z archiwum X** (1) – s.f.
23.50 **Szklana pułapka 3** – film sensacyjny, 1995, 155 min
2.25 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (24, 1) – serial krym.

FILMBOX+ ONE HD

8.05 **Zagadki kryminalne panny Fisher 3** (4) – krym.
9.10 **Panna Scarlet i komisarz** (6) – krym., USA
10.15 **Panna Marple: Hotel Bertram** – film krym., Wlk. Bryt. 2007, 120 min
12.15 **Hudson i Rex 5** (6, 7)
14.30 **Poirot** – serial kryminalny
16.40 **Strażnik Teksasu 3** (15, 16) – serial sensacyjny
18.55 **Poirot** (8) – serial krym.
20.00 **Burza** – dramat katastrof., USA 2015, 125 min
22.05 **Zaginiona dziewczyna** – thriller, USA 2014, 185 min
1.10 **Piła: Dziedzictwo** – horror, 2017, 140 min

ROMANCE TV HD

12.25 **Pokój ze stajnią: Co za cyrk!** – komedia, Niemcy 2022, 115 min
14.20 **Dora Heldt: Ani słowa tacie!** – komedia, Niemcy 2012, 115 min
16.15 **Karla, Rosalie i dziura w ścianie** – komedia, Niemcy 2022, 110 min
18.05 **Górski lekarz** (66) – obycz.
20.00 **Rosamunde Pilcher: Rocznica ślubu** – film obycz., Niem. 2022, 115 min
21.55 **Käthe i ja: Przyjaciółki na zawsze** – dramat obycz., Niem. 2022, 115 min
23.50 **Górski lekarz** (66) – obycz., Niemcy/Austria

CINEMAX 2 HD

13.20 **Bez wiatru** – dram. obycz., Bułgaria/Wł. 2024, 95 min
14.55 **Wszystkie piosenki, których nigdy nie śpiewaliśmy** – film obycz., Japonia 2023, 115 min
16.50 **Dziewięć królowych** – dramat kryminalny, Argentyna 2000, 115 min
18.45 **Facet w czerni 3** – kom. s.f., USA 2012, 105 min
20.30 **Transformers 3** – film s.f., USA 2011, reż. Michael Bay, wyk. Shia LaBeouf, 150 min
23.00 **Sausage Party** – film animowany, 2016, 90 min
0.30 **Faruk** – dram. biograf., Fr./Niemcy/Turcja 2024, 95 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

9.35 **Wszystkie stworzenia duże i małe 5** (4) – obycz.
10.30 **Lekarze na start** (39, 40)
12.05 **Zatraceni w miłości** (62)
13.05 **Panna Scarlet 6** (6)
14.15 **Agenci NCIS 16** (1) – sens.
15.10 **Panna Marple: Karaibska tajemnica** – film kryminalny, Wielka Brytania/USA 2013, 110 min
17.00 **Dalgliesh 3** (2) – krym.
19.00 **Agenci NCIS 16** (2) – sens.
19.55 **Poirot 3** (6) – serial krym.
21.00 **Hiszpańska księżniczka** (7) – serial kostiumowy, USA
22.15 **Domina** (7) – serial hist.
23.20 **Poirot 3** (6) – serial krym.
0.25 **Agenci NCIS 16** (2) – sens.

NOVELAS+ HD

10.00 **Opowieść o wyspie** (21)
11.00 **Otchłań namiętności** (144) – telen., Meksyk 2012
12.00 **Duma i uprzedzenie** (4)
13.00 **Róże i grzechy** (43)
14.00 **Domenica Montero** (6, 7)
16.00 **Róże i grzechy** (44)
17.00 **Duma i uprzedzenie** (5)
18.00 **Otchłań namiętności** (145) – telen., Meksyk 2012
19.00 **Miłość w Cabo** (4) – telen.
20.00 **Opowieść o wyspie** (22)
21.00 **Domenica Montero** (7)
22.00 **Róże i grzechy** (44)
23.00 **Duma i uprzedzenie** (5)
0.00 **Otchłań namiętności** (145) – telen., Meksyk 2012
1.00 **Miłość w Cabo** (4) – telen.

FX COMEDY HD

8.15 **Simpsonowie 33** (11, 12)
9.10 **Diabli nadali** (15-18)
11.00 **Jim wie lepiej 2** (15, 16)
12.00 **Sposób użycia 3** – kom.
12.30 **Sposób użycia** – kom.
13.00 **Wszyscy kochają Raymonda 3** (4-8) – kom.
15.30 **Simpsonowie 33** (11-14)
17.30 **Jak poznałem waszą matkę 6** (12-14) – kom.
19.00 **Współczesna rodzina 6** (8-11) – serial komediowy
21.00 **Family Guy: Głowa rodziny 22** (12, 13)
22.00 **Jumanji: Welcome to the Jungle** – film przygodowy, 2017, 145 min
0.25 **Simpsonowie 33** (7, 8)

FILMBOX+ HITS HD

8.50 **Guido Superbohater** – kom., Kan. 2010, 100 min
10.30 **Prawie przyjaciele** – komediodramat, USA 2016, 115 min
12.25 **Niewygodna prawda** – thriller, USA 2018, 115 min
14.20 **Belcanto** – melodramat, USA 2018, 110 min
16.10 **Coco Chanel** – dramat biograficzny, 2009, 125 min
18.15 **Ostatnia rzecz** – dramat obyczajowy, 2018, 105 min
20.00 **Historia mojego życia** – dramat obycz., Węgry/Niemcy/Fr. 2021, 180 min
23.00 **John Wick 2** – film sensacyjny, 2017, 135 min

PARAMOUNT NETWORK HD

9.20 **Policyjna grupa pościgowa 18** (14) – dok.
10.20 **Buntownik z wyboru** – dramat psychologiczny, USA 1997, 160 min
13.00 **Czarodziejki 2** (3, 4)
15.00 **xXx: Reaktywacja** – film sensacyjny, Chiny/Kanada/USA 2017, 150 min
17.30 **Daredevil** – sens., USA/Szwajcaria 2003, 150 min
20.00 **Mission: Impossible 3** – film sensacyjny, USA/Niem./Chiny 2006, 155 min
22.35 **Barbarzyńcy** – horror, USA/Bułgaria 2022, 115 min
0.30 **Uprowadzona 3** – film sensacyjny, 2014, 145 min

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

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
12.30 Snooker: Turniej English Open – mecz finałowy
14.30 Kolarstwo: Arctic Race of Norway – 4. etap
15.30 Kolarstwo: Cyclassics Hamburg
17.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 6. etap
18.00 Tenis: Turniej US Open 2023 – finał gry pojedynczej mężczyzn: Daniił Miedwiediew – Novak Djoković
20.00 Biegi górskie: GT World Series – Sierre-Zinal – podsumowanie
20.30 Triathlon: T100 World Tour – Vancouver – podsumowanie

POLSAT SPORT 1 HD
6.00 Siatkówka kobiet: Memoriał Agaty Mróz-Olszewskiej
8.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
11.00 Siatkówka kobiet: Memoriał Agaty Mróz-Olszewskiej
13.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
15.00 Siatkówka kobiet: Memoriał Agaty Mróz-Olszewskiej
17.00 Tenis: Turniej ATP
LIVE w Cincinnati – 3. runda Taylor Fritz poprzednio pożegnał się z rywalizacją na tym etapie. Uległ wtedy Terencowi Atmanowi.

CANAL+ SPORT HD
6.00 Ekstrapaka: 4. kolejka – mag. piłkarski
7.10 Ekstraklasa po godzinach – magazyn piłkarski
8.25 1 na 1 Extra – magazyn sportowy
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: RC Deportivo La Coruna – Elche CF
11.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Piast Gliwice – Wieczysta
13.40 Ekstraklasa po godzinach – mag.
14.50 Na pierwszym planie (3) – dok., Pol.
15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: RC Deportivo La Coruna – Elche CF

TVP SPORT DVB T2 HD
5.45 Sportowy wieczór
6.10 Lekkoatletyka: Golden Sand 2026. Memoriał Szewińskiej, Komara i Ślusarskiego
8.00 Betclic 1. Liga magazyn (80) – mag.
9.20 Piłka nożna: Betclic 1. Liga: Arka – Puszcza
11.20 Betclic 1. Liga magazyn (80) – mag.
11.50 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Zagłębie Lubin – Śląsk Wrocław
13.55 GOL – mag. piłkarski
15.15 Piłka nożna kobiet: ORLEN Ekstraliga: GKS Katowice – Czarni
17.15 Magazyn 2. ligi piłkarskiej (70) – magazyn piłkarski

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 Legendy Bundesligi
6.40 Najlepsi dryblerzy Bundesligi – magazyn piłkarski
7.00 Piłka nożna: 2. liga niemiecka – mecz: VfL Osnabrück – 1. FC Magdeburg
9.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Rio Ave – FC Porto
11.00 Formuła 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii
12.30 Formuła 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii
14.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
16.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Casa Pia AC – SL Benfica

DISCOVERY CHANNEL HD
10.00 Wyprawa w nieznane 6 – dok.
11.00 Dżungla złota – dok.
12.00 Psy policyjne (4)
13.00 Fantastyczne zwierzęta z Forrestem Galante – serial dok.
14.00 Nagi instynkt przetrwania: Ameryka Łacińska (2) – serial dokum.
15.00 Złomowisko PL 8 (3) – serial dok., Pol. 2019
16.00 Łowcy opali 8 – dok.
17.00 Celnicy na straży Niemiec (2) – dok.
18.00 Polscy truckersi 2 (7) – program rozrywk.
19.00 Nagi instynkt przetrwania – dok.
21.00 Rolnicy w akcji (7)

20

FORMUŁA E



21.00 ePrix Wielkiej Brytanii – podsumowanie

Ostatnia runda sezonu. O postawienie kropki nad i w wyścigu o mistrzostwo Formuły E postara się Mitch Evans z Jaguar TCS Racing.

22.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 6. i 7. etap
0.00 Snooker: Northern Ireland Open – mecz finałowy: Jack Lisowski – Judd Trump
1.30 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 13. etap
3.00 Snooker: Northern Ireland Open

TENIS



19.00 Turniej ATP
LIVE **w Cincinnati** – mecz 3. rundy

Ben Shelton w poprzednich latach dwa razy odpadał w ćwierćfinale. W tym sezonie chce się przełamać i tym samym znaleźć się w najlepszej czwórce zmagań.

21.00 Tenis: Turniej ATP
LIVE w Cincinnati – 3. runda
23.00 Tenis: Turniej ATP
LIVE w Cincinnati – 3. runda
1.00 Tenis: Turniej ATP
LIVE w Cincinnati – 3. runda
3.00 Tenis: Turniej ATP
LIVE w Cincinnati – 3. runda
5.00 Boks

MAGAZYN PIŁKARSKI



18.00 Liga+ Extra

Krzysztof Marciniak i Bartosz Gleń zapraszają na posumowanie wydarzeń z ostatniej kolejki PKO BP Ekstraklasy.

20.00 Boks: Gala w Orlando
21.00 Wysoki Pressing
22.45 Boks: BKFC Fight Night: Sturgis: Bryant Acheson – Mike Jones
0.00 Sporty walki: ONE Friday Fights 166
1.15 Na pierwszym planie (4) – dok., Pol.
2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Wisła Płock – Lech Poznań
4.20 1 na 1 Extra – mag.

PIŁKA NOŻNA



18.00 Tarcza Wspólnoty – mecz: Arsenal FC – Manchester City FC

Starcie mistrza ze zdobywcą krajowego pucharu inauguruje sezon piłkarski w Anglii.

20.15 Lekkoatletyka: Mistrzostwa Europy – Birmingham 2026 – podsumowanie
22.30 Sportowy wieczór – program informacyjny
23.05 Boks: Oleśnica Boxing Night – podsumowanie
1.30 Boks: Gala w Las Vegas – podsumowanie

PIŁKA NOŻNA



18.00 2. liga niemiecka: Holstein Kiel – St. Pauli

Gospodarze zainaugurowali sezon spotkaniem z SV Darmstadt. Z kolei Piraci mają za sobą trudny mecz z SpVgg Greuther Fürth.

20.00 Ligue 1 Show (1) – magazyn piłkarski
20.40 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
22.40 AJ Auxerre – Małe miasto, wielki klub – film dokumentalny
23.20 Serie A – mag.
0.25 Ligue1 (36) – mag.
1.25 Made in Italy (7, 8) – mag. piłkarski

DOKUMENTALNY



22.00 Premiera: W oku cyklonu: Potwór w stanie Michigan – USA 2025

W maju 2022 roku niestabilny układ frontowy przesuwa się na północ, przynosząc gwałtowne zmiany pogodowe. Nad miastem Gaylord w Michigan formuje się tornado.

23.00 Najniebezpieczniejszy zawód świata 22 – dok.
0.00 Największe napady świata – serial dok.
1.00 Hotrod wg Kindiga 8 – dok., USA
2.00 Policjanci z Kent

EUROSPORT 2 HD
12.30 Kolarstwo: Vuelta a Espana: Olot – Pal
14.30 Motocross: Mistrzostwa świata w Uddevalli – 2. wyścigi w klasie MX2 i MXGP
15.30 Snooker: Turniej English Open: M. Allen – Z. Yuelong
17.30 Formuła E: ePrix Wielkiej Brytanii – 1. i 2. wyścig
19.00 Kolarstwo górskie: PŚ w Vallnord/Pal-Arinsal – zjazd mężczyzn
20.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana – etap
22.00 Hard Knocks – mag.
23.00 Snooker: Turniej China Open – mecz finałowy

POLSAT SPORT 2 HD
6.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – mecz 3. rundy gry pojedynczej
8.30 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – 3. runda
11.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – 3. runda
13.00 Piłka nożna – mecz towarzyski
15.00 Siatkówka plażowa: ME – Stare Jabłonki 2026
17.30 Piłka nożna: Puchar Włoch: Palermo – Lecce
20.30 Piłka nożna: Liga holenderska
23.00 Siatkówka plażowa: ME – Stare Jabłonki 2026
1.00 Sporty walki: FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
8.15 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – 3. runda
10.30 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – 3. runda
12.30 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – 3. runda
14.45 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – 3. runda
17.00 Tenis: Turniej WTA
LIVE w Cincinnati – 3. runda
19.00 Tenis: Turniej WTA
LIVE w Cincinnati – 3. runda
21.00 Tenis: Turniej WTA
LIVE w Cincinnati – 3. runda
23.15 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – 3. runda
1.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

EXTREME CHANNEL HD
7.00 Action Sports World (15)
8.00 WWE Highlights (43)
9.00 Beyond The Beaten Path
10.00 Pro Bull Riders 2 (1)
11.00 X Games – Minneapolis
12.00 Nitro Circus Live (7, 8)
13.00 Action Sports World (15)
14.00 WWE Classic Gold (81)
15.30 WWE Highlights
17.00 KPW Kombat TV (2, 29)
19.00 WWE Classic Gold
20.00 AEW Collision 2 (2633)
22.00 PTW Wrestling (22)
0.30 WWE Highlights (71, 26)
2.00 Pro Bull Riders 2 (1)
3.00 Beyond The Beaten Path
4.00 Nitro Circus Live (7, 8)
5.00 Action Sports World (15)

ELEVEN SPORTS 2 HD
12.00 Piłka nożna: 2. liga niemiecka: VfL Osnabrück – 1. FC Magdeburg
14.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Sporting CP – Vitoria SC
16.00 Piłka nożna: 2. liga niemiecka – mecz: Kaiserslautern – Karlsruher
18.00 Formuła 1: Grand Prix Belgii
20.00 Piłka nożna: Superpuchar Francji: Lens – PSG
22.00 Ligue 1 Show (1) – mag.
22.35 Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością – dok.
23.25 Made in Italy (15, 13)

DISCOVERY LIFE HD
6.45 Beauty ekspert (10)
7.15 Nowa Maja w ogrodzie
8.15 Szpital (546, 547)
10.15 Nowa Maja w ogrodzie
11.15 Idealna niania 6 (1, 2)
12.45 Klinika bez tajemnic
14.45 Szpital (545, 546)
16.45 Idealna niania 5 (13)
17.30 Idealna niania 6 (1-3)
19.45 Klinika naturalnego piękna (2) – reality show
20.15 Wycieczkowiec (12)
21.15 Moje koszmarne stopy
22.15 Historie wielkiej wagi
0.15 Sekrety lekarzy (12)
1.15 Szpital (404, 406)
3.15 Eks-tra zmiana (8, 1)
5.15 Klinika urody (12) – mag.

POLSAT SPORT FIGHT HD
13.20 Sporty walki – walka: J. Lodzik – J. Martinez
15.15 Sporty walki: FEN 58 w Częstochowie – walka: W. Bartnik – J. Jędraszczyk
17.20 K.O. TV Classics (45)
18.10 Boks: Rocky Boxing Night w Kościerzynie – waga ciężka: K. Meyna – A. Wright
20.00 Strzelnica Renaty Mauer (1) – pr. sportowy
20.45 Strzelnica Navala (1)
21.30 Sporty walki: UFC Fight Night – walka: Josh Emmett – Kevin Vallejos
23.20 Boks: Babilon Boxing Show w Bielsku-Białej: Ł. Stanioch – K. Gevor

POLSAT SPORT 3 HD
6.00 Siatkówka plażowa: ME – Stare Jabłonki 2026
8.30 Piłka nożna: Liga holenderska
11.00 Piłka nożna: Liga holenderska
13.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – 3. runda
15.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – 3. runda
17.30 Siatkówka plażowa: ME – Stare Jabłonki 2026
20.00 Piłka nożna – mecz towarzyski
22.30 Piłka nożna: Copa Libertadores
1.00 Sporty walki: Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
8.45 Żużel: PGE Ekstraliga: Falubaz – Stal Gorzów
11.45 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Abramczyk Polonia Bydgoszcz – Stal
14.30 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: Polonia Piła – Hunters PSŻ Poznań
17.15 Żużel: PGE Ekstraliga: Motor Lublin – Unia Leszno
20.00 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: KS Toruń – Sparta
23.00 Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga – mag.
0.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Cracovia – Raków Częstochowa
2.30 Ligomistrzowe historie

ELEVEN SPORTS 4 HD
14.00 Piłka nożna: Eintracht Brunszwik TSV – Bochum
16.00 Piłka nożna: Arminia – FC Cottbus
18.00 Olympique Lyon... – dok.
18.40 AJ Auxerre... – dok.
19.05 Ligue1 Season Review (36) – magazyn piłkarski
20.00 Magazyn piłkarski
20.30 Moi bohaterowie – mag.
21.05 Magazyn piłkarski
21.35 Najlepsze gole Schalke 04 – mag.
21.50 Historyczne momenty Ligue 1 – cykl reportaży
22.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Rio Ave FC – FC Porto

ELEVEN SPORTS 3 HD
12.00 Piłka nożna: 2. liga niemiecka – mecz: Dynamo Drezno – SV Darmstadt 98
14.00 Piłka nożna: Superpuchar Francji – mecz: RC Lens – Paris Saint-Germain
16.00 Made in Italy (9-12)
17.00 Bundesliga Special (21)
18.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Rio Ave FC – FC Porto
20.00 Piłka nożna: 2. liga niemiecka: SpVgg Greuther Fürth – 1. FC Nürnberg
22.00 Piłka nożna: 2. liga niemiecka – mecz: Eintracht Brunszwik TSV – VfL Bochum

CANAL+ DOKUMENT HD
10.15 Polska z góry 3 (2-4)
11.50 Wszystkie kolory świata (4, 5) – dok., Francja
13.50 Na pierwszym planie
16.30 W królestwie księcia Muhammada ibn Salmana – film dokum., Fr.
17.30 Każda mała rzecz – dok.
19.15 Rave – film dok., Pol. 2024
20.40 Prawdziwa historia Tamary Łempickiej – dok.
22.25 Rioja, kraina tysiąca win
0.10 Salwador – kraj plaż i wulkanów – dok., Niem.
1.10 Prost (4) – serial dok., Fr.
1.45 O co biega? (12) – mag.
2.20 W rytmie wolności (7, 8)
4.15 Rekruci (9, 10) – dok., Pol.

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń** – serial dok.
8.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
11.00 **Inżynieria ekstremalna** – dok.
13.00 **Zoom na architekturę** (2)
15.00 **Jak to jest zrobione?** – dok.
15.30 **NASA: Niekończąca się podróż** – film dokum., USA 2018
17.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
18.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń** – serial dok.
19.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2** – dok., USA

ID HD

6.00 **Ostatnie pożegnanie** – serial paradokumentalny
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 **Zaginieni** – serial dokumentalny, USA
16.00 **Żyjąc z potworem** (9, 10) – serial dokumentalny, USA
18.00 **Zabójczy blond** – serial dokumentalny
20.00 **W piątek, trzynastego** – serial dokumentalny, USA

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

9.00 **Uwaga, katastrofa!** (5) – serial dok.
10.00 **Porzucone konstrukcje** (11)
11.00 **Plemienna szkoła przetrwania: Ekstremalne safari** (3) – dok., Wlk. Bryt.
12.00 **Katastrofa w przestworzach** (6-8, 3) – serial dokum.
16.00 **Ukryte pod miastami** (1) – dok.
17.00 **Tajemnicze wyspy** (2) – serial dok., Kan.
18.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy** (4, 6) – dok.
20.00 **Katastrofa w przestworzach** (8) – dok., Kan. 2024
21.00 **Starożytne konstrukcje** (3)

FOKUS TV DVB T2

8.55 **Wehikuł czasu** (818)
9.00 **Starożytni kosmici** (11) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (16, 17) – reality show
12.00 **Tajemnice II wojny światowej** (12) – dok.
13.00 **Poszukiwacze historii** (13, 1) – dok.
14.00 **Kroniki Hitlera** (1) – serial dokumentalny
15.00 **Truckersi przez Australię** (12) – dok.
16.00 **Dorwać tuńczyka** (9, 10) – serial dok.
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (20, 21) – serial dok.
20.00 **Galileo 28** (16) – pr. popularnonaukowy
21.00 **Najkrwawsze bitwy drugiej wojny światowej** (8) – dok.

TVP HISTORIA DVB T2

6.35 **Był taki dzień**
6.40 **Polskie parki narodowe** – dok., Pol.
8.20 **1920. Wojna i miłość** (4) – serial hist., Polska
9.15 **Rachunek szczęścia** – film dok., Pol. 2010
10.35 **Była sobie piosenka**
11.40 **Pamięć**
12.25 **Wędrówki szlakami granicznymi** (3)
13.15 **Tajemnice szpiegów. Atomowa gra** (1)
14.15 **Janosik** (4) – przyg.
15.25 **Sensacje XX wieku**
18.05 **1920. Wojna i miłość** (5) – serial hist., Polska
19.00 **Wszystkie kolory świata** (16) – dok., Fr.
20.00 **Trzeci oficer** (5) – serial sens., Pol. 2008

HISTORY HD

12.10 **Gwiazdy lombardu 25** (15)
13.05 **Starożytni kosmici 17** (16) – dok.
14.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 3** (13) – serial dok., USA
14.50 **Największe tajemnice świata 6** (10) – serial dok., USA
15.45 **Gwiazdy lombardu 13** (15)
16.15 **Gwiazdy lombardu 25** (20)
17.10 **Zabić dyktatora** (1)
18.10 **Największe tajemnice świata 7** (14) – dok., USA
19.05 **Starożytni kosmici 16** (7) – dok.
20.00 **Starożytni kosmici 17** (17) – dok.

DOKUMENTALNY



21.00 Czy jest z nami inżynier? (2, 3)

Justin wspina się na dach stadionu. W każdej chwili może się on zawalić. Będąc w Leeds Cunnigham ma okazje sprawdzić usterki, jakie popełnili tam konstruktorzy.

23.00 **W sieci eksperymentów**
1.00 **Jak to jest zrobione?** – dok.
1.30 **NASA: Niekończąca się podróż**
3.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
4.00 **Poszukiwacze dinozaurów** – dok.

DOKUMENTALNY



21.00 Tajemnice jeziora Erie 2 – USA

W święto Halloween 11-letnia Shauna Howe nie wraca do domu z imprezy harcerek. Niebawem w pobliskim strumieniu zostają odnalezione jej zwłoki.

22.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet: uciekłam seryjnemu mordercy** – dok., USA
23.00 **Zabójczy blond 2**
0.00 **Morderstwo na bagnach** – dok.
1.00 **Tajemnice jeziora Erie 2** – serial dok.

DOKUMENTALNY



22.00 Ukryte pod miastami (3) – Kan.

We Włoszech archeolodzy analizują grobowiec, który może skrywać szczątki Władca Palownika. Z kolei na Malcie ich uwagę przyciąga podziemny labirynt.

23.00 **Starożytne konstrukcje** (2) – serial dokumentalny
0.00 **Katastrofa w przestworzach** (9, 10) – serial dokum.
3.00 **Car SOS** (1, 2) – dok.
5.00 **Katastrofa w przestworzach** (3) – serial dokum.

DOKUMENTALNY



22.00 Ostatni bastion Hitlera 3 (5, 6) – Kanada 2021

W grudniu 1944 roku zapadła decyzja rozpoczęcia trudnej operacji Straż nad Renem. Niemieckie dywizje pancerne usiłowały dostać się do portu w Antwerpii.

0.00 **Starożytni kosmici** (1) – serial dokumentalny, USA 2012-2013
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (34-37) – serial dokumentalny, Polska
5.00 **Kołowrotek** (6, 7) – magazyn wędkarski

DOKUMENTALNY



20.55 Starożytny Egipt – kroniki imperium (7): Wojny

W starożytnym Egipcie wojny były postrzegane jako sposób na zachowanie boskiego porządku. W czasach pokoju faraonowie polegali jednak na dyplomacji.

22.00 **Nieznana wojna na Północy** (1) – dok.
23.05 **Sensacje XX wieku**
1.10 **Encyklopedia II wojny światowej** – serial dok.
1.45 **Trzeci oficer** (5) – serial sens., Pol. 2008
2.35 **Janosik** (4) – przyg.

DOKUMENTALNY



21.00 Tom Hanks: II wojna światowa (7, 8)

Wpływy Adolfa Hitlera zaczęły wykraczać poza granice Niemiec. Rozpoczęto wykluczać Żydów z życia społecznego, a w ostateczności, polityka prześladowań przerodziła się w ludobójstwo.

23.00 **II wojna światowa w kolorze – przełomowe momenty** (9) – dok.
23.55 **Jak to wyjaśnić? 5** (18) – serial dok., USA
0.50 **Starożytni kosmici 17** (17) – dok.
1.50 **Zabić dyktatora** (1)

DISCOVERY HISTORIA HD

9.00 **Polscy szpiedzy** (7) – dok.
10.00 **Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki**
11.00 **Militaria na warsztat** (8)
12.00 **Muzealne tajemnice**
14.00 **Łowcy klasyków** (1)
16.00 **Magazyn staroci Lamersa** (2, 3) – dok.
18.00 **Łowcy staroci** (1, 2) – dok.
20.00 **Zoom na architekturę**
22.00 **Hazardziści** – serial dok.
23.00 **Legendarne miejscówki**
0.00 **Klub odkrywców** – dok.
2.00 **Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki**
3.00 **Profesjonaliści** – cykl dok.
4.00 **Mikroprzygoda** (3) – dok.
5.00 **Łowcy staroci** (14) – dok.

PLANETE+ HD

13.45 **Najpiękniejsze rzeki świata 2** (2) – serial dok.
14.45 **Monachium 1972** (2)
15.50 **Niezwykłe podróże koleją 13** (2) – serial dok.
16.55 **Świat z góry 8** (11, 12)
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4**
18.40 **Głos. Narzędzie zaniedbane** – film dok.
19.45 **Czy warto pościć?** – dok.
20.55 **Ludwik XIV, król tajnych agentów** (1) – film dokum.
22.00 **Ukraina. Laboratorium Holokaustu** – dok., Irlandia
23.10 **Cykl miesięczny. Moc natury** – film dok., Niem.
0.15 **Niezwykłe podróże koleją 13** (3) – serial dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

9.00 **Niezwykły dr Pol**
12.00 **Zwierzaki w amoku** (5)
13.00 **Dzika przyroda strefy równikowej** (4) – dok.
14.00 **Węże w mieście: miasta pełne węży** (2) – dok., USA
15.00 **Zabójcze królestwo Afryki** (6) – serial dok., RPA
16.00 **Dzikie Indie** (2) – dok.
17.00 **Niezwykłe wędrówki zwierząt** (4) – serial dok.
18.00 **Dzika Missisipi** (1)
19.00 **Dzika konfrontacja** (12)
20.00 **Najgroźniejsze zwierzęta świata** (2)
21.00 **Niezwykły dr Pol**
2.00 **Dzika przyroda strefy równikowej** (4)

POLSAT VIASAT NATURE HD

11.40 **Lista drapieżników** (2)
12.45 **W okowach mrozu 4** (11)
13.45 **Nasza nieprzewidywalna planeta** (1) – serial dokum.
14.45 **Rzeczne potwory 3** (5)
15.50 **W okowach mrozu 4** (11)
16.50 **Dzika Tajlandia** (2)
17.55 **Twarzą w twarz** (1) – dok.
18.55 **Rzeczne potwory 3** (5)
20.00 **W okowach mrozu 4** (12)
21.00 **Wulkany: odliczanie** (1)
22.05 **Lista drapieżników** (2)
23.15 **W okowach mrozu 4** (12)
0.15 **Nasza nieprzewidywalna planeta** (1) – serial dokum.
1.10 **Rzeczne potwory 3** (5)

BBC EARTH HD

10.25 **Życie na pustkowiu 8** (4)
11.25 **Zabójcza pogoda 5** (2)
12.25 **Dziki połów** (1) – dok.
13.25 **Parki narodowe z lotu ptaka: Irlandia** (1) – dok.
14.30 **W okowach mrozu 6**
16.35 **Pociągiem przez Imperium Rzymskie** (3)
17.40 **Parki narodowe z lotu ptaka: Irlandia** (1) – dok.
18.40 **Dziki połów** (2) – dok.
19.45 **Sekretne życie ogrodu** (4) – serial dok., Wlk. Bryt.
20.55 **W okowach mrozu 6**
22.55 **Sekrety długowieczności** (5)
0.00 **Michael Mosley: jak dobrze spać** (1) – film 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 tropie wymarłych gatunków** – serial przyrod.
18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych** – serial dok.
19.00 **Cztery kąty, cztery łapy**
20.00 **Alaska: Ostatni przystanek** – serial dok.
21.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
22.00 **Projekt akwarium** – dok.
23.00 **Resocjalizacja z pitbullem 7** – serial dok.
0.00 **Monstrualne rekiny** – film dokumentalny

TVP DOKUMENT HD

12.10 **Korona Gór Polski**
12.45 **Fale gorąca** – film dokum.
13.45 **Wyspy Kanaryjskie** (2)
14.45 **Kalendarz przyrody** (4)
15.45 **Program „Mamut" – na ratunek gatunkom**
16.50 **Światynie świata** (2)
17.55 **Sanatorium miłości 8** (9)
18.50 **Beethoven. Portret intymny** – film dokum., Fr.
20.00 **Magia irańskiego jedwabiu** – film dokum.
20.55 **Vasa. Okręt widmo** (1)
22.00 **Królowe mafii** (7) – dok.
23.00 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
23.10 **Powrót do Bhutanu**
0.15 **Sanatorium miłości 8** (8)

POLSAT DOKU HD

8.00 **48h. Zaginieni** (180, 181)
10.00 **Polacy za granicą** (75, 76)
12.00 **Wojny kontenerowe**
13.05 **Poszukiwacze historii**
14.00 **Droga bez powrotu. Przemoc gangów w Szwecji** – film dok., Fr.
15.15 **Poszukiwacze historii**
15.35 **Niewyjaśnione tajemnice** (5, 6) – dok.
17.30 **Świat z góry 4** (9, 10)
18.40 **Najwyższe góry świata. Życie nad chmurami** (2) – film dok., Wielka Brytania
19.45 **Pociągi, które zmieniły świat** (1, 2) – serial dokum.
22.00 **Militarny top 10** (3, 4)
0.20 **Kroniki Hitlera** (11)

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

13.15 **Czarodzieje z kanadyjskich złomowisk 2** (1) – dok.
14.15 **Australijscy poszukiwacze złota 8**
16.10 **Drewno z Kolumbii Brytyjskiej 2** (8) – dok.
17.10 **Kowboje z zimnych wód 2** (6) – serial dokum.
18.10 **Złoto Jukonu 2** – dok.
19.00 **Australijscy poszukiwacze złota 10** (3, 4) – serial dok., Australia
21.00 **Najcięższe więzienia Ameryki** (7) – serial dok.
22.00 **Ciężarówką po lepsze życie** (1) – serial dokum.
23.00 **Special Ops: Prawda**

POLSAT VIASAT HISTORY HD

12.30 **Królowie-zabójcy** (3, 4)
14.25 **Faraonowie: nie tylko piramidy** (3, 4) – serial dok.
16.30 **Punkty zwrotne II wojny światowej** (4)
17.35 **Z popiołów II wojny światowej** (1) – serial dok.
18.50 **Konkwistadorzy: powstanie i upadek** (2)
19.45 **Wielkie konflikty: powstania i upadki cywilizacji** (1) – serial dok.
20.50 **Adolf Hitler: Zrozumieć dyktatora** (1) – serial dok.
22.05 **Królowe, które zmieniły świat** (1) – dok., Wlk. Bryt.
23.10 **Tajne bazy nazistów 3**
0.05 **Królowie-zabójcy** (3, 4)

CI POLSAT HD

12.20 **Medycy, którzy zabijają 4** (2, 3)
14.10 **Podmiejski koszmar** (6)
15.05 **Zabójcze wakacje 2** (7)
16.00 **Prawda leży pod ziemią 2** (5) – serial dok.
17.00 **I nie opuścisz mnie aż do śmierci 3** (10) – dok.
18.00 **Polskie zabójczynie 5**
19.00 **Ktoś ma coś do ukrycia**
20.00 **Kobiety, które niosły śmierć 14** (3) – serial dok.
21.00 **Pokój z widokiem na śmierć** (1) – serial dok.
22.00 **Zbrodnia na żywo** (3)
23.00 **Dzieci, które zabijają 3**
23.55 **Prawda leży pod ziemią 2** (5) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 **Człowiek kontra jedzenie** (8-11) – mag.
10.10 **Smakuj świat z Pascalem** (5-8)
12.15 **Nowi badacze UFO** (8)
13.20 **Złotka z Alaski** (1) – dok.
14.20 **Człowiek kontra jedzenie** (18) – mag. kulin.
14.55 **Dziwaczne potrawy: smakowite miasta**
17.00 **Święte miejsca** (3, 4)
19.00 **Budowa na końcu świata** (2, 3) – serial dok.
20.55 **Nagi instynkt przetrwania** (3, 4) – dok.
23.05 **Kobieta na krańcu świata** (8-10) – dok., Pol.
0.50 **Nowi badacze UFO** (8)

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

14.00 Lena na Kaukazie
14.30 Moda na język polski – magazyn
15.10 Polskie dziedzictwo (6) – magazyn hist.
15.40 Dobry żart (6) – rozr.
16.00 Zaraz wracam 2 (124) – serial obycz.
16.30 Barwy szczęścia (3361) – serial obycz.
17.00 Teleexpress
17.20 Gra słów. Krzyżówka (1086) – teleturniej
17.50 Teleexpress Extra
18.15 Oko na Wschód
18.45 Panorama
19.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu (18)
19.30 Program informacyjny
19.30 Fantasy



20.25 Wiedźmin (12) – Polska 2001-2002

Geralt dociera do karczmy, w której może znajdować się Ciri. Pokonuje rycerzy Białej Róży i uwalnia przetrzymywane dzieci. Wśród nich nie ma jednak księżniczki.

21.20 Ojciec Mateusz 3 (31) – krym., Pol. 2010
22.15 By coś zostało z tych dni. Irena Jarocka – dok., 2025
23.15 Panorama
23.45 Lato z Radiem i Telewizją Polską
0.40 Zaraz wracam 2 (124) – serial obycz.

TVP ROZRYWKA

7.10 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin.
8.20 Familiada – telet.
8.50 Va banque (968)
9.25 Koło fortuny (2014)
10.05 Makłowicz w podróży – mag.
10.45 Postaw na milion
12.35 Familiada – telet.
13.15 Czterdziestolatek (10) – obycz., Pol. 1975
14.20 Rodzinka.pl (221, 222) – kom., Pol.
15.30 Kabaret Letnią Porą (19, 20) – pr. rozrywk.
17.25 Va banque (969) – teleturniej
18.00 Koło fortuny (2015)
18.35 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin.
19.40 Makłowicz w podróży – mag.
20.15 Teleturniej



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 (48) – pr. rozrywk.
22.10 Rodzinka.pl (73) – serial kom., Pol. 2012
22.50 Tak to leciało! (79)
23.50 Gabi Drzewiecka zaprasza (11)
0.50 Koło fortuny (2015, 1990) – telet.
2.10 Kabaret Letnią Porą (16, 6) – pr. rozrywk.

POLSAT CAFÉ

6.05 Demakijaż (53-55, 57-59) – pr. rozr.
9.00 Drugie życie sukni ślubnej (8) – pr. rozr.
9.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (21, 22) – reality show
12.30 Oszukane (23, 24) – serial paradokum.
14.30 Komisarz Mama (12) – serial krym., Polska
15.30 Bogaty dom – biedny dom (106)
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (7) – reality show
18.00 Nasz nowy dom (300, 301)
20.00 Kolacja w ciemno (58) – pr. rozrywk.
21.05 Więzienie kobiet (122, 123) – dok., Pol.
22.00 Reality show



22.00 Bogaty dom – biedny dom (144) – Polska 2026

Dwie rodziny o zróżnicowanych dochodach na pięć dni zamieniają się swoimi domami i budżetami. Poznają życie na przeciwnych krańcach skali finansowej.

23.00 Gry małżeńskie (116, 117) – reality show, Polska
1.05 Więzienie kobiet (129-132) – serial dokumentalny, Polska
3.00 Zdrady (55-57) – serial paradokumentalny, Polska 2015

TV 4 DVB T2

6.00 Strażnik Teksasu (13, 14) – serial sens.
7.55 Bogaty dom – biedny dom (114)
8.55 Policjantki i Policjanci (564, 565)
10.55 Na ratunek 112 (1162, 1163) – paradok.
11.55 Dlaczego ja? (811, 812) – paradok.
13.55 Trudne sprawy (839-841) – paradok.
16.55 Policjantki i Policjanci (1426) – serial obycz., Polska
18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (544)
19.00 Policjantki i Policjanci (1427) – serial obycz., Polska
20.00 Uroczysko (247, 248) – serial krym., Polska
21.05 Kryminalny



21.05 Sprawiedliwi. Trójmiasto (150)

Podczas eksmisji strażnik używa paralizatora wobec kobiety, która umiera. Jej mąż, Ryszard Madej, rani funkcjonariusza i ucieka. Policja poszukuje zbiega.

22.05 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1033) – serial krym., Polska
23.05 Depresja kilera FILM – kom. krym., Francja/Belgia 2023, 130 min
1.15 Love Island. Wyspa miłości (56)
2.30 Interwencja – mag.

TTV HD DVB T2

10.35 Detektywi (81, 82)
12.35 Zakup w ciemno 4 (27) – reality show
13.35 Zakup w ciemno 6 (24) – reality show
14.35 Nic do zgłoszenia 5 (11) – serial dokum.
15.35 Złomowisko PL 7 (3)
16.45 Express – pr. inform.
16.58 Pogoda, sport
17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 17 (8)
18.05 Zakup w ciemno extra (17)
18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 17 (10)
19.45 Express – pr. inform.
20.05 Zakup w ciemno 6 (25) – reality show
21.05 Zakup w ciemno extra (14)
21.45 Express – pr. inform.
22.00 Dokumentalny



22.00 Nic do zgłoszenia 5 (2) – Polska 2025

Kamil oraz Paweł wybierają busa do kontroli. Pies znajduje w nim bardzo dużo papierosów. Damian nakłada podatek i mandat na kobietę za nowy smartfon.

23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 22 (10)
0.00 Fachowcy (2) – serial paradokum.
0.45 Żony Podlasia 4 (2)
1.45 Niebezpieczne dzielnice (11) – dok.
2.25 Nauka jazdy 5 (13)
3.00 Szpital (930)
4.00 Szkoła (812)

TVN STYLE HD

5.20 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (2) – reality show
5.55 Ach, ten ślub! (7) – program rozrywkowy
6.50 Damy i wieśniaczki. Ukraina 8 (3) – serial fab.-dokum.
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.20 Ugotowani (8, 9) – pr. kulin.-rozrywk.
13.25 Kuchenne rewolucje (2, 1)
15.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (6, 7) – reality show
17.05 W czym do ślubu? (7) – program rozrywk.
17.40 Kuchenne rewolucje (10, 11, 8) – program rozrywkowy
20.50 Dokumentalny



20.50 Jestem z Polski (2, 3) – Polska 2021

Karolina pracuje jako architekt i projektant wnętrz w Las Zocas na Teneryfie. Na wyspie niespodziewanie zakochała się w mężczyźnie, który wkrótce został jej mężem.

22.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9 – reality show
0.20 Mroczne sekrety małżeńskie (2) – dok.
1.25 Dorota was urządzi! (10) – pr. rozrywk.
2.10 Anka testuje internety (2) – rozr.

TVP HD HD

10.45 Gra słów. Krzyżówka
11.20 Na sygnale (734, 735)
12.25 Ojciec Mateusz 9 (118)
13.20 Komisarz Alex 7 (82)
14.15 Ranczo 5 (59, 60) – obycz.
16.10 Górna półka smaku (6)
16.40 Przystanek slow food 4
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 28 (361)
19.20 Ranczo 4 (48) – obycz., Pol.
20.10 Rodzinka.pl (228, 229)
21.25 Ojciec Mateusz 33 (429)
22.20 Zupa nic FILM – komediodramat, Polska 2021, 105 min
0.05 Syn 2 (12) – serial obycz.
1.05 Archiwista (11, 12)

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 Prawników się nie całuje – melodramat, Niemcy 2014, 120 min
21.50 Rosamunde Pilcher: FILM Całkiem nieoczekiwane zakończenie – melodramat, Niemcy 2015, 105 min
23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

ZOOM

8.00 Strażnik Teksasu 2 (9, 10)
10.00 MacGyver 4 (13, 14)
12.05 Sekrety starożytnej inżynierii (9) – serial dok.
13.20 Sensacje XX wieku
15.45 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
18.00 FBI 4 (12, 13) – serial krym.
20.00 Kobra – oddział specjalny 25 (12, 13)
22.00 Kabaretowe przeboje (6)
23.00 Magia nagości. Polska 2
0.00 Magia nagości 6 (2) – rozr.
1.15 Magia nagości. Niemcy 2 (2) – pr. rozrywk.
2.35 Hity polskiego kabaretu 7 (8, 9) – pr. rozr.
4.45 I love kabaret (3) – rozr.

TLC HD

11.00 Wiza na miłość 12 (12)
13.00 Klinika bez tajemnic
15.00 Wiza na miłość: dalsze losy, pościelowe rozmowy 9 – reality show
16.00 Historie wielkiej wagi
18.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 7
20.00 Ciało, w którym żyję – serial dokumentalny, USA
21.00 Ekstremalne choroby
22.00 Historie wielkiej wagi: Brazylia – reality show
23.00 Klinika koszmarnej stopy – serial dokum., USA
0.00 Dr Pryszczylla 2 – dok.
1.00 Ciało, w którym żyję
2.00 Ekstremalne choroby

C+ KUCHNIA HD

16.10 Jakubiak rozgryza Polskę (9) – magazyn kulin.
16.40 Jamie Oliver: 5 składników po śródziemnomorsku (2)
17.35 Jamie Oliver: jedz na zdrowie (2) – dok.
18.30 Sachie w Nowej Zelandii 2 (2, 3) – dok.
19.25 M jak mięso 6 (8) – dok.
19.50 Zgrillowani 2 (1) – mag.
20.15 Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia 2 (5) – pr. rozr.
21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 9
23.55 Bitwa na smaki: David vs Matteo (1, 2) – mag.

TVN TURBO HD

13.00 Mobilni mechanicy (2, 3)
14.30 Zawodowi handlarze
16.00 Wojny samochodowe
18.00 Raport Turbo – mag. inf.
18.15 Zawodowi handlarze
19.00 Moto kombat (7) – mag.
19.45 Duda kontra Szafrański
20.30 Prawko na świecie. Jazda bez zasad (9) – rozr.
21.15 Z drugiej ręki (12) – mag.
22.00 Raport Turbo – mag. inf.
22.15 Jeździć, obserwować (5, 6) – serial dok., Pol. 2023
23.45 Naprawy nie do naprawy (6) – mag.
0.30 Nauka jazdy (5) – pr. rozr.
1.00 101 gadżetów motoryzacyjnych (7)

NOWA TV DVB T

9.30 Całkiem nowe lata miodowe (12, 15) – kom.
10.30 Więzienie (34-36) – dok.
12.00 Poirot 3 (7, 8) – serial krym.
14.00 Świat według Kiepskich (411, 412) – kom., Pol. 2013
15.00 Świat według Bundych (259-261) – serial kom., USA
16.30 Świat według Bundych 3 (36-38) – kom.
18.00 Całkiem nowe lata miodowe (9) – kom., Pol.
18.30 Miodowe lata (11-14)
21.00 Zdrady (37) – paradok., Pol.
22.00 Ślad (71, 72, 110) – krym.
1.00 Łowca pedofilów
3.00 TV okazje (63, 64)
3.50 Wehikuł czasu (818, 817)

METRO

8.30 Szpital (844, 845)
10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (413, 414)
12.30 SOS Ekipy w akcji (59)
13.30 Brzydula (89, 90) – kom.
14.40 Za głosem serca (4)
15.50 Magda M. 2 (5) – obycz.
16.55 Idź na całość (15) – rozr.
18.00 Złomowisko PL 2 (2)
19.00 Kartoteka 5 (21, 22)
21.05 Kryminalni (8, 9) – krym.
23.15 Hannibal (2) – serial krym.
0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4 (4) – dok.
1.20 Szpital (830) – paradok.
2.20 Szkoła (589) – paradok.
3.20 Nowa Maja w ogrodzie 5 (34) – mag.

ANTENA HD DVB T2

13.05 Niezwykły dr Pol (2)
14.05 Klątwa Wyspy Dębów 3
15.00 Poszukiwacze Złota: Żądza Bogactwa (10, 11)
15.55 Australijscy poszukiwacze złota 6
18.00 77 TV 5 (22, 23) – pr. rozr.
20.00 Morderstwa we Francji – Regulus Caves FILM – dramat krym., Fr. 2025, 120 min
22.00 Detektyw Candice: Niezawodny instynkt 3 (4) – serial kryminalny, Fr.
23.10 Detektywi z Bordeaux 5 (9) – serial krym., Fr./Bel.
0.15 Polska. Największe tajemnice 2 (5-7) – pr. rozr.
3.30 Kryminał Rawicz (9, 10)

WP DVB T

13.00 Makłowicz w podróży
14.05 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 4 (12, 13)
16.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 3 (1)
17.00 Pogoda
17.05 Miłość wśród winorośli P! FILM – komedia romantyczna, Australia 2023, 115 min
19.00 Strażacy z sąsiedztwa (11) – serial dok., Pol. 2025
20.00 Policjanci z sąsiedztwa 4 (2, 3)
21.50 Pogoda
22.00 Mistrzowie Kabaretu 17 (8) – program rozrywkowy
23.00 Mistrzowie Kabaretu 16
0.05 Mistrzowie Kabaretu 4

C+ DOMO HD

13.05 Pogromcy bałaganu 3 (1)
14.05 Wakacyjne domy na wynajem (20) – dok.
15.00 Po pierwsze: lokalizacja! (7) – dok.
15.55 Kupione i co dalej? 5
16.50 Gardeners' World 16 (4)
18.00 Ucieczka na wieś 22 (41)
18.55 Wielkie projekty: Australia 10 (5) – dok.
20.00 Daleko od miasta 10
21.00 Cudotwórcy – pod presją (1) – serial dokum.
21.55 Wielkie projekty: transformacje (2) – dok.
23.05 W mieście czy na wsi?
23.55 Gardeners' World 16 (19)
1.05 Pogromcy bałaganu 3 (3)

HGTV HD

11.05 Usterka 11 (29, 30)
12.35 Podwórkowa reaktywacja 11 (12, 13)
13.30 Podwórkowa reaktywacja 9 (1, 2)
14.30 Mieszkanie na miarę (4)
15.30 Pogromcy chaosu (3)
16.30 Polowanie na ogród – tarasy (2-4) – pr. rozrywk.
18.10 Weekendowa metamorfoza 2 (7) – rozr.
19.05 Zgłoś remont 4 (10) – rozr.
20.05 Dorota inspiruje 2 (3)
21.00 Dorota was urządzi!
22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 4 (5-8) – pr. rozr.
0.40 Usterka 11 (27) – fab.-dok.

P! Premiera w TV

STACJE DZIECIĘCE | STACJE INFORMACYJNE

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (332) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (983, 984) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 **Sekrety rodziny** (71-73) – serial paradokum., Pol. 2018
11.30 **Trudne sprawy** (978) – serial paradokum.
12.30 **Dlaczego ja?** (1406, 1407) – serial paradokum.
14.30 **Świat według Kiepskich** (247-251) – serial kom., Pol. 2007
17.00 **48h. Zaginieni** (213, 214) – serial kryminalny, Pol. 2023
19.00 **Gliniarze** (1024) – serial paradokum.

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 **Wydarzenia**
6.45 **SuperLudzie Extra** (55) – magazyn
7.00 **Na ratunek 112** (767, 768) – paradok.
8.00 **Doktor Martin** (33, 34) – serial obycz.
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **SuperLudzie 2** (21, 22) – serial dok.
11.30 **Świat według Kiepskich** (362-365)
13.30 **Bitwa o palety** (8)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (8) – reality show
16.00 **Ninja Warrior Polska** (36)
18.00 **Świat według Kiepskich** (470, 471, 556, 557)
20.00 **Złomiarze** (28) – dok.

TV 6 DVB T

6.00 **Więzienie** (217, 122) – serial dokumentalny
6.55 **Policjantki i Policjanci** (763, 764) – serial obycz., Polska
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (82, 83) – serial sens., Niemcy
10.55 **48h. Zaginieni** (229-231) – serial kryminalny, Pol. 2023
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1227) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (99, 100) – serial krym., Polska
16.00 **Kobra – oddział specjalny** (84, 85) – serial sens., Niemcy
18.05 **Strażnik Teksasu** (15, 16) – serial sensacyjny, USA

BBC FIRST HD

6.00 **Z pamiętnika położnej 11** (3) – serial obyczajowy
6.50 **Ulica nadziei 4** (2, 3) – krym., Wlk. Bryt. 2025
8.40 **Lewis 9** (2) – krym.
9.40 **Ojciec Brown 3** (5)
10.40 **Śmierć pod palmami 6** (4) – krym.
11.45 **Z pamiętnika położnej 11** (3)
12.55 **Ulica nadziei 4** (4, 5)
15.00 **Ojciec Brown 10** (6) – krym., Wlk. Bryt. 2023
16.00 **Lewis 9** (2) – krym.
17.00 **My Life is Murder 2** (2) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 15** (3) – serial kryminalny
19.55 **Śmierć pod palmami 6** (5) – krym.

TVP ABC DVB T2

8.10 **Piotruś Królik** (104)
8.35 **Wegezaury 3** (53)
8.40 **Świnka Peppa 8** (1-3) – anim., Wlk. Bryt.
9.00 **Tru i Tęczowe Królestwo** (27)
9.30 **Domisie** – dla dzieci
10.00 **Figu Migu na planecie Czochras** (20)
10.20 **Przygody Bolka i Lolka** (33, 34) – anim.
10.45 **Rodzina Treflików 3**
11.10 **Odo** (53-55) – anim.
11.35 **Stacyjkowo** (85, 86)
11.55 **Pszczółka Maja** (1)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
13.00 **Zagadki zwierzogromadki** (24) – mag. dla dzieci
13.20 **Tygrysek Percy i jego opowieści**

TVN 24 HD

7.00 **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** – program inform.
18.00 **Tak jest** – pr. publ.

KRYMINALNY



20.00 Ślad (16) – Polska 2018-2019

Grzegorz Szczepański zostaje otruty na przyjęciu z okazji rocznicy swojego ślubu. Stróże prawa kierują podejrzenia w stronę kelnera oraz menedżera restauracji ofiary.

21.00 **Gliniarze** (819)
22.05 **Łowca pedofilów** (173, 174) – dok., Pol.
23.00 **Świat według Kiepskich** (405, 406)
0.00 **Ślad** (90) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (34)
2.10 **Wydarzenia**
2.50 **Ewa gotuje** (517)
3.25 **Śluby gwiazd** (34)

PSYCHOLOGICZNY



21.00 Czarny łabędź – USA FILM 2010, reż. Darren Aronofsky, 130 min

Baletnica Nina dostaje główną rolę w „Jeziorze łabędzim". Dziewczyna musi jednak stawić czoło konkurentce. Powoli zaczyna tracić kontakt z rzeczywistością.

23.10 **Accident Man** – film FILM sensacyjny, Wielka Brytania 2018, 135 min
1.25 **Świat według Kiepskich** (409-413) – serial kom., Pol. 2013
4.00 **Nasz nowy dom** (247, 248) – reality show, Polska 2021

KRYMINALNY



20.05 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (101, 102)

Na złomowisku we wraku samochodu zostają znalezione ludzkie szczątki. Ofiarą jest niezidentyfikowana młoda kobieta. Stella i Danny odnajdują właścicieli auta.

22.00 **Czarna lista** (2) – serial kryminalny
23.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (741, 742) – krym., Pol.
1.00 **Kości 7** (141, 142)
2.55 **Cobra Kai 5** (45)
3.40 **Septagon** (45, 46)

KRYMINALNY



21.00 Zbrodnie Saint-Pierre (3) – Kan.

Fitz i Arch prowadzą dochodzenie dotyczące śmierci pewnego zamożnego inwestora. Ciało zostało rozczłonkowane przez sprawcę, a znaleziono je w muzeum.

22.00 **Happy Valley 3** (3, 4)
0.05 **McDonald i Dodds 4** (2) – serial kryminalny
2.00 **Śmierć pod palmami 6** (5) – krym.
3.05 **Morderstwa w Midsomer 15** (3)
4.40 **Moja rodzinka 2** (4)
5.15 **My Life is Murder 2** (2) – serial kryminalny

ANIMOWANY



13.45 Świnka Peppa 11 (1-3) – Wielka Brytania 2025

Losy sympatycznej świnki Peppy, jej brata Jacka oraz ich rodziców. Razem przeżywają wesołe przygody.

14.10 **Henrietta** (29, 30)
14.30 **Oli i Luna** (27, 28)
14.55 **Oktonauci 4**
15.20 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (53) – mag.
15.40 **Billy – chomik...**
16.05 **Pat i świat** (16-18)
16.35 **Dino Ranczo**
17.05 **Pszczółka Maja**
17.30 **Kosmo-kumple**
18.00 **Kucharz Shane**

INFORMACYJNY



19.15 Serwis informacyjny

Prezentacja najważniejszych wiadomości z Polski i ze świata, które zostały zebrane przez reporterów stacji.

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.
3.00 **Akademia ogrodnika**

POLSAT PLAY HD

6.00 **Budowlańcy** (36) – dok.
6.30 **Kołowrotek** (230) – mag.
7.00 **Dorwać tuńczyka** (14, 15)
9.00 **Wojny magazynowe**
10.00 **Wojny kontenerowe**
11.00 **Hardkorowy lombard**
14.00 **Polacy za granicą** (95, 96)
16.00 **Złomiarze** (43, 44) – dok.
18.05 **Poszukiwacze historii**
20.00 **Bitwa o Atlantyk** (3) FILM – dramat historyczny, Norwegia 2023, 65 min
21.05 **Tajna historia XX wieku** (59, 60) – serial dokum., Pol.
22.00 **Poszukiwacze historii**
22.30 **Pociągi** (7) – serial dokum.
23.05 **Wakacje z Bałtykiem**
4.00 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

11.35 **Człowiek kontra jedzenie** (9-11) – mag.
13.05 **Apetyt na miłość** (11)
14.05 **Akcja: Restauracja! 19**
15.05 **Pojedynek na grille** (10)
16.05 **Kuchenne rewolucje** (9)
17.05 **Sexy kuchnia Magdy Gessler** (5) – mag. kulin.
17.40 **MasterChef** (1) – pr. rozr.
19.10 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** (7)
20.10 **Perfekcyjni gospodarze 9** (30) – dok.
21.10 **24/24** (9) – maraton kulin.
22.15 **Pyszne miejscówki** (8)
23.15 **Posiekani na słodko** (12)
0.15 **Człowiek, ogień i wyżerka 6** (4-6) – mag.

POLSAT RODZINA HD

9.30 **Jeźdźcy smoków** – anim.
10.55 **Titanic. Budowa giganta**
12.00 **Bogaty dom – biedny dom** (138) – reality show
13.00 **Rodzina zastępcza** (280, 278) – serial kom., Pol.
14.55 **Wielkie wycieczkowce**
15.55 **Świat z góry** (5, 6) – dok.
17.10 **Pingwiny z Madagaskaru** (29-32)
19.05 **Rodzina zastępcza** (162)
20.00 **Miodowe lata** (19, 20, 126) – serial kom.
21.55 **Nasz nowy dom**
23.45 **Historia broni** (2, 3) – dok.
2.00 **Ewa gotuje** (462, 463)
3.00 **SuperLudzie** (35, 36)
4.00 **Kołowrotek** (177, 178)

BBC LIFESTYLE HD

13.20 **Mistrzowie szycia 6** (6)
14.25 **Wielkie brytyjskie wypieki 16** (1) – pr. rozr.
15.45 **Zapraszam do stołu 22**
17.45 **Rezydencje na Mauritiusie** (7) – dok.
18.50 **Mistrzowie szycia 6** (7)
19.50 **Wielkie brytyjskie wypieki 16** (2) – pr. rozr.
21.05 **Majorka: śródziemnomorskie smaki** (7, 8) – serial dokum.
22.00 **Tajlandia: mroczne oblicze raju** (3) – film dok.
23.15 **Wstydliwe choroby: wizyta kontrolna online 4** (1) – serial dokum.
0.15 **Ratunek dla skóry 3** (4)

NICK JR. HD

16.33 **Świnka Peppa 6** (1, 2)
16.49 **Świnka Peppa 3**
17.19 **Świnka Peppa 6** (22)
17.23 **Świnka Peppa** (52)
17.25 **Świnka Peppa 2** (2)
17.40 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (18) – anim., Fr.
18.05 **Barbapapa i jego rodzinka** (17) – serial anim.
18.30 **Dora** (9) – serial anim.
18.55 **Santiago z mórz** (19, 11)
19.40 **Rubble i jego ekipa** (20)
20.00 **Dobranocki z Ryanem**
20.32 **Świnka Peppa** (37)
20.36 **Świnka Peppa 8** (16)
20.41 **Świnka Peppa** (8, 9)
20.55 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (7-9) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Punkt widzenia Szubartowicza** – pr. publ.
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – program publicystyczny
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

12.45 **Przepis dnia** (44) – mag.
13.00 **Na dobre i na złe** (595)
13.55 **Irańskie gepardy. Czy jest dla nich nadzieja?**
15.00 **Rosół polski** (36) – mag.
15.30 **Ojciec Mateusz 7** (89, 90)
17.20 **Góry Europy** (1) – cykl dok.
18.30 **Lato z Radiem i Telewizją Polską**
19.30 **Miłość i nadzieja** (337) – telenowela, Turcja 2022
20.30 **Wichrowe wzgórze** (318)
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (298) – obycz.
22.30 **Na noże** – komedia FILM krym., USA 2019, 140 min
0.50 **Tańcząca ze światem – Chorwacja** (5-ost.)

E! ENTERTAINMENT HD

6.00 **Plastyczna fuszerka** (15)
7.00 **Z kamerą u Kardashianów** (6, 7)
8.50 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (8, 9)
14.20 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (13, 14)
20.30 **Plastyczna fuszerka** (16, 17) – serial dok., USA
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (8, 9)
3.00 **Plastyczna fuszerka** (16)

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 **Każdy maluch to potrafi**
19.45 **Modlitwa** – religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Kartka z kalendarza – powstanie warszawskie** – pr. eduk.
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Brat Anatol apostoł Maryi** – film dokumentalny

BBC BRIT HD

10.30 **Ikony motoryzacji** (4)
11.30 **Brytyjskie fabryki 7** (7)
12.35 **Top Gear 12** (5) – mag.
13.40 **Ikony motoryzacji** (5)
14.40 **Cuda inżynierii 4** (4)
15.45 **Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 3** (13)
16.45 **Brytyjskie fabryki 7** (7)
17.50 **Top Gear 12** (6) – mag.
19.00 **Cuda inżynierii 4** (4)
20.00 **Brytyjskie fabryki 7** (8)
21.00 **Cuda inżynierii kolejowej 2** (3) – dok.
22.00 **Guy Martin w Kolumbii**
23.05 **Top Gear 12** (5) – mag.
0.10 **Top Gear 31** (3) – mag.
1.15 **Cuda inżynierii 4** (4)

MINI MINI+ HD

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** (11-13) – anim., Pol.
14.41 **Basia 2** (1, 2) – anim., Pol.
15.10 **Kicia Kocia 2** (1-5) – anim.
15.55 **Marta mówi** (12, 16, 21)
17.20 **Staś i fajna Babcia** (18, 19) – serial animowany
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.57 **Staś i fajna Babcia** (20)
18.15 **Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia**
18.40 **Dora i przyjaciele 2** (20)
19.08 **Dora i przyjaciele** (1)
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 **Reporterzy extra**
14.05 **Antenowe remanenty**
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** (219) – serial obycz., Turcja 2022

20

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

Warto zobaczyć

10.30 PARAMOUNT NETWORK

Iluzja

THRILLER Grupa magików w trakcie występu w Las Vegas rabuje bank... w Paryżu, a pieniądze rozdaje widzom. FBI rozpoczyna śledztwo. *Reż.: Louis Leterrier, A: Jesse Eisenberg, Mark Ruffalo, Woody Harrelson Francja/USA 2013* **150 min ▶ do godz. 13.00**

15.35 TVP KULTURA

W drogę!

KOMEDIODRAMAT Czteroosobowa irańska rodzina ma za sobą trudne chwile. Podczas podróży autem spotyka podejrzanego motocyklistę. *Reż.: Panah Panahi, A: Pantea Panahiha, Rayan Sarlak, Amin Simiar Iran 2021* **105 min ▶ do godz. 17.20**

16.20 ALE KINO+

Arktyka

PRZYGODOWY Rozbitek walczy o przetrwanie na śnieżnym pustkowiu. Wraz z ciężko ranną pilotką rusza w podróż do odległej stacji badawczej. *Reż.: Joe Penna, A: Mads Mikkelsen, Tintrinai Thikhasuk Islandia 2018* **115 min ▶ do godz. 18.15**

18.05 FILMBOX+ HITS

Linoleum

KOMEDIODRAMAT Cameron pragnie zostać astronautą. Gdy przy jego domu rozbija się satelita, chce zbudować z jej części rakietę. *Reż.: Colin West, A: Jim Gaffigan, Rhea Seehorn, Katelyn Nacon USA 2022* **115 min ▶ do godz. 20.00**

18.40 POLSAT FILM

Inwazja: Bitwa o Los Angeles

SCIENCE FICTION Kosmici pustoszą Ziemię. Zdobywają kolejne metropolie. Ostatnim bastionem jest Miasto Aniołów. *Reż.: Jonathan Liebesman, A: Aaron Eckhart, Ramon Rodriguez, Will Rothhaar USA 2011* **140 min ▶ do godz. 21.00**

19.55 WARNER TV

Stosunki międzymiastowe

KOMEDIA ROMANTYCZNA Zakochani Erin i Garrett próbują podtrzymać związek, choć dzielą ich setki kilometrów. *Reż.: Nanette Burstein, A: Drew Barrymore, Justin Long, Charlie Day USA 2010* **125 min ▶ do godz. 22.00**

22.30 TVP KOBIETA

Miasto 44

WOJENNY Rok 1944. Zakochani w sobie Stefan i Alicja działają w konspiracji. Podczas walk o Warszawę ich miłość zostaje poddana próbie. *Reż.: Jan Komasa, A: Zofia Wichłacz, Józef Pawłowski, Anna Próchniak Polska 2014* **135 min ▶ do godz. 0.45**

23.05 TV 4

Mordercy

THRILLER Nomura publikuje w internecie nagrania swoich zbrodni. Zaczyna rywalizować o rozgłos z innym psychopatą. Zbliża się czas konfrontacji. *Reż.: Timo Tjahjanto, Kimo Stamboel, A: Kazuki Kitamura, Oka Antara Indonezja/Jap. 2014* **175 min ▶ do godz. 2.00**

→ filmowe hity



Maddie zaskakuje Percy'ego swoim temperamentem.



20.00 POLSAT

Bez urazy

KOMEDIA Zadłużona singielka wciela się w przewodniczkę introwertyka po relacjach damsko-męskich.

HIT DNIA

Przebojowa Maddie Barker jest barmanką i dorabia jako kierowca Ubera. Mimo to ma problemy finansowe, przez które traci samochód. Na domiar złego z powodu zadłużenia bank może jej także odebrać odziedziczony po rodzicach dom. Odpowiedzią na problemy Maddie wydaje się nietypowa propozycja pracy. Nadopiekuńczy rodzice 19-letniego nieśmiałego Percy'ego, Allison i Laird Beckerowie, poszukują dziewczyny, która wyciągnie syna z domu i nauczy prawdziwego życia, nim ten wyjedzie na studia. Jako zapłatę oferują samochód. Maddie się zgadza. Szybko się przekonuje, że introwertyczny Percy będzie dla niej większym wyzwaniem, niż się spodziewała. Mimo tego nie zamierza się poddać. Stopniowo między dwojgiem ludzi z różnych światów rodzi się wyjątkowa więź. **HD 130 min ▶ do godz. 22.10**

USA 2023 **Reż.:** Gene Stupnitsky **Wyst.:** Jennifer Lawrence, Andrew Barth Feldman, Matthew Broderick



20.00 TVN 7

Nieustraszeni bracia Grimm

FANTASY Niemcy, XIX w. Oszuści Jakub (Heath Ledger) i Wilhelm za opłatą wypędzają z domów wiedźmy i inne potwory. Problem pojawia się, gdy trafiają do Marbaden, gdzie naprawdę straszy.

Reż.: Terry Gilliam Wyst.: Matt Damon
USA 2005 **HD 160 min ▶ do godz. 22.40**



20.00 TVP KULTURA

Pies Baskerville'ów

KRYMINALNY Sir Henry (Kristoffer Tabori) przyjeżdża do Anglii, by przejąć spadek po wuju. Po liście, którego autor ostrzega go przed odwiedzinami posiadłości Baskerville'ów, arystokrata prosi o pomoc Sherlocka Holmesa.

Reż.: Brian Mills Wyst.: Jeremy Brett
Wlk. Bryt. 1988 **HD 115 min ▶ do godz. 21.55**

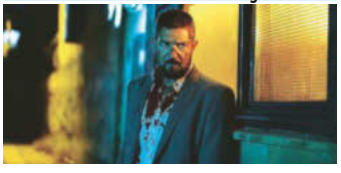


20.00 STOPKLATKA

Jak ugryźć 10 milionów

KOMEDIA KRYMINALNA Nicholas (Matthew Perry) rozpoznaje w sąsiedzie płatnego zabójcę, który ukrywa się przed zemstą bossa. Chciwa żona każe wydać mężczyznę mafii w zamian za nagrodę.

Reż.: Jonathan Lynn Wyst.: Bruce Willis
USA 2000 **HD 125 min ▶ do godz. 22.05**



22.05 TV PULS

Pora odkupienia

SENSACYJNY Cuda (Antonio Banderas) jest doświadczonym egzekutorem mafii. Niedawno został zwolniony z więzienia. Punktem zwrotnym w jego życiu staje się spotkanie z nastoletnią Billie (Zolee Griggs), która uciekła z domu.

Reż.: Richard Hughes Wyst.: Kate Bosworth
USA 2022 **HD 105 min ▶ do godz. 23.50**



22.10 TVP 1

Szyfry wojny

WOJENNY II wojna światowa. Anderson i Enders (Nicolas Cage) z armii USA chronią Indian, którzy są szyfrantami. W razie ryzyka pojmania ich podopieczni muszą zginąć. Jeden z żołnierzy staje przed dylematem.

Reż.: John Woo Wyst.: Christian Slater
USA 2002 **HD 145 min ▶ do godz. 0.35**



22.10 POLSAT

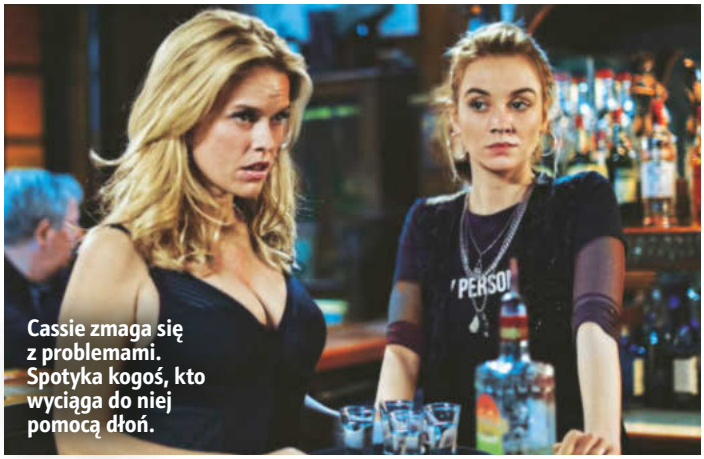
21 Jump Street

KOMEDIA KRYMINALNA Stróże prawa Schmidt (Jonah Hill) i Jenko (Channing Tatum) biorą udział w tajnej akcji na terenie jednego z amerykańskich liceów. Udając uczniów, mają dotrzeć do handlarza nowego narkotyku.

Reż.: Phil Lord Wyst.: Brie Larson, Dave Franco
USA 2012 **HD 150 min ▶ do godz. 0.40**

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

→ filmowe hity



Cassie zmaga się z problemami. Spotyka kogoś, kto wyciąga do niej pomocą dłoń.

20.00 TV PULS — Na tropie zabójcy

THRILLER Młoda kobieta znajduje mentora, dzięki któremu zmienia swoje życie. Gdy go traci, planuje zemstę.

HIT DNIA Cassie Holt nie potrafi poradzić sobie z traumatyczną przeszłością. By o niej zapomnieć, często przesiaduje w barach, podrywa nieznajomych mężczyzn i się upija. Pomaga jej były agent Interpolu, Mikeal Tellini, który zostaje jej mentorem. Kiedy ginie, dziewczyna planuje zemstę. Wspiera ją śledczy Rory McMahone. W toku dochodzenia do Cassie odzywa się sprawca zbrodni i podsuwa pewien zaskakujący trop. By dokończyć sprawę, godzi się ona na współpracę z zabójcą. Nie ma pojęcia, co jej grozi. HD 125 min ▶ do godz. 22.05

USA/Wielka Brytania 2024 **Reż.:** Jon Keeyes **Wyst.:** Alice Eve, Antonio Banderas, Paul Reid, Olwen Fouéré



20.50 TVN — Galimatias, czyli kogel-mogel 2

KOMEDIA OBYCZAJOWA

Po ślubie Kasia (Grażyna Błęcka-Kolska) i Paweł osiedlają się na wsi. Ojciec kobiety obiecuje im ziemię, jeśli zostanie dziadkiem. Córka marzy jednak o skończeniu studiów.

Reż.: Roman Załuski Wyst.: Dariusz Siatkowski
Polska 1989 HD 130 min ▶ do godz. 23.00



22.15 KINO POLSKA — Kamerdyner

HISTORYCZNY

Kaszuby, początek XX w. Mateusz (Sebastian Fabijański) po śmierci matki trafia do arystokratycznej rodziny ojca (Adam Woronowicz). Nawiązuje romans z Maritą. Młodzi stają w obliczu dziejowych wydarzeń.

Reż.: Filip Bajon Wyst.: Anna Radwan
Polska 2018 HD 200 min ▶ do godz. 1.35



21.00 PULS 2 — Jak to się robi w Chicago

SENSACYJNY

Agent FBI, Kaminski (Arnold Schwarzenegger), traci pracę. Tymczasem gangsterzy mordują syna jego byłego szefa. Obiecuje on Kaminskiemu, że jeżeli ukarze szefa gangu, wróci do służby.

Reż.: John Irvin Wyst.: Sam Wanamaker
USA 1986 HD 135 min ▶ do godz. 23.15



23.50 TV PULS — Leo: Ogrodnik zawodowiec

KOMEDIA SENSACYJNA

Serge (Michaël Youn), doradca prezydenta, trafia na rządową listę śmierci. Jemu i jego bliskim próbuje pomóc tajemniczy ogrodnik Léo (Jean-Claude Van Damme).

Reż.: David Charhon Wyst.: Matthias Quiviger
Francja 2025 HD 130 min ▶ do godz. 2.00

→ sport



15.30 EUROSPORT 1 — Renewi Tour

KOLARSTWO LIVE

Zawodników czeka jazda na wymagającym pagórkowatym odcinku ze startem i metą w Dieście. Pierwszy etap wyścigu UCI World Tour zlokalizowanego w całości w Belgii i Holandii ma 191,3 km. O wygraną powalczy m.in. Paul Magnier. HD 120 min ▶ do godz. 17.30



19.00 POLSAT SPORT 1 — Turniej ATP w Cincinnati

TENIS LIVE

Poprzednią edycję zawodów w Cincinnati wygrał Hiszpan Carlos Alcaraz. W finale okazał się lepszy od lidera rankingu ATP Jannika Sinnera. Włoch chciał się zrewanżować rywalowi. HD 120 min ▶ do godz. 21.00



20.55 C+ EXTRA 1 — Eliminacje Ligi Mistrzów UEFA

PIŁKA NOŻNA LIVE

W poprzednim sezonie Celtic FC odpadł w ostatniej rundzie kwalifikacyjnej Ligi Mistrzów. Ten scenariusz ma się nie powtórzyć. Rywalem ekipy z Glasgow będzie austriackie LASK Linz. HD 125 min ▶ do godz. 23.00



20.55 C+ EXTRA 2 — Eliminacje Ligi Mistrzów UEFA

PIŁKA NOŻNA LIVE

AGF Aarhus, po wyeliminowaniu Lecha, nabrał pewności siebie. Duńczykom pozostawały dwie przeszkody – Sabah FK i ewentualnie lepszy z pary Hapoel Beer-Sheva/Crvena zvezda Belgrad. HD 145 min ▶ do godz. 23.20

→ rozrywka



15.55 POLSAT — Milionerzy

TELETURNIEJ

Uczestnicy mierzą się z pytaniami z różnych dziedzin – od sportu po politykę. W przypadku wątpliwości mają do dyspozycji trzy z czterech kół ratunkowych. Mogą między innymi poprosić o pomoc publiczność i prowadzącego Huberta Urbańskiego. HD 40 min ▶ do godz. 16.35



18.00 TV 4 — Łowcy skarbów. Kto da więcej?

REALITY SHOW

Na licytację trafią bogato zdobiona czarka datowana na lata 70. XX wieku, zestaw siedmiu talerzy porcelanowych z karykaturami muzyków, a także karafka z Niemiec z przełomu XIX i XX wieku. HD 60 min ▶ do godz. 19.00



22.00 DISCOVERY CHANNEL — Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata

REALITY SHOW

Ostatnie dwie drużyny stają do finałowej rywalizacji o 200 tysięcy dolarów. Uczestnicy samodzielnie budują broń z naturalnych materiałów i sprawdzają swoją celność. HD 120 min ▶ do godz. 0.00

→ dokument



22.00 PLANETE+ — Wszystko ma żyć

BIOGRAFIA

Anna Kurkurina jest mistrzynią świata w trójboju siłowym. Gdy Rosja napadła na Ukrainę, nie porzuciła ojczyzny. Wykorzystuje swoją popularność, by pomagać porzuconym zwierzętom. HD 90 min ▶ do godz. 23.30

TVP 1 HD DVB T2

4.35 Splątane losy (25) – serial obyczajowy, Turcja 2024
5.25 Akacjowa 38 (920) – telenowela, Hiszpania 2018
6.35 I Choose Poland (4) – telen. dok.
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.30 Rodzina (nie od) święta
8.00 Serwis Info – program inform.
8.05 Pogoda Info
8.15 Chłopi (12) – obycz., Polska 1972
9.05 Ranczo 9 (112): Demony Kusego – serial obyczajowy, Polska 2015
9.55 Liturgia prawosławna na Garbarce – transmisja, Polska
11.25 Okrasa łamie przepisy – mag.
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: Dzika Argentyna (2/3) – film dokumentalny, Niemcy 2023
14.00 Splątane losy (26) – serial obyczajowy, Turcja 2024
15.00 Serwis Info – program inform.
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1087)
16.00 Dziedzictwo (1006) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Jaka to melodia? – telet. muz.
18.05 Reporterzy – mag. reporterów
18.25 Akacjowa 38 (937) – telenowela, Hiszpania 2018
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.
20.10 Sport, pogoda
20.30 07 zgłoś się (14): Hieny – serial kryminalny, Polska 1981

TVP 2 HD DVB T2

4.35 Na dobre i na złe – serial obyczajowy, Polska 2026
5.35 M jak miłość (1819) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 Mozaika żydowska. Magazyn kulturalno-religijno-społeczny
6.55 Barwy szczęścia (3378) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.30 Rodzinka.pl (77, 78): Święta; Kara – serial komediowy, Polska 2012
12.35 Koło fortuny (1931) – teleturniej
13.15 Panna młoda (174) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 Va banque (1043) – teleturniej
14.35 Na sygnale (901): Cave hominem – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (458) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
Salvador i Vera zaczynają podejrzewać, że Lope wpadł w poważne kłopoty. Lorenzo coraz uważniej wypytuje Alonsa o Marię Antonię. Hrabia de Ayala wręcza Martinie diamentowy naszyjnik. Służba pragnie uczcić pamięć Pii. Organizuje czuwanie.
16.00 Koło fortuny (1932) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (175) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 Va banque (1044) – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3378) – serial obyczajowy, Polska 2026

POLSAT HD DVB T2

4.40 Disco Gramy
5.25 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień z Polsat News
9.15 Malanowski i partnerzy (395, 396): Dziewczyna z Gruzji; Spotkanie w parku – serial fab.-dok., Polska 2012
Bernadetta prosi pracowników biura o odnalezienie Gruzinki Anuki, którą zatrudniała. Niebawem ktoś włamuje się do domu klientki detektywów. Tropy wiodą do znajomego poszukiwanej kobiety. Okazuje się, że Anuka została porwana.
10.20 Trudne sprawy (961) – serial paradokumentalny, Polska 2020
11.20 Dlaczego ja? (1558, 1559) – paradok., Polska 2026
Dominika po wyjściu z domu dziecka zatrudnia się w restauracji. Zostaje napadnięta. Ratuje ją Łukasz. Dziewczyna zaprzyjaźnia się z nim. Sytuację komplikuje odkrycie, że ma on żonę i syna.
13.20 Gliniarze (928, 929) – serial paradokumentalny, Polska 2024
15.30 Wydarzenia, pogoda
15.55 Milionerzy – teleturniej
16.35 Gliniarze (1127, 1128) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Młody mężczyzna zostaje zaatakowany przez dwóch napastników. Olgierd i Krystian odkrywają, że miał zatargi z prawem. Dostał krótki wyrok, ponieważ zeznawał przeciwko innemu przestępcy.
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń" – pr. publ.
19.35 Sport, pogoda

TVN HD DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1734) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (14): Kępno – Kulinarna Warszawka – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.20 Doradca smaku (10) – magazyn kulinarny
11.25 Kuchenne rewolucje (9, 3): Białystok – Zielony Nosorożec; Zajazd Florencja – program rozrywkowy
13.40 Ukryta prawda (1533, 1534, 1588) – serial paradok., Polska
Paweł i Ola są rodzicami Matyldy oraz Stasia. Od dawna pomaga im mama mężczyzny, emerytowana nauczycielka. Pewnego dnia seniorka zmienia zdanie.
16.50 Szpital św. Anny (93) – serial obyczajowy, Polska 2026
Na oddział ratunkowy trafia była teściowa Mirka. Kaśka dostaje wezwanie do prokuratury. W pracy zajmuje się 11-latkiem, który stracił przytomność.
17.55 Detektywi (142) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
Kobieta prosi śledczych o odnalezienie byłego chłopaka swojej córki. Liczy, że dziewczyna opuści obecnego partnera. Okazuje się, że poszukiwany ma powiązania z gangsterem.
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów
20.15 Na Wspólnej (4266) – serial obyczajowy, Polska 2026

20

DRAMAT WOJENNY



22.10 Szyfry wojny
FILM – USA 2002, 145 min

Il wojna światowa, trwają walki na Pacyfiku. Kryptolodzy z USA tworzą kod w oparciu o język plemienia Nawaho. 400 Indian staje się żywymi maszynami szyfrującymi. Sierżant Enders chroni Bena, z którym się zaprzyjaźnia. On i inni żołnierze zdają sobie sprawę, że kod jest ważniejszy niż ludzkie życie. Wkrótce staje przed poważnym dylematem.

0.35 Wieczór z Mistrzem.
FILM **Andrzej Wajda: Człowiek z marmuru** – dramat obyczajowy, Polska 1976, reż. Andrzej Wajda, wyk. Krystyna Janda, Jerzy Radziwiłowicz, Bogusław Sobczuk, Tadeusz Łomnicki, 165 min
Rok 1976. Studentka szkoły filmowej realizuje pracę dyplomową, której bohaterem jest stalinowski przodownik pracy. Odkrywa szereg faktów kompromitujących ustrój.
3.20 Wykrywacz kłamstw – publ.
3.40 Pytanie dnia – pr. publicyst.
4.05 Reporterzy – mag. reporterów
4.15 Zakończenie

OBYCZAJOWY

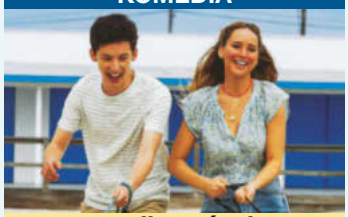


20.05 Barwy szczęścia (3379) – Polska 2026

Marczakowie wybierają się na bydżowego sylwestra do Jaworskich. Małgorzata czujnie obserwuje męża, by nie zbliżył się on zanadto do Wandy. Oliwka spędza noc w towarzystwie Madzi, która namawia ją na terapię.

20.30 Przepis dnia – magazyn kulinarny
20.45 Na dobre i na złe (993): Poczucie obowiązku – serial obyczajowy, Polska 2026
21.45 Na sygnale (901, 902) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
22.45 Berlin Ku'damm 63 (14) – serial obyczajowy, Niemcy 2021
23.45 PitBull 3 (24) – serial sensacyjny, Polska 2008
0.45 Karol, władca Hiszpanii (23) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015
1.40 W cieniu śmierci (6) – serial krym., Finlandia/Niemcy/Fr. 2018
2.40 Życie i śmierci Maxa Lindera – fabularyzowany dokument, Polska/Francja 2024
4.15 Zakończenie

KOMEDIA



20.00 Komediowa środa: Bez urazy
FILM – USA 2023, 130 min

HIT DNIA Maddie ma problemy finansowe. Z powodu zadłużenia bank może jej odebrać odziedziczony dom. Przez przypadek dziewczyna znajduje nietypową ofertę pracy. Musi nauczyć nieśmiałego dziewiętnastolatka, Percy'ego, prawdziwego życia.

22.10 21 Jump Street – komedia
FILM kryminalna, USA 2012, reż. Phil Lord, wyk. Jonah Hill, Channing Tatum, Brie Larson, Dave Franco, 150 min
Policjanci Schmidt i Jenko mają rozpracować siatkę dilerów narkotyków w liceum. Wtapiają się w tłum nastolatków, by dotrzeć incognito do przestępców. Napotykają liczne przeszkody.
0.40 Jutro będzie futro 2 – komedia,
FILM USA 2015, reż. Steve Pink, wyk. Rob Corddry, Craig Robinson, Clark Duke, Adam Scott, 120 min
2.40 Ewa gotuje (566) – magazyn kulinarny
3.15 Nasz nowy dom (311) – reality show
4.20 Kabaretowa Ekstraklasa (108)

KOMEDIA OBYCZAJOWA



20.50 Galimatias, czyli kogel-mogel 2
FILM – Polska 1989, 130 min

Kontynuacja losów bohaterów „Kogla-mogla". Po ślubie Kasia i Paweł mieszkają na wsi. Jej ojciec obiecuje, że odda im ziemię, jeśli zostanie dziadkiem. Kasia marzy jednak o skończeniu studiów i nie myśli o dzieciach. Docent Wolański obiecuje pomóc dziewczynie w powrocie na uczelnię. Prosi jednak o przysługę.

23.00 Tylko mnie kochaj – komedia
FILM romantyczna, Polska 2006, reż. Ryszard Zatorski, wyk. Maciej Zakościelny, Agnieszka Grochowska, Agnieszka Dygant, Grażyna Szapołowska, 120 min
1.00 Kuchenne rewolucje (13): Marklowice Górne – Przystań na Kępce – program rozrywkowy
2.10 Wallander 2 (12) – serial kryminalny, Szwecja/Niemcy/Dania 2009
4.00 Uwaga! – magazyn reporterów
4.15 Detektywi (141) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
5.10 Zamieszkać na plaży 7 (4) – program rozrywkowy

P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB T2

5.20 **Ten moment** (23) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 **Szkoła** (384-386) – serial paradokumentalny, Polska 2017
8.45 **Ukryta prawda** (1366, 1501, 1502) – serial paradokumentalny, Polska
11.50 **W-11 – Wydział Śledczy** (625-627) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010
13.55 **Kryminalni 3** (7): Wpływ Merkurego – serial kryminalny, Polska 2005
15.00 **Szpital** (838, 839) – serial paradokumentalny, Polska 2018
17.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (535): Artykuł – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
18.00 **SOS Ekipy w akcji** (46) – serial paradokumentalny, Polska 2018 Funkcjonariusze badają sprawę dziecka, które wypadło z drugiego piętra. Szukają również porywaczy kobiet, którą wciągnięto do furgonetki.
19.00 **Młode gliny** (3) – serial kryminalny, Polska 2026 Adamska i Kacper udaremniają zamach na życie biznesmena Bartkowiaka. Okazuje się, że zataił on przed nimi pewne fakty. Wkrótce zostaje porwany.

TV PULS HD DVB T2

6.00 **Policjanci z Miami 4** (10, 11): Miłość od pierwszego wejrzenia; Rock i ostra jazda – serial kryminalny, USA 1988
8.00 **Kobra – oddział specjalny** (8, 9): Amnezja; Noc kobiet – serial sensacyjny, Niemcy 2018
10.00 **Zaklinaczka duchów 4** (72) – serial fantasy, USA 2008-2009
11.00 **Kotka** (11) – telenowela, Meksyk 2014
12.00 **Nie igraj z aniołem** (142) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
13.00 **Wspaniałe stulecie** (76) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 **Kurierzy 2** (61) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 11** (594, 595) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 **Kurierzy 2** (62) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023 Adam tym razem dostarcza przesyłkę do mieszkania 75-letniej Bogumiły. Nazajutrz znów ją odwiedza. Starsza pani traci przytomność.
18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (1001, 1002) – serial obyczajowy, Polska 2026 Policjantka Kalina ma romans z charyzmatycznym Darkiem. Dowiaduje się, że jest on liderem pseudokibiców.

PULS 2 HD DVB T2

5.50 **Ale numer! 23** (3) – pr. rozrywk.
6.20 **Cosie-Ktosie** (8-10) – serial anim.
6.45 **SamSam: Kosmiczne przygody** (28) – serial anim.
7.00 **Blaze i Megamaszyny 7** (21)
7.30 **Psi Patrol 4** (2) – serial anim.
7.50 **Dora 2** (19) – anim., Kanada/USA
8.30 **Wielkie przygody małego rekina 2** (14)
8.50 **Masza i Niedźwiedź 7** (12-14)
9.25 **Świnka Peppa** (34-36) – anim.
9.45 **Bing** (67, 68) – serial animowany
10.00 **Jeżyk i Przyjaciele** (3, 2) – anim.
10.35 **Spidey i superkumple 2** (45, 44) – serial anim., USA 2022
11.35 **Gus. Mały – wielki rycerz 2** (17, 18) – serial anim., Fr. 2021
12.00 **Psi Patrol** (24) – serial anim.
12.35 **Marta mówi 2** (5) – serial anim.
13.00 **Smerfy** (25, 26) – anim., Bel. 1988
14.00 **Baranek Shaun 6** (2-4) – anim.
14.35 **My Little Pony: Przyjaźń to magia** (18) – anim., USA/Kanada
15.00 **Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 3** (3, 4) – anim.
16.00 **Fineasz i Ferb 2** (39, 27) – anim.
17.00 **Smerfy** (27, 28) – anim., Bel. 1988
18.00 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (17, 18) – serial animowany, USA
19.00 **Kacze opowieści** (34, 35) – serial animowany, USA 1987
20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (987) – serial obyczajowy, Polska 2026

NETFLIX



NA MARGINESIE

Policjant Alex (Mae Martin) przenosi się wraz z żoną do Tall Pines. Odkrywa tajemnice pozornie sielskiego miasteczka, które wydają się łączyć z dyrektorką ośrodka dla trudnej młodzieży, Evelyn.
►krym. (8 odc.), USA/Kan. 2025



WIKINGOWIE: WALHALLA 3

Trwa walka o panowanie w Norwegii. Harald Sigurdsson (Leo Suter) i Leif Eriksson (Sam Corlett) przebywają w Konstantynopolu, gdzie dowiedli swojego męstwa. Mają ambitne plany.
►histor. (8 odc.), USA/Kan. 2024

KolagenCito
Znakomity, niemiecki, opatentowany produkt – postaw na jakość!
Kolagen na kręgosłup, kolana, łokcie, biodra, ścięgna, cerę, cellulit.



W APTEKACH I ZIELARNIACH

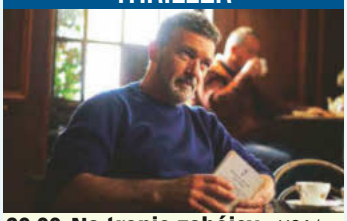
REKLAMA

20.00 **Nieustraszeni bracia Grimm** FILM – film fantasy, USA/Czechy/Wielka Brytania 2005, 160 min

XIX wiek. Sprytni oszuści Jakub i Wilhelm przekonują zabobonnych mieszkańców wiosek, że w ich domach grasują demony i potwory. Za opłatą oferują pomoc w walce z czarną magią. W końcu trafiają do Marbaden, gdzie naprawdę działają nadprzyrodzone siły. Muszą się zmierzyć ze złem.

22.40 **Mission: Impossible** FILM – film sensacyjny, USA 1996, reż. Brian De Palma, wyk. Tom Cruise, Jon Voight, Jean Reno, Emmanuelle Béart, 130 min
0.50 **Duchy moich byłych** FILM – komedia romantyczna, USA 2009, reż. Mark Waters, wyk. Matthew McConaughey, Jennifer Garner, Michael Douglas, Emma Stone, 130 min
3.00 **Miasta, w których straszy** (1) – serial dokumentalny, USA 2017
3.55 **Fachowcy** (8) – serial paradokumentalny, Polska 2017
4.30 **Dorota was urządzi!** (8) – program rozrywkowy

THRILLER



20.00 **Na tropie zabójcy** FILM – USA/Wielka Brytania 2024, 125 min

Cassie Holt nie potrafi poradzić sobie z traumatyczną przeszłością. Pomaga jej były agent Interpolu, Mikeal Tellini, ucząc ją samoobrony. Kiedy zostaje zabity, dziewczyna planuje zemstę. Wspiera ją śledczy Rorym McMahonem. Cassie zaczyna poznawać mroczne tajemnice miasteczka. Kontaktuje się z nią zabójca Mikaela i podsuwa pewien trop.

22.05 **Pora odkupienia** FILM – dramat sensacyjny, USA 2022, reż. Richard Hughes, wyk. Antonio Banderas, Mojean Aria, Kate Bosworth, Alexis Ren, 105 min
23.50 **Leo: Ogrodnik zawodowiec** FILM – komedia sensacyjna, Francja 2025, reż. David Charhon, wyk. Jean-Claude Van Damme, Kaaris, Matthias Quiviger, Michaël Youn, Poqssi, 130 min
2.00 **Dzielnica strachu 10** (456): Chwilówkowe szczęście – serial kryminalny, Polska 2025-2026
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (995) – serial obyczajowy, Polska 2026
4.00 **Zobacz to!** – pr. powtórkowe

DRAMAT SENSACYJNY

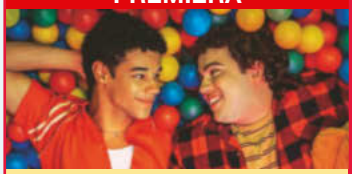


21.00 **Jak to się robi w Chicago** FILM – USA/Holandia 1986, 135 min

Agent FBI Mark Kaminsky z powodu swojej brutalności traci pracę. Zostaje szeryfem na prowincji. Wkrótce nadarza się okazja rehabilitacji. W Chicago gangsterzy mordują bowiem syna jego byłego szefa. Dawny przełożony obiecuje Kaminskiemu, że jeśli pomoże mu pomścić śmierć dziecka, wróci do służby.

23.15 **Uliczny wojownik** FILM – film sensacyjny, USA/Japonia 1994, reż. Steven E. de Souza, wyk. Jean-Claude Van Damme, Raul Julia, Kylie Minogue, Ming-Na Wen, 120 min Generał Bison planuje podbój świata. Bierze do niewoli grupę wpływowych osób. Pułkownik Gulle musi uwolnić zakładników.
1.15 **Dzielnica strachu 10** (465) – serial krym., Polska 2025-2026
2.10 **Lombard. Życie pod zastaw** (8) – serial obyczajowy, Pol. 2017
3.05 **Lombard. Życie pod zastaw 5** (243, 244) – obycz., Polska 2019
5.00 **Lombard. Życie pod zastaw 10** (534) – serial obyczajowy, Polska 2022

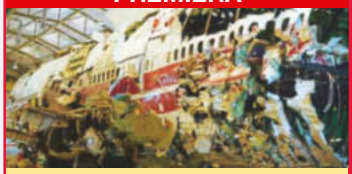
PREMIERA



15 DNI JEST NA ZAWSZE

Felipe (Miguel Lallo) zamierza spędzić wakacje w towarzystwie książek i filmów. Plany nastolatka krzyżuje Caio (Diego Lira) – sąsiad i dawna dziecięca sympatia – który na czas nieobecności rodziców wprowadza się do jego pokoju. Chłopcy muszą wytrzymać ponad dwa tygodnie pod jednym dachem.
►komedia, Brazylia 2026; 100 min

PREMIERA



PIKOWANIE: CIĄG DALSZY KŁOPOTÓW BOEINGA

Po śmierci Johna Barnetta, sygnalisty Boeinga, reżyserka Rory Kennedy i producent Mark Bailey wszczynają własne śledztwo w sprawie dawnego lotniczego potentata. Ujawniają nieoczekiwane informacje i oddają głos obecnym oraz byłym pracownikom firmy.
►film dokum., USA 2026; 93 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.30 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 13** (13) – serial kryminalny, USA 2013
7.15 **Ostry dyżur 3** (13, 14) – serial obyczajowy
9.10 **Castle 5** (14, 15) – serial kryminalny
11.10 **Rekrut 4** (7, 8) – serial kryminalny, USA 2022
13.10 **Dowody zbrodni 3** (17, 18) – serial kryminalny, USA 2005
15.10 **FBI 3** (4, 5) – serial kryminalny, USA 2020
17.10 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6** (10, 11) – serial kryminalny, USA/Kan.
19.10 **Castle 5** (16, 17) – serial kryminalny, USA 2013

TVP SERIALE HD

5.25 **Rodzinka.pl** (131, 132) – kom., Pol.
6.30 **Na sygnale** (514, 515) – serial fab.-dokum.
7.35 **Ojciec Mateusz 5** (64) – krym., Pol. 2011
8.35 **Komisarz Alex 5** (53)
9.25 **Rodzinka.pl** (133)
10.00 **Klan** (1480) – telen.
10.40 **Ranczo** (1, 2) – obycz.
12.30 **Komisarz Alex 5** (54)
13.30 **Ojciec Mateusz 32** (415, 416) – krym., Pol.
15.25 **Komisarz Alex 5** (55) – serial krym., Polska
16.15 **Na sygnale** (516, 517) – serial fab.-dokum.
17.25 **Ranczo** (3, 4) – obycz.
19.30 **Ojciec Mateusz 32** (417) – krym., Pol. 2024
20.30 **Ojciec Mateusz 5** (65) – krym., Pol. 2011

TVP KULTURA HD

10.00 **Alicja** – musical, FILM Polska/Wielka Brytania 1981, 105 min
11.45 **Cyrograf dojrzałości** FILM – film obyczajowy, Polska 1967, 70 min
12.55 **Giganci sztuki** (2)
14.20 **Barbara i Jan** (3, 4)
15.35 **W drogę!** FILM – komediodramat, Iran 2021, 105 min
17.20 **Dziewczyna i chłopak** (6-ost.) – serial przyg., Polska
18.15 **Muzeum Polskiej Piosenki** (10) – rozr.
18.30 **Informacje kulturalne**
18.55 **Rawhide 2** (38)
20.00 **Pies Baskerville'ów** FILM – krym., Wlk. Bryt. 1988, 115 min

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 3** (12) – serial dok., Pol. 2018
7.00 **Długi weekend** FILM – film obyczajowy, Polska 2004, 105 min
8.45 **The Office PL 3** (1, 2) – serial kom., Pol. 2023
10.00 **Bestia** (3, 4) – serial kryminalny, Kan. 2021
12.05 **Vera 13** (2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
14.00 **Morderstwo na zlecenie** FILM – film kryminalny, Wlk. Bryt./Kanada 1979, 140 min
16.20 **Arktyka** FILM – dramat przygodowy, Islandia 2018, reż. Joe Penna, wyk. Mads Mikkelsen, María Thelma, 115 min
18.15 **Vera 13** (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

CANAL+ PREMIUM HD

10.20 **Listy do Julii** FILM – komedia romantyczna, USA 2010, 105 min
12.05 **Łapu capu** – pr. rozr.
12.10 **LARP. Miłość, trolle i inne questy** FILM – kom., Polska 2025, 95 min
13.45 **Hannah Arendt: Myślenie jest niebezpieczne** – film dokumentalny, Niemcy/USA 2025
15.05 **Być kochaną** FILM – dramat obyczajowy, Norwegia/Szwecja 2024, 105 min
16.50 **Morderstwo w ambasadzie** FILM – film kryminalny, Wielka Brytania 2025, 85 min
18.15 **Łapu capu** – pr. rozr.

HBO HD

8.10 **Anakonda** FILM – komedia przygodowa, USA 2025, 95 min
9.45 **Opowieść wigilijna Carole** FILM – komediodramat, Wlk. Bryt. 2022, 70 min
10.55 **Przypadek Harolda Cricka** FILM – komediodramat, USA 2006, 110 min
12.45 **Piotruś Pan** FILM – film familijny, USA/Wielka Brytania 2003, 110 min
14.35 **Na rauszu** FILM – komediodramat, Dania/Holandia/Szwecja 2020, 115 min
16.30 **Spider-Man: Uniwersum** FILM – film animowany, USA 2018, 115 min

20

KRYMINALNY



21.05 Walker: Strażnik Teksasu 2 (11, 12)

Davidsonowie konfrontują się z Liamem. Mężczyzna pokazuje im stary pomiar gruntów, co może zaszkodzić Walkerom. Bonham ujawnia tajemnicę z przeszłości.

23.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6** (10, 11) – serial krym.
0.45 **Castle 5** (16, 17) – serial kryminalny
2.45 **Walker: Strażnik Teksasu 2** (11, 12)
4.35 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4** (18) – krym., USA/Kan.

OBYCZAJOWY



21.30 Ranczo (5, 6) – Polska 2006

Polonista Witebski chce założyć niezależną miejscową gazetę. Dowiaduje się o tym Lucy, która postanawia powiadomić o pomyśle proboszcza, prosząc go o wsparcie.

23.35 **Ojciec Mateusz 32** (418) – krym., Pol. 2024
0.30 **Glina. Nowy rozdział** (3) – krym.
1.25 **Erynie** (12-ost.)
2.25 **Krucjata. Prawo serii** (1) – krym., Pol.
3.25 **Stulecie Winnych 3** (35) – obycz., Pol. 2021
4.20 **Klan** (1480) – telen.

DRAMAT SPOŁECZNY



21.55 Panorama kina polskiego: Tonia FILM – Polska 2022, 90 min

Jedenastoletnia Tonia dowiaduje się, że jej ojciec planuje wyjechać do pracy we Włoszech. Robi wszystko, by zatrzymać go w domu.

23.25 **Informacje kulturalne**
0.00 **Niedosyt** FILM – obycz., USA/Fr. 2019, wyk. David Rasche, 110 min
1.50 **Enter Enea Festival 2022 – Adam Bałdych Quintet & Paolo Fresu i Leszek Możdżer**

KRYMINALNY



20.10 Premiera: Prosta sprawa (3, 4) – Polska 2024

Wychodzi na jaw, że Prosty współpracował z Kazikiem. Okradł go, by opłacić leczenie córki. Gotówka, którą zgarnął, należała do czeskiej mafii, która nie puści tego płazem.

22.30 **Szepty mroku** (3, 4) – serial kryminalny
0.35 **Pokonani** (5, 6) – krym., Fr./Kan./Niem.
2.35 **Sortownia** (8-ost.)
3.25 **Wiarołom** FILM – dramat obyczajowy, Polska 2021, 75 min
4.40 **Król** (8-ost.) – sens.

KOMEDIA ROMANT.



18.20 Niania w Nowym Jorku FILM – USA 2007, 100 min

Annie właśnie skończyła studia antropologiczne. Przyjmuje ofertę pracy opiekunki do dziecka. Pozornie banalna posada okazuje się prawdziwą szkołą życia.

20.00 **Baw się dobrze i przeżyj** FILM – komedia s.f., Niemcy/USA 2025, reż. Gore Verbinski, 130 min
22.10 **The Walking Dead: Dead City 3** (3) – serial grozy, USA 2026

KOMEDIA



18.25 Lista FILM – USA 2023, 95 min

Matt zdradza narzeczoną Abby z celebrytką z listy „wyjątków od monogamii". Zraniona kobieta postanawia odpłacić mu tym samym.

20.00 **28 lat później: Świątynia kości** FILM – horror, Wlk. Bryt./USA 2026, 110 min
21.50 **Latarnie** (1) – serial s.f.
22.50 **Ciche miejsce 2** FILM – horror, USA 2020, 95 min
0.25 **Sojusznicy** FILM – komedia sens., USA 2025, 110 min

AXN WHITE

8.10 **Dr House** (1) – serial obycz.
9.10 **Życie nad rozlewiskiem** (10, 11) – obycz., Pol. 2011
11.15 **Agenci NCIS 13** (3-5)
14.10 **Dr House** (2) – serial obycz.
15.10 **Hotel pod szczęśliwą gwiazdą** FILM – film obycz., USA/Kanada 2019, 110 min
17.00 **Pocałuj mnie pod jemiołą** FILM – komedia romant., USA 2021, 115 min
18.55 **Szpital świętej Marii 2** (4) – serial obycz., Kan. 2021
20.00 **Dowody zbrodni 4** (21, 22) – serial kryminalny
22.00 **Rekrut 2** (13) – serial krym.
22.55 **Agenci NCIS 13** (3-5) – serial kryminalny, USA

WARNER TV

14.10 **Bajer z Bel-Air** (15-18)
16.15 **Pełniejsza chata 3** (17, 18) – serial komediowy
17.20 **Pełniejsza chata 4** (1, 2)
18.25 **Sophia Grace i Rosie: Królewska przygoda** FILM – film familijny, USA 2014, reż. Brian Levant, 90 min
19.55 **Stosunki międzymiastowe** FILM – kom. romant., USA 2010, 125 min
22.00 **Skazani na Shawshank** FILM – dramat sensacyjny, USA 1994, 170 min
0.50 **Dziewczyna, która uciekła: Historia Kary Robinson** FILM – dramat kryminalny, 2023, 100 min

CANAL+ FILM HD

6.00 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
6.05 **Nadzieja** FILM – dramat sens., Pol./Niemcy 2006, 100 min
7.45 **Lilly i kangurek** FILM – film familijny, 2025, 105 min
9.30 **Masz ci los!** FILM – komedia, Polska 2023, 85 min
10.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
11.00 **Zmierzch** FILM – film fantasy, USA 2008, 125 min
13.05 **Ida** FILM – dram. obycz., Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min
14.25 **Liza Minnelli. Niesamowita historia absolutnie prawdziwa** – film dokumentalny, 2024
16.05 **Peacock** FILM – thriller, USA 2010, reż. Michael Lander, wyk. Cillian Murphy, 90 min
17.35 **Hollywood Buzz** – mag.
18.00 **Tożsamość Bourne'a** FILM – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, 115 min
19.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Rocznica** FILM – thriller, USA 2025, reż. Jan Komasa, wyk. Diane Lane, 110 min
21.50 **Wujowy dwór** FILM – komedia, Wielka Brytania/USA 2025, reż. Jim O'Hanlon, 95 min
23.25 **Siedem zasłon** FILM – dramat psycholog., 2023, 105 min
1.10 **Wrooklyn Zoo** FILM – dramat obycz., Pol. 2024, 125 min
3.15 **Utrata równowagi** FILM – dramat psychologiczny, Polska 2024, 100 min
4.55 **Moje miasto** – serial dok.

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Byłem królem** (3) – serial dokum., Polska 2022-2025
10.50 **Łapu capu** – program rozrywkowy
11.00 **Naruto 5** (11-16) – serial anime, Japonia 2004-2005
14.00 **13 posterunek 2** (28-30) – serial komediowy, Polska
15.50 **Łapu capu Extra** (8) – program rozrywkowy
16.25 **8 wspaniałych** (1, 2) – serial dokumentalny, Pol.
17.55 **The Office PL** (1) – serial komediowy, Pol. 2021-2022
18.25 **The Office PL 5** (2-4) – serial komediowy, Polska
20.00 **Para z sąsiedztwa** (3, 4) – serial obyczajowy, Wielka Brytania 2023
21.55 **Łapu capu** – program rozrywkowy
22.00 **Rok za rokiem** (2) – serial obyczajowy, Wielka Brytania 2019
23.00 **Premiera: Spartakus: Zemsta** (4) – serial historyczny, USA 2012
0.05 **Żmijowisko** (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2019
1.50 **Pisarze. Serial na krótko** (7) – serial komediowy, Polska 2019
2.05 **Minuta ciszy** (5, 6) – serial obyczajowy, Polska 2022
4.15 **Making of CANAL+** – magazyn filmowy
4.25 **Polityka** (1, 2) – serial obyczajowy, Polska 2019

CANAL+ 360 HD

8.00 **Porzucone konstrukcje** (12) – serial dok., Wlk. Bryt.
8.55 **Z archiwów historii** (4)
10.00 **Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie** (1) – pr. rozr.
11.00 **Kolegium żużlowe**
13.00 **Porzucone konstrukcje** (4) – serial dok., Wlk. Bryt.
14.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach** (8) – serial dok.
14.55 **Z archiwów historii** (5)
16.00 **Lotnisko na Alasce 4** (10)
16.55 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (2) – serial dok., Niem. 2023
18.00 **Porzucone konstrukcje** (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.55 **Zholowani: ciężarówki w opałach** (7) – serial dok.
19.50 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (3) – serial dok., Niem. 2023
20.55 **Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie** (4) – pr. rozr.
22.00 **Porzucone konstrukcje** (5) – serial dok., Wlk. Bryt.
23.00 **Lotnisko na Alasce 4** (8)
23.55 **Sędziowie** (1) – dok., Pol.
0.55 **Misja Afganistan** (11) – serial wojenny, Pol. 2012
2.00 **Polska z góry: Stadiony 2** (7) – dok., Pol.
2.35 **Łowcy tajemnic Bałtyku** (8) – serial dok., Polska 2020

HBO 2 HD

13.30 **Horton słyszy Ktosia** FILM – film anim., 2008, 85 min
14.55 **Karate Kid: Legendy** FILM – film przygodowy, USA/Kanada 2025, 95 min
16.30 **Wyśnione piosenki** FILM – dramat obyczajowy, USA 2025, 90 min
18.00 **Lombard** FILM – dramat obyczajowy, 2024, 90 min
19.30 **Pozłacany wiek** (5, 6)
21.10 **To już jest koniec** FILM – kom., USA 2013, 100 min
22.50 **Zniknięcia** FILM – horror, USA 2025, 125 min
0.55 **The Order: Ciche braterstwo** FILM – thriller, 2024, 110 min

AXN BLACK

8.50 **Zagadki z przeszłości 3** (11) – przyg., Fr./Niem./Kan.
9.55 **Gwiezdne wrota 8** (2-4)
12.55 **Kobra – oddział specjalny 13** (7) – sens.
13.55 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 5** (18, 19) – sens.
15.55 **Nieustraszony 2** (23)
17.00 **Zagadki z przeszłości 3** (12) – przyg., Fr./Niem./Kan.
18.00 **Gwiezdne wrota 8** (5-7)
21.00 **Legion** FILM – thriller, USA 2010, reż. Scott Stewart, 120 min
23.00 **Uniwersalny żołnierz: Powrót** FILM – film sensacyjny, USA 1999, 100 min
0.40 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 5** (18, 19) – sens.

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (277-279) – serial paradokum., Polska 2018
9.00 **Doktor Martin** (1-4) – serial obycz., Wlk. Bryt.
13.05 **Kowalscy kontra Kowalscy** (33-36) – obycz.
15.05 **Świat według Kiepskich** (507-512) – kom., Pol. 2017
18.05 **Komisarz Mama** (5, 6) – serial kryminalny, Polska
20.05 **Czarna lista** (3) – serial kryminalny, USA 2013
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (33-36) – krym., USA
0.50 **Ślad** (4, 5) – serial krym.
2.50 **Święty** (282, 283) – kom.
4.00 **48h. Zaginieni** (158, 159) – serial kryminalny, Polska

HBO 3 HD

13.25 **Na samą myśl o Tobie** FILM – dramat obyczajowy, USA 2024, 115 min
15.20 **Dotknięci miłością** FILM – dramat obycz., Wielka Brytania/Irl. 2024, 105 min
17.05 **Pasażerowie** – dramat FILM s.f., USA/Australia 2016, reż. Morten Tyldum, 115 min
19.00 **Avenue 5** (5, 6) – kom.
20.00 **Stamtąd 2** (10)
21.00 **To: Witajcie w Derry** (7)
22.00 **Tokyo Vice** (7) – krym.
22.55 **Porządny człowiek** (4)
23.40 **Ścieżki na daleką północ** (1) – serial wojenny
0.25 **Księgowy 2** FILM – thriller, USA 2025, 130 min

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 **Górale** (66-68) – serial dokumentalny, Polska
7.30 **Doktor Martin** (64) – serial obyczajowy
8.30 **Przyjaciółki** (191, 192) – obycz., Pol.
10.25 **Świat według Kiepskich** (48, 49, 139, 202) – kom., Pol.
12.45 **Szybcy i wściekli 7** FILM – sens., USA/Chiny/Japonia 2015, 170 min
15.35 **Służące** – dramat FILM obyczajowy, USA/Indie/ZEA 2011, 185 min
18.40 **Inwazja: Bitwa o Los Angeles** FILM – film s.f., USA 2011, reż. Jonathan Liebesman, wyk. Aaron Eckhart, 140 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Tata ma plan 2** (4, 5) – serial komediowy, USA 2017
7.00 **Dwóch i pół 10** (22, 23) – serial kom., USA 2012-2013
7.55 **Dwóch i pół 11** (1, 2) – serial komediowy, USA 2013
8.55 **Przyjaciele 4** (24) – serial komediowy, USA 1997-1998
9.25 **Przyjaciele 5** (1-5) – kom., USA 1998-1999
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 2** (18-23) – serial komediowy
14.30 **Dwóch i pół 11** (3-6) – serial komediowy
16.30 **Przyjaciele 5** (6-11) – serial komediowy, USA 1998-1999

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (822) – serial paradokum.
6.00 **Szkoła filmowa** (4)
6.30 **Dziewczyny z Hollywood 2** (6)
6.45 **Zakochani po uszy 3** (149, 150) – telenowela, Pol. 2020
7.45 **Detektywi** (197-200)
9.50 **Prawo Agaty 6** (3)
10.55 **Lekarze 2** (10)
11.55 **Zapukaj do moich drzwi** (52, 53) – telen.
13.55 **Prawo Agaty 6** (2)
14.55 **Detektywi** – fab.-dok.
16.05 **Na Wspólnej** (45, 46) – serial obycz., Polska
17.10 **Seriaale: rozmowy** (2) – magazyn
17.55 **Ekspres polarny** FILM – anim., USA/Australia 2004, 125 min

13 ULICA

6.05 **Balthazar 4** (3) – serial kryminalny, Fr.
7.00 **Swatka na tropie: zabójcze zaręczyny** FILM – film kryminalny, USA 2019, 110 min
8.50 **Zabójstwo w Meaux** FILM – dramat kryminalny, Francja 2024, 120 min
10.50 **Mentalista 6** (9-12) – serial kryminalny
14.30 **Swatka na tropie: Śmiertelny romans** FILM – film kryminalny, USA 2020, 110 min
16.20 **Zabójstwo w posiadłości** FILM – thriller, Francja 2020, 120 min
18.20 **Mentalista 6** (13-16) – serial kryminalny

KINO POLSKA

6.30 **Polska z góry. Nad wodą 2** (1) – dok.
6.50 **Polska Kronika Filmowa** – serial dok.
7.20 **Przygody Myszki** (5, 6) – serial anim.
7.40 **Reksio** (45, 46)
8.00 **Miś Kudłatek** (5, 6)
8.35 **Do przerwy 0:1** (3, 4)
9.45 **Pan Kleks w kosmosie** FILM (1/2, 2-ost.) – przyg., Pol./Czechosłowacja 1988, 190 min
12.55 **Ranking naj polskiego kina** (3)
13.45 **Quo vadis** FILM (1/2, 2-ost.) – dramat historyczny, 2001, 235 min
17.40 **Stawka większa niż życie** (10, 11) – serial wojenny

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Kabaretowe hity** (1) – program rozrywkowy
6.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
7.50 **Robert Makłowicz** (142, 221) – mag. kulin.
9.40 **Zagadki kryminalne panny Fisher** (2) – serial krym., Australia
10.55 **Górski lekarz 14** (12, 13) – serial obycz.
12.55 **Zagadki kryminalne panny Fisher** (3) – serial krym., Australia
14.00 **Zajazd. Będzie się działo** (23, 24) – serial obyczajowy, Pol. 2025
16.00 **Katastrofy w przestworzach** (12, 2, 6) – dok., Kan.
19.00 **Aukcja w ciemno 3** (11, 12) – serial dok.

THRILLER



21.00 **Sensacyjna środa: Ucieczka z piekła** FILM – USA/Tajlandia 2015, 125 min

Jack Dwyer i jego bliscy pragną zacząć w Azji nowe życie. W okolicy wybuchają zamieszki. Rodzina musi walczyć o przetrwanie.

23.05 **Krucjata Bourne'a** FILM – thriller, USA/Niemcy 2004, 140 min
1.25 **Fala zbrodni** (100, 101) – sens., Pol.
3.25 **Ślad** (54, 55) – krym., Polska 2019
5.20 **Na ratunek 112** (904) – serial paradokum.

KOMEDIOWY



19.30 **Teoria wielkiego podrywu 3** (1-6)

Przyjaciele wracają z biegu-na północnego. Wszyscy są szczęśliwi do momentu, kiedy Howard i Raj decydują się wyznać Sheldonowi, że sfałszowali wyniki jego badań.

22.00 **The Office PL 3** (10, 11) – serial kom.
23.05 **Comedy Club 4** (6, 7)
0.05 **Miasteczko South Park 6** (8, 9)
1.00 **Pracoholicy** (5, 6)
2.00 **Śmieszniej nie będzie 4** (5, 6) – rozr.
3.00 **Miasteczko South Park 6** (5-7)

KOMEDIA



20.00 **Szefowie wrogowie** FILM – USA 2011, 125 min

Kurt spełnia absurdalne zachcianki szefa, dziedzica fortuny. Jego dwaj kumple również narzekają na przełożonych. Zdesperowani, planują zbrodnię doskonałą.

22.05 **Szefowie wrogowie 2** FILM – kom., USA 2014, 150 min
0.35 **Oszukać przeznaczenie 5** FILM – horror, USA/Kanada 2011, 110 min
2.25 **Seriaale: rozmowy 2** (4) – mag.
3.05 **Szkoła** (769)

KRYMINALNY



22.00 **Niewidomy detektyw** (11)

Alex i Niko prowadzą śledztwo w klubie techno, gdzie znaleziono ciało. Może ono należeć do alumna seminarium duchownego.

23.55 **Astrid i Raphaëlle** (5, 6) – serial krym., Fr./Bel./Szwajcaria
2.20 **Zabójstwo w posiadłości** FILM – thriller, Francja 2020, 115 min
4.15 **Swatka na tropie: zabójcze zaręczyny** FILM – film kryminalny, USA 2019, 105 min

DRAMAT WOJENNY



20.00 **Kamienie na szaniec** FILM – 2014, 135 min

Rok 1939. Alek i jego dwaj koledzy działają w harcerstwie. Wybuch II wojny światowej niweczy ich marzenia i plany. Mimo to młodzi ludzie stają do walki.

22.15 **Kamerdyner** FILM – dram. hist., 2018, 200 min
1.35 **Tam i z powrotem** FILM – film obyczajowy, 2001, 130 min
3.45 **Ajlawju** FILM – komedia, 1999, 120 min
5.45 **Fuck them all** – etiuda filmowa, 2025

KOMEDIA KRYMINALNA



20.00 **Jak ugryźć 10 milionów** FILM – USA/Kanada 2000, 125 min

Nicholas rozpoznaje w sąsiedzie płatnego zabójcę, który ukrywa się przed zemstą bossa. Chciwa żona planuje wydać mężczyznę mafii w zamian za nagrodę.

22.05 **Młode wilki** FILM – sens., Polska 1995, 140 min
0.25 **Fałszerz** FILM – thriller, USA 2014, reż. Philip Martin, wyk. John Travolta, 120 min
2.25 **Ziemia obiecana** FILM – dramat obyczajowy, Polska 1974, 215 min

CINEMAX HD

11.55 **Le Mans '66** FILM – dramat biograficzny, 2019, 150 min
14.25 **Uciekające kurczaki** FILM – film animowany, Wlk. Bryt./USA/Fr. 2000, 85 min
15.50 **Ziemia kobiet** FILM – dramat obyczajowy, 2023, 110 min
17.40 **Hulk** FILM – dramat s.f., USA 2003, reż. Ang Lee, 140 min
20.00 **Ostatni przystanek w hrabstwie Yuma** FILM – thriller, USA 2023, 90 min
21.30 **Grindhouse: Planet Terror** FILM – horror, USA 2007, 105 min
23.15 **Grindhouse: Death Proof** FILM – thriller, USA 2007, 115 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 **Święty** (43, 44) – kom., Pol.
14.25 **Spadkobiercy** (10) – rozr.
15.25 **Co ludzie powiedzą? 3** (7) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 **Jedną nogą w grobie 2** (2) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 **Czarna Żmija** (2) – kom.
17.35 **Młody Sheldon 2** (12-14)
19.00 **Dwóch i pół 10** (22, 23)
20.00 **Dwóch i pół 11** (1, 2)
21.00 **Świat według Kiepskich** (2-4) – serial kom., Pol. 2013
22.30 **Co ludzie powiedzą? 4** (1) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 **Jedną nogą w grobie 2** (3) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 **Czarna Żmija** (3) – kom.
0.30 **Comedy Club 6** (11) – rozr.

SCI FI

6.00 **Kroniki Spiderwick** (4)
6.55 **The Ark** (2-4) – serial s.f.
9.35 **Medium 3** (15, 16) – krym.
11.25 **SurrealEstate** (3, 4)
13.20 **Przygody Merlina 2** (10, 11) – fantasy, Wlk. Bryt.
15.20 **Medium 3** (17, 18) – krym.
17.10 **SurrealEstate** (5, 6)
19.00 **Przygody Merlina 2** (12, 13) – fantasy, Wlk. Bryt.
21.00 **Bibliotekarze: Nowy rozdział** (12) – serial s.f.
22.00 **Karate Kid** – film FILM przygodowy, 1984, 155 min
0.35 **Adam** – thriller, USA/ FILM Kanada 2004, 145 min
3.00 **SurrealEstate** (5, 6)
5.00 **Kroniki Spiderwick** (4)

FX HD

9.00 **Skymed 2** (8) – obycz.
10.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (24, 1) – serial krym.
11.55 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (3, 4)
13.45 **Agenci NCIS** (5, 6) – sens.
15.35 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (2, 3) – serial krym.
17.25 **Z archiwum X** (1, 2) – s.f.
19.15 **Agenci NCIS: Sydney** (17)
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (5, 6)
22.00 **Matlock 2** (1) – serial krym.
22.55 **Z archiwum X** (2) – s.f.
23.50 **Uprowadzona 3** – film FILM sensacyjny, 2014, 135 min
2.05 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (2, 3) – serial krym.

FILMBOX+ ONE HD

9.15 **Panna Scarlet i komisarz 2** (1) – krym.
10.20 **Panna Marple: Próba niewinności** FILM – krym., Wlk. Bryt. 2007, 120 min
12.20 **Hudson i Rex 5** (7, 8) – serial kryminalny, Kanada
14.30 **Poirot** (2) – serial krym.
16.40 **Strażnik Teksasu 3** (17, 18) – serial sensacyjny
18.55 **Poirot** (1) – serial krym.
20.00 **Ninja** – dramat sensacyjny, FILM USA 2009, 110 min
21.50 **Najlepsi z najlepszych 3: Bez odwrotu** FILM – film sensacyjny, 1995, 115 min
23.45 **Wyspa tajemnic** – thriller, FILM USA 2010, 185 min

ROMANCE TV HD

14.20 **Rosamunde Pilcher: Pióra na wietrze** FILM – film obyczajowy, Niemcy/ Austria 2003, 115 min
16.15 **Lena Lorenz: Za kratami** FILM – dramat obyczajowy, Niemcy 2021, 110 min
18.05 **Górski lekarz** (67) – obycz., Niemcy/Austria
20.00 **Malibu – Siostrzyczki** FILM – film obyczajowy, Niemcy 2023, 115 min
21.55 **Następny zjazd** FILM **„Szczęście": Prawdziwy ojciec** – dramat obycz., Niemcy 2022, 115 min
23.50 **Górski lekarz** (67) – obycz., Niemcy/Austria

CINEMAX 2 HD

13.45 **Faceci w czerni 3** FILM – kom. s.f., 2012, 105 min
15.30 **Nowe życie** FILM – film obycz., Hiszpania 2024, 100 min
17.10 **Milczenie Julie** FILM – dramat obyczajowy, Belgia/ Szwecja 2024, 100 min
18.50 **Dźwięki miłości** FILM – dramat obycz., Hiszp. 2025, 100 min
20.30 **Dziś wieczorem nie schodźmy na psy** FILM – film wojenny, 2024, 100 min
22.10 **Przetrzymać tę miłość** FILM – dramat obycz., Wielka Brytania 2004, 100 min
23.50 **Kształt wody** FILM – film fantasy, USA/Kanada/ Meksyk 2017, 125 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

9.35 **Wszystkie stworzenia duże i małe 5** (5) – obycz.
10.30 **Lekarze na start** (41, 42)
12.05 **Zatraceni w miłości** (63)
13.10 **Morderstwo w małym mieście 2** (1) – krym., Kan.
14.05 **Agenci NCIS 16** (2) – sens.
15.00 **Panna Marple: Szaleństwa Greenshawa** FILM – krym., Wlk. Bryt. 2013, 120 min
17.00 **Dalgliesh 3** (3) – krym.
19.00 **Agenci NCIS 16** (3) – sens.
19.55 **Poirot 3** (7) – serial krym.
21.00 **Sherlock i córka** (3)
22.00 **Robin Hood** (7) – przyg.
23.15 **Poirot 3** (7) – serial krym.
0.25 **Agenci NCIS 16** (3) – sens.

NOVELAS+ HD

10.00 **Opowieść o wyspie** (22)
11.00 **Otchłań namiętności** (145) – telen., Meksyk 2012
12.00 **Duma i uprzedzenie** (5)
13.00 **Róże i grzechy** (44)
14.00 **Domenica Montero** (7, 8)
16.00 **Róże i grzechy** (45)
17.00 **Duma i uprzedzenie** (6)
18.00 **Otchłań namiętności** (146) – telen., Meksyk 2012
19.00 **Miłość w Cabo** (5) – telen.
20.00 **Opowieść o wyspie** (23)
21.00 **Domenica Montero** (8)
22.00 **Róże i grzechy** (45)
23.00 **Duma i uprzedzenie** (6)
0.00 **Otchłań namiętności** (146) – telen., Meksyk 2012
1.00 **Miłość w Cabo** (5) – telen.

FX COMEDY HD

9.10 **Diabli nadali** (17-20)
11.00 **Jim wie lepiej 2** (17, 18)
12.00 **Sposób użycia** – kom.
13.00 **Wszyscy kochają Raymonda 3** (9-13) – kom.
15.30 **Simpsonowie 33** (13-16)
17.30 **Jak poznałem waszą matkę 6** (15-17) – kom.
19.00 **Współczesna rodzina 6** (12-15) – serial komediowy
21.00 **Family Guy: Głowa rodziny 22** (14, 15)
22.00 **Jackass: Bezwstydny dziadek** FILM – komedia, USA 2014, 110 min
23.50 **Simpsonowie 33** (9, 10)
0.50 **Family Guy: Głowa rodziny 22** (8, 10, 9, 11)

FILMBOX+ HITS HD

12.30 **Spooner** – komediodram., FILM 2009, 95 min
14.05 **Scenariusz na miłość** FILM – komedia romantyczna, USA 2014, 120 min
16.05 **Czekając na Anyę** FILM – dramat wojenny, Wielka Brytania/Bel. 2020, 120 min
18.05 **Linoleum** FILM – komediodramat, USA 2022, 115 min
20.00 **Bardzo grzeczne dziewczyny** FILM – dramat obyczajowy, 2013, 100 min
21.40 **John Wick 3** – film FILM sensacyjny, 2019, 145 min
0.05 **Morze Czarne** – thriller, FILM 2014, 125 min

PARAMOUNT NETWORK HD

9.25 **Policyjna grupa pościgowa 18** (15) – dok.
10.30 **Iluzja** – thriller, Francja/ FILM USA 2013, 150 min
13.00 **Czarodziejki 2** (5, 6)
15.00 **Buntownik z wyboru** FILM – dramat psychologiczny, USA 1997, 175 min
17.55 **Elektra** – film FILM przygodowy, USA/Kanada/ Szwajcaria 2005, 125 min
20.00 **Austin Powers i Złoty Członek** FILM – komedia sensacyjna, 2002, 120 min
22.00 **Bodyguard Zawodowiec** FILM – kom. sens., 2017, 140 min
0.20 **Olimp w ogniu** – thriller, FILM USA 2013, 150 min

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

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
8.30 **Snooker:** Turniej Northern Ireland Open w Belfaście – finał: Jack Lisowski – Judd Trump
10.30 **Hard Knocks** – magazyn sportowy
11.30 **Snooker:** Turniej Northern Ireland Open w Belfaście – finał: Jack Lisowski – Judd Trump
13.00 **Kolarstwo:** Cyclassics Hamburg
14.00 **Kolarstwo:** Vuelta a Espana – 13. etap
15.30 **Kolarstwo:** Renewi Tour – 1. etap
17.30 **Kolarstwo:** Vuelta a Espana – 16. etap
18.00 **Tenis:** Turniej US Open 2023 – finał mężczyzn: Daniił Miedwiediew – Novak Djoković

POLSAT SPORT 1 HD
6.00 **Siatkówka kobiet:** Memoriał Agaty Mróz-Olszewskiej
8.30 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
11.00 **Siatkówka kobiet:** Memoriał Agaty Mróz-Olszewskiej
13.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
15.00 **Siatkówka kobiet:** Memoriał Agaty Mróz-Olszewskiej
17.00 **Tenis:** Turniej ATP
LIVE w Cincinnati – 4. runda Zawodnicy, którzy pożegnają się z rywalizacją na tym etapie, otrzymają po ponad 100 tysięcy dolarów.

CANAL+ SPORT HD
6.00 **Liga+** – mag. piłkarski
7.15 **Wysoki Pressing** – magazyn sportowy
9.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Espanyol – UD Levante
11.20 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Legia Warszawa – Radomiak
13.40 **Ekstrapaka** – mag.
14.50 **Na pierwszym planie** (4) – dok., Pol.
15.40 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: CD Alaves – Getafe CF
18.00 **1 na 1 Extra** – magazyn sportowy
18.30 **Jej Wysokość Premier League** – magazyn piłkarski
20.00 **Bohater z Cienia** – dok., Polska

TVP SPORT DVB T2
5.45 **Sportowy wieczór**
6.15 **Retro TVP Sport** (16)
8.15 **Piłka nożna kobiet:** ORLEN Ekstraliga: GKS Katowice – Czarni
10.20 **Magazyn 2. ligi piłkarskiej** (70)
11.00 **GOL** – mag. piłkarski
12.20 **Quiz TVP Sport** (18)
13.15 **Piłka nożna:** Tarcza Wspólnoty: Arsenal FC – Manchester City
15.30 **Pełnosprawni** (665)
16.00 **Lekkoatletyka:** Mistrzostwa Europy – Birmingham 2026 – podsumowanie
18.20 **Lekkoatletyka:** Golden Sand 2026. Memoriał Szewińskiej, Komara i Ślusarskiego

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 **Legendy Bundesligi:** Andreas Herzog
6.40 **Najszybsze gole Bundesligi** – magazyn piłkarski
7.00 **Piłka nożna:** Superpuchar Francji – mecz: RC Lens – Paris Saint-Germain
9.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: Sporting CP – Vitoria
11.00 **Formuła 3:** Grand Prix Belgii
12.15 **Formuła 2:** Grand Prix Belgii
14.00 **Formuła 1:** Grand Prix Belgii
16.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: Rio Ave FC – FC Porto

DISCOVERY CHANNEL HD
10.00 **Wyprawa w nieznane 6** – dok.
11.00 **Dżungla złota** – dok.
12.00 **Psy policyjne** (5)
13.00 **Fantastyczne zwierzęta z Forrestem Galante** – serial dok.
14.00 **Nagi instynkt przetrwania: Ameryka Łacińska** (3) – serial dokum.
15.00 **Złomowisko PL 8** (4)
16.00 **Łowcy opali 8** – dok.
17.00 **Celnicy na straży Niemiec** (3) – dok.
18.00 **Polscy truckersi 2** (8) – program rozrywk.
19.00 **Złomowisko PL 4** (9) – serial dok., Pol. 2017
20.00 **Złomowisko PL 5** (1, 2) – serial dokum.

20

SNOOKER

20.00 **Turniej Northern Ireland Open w Belfaście** – finał: J. Lisowski – J. Trump
Decydujący pojedynek 10. edycji turnieju. Skazywany na pożarcie Jack Lisowski spróbuje zaskoczyć lidera snookerowego rankingu.
22.00 **Kolarstwo:** Renewi Tour – 1. etap
23.00 **Kolarstwo:** Vuelta a Espana – 16. etap
0.00 **Snooker:** Turniej Scottish Open – finał: Ch. Wakelin – Ch. Bingyu
1.30 **Kolarstwo:** Renewi Tour – 1. etap

TENIS

19.00 **Turniej ATP w Cincinnati**
LIVE – mecz 4. rundy
Alex de Minaur w swojej karierze jeszcze w ćwierćfinale Cincinnati Open nie wystąpił. Najbliżej go był podczas debiutu w 2019 r. Teraz chce ten wynik poprawić.
21.00 **Tenis:** Turniej ATP
LIVE w Cincinnati – 4. runda
23.00 **Tenis:** Turniej ATP
LIVE w Cincinnati – 4. runda
1.00 **Tenis:** Turniej ATP
LIVE w Cincinnati – 4. runda
3.00 **Tenis:** Turniej ATP
LIVE w Cincinnati – 4. runda
5.00 **Boks**

MAGAZYN SPORTOWY

20.35 **Wysoki Pressing**
Daria Kabała-Malarz wraz z zaproszonymi gośćmi omawia najważniejsze wydarzenia ze świata piłki nożnej.
22.15 **Boks:** BKFC Fight Night: Sturgis – waga junior ciężka: Bryant Acheson – Mike Jones
23.30 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Sevilla FC – Rayo Vallecano
2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Cracovia – Raków Częstochowa
4.25 **Ligomistrzowe historie** (3, 1) – magazyn piłkarski

PŁYWANIE

20.15 **Mistrzostwa Europy – Paryż 2026** – podsumowanie
Z poprzedniego czempionatu Starego Kontynentu reprezentanci Polski przywieźli piętnaście medali. Ile krążków uda im się wywalczyć w stolicy Francji?
22.00 **Sportowy wieczór** – program inform.
22.30 **Piłka nożna:** Eliminacje Ligi Europy UEFA – 3. runda: KI Klaksvik – Lech Poznań
0.40 **Boks:** MB Boxing Night 28: Sunday of Pain – podsumowanie

PIŁKA NOŻNA

18.00 **2. liga niemiecka** – mecz: VfL Osnabrück – 1. FC Magdeburg
Tegoroczny beniaminek spróbuje zaskoczyć drużynę Mateusza Żukowskiego, która w poprzednim sezonie zajęła czternaste miejsce na zapleczu Bundesligi.
20.00 **Bundesliga Clubs**
20.25 **Ousmane Dembélé – Pierwsze kroki** – film dokumentalny
20.40 **Formuła 1:** GP Belgii
22.40 **Ligue 1 Show** (1)
23.20 **Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach** – mag.

REALITY SHOW

22.00 **Premiera: Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata** (10) – USA 2026
Ostatnie dwie drużyny stają do finałowej rywalizacji o 200 tysięcy dolarów. Uczestnicy samodzielnie budują broń z naturalnych materiałów i sprawdzają swoją celność.
0.00 **Największe napady świata** – serial dok.
1.00 **Hotrod wg Kindiga 8** – serial dok.
2.00 **Policjanci z Kent** – serial dok., Wlk. Bryt.
3.00 **Łowcy staroci 11**

EUROSPORT 2 HD
13.00 **Tenis:** Turniej US Open
15.00 **Snooker:** Northern Ireland Open – finał
17.00 **Triathlon:** T100 World Tour – Vancouver
18.00 **Formuła E:** ePrix Wielkiej Brytanii – podsumowanie
19.00 **Kolarstwo górskie:** PŚ w Vallnord/Pal-Arinsal
20.00 **Kolarstwo:** Renewi Tour – 1. etap
21.00 **Kolarstwo:** Vuelta a Espana
22.00 **Discovery golf** – mag.
22.30 **Triathlon:** T100 World Tour – Vancouver
23.00 **Snooker:** Turniej Northern Ireland Open

POLSAT SPORT 2 HD
6.00 **Tenis:** Turniej ATP w Cincinnati – mecz 3. rundy gry pojedynczej
8.30 **Tenis:** Turniej ATP w Cincinnati – 3. runda
11.00 **Tenis:** Turniej ATP w Cincinnati – 3. runda
13.00 **Piłka nożna:** Liga holenderska
15.00 **Siatkówka plażowa:** ME – Stare Jabłonki 2026
17.30 **Piłka nożna:** Liga holenderska
20.30 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
23.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
1.00 **Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
8.15 **Tenis:** Turniej WTA w Cincinnati – 3. runda
10.30 **Tenis:** Turniej WTA w Cincinnati – 3. runda
12.30 **Tenis:** Turniej WTA w Cincinnati – 3. runda
14.45 **Tenis:** Turniej WTA w Cincinnati – 3. runda
17.00 **Tenis:** Turniej WTA
LIVE w Cincinnati – 4. runda
19.00 **Tenis:** Turniej WTA
LIVE w Cincinnati – 4. runda
21.00 **Tenis:** Turniej WTA
LIVE w Cincinnati – 4. runda
23.15 **Tenis:** Turniej WTA w Cincinnati – 4. runda
1.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa

EXTREME CHANNEL HD
9.00 **Beyond The Beaten Path**
10.00 **Pro Bull Riders 2** (2)
11.00 **X Games – Minneapolis**
12.00 **Drift Allstars: Bust Ups & Burn Outs** (13)
12.30 **Facing Waves** (1)
13.00 **IMMAF European Open**
14.00 **WWE Highlights** (29)
14.45 **WWE Classic Gold** (85)
15.30 **WWE Highlights** (77, 80)
17.00 **KPW Kombat TV** (3)
18.00 **WWE Highlights** (13)
19.00 **WWE Classic Gold** (55)
20.00 **AEW Dynamite** (2632)
22.00 **New Japan Pro-Wrestling** (19)
1.00 **WWE Highlights** (52)
2.00 **Pro Bull Riders 2** (2)

ELEVEN SPORTS 2 HD
12.00 **Piłka nożna:** 2. liga niemiecka – mecz: Hannover – VfL Wolfsburg
14.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: Casa Pia AC – SL Benfica
16.00 **Piłka nożna:** 2. liga niemiecka – mecz: Holstein Kiel – FC St. Pauli
18.00 **Formuła 1:** Grand Prix Węgier
20.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska: Rio Ave – Porto
22.00 **RC Lens – Sekrety sukcesu** – reportaż
0.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: Sporting CP – Vitoria SC

DISCOVERY LIFE HD
6.00 **Klinika urody** (13) – mag.
6.45 **Beauty ekspert** (1) – mag.
7.15 **Nowa Maja w ogrodzie**
8.15 **Szpital** (547, 548)
10.15 **Nowa Maja w ogrodzie**
11.15 **Idealna niania 6** (2, 3)
12.45 **Klinika bez tajemnic**
14.45 **Szpital** (546, 547)
16.45 **Idealna niania 6** (1-4)
19.45 **Klinika naturalnego piękna** (3) – reality show
20.15 **Miłosny znak zodiaku** (6)
21.15 **Nie do uwierzenia! 5**
0.15 **Sekrety lekarzy** (1)
1.15 **Druga twarz 3** (6) – rozr.
2.15 **Związki z modą** (1) – rozr.
3.15 **Szpital** (406, 407)
5.15 **Klinika urody** (13) – mag.

POLSAT SPORT FIGHT HD
12.05 **Strzelnica Renaty Mauer** (1) – pr. sportowy
12.50 **Sporty walki:** FEN 59 w Lubinie – walka: Damian Rzepecki – Patryk Duński
15.05 **Boks:** : Mateusz Polski – Luis Romero Mendoza
18.05 **Sporty walki:** Gala Babilon MMA 54 w Grudziądzu – walka: Rafał Błachuta – Krystian Szczęsny
19.50 **K.O. TV Classics** (1) – mag.
20.35 **Sporty walki:** UFC 312 – walka: Dricus du Plessis – Sean Strickland 2
21.25 **Sporty walki:** UFC 323: M. Dvalishvili – P. Yan 2
23.50 **Atleci** – mag. sportowy

POLSAT SPORT 3 HD
6.00 **Piłka nożna:** Liga holenderska
8.30 **Siatkówka plażowa:** ME – Stare Jabłonki 2026
11.00 **Piłka nożna:** Liga holenderska
13.00 **Tenis:** Turniej ATP w Cincinnati – 3. runda
15.00 **Tenis:** Turniej ATP w Cincinnati – 3. runda
17.30 **Siatkówka plażowa:** ME – Stare Jabłonki 2026
20.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
22.30 **Siatkówka plażowa:** ME – Stare Jabłonki 2026
1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
11.00 **Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga** – mag.
12.00 **Ekstrapaka** – mag.
13.10 **Premier League Preview**
14.15 **Ligomistrzowe historie**
15.15 **Magazyn PGE Ekstraliga**
17.00 **Żużel:** PGE Ekstraliga: Falubaz – Stal Gorzów
20.00 **Żużel:** PGE Ekstraliga – mecz: KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa – BAYERSYSTEM GKM Grudziądz
22.50 **Boks:** Bryant Acheson – Mike Jones
0.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Motor Lublin – GKS Katowice

ELEVEN SPORTS 4 HD
16.00 **Piłka nożna:** Superpuchar Francji – mecz: RC Lens – Paris Saint-Germain
18.00 **Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach** – mag. piłkarski
18.40 **Ligue 1 Show** (1) – mag.
19.10 **Serie A** – mag. piłkarski
20.05 **Najlepsi bramkarze Bundesligi lat 90.** – mag.
20.35 **Najlepsi pomocnicy Bundesligi lat 90.** – mag.
21.10 **Magazyn piłkarski**
21.45 **Najlepsze gole Borussii Dortmund** – mag. piłkarski
22.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: Sporting CP – Vitoria SC

ELEVEN SPORTS 3 HD
14.00 **Piłka nożna:** 2. liga niemiecka – mecz: Hertha BSC – 1. FC Heidenheim
16.00 **Made in Italy** (13-16) – magazyn piłkarski
17.00 **Ligue 1 Show** (1) – magazyn piłkarski
17.30 **AJ Auxerre – Małe miasto, wielki klub** – film dokumentalny
18.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: Sporting CP – Vitoria SC
20.00 **Piłka nożna:** 2. liga niemiecka – mecz: Dynamo Drezno – SV Darmstadt 98
22.00 **Piłka nożna:** Superpuchar Francji – mecz: Lens – PSG

CANAL+ DOKUMENT HD
10.20 **Polska z góry 3** (5-7)
11.50 **Wszystkie kolory świata** (6, 7) – dok., Francja
13.50 **Walka o Jerozolimę**
14.50 **Mozart. Narodziny geniusza** (3) – film dokum.
15.55 **Cztery pory roku w Japonii** (3) – serial dok.
16.55 **Daleka Północ odkryta na nowo** (1, 2) – film dok.
19.00 **Ostatnie dni Kabulu** (1, 2) – film dok., Niem. 2026
21.00 **Wyspa olbrzymów** – dok.
22.00 **Świat zwierząt – rodzicielstwo** (1-3)
1.15 **Prost** (5) – serial dok., Fr.
1.45 **O co biega?** (13) – mag.
2.20 **Zakonnice** (1, 2) – dok.

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń** – serial dok.
7.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2** – serial dokumentalny, USA
8.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny
11.00 **Inżynieria ekstremalna** – dok.
13.00 **Zoom na architekturę** – serial dokumentalny
15.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny
18.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2** – serial dokumentalny, USA

ID HD

6.00 **Zaginieni** – serial dokumentalny, USA
8.00 **Żyjąc z potworem** (9, 10) – serial dokumentalny, USA
10.00 **Zabójczy blond** – serial dokumentalny
12.00 **Żądza i krew** – serial dokumentalny, USA
14.00 **Głośne sprawy z Beth Karas** – serial dokumentalny, USA
16.00 **W kręgu kłamstw** – serial kryminalny, USA 2018
18.00 **Kłamstwa żądne krwi** – serial dokumentalny
20.00 **W piątek, trzynastego:** Straszna cisza – serial dokumentalny, USA

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

8.00 **Car SOS** (2) – dok.
9.00 **Uwaga, katastrofa!** (6) – serial dok., Niem.
10.00 **Porzucone konstrukcje** (12)
11.00 **Na granicy wytrzymałości** (4)
11.35 **Żelazna kurtyna: Życie pod radziecką okupacją** (1-3) – dok.
15.00 **Katastrofa w przestworzach** (6) – serial dokumentalny
16.00 **Ukryte pod miastami** (2) – dok.
17.00 **Tajemnicze wyspy** (3) – dok., Kan. 2024
17.55 **Kluczowe tygodnie wojny** (1, 2) – dok.
20.00 **Katastrofa w przestworzach** (2) – dok., Kanada 2024

FOKUS TV DVB T2

6.00 **Wehikuł czasu** (819) – program inform.
6.05 **48h. Zaginieni** (14) – serial krym., Polska
7.00 **Byli sobie podróżnicy** (11-14)
8.55 **Wehikuł czasu** (819) – program inform.
9.00 **Starożytni kosmici** (12) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (18, 19) – reality show
12.00 **Tajemnice II wojny światowej** (13) – dok.
13.00 **Poszukiwacze historii** (2, 3) – dok.
14.00 **Kroniki Hitlera** (2) – serial dokumentalny
15.00 **Truckersi przez Australię** (13) – dok.
16.00 **Dorwać łuńczyka** (11, 12) – serial dok.

TVP HISTORIA DVB T2

6.40 **Wojownicy czasu** (91) – cykl reportaży
8.35 **1920. Wojna i miłość** (5) – serial hist., Polska
9.25 **Odtajnione powstanie**
10.15 **Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem** (1) – dok., Wlk. Bryt.
11.20 **Jaszowiec. Zapomniana nowoczesność**
12.25 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja
13.25 **Starożytny Egipt – kroniki imperium** (7): Wojny – dok., Niem.
14.30 **Janosik** (5) – przyg.
15.30 **Sensacje XX wieku**
18.05 **1920. Wojna i miłość** (6) – serial hist., Polska

HISTORY HD

12.10 **Gwiazdy lombardu 25** (16)
13.05 **Starożytni kosmici 17** (15) – dok.
14.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 3** (14) – serial dok., USA
14.50 **Największe tajemnice świata 7** (4) – serial dok., USA
15.45 **Gwiazdy lombardu 13** (16)
16.15 **Gwiazdy lombardu 25** (21)
17.10 **Zabić dyktatora** (2)
18.10 **Największe tajemnice świata 7** (15) – serial dok., USA
19.05 **Starożytni kosmici 16** (9) – dok.
20.00 **Starożytni kosmici 14** (1) – dok.

DOKUMENTALNY



21.00 Na tropie legendarnych potworów

Najnowsze nagrania i zdjęcia mogą ujawnić zaskakujące fakty w sprawie wyjca zamieszkującego góry Ozark. Możliwe, że pochodzi on od samego diabła.

23.00 **Przypadki z archiwum 10** (7, 8) – serial dokumentalny
1.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny
4.00 **Poszukiwacze dinozaurów** – serial dokumentalny, USA

DOKUMENTALNY



21.00 Podejrzany przy telefonie – USA 2025

Kulisy kolejnego brutalnego morderstwa. W historii ważną rolę odgrywa telefon pod numer 911. Rozmówca utrzymuje, że jest niewinny, ale prawda może okazać się inna.

22.00 **Śmiertelny początek** – serial dok.
23.00 **Nikt cię nie usłyszy**
0.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet: uciekłam seryjnemu mordercy** – dok., USA
1.00 **Podejrzany przy telefonie** – serial dok.

DOKUMENTALNY



21.00 Premiera: Odkopać historię (3) – Kanada 2026

Trzy znaleziska zmieniają postrzeganie niektórych aspektów życia wikingów. Odkryty w Szwecji grób wojownika skłania do ponownej oceny roli przywódców w ich społeczności.

22.00 **Katastrofy pod lupą** (5) – serial dok., USA
23.00 **Najniebezpieczniejsze drogi Europy** (5) – dok.
0.00 **Katastrofa w przestworzach** (4, 3, 1) – serial dokum.

DOKUMENTALNY



18.00 Rolnicy. Podlasie (22, 23) – Polska 2023

W czasie siewów Andrzej potrzebuje ciągnika. Niestety, jego własny jest w naprawie. Tymczasem Agnieszka, Jarek i Jerzy przygotowują ogiera na wystawę koni.

20.00 **Galileo 28** (17)
21.00 **Wojna widziana z powietrza** (1) – dok.
22.00 **Ostatni bastion Hitlera 4** (1, 2) – dok.
0.00 **Starożytni kosmici** (2) – serial dok., USA
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (38-41) – serial dok.
5.00 **Kołowrotek** (8, 9)

DOKUMENTALNY



18.55 Wszystkie kolory świata – Francja 2020

Seria poświęcona odkrywaniu uroków najciekawszych miejsc na świecie: ich naturalnych cudów, zabytków, a także zapierających dech w piersiach krajobrazów.

20.00 **Trzeci oficer** (6)
20.55 **Brytyjskie odliczanie do wojny** (2)
21.50 **Kennedy, Sinatra i mafia** (1/2)
22.50 **Sensacje XX wieku**
0.55 **Encyklopedia II wojny światowej**
1.30 **Trzeci oficer** (6)

DOKUMENTALNY



21.00 David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (11)

David przygląda się operacjom, których powodzenie zależało od odwrócenia uwagi wroga. Analizuje m.in. misje CIA, przeprowadzone pod przykrywką linii lotniczej.

22.00 **Seksualne obsesje dyktatorów** (5) – dok.
23.00 **Tajne kryjówki dyktatorów** (5) – dok.
23.55 **Jak to wyjaśnić? 5** (19) – serial dok., USA
0.50 **Starożytni kosmici 14** (1) – dok.
1.50 **Zabić dyktatora** (2)

DISCOVERY HISTORIA HD

10.00 **Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki**
11.00 **Militaria na warsztat** (9)
12.00 **Muzealne tajemnice**
14.00 **Łowcy klasyków** (3)
16.00 **Magazyn staroci Lamersa** (4) – serial dok.
17.00 **Brudne skarby** – dok.
18.00 **Autostrada spotkań z UFO** – serial dokum., USA
22.00 **Za kulisami mundialu**
23.00 **Legendarne miejscówki**
0.00 **Potwory z Alaski** – dok.
2.00 **Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki**
2.30 **Socjalistyczna Filmoteka Powiatowa**
3.00 **Profesjonaliści** – cykl dok.

PLANETE+ HD

13.45 **Najpiękniejsze rzeki świata 2** (3) – serial dok.
14.45 **Monachium 1972** (3)
15.50 **Niezwykłe podróże koleją 13** (3) – serial dok.
16.55 **Świat z góry 8** (12, 13)
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4**
18.40 **Polowanie na króla piratów** (1) – serial dok.
19.45 **Wojna indochińska. 14 lat piekła** (1) – film dokum.
20.50 **Ludwik XIV, król tajnych agentów** (2) – film dokum.
22.00 **Wszystko ma żyć** – dok.
23.30 **Korekta płci. Pytania i dylematy** – film dokum.
0.20 **Niezwykłe podróże koleją 13** (4) – serial dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

12.00 **Zwierzaki w amoku 3** (1)
13.00 **Dzika przyroda strefy równikowej** (5) – dok.
14.00 **Węże w mieście** (1) – dok.
15.00 **Najgroźniejsze zwierzęta Afryki** (1)
16.00 **Dzikie Indie** (3) – dok.
17.00 **Niezwykłe wędrówki zwierząt** (5) – serial dok.
18.00 **Dzika Missisipi** (2)
19.00 **Najgroźniejsze zwierzęta świata** (2)
20.00 **Najgroźniejsze zwierzęta świata** (3)
21.00 **Niezwykły dr Pol**
2.00 **Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy** (11)

POLSAT VIASAT NATURE HD

10.25 **Wulkany: odliczanie** (1)
11.35 **Lista drapieżników** (3)
12.40 **W okowach mrozu 4** (12)
13.35 **Nasza nieprzewidywalna planeta** (2) – serial dokum.
14.40 **Rzeczne potwory 3** (6)
15.45 **W okowach mrozu 4** (12)
16.40 **Dzika Tajlandia** (3)
17.50 **Twarzą w twarz** (2) – dok.
18.55 **Rzeczne potwory 3** (6)
20.00 **W okowach mrozu 4** (13)
21.00 **Wulkany: odliczanie** (2)
22.05 **Lista drapieżników** (3)
23.15 **W okowach mrozu 4** (13)
0.15 **Nasza nieprzewidywalna planeta** (2) – serial dokum.

BBC EARTH HD

13.30 **Parki narodowe z lotu ptaka: Irlandia** (2) – dok.
14.35 **W okowach mrozu 6**
16.40 **Mumia Tutanchamona: tajemnice ujawnione**
17.40 **Parki narodowe z lotu ptaka: Irlandia** (2) – dok.
18.45 **Dziki połów** (3) – dok.
19.45 **Pociągiem przez Imperium Rzymskie** (4)
20.55 **W okowach mrozu 6**
22.55 **Koloseum: prawdziwa historia** (1) – serial dokum.
23.55 **David Attenborough: dzień zagłady dinozaurów** (2) – film dok.
1.00 **Parki narodowe z lotu ptaka: Irlandia** (2) – dok.

ANIMAL PLANET HD

13.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.
14.00 **Resocjalizacja z pitbullem 7** (18) – dok.
15.00 **Kot z piekła rodem**
17.00 **Mój przyjaciel grizzly**
18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych** – serial dok.
19.00 **Cztery kąty, cztery łapy**
20.00 **Poznajcie leniwce** (5, 6)
21.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
22.00 **Projekt akwarium** – dok.
23.00 **Resocjalizacja z pitbullem 7** – serial dok.
0.00 **Supermoce małych stworzeń** – serial dok.
1.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.

TVP DOKUMENT HD

12.50 **Magia irańskiego jedwabiu** – film dokum.
13.40 **Wyspy Kanaryjskie** (3)
14.45 **Kalendarz przyrody** (5)
15.45 **Taniec – kultura czy życie** – film dokumentalny
16.45 **Świątynie świata** (3)
17.45 **Sanatorium miłości 8**
18.45 **Bob Fosse: show czas zacząć!** – film dokum.
20.00 **Malediwy – sztuczny raj** – film dok., Francja 2024
21.10 **Vasa. Okręt widmo** (2)
22.15 **Królowe mafii** (8) – dok.
23.15 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
23.25 **Miłość bezwarunkowa**
0.15 **Sanatorium miłości 8** (9)

POLSAT DOKU HD

10.00 **Polacy za granicą** (77, 78)
12.00 **Wojny kontenerowe**
13.05 **Poszukiwacze historii**
14.00 **Poza kontrolą: Park rozrywki – od szaleństwa do koszmaru** – film dok.
15.05 **Planeta skarbów** (3)
16.20 **Jezus i jego życie** (7) – serial fab.-dok., Wlk. Bryt.
17.15 **Sekretny świat amiszów** – dok., Wlk. Bryt.
18.25 **Trumpowie. Pozłacana dynastia** – film dokum., Fr.
19.35 **Kolaboranci Hitlera**
22.00 **100 dni do zwycięstwa**
23.20 **Nieznane zdjęcia Hitlera**
0.25 **Kroniki Hitlera** (12) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

13.20 **Czarodzieje z kanadyjskich złomowisk 2** (2) – dok.
14.15 **Australijscy poszukiwacze złota 9**
16.15 **Drwale z Kolumbii Brytyjskiej 2** (8) – dok.
17.15 **Ostatni kapitanowie** (7)
18.10 **Złoto Jukonu 2** – dok.
19.05 **Australijscy poszukiwacze złota 10**
21.00 **Najcięższe więzienia Ameryki** (8) – serial dok.
22.00 **Australia: polowanie na złoto** (1) – serial dokum.
23.00 **Materia. Lwie serce** (2)
23.55 **Nago, samotnie i do domu daleko** (5)

POLSAT VIASAT HISTORY HD

12.30 **Królowie-zabójcy** (5, 6)
14.25 **Faraonowie: nie tylko piramidy** (5, 6) – serial dok.
16.30 **Punkty zwrotne II wojny światowej** (5)
17.35 **Z popiołów II wojny światowej** (2) – serial dok.
18.50 **Konkwistadorzy: powstanie i upadek** (3)
19.45 **Wielkie konflikty: powstania i upadki cywilizacji** (2) – serial dok.
20.50 **Adolf Hitler: Zrozumieć dyktatora** (2) – serial dok.
22.05 **Królowe, które zmieniły świat** (2) – dok., Wlk. Bryt.
23.05 **Tajne bazy nazistów 4**
0.05 **Królowie-zabójcy** (5, 6)

CI POLSAT HD

15.05 **Zabójcze wakacje 2** (8)
16.00 **Prawda leży pod ziemią 2** (6) – serial dok.
17.00 **I nie opuścisz mnie aż do śmierci 3** (11) – dok.
18.00 **Polskie zabójczynie 6**
19.00 **Ktoś ma coś do ukrycia**
20.00 **Kobiety, które niosły śmierć 14** (4) – serial dok.
21.00 **Najsłynniejszy dom publiczny – Mroczne sekrety** (3) – serial dok.
22.00 **Najgroźniejsi seryjni mordercy** (6) – serial dok.
23.00 **W cztery oczy z mordercą** (6) – dok.
23.55 **Prawda leży pod ziemią 2** (6) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

6.00 **Nowe życie na Karaibach** (9-12) – rozr.
8.05 **Niezwykłe Stany Prokopa** (6, 7) – pr. rozr.
10.05 **Kobieta na krańcu świata** (1-4) – serial dok.
12.25 **Ciężarówką przez Stany**
14.45 **Smakuj świat z Pascalem** (5-8)
16.50 **Wino w roli głównej**
18.50 **Nowi badacze UFO** (8)
19.50 **Złotka z Alaski** (1) – dok.
20.55 **Bimbrownicy** (3, 4) – dok.
23.05 **Kobieta na krańcu świata** (1-3) – serial dok.
0.50 **Wino w roli głównej**
2.50 **Bimbrownicy** (3, 4) – dok.
4.55 **Dziwaczne potrawy** (5)

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

12.10 Wiedźmin (12)
13.05 Giganci nauki
14.00 Anna Krepsztul – dok., Polska 2023
15.00 Serwis Info – pr. inf.
15.10 Zakochaj się w Polsce (171) – mag.
15.35 20 x 20 lat TVP Kultura – cykl fel.
16.00 Zaraz wracam 2 (125) – serial obycz.
16.30 Barwy szczęścia (3362) – serial obycz.
17.00 Teleexpress
17.20 Gra słów. Krzyżówka (1087)
17.50 Teleexpress Extra
18.15 Literackie Wilno
18.45 Panorama
19.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu (19)

TVP ROZRYWKA

6.40 Gra słów. Krzyżówka (1099)
7.10 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin.
8.20 Familiada – telet.
8.50 Va banque (969)
9.25 Koło fortuny (2015)
10.05 Makłowicz w podróży – mag.
10.45 Postaw na milion
12.35 Familiada – telet.
13.15 Czterdziestolatek (11) – obycz., Pol. 1975
14.10 Rodzinka.pl (223)
14.45 Program rozrywkowy
15.15 Lato z Radiem i Telewizją Polską
17.25 Va banque (970)
18.00 Koło fortuny (2016)
18.35 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin.

POLSAT CAFÉ

6.05 Demakijaż (60-65)
9.00 Drugie życie sukni ślubnej (9) – pr. rozr.
9.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (23, 24) – reality show
12.30 Oszukane (25, 26) – serial paradokum.
14.30 Komisarz Mama (13) – serial krym., Polska
15.30 Bogaty dom – biedny dom (107)
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (8) – reality show
18.00 Nasz nowy dom (302, 303) – reality show, Polska
20.00 Kolacja w ciemno (59) – pr. rozrywk.
21.05 Więzienie kobiet (124, 125) – dok., Pol.

TV 4 DVB T2

6.00 Strażnik Teksasu (15, 16) – serial sens.
7.55 Bogaty dom – biedny dom (115)
8.55 Policjantki i Policjanci (566, 567)
10.55 Na ratunek 112 (1164, 1165) – paradok.
11.55 Dlaczego ja? (813, 814) – paradok.
13.55 Trudne sprawy (842-844) – paradok.
16.55 Policjantki i Policjanci (1427)
18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (545)
19.00 Policjantki i Policjanci (1428) – serial obycz., Polska
20.00 Uroczysko (249, 250)
21.05 Sprawiedliwi. Trójmiasto (151)

TTV HD DVB T2

10.35 Detektywi (83, 84)
12.35 Zakup w ciemno 4 (28) – reality show
13.35 Zakup w ciemno 6 (25) – reality show
14.35 Nic do zgłoszenia 5 (12) – serial dokum.
15.35 Złomowisko PL 7 (4)
16.45 Express – pr. inform.
16.58 Pogoda, sport
17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 17 (9)
18.05 Zakup w ciemno extra (18)
18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 17 (11)
19.45 Express – pr. inform.
20.05 Zakup w ciemno 6 (26) – reality show
21.05 Zakup w ciemno extra (15)
21.45 Express – pr. inform.

TVN STYLE HD

5.20 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (4) – reality show
5.55 Ach, ten ślub! (1) – program rozrywkowy
6.50 Damy i wieśniaczki. Ukraina 8 (4) – 2018
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.20 Ugotowani (10, 11)
13.25 Kuchenne rewolucje (3) – program rozrywkowy
15.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (8, 1) – reality show
Maciej rok temu poprosił Karolinę o rękę. Parze trudno jednak ustalić motyw przewodni ceremonii.

20

OBYCZAJOWY



20.25 Życie nad rozlewiskiem (3, 4)

Małgosia i Konrad biorą rozwód, choć mają przy tym wątpliwości. Basia pociesza córkę i wnuczkę, które ukrywają swoje rozterki miłosne.

22.10 To jest grane (99) – program muzyczny
22.40 Rozmowy (nie) wygodne – pr. publ.
23.15 Panorama
23.45 Kabaret Letnią Porą (5) – program rozrywk.
0.30 Słowo daję! – magazyn
0.40 Zaraz wracam 2 (125) – serial obycz.

MAGAZYN KULINARNY



19.40 Makłowicz w podróży

Prowadzący odwiedza Quito, jedno z najstarszych miast Ameryki Południowej. Przemierza okolicę w poszukiwaniu lokalnych owoców na ulicznych targowiskach.

20.15 Postaw na milion
21.15 Kabaret Letnią Porą (49) – pr. rozrywk.
22.10 Rodzinka.pl (74)
22.50 Tak to leciało! (80)
23.50 Gabi Drzewiecka zaprasza (12)
0.45 Koło fortuny (2016, 1991) – telet.
2.10 Do śmiechu! (2, 3)

DOKUMENTALNY



22.00 Rolniczki (21) – Polska 2025

Program przedstawia dalsze losy kobiet mieszkających na wsi. Bohaterki łączą tradycyjne metody gospodarowania z bardziej nowoczesnymi rozwiązaniami.

23.00 Gry małżeńskie (118, 119) – reality show, Polska
1.05 Więzienie kobiet (133-136) – serial dokumentalny, Polska 2026
3.00 Zdrady (58-60) – serial paradokumentalny, Polska 2015

KRYMINALNY



22.05 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1034)

Jagiełło i Kujawińska badają śmierć Kacpra, który wypadł z balkonu. Ślady walki wykluczają samobójstwo. Wychodzi na jaw, że chłopak chciał uwieść i upokorzyć znajomą.

23.05 Mordercy – thriller, FILM Indonezja/Japonia 2014, 175 min
2.00 Interwencja – mag.
2.25 Śmierć na 1000 sposobów (4, 5)
3.25 Lubię disco! (304)
4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.

ROZRYWKOWY

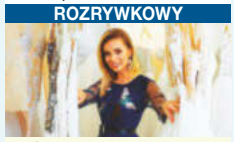


22.00 Idź na całość 2 (24)

Uczestnicy mogą wygrać cenne nagrody. W każdym odcinku podejmują ryzyko i próbują unikać zonka. Program prowadzą Zygmunt Chajzer i Robert Motyka.

23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (6)
0.00 Nic do zgłoszenia 5 (2) – serial dokum., Pol.
1.00 Życie na kredycie 8 (19, 20) – reality show
2.10 Dobra robota (16) – serial dok., Pol. 2022
3.10 Detektywi. Na zlecenie 3 (8, 9) – serial fab.-dokum.

ROZRYWKOWY



17.05 W czym do ślubu? (8)

Do programu zgłasza się 30-letnia Patrycja. Marzy o turkusowej sukni. Zmaga się jednak z kompleksami z powodu swojej nadwagi – waży ponad 100 kilogramów.

17.40 Kuchenne rewolucje (12, 13, 9)
20.50 Jestem z Polski (5, 6)
22.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9
0.20 Mroczne sekrety małżeńskie (3) – dok.
1.25 Dorota was urządzi! (11) – pr. rozrywk.

TVP HD HD

11.20 Na sygnale (736, 737)
12.25 Ojciec Mateusz 9 (119)
13.20 Komisarz Alex 7 (83)
14.15 Ranczo 5 (61, 62) – obycz.
16.10 Polska śródziemnomorska (7) – mag.
16.40 Operacja zdrowie (74)
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 28 (362)
19.20 Ranczo 4 (49) – obycz., Pol.
20.10 Rodzinka.pl (230, 231)
21.25 Ojciec Mateusz 33 (430)
22.20 Człowiek z magicznym pudełkiem – dramat s.f., Polska 2017, 115 min
0.15 El Dorado – western, FILM USA 1967, 135 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: Miłość, złodzieje i diamenty – melodramat, Niemcy 2015, 120 min
21.50 Rosamunde Pilcher: Zaufanie jest dobre – melodramat, Niemcy 2014, 105 min
23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

ZOOM

8.00 Strażnik Teksasu 2 (10, 11) – serial sensacyjny
10.00 MacGyver 4 (14, 15)
12.05 Sekrety starożytnej inżynierii (10) – serial dok.
13.20 Sensacje XX wieku
15.45 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
18.00 FBI 4 (13, 14) – serial krym.
20.00 Kobra – oddział specjalny 25 (13, 14)
22.00 Kabaretowe przeboje (3)
23.00 Adam szuka Ewy. Finlandia (6) – reality show
0.00 Magia nagości. Polska 2
1.05 Magia nagości 7 (11)
2.10 Hity polskiego kabaretu 7 (10, 1) – rozr.

TLC HD

11.00 Design w australijskim stylu – program rozrywk.
12.00 Kamera, akcja, wpadka!
13.00 Dr Pryszczylla 4 – dok.
15.00 Wiza na miłość: dalsze losy, pościelowe rozmowy 9 – reality show
16.00 Historie wielkiej wagi
18.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 7
20.00 Transplantacja: drugie życie – serial dokum.
21.00 Ciało, w którym żyję
22.00 Moje paranoje – dok.
23.00 Moje koszmarne stopy
0.00 Dr Pryszczylla 2 – dok.
1.00 Transplantacja: drugie życie – serial dokum.

C+ KUCHNIA HD

16.10 Jakubiak rozgryza Polskę (10) – mag. kulin.
16.40 Jamie Oliver: 5 składników po śródziemnomorsku (3)
17.35 Jamie Oliver: jedz na zdrowie (3) – dok.
18.30 Sachie w Nowej Zelandii 2 (3, 4) – dok.
19.25 M jak mięso 7 (2) – dok.
19.50 Zgrillowani 2 (2) – mag.
20.15 Jamie: dania na każdą kieszeń (1) – mag. kulin.
21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 9
23.55 Bitwa na smaki: David vs Matteo (3, 4) – mag.
0.45 Top Chef 20 (7)

TVN TURBO HD

11.15 101 napraw (2, 3) – mag.
12.15 Jeździć, obserwować (2)
13.00 Mobilni mechanicy (4, 5)
14.30 Zawodowi handlarze
16.00 Wojny samochodowe
18.00 Raport Turbo – mag. inf.
18.15 Z drugiej ręki (12, 7)
19.45 Moto Fachury (9) – mag.
20.30 Zawodowi handlarze
21.15 Naprawy nie do naprawy (6) – mag.
22.00 Raport Turbo – mag. inf.
22.15 Jeździć, obserwować (7, 8) – serial dok., Pol. 2023
23.45 Duda kontra Szafrański
0.30 Nauka jazdy (6) – pr. rozr.
1.00 101 gadżetów motoryzacyjnych (8)

NOWA TV DVB T

9.30 Całkiem nowe lata miodowe (13, 1) – kom.
10.30 Więzienie (37-39) – dok.
12.00 Poirot 3 (8, 9) – serial krym.
14.00 Świat według Kiepskich (413, 414) – kom., Pol. 2013
15.00 Świat według Bundych 3 (36-39) – kom.
17.00 Świat według Bundych (40, 41) – serial komediowy
18.00 Całkiem nowe lata miodowe (10) – kom., Pol.
18.30 Miodowe lata (15-18)
21.00 Zdrady (38) – paradok., Pol.
22.00 Ślad (72, 73, 85) – krym.
1.00 Łowca pedofilów
3.00 TV okazje (65, 66)
3.50 Wehikuł czasu (819, 818)

METRO

8.30 Szpital (846, 847)
10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (415, 416)
12.30 SOS Ekipy w akcji (60)
13.30 Brzydula (91, 92) – kom.
14.40 Za głosem serca (5)
15.50 Magda M. 2 (6) – obycz.
16.55 Idź na całość (16) – rozr.
18.00 Złomowisko PL 2 (3)
19.00 Kartoteka 5 (23, 24)
21.05 Kryminalni (10, 6) – krym.
23.15 Hannibal (3) – serial krym.
0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4 (5) – dok.
1.20 Szpital (831) – paradok.
2.20 Szkoła (591) – paradok.
3.20 Nowa Maja w ogrodzie 6 (1, 2) – mag.

ANTENA HD DVB T2

13.00 Niezwykły dr Pol (3)
14.05 Klątwa Wyspy Dębów 3
15.00 Poszukiwacze Złota: Żądza Bogactwa (12)
15.30 Poszukiwacze Złota: Żądza Bogactwa 2 (1)
16.00 Australijscy Poszukiwacze Złota: Skarby (1, 2) – serial dok.
18.00 77 TV 5 (24, 26) – pr. rozr.
20.00 Morderstwa we Francji – Sarlat – thriller, FILM Francja 2017, 120 min
22.00 Detektyw Candice: Niezawodny instynkt 3 (5) – serial kryminalny, Fr.
23.10 Balthazar: Śledczy fenomen 2 (5) – krym., Fr.

WP DVB T

13.00 Makłowicz w podróży
14.05 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 4 (14) – dok.
15.00 Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver 4 (10) – dok.
16.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 3 (2)
16.55 Pogoda (108) – pr. inform.
17.05 P! Serce w obiektywie – komedia romantyczna, FILM USA 2022, 115 min
19.00 Strażacy z sąsiedztwa
20.00 Policjanci z sąsiedztwa 4 (4, 5)
21.50 Pogoda (108) – pr. inform.
22.00 Przebojowe kabarety (3)
23.00 Mistrzowie Kabaretu 3
0.00 1, 2, 3... Kabaret! 4 (1)

C+ DOMO HD

15.00 Po pierwsze: lokalizacja! (8) – dok.
15.55 Mam zamek 3 (6, 7) – dok.
16.50 Gardeners' World 16 (5)
18.00 Ucieczka na wieś 22 (42)
18.55 Wielkie projekty: Australia 10 (6) – dok.
20.00 Daleko od miasta 11
21.00 Cudotwórcy – pod presją (2) – serial dokum.
21.55 Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 9 (5)
22.25 Przekopiemy Ci ogródek (7) – serial dok.
22.55 Daleko od miasta 16 (1)
23.25 Podzielić M2 2 (10) – mag.
23.50 Kupione i co dalej? 4 (5)
0.20 Dowborowa od nowa 2

HGTV HD

14.25 Mieszkanie na miarę 2
15.25 Będzie pięknie (6) – rozr.
16.30 Polowanie na ogród – tarasy (5) – pr. rozrywk.
17.00 Polowanie na ogród 6 (1, 2) – program rozrywk.
18.10 Zgłoś remont 4 (10) – rozr.
19.05 Weekendowa metamorfoza 2 (8) – rozr.
20.05 Dorota inspiruje 2 (4)
21.00 Dorota was urządzi!
22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 4 (9, 10) – pr. rozr.
23.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 3 (1, 2) – pr. rozr.
0.45 Usterka 11 (29) – fab.-dok.

P! Premiera w TV

STACJE DZIECIĘCE

STACJE INFORMACYJNE

POLSAT 2 HD

5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (333) – reality show
7.30 Na ratunek 112 (985, 986) – serial paradokumentalny, Polska 2024
8.30 Sekrety rodziny (74-76) – serial paradokumentalny, Polska 2018
11.30 Trudne sprawy (979) – serial paradokumentalny, Polska 2020
12.30 Dlaczego ja? (1408, 1409) – serial paradokum., Pol. 2025
14.30 Świat według Kiepskich (252-256) – serial komediowy, Polska 2007

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 Wydarzenia
6.45 SuperLudzie Extra (56) – magazyn
7.00 Na ratunek 112 (769, 770) – paradok.
8.00 Doktor Martin (35, 36) – serial obycz.
10.00 Wydarzenia
10.30 SuperLudzie 2 (23, 24) – serial dok.
11.30 Świat według Kiepskich (366-369)
13.35 Bitwa o palety (9)
14.35 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (9) – reality show
16.05 Ninja Warrior Polska (37)
18.00 Świat według Kiepskich (472, 473, 558, 559)
20.00 Złomiarze (29) – dok.

TV 6 DVB T

6.00 Więzienie (123, 124) – serial dok., Pol. 2022
6.55 Policjantki i Policjanci (765, 766) – serial obyczajowy, Polska 2020
8.55 Kobra – oddział specjalny (84, 85) – serial sens., Niemcy
10.55 48h. Zaginieni (232-234) – serial kryminalny, Pol. 2023
13.55 Policjantki i Policjanci (1228) – serial obyczajowy, Polska 2024
14.55 Uroczysko (101, 102) – serial kryminalny, Pol.
16.00 Kobra – oddział specjalny (86, 87) – serial sensacyjny, Niemcy

BBC FIRST HD

6.00 Z pamiętnika położnej 11 (4) – serial obyczajowy
6.50 Ulica nadziei 4 (4, 5) – krym., Wlk. Bryt. 2025
8.40 Lewis 9 (3) – krym.
9.40 Ojciec Brown 3 (6) – krym., Wlk. Bryt. 2015
10.40 Śmierć pod palmami 6 (5) – krym.
11.45 Z pamiętnika położnej 11 (4) – serial obyczajowy
12.55 Ulica nadziei 4 (6, 7)
15.00 Ojciec Brown 10 (7) – krym., Wlk. Bryt. 2023
16.00 Lewis 9 (3) – krym.
17.00 My Life is Murder 2 (3) – serial kryminalny
18.00 Morderstwa w Midsomer 15 (4) – serial kryminalny

TVP ABC DVB T2

10.20 Przygody Bolka i Lolka (35, 36) – anim.
10.45 Rodzina Treflików 3 (34, 35) – serial anim.
11.10 Odo (56-58) – anim.
11.35 Stacyjkowo (87, 88)
11.55 Pszczółka Maja (2)
12.25 Domisie – dla dzieci
13.00 Przyjaciele (15) – widowisko
13.20 Tygrysek Percy i jego opowieści (47, 48) – serial anim.
13.45 Świnka Peppa 11
14.10 Henrietta (31, 32)
14.30 Oli i Luna (29, 30)
14.55 Oktonauci 4
15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (54) – mag.
15.40 Billy – chomik, który został kowbojem (3, 4) – serial anim., Fr.

TVN 24 HD

7.00 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

KRYMINALNY



17.00 48h. Zaginieni (215, 216) – Pol. 2023

Jerzy zgłasza zniknięcie 17-letniej córki, Ruty. Po przybyciu do domu zaginionej funkcjonariusze dokonują makabrycznego odkrycia.

19.00 Gliniarze (1025)
20.00 Ślad (17) – krym., Pol.
21.00 Gliniarze (820)
22.00 Tajemnicze zaginięcia kobiet (4)
23.00 Świat według Kiepskich (407, 408)
0.00 Ślad (91) – krym., Pol.
1.00 Zdrady II (35)
2.10 Wydarzenia
2.50 Ewa gotuje (518)

SENSACYJNY



21.00 Życzenie śmierci FILM – USA 2018, 130 min

Dr Kersey jest cenionym chirurgiem. Pewnego dnia jego żona i córka padają ofiarą napaści. Wobec bezsilności policji lekarz postanawia samodzielnie ukarać bandytów.

23.10 Czarny łabędź FILM – dramat psychologiczny, USA 2010, 140 min
1.30 Świat według Kiepskich (414-418) – serial kom., Pol. 2013
4.00 Nasz nowy dom (249, 250) – reality show, Polska 2021

SENSACYJNY



18.05 Strażnik Teksasu (17, 18) – USA

Urzędnicy pewnego miasteczka wstępują do straży obywatelskiej i zaczynają mordować miejscowych przestępców. Walker zamierza ich powstrzymać.

20.05 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (103, 104)
22.00 Czarna lista (3)
23.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (743, 744) – krym., Pol.
1.00 Kości 8 (143, 144)
2.55 Cobra Kai 5 (46)

KRYMINALNY

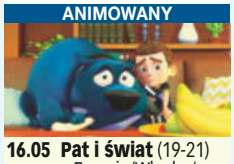


19.55 Śmierć pod palmami 6 (6)

Przebywający w Londynie śledczy usiłują rozwiązać zagadkę dwóch morderstw. Policjanci muszą się spieszyć, ponieważ ich podejrzanego też ktoś chce zabić.

21.00 McDonald i Dodds 4 (3) – serial kryminalny
22.50 Line of Duty – Wydział wewnętrzny (3, 4)
1.10 Śmierć pod palmami 6 (6) – krym.
2.20 Morderstwa w Midsomer 15 (4)
4.00 Ojciec Brown 10 (7)

ANIMOWANY



16.05 Pat i świat (19-21) – Francja/Włochy/Belgia 2017

Lola, Lucy i Hugo bawią się w piratów. Skarbem, o który dzieci walczą, jest naszyjnik. Gdy biżuteria znika, Pat zaczyna swoje śledztwo.

16.35 Dino Ranczo
17.05 Pszczółka Maja
17.30 Kosmo-kumple (3, 4)
18.00 Kucharz Shane
18.30 Yakari (29, 30) – anim.
19.00 Ptyś i Bill
19.10 Pamiętnik Florki
19.20 Piotruś Królik 2
19.45 Wegezaury 3
19.50 Lupin wśród bajek

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 (37) – dok.
6.30 Kołowrotek (231) – mag.
7.00 Dorwać tuńczyka (16, 1)
9.00 Wojny magazynowe
10.00 Wojny kontenerowe (12, 13) – serial dok., USA
11.00 Hardkorowy lombard (59-64) – serial dokum., USA
14.00 Polacy za granicą (97, 98)
16.00 Złomiarze (45, 46) – dok.
18.05 Poszukiwacze historii (124-127) – serial dokum.
20.00 Zawód glina (7) – dok.
21.00 Złomiarze (52) – dok., Pol.
22.00 Więzienie (225) – dok., Pol.
22.30 Łowca pedofilów (242)
23.00 Więzienie (154-163) – dok.
4.00 Starożytni kosmici

FOOD NETWORK HD

10.55 Kuchnia dla odważnych
13.10 Apetyt na miłość (12)
14.10 Akcja: Restauracja! 19
15.10 24/24 (9) – maraton kulin.
16.15 Kuchenne rewolucje (10)
17.15 Sexy kuchnia Magdy Gessler (6) – mag. kulin.
17.50 Zamiana szefów kuchni
18.50 Dziecięce mistrzostwa wypieków (8)
19.50 Perfekcyjni gospodarze 9 (31) – dok.
20.50 Ogniem i patelnią 2 (5)
21.55 Pyszne miejscówki (9)
23.00 Posiekani na słodko (13)
0.00 Człowiek, ogień i wyżerka 6 (7-9) – mag.
1.30 Jedzenie w trasie (3, 4)

POLSAT RODZINA HD

9.30 Jeźdźcy smoków – anim.
11.00 Podglądacze przyrody
12.00 Bogaty dom – biedny dom (139) – reality show
13.00 Rodzina zastępcza (279, 277) – serial kom., Pol.
14.55 Wielkie wycieczkowce
15.55 Świat z góry (7, 8) – dok.
17.10 Pingwiny z Madagaskaru (31-34)
19.05 Rodzina zastępcza (163) – serial komediowy, Polska
20.00 Miodowe lata (21, 22, 27)
22.00 Nasz nowy dom
23.50 Historia broni (3, 4) – dok.
2.00 Ewa gotuje (463, 464)
3.00 SuperLudzie (36, 37)
4.00 Kołowrotek (178, 179)

BBC LIFESTYLE HD

13.20 Mistrzowie szycia 6 (7)
14.25 Wielkie brytyjskie wypieki 16 (2) – pr. rozr.
15.45 Zapraszam do stołu 22 (26-29) – magazyn kulinarny
17.45 Rezydencje na Mauritiusie (8) – dok.
18.45 Mistrzowie szycia 6 (8)
19.50 Wielkie brytyjskie wypieki 16 (3) – pr. rozr.
21.05 Wielkie australijskie wypieki 6 (4) – pr. rozrywk.
22.15 Zapraszam do stołu: profesjonaliści (12) – rozr.
23.10 Wstydliwe choroby: wizyta kontrolna online 4 (2) – serial dokum.
0.10 Ratunek dla skóry 3 (5)

NICK JR. HD

16.29 Świnka Peppa 6 (3-5)
16.49 Świnka Peppa 3 (24-26)
17.03 Świnka Peppa 4 (2, 3)
17.19 Świnka Peppa 6 (23)
17.23 Świnka Peppa 2 (3, 5)
17.40 Barbapapa i jego rodzinka 2 (19) – anim., Fr.
18.05 Barbapapa i jego rodzinka (18) – serial anim.
18.30 Dora (10) – serial anim.
18.55 Santiago z mórz (20, 11)
19.40 Rubble i jego ekipa (21)
20.00 Dobranocki z Ryanem
20.32 Świnka Peppa (38)
20.36 Świnka Peppa 8 (17)
20.41 Świnka Peppa (10, 11)
20.55 Barbapapa i jego rodzinka 2 (10-12) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.55 Pogoda
15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny
15.30 Sport, pogoda
15.50 Wydarzenia 15:50
16.30 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.
18.00 Punkt widzenia Szubartowicza – pr. publ.
19.15 Gość „Wydarzeń" – program publicystyczny
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 (596)
14.00 Omnibus – szybcy i mądrzy (34) – teleturniej
14.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka
15.00 Piękno, zgłoś się! (8)
15.30 Ojciec Mateusz 7 (91, 92)
17.20 Góry Europy (2) – cykl dok.
18.30 Gabi Drzewiecka zaprasza (11) – talk-show
19.30 Miłość i nadzieja (338) – telenowela, Turcja 2022
20.30 Wichrowe wzgórze (319) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 La Promesa – pałac tajemnic (299) – obycz.
22.30 Miasto 44 – dramat FILM wojenny, Pol. 2014, 135 min

E! ENTERTAINMENT HD

6.00 Plastyczna fuszerka (17)
7.00 Z kamerą u Kardashianów (8, 9)
8.50 Plastyczna fuszerka (14, 15) – serial dok., USA
12.30 Z kamerą u Kardashianów (5, 10)
14.20 Plastyczna fuszerka
18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
18.30 Z kamerą u Kardashianów (15, 16)
20.30 Plastyczna fuszerka (18)
0.30 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
1.00 Z kamerą u Kardashianów (5, 10)
3.00 Plastyczna fuszerka (18)

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 (39)
19.30 Bóg z nami (4) – 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 Powrót posła – spektakl teatralny, Polska 2012

BBC BRIT HD

10.30 Ikony motoryzacji (5)
11.30 Brytyjskie fabryki 7 (8)
12.35 Top Gear 12 (6) – mag.
13.45 Ikony motoryzacji (6)
14.45 Cuda inżynierii 4 (5)
15.45 Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 3 (14)
16.45 Brytyjskie fabryki 7 (8)
17.50 Top Gear 12 (7) – mag.
18.55 Cuda inżynierii 4 (5)
20.00 Brytyjskie fabryki 7 (9)
21.00 Tajny agent-wieloryb (2)
22.00 NATO: powstrzymać Putina (2) – dok., Wlk. Bryt.
23.00 Top Gear 12 (6) – mag.
0.10 Top Gear 31 (4) – mag.
1.15 Cuda inżynierii 4 (5)

MINI MINI+ HD

10.00 Edzio i Lusia (21-26)
11.25 Baczne oczka (5-8)
11.55 Marta mówi (21, 22)
12.50 Moje urodziny – dla dzieci
12.59 Marta mówi (23, 24)
13.55 Moje urodziny – dla dzieci
14.00 Basia 2 (3-7) – anim., Pol.
15.10 Kicia Kocia 2 (6-10)
15.55 Marta mówi (13, 17, 22)
17.20 Staś i fajna Babcia (21, 22) – serial animowany
17.50 Moje urodziny – dla dzieci
17.57 Staś i fajna Babcia (23)
18.15 Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia
18.40 Dora i przyjaciele (1, 2)
19.35 Kicia Kocia (7-11) – anim.
20.25 Mały Charlie (6-10)

TVP 3 DVB T2

12.30 Górna półka smaku
13.00 Agrobiznes
13.20 Agropogoda
13.30 Daję słowo – Maciej Orłoś – talk-show
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 (220) – serial obycz., Turcja 2022

Warto zobaczyć

13.35 TVP KULTURA
Zielone kasztany
OBYCZAJOWY Nastoletni Marek nie zostaje przyjęty do drużyny piłkarskiej. By się zemścić, rozpowszechnia plotki, że mecz sprzedano. *Reż.: Wojciech Fiwek, A: Marek Herbik, Janusz Paluszkiewicz Polska 1985* **90 min ▶ do godz. 15.05**

14.00 ALE KINO+
Konie Valdeza
WESTERN Jamie przybywa na farmę hodowcy koni. Pewnego dnia jedna z klaczy rani się o drut rozciągnięty przez sąsiada. Konflikt narasta. *Reż.: John Sturges, A: Charles Bronson, Jill Ireland, Marcel Bozzuffi Francja/Hiszp. 1973* **120 min ▶ do godz. 16.00**

17.50 TVN FABUŁA
Znów mam 17 lat
KOMEDIA Sfrustrowany mężczyzna w średnim wieku znów staje się nastolatkiem. Wraca do szkoły, by na nowo pokierować swoim życiem. *Reż.: Burr Steers, A: Zac Efron, Leslie Mann, Thomas Lennon USA 2009* **130 min ▶ do godz. 20.00**

18.10 WARNER TV
Sok z żuka
HORROR KOMEDIOWY Barbara i Adam giną w wypadku. Wracają do swojego domu jako duchy. Postanawiają pozbyć się nowych lokatorów. *Reż.: Tim Burton, A: Alec Baldwin, Geena Davis, Michael Keaton USA 1988* **110 min ▶ do godz. 20.00**

18.20 HBO
Obóz Niedźwiedzi Pazur
KOMEDIA Maia i Jan chcą uratować teren wakacyjnego campusu przed inwestorem. Wspierają ich dzikie zwierzęta. *Reż.: Sílvia Quer, A: Edu Soto, Goncalo Diniz, Anabel Alonso Hiszp. 2025* **100 min ▶ do godz. 20.00**

18.20 C+ FILM
Thelma
KOMEDIA 93-latka pada ofiarą oszusta, który podszywa się pod jej wnuka. Dziarska seniorka jest zdeterminowana, by odzyskać pieniądze. *Reż.: Josh Margolin, A: June Squibb, Richard Roundtree, Fred Hechinger Szwajcaria/USA 2024* **95 min ▶ do godz. 19.55**

20.00 HBO
Moja wina: Londyn
MELODRAMAT Noah przeprowadza się do bogatego partnera matki, Williama. Poznaje jego syna Nicka. Rodzi się między nimi uczucie. *Reż.: Charlotte Fassler, Dani Girdwood, A: Matthew Broome, Asha Banks Wlk. Bryt. 2025* **120 min ▶ do godz. 22.00**

21.00 PULS 2
Nicky Larson i perfumy miłości
KOMEDIA Detektyw Larson musi odzyskać perfumy, które gwarantują sukcesy w miłości. Trop wiedzie do Monako. *Reż.: Philippe Lacheau, A: Élodie Fontan, Pamela Anderson, Tarek Boudali Francja 2018* **120 min ▶ do godz. 23.00**

→ filmowe hity



Świąteczne spotkanie zakłóca spór ojca Stephanie z jej ukochanym.

20.00 POLSAT
Dlaczego on?

KOMEDIA Konserwatysta poznaje wyluzowanego partnera córki. Konflikt charakterów zwiastuje wojnę.

HIT DNIA Ned Fleming, właściciel firmy drukarskiej, przyjeżdża wraz z żoną Barb i młodszym synem Scottem ze świąteczną wizytą do córki, Stephanie, która studiuje w kolędżu. Poznaje jej chłopaka, Lairda Mayhew, informatyka, który dorobił się fortuny w Dolinie Krzemowej. Na czas Bożego Narodzenia rodzina ukochanej ma zatrzymać się w jego posiadłości. Korzystając z okazji, Laird stara się przypodobać ojcu wybranki i zapewnia, że ma wobec jego córki poważne plany. To wszystko na nic, konserwatywny Ned z góry bowiem uznaje, że uwielbiający imprezy, tatuaże i nowoczesne gadżety chłopak nie nadaje się na partnera dla Stephanie. Wypowiada kandydatowi na zięcia otwartą wojnę i próbuje zdyskredytować jego sukcesy zawodowe. Męska rywalizacja szybko wymyka się spod kontroli. HD **150 min ▶ do godz. 22.30**

USA/Kambodża 2016 **Reż.:** John Hamburg **Wyst.:** Zoey Deutch, James Franco, Tangie Ambrose, Bob Stephenson



20.00 TVN 7
Gliniarz z Beverly Hills 2
KOMEDIA SENSACYJNA Bandyci napadają na sklep jubilerski. Prowadzący śledztwo policjanci zostają odsunięci od sprawy. Z pomocą kolegom przybywa niezawodny Axel Foley (Eddie Murphy) z Detroit.

Reż.: Tony Scott Wyst.: John Ashton, Ronny Cox
USA 1987 HD **135 min ▶ do godz. 22.15**



21.55 TV PULS
Conan Barbarzyńca
FANTASY Potężny czarnoksiężnik Khalar Singh zgładził plemię małego Conana. Nie zdołał jednak schwytać chłopca. Po wielu latach staje się on niezwyciężonym wojownikiem (Jason Momoa). Ma jeden cel – pomścić bliskich.

Reż.: Marcus Nispel Wyst.: Rachel Nichols
USA 2011 HD **125 min ▶ do godz. 0.00**



20.00 C+ PREMIUM
Wolf Man
HORROR Ginger (Matilda Firth) jedzie z rodzicami do odziedziczonej nieruchomości na odludziu. Podczas podróży zostają zaatakowani przez tajemniczą istotę. Po ucieczce chronią się w domu. To nie koniec koszmaru.

Reż.: Leigh Whannell Wyst.: Julia Garner
USA 2025 HD **100 min ▶ do godz. 21.40**



22.00 TVN
Seks w wielkim mieście
KOMEDIA ROMANTYCZNA Carrie (Sarah Jessica Parker) szykuje się do ślubu. Niestety, los płata jej figla. W trudnych chwilach może liczyć na wsparcie przyjaciółek. Kobiety ruszają razem do Meksyku.

Reż.: Michael Patrick King Wyst.: Kim Cattrall
USA 2008 HD **180 min ▶ do godz. 1.00**



20.00 STOPKLATKA
Stan zagrożenia
SENSACYJNY Zbrodnia ujawnia powiązania przyjaciela prezydenta USA z kolumbijskim kartelem narkotykowym. Wicedyrektor CIA, Jack Ryan (Harrison Ford), musi się przeciwstawić korupcji w najwyższych kręgach władzy.

Reż.: Phillip Noyce Wyst.: Willem Dafoe
USA 1994 HD **175 min ▶ do godz. 22.55**



22.30 POLSAT
Druhny
KOMEDIA ROMANTYCZNA Annie (Kristen Wiig) boryka się z kłopotami. Mimo złej passy zostaje honorową druhną na ślubie przyjaciółki. Razem z resztą świadkowych i panną młodą rusza do Las Vegas na wieczór panieński.

Reż.: Paul Feig Wyst.: Melissa McCarthy
USA 2011 HD **155 min ▶ do godz. 1.05**

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

→ filmowe hity



Sprzeciw Bravena sprowadza na jego rodzinę poważne niebezpieczeństwo.

20.00 TV PULS

Braven

SENSACYJNY Żyjący na prowincji drwal naraża się grupie przestępców. Jest zmuszony stawić im czoło.

HIT DNIA Joe Braven ma firmę zajmującą się wyrębem drzew. Mieszka w Kanadzie i prowadzi spokojne życie u boku żony i córki. Opiekuje się też chorym na demencję ojcem. Gdy pewnego dnia rodzic trafia do szpitala, Joe z bliskimi wyjeżdża do chaty na odludziu. Spokój Bravenów zostaje zrujnowany, gdy przemytnicy pod wodzą Kassena żądają, by zakład Joe stał się przykrywką dla ich interesów. Kiedy mężczyzna się im sprzeciwia, ściąga na swoją rodzinę niebezpieczeństwo. By ją ochronić, musi stanąć do walki z przestępcami. HD 115 min ▶ do godz. 21.55

Kanada 2018 **Reż.:** Lin Oeding **Wyst.:** Jason Momoa, Garret Dillahunt, Jill Wagner, Stephen Lang, Sasha Rossof



20.05 TVP KULTURA

Ella i John

KOMEDIA PRZYGODOWA Emerytowany anglista (Donald Sutherland) ma początki alzheimera. Rusza z żoną (Helen Mirren) w podróż, która ma przywrócić mu wspomnienia. Zwieńczeniem wyprawy jest dom Hemingwaya.

Reż.: Paolo Virzi Wyst.: Christian McKay
Włochy 2017 HD 120 min ▶ do godz. 22.05



23.05 TV 4

Człowiek z Rzymu

THRILLER W kościele w Sewilli dochodzi do serii zbrodni. Wieść o nich dociera do papieża, a rozwiązanie tej sprawy staje się priorytetem dla Watykanu. Sprawę bada agent specjalny, ksiądz Quart (Richard Armitage).

Reż.: Sergio Dow Wyst.: Amaia Salamanca
Hiszpania 2022 HD 165 min ▶ do godz. 1.50



20.10 ALE KINO+

Ból i blask

OBYCZAJOWY Hiszpański reżyser wspomina osoby i wydarzenia, które go ukształtowały. Wraca myślami do swojej matki Jacinty (Penélope Cruz), analizuje związki i rozstania, a także doświadczenia związane z kinem.

Reż.: P. Almodóvar Wyst.: Antonio Banderas
Hiszp. 2019 HD 135 min ▶ do godz. 22.25



23.30 TVP 1

Morderstwa w Arbois

KRYMINALNY Kapitan żandarmerii Hugo Villermoz (Samir Boitard) i prokuratorka Julie Dorleac (Sophie de Fürst) próbują ustalić zabójcę naukowca. Partnerzy nie mówią sobie wszystkiego.

Reż.: Laurence Katrian Wyst.: Marc Bodnar
Francja 2024 HD 100 min ▶ do godz. 1.10

→ sport



15.30 EUROSPORT 1

Renewi Tour

KOLARSTWO LIVE Drugiego dnia wyścigu odbywającego się w Holandii i Belgii kolarze wystartują z miasteczka Blankenberge. Czeka ich płaska trasa o długości 173 km. Metę zaplanowano w Ardooie. Apetyt na wygraną ma między innymi Tim Merlier. HD 120 min ▶ do godz. 17.30



18.30 C+ SPORT 5

Atletico Madryt – Malaga CF

PIŁKA NOŻNA Spotkanie na Metropolitano Stadium kończy pierwszą kolejkę w La Liga. Podopieczni Diego Simeone podejmują powracającą do najwyższej klasy rozgrywkowej po ośmiu latach Malagę. HD 150 min ▶ do godz. 21.00



19.00 C+ SPORT 2

Turniej WTA w Cincinnati

TENIS LIVE Amanda Anisimova poprzednią edycję turnieju w Cincinnati, rozgrywanego na kortach twardych, zakończyła na 3. rundzie. Tym razem amerykańska tenisistka wierzyła w znacznie lepszy rezultat. HD 120 min ▶ do godz. 21.00



21.00 EUROSPORT 2

BMW Championship

GOLF LIVE W Bellerive Country Club w St. Louis w stanie Missouri zaprezentuje się 50. najlepszych zawodników klasyfikacji FedExCup. Tytułu broni Scottie Scheffler. Zagrozić czempionowi może m.in. Alex Noren. HD 240 min ▶ do godz. 1.00

→ rozrywka



20.40 TVP 2

Kocham Cię, Polsko!

WIDOWISKO W rywalizacji wezmą udział Michalina Sosna, Janek Dąbrowski i Paulina Chylewska, a także Beata Tadla, Łukasz Nowicki i Robert Janowski. Gościem muzycznym wydania będzie Majka Jeżowska. Prowadzi Marzena Rogalska. HD 90 min ▶ do godz. 22.10



20.50 TVN

Kuchenne rewolucje

REALITY SHOW Magda Gessler odwiedza Wisłę, gdzie spotyka właściciela, który już raz przeszedł udaną rewolucję, lecz sukces nie przetrwał próby czasu. Mężczyzna ma nowy lokal, ale stare problemy wróciły. HD 70 min ▶ do godz. 22.00



21.00 HBO 3

Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13

TALK-SHOW Prowadzący podsumuje wydarzenia ze świata polityki z ostatnich dni. Przypomni wpadki ludzi sprawujących władzę i przyjrzy się wybranym problemom społecznym. HD 45 min ▶ do godz. 21.45

→ dokument



21.00 HISTORY

Łowca historycznych skarbów

TECHNIKA Mike Wolfe przygląda się wynalazkom, które wpłynęły na rozwój społeczeństwa. Analizuje też szalone projekty, które wycofano przed wprowadzeniem na rynek. HD 60 min ▶ do godz. 22.00

TVP 1 HD DVB T2

4.40 **Splątane losy** (26) – serial obyczajowy, Turcja 2024
5.30 **Akacjowa 38** (921) – telenowela, Hiszpania 2018
6.35 **I Choose Poland** (5) – telen. dok.
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 **Chłopi** (13-ost.): Zemsta – serial obyczajowy, Polska 1972
9.15 **Ranczo 9** (113): Konie trojańskie – serial obyczajowy, Polska 2015
10.10 **Komisarz Alex 24** (296): Walizka – serial kryminalny, Polska 2025
11.05 **Ojciec Mateusz 18** (237) – 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: Dzika Argentyna** (3-ost.) – film dokumentalny, Niemcy 2023
14.00 **Splątane losy** (27) – serial obyczajowy, Turcja 2024
15.00 **Serwis Info** – program inform.
15.10 **Pogoda Info**
15.25 **Gra słów. Krzyżówka** (1088)
16.00 **Dziedzictwo** (1007) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
18.05 **Reporterzy** – mag. reporterów
18.25 **Akacjowa 38** (938) – telenowela, Hiszpania 2018
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
20.10 **Sport, pogoda**

TVP 2 HD DVB T2

4.30 **Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2026
5.30 **M jak miłość** (1820) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.20 **Operacja zdrowie** (83) – magazyn medyczny
6.55 **Barwy szczęścia** (3379) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.30 **Rodzinka.pl** (79, 80): O jeden promil za daleko; Zachcianki – serial komediowy, Polska 2013
12.35 **Koło fortuny** (1932) – teleturniej
13.15 **Panna młoda** (175) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 **Va banque** (1044) – teleturniej
14.35 **Na sygnale** (902): Pies też człowiek – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (459) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
Markiz zgadza się, by służba urządziła w pałacu pożegnanie Pii. Petra obiecuje markizie, że do tego nie dopuści. Lope wyznaje Verze, że ma dług u niebezpiecznych ludzi. Prosi ją, by się nie wtrącała.
16.00 **Koło fortuny** (1933) – teleturniej
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (176) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 **Va banque** (1045) – teleturniej
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
19.25 **Barwy szczęścia** (3379, 3380) – 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**
9.15 **Malanowski i partnerzy** (397, 398): Ofiara chciwości; Niewinna – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2012
10.20 **Trudne sprawy** (962) – serial paradokumentalny, Polska 2020
Halina uświadamia sobie, że jej syn jest uzależniony od alkoholu i nie płaci alimentów na dziecko. Niebawem dowiaduje się, że była partnerka chłopaka straciła dach nad głową. Pragnie przywrócić ład w swojej rodzinie.
11.20 **Dlaczego ja?** (1560, 1561) – paradok., Polska 2026
Wioletta na prośbę męża Oskara bierze na siebie winę za nieprawidłowości w firmie. Trafia do więzienia. Traci prawo do opieki nad dziećmi. W tym czasie Oskar przejmuje cały majątek i wiąże się z kochanką.
13.20 **Gliniarze** (930, 931) – serial paradokumentalny, Polska 2024
15.30 **Wydarzenia 24**
15.50 **Pogoda**
15.55 **Milionerzy** – teleturniej
16.35 **Gliniarze** (1129, 1130) – serial paradokumentalny, Polska 2025
W Warszawie porwano młodą Ukrainkę, która przyjechała na studia. Sytuacja staje się dramatyczna, gdy dochodzi do kolejnych zaginięć kobiet.
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – pr. publ.
19.35 **Sport, pogoda**

TVN HD DVB T2

5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1735) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 **Kuchenne rewolucje** (1): Kraków – Voila – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Doradca smaku** (6) – magazyn kulinarny
11.25 **Kuchenne rewolucje** (10, 4): Tarnów – Pizzeria Bujani; Wejherowo, Gościnna Ukrainka – program rozrywkowy
13.40 **Ukryta prawda** (1535, 1536, 1589) – serial paradok., Polska
Dominik rozstaje się z dziewczyną i topi smutki w pubie. Nazajutrz odkrywa zniknięcie pieniędzy, które odkładał na zakup auta. Podejrzewa o kradzież któregoś ze współlokatorów.
16.50 **Szpital św. Anny** (94) – serial obyczajowy, Polska 2026
Odbywa się przesłuchanie Kaśki w prokuraturze. Kaja decyduje się zamieszkać z Wojtkiem, który dysponuje większym metrażem. Na SOR trafia nastolatka z problemami kardiologicznymi.
17.55 **Detektywi** (143) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
Tobiasz Wojdys specjalizuje się w kardiochirurgii dziecięcej. Twierdzi, że ktoś celowo uszkodził jego samochód, by go zabić. Podejrzenia padają na ojca dziecka, które zmarło podczas operacji.
19.00 **Fakty, sport i pogoda**
19.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów

20

KRYMINALNY



20.30 Ojciec Mateusz 35 (447): Obiekt – Polska 2026

Dwaj nastolatkowie podążają tropem meteorytu, który rzekomo spadł w rejonie Sandomierza. Nazajutrz nie pojawiają się w szkole. Do poszukiwań dołącza Mateusz. Uwagę proboszcza przykuwa właściciel pobliskiej ziemi.

21.25 **Sprawa dla reportera** – magazyn interwencyjny
22.25 **Stanisław Syrewicz odmieniany przez los** – film dokumentalny, Polska 2020
23.30 **Morderstwa w Arbois** – film FILM kryminalny, Francja 2024, reż. Laurence Katrian, wyk. Sophie de Fürst, Samir Boitard, Marc Bodnar, Charlotte Gaccio, 100 min
1.10 **Czego pragną kobiety** FILM – komedia, USA 2000, reż. Nancy Meyers, wyk. Mel Gibson, Helen Hunt, Marisa Tomei, Alan Alda, 130 min
3.20 **Wykrywacz kłamstw** – program publicystyczny
3.40 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
4.00 **Reporterzy** – mag. reporterów
4.10 **Oko na świat** – magazyn
4.30 **Zakończenie**

ROZRYWKOWY

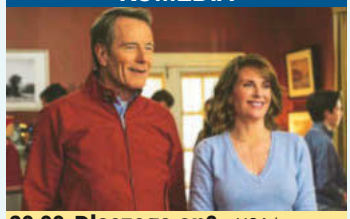


20.40 Kocham Cię, Polsko! (11)

W drużynie Michała Koterskiego swoją wiedzę o ojczyźnie sprawdzą: Michalina Sosna, Janek Dąbrowski i Paulina Chylewska. W zespole Filipa Gurłacza znajdą się z kolei Beata Tadla, Łukasz Nowicki i Robert Janowski. O atmosferę w studiu zadba Marzena Rogalska.

22.10 **Czas honoru. Powstanie** (7, 8): Nadajnik i morfina; Kanały – serial wojenny, Polska 2014
Połowa sierpnia. W walkach zginęła jedna trzecia obrońców Warszawy. Michał dostaje rozkaz przedostania się do Kampinosu, gdzie ma przejąć odbiornik radiowy. Celina wciąż ukrywa się w ruinach szpitala.
0.00 **PitBull 3** (25) – serial sensacyjny, Polska 2008
1.00 **Cesarskie cięcie** – komedia FILM obyczajowa, Polska 1987, reż. Stanisław Moszuk, wyk. Renata Pękul, Maria Gładkowska, Roman Kłosowski, Alicja Migulanka, 90 min
2.30 **Tak to się robi w Marsylii** (3, 4) – serial kryminalny, Francja 2024
4.15 **Zakończenie**

KOMEDIA



20.00 Dlaczego on? – USA/ FILM Kambodża 2016, 150 min

HIT DNIA Ned przyjeżdża wraz z żoną i młodszym synem do studiującej córki. Ma okazję poznać jej chłopaka Lairda, ekscentrycznego miliardera. Konserwatywny mężczyzna wypowiada kandydatowi na zięcia wojnę, a sytuacja wymyka się spod kontroli.

22.30 **Druhny** – komedia romantyczna, FILM USA 2011, reż. Paul Feig, wyk. Kristen Wiig, Rose Byrne, Melissa McCarthy, Maya Rudolph, 155 min
Annie boryka się z kłopotami osobistymi. Mimo złej passy zostaje honorową druhną przyjaciółki. Razem z resztą świadkowych i panną młodą rusza do Las Vegas. Podróż obfituje w zaskakujące wydarzenia i staje się testem kobiecych relacji.
1.05 **Ponad wszystko** – film FILM obyczajowy, USA 2017, reż. Stella Meghie, wyk. Amandla Stenberg, Nick Robinson, Anika Noni Rose, Ana de la Reguera, 135 min
3.20 **Nasz nowy dom** (312) – reality show
4.20 **Kabaretowa Ekstraklasa** (118)

OBYCZAJOWY



20.15 Na Wspólnej (4267) player – Polska 2026

Igor chce zmusić Julkę do odwyku. Córka wyznaje, że to Leon pierwszy podał jej narkotyki. Weronika organizuje dla Eweliny pomoc terapeutyczną. Juliusz próbuje odzyskać względy Krystyny. Ta jednak wybacza Janowi i coraz chętniej spędza z nim czas.

20.50 **Kuchenne rewolucje** (11): Wisła – program rozrywkowy
22.00 **Seks w wielkim mieście** FILM – komedia romantyczna, USA 2008, reż. Michael Patrick King, wyk. Sarah Jessica Parker, Kim Cattrall, Kristin Davis, Cynthia Nixon, 180 min
1.00 **Plotka** – komedia, Francja FILM 2001, reż. Francis Veber, wyk. Daniel Auteuil, Gérard Depardieu, Thierry Lhermitte, Michele Laroque, 105 min
2.45 **Uwaga!** – magazyn reporterów
3.05 **Kwatery Hitlera** (5) – serial dokumentalny, Polska 2019
4.10 **Detektywi** (142) – serial fabularno-dokum., Polska 2024
5.05 **Nauka jazdy 5** (13) – program rozrywkowy

P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB T2

5.20 **Ten moment** (24) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 **Szkoła** (387-389) – serial paradokumentalny, Polska 2017
8.45 **Ukryta prawda** (1367, 1503, 1504) – paradok., Polska
11.50 **W-11 – Wydział Śledczy** (628-630) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010
13.55 **Kryminalni 3** (8): Wpływ Marsa – serial kryminalny, Polska 2005
15.00 **Szpital** (840, 841) – serial paradokumentalny, Polska 2018
17.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (536): Morderca z kempingu – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
18.00 **SOS Ekipy w akcji** (47) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Mężczyzna zgłasza włamanie na posesję sąsiadów. Policjanci stają się świadkami jego tragedii. Na innymi osiedlu płonie kontener ze śmieciami.
19.00 **Młode gliny** (4) – serial kryminalny, Polska 2026
Uczestnik wyjazdu integracyjnego zostaje znaleziony martwy w hotelu. Zeznania pracowników ujawniają, że dopuszczał się on mobbingu. Podejrzenia padają na jedną z jego ofiar oraz jej chłopaka.

TV PULS HD DVB T2

6.00 **Policjanci z Miami 4** (11, 12): Rock i ostra jazda; Sezon na krowy – serial kryminalny, USA 1988
8.00 **Kobra – oddział specjalny** (9, 10): Noc kobiet; Anioł stróż – serial sensacyjny, Niemcy 2018
10.00 **Zaklinaczka duchów 4** (73) – serial fantasy, USA 2008-2009
11.00 **Kotka** (12) – telenowela, Meksyk 2014
12.00 **Nie igraj z aniołem** (143) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
13.00 **Wspaniałe stulecie** (77) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 **Kurierzy 2** (62) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 11** (596, 597) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 **Kurierzy 2** (63) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Dorota jest świadkiem jednej z awantur, jakie Julian urządza swojej byłej żonie Kornelii. Skłócona para musi udawać przed babcią zgodne małżeństwo.
18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (1002, 1003) – serial obyczajowy, Polska 2026
Do warsztatu Alana dociera auto prowadzone przez kobietę z raną postrzałową. Mężczyzna udziela jej pomocy.

PULS 2 HD DVB T2

5.50 **Ale numer! 23** (4) – pr. rozrywk.
6.20 **Cosie-Ktosie** (11-13) – anim., Fr.
6.45 **SamSam: Kosmiczne przygody** (29) – serial anim.
7.00 **Blaze i Megamaszyny 7** (22) – serial animowany, USA 2022
7.30 **Psi Patrol 4** (3) – serial anim.
7.50 **Dora 2** (20) – anim., Kanada/USA
8.30 **Wielkie przygody małego rekina 2** (15) – serial dla dzieci, USA/Korea Południowa 2023
8.50 **Masza i Niedźwiedź 7** (15-17) – serial animowany, Rosja
9.25 **Świnka Peppa** (37-39) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
9.45 **Bing** (69, 70) – serial animowany
10.00 **Jeżyk i Sprężynka** (4) – serial animowany, Polska 2023
10.10 **Jeżyk i Przyjaciele** (3) – anim.
10.35 **Spidey i superkumple 2** (46, 45) – serial anim., USA 2022
11.35 **Gus. Mały – wielki rycerz 2** (19, 20) – serial anim., Fr. 2021
12.00 **Psi Patrol** (25) – serial anim.
12.35 **Marta mówi 2** (6) – serial anim.
13.00 **Smerfy** (27, 28) – anim., Bel. 1988
14.00 **Baranek Shaun 6** (5-7) – anim.
14.35 **My Little Pony: Przyjaźń to magia** (19) – anim., USA/Kanada
15.00 **Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 3** (4, 5) – anim., Francja/Jap./Korea Południowa
16.00 **Fineasz i Ferb 2** (27, 28) – serial animowany, USA 2007-2011

NETFLIX



BEETLEJUICE BEETLEJUICE

Zbuntowana Astrid (Jenna Ortega) poznaje ducha, który chce by udała się z nim w zaświaty i pomogła mu odzyskać dawne życie. Matka dziewczyny wzywa na ratunek Beetlejuice'a.
▶horror kom., USA/Fr. 2024; 105 min

PREMIERA



S&X

Psychiatra Ichito Shimotori (Kento Nakajima) prowadzi klinikę Shimotori. Każdemu ze swoich pacjentów poświęca uwagę i okazuje szacunek. Nikt nie wie, że Ichito skrywa własne sekrety.
▶obycz. (10 odc.), Japonia 2026



Reutter CUKIERKI ŻEŃSZENIOWO-IMBIROWE – ZŁAP SIŁĘ I ODPORNOŚĆ!

REKLAMA

20.00 **Gliniarz z Beverly Hills 2** FILM – komedia sensacyjna, USA 1987, 135 min

Grupa zamaskowanych bandytów napada na sklep jubilerski. Prowadzący śledztwo John Taggart i William Rosewood zostają odsunięci od sprawy. Z pomocą przyjaciołom przybywa Axel Foley. Trzej policjanci razem próbują zdemaskować szajkę. Jednak szef miejscowej policji, Harold Lutz, nie może znieść obecności funkcjonariusza z Detroit na swoim terenie.

22.15 **Mission: Impossible 2** FILM – film sensacyjny, USA/Niemcy 2000, reż. John Woo, wyk. Tom Cruise, Dougray Scott, Brendan Gleeson, Richard Roxburgh, 150 min
0.45 **Ocaleni** FILM – dramat obyczajowy, Tajlandia/Irlandia 2019, reż. Tom Waller, wyk. Jim Warny, Ekawat Niratvorapanya, Edward James, Nopadol Niyomka, 135 min
3.00 **Miasta, w których straszy** (2) – serial dokumentalny, USA 2017
3.50 **Fachowcy** (9) – serial paradokumentalny, Polska 2017
4.25 **Dorota was urządzi!** (9) – program rozrywkowy

SENSACYJNY

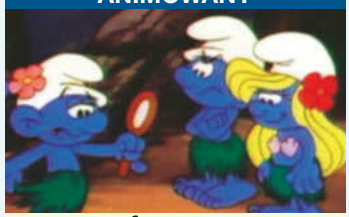


20.00 **Braven** FILM – Kanada 2018, 115 min

Joe Braven ma firmę zajmującą się wyrębem drzew. Prowadzi spokojne życie u boku żony i córki. Opiekuje się też ojcem chorym na demencję. Pewnego dnia przemytnicy narkotyków żądają, by zakład Bravena stał się przykrywką dla ich szemranych interesów. Mężczyzna musi stanąć do nierównej walki z bezwzględnymi przestępcami.

21.55 **Conan Barbarzyńca** FILM – film fantasy, USA 2011, reż. Marcus Nispel, wyk. Jason Momoa, Rachel Nichols, Stephen Lang, Rose McGowan, 125 min
0.00 **Władcy ognia** FILM – film s.f., USA/Irlandia/Wielka Brytania 2002, reż. Rob Bowman, wyk. Matthew McConaughey, Izabella Scorupco, Christian Bale, Gerard Butler, 125 min
2.05 **Dzielnica strachu 10** (457): Zabójczy nokaut – serial kryminalny, Polska 2025-2026
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (996) – serial obyczajowy, Polska 2026
4.00 **Zobacz to!** – pr. powtórkowe

ANIMOWANY



17.00 **Smerfy** (29, 30) – Belgia 1988

Smerfetka poznaje dziewczynkę o imieniu Laura. Obie wpadają w ręce wiedźmy. Tata Laury i smerfy wyruszają na poszukiwania. Tymczasem Łasuch niszczy wszystko, czego dotnie, ponieważ jest zbyt ciężki. Musi przejść na dietę i zacząć ćwiczyć.

18.00 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (19, 20) – serial animowany, USA
19.00 **Kacze opowieści** (35, 36)
20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (990)
21.00 **Nicky Larson i perfumy miłości** FILM – komedia, Francja 2018, reż. Philippe Lacheau, wyk. Élodie Fontan, Pamela Anderson, Philippe Lacheau, 120 min
23.00 **Filmowa moc na noc: Osada** FILM – thriller, USA 2004, reż. M. Night Shyamalan, wyk. Bryce Dallas Howard, 130 min
1.10 **Dzielnica strachu 10** (466)
2.05 **Lombard. Życie pod zastaw** (9) – serial obyczajowy, Pol. 2017
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 5** (245, 246) – obycz., Polska 2019
5.00 **Lombard. Życie pod zastaw 10** (535)

PREMIERA



OUTER BANKS 5

Po dramatycznych wydarzeniach, do jakich doszło w Maroku, grupa musi walczyć o przetrwanie, próbuje także wrócić do domu. Jej członkowie mierzą się z bólem i żałobą po tragicznej stracie JJ-a. Pogue'owie pragną pomścić jego śmierć, a jednocześnie odzyskać utracony skarb – Błękitną Koronę.
▶dla młodzieży (10 odc.), USA 2026

PREMIERA



KRWAWA OFIARA

Lato w Sztokholmie. Seryjny morderca zaczyna zabijać policjantów. Sprawę bada ambitny i szanowany detektyw Thomas Berg (Jakob Oftebro). Śledczy potrzebuje pomocy swojego ojca, Alfreda (Peter Andersson). Mężczyźni muszą zapomnieć o dawnych urazach, aby wytropić nieuchwytnego zabójcę.
▶serial krym. (5 odc.), Szwecja 2026

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.30 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 13** (15) – serial kryminalny, USA/Kan.
7.15 **Ostry dyżur 3** (15, 16) – serial obyczajowy
9.10 **Castle 5** (16, 17) – serial kryminalny
11.10 **Rekrut 4** (9, 10) – serial kryminalny
13.10 **Dowody zbrodni 3** (19, 20) – serial kryminalny, USA 2005
15.10 **FBI 3** (6, 7) – serial kryminalny, USA 2020
17.10 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6** (12, 13) – serial krym., USA/Kanada 2006
19.10 **Castle 5** (18, 19) – serial kryminalny, USA 2013

TVP SERIALE HD

5.25 **Rodzinka.pl** (132, 133) – kom., Pol.
6.30 **Na sygnale** (515, 516) – serial fab.-dokum.
7.35 **Ojciec Mateusz 5** (65) – krym., Pol. 2011
8.35 **Komisarz Alex 5** (54) – serial krym., Polska
9.30 **Rodzinka.pl** (134) – serial kom., Pol. 2015
10.05 **Klan** (1481) – telen.
10.40 **Ranczo** (2, 3) – obycz.
12.30 **Komisarz Alex 5** (55)
13.30 **Ojciec Mateusz 32** (416, 417) – krym., Pol.
15.25 **Komisarz Alex 5** (56) – serial krym., Polska
16.15 **Na sygnale** (517, 518) – serial fab.-dokum.
17.25 **Ranczo** (4, 5) – obycz.
19.30 **Ojciec Mateusz 32** (418) – krym., Pol. 2024

TVP KULTURA HD

9.00 **Dziewczyna i chłopak** (6-ost.)
9.55 **W drogę!** FILM – komediodramat, Iran 2021, 105 min
11.40 **Wniebowzięci** FILM – kom. obycz., 55 min
12.35 **Reżyserzy** (10-ost.)
13.35 **Zielone kasztany** FILM – film obyczajowy, Polska 1985, 90 min
15.05 **Barbara i Jan** (5, 6)
16.15 **Cyrk** – komedia, FILM USA 1928, 80 min
17.35 **Gruby** (1) – przyg., Pol.
18.15 **Dzień, w którym umarła gwiazda rocka** – serial dokum.
18.55 **Rawhide 2** (40) – serial przygodowy
20.00 **Czwartkowy klub filmowy** – mag. film.

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 3** (13) – serial dok., Pol. 2018
7.00 **Ciotka Hitlera** FILM – dramat wojenny, Polska 2021, 110 min
8.50 **The Office PL 3** (3, 4) – serial kom., Pol. 2023
10.00 **Bestia** (5, 6-ost.) – serial krym., Kanada
12.05 **Vera 13** (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
14.00 **Konie Valdeza** FILM – western, Francja/Hiszpania/Włochy 1973, 120 min
16.00 **Shalako** – western, FILM Wielka Brytania/RFN 1968, reż. Edward Dmytryk, wyk. Brigitte Bardot, 135 min
18.15 **Vera 14** (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

CANAL+ PREMIUM HD

9.50 **Jutro będzie nasze** FILM – komediodramat, Włochy 2023, 115 min
11.45 **Łapu capu** – pr. rozr.
11.50 **Dalej jazda! 2** – kom., FILM Polska 2025, 100 min
13.30 **Girl Climber. Wspinaczka** – film dok., Austria/USA 2025
14.55 **Balony** – film krótkometraż.
15.25 **Tożsamość Bourne'a** FILM – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, 115 min
17.20 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy
17.45 **Łapu capu** – pr. rozr.
17.50 **Battleship: Bitwa o Ziemię** FILM – film s.f., USA/Japonia 2012, reż. Peter Berg, 130 min

HBO HD

7.55 **Spider-Man: Uniwersum** FILM – anim., USA 2018, 115 min
9.50 **A potem się zobaczy** FILM – komedia, Włochy 2025, 100 min
11.30 **Wyzwolenie** FILM – dramat biograficzny, USA 2023, 100 min
13.10 **W skrócie** FILM – komediodramat, Niemcy 2024, 110 min
15.00 **Wielka mała koza** FILM – anim., USA/Brazylia/Japonia 2026, 100 min
16.40 **Eleanor Wspaniała** FILM – dramat obyczajowy, USA 2025, 100 min
18.20 P! **Obóz Niedźwiedzi Pazur** – komedia, FILM Hiszpania/Portugalia 2025, 100 min

20

KRYMINALNY



21.05 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (20, 21)

Podczas nocnego dyżuru Lucy odbiera dziwny telefon od mężczyzny, który przyznaje się do morderstwa. Drużyna rusza na jego poszukiwania.

23.05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6** (12, 13) – serial krym.
0.55 **Castle 5** (18, 19) – serial kryminalny
2.50 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (20, 21) – serial kryminalny
4.45 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4** (19) – krym., USA/Kan.

KRYMINALNY



20.25 **Komisarz Alex 25** (316) – Polska 2026

Pewien mężczyzna podczas biegania natrafia na plamę krwi. Zaniepokojony, kontaktuje się z policją. Funkcjonariusze odkrywają, że ślady mogą być związane z zaginionym Rochem Wolskim.

21.30 **Ranczo** (6, 7) – obycz.
23.35 **Ojciec Mateusz 32** (419) – krym., Pol. 2024
0.30 **Glina. Nowy rozdział** (4) – krym.
1.30 **PitBull** (25, 26) – sens.
3.30 **Stulecie Winnych 3** (36) – obycz., Pol. 2021
4.25 **Klan** (1481) – telen.

KOMEDIA PRZYGODOWA



20.05 **Ella i John** – Włochy/FILM Francja 2017, 115 min

Emerytowany anglista John ma początki alzheimera. Jego żona Ella podejmuje decyzję o podróży, która ma przywrócić mu wspomnienia. Małżeństwo wyrusza z Bostonu w starym kamperze.

22.00 **Oasis – There We Were, Now Here We Are... The Making of Oasis** – film dokum.
23.10 **Niepokonany** FILM – film sensacyjny, Francja 1983, 130 min
1.20 **Tonia** FILM – dramat społ., Polska 2022, 95 min

DRAMAT OBYCZAJOWY



20.10 **Ból i blask** – Hiszp. FILM 2019, 135 min

Hiszpański reżyser Mallo wspomina osoby i wydarzenia, które go ukształtowały. Wraca m.in. pamięcią do czasów swojego dzieciństwa.

22.25 **Szpieg** – thriller, Fr./FILM Wielka Brytania/Niemcy 2011, 150 min
0.55 **Superposition** FILM – thriller, Dania 2023, wyk. Marie Bach Hansen, 125 min
3.00 **Furioza** (1) – sens.
3.50 **Moje miasto** FILM – film obyczajowy, Polska 2002, 65 min

HORROR



20.00 **Premiera: Wolf Man** FILM – USA/Irlandia/Nowa Zelandia 2025, 100 min

Blake jedzie z rodziną do odziedziczonego domu na odludziu. Podczas podróży zostają zaatakowani przez tajemniczą istotę. Okazuje się, że to początek koszmaru.

21.40 **Skincare** – czarna FILM komedia, USA/Włochy 2024, 95 min
23.15 **Wielka Warszawska** FILM – dramat sensacyjny, Polska 2025, 110 min
1.05 **Wcielenie zła** FILM – horror, Meksyk 2024, 85 min

MELODRAMAT



20.00 P! **Moja wina: Londyn** – Wielka Brytania FILM 2025, 120 min

Osiemnastoletnia Noah przeprowadza się do bogatego partnera matki, Williama. Poznaje jego syna Nicka. Rodzi się między nimi uczucie.

22.00 **Pieniądz elektroniczny: Tajemnica bitcoina** – film dok.
23.40 **Koszmar minionego lata** FILM – horror, USA 1997, 100 min
1.20 **Człowiek w ogniu** FILM – dram. sens., USA/Wielka Brytania 2004, 145 min

AXN WHITE

8.05 **Dr House** (2) – serial obycz.
9.05 **Życie nad rozlewiskiem** (12, 13) – obycz., Pol. 2011
11.05 **Agenci NCIS 13** (6-8)
14.05 **Dr House** (3) – serial obycz.
15.05 **Boże Narodzenie po angielsku** FILM – film obycz., Wlk. Bryt. 2019, 115 min
17.00 **W poszukiwaniu świętego mikołaja** FILM – komedia romantyczna, USA 2022, 120 min
19.00 **Szpital świętej Marii 2** (5) – serial obycz., Kan. 2021
20.00 **Dowody zbrodni 4** (23, 24) – serial kryminalny
22.05 **Rekrut 2** (14) – serial krym.
23.00 **Agenci NCIS 13** (6-8)

AXN BLACK

8.50 **Zagadki z przeszłości 3** (12) – przyg., Fr./Niem./Kan.
9.55 **Gwiezdne wrota 8** (5-7)
12.55 **Kobra – oddział specjalny** (8) – sens.
13.55 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 5** (20, 21) – sens.
15.55 **Nieustraszony 2** (24)
17.00 **Zagadki z przeszłości 3** (13) – przyg., Fr./Niem./Kan.
18.00 **Gwiezdne wrota 8** (8-10)
21.00 **Uprowadzona 2** – film FILM sensacyjny, Francja/USA/Turcja 2012, 115 min
22.55 **Bałkańska vendetta** FILM – film sens., 2017, 110 min
0.45 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 5** (20, 21) – sens.

WARNER TV

8.00 **Teraz albo nigdy! 4** (1)
9.00 **Bajer z Bel-Air** (17, 18)
10.05 **Prawo Agaty 5** (5)
11.05 **Pełniejsza chata 4** (1, 2)
12.05 **Teraz albo nigdy! 4** (2, 3)
14.00 **Bajer z Bel-Air** (17-20)
16.05 **Pełniejsza chata 4** (1-4)
18.10 **Sok z żuka** – horror FILM komediowy, 1988, 110 min
20.00 **Uznany za niewinnego** FILM – film krym., 1990, 150 min
22.30 **Ostatni sprawiedliwy** FILM – dramat sensacyjny, USA 1996, 115 min
0.25 **Zabójcza broń 3** – film FILM sensacyjny, 1992, 135 min
2.40 **Wrogie niebo 2** (9, 10) – serial s.f., USA/Kan. 2012

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (280-282) – serial paradokum., Polska 2018
9.00 **48h. Zaginieni** (213-216) – serial kryminalny, Polska
13.00 **Kowalscy kontra Kowalscy** (37-40) – obycz.
15.00 **Świat według Kiepskich** (513-518) – serial kom., Pol.
18.00 **Komisarz Mama** (7, 8) – serial kryminalny, Polska
20.05 **Czarna lista** (4) – serial kryminalny, USA 2013
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (37-40) – krym., USA
0.45 **Ślad** (6, 7) – serial krym.
2.45 **Święty** (284, 181) – kom.
4.00 **48h. Zaginieni** (160, 161) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.00 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
6.05 **Fuks** – komedia sens., FILM Polska 1999, 85 min
7.30 **Super pies i kot łotr** FILM – film anim., 2025, 90 min
9.00 **Orzełek Iggy** – film anim., FILM Polska/USA 2025, 85 min
10.25 **Kiler** – komedia sens., FILM Polska 1997, 100 min
12.05 **Kiler-ów 2-óch** – komedia, FILM Polska 1999, 115 min
14.00 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
14.05 **Riefenstahl** – dok., 2024
16.00 **Jason Bourne** – thriller, FILM USA 2016, reż. Paul Greengrass, 120 min
18.00 **Mój jedyny wróg** – film krótkometraż., Pol.
18.20 **Thelma** – komedia, FILM Szwajcaria/USA 2024, reż. Josh Margolin, 95 min
19.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Dziewczyna z igłą** FILM – dramat obyczajowy, Dania/Polska/Szwecja 2024, 120 min
22.00 **Gdy zgasną światła** FILM – film sens., 2024, 90 min
23.30 **Dotyk** – melodramat, FILM 2024, 120 min
1.30 **Polana pośród brzeziny** FILM – dramat obyczajowy, Fr./Pol./Niemcy 2003, 90 min
3.00 **Masz na imię Justine** FILM – dramat obyczajowy, Pol./Luksemburg 2005, 95 min
4.35 **To się nie dzieje** – thriller, FILM Polska 2025, 85 min

CANAL+ SERIALE HD

9.55 **Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków** (5) – serial dokumentalny, USA 2024
10.35 **Premierowa jazda** – magazyn
11.00 **Naruto 5** (14-16) – serial anime, Japonia 2004-2005
12.30 **Cat's Eyes** (1, 2) – serial przygodowy, Francja 2024
14.40 **Planeta Singli. Osiem historii** (7, 1) – serial komediowy, Polska 2021
16.35 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (1, 2) – serial dokumentalny
18.30 **Łapu capu** – program rozrywkowy
18.35 **Captain Tsubasa** (34-36) – serial anime, Japonia 2018
19.50 **Making of CANAL+** – magazyn filmowy
20.00 **Wartownicy** (1, 2) – serial wojenny, Francja 2023
21.45 **Premierowa jazda** – magazyn
22.00 **Yellowjackets 2** (9) – serial grozy, USA 2023
23.05 **Yellowjackets 3** (1) – serial grozy, USA 2025
0.10 **Klangor** (3, 4) – serial kryminalny, Polska 2021
1.55 **Edukacja XD** (1-5) – serial komediowy, Polska 2025
4.30 **Polityka** (3, 4) – serial obyczajowy, Polska 2019

CANAL+ 360 HD

8.00 **Porzucone konstrukcje** (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
8.55 **Z archiwów historii** (5)
10.00 **Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie** (2) – pr. rozr.
11.00 **Messi: Fenomen futbolu**
12.00 **Nieczysta gra: Skandal w biathlonie** (3) – dok.
13.00 **Porzucone konstrukcje** (5) – serial dok., Wlk. Bryt.
14.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach** (9) – serial dok.
14.55 **Z archiwów historii** (6)
16.00 **Lotnisko na Alasce 5** (1)
16.55 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (3) – serial dok., Niem. 2023
18.00 **Porzucone konstrukcje** (2) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.55 **Zholowani: ciężarówki w opałach** (8) – serial dok.
19.50 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (4) – serial dok., Niem. 2023
20.55 **Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie** (5) – pr. rozr.
22.00 **Porzucone konstrukcje** (6) – serial dok., Wlk. Bryt.
23.00 **Lotnisko na Alasce 4** (9)
23.55 **Kolacja z Gavinem Rossdale'em** (3) – dok.
1.00 **Misja Afganistan** (12)
2.00 **Polska z góry: Stadiony 2** (8) – dok., Pol.

HBO 2 HD

14.30 **Felek i Tola ratują las** FILM – film animowany, Hol./Bel./Luksemburg 2024, 70 min
15.40 **Istoty fantastyczne** FILM – komediodramat, USA 2024, 100 min
17.20 **Pan Aznavour** – dramat FILM biograficzny, 2024, 130 min
19.30 **Czwarta ściana** – dramat FILM obycz., Fr./Luksemburg/Belgia 2024, 115 min
21.25 **Bez wyjścia** FILM – komediodramat, Korea Południowa 2025, 135 min
23.40 **Ścieżki na daleką północ** (1) – serial wojenny
0.25 **Ta inna siostra Bennet** (9) – kostium., Wlk. Bryt.

HBO 3 HD

13.20 **Kolejna zwyczajna przysługa** FILM – czarna kom., USA 2025, 120 min
15.20 **Wielka, odważna, piękna podróż** FILM – dramat fantasy, Irlandia/USA 2025, reż. Kogonada, 105 min
17.05 **Green Book** – dramat FILM obyczajowy, 2018, 125 min
19.10 **Avenue 5** (7, 8) – kom.
20.10 **Stamtąd 3** (1) – serial grozy, USA 2024
21.00 **Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13** (21)
21.45 **Porządny człowiek** (5)
22.30 **Latarnie** (1) – serial s.f.
23.30 **Miniaturowa żona** (9)

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 **Górale** (69-71) – serial dokumentalny, Polska
7.30 **Doktor Martin** (65) – serial obyczajowy
8.30 **Przyjaciółki** (193, 194) – obycz., Pol.
10.25 **Świat według Kiepskich** (50, 51, 235, 236, 226, 227) – serial kom., Polska
14.05 **Gru, Dru i Minionki** FILM – film animowany, USA 2017, 110 min
15.55 **New York Taxi** FILM – komedia sensacyjna, USA/Fr. 2004, 125 min
18.00 **Whitney Houston: I Wanna Dance With Somebody** FILM – film biograficzny, USA 2022, reż. Kasi Lemmons, 180 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Tata ma plan 2** (6, 7) – kom., USA 2017
7.00 **Dwóch i pół 11** (3-6) – kom., USA 2013
8.55 **Przyjaciele 5** (6-11) – serial komediowy, USA 1998-1999
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 3** (1-6) – kom., USA 2009
14.30 **Dwóch i pół 11** (7-10) – serial komediowy, USA 2013
16.30 **Przyjaciele 5** (12-17) – serial komediowy, USA 1998-1999
Podczas tenisowej rozgrywki z Dougiem i jego żoną Monica nie daje im szans. Chandler błaga, aby przegrała choć seta.

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (823) – serial paradokum.
6.00 **Kino w drodze** (4)
6.30 **Kino Buzz Top 5** (13)
6.40 **Seriaale Top 5** (12)
6.45 **Zakochani po uszy 3** (151, 152) – telenowela, Pol. 2020
7.45 **Detektywi** (201-204)
9.50 **Prawo Agaty 6** (4)
10.55 **Lekarze 2** (11)
11.55 **Zapukaj do moich drzwi** (54, 55) – telen.
13.55 **Prawo Agaty 6** (3)
14.55 **Detektywi** – fab.-dok.
16.05 **Na Wspólnej** (47, 48) – serial obycz., Polska
17.10 **Seriaale: rozmowy 2** (1) – mag.
17.50 **Znów mam 17 lat** FILM – komedia, USA 2009, 130 min

13 ULICA

6.00 **Balthazar 4** (4) – serial kryminalny, Fr.
6.55 **Swatka na tropie: Śmiertelny romans** FILM – film kryminalny, USA 2020, 110 min
8.45 **Zabójstwo w posiadłości** FILM – thriller, Francja 2020, 120 min
10.45 **Mentalista 6** (13-16) – serial kryminalny
14.25 **Różę na jej grób: Historia Randy'ego Rotha** FILM – thriller, USA 2023, 115 min
16.20 **Morderstwo w Kraju Basków** FILM – thriller, Francja 2019, 120 min
18.20 **Mentalista 6** (17-20) – serial kryminalny

KINO POLSKA

6.50 **Polska Kronika Filmowa** – serial dok.
7.20 **Przygody Myszki** (7, 8) – serial anim.
7.40 **Reksio** (48, 49)
8.00 **Miś Kudłatek** (7, 8)
8.25 **Bolek i Lolek na wakacjach** (10)
8.45 **Do przerwy 0:1** (4, 5)
9.55 **Chłopi** (1/2, 2-ost.) FILM – film obyczajowy, 1973, 230 min
13.45 **Żegnaj, Ameryko!** FILM – film obycz., Niemcy/Polska 1994, 115 min
15.40 **Motylem jestem, czyli romans czterdziestolatka** FILM – komedia obyczajowa, 1976, 120 min
17.40 **Stawka większa niż życie** (11, 12)

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Kabaretowe hity** (2) – program rozrywkowy
6.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
7.55 **Robert Makłowicz** (145, 222) – mag. kulin.
9.40 **Zagadki kryminalne panny Fisher** (3) – serial krym., Australia
10.55 **Górski lekarz 14** (13, 14) – serial obycz.
12.55 **Zagadki kryminalne panny Fisher** (4) – serial krym., Australia
14.05 **Zajazd. Będzie się działo** (24, 25) – serial obyczajowy, Pol. 2025
16.00 **Katastrofy w przestworzach** (13, 3, 7) – dok., Kan.
19.00 **Aukcja w ciemno 3** (12, 13) – serial dok.

KOMEDIA



21.00 **Romantyczny czwartek: Wystrzałowe wesele** FILM – USA 2022, 135 min
Darcy oraz Tom planują ślub na wyspie. Uroczystość zakłóca wtargnięcie piratów, którzy biorą gości jako zakładników i żądają okupu. Zakochani ruszają bliskim na ratunek.
23.15 **Predator** – film s.f., FILM USA/Kanada 2018, reż. Shane Black, 125 min
1.20 **Ślad** (32, 33, 56, 57) – serial kryminalny, Pol.
5.20 **Na ratunek 112** (905) – serial paradokum.

KOMEDIOWY



19.30 **Teoria wielkiego podrywu 3** (7-12)
Między Penny a Leonardem dochodzi do pierwszej poważnej kłótni. Nie potrafią już ze sobą normalnie rozmawiać. Roli mediatora podejmuje się Sheldon.
22.00 **The Office PL 3** (12)
22.35 **The Office PL 4** (1)
23.05 **Comedy Club 4** (8, 9)
0.05 **Miasteczko South Park 6** (10, 11)
1.00 **Pracoholicy** (7, 8)
2.00 **Śmieszniej nie będzie 4** (7, 8) – rozr.
3.00 **Miasteczko South Park 6** (7-9)

KOMEDIA



20.00 **Testosteron** – Polska FILM 2007, 160 min
Kilku mężczyzn spotyka się po odwołanym ślubie Korneli. Niedoszły pan młody, jego ojciec i inni goście próbują dociec, dlaczego Alicja porzuciła partnera.
22.40 **Każdy twój oddech** FILM – thriller, USA 2021, reż. Vaughn Stein, wyk. Casey Affleck, 125 min
0.45 **Bohemian Rhapsody** FILM – dramat biograf., Wlk. Bryt./USA 2018, 165 min
3.30 **Zawieruchy przepis na kino** (23) – pr. rozr.

SENSACYJNY



22.00 **Kobra – oddział specjalny** (3)
Syn Dietera pracuje jako kierowca limuzyny. Widzi, jak jeden z klientów znęca się nad żoną. Zgłasza to policjantom z drogówki.
23.55 **American Heist. Skok życia** FILM – film sensacyjny, Kanada/Luksemburg 2014, reż. Sarik Andreasian, 120 min
1.55 **Morderstwo w Kraju Basków** FILM – thriller, Francja 2019, reż. René Manzor, 120 min

KOMEDIA ROMANT.



20.00 **Rozmowy nocą** FILM – 2008, 120 min
Samotna artystka Matylda bardzo chce zostać matką. By znaleźć dawcę nasienia, zamieszcza w gazecie ogłoszenie. Dzięki niemu poznaje nieśmiałego Bartka.
22.00 **Horror Story** FILM – czarna komedia, 2023, 120 min
0.00 **Wymyk** – dramat FILM obycz., 2011, 120 min
2.00 **Zwolnieni z życia** FILM – dram. obycz., Polska/Fr. 1992, 125 min
4.05 **Jesteśmy razem** – film dokum., 2025

SENSACYJNY



20.00 **Stan zagrożenia** FILM – USA 1994, 175 min
Wicedyrektor CIA Jack Ryan odkrywa powiązania współpracowników prezydenta USA z kolumbijskim kartelem narkotykowym. Wypowiada im prywatną wojnę.
22.55 **Rob Roy** – film przyg., FILM USA/Wielka Brytania 1995, 175 min
1.50 **Jedna dusza** FILM – dramat obyczajowy, Polska 2023, 130 min
4.00 **Poszukiwany, poszukiwana** FILM – komedia, Polska 1972, 120 min

20

CINEMAX HD

10.00 **Hulk** – dramat s.f., USA FILM 2003, reż. Ang Lee, 140 min
12.20 **Droga Mleczna** – film FILM obycz., Izrael 2023, 100 min
14.00 **Dla niej wszystko** FILM – dramat kryminalny, USA/Francja 2010, 130 min
16.10 **Magia uczuć** – film FILM fantasy, USA/Indie/Wielka Brytania 2006, 120 min
18.10 **Piękna i Bestia** – film FILM fantasy, Francja/Niemcy 2014, 110 min
20.00 **Fargo 4** (9-11) – krym., USA
22.25 **Road House** – film FILM sensacyjny, 2024, 120 min
0.25 **American Psycho** FILM – thriller, 2000, 105 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 **Święty** (45, 46) – kom., Pol.
14.25 **Spadkobiercy** (11) – rozr.
15.25 **Co ludzie powiedzą? 4** (1) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 **Jedną nogą w grobie 2** (3) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 **Czarna Żmija** (3) – kom.
17.35 **Młody Sheldon 2** (15-17)
19.00 **Dwóch i pół 11** (3-6)
21.00 **Świat według Kiepskich** (5-7) – serial kom., Pol. 2013
22.30 **Co ludzie powiedzą? 4** (2) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 **Jedną nogą w grobie 2** (4) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 **Czarna Żmija** (4) – kom.
0.30 **Comedy Club 6** (12) – rozr.
1.00 **Spadkobiercy** (11) – rozr.

SCI FI

6.00 **Kroniki Spiderwick** (5)
6.55 **The Ark** (4-6) – serial s.f.
9.40 **Medium 3** (17, 18) – krym.
11.30 **SurrealEstate** (5, 6)
13.20 **Przygody Merlina 2** (12, 13) – fantasy, Wlk. Bryt.
15.20 **Medium 3** (19, 20) – krym.
17.10 **SurrealEstate** (7, 8) – serial grozy, USA 2021
19.00 **Przygody Merlina 3** (1, 2) – serial fantasy, Wlk. Bryt.
21.00 **Wojna królestw** (3)
22.00 **Daybreakers – Świt** FILM – horror s.f., 2009, 120 min
0.00 **Zabójcze roboty** – film FILM s.f., Australia 2020, 155 min
2.35 **SurrealEstate** (6-8)
5.05 **Kroniki Spiderwick** (5)

FX HD

9.00 **Skymed 2** (9) – obycz.
10.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (2, 3) – serial krym.
11.55 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (5, 6)
13.45 **Agenci NCIS** (7, 8) – sens.
15.35 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (4, 5) – serial krym.
17.25 **Z archiwum X** (2, 3) – s.f.
19.15 **Agenci NCIS: Sydney** (18)
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (7, 8)
22.00 **Zakładnik** (7) – obycz.
23.00 **Z archiwum X** (3) – s.f.
0.00 **As w rękawie** – film FILM sensacyjny, 2006, 140 min
2.20 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (4, 5) – serial krym.

FILMBOX+ ONE HD

8.05 **Zagadki kryminalne panny Fisher 3** (6) – krym.
9.15 **Panna Scarlet i komisarz 2** (2) – krym.
10.20 **Panna Marple. Godzina zero** – krym., 2007, 120 min
12.20 **Hudson i Rex 5** (8, 9)
14.30 **Poirot** – serial kryminalny
16.40 **Strażnik Teksasu 3** (19, 21) – serial sensacyjny
18.55 **Poirot** (2) – serial krym.
20.00 **RoboCop** – film s.f., USA 2014, 135 min
22.15 **Uprowadzona 2** – film FILM sensacyjny, 2012, 115 min
0.10 **Nim diabeł dowie się, że nie żyjesz** – dramat sensacyjny, 2007, 165 min

ROMANCE TV HD

12.25 **Rejs ku szczęściu – Podróż poślubna na Florydę** FILM – film obycz., Niemcy 2009, 115 min
14.20 **Malibu – Namiot dla trojga** FILM – komediodramat, Niemcy 2022, 115 min
16.15 **Dr Nice – Złamane serca** FILM – film obyczajowy, Niemcy 2024, 110 min
18.05 **Górski lekarz** (68) – obycz.
20.00 **Inga Lindström: Róże na piasku** FILM – film obycz., Niemcy 2021, 115 min
21.55 **Wiele krów i czarna owca** FILM – film obyczajowy, Niemcy 2020, 110 min
23.45 **Górski lekarz** (68)

CINEMAX 2 HD

13.25 **Steve Jobs** – dramat FILM biograficzny, 2015, 125 min
15.30 **Jestem końcem świata** FILM – kom., Wł. 2025, 95 min
17.05 **Słone lato** – dramat FILM obycz., Wielka Brytania/Australia 2025, 95 min
18.40 **Miasto kłamstw** – film FILM kryminalny, USA/Wielka Brytania 2018, 110 min
20.30 **Kill Bill cz. 2** – film FILM sensacyjny, 2004, 135 min
22.45 **Conan Barbarzyńca** FILM – film fantasy, USA/Meksyk 1982, 125 min
0.50 **Ostatnia batalia Ellen Cole** FILM – dramat obyczajowy, USA 2024, 95 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

13.30 **Morderstwo w małym mieście 2** (2) – krym., Kan.
14.20 **Agenci NCIS 16** (3) – sens.
15.15 **Panna Marple: Noc i ciemność** FILM – krym., Wielka Brytania/USA 2013, 115 min
17.10 **Komisarz Maigret** (1) FILM – film kryminalny, Wielka Brytania 2016, 110 min
19.00 **Agenci NCIS 16** (4) – sens.
20.00 **Poirot 3** (8) – serial krym.
21.00 **Detektyw Murdoch 19** (11) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
21.55 **Agenci NCIS 17** (8)
22.55 **Poirot 3** (8) – serial krym.
23.55 **Agenci NCIS 16** (4) – sens.
0.50 **Morderstwo w małym mieście 2** (2, 3) – krym.

NOVELAS+ HD

10.00 **Opowieść o wyspie** (23)
11.00 **Otchłań namiętności** (146) – telen., Meksyk 2012
12.00 **Duma i uprzedzenie** (6)
13.00 **Róże i grzechy** (45)
14.00 **Domenica Montero** (8, 9)
16.00 **Róże i grzechy** (46)
17.00 **Duma i uprzedzenie** (7)
18.00 **Otchłań namiętności** (147) – telen., Meksyk 2012
19.00 **Miłość w Cabo** (6) – telen.
20.00 **Opowieść o wyspie** (24)
21.00 **Domenica Montero** (9)
22.00 **Róże i grzechy** (46)
23.00 **Duma i uprzedzenie** (7)
0.01 **Otchłań namiętności** (147) – telen., Meksyk 2012
1.00 **Miłość w Cabo** (6) – telen.

FX COMEDY HD

8.15 **Simpsonowie 33** (15, 16)
9.10 **Diabli nadali** (19-22)
11.00 **Jim wie lepiej 2** (19, 20)
12.00 **Sposób użycia** – kom.
13.00 **Wszyscy kochają Raymonda 3** (14-18)
15.30 **Simpsonowie 33** (15-18)
17.30 **Jak poznałem waszą matkę 6** (18-20) – kom.
19.00 **Współczesna rodzina 6** (16-19) – serial komediowy
21.00 **Family Guy: Głowa rodziny 23** (4, 1)
22.00 **Frajer** – komedia romant., FILM USA 2000, 115 min
23.55 **Simpsonowie 33** (11, 12)
0.55 **Family Guy: Głowa rodziny 22** (9, 11-13)

FILMBOX+ HITS HD

12.10 **Jak kochać się z D** FILM – komedia, 2019, 105 min
13.55 **Szef** – komedia, USA 2014, FILM reż. Jon Favreau, 130 min
16.05 **Prawie przyjaciele** FILM – komediodramat, USA 2016, reż. Jake Goldberger, 115 min
18.00 **Wyścig o życie** – dramat FILM przygodowy, 2023, 120 min
20.00 **Kolacja pożegnalna** FILM – komediodramat, Niemcy 2023, 105 min
21.45 **John Wick 4** – film sens., FILM USA/Niemcy 2023, 180 min
0.45 **Historia mojego życia** FILM – dramat obycz., Węgry/Niemcy/Fr. 2021, 180 min

PARAMOUNT NETWORK HD

13.00 **Czarodziejki 2** (7, 8) – serial fantasy, USA 1999
15.00 **Pingwiny z Madagaskaru 3** (4)
15.30 **Lara Croft Tomb Raider: Kolebka życia** FILM – film przygodowy, USA/Niemcy/Japonia 2003, 145 min
17.55 **Zwycięskie losy Jerry'ego i Marge** FILM – komediodramat, USA 2022, 125 min
20.00 **Listy do Julii** – komedia FILM romant., USA 2010, 125 min
22.05 **Prawo zemsty** – thriller, FILM USA 2009, 135 min
0.20 **Bodyguard Zawodowiec** FILM – kom. sens., 2017, 150 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
- **9.00 Snooker:** Turniej Scottish Open – mecz finałowy: Chris Wakelin – Chang Bingyu
- **10.30 Kolarstwo:** Renewi Tour – 1. etap
- **11.30 Snooker:** Turniej Scottish Open – mecz finałowy: Chris Wakelin – Chang Bingyu
- **13.00 Kolarstwo górskie:** Zawody PŚ w Vallnord/Pal-Arinsal
- **14.30 Kolarstwo:** Renewi Tour – 1. etap
- **15.30 Kolarstwo:** Renewi LIVE Tour – 2. etap
- **17.30 Kolarstwo:** Vuelta a Espana – 20. etap
- **18.00 Tenis:** Turniej US Open 2024 – finał mężczyzn: J. Sinner – T. Fritz

POLSAT SPORT 1 HD
- **6.00 Siatkówka kobiet:** Memoriał Agaty Mróz-Olszewskiej
- **8.30 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **11.00 Siatkówka kobiet:** Memoriał Agaty Mróz-Olszewskiej
- **13.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **15.00 Siatkówka kobiet:** Memoriał Agaty Mróz-Olszewskiej
- **18.00 Siatkówka kobiet:** Memoriał Agaty Mróz-Olszewskiej Turniej w Koszalinie jest dla Polek ostatnią szansą na sprawdzenie formy przed ME.

CANAL+ SPORT HD
- **6.00 Byłem królem** – dok.
- **7.10 Ekstraklasa po godzinach** – mag.
- **8.20 Bohater z Cienia** – dok., Polska
- **9.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Atletico Madryt – Malaga CF
- **11.20 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Wisła Płock – Lech Poznań
- **13.45 Magazyn PGE Ekstraliga** – mag.
- **15.40 Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Atletico Madryt – Malaga CF
- **18.00 Na pierwszym planie** (4) – dok., Pol.
- **18.45 Ekstraklasa po godzinach** – mag.
- **20.00 Premier League: The Big Interview**

TVP SPORT DVB T2 HD
- **10.25 Kolarstwo:** Tour de Pologne – podsumowanie
- **12.20 Tour de Pologne Amatorów – Bukowina Tatrzańska** – reportaż
- **12.50 Pływanie:** Mistrzostwa Europy – Paryż 2026 – podsumowanie
- **14.45 Strongman:** PE – Krynica Zdrój 2026
- **15.45 Lekkoatletyka:** Memoriał Kamili Skolimowskiej – Chorzów 2024
- **18.10 Rajdowe Samochodowe Mistrzostwa Polski:** Rajd Rzeszowski

ELEVEN SPORTS 1 HD
- **6.00 Legendy Bundesligi:** Rudi Voeller; Lothar Matthaeus
- **7.00 Piłka nożna:** 2. liga niemiecka – mecz: FC Kaiserslautern – Karlsruher SC
- **9.00 Piłka nożna:** Superpuchar Francji – mecz: RC Lens – PSG
- **11.00 Formuła 3:** GP Węgier
- **12.30 Formuła 2:** GP Węgier
- **13.45 Bundesliga Clubs** – mag. piłkarski
- **14.00 Formuła 1:** Grand Prix Węgier – podsumowanie
- **16.00 Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: Sporting CP – Vitoria SC

DISCOVERY CHANNEL HD
- **9.00 Parker na złotym szlaku 3** – serial dok.
- **10.00 Wyprawa w nieznane 6** – dok.
- **11.00 Dżungla złota** – dok.
- **12.00 Psy policyjne** (6)
- **13.00 Fantastyczne zwierzęta z Forrestem Galante** – serial dok.
- **14.00 Nagi instynkt przetrwania: Ameryka Łacińska** (4) – serial dok.
- **15.00 Złomowisko PL 8** (5)
- **16.00 Łowcy opali 8** – dok.
- **17.00 Celnicy na straży Niemiec** (4) – dok.
- **18.00 Polscy truckersi** – program rozrywkowy
- **19.00 Nagi instynkt przetrwania** – dok.

20

SNOOKER



- **20.00 Turniej Scottish Open:** Chris Wakelin – Chang Bingyu

Po pokonaniu m.in. Marka Allena i Kyrena Wilsona Chińczyk z pewnością nie przestraszy się pojedynku z Chrisem Wakelinem.

- **22.00 Kolarstwo:** Renewi Tour – 2. etap
- **23.00 Kolarstwo:** Vuelta a Espana – 20. etap
- **0.00 Snooker:** Welsh Open – mecz finałowy: B. Hawkins – J. Lisowski
- **1.30 Kolarstwo:** Renewi Tour – 2. etap

TENIS



- **21.00 Turniej ATP w Cincinnati** – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

Na kortach w Cincinnati zobaczymy m.in. Felixa Augera-Aliassime. Celem Kanadyjczyka jest znalezienie się po raz pierwszy w najlepszej czwórce zmagań.

- **23.00 Siatkówka kobiet:** Memoriał Agaty Mróz-Olszewskiej
- **2.30 Tenis:** Turniej ATP LIVE w Cincinnati – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej
- **5.00 Boks**

MAGAZYN SPORTOWY



- **20.30 Speedway+**

Zbiór najważniejszych informacji i ciekawostek na temat klubów rywalizujących w PGE Ekstralidze.

- **21.10 Jej Wysokość Premier League** – magazyn piłkarski
- **22.45 Sporty walki:** ONE Friday Fights 166
- **23.50 Wysoki Pressing**
- **1.25 Speedway+** – mag.
- **2.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Górnik Zabrze – Wisła Kraków
- **4.25 Bohater z Cienia**
- **5.00 Ligomistrzowe historie** (2) – mag.

MAGAZYN BOKSERSKI



- **18.45 Ring TVP Sport**

W programie między innymi, aktualności ze świata sportów walki, spotkania z wybitnymi polskimi pięściarzami oraz zapowiedzi nadchodzących wydarzeń.

- **19.45 Transmisja**
- **23.00 Sportowy wieczór**
- **23.30 Lekkoatletyka:** Mistrzostwa Europy – Birmingham 2026 – podsumowanie
- **1.55 Boks:** Gala w Montrealu – podsumowanie
- **3.40 Boks:** Gala w Nowym Jorku – podsumowanie

PIŁKA NOŻNA



- **18.00 2. liga niemiecka:** Hannover – Wolfsburg

Marzące o szybkim powrocie do Bundesligi Wilki przybywają na teren jednego ze swoich najpoważniejszych konkurentów w walce o awans.

- **20.00 Bundesliga Weekly**
- **20.40 Formuła 1:** GP Węgier
- **22.40 Ligue 1 Preview** (1)
- **23.20 RC Lens – Sekrety sukcesu** – reportaż
- **1.40 Made in Italy** (9)
- **2.00 Piłka nożna:** 2. liga niemiecka: Osnabrück – 1. FC Magdeburg
- **4.00 Najlepsi obrońcy Bundesligi lat 90.**

DOKUMENTALNY



- **21.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5**

Freddy i Juan naprawiają płukarkę do złota należącą do starszego górnika. Ma ona dla niego wartość sentymentalną i pragnie on przekazać ją swojemu wnukowi.

- **22.00 Złoto drwali** (5)
- **23.00 Akta ekspedycji 2**
- **0.00 Największe napady świata** – serial dok.
- **1.00 Hotrod wg Kindiga 8** – serial dok.
- **2.00 Policjanci z Kent** – serial dokum.
- **3.00 Łowcy staroci 11**

EUROSPORT 2 HD
- **14.00 Triathlon:** T100 World Tour – Vancouver
- **15.30 Snooker:** Turniej Scottish Open – finał: Chris Wakelin – Chang Bingyu
- **17.30 Motocross:** Mistrzostwa świata w Uddevalli – 1. i 2. wyścig w klasie MXGP
- **19.00 Triathlon:** T100 World Tour – Vancouver – podsumowanie
- **19.30 Kolarstwo:** Renewi Tour – 2. etap
- **20.30 Discovery golf** – mag.
- **21.00 Golf:** BMW Championship LIVE – 1. runda
- **1.00 Kolarstwo:** Renewi Tour – 2. etap

POLSAT SPORT 2 HD
- **6.00 Tenis:** Turniej ATP w Cincinnati – mecz 4. rundy gry pojedynczej
- **8.30 Tenis:** Turniej ATP w Cincinnati – 4. runda
- **11.00 Tenis:** Turniej ATP w Cincinnati – 4. runda
- **13.00 Piłka nożna** – mecz towarzyski
- **15.00 Piłka nożna** – mecz towarzyski
- **17.30 Piłka nożna:** Liga holenderska
- **20.30 Piłka nożna:** Liga holenderska
- **23.00 Piłka nożna:** Liga holenderska
- **1.00 Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
- **8.15 Tenis:** Turniej WTA w Cincinnati – 4. runda
- **10.30 Tenis:** Turniej WTA w Cincinnati – 4. runda
- **12.30 Tenis:** Turniej WTA w Cincinnati – 4. runda
- **14.45 Tenis:** Turniej WTA w Cincinnati – 4. runda
- **17.00 Tenis:** Turniej WTA w Cincinnati – 4. runda
- **19.00 Tenis:** Turniej WTA LIVE w Cincinnati – ćwierćfinał
- **21.00 Tenis:** Turniej WTA w Cincinnati
- **23.00 Tenis:** Turniej WTA w Cincinnati
- **1.00 Tenis:** Turniej WTA LIVE w Cincinnati – ćwierćfinał

EXTREME CHANNEL HD
- **9.00 Beyond The Beaten Path**
- **10.00 Pro Bull Riders 2** (3)
- **11.00 X Games – Minneapolis**
- **12.00 Facing Waves** (2, 3)
- **13.00 Rumble & Hum** (1) – dok.
- **14.00 WWE Highlights** (36)
- **14.30 WWE Classic Gold** (80)
- **15.45 WWE Highlights** (59)
- **16.00 EFC – Extreme Fighting Championship 136** (1)
- **19.30 WWE Classic Gold** (69)
- **20.00 AEW Collision 2** (2633)
- **22.00 New Japan Pro-Wrestling** (21)
- **2.00 Pro Bull Riders 2** (3)
- **3.00 Beyond The Beaten Path** (11) – serial dokumentalny
- **4.00 Facing Waves** (2, 3)

ELEVEN SPORTS 2 HD
- **12.00 Piłka nożna:** 2. liga niemiecka – mecz: Kaiserslautern – Karlsruher
- **14.00 Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: Sporting CP – Vitoria SC
- **16.00 Piłka nożna:** 2. liga niemiecka: VfL Osnabrück – 1. FC Magdeburg
- **18.00 Formuła 1:** Grand Prix Wielkiej Brytanii
- **20.00 Piłka nożna:** Superpuchar Francji – mecz: RC Lens – Paris Saint-Germain
- **22.00 Bundesliga Weekly** (1) – magazyn piłkarski
- **22.35 Serie A** – mag. piłkarski
- **23.45 Made in Italy** (19) – mag.

DISCOVERY LIFE HD
- **10.15 Nowa Maja w ogrodzie**
- **11.15 Idealna niania 6** (3, 4)
- **12.45 Klinika bez tajemnic**
- **14.45 Szpital** (547, 548)
- **16.45 Idealna niania 6** (2-5)
- **19.45 Klinika naturalnego piękna** (4) – reality show
- **20.15 Pokonaj mnie, jeśli potrafisz** (2) – reality show
- **21.15 Wycieczkowiec** (12)
- **22.15 Lekarz z piekła** (3) – dok.
- **23.15 Nie do uwierzenia! 5** (5)
- **0.15 Sekrety lekarzy** (2)
- **1.15 Mroczne sekrety Playboya** (5) – serial dok.
- **2.15 Eks-tra zmiana** (1) – rozr.
- **3.15 Szpital** (408, 409)
- **5.15 Klinika urody** (1) – mag.

POLSAT SPORT FIGHT HD
- **13.00 Sporty walki:** UFC Fight Night: Sean Strickland – Anthony Hernandez
- **15.00 Atleci** – magazyn sportowy
- **15.25 Boks:** Walka o mistrzostwo Polski w Sopocie – waga ciężka: K. Meyna – M. Wach
- **18.05 Sporty walki:** Dragon Fight Night 7 w Tłuszczu – waga półśrednia: Świrydowicz – Pałkowski
- **19.40 Strzelnica Navala** (1)
- **20.25 Sporty walki:** Babilon MMA 55 w Radomiu: M. Łazarz – S. Kołecki
- **22.30 K.O. TV Weekly** (34)
- **23.00 Sporty walki:** UFC Fight Night: I. Adesanya – J. Pyfer

POLSAT SPORT 3 HD
- **6.00 Piłka nożna:** Liga holenderska
- **8.30 Siatkówka plażowa:** ME – Stare Jabłonki 2026
- **11.00 Piłka nożna:** Liga holenderska
- **13.00 Tenis:** Turniej ATP w Cincinnati – 4. runda
- **15.00 Tenis:** Turniej ATP w Cincinnati – 4. runda
- **17.30 Siatkówka plażowa:** ME – Stare Jabłonki 2026
- **20.00 Piłka nożna** – mecz towarzyski
- **22.30 Siatkówka plażowa:** ME – Stare Jabłonki 2026
- **1.00 Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
- **13.00 Ekstraklasa po godzinach** – mag. piłkarski
- **14.10 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Wisła Kraków
- **16.40 Na pierwszym planie** (4) – serial dokumentalny, Pol.
- **17.30 Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga** – mag.
- **18.30 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Atletico Madryt – Malaga CF
- **21.00 Champions Pack** – mag.
- **22.00 Speedway+** – mag.
- **22.40 Premier League: The Big Interview** – mag. piłkarski
- **23.15 Na pierwszym planie** (4) – serial dokumentalny, Pol.

ELEVEN SPORTS 4 HD
- **14.00 Piłka nożna:** 2. liga niemiecka – mecz: Hertha BSC – 1. FC Heidenheim
- **16.00 Piłka nożna:** 2. liga niemiecka – mecz: Dynamo Drezno – SV Darmstadt 98
- **18.00 RC Lens – Sekrety sukcesu** – reportaż
- **19.40 Magazyn piłkarski**
- **20.10 Magazyn piłkarski**
- **20.40 Birds of paradise** – dok.
- **21.15 Najlepsi obrońcy Bundesligi lat 90.** – mag.
- **21.50 Historyczne momenty Ligue 1** – cykl reportaży
- **22.00 Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: Rio Ave FC – FC Porto

ELEVEN SPORTS 3 HD
- **12.00 Piłka nożna:** 2. liga niemiecka: SpVgg Greuther Fürth – 1. FC Nürnberg
- **14.00 Piłka nożna:** Superpuchar Francji: Lens – PSG
- **16.00 Made in Italy** (5-8) – mag.
- **17.00 Serie A** – mag. piłkarski
- **18.00 Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: Casa Pia AC – SL Benfica
- **20.00 Piłka nożna:** 2. liga niemiecka: Arminia – FC Cottbus
- **22.00 Piłka nożna:** 2. liga niemiecka – mecz: Dynamo Drezno – SV Darmstadt 98
- **0.00 Ligue 1 Preview** (1)
- **0.30 Bundesliga Weekly** (1)

CANAL+ DOKUMENT HD
- **10.00 Polska z góry 3** (8-10)
- **11.35 Wszystkie kolory świata** (8) – serial dok., Fr.
- **12.35 Zagadka przetrwania** (1, 2) – film dokum., Austria
- **14.35 II wojna światowa. Z perspektywy globalnej** – dok., Wlk. Bryt.
- **15.35 Cztery pory roku w Japonii** (4) – serial dok.
- **16.30 Ocean, nasz dom** – dok.
- **18.15 Maria Callas. Nieznane lata** – film dokum., Grecja
- **20.05 Szkoda, że nareszcie**
- **21.45 Świat zwierząt – rodzicielstwo** (4, 5)
- **23.55 Kule i jagody: Ukryty Holokaust** – film dokum.

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2** – serial dokumentalny, USA
8.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny, USA 2022
11.00 **Inżynieria ekstremalna:** Port w Rotterdamie – serial dokumentalny, USA
12.00 **Mega maszyny Alaski** – serial dokumentalny
13.00 **Zoom na architekturę** – serial dokumentalny
15.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny, USA 2016

ID HD

6.00 **Głośne sprawy z Beth Karas** – serial dokumentalny, USA
8.00 **W kręgu kłamstw** – serial kryminalny
10.00 **Kłamstwa żadne krwi** – serial dokum.
12.00 **Dowody z miejsca zbrodni** – serial dok.
13.00 **Dowody z miejsca zbrodni 2** – dok.
14.00 **Śmierć w cieniu stadionu 2** – serial kryminalny, USA
16.00 **W roli nieletniej ofiary** – serial dokumentalny, USA
18.00 **Zbrodnia w sąsiedztwie 3** – serial dokumentalny
20.00 **Taśmy zbrodni** (1) – serial dokumentalny

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

8.00 **Car SOS** (3) – dok.
9.00 **Inżynieria po katastrofie** (1) – dok.
10.00 **Porzucone konstrukcje** (1)
11.00 **Plemienna szkoła przetrwania: Ekstremalne safari** (5) – serial dokum.
12.00 **Inżynieria po katastrofie** (4-6)
15.00 **Katastrofa w przestworzach** (1)
16.00 **Ukryte pod miastami** (3) – dok.
17.00 **Tajemnicze wyspy** (4) – dok., Kanada 2024
18.00 **Kluczowe tygodnie wojny** (3, 4) – dok.
20.00 **Katastrofa w przestworzach** (7) – dok., Kanada

FOKUS TV DVB T2

6.00 **Wehikuł czasu** (820)
6.05 **48h. Zaginieni** (15) – serial krym., Polska
7.00 **Byli sobie podróżnicy** (13-16)
8.55 **Wehikuł czasu** (820)
9.00 **Starożytni kosmici** (1) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (20, 21) – reality show
12.00 **Tajemnice II wojny światowej** (14) – dok.
13.00 **Poszukiwacze historii** (4, 5) – dok.
14.00 **Kroniki Hitlera** (3)
15.00 **Truckersi przez Australię** (1) – dok.
16.00 **Dorwać tuńczyka** (13, 14) – serial dok.
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (24, 25) – serial dok.
20.00 **Galileo 28** (18)

TVP HISTORIA DVB T2

6.30 **Było, nie minęło – kronika zwiadowców historii** – mag. hist.
8.30 **1920. Wojna i miłość** (6) – serial hist., Polska
9.25 **Lena na Bałkanach** (5) – cykl reportaży
10.00 **Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem** (2): Australia
10.50 **Cietrzew. Ptak wielu odcieni**
11.25 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja
12.30 **Podziemne Włochy**
13.30 **Brytyjskie odliczanie do wojny** (2)
14.30 **Janosik** (6) – przyg.
15.30 **Sensacje XX wieku**

HISTORY HD

12.10 **Gwiazdy lombardu 25** (26)
13.05 **Starożytni kosmici 17** (17) – dok.
14.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 3** (15) – serial dok., USA
14.50 **Największe tajemnice świata 6** (12) – serial dok., USA
15.45 **Gwiazdy lombardu 13** (17)
16.15 **Gwiazdy lombardu 25** (22)
17.10 **Zabić dyktatora** (3)
18.10 **Największe tajemnice świata 7** (16) – serial dok., USA
19.05 **Starożytni kosmici 16** (8) – dok.
20.00 **Starożytni kosmici 14** (2) – dok.

DOKUMENTALNY



18.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2 – USA 2014

Widzowie odwiedzą miejsce powstania auta Superformance MKIII, a także poznają tajniki konstrukcji tego superszybkiego auta o wyrazistym kształcie podwozia.

21.00 Jak to jest zrobione? 25 (24, 26) – serial dokumentalny
23.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16 (17-20)
1.00 Jak działa wszechświat? – dok.
4.00 Szyfry i spiski 2 (3)

DOKUMENTALNY



21.00 Szokująca prawda 14

Policja rozpoczyna poszukiwania dziewczyny, która znika w drodze do szkoły. Liczy się każda minuta, ale gwałtowne działania mogą doprowadzić do kolejnego dramatu.

22.00 Zabójczy blond 2
23.00 Podejrzany przy telefonie – serial dok.
0.00 Tajemnice jeziora Erie 2 – serial dok.
1.00 Szokująca prawda 14 – dok.
2.00 Taśmy zbrodni (1)
3.00 Zbrodnia w sąsiedztwie 3

DOKUMENTALNY



21.00 Ekstremalne katastrofy (6)

Koleje linowe i szynowe rzadko ulegają wypadkom, gdy te już jednak się wydarzą, ich konsekwencje bywają tragiczne. Pasażerowie stają w obliczu śmiertelnego zagrożenia.

22.00 Katastrofy pod lupą (6) – serial dok., USA
23.00 Maszyny wagi ciężkiej (4) – dok.
0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (2)
1.00 Katastrofa w przestworzach (2, 4) – serial dokum.

DOKUMENTALNY



21.00 Poszukiwacze historii (3-6)

Olaf Popkiewicz i Radek Biczak udają się w okolice Golubia Dobrzynia. W styczniu 1945 roku doszło tam do chaotycznej ucieczki Niemców przed radziecką ofensywą.

23.00 Obóz zagłady w Treblince. Relacje ocalałych – film dok., Wlk. Bryt. 2011
0.00 Starożytni kosmici (3) – serial dok., USA
1.00 Rolnicy. Podlasie (42-45) – serial dok.
5.00 Kołowrotek (10, 11) – magazyn wędkarski

HISTORYCZNY



17.55 1920. Wojna i miłość (7) – Polska 2010

Władek wyrusza na front. Wpada w pułapkę oddziału Aleksandra i Tkaczenki. Józef łudzi się, że podejrzenia wobec Jadzi są bezpodstawne.

18.40 Warszawa 1920. Portret...
19.15 Zamojski Festiwal Filmowy... – mag.
19.45 Flesz historii (775)
20.15 Trzeci oficer (7)
21.05 Zapomniane dyktatury Europy
22.00 Kennedy, Sinatra i mafia
23.00 Sensacje XX wieku

DOKUMENTALNY



21.00 Łowca historycznych skarbów (3)

Twórcy programu przyglądają się wynalazkom, które wpłynęły na rozwój społeczeństwa. Analizują m.in. szalone projekty, które wycofano jeszcze przed wprowadzeniem na rynek.

22.00 Wojny magazynowe 17 (12)
23.00 Gwiazdy lombardu 25 (5)
23.55 Jak to wyjaśnić? 5 (1) – serial dok., USA
0.50 Starożytni kosmici 14 (2) – dok.

DISCOVERY HISTORIA HD

7.00 **Podziemne sekrety**
9.00 **Było, nie było** (1) – dok.
10.00 **Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki**
11.00 **Militaria na warsztat**
12.00 **Muzealne tajemnice**
14.00 **Łowcy klasyków**
16.00 **Brudne skarby** – dok.
18.00 **Łowcy staroci** (3, 4) – dok.
20.00 **Zoom na architekturę**
22.00 **Akta ekspedycji** – dok.
23.00 **Legendarne miejscówki**
0.00 **Potwory z Alaski** – dok.
2.00 **Socjalistyczna Filmoteka Powiatowa**
3.00 **Profesjonaliści** – cykl dok.
4.00 **Mikroprzygoda** (5) – dok.
5.00 **Łowcy staroci** (1) – dok.

PLANETE+ HD

13.45 **Najpiękniejsze rzeki świata 2** (4) – serial dok.
14.45 **Superskały. Historia wykuta w kamieniu** (1)
15.50 **Niezwykłe podróże koleją 13** (4) – serial dok.
16.55 **Świat z góry 8** (13, 14)
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4**
18.40 **Polowanie na króla piratów** (2) – serial dok.
19.45 **Wojna indochińska. 14 lat piekła** (2) – film dokum.
20.50 **Japonia czasu wojny**
22.00 **1936-1953. Hiszpańska zbrodnia domowa** (1/2)
23.10 **Legendarne bitwy 2** (2)
0.15 **Niezwykłe podróże koleją 13** (5) – serial dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

9.00 **Niezwykły dr Pol**
12.00 **Zwierzaki w amoku** (6)
13.00 **Dzika przyroda strefy równikowej** (6) – dok.
14.00 **Inwazja pytonów** – dok.
15.00 **Najgroźniejsze zwierzęta Afryki** (2)
16.00 **Wspaniałe Filipiny** (2)
17.00 **Niezwykłe wędrówki zwierząt** (6) – serial dok.
18.00 **Dzika Missisipi** (3)
19.00 **Najgroźniejsze zwierzęta świata** (1)
20.00 **Najgroźniejsze zwierzęta świata** (4)
21.00 **Niezwykły dr Pol**
2.00 **Dzika przyroda strefy równikowej** (5)

POLSAT VIASAT NATURE HD

10.20 **Wulkany: odliczanie** (2)
11.30 **Lista drapieżników** (4)
12.35 **W okowach mrozu 4** (13)
13.35 **Nasza nieprzewidywalna planeta** (3) – serial dokum.
14.35 **Rzeczne potwory 3** (7)
15.45 **W okowach mrozu 4** (13)
16.40 **Dzika Japonia** (1) – dok.
17.50 **Twarzą w twarz** (3)
18.55 **Rzeczne potwory 3** (7)
20.00 **W okowach mrozu 4** (14)
21.00 **Wulkany: odliczanie** (3)
22.05 **Lista drapieżników** (4)
23.15 **W okowach mrozu 4** (14)
0.15 **Nasza nieprzewidywalna planeta** (3) – serial dokum.

BBC EARTH HD

10.25 **Życie na pustkowiu 8** (6)
11.25 **Zabójcza pogoda 5** (4)
12.30 **Dziki połów** (3) – dok.
13.30 **Parki narodowe z lotu ptaka: Irlandia** (3) – dok.
14.30 **W okowach mrozu 6**
16.35 **Największe zagadki nauki** (6) – dok., Wlk. Bryt.
17.40 **Parki narodowe z lotu ptaka: Irlandia** (3) – dok.
18.45 **Dziki połów** (4) – dok.
19.45 **Planeta zmian** (2) – dok.
20.55 **W okowach mrozu 6** (21, 22) – serial dok., USA
22.55 **Cała prawda o antybiotykach** – dok.
0.00 **Sekrety długowieczności** (5)

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 **Mój przyjaciel grizzly**
18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych** – serial dok.
19.00 **Cuda z drewna** – dok.
20.00 **Małżeństwo w dżungli 2**
21.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
22.00 **Projekt akwarium** – dok.
23.00 **Resocjalizacja z pitbullem 7** – serial dok.
0.00 **Poznajcie leniwce** (5, 6)
1.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.
2.00 **Cuda z drewna** (7) – dok.

TVP DOKUMENT HD

13.50 **Wyspy Kanaryjskie** (4)
14.50 **Kalendarz przyrody** (6)
15.50 **Ręka – od dotyku do triumfu** – film dokum.
16.50 **Świątynie świata** (4)
17.55 **Sanatorium miłości 8**
18.55 **Dziewczyna z ekranu**
20.00 **Orlando – światowa stolica rozrywki** – dok.
21.05 **Abruzja – klejnot Włoch. Dzika Natura** (1/2) – dok.
22.10 **Królowe mafii** (9) – dok.
23.10 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
23.20 **Pułapki mediów społecznościowych** – film dok., Francja 2025
0.30 **Sanatorium miłości 8**

POLSAT DOKU HD

8.10 **48h. Zaginieni** (184, 185)
10.10 **Polacy za granicą** (1, 2)
12.10 **Wojny kontenerowe**
13.05 **Kolaboranci Hitlera**
15.30 **Militarny top 10** (3, 4)
17.50 **Pociągi, które zmieniły świat** (1, 2) – serial dokum.
20.00 **Koloseum** (5, 6) – dok.
22.00 **Rycerze przestworzy** (3)
23.10 **Bitwy morskie – historia okrętów wojennych** (3)
0.20 **Kroniki Hitlera** (13) – dok.
1.25 **Tajemnice II wojny światowej** (6) – serial dok.
3.05 **Tajna historia XX wieku** (25, 26) – serial dokum., Pol.
4.05 **Łowca pedofilów**
5.00 **Pogromcy mafii** (5) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

13.20 **Czarodzieje z kanadyjskich złomowisk 2** (3) – dok.
14.15 **Australijscy poszukiwacze złota 9**
16.10 **Ekstremalna pomoc drogowa 2** (7) – serial dok.
17.10 **Zabójczy połów** (9) – dok.
18.10 **Złoto Jukonu 3** – dok.
19.05 **Australijscy poszukiwacze złota 10**
21.00 **Najcięższe więzienia Ameryki** (1) – serial dok.
22.00 **Największe budowle 3**
23.00 **Internetowy seksbiznes 2** (4) – dok.
0.00 **Nago, samotnie i do domu daleko** (1)

POLSAT VIASAT HISTORY HD

12.25 **Wikingowie: narodziny imperium** (1-3)
15.20 **Kobiety wikingów: nieznana historia** – dok.
16.30 **Punkty zwrotne II wojny światowej** (6)
17.35 **Z popiołów II wojny światowej** (3) – serial dok.
18.50 **Konkwistadorzy: powstanie i upadek** (4)
19.45 **Wielkie konflikty: powstania i upadki cywilizacji** (3) – serial dok.
20.50 **Adolf Hitler: Zrozumieć dyktatora** (3) – serial dok.
22.05 **Królowe, które zmieniły świat** (3) – dok., Wlk. Bryt.
23.05 **Tajne bazy nazistów 4**

CI POLSAT HD

14.10 **Podmiejski koszmar** (3)
15.05 **Zabójcze wakacje 2** (9)
16.00 **Prawda leży pod ziemią 2** (7) – serial dok.
17.00 **I nie opuścisz mnie aż do śmierci 3** (12) – dok.
18.00 **Polskie zabójczynie 6** (3) – serial dokumentalny, Pol.
19.00 **Ktoś ma coś do ukrycia 2** (2) – dok.
20.00 **Kobiety, które niosły śmierć 14** (5) – serial dok.
21.00 **Michael Jackson: proces stulecia** (2) – film dokum.
23.00 **Pokój z widokiem na śmierć** (1) – serial dok.
23.55 **Prawda leży pod ziemią 2** (7) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 **Kobieta na krańcu świata** (10, 2, 4, 1) – dok.
10.25 **Niezwykłe Stany Prokopa** (7, 1) – pr. rozr.
12.30 **Ed Stafford poza cywilizacją** (2, 3) – dok.
14.35 **Człowiek kontra jedzenie** (1) – mag. kulin.
15.10 **Kobieta na krańcu świata** (1-4) – serial dok.
17.30 **Baseny z rozmachem**
19.30 **Ciężarówką przez Stany**
21.50 **Podróż w głąb strachu**
23.55 **Kobieta na krańcu świata** (4-6) – serial dok.
1.40 **Ed Stafford poza cywilizacją** (2, 3) – dok.
3.40 **Baseny z rozmachem**

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

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** (688)
16.10 **Rozrywka retro**
16.30 **Barwy szczęścia** (3363) – serial obycz.
17.20 **Gra słów. Krzyżówka** (1088)
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **Tańcząca ze światem – Grecja** (4)
18.45 **Panorama**
19.20 **Powstanie Warszawskie dzień po dniu** (20)
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – publ.

TVP ROZRYWKA

8.20 **Familiada** – telet.
8.55 **Va banque** (970)
9.25 **Koło fortuny** (2016)
10.05 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Czterdziestolatek** (12) – obycz., Pol. 1975
14.20 **Pan Mama** (47, 48) – serial kom., Pol. 2026
15.25 **Program rozrywkowy**
15.35 **Tak to leciało!** (79)
16.35 **Do śmiechu!** (6)
17.25 **Va banque** (971)
18.00 **Koło fortuny** (2017)
18.35 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
19.40 **Makłowicz w podróży** – mag.
20.10 **Postaw na milion**

POLSAT CAFÉ

6.05 **Demakijaż** (66-69) – program rozrywkowy
8.00 **halo tu polsat cafe** (15) – magazyn poradnikowy
11.00 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (25) – reality show
12.30 **Oszukane** (27, 28) – serial paradokum., Polska 2016
14.30 **Komisarz Mama** (14) – serial krym., Polska
15.30 **Bogaty dom – biedny dom** (108) – reality show
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (9) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (304, 305) – reality show, Polska

TV 4 DVB T2

6.00 **Strażnik Teksasu** (17, 18) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (116) – reality show
8.55 **Policjantki i Policjanci** (568, 569) – serial obycz., Polska
10.55 **Na ratunek 112** (1166, 1167) – serial paradokum., Polska
11.55 **Dlaczego ja?** (815, 816) – serial paradokum., Pol. 2018
13.55 **Trudne sprawy** (845-847) – paradok.
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1428) – serial obycz., Polska
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (546) – reality show

TTV HD DVB T2

8.30 **Kartoteka 5** (20, 21)
10.35 **Detektywi** (85, 86)
12.35 **Zakup w ciemno 4** (29) – reality show
13.35 **Zakup w ciemno 6** (26) – reality show
14.35 **Nic do zgłoszenia 6** (1) – serial dokum., Pol.
15.35 **Złomowisko PL 7** (5)
16.45 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, sport**
17.05 **Gogglebox. Przed telewizorem 23** (13)
18.05 **Nauka jazdy 6** (8)
18.40 **Gogglebox. Przed telewizorem 17** (12)
19.45 **Express** – pr. inform.
20.05 **Zakup w ciemno 6** (27) – reality show
21.05 **Zakup w ciemno extra** (16)
21.45 **Express** – pr. inform.

TVN STYLE HD

5.20 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (5) – reality show
5.55 **Ach, ten ślub!** (2) – program rozrywkowy
6.50 **Damy i wieśniaczki. Ukraina** (5) – 2018
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Ugotowani** (1, 2)
13.25 **Kuchenne rewolucje** (4, 5) – program rozrywkowy
15.35 **Pary młode ponad miarę** (1, 2) – program rozrywkowy
Sylwia i Bartek dzielą miłość do muzyki. Szukają ślubnych kreacji w dużym rozmiarze.

20

OBYCZAJOWY



20.25 Ranczo 3 (33) – Polska 2008

Lucy i Kusy nie zamierzają się rozstać, co powoduje konflikt z plebanem. Duchowny wyrzuca kobietę z domu parafialnego.

21.20 **Polonia 24 Tygodnik**
22.25 **Ekstradycja** (3)
23.20 **Panorama**
23.50 **Kolba, na szczęście!**
0.45 **Rodzinka.pl** (279) – kom., Polska 2020
1.10 **Kresy (nie)znane** (7)
1.30 **Program informacyjny 19.30**
1.55 **Pytanie dnia** – publ.
2.05 **Sport, pogoda**

ROZRYWKOWY



22.10 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (50)

Wybór najlepszych skeczy warszawskiej grupy. Kultowe scenki ukazują codzienne sytuacje w krzywym zwierciadle i przypominają, za co widzowie kochają kabaret.

22.50 **Kabaret Letnią Porą** (23) – pr. rozrywk.
23.50 **Do śmiechu!** (8) – program rozrywkowy
0.40 **Niepewne sytuacje 3** (11) – rozr.
1.10 **Koło fortuny** (2017, 1992) – telet.

ROZRYWKOWY



20.00 Kolacja w ciemno (60) – Polska

Szukająca miłości bohaterka otrzymuje różne wersje menu od pięciu samotnych mężczyzn. Wybiera spośród nich trzy propozycje i spotka się z ich autorami.

21.05 **Więzienie kobiet** (126, 127) – dok., Pol.
22.00 **Ambulans** (8) – dok.
23.00 **Gry małżeńskie** (120, 121) – reality show, Polska
1.05 **Więzienie kobiet** (137-140) – dok., Pol.
3.00 **Zdrady** (61-63) – serial paradokum.

OBYCZAJOWY



19.00 Policjantki i Policjanci (1429)

Lena oraz Bartosz badają sprawę strzelaniny w domu. Właścicielka zostaje ranna, a jej mąż walczy o życie.

20.00 **Uroczysko** (251, 252)
21.00 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (152)
22.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1035)
23.05 **Człowiek z Rzymu**
FILM – thriller, Hiszpania/Kolumbia/USA 2022, 165 min
1.50 **Love Island. Wyspa miłości** (57)

REALITY SHOW



22.00 Życie na kredycie 8 (21, 22) – Polska 2026

Dorota z Kamilem prezentują rodzinie pierwsze efekty remontu nowego domu. Klaudię czeka test matczynej silnej woli. Paweł nie wierzy, że żona go zdradza.

23.05 **Żony Podlasia 4** (2)
0.05 **99 – Gra o wszystko. VIP 6** (5) – pr. rozrywk.
1.05 **Orzeł czy reszka? 3** (5) – pr. podróżniczy
2.05 **Dobra robota 3** (27)
2.40 **Osadzone. Blok F** (5, 6) – paradok., Pol.
3.45 **Damy i wieśniaczki. Ukraina 8** (13)

ROZRYWKOWY



17.40 Kuchenne rewolucje (14, 1, 10)

Estera otworzyła Bistro Mateczka w Wójtowie, gdzie serwuje kuchnię regionalną z Warmii i Mazur. Wymarzony lokal z czasem przekształcił się jednak w stołówkę.

20.50 **Projekt City** (4, 5)
21.50 **Jestem z Polski** (7) – serial dok., Pol. 2021
22.50 **Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9**
0.15 **Mroczne sekrety małżeńskie** (4) – dok.
1.20 **Dorota was urządzi!** (12) – pr. rozrywk.

TVP HD HD

13.20 **Komisarz Alex 7** (84)
14.15 **Ranczo 5** (63, 64) – obycz.
16.10 **Tańcząca ze światem – Grecja** (4) – magazyn
16.40 **Magiczne Podhale z Sebastianem Karpielem-Bułecką 2** (2)
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 28** (363)
19.20 **Ranczo 4** (50) – obycz., Pol.
20.10 **Rodzinka.pl** (232, 233)
21.25 **Komisarz Alex 25** (319)
22.20 **Krwawy sport** – film
FILM sens., USA 1988, 105 min
0.05 **Trzy sekundy** – film
FILM sensacyjny, Wielka Brytania/Kanada/USA 2020, 120 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 **Pełnia szczęścia** – melodramat, Niemcy 2015, 120 min
21.50 **Rosamunde Pilcher:**
FILM **Argentyńskie tango** – film obyczajowy, Niemcy 2016, 105 min
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

ZOOM

8.05 **Strażnik Teksasu 2** (11, 12) – serial sensacyjny
10.00 **MacGyver 4** (15, 16)
12.05 **Tajne bazy Hitlera** (1)
13.20 **Sensacje XX wieku**
15.45 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
18.00 **FBI 4** (14, 15) – serial krym.
20.00 **Kobra – oddział specjalny 25** (14, 15)
22.05 **Kabaretowe przeboje 3**
23.00 **Magia nagości. Szwecja**
0.00 **Magia nagości 6** (9) – rozr.
1.05 **Magia nagości** (5) – rozr.
2.15 **Hity polskiego kabaretu 7** (6, 7) – pr. rozr.
4.30 **Kabaretowe przeboje** (5)
5.45 **I love kabaret EXTRA** (2)

TLC HD

11.00 **Ciało, w którym żyję**
12.00 **Moje paranoje** – dok.
13.00 **Wspólne życie XXL**
15.00 **Wiza na miłość: dalsze losy, pościelove rozmowy 9** – reality show
16.00 **Historie wielkiej wagi**
18.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 7**
20.00 **Jay i Pamela 2** (1)
21.00 **Wielkie lato małych ludzi** (7) – reality show
22.00 **Wiza na miłość – oczami bohaterów 7** (7)
23.00 **Skórze na ratunek 7** – serial dok., Wlk. Bryt. 2024
0.00 **Dr Pryszczylla 2** – dok.
1.00 **Jay i Pamela 2** (1)

C+ KUCHNIA HD

15.50 **Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś** (8)
16.10 **Jakubiak rozgryza Polskę 2** (1) – mag. kulin.
16.40 **Jamie Oliver: 5 składników po śródziemnomorsku** (4)
17.35 **Jamie Oliver: jedz na zdrowie** (4) – dok.
18.30 **Sachie w Nowej Zelandii 2** (4, 5) – dok.
19.25 **M jak mięso 7** (4) – dok.
19.50 **Zgrillowani 2** (3) – mag.
20.15 **M jak mięso 10** (2, 3)
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 9**
23.55 **Bitwa na smaki: David vs Matteo** (4, 5) – mag.

TVN TURBO HD

10.15 **Ciężarówką przez Stany 4** (7) – pr. rozrywk.
11.15 **101 napraw** (4, 5) – mag.
12.15 **Jeździć, obserwować** (4)
13.00 **Mobilni mechanicy** (6, 7)
14.30 **Zawodowi handlarze**
16.00 **Wojny samochodowe**
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Wojny samochodowe**
20.15 **Moto kombat** (7) – mag.
21.00 **Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia** (7, 8) – rozr.
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Jeździć, obserwować**
23.45 **Zawodowi handlarze**
0.30 **Nauka jazdy** (7) – pr. rozrz.
1.00 **101 gadżetów motoryzacyjnych** (9)

NOWA TV DVB T

9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (14, 2) – kom.
10.30 **Więzienie** (40-42) – dok.
12.00 **Poirot 3** (9, 10) – krym.
14.00 **Świat według Kiepskich** (415, 416) – kom., Pol. 2013
15.00 **Świat według Bundych** (39-44) – serial komediowy
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (11) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (19-22)
21.00 **Zdrady** (39) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (73, 74, 86) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (67, 68)
3.50 **Wehikuł czasu** (820, 819)
4.00 **Sala operacyjna 4** (5, 7)
5.00 **Pod lupą** (4, 5) – magazyn

METRO

8.30 **Szpital** (848, 849)
10.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (417, 418)
12.30 **SOS Ekipy w akcji** (1)
13.30 **Brzydula** (93, 94) – kom.
14.40 **Za głosem serca** (6)
15.50 **Magda M. 2** (7) – obycz.
16.55 **Idź na całość 2** (1) – rozr.
18.00 **Złomowisko PL 2** (4)
19.00 **Kartoteka 5** (25, 26)
21.05 **Kryminalni** (1, 2) – krym.
23.15 **Kuba Wojewódzki** (4)
0.25 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4** (6) – dok.
1.20 **Szpital** (832) – paradok.
2.20 **Szkoła** (593) – paradok.
3.20 **Nowa Maja w ogrodzie 6** (2, 3) – mag.

ANTENA HD DVB T2

14.05 **Klątwa Wyspy Dębów 3**
15.00 **Poszukiwacze Złota: Żądza Bogactwa 2** (2, 3)
16.00 **Australijscy Poszukiwacze Złota: Skarby** (3) – dok., Australia
17.00 **Australijscy poszukiwacze złota** (1)
18.00 **77 TV** (1) – pr. rozrywk.
19.00 **77 TV 5** (27) – pr. rozrywk.
20.00 **Morderstwa we Francji**
FILM **– Saint-Paul de Vence** – krym., Fr. 2017, 120 min
22.00 **Detektyw Candice: Niezawodny instynkt 3** (6) – serial kryminalny, Fr.
23.10 **Balthazar: Śledczy fenomen 2** (6) – krym., Fr.

WP DVB T

13.00 **Makłowicz w podróży**
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 4** (11, 12)
16.00 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 3** (3)
16.55 **Pogoda**
17.00 **Kiedy kwitnie miłość**
P! – komedia romantyczna, Australia 2022, 120 min
19.00 **Strażacy z sąsiedztwa** (13) – serial dok., Pol. 2025
20.00 **Policjanci z sąsiedztwa 4** (6, 7)
21.55 **Pogoda**
22.00 **Mistrzowie Kabaretu 10** (3) – program rozrywkowy
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 14**
0.00 **Mistrzowie Kabaretu 8**

C+ DOMO HD

13.05 **Pogromcy bałaganu 3** (3)
14.05 **Cudotwórcy – pod presją** (2) – serial dokum.
15.00 **Po pierwsze: lokalizacja!** (9) – dok.
15.55 **Daleko od miasta 15** (10)
16.25 **Małe-wielkie zmiany** (1)
16.50 **Gardeners' World 16** (6)
18.00 **Ucieczka na wieś 22** (43)
18.55 **Wielkie projekty: Australia 10** (7) – dok.
20.00 **Daleko od miasta 11** (3, 4) – serial dok., Pol. 2023
21.00 **Cudotwórcy – pod presją** (3) – serial dokum.
22.00 **Cztery pory roku w ogrodach Kew 2** (5)
22.55 **Gardeners' World 14** (25)

HGTV HD

9.05 **Remontujemy dom na plaży 8** (4) – pr. rozr.
10.00 **Najdziwniejsze domy na wynajem** (5, 6) – rozr.
11.05 **Usterka 11** (2, 3)
12.35 **Podwórkowa reaktywacja 9** (7-10)
14.30 **Mieszkanie na miarę 2**
16.25 **Polowanie na ogród 6**
18.15 **Weekendowa metamorfoza 3** (1) – rozr.
19.05 **Pogromcy chaosu** (3)
20.05 **Dorota was urządzi!**
21.35 **Będzie pięknie** (6) – rozr.
22.35 **House Hunters – Poszukiwacze domów 3** (3-6) – pr. rozr.
0.45 **Usterka 11** (31) – fab.-dok.

P! Premiera w TV

STACJE DZIECIĘCE | STACJE INFORMACYJNE

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (334) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (987, 988) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 **Sekrety rodziny** (77-79) – paradok., Pol.
11.30 **Trudne sprawy** (980) – serial paradokum.
12.30 **Dlaczego ja?** (1410, 1411) – paradok.
14.30 **Świat według Kiepskich** (257-261) – serial kom., Pol. 2007
17.00 **48h. Zaginieni** (217, 218) – krym., Pol.
19.00 **Gliniarze** (1026) – serial paradokum.
20.00 **Ślad** (18) – krym., Pol.
21.00 **Gliniarze** (821) – serial paradokum.

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 **Wydarzenia**
6.45 **SuperLudzie Extra** (57) – magazyn
7.00 **Na ratunek 112** (771, 772) – paradok.
8.00 **Doktor Martin** (37, 38) – serial obycz.
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **SuperMocni** (3, 4)
11.30 **Świat według Kiepskich** (370-373) – serial kom.
13.30 **Bitwa o palety** (10)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (10) – reality show
16.30 **Ninja Warrior Polska** (38)
18.25 **Świat według Kiepskich** (474, 475, 560) – kom.
20.00 **Złomiarze** (30) – dok.

TV 6 DVB T

6.00 **Więzienie** (125, 126) – serial dokumentalny, Polska 2022
6.55 **Policjantki i Policjanci** (767, 768) – serial obyczajowy, Polska 2020
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (86, 87) – serial sensacyjny, Niemcy
10.55 **48h. Zaginieni** (235-237) – serial kryminalny, Polska 2023
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1229) – serial obyczajowy, Polska 2024
14.55 **Uroczysko** (103, 104) – serial kryminalny, Polska 2024

BBC FIRST HD

6.00 **Z pamiętnika położnej 11** (5)
6.50 **Ulica nadziei 4** (6, 7)
8.45 **Lewis 9** (4) – krym.
9.40 **Ojciec Brown 3** (7)
10.40 **Śmierć pod palmami 6** (6) – krym.
11.45 **Z pamiętnika położnej 11** (5)
12.55 **Ulica nadziei 4** (8)
13.55 **Ulica nadziei 5** (1)
15.00 **Ojciec Brown 10** (8)
16.00 **Lewis 9** (4) – krym.
17.00 **My Life is Murder 2** (4) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 15** (5)
19.55 **Śmierć pod palmami 6** (7) – krym.
21.00 **Line of Duty – Wydział wewnętrzny** (5)

TVP ABC DVB T2

10.20 **Przygody Bolka i Lolka** (37, 38) – anim.
10.45 **Rodzina Treflików 3**
11.10 **Odo** (59-61) – anim.
11.35 **Stacyjkowo** (89, 90)
11.55 **Pszczółka Maja** (3)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
13.00 **Ugotuj nam bajkę**
13.20 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
13.45 **Świnka Peppa 11**
14.10 **Henrietta** (33, 34)
14.30 **Oli i Luna** (31, 32)
14.55 **Oktonauci 4**
15.20 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (55) – mag.
15.40 **Billy – chomik, który został kowbojem** (5, 6) – serial anim., Fr.
16.05 **Pat i świat** (22-24)
16.35 **Dino Ranczo** (107, 108) – anim., Kan.

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



22.00 Komisarz Mama (11) – Polska 2021

Pacjenci oddziału kardiologicznego otrzymują anonimy z wyznaczoną datą ich śmierci. Jeden z adresatów umiera. Piotr i Maria mają pewne podejrzenia.

23.00 **Świat według Kiepskich** (409, 410) – serial kom., Pol. 2013
0.00 **Ślad** (92) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (36) – serial paradokum.
2.10 **Wydarzenia**
2.45 **Interwencja** – mag.
3.00 **Ewa gotuje** (519, 520)
4.00 **SuperLudzie** (2, 3)

SENSACYJNY



21.00 7 sekund – Rumunia/Szwajcaria/Wlk. Bryt. 2005, 130 min

FILM

Jack przygotowuje napad na auto wiozące gotówkę z kasyn. W jego ręce trafia cenny obraz, który zamierzał ukraść rosyjski gang. Niebawem Rosjanie porywają wspólnika mężczyzny.

23.10 **S.W.A.T.: Miasto w ogniu** – film sens., USA 2011, 100 min
0.50 **Świat według Kiepskich** (419-424) – serial kom., Pol. 2013
3.55 **Nasz nowy dom** (251, 252)

SENSACYJNY



16.00 Kobra – oddział specjalny (88, 89)

Behler depcze Tomowi i Semirowi po piętach. Kiedy przywódczyni gangu dowiaduje się o ich ucieczce, robi wszystko, by pozbyć się funkcjonariuszy.

18.05 **Strażnik Teksasu** (19, 20) – serial sens.
20.05 **CSI: Kryminalne zagadki Miami 4** (95) – serial kryminalny
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (96) – serial kryminalny
22.00 **Czarna lista** (4) – serial kryminalny

KRYMINALNY



22.10 Line of Duty – Wydział wewnętrzny 2 (1)

Zorganizowano zasadzkę na policyjny konwój. Atak przeżyła jedynie detektyw inspektor Lindsay Denton. Staje się ona główną podejrzaną. Sprawę bada Arnott.

23.25 **Zaproszona** (4) – krym., Wlk. Bryt. 2025
0.40 **Ulica nadziei 5** (1)
1.40 **Morderstwa w Midsomer 15** (5)
3.35 **Ojciec Brown 10** (8)
4.25 **Ojciec Brown 3** (7)
5.10 **My Life is Murder 2** (4) – serial kryminalny

ANIMOWANY



17.05 Pszczółka Maja (109, 110) – Niemcy/Francja 2012

Maja chce poprawić humor Guciowi i prosi przyjaciół, by pozwolili mu wygrać mecz. Ten nabiera pewności siebie.

17.30 **Kosmo-kumple** (5, 6)
18.00 **Kucharz Shane**
18.30 **Yakari** (31, 32) – anim.
19.00 **Ptyś i Bill**
19.10 **Pamiętnik Florki**
19.20 **Piotruś Królik**
19.45 **Wegezaury 3**
19.50 **Lupin wśród bajek**
20.05 **Grizzy i Lemingi 2**
20.20 **Luke, podróżnik w czasie** (5, 6)

INFORMACYJNY



20.10 Fakty o świecie

Podsumowanie najważniejszych wydarzeń z areny międzynarodowej, poruszających historii i najlepszych zdjęć z całego świata.

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** (38) – dok.
6.30 **Kołowrotek** (196) – mag.
7.00 **Dorwać tuńczyka** (2, 3)
9.00 **Wojny magazynowe**
10.00 **Wojny kontenerowe**
11.00 **Hardkorowy lombard**
14.00 **Polacy za granicą**
16.00 **Złomiarze** (47, 48) – dok.
18.05 **Poszukiwacze historii** (128-131) – serial dok., Pol.
20.05 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (132-135)
22.00 **Górale** (243) – serial dok.
22.30 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** – serial dokum., Polska
4.00 **Starożytni kosmici** – serial dokum., USA

FOOD NETWORK HD

13.10 **Sąsiedzi kontra sąsiedzi**
14.10 **Akcja: Restauracja! 19**
15.10 **Ogniem i patelnią 2** (5)
16.15 **Kuchenne rewolucje** (11)
17.15 **Sexy kuchnia Magdy Gessler** (7) – mag. kulin.
17.50 **Zamiana szefów kuchni**
18.50 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** (9)
19.50 **Perfekcyjni gospodarze 9** (32) – dok.
20.50 **Miasto smaków Guya Fieriego** (9) – reality show
21.55 **Pyszne miejscówki** (10)
23.00 **Posiekani** (1) – telet. kulin.
0.00 **Człowiek, ogień i wyżerka 6** (10-12) – mag.
1.30 **Jedzenie w trasie** (5, 6)

POLSAT RODZINA HD

9.30 **Jeźdźcy smoków** – anim.
11.00 **Podglądacze przyrody**
12.00 **Bogaty dom – biedny dom** (140) – reality show
12.55 **Rodzina zastępcza** (281, 282) – kom., Pol. 2008
14.50 **Wielkie wycieczkowce**
15.50 **Świat z góry** (9, 10) – dok.
17.05 **Pingwiny z Madagaskaru** (33-36)
19.00 **Rodzina zastępcza** (164) – serial komediowy, Polska
20.00 **Miodowe lata** (25, 26, 28)
21.55 **Nasz nowy dom**
23.50 **Historia broni** (4, 5) – dok.
2.00 **Ewa gotuje** (464, 465)
3.00 **SuperLudzie** (37, 38)
4.00 **Kołowrotek** (179, 180)

BBC LIFESTYLE HD

13.05 **Mistrzowie szycia 6** (8)
14.15 **Wielkie brytyjskie wypieki 16** (3) – pr. rozr.
15.35 **Zapraszam do stołu 22**
17.40 **Rezydencje na Mauritiusie** (9) – dok.
18.45 **Mistrzowie szycia 6** (9)
19.50 **Wielkie brytyjskie wypieki 16** (4) – pr. rozr.
21.00 **10 lat mniej w 10 dni 2** (16) – serial dok., Wlk. Bryt.
22.00 **Superchirurdzy: szansa na życie 2** (3) – serial dok.
23.00 **Wstydliwe choroby: online – co dalej** (1) – dok.
0.00 **Ratunek dla skóry 3** (6)
0.55 **Rezydencje na Mauritiusie** (9) – dok.

NICK JR. HD

16.24 **Świnka Peppa 8** (35)
16.29 **Świnka Peppa 6** (6-8)
16.49 **Świnka Peppa 4**
17.19 **Świnka Peppa 6** (24)
17.23 **Świnka Peppa 2** (6, 8)
17.40 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (20) – anim., Fr.
18.05 **Barbapapa i jego rodzinka** (20) – serial anim.
18.30 **Dora** (11) – serial anim.
18.55 **Santiago z mórz** (1, 12)
19.40 **Rubble i jego ekipa** (22)
20.00 **Dobranocki z Ryanem**
20.32 **Świnka Peppa** (39)
20.36 **Świnka Peppa 8** (18)
20.41 **Świnka Peppa** (12, 13)
20.55 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (13-15) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Punkt widzenia Szubartowicza** – pr. publ.
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – program publicystyczny
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 **Wodecki Twist – Tylko w kinie** (2) – koncert
14.00 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (35) – teleturniej
14.35 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka**
15.00 **Operacja zdrowie** (64)
15.30 **Ojciec Mateusz 7** (93, 94)
17.20 **Góry Europy** (3) – cykl dok.
18.30 **Żona dla Polaka** (2)
19.30 **Miłość i nadzieja** (339)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (320)
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (300) – obycz.
22.30 **Szabla od Komendanta** – komedia, Polska 1995, 115 min

FILM

0.25 **Dzieci duchy** – film dok.

E! ENTERTAINMENT HD

6.00 **Plastyczna fuszerka**
7.00 **Z kamerą u Kardashianów** (5, 10)
8.50 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (11, 12)
14.20 **Plastyczna fuszerka** (18)
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (17, 18)
20.30 **Plastyczna fuszerka**
22.30 **Błędy natury** (1, 2) – dok.
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (11, 12)
3.00 **Plastyczna fuszerka** (19)

TV TRWAM DVB T

18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone** – pr. publ.
19.25 **Rodzinny Ogród Zoologiczny „Królestwo Stworzenia"** (2) – eduk.
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Kartka z kalendarza – powstanie warszawskie** – pr. eduk.
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Głos serca** (87) – obycz.
22.45 **Kapelani Niepodległej** – film dokumentalny, Pol.

BBC BRIT HD

10.25 **Ikony motoryzacji** (6)
11.25 **Brytyjskie fabryki 7** (9)
12.30 **Top Gear 12** (7) – mag.
13.35 **Ikony motoryzacji** (7)
14.35 **Cuda inżynierii 4** (6)
15.40 **Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 3** (15)
16.40 **Brytyjskie fabryki 7** (9)
17.50 **Top Gear 13** (1) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii 4** (6)
20.00 **Brytyjskie fabryki 8** (1)
21.00 **Fenomeny współczesnego życia 3**
22.00 **Niewyjaśnione tajemnice: Stonehenge**
23.00 **Top Gear 12** (7) – mag.
0.05 **Top Gear 31** (5) – mag.

MINI MINI+ HD

11.25 **Baczne oczka** (9-12)
11.55 **Marta mówi** (25, 26)
12.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
12.59 **Marta mówi** (27, 28)
13.55 **Moje urodziny** – dla dzieci
14.00 **Basia 2** (8, 9, 1-3) – anim.
15.10 **Kicia Kocia 2** (11-13, 1, 2)
15.55 **Marta mówi** (14, 18, 23)
17.20 **Staś i fajna Babcia** (24, 25) – serial animowany
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.57 **Staś i fajna Babcia** (26)
18.15 **Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia**
18.40 **Dora i przyjaciele** (2, 3)
19.35 **Kicia Kocia** (12, 13)
19.51 **Kicia Kocia 2** (1-3) – anim.
20.25 **Mały Charlie** (11-13, 1, 2)

TVP 3 DVB T2

13.20 **Agropogoda**
13.30 **Pogotowie reporterskie zawsze z Wami**
13.55 **Antenowe remanenty**
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** (221) – serial obycz., Turcja 2022

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

Warto zobaczyć

11.10 KINO POLSKA
Agent nr 1
WOJENNY Rok 1941, Grecja. Jerzy Iwanow-Szajnowicz, as wywiadu, nawiązuje kontakt z Brytyjczykami. Przeprowadza akcje dywersyjne. *Reż.: Zbigniew Kuźmiński, A: Karol Strasburger, Barbara Bargiełowska*
Polska 1971 **145 min ▶ do godz. 13.35**

14.15 ALE KINO+
Sny o miłości
KOMEDIODRAMAT Johanne zakochuje się w nauczycielce. Opisuje własne uczucia. Jej wyznania znajdują mama i babcia, która jest poetką. *Reż.: Dag Johan Haugerud, A: Ella Overbye, Selome Emnetu, Ane Dahl Torp*
Norwegia 2024 **135 min ▶ do godz. 16.30**

16.35 CINEMAX
Wszystko będzie dobrze
OBYCZAJOWY Hongkong. Angie i Pat byli razem ponad 40 lat. Po śmierci partnera kobieta stawia czoło trudnej sytuacji. *Reż.: Ray Yeung, A: Patra Au, Lin Lin Li, Tai-Bo, Ho So-Ying*
Hongkong 2024 **90 min ▶ do godz. 18.05**

17.50 TVN FABUŁA
Niania w Nowym Jorku
KOMEDIA ROMANTYCZNA Młoda antropolog zostaje opiekunką dziecka. Banalna posada okazuje się szkołą życia. *Reż.: Robert Pulcini, Shari Springer Berman, A: Scarlett Johansson*
USA 2007 **130 min ▶ do godz. 20.00**

18.00 FILMBOX+ HITS
Bigger: Historia Joego Weidera
BIOGRAFICZNY Losy twórców sportowego imperium. Odkryli oni talent Arnolda Schwarzeneggera, działali na rzecz kobiet. *Reż.: George Gallo, A: Kevin Durand, Tyler Hoechlin, Max Martini*
USA 2018 **120 min ▶ do godz. 20.00**

18.25 HBO
No hej!
KOMEDIA Iris postanawia przekonać swojego chłopaka do stałego związku. Stosuje drastyczne metody. Wciąga również przyjaciół w intrygę. *Reż.: Sophie Brooks, A: Molly Gordon, Logan Lerman, John Reynolds*
USA 2025 **95 min ▶ do godz. 20.00**

21.00 PULS 2
Planeta singli 3
KOMEDIA ROMANTYCZNA Po wielu perypetiach Tomek i Ania postanawiają się pobrać. Przygotowania do wesela okażą się testem ich miłości. *Reż.: Sam Akina, Michał Chaciński, A: Agnieszka Więdłocha*
Polska 2019 **125 min ▶ do godz. 23.05**

22.30 TVP KOBIETA
Grace, księżna Monako
BIOGRAFICZNY Aktorka Grace Kelly zostaje żoną księcia Rainiera III. Sześć lat później księżnę odwiedza Hitchcock. *Reż.: Olivier Dahan, A: Nicole Kidman, Milo Ventimiglia, Parker Posey*
Fr./USA/Bel. 2014 **115 min ▶ do godz. 0.25**

→ filmowe hity


Indianka Naru ryzykuje życie, by ocalić swój lud przed tajemniczym przybyszem.





20.00 POLSAT
Predator: Prey
THRILLER SF Kraina Komanczów staje się areną pojedynku młodej wojowniczki i bestii z kosmosu.

HIT DNIA
Rok 1719, Wielkie Równiny. Należąca do plemienia Komanczów Naru marzy o tym, by podczas polowań być równie sprawna jak jej starszy brat, Taabe, którego uważa za doskonałego myśliwego. Pewnego dnia, gdy razem tropią jelenia, dziewczyna zauważa na niebie zagadkowe światła. Uświadamia sobie, że w lasach czai się coś niepokojącego. Ponieważ nikt ze starszyzny nie słucha jej przestróg, postanawia sama z wiernym psem u boku to zbadać. Niebawem, mając jedynie prymitywną broń, będzie musiała stawić czoło drapieżnikowi z kosmosu, który dysponuje zaawansowanym technologicznie arsenałem. Tymczasem w okolicy zjawiają się Francuzi, którzy także zamierzają schwytać przybysza z gwiazd. Naru i Taabe zostają przez nich pojmani. Rodzeństwo ma stanowić przynętę na budzącą grozę istotę. **HD 130 min ▶ do godz. 22.10**

USA 2022 **Reż.:** Dan Trachtenberg **Wyst.:** Amber Midthunder, Dane DiLiegro, Harlan Blayne Kytwayhat



20.00 TVN
Assassin's Creed
PRZYGODOWY Callum (Michael Fassbender) zyskuje dostęp do zapisanych w genach doświadczeń swojego przodka z czasów wielkiej inkwizycji. Wkrótce sam musi stawić czoło potężnej współczesnej organizacji.
Reż.: Justin Kurzel Wyst.: Jeremy Irons
USA 2016 **HD 150 min ▶ do godz. 22.30**



20.00 TVN 7
After 4. Bez siebie nie przetrwamy
MELODRAMAT Na jaw wychodzą tajemnice Tessy (Josephine Langford) i Hardina (Hero Fiennes Tiffin). Dziewczyna uznaje, że powinna odpocząć od partnera. Wyjeżdża do Nowego Jorku.
Reż.: Castille Landon Wyst.: Louise Lombard
USA 2022 **HD 130 min ▶ do godz. 22.10**



20.00 TVP KULTURA
Cały ten zgiełk
MUSICAL Joe Gideon (Roy Scheider) chce wystawić na Broadwayu spektakl muzyczny. Mimo wyczerpania nie zmienia trybu życia. Obsesyjnie dąży do perfekcji, nadużywa alkoholu. Rozpoczyna dialog ze zjawą – Angelique.
Reż.: Bob Fosse Wyst.: Jessica Lange
USA 1979 **HD 135 min ▶ do godz. 22.15**



22.05 STOPKLATKA
The November Man
SENSACYJNY Emerytowany agent CIA Peter Devereaux (Pierce Brosnan) jedzie do Moskwy. Wpada na trop międzynarodowej afery szpiegowskiej. Ściga go dawny uczeń David Mason, który chce pokrzyżować jego plany.
Reż.: Roger Donaldson Wyst.: Luke Bracey
USA 2014 **HD 125 min ▶ do godz. 0.10**



22.10 POLSAT
Morbius
HORROR Biochemik Michael Morbius (Jared Leto) cierpi na rzadką chorobę. Poszukując skutecznego lekarstwa, wszczepia sobie geny nietoperza. Wskutek eksperymentu zamienia się w bestię żywiącą się ludzką krwią.
Reż.: Daniel Espinosa Wyst.: Matt Smith
USA 2022 **HD 130 min ▶ do godz. 0.20**



22.10 TVN 7
Głupi i głupszy
KOMEDIA Fajtłapowaty kierowca limuzyny Lloyd (Jim Carrey) odwozi na lotnisko pasażerkę. Kobieta zostawia walizkę, którą on postanawia jej oddać. Wraz z równie mało rozgarniętym kolegą rusza do kurortu narciarskiego.
Reż.: Peter Farrelly Wyst.: Jeff Daniels
USA 1994 **HD 135 min ▶ do godz. 0.25**

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

→ filmowe hity


Maja i Hubert czują się skrępowani obecnością kochanki przyjaciela.

22.25 TVP 1

Fucking Bornholm

KOMEDIODRAMAT Przyjaciele jadą z dziećmi na kemping. Pewien incydent burzy wakacyjną beztroskę.

HIT DNIA Maja i jej mąż Hubert razem z przyjacielem Dawidem, jego nową partnerką i dziećmi udają się na kemping na wyspie Bornholm. Jeżdżą tam wspólnie co roku od wielu lat. Tym razem czują się niezręcznie z uwagi na obecność kochanki Dawida. W nocy dochodzi do incydentu, który psuje atmosferę. Kaj, młodszy syn Huberta i Mai, zaczyna się niepokojąco zachowywać. Unika też zabaw ze starszymi chłopcami. Nakłoniony przez mamę wyznaje szokującą prawdę. Relacje między dorosłymi zostają wystawione na próbę. HD 110 min ▶ do godz. 0.15

Polska 2022 **Reż.:** Anna Kazejak **Wyst.:** Agnieszka Grochowska, Maciej Stuhr, Grzegorz Damięcki, Jaśmina Polak

→ sport



17.50 POLSAT SPORT 1

Turcja – Łotwa

SIATKÓWKA LIVE Po niedawnym zwycięstwie w Lidze Narodów Turczynki przystępują do czempionatu Starego Kontynentu jako jedne z faworytek. Na początek siatkarki znad Bosforu czeka konfrontacja ze znacznie niżej notowanymi Łotyszkami. HD 130 min ▶ do godz. 20.00



20.00 POLSAT SPORT 1

Diamentowa Liga w Lozannie

LEKKOATLETYKA LIVE Po emocjach związanych z mistrzostwami Europy w Birmingham lekkoatleci wracają na mityngi Diamentowej Ligi. O dobry wynik w Szwajcarii powalczy m.in. Armand Duplantis. HD 150 min ▶ do godz. 22.30

→ rozrywka



11.25 TVN

Babski biznes

LIFESTYLE Martyna wraz z mężem prowadzi w Złotoryi gospodarstwo produkujące przetwory z własnych plonów i ziół. Brakuje im klientów, promocja w mediach społecznościowych jest nieskuteczna i nie mają chwytliwej nazwy. Para liczy na pomoc Marty Klepki. HD 70 min ▶ do godz. 12.35



18.50 TVP 2

Jeden z dziesięciu

TELETURNIEJ W rywalizacji bierze udział dziesięcioro zawodników. Gra toczy się do chwili, gdy pozostanie ich tylko troje. Biorą oni udział w rozgrywce finałowej, zakończonej wyłonieniem zwycięzcy. Gospodarzem programu jest Tadeusz Sznuk. HD 35 min ▶ do godz. 19.25



20.00 TV PULS

Krwawa zemsta

SENSACYJNY Więzień Cain Burgess (Scott Adkins) dostaje przepustkę do chorej matki. Gdy odkrywa, że kobieta niedawno zmarła, w szale obezwładnia stróżów prawa i ucieka. Zamierza wziąć odwet na wspólnikach.

Reż.: Jesse V. Johnson Wyst.: Craig Fairbrass
Wlk. Bryt. 2019 HD 115 min ▶ do godz. 21.55



22.05 TV 4

Rycerz króla Artura

PRZYGODOWY Sir Lancelot (Richard Gere) ratuje przed napaścią narzeczoną władcy Camelotu, Ginewrę (Julia Ormond). Zakochuje się w niej z wzajemnością. Oboje zostają poddani trudnej próbie.

Reż.: Jerry Zucker Wyst.: Sean Connery
USA 1995 HD 170 min ▶ do godz. 0.55



20.25 C+ SPORT 3

PKO BP Ekstraklasa

PIŁKA NOŻNA LIVE Piąta kolejka PKO BP Ekstraklasy rozpocznie się od ciekawie zapowiadających się derbów Krakowa, w których Cracovia podejmie przy Kałuży Wieczystą. Czy Pasy poradzą sobie z beniaminkiem? HD 125 min ▶ do godz. 22.30



20.00 TV 4

Gwiazdy Kabaretu

SATYRA Przegląd ekip, które pojawiły się w tym sezonie. Widzowie zobaczą ponownie kabarety: Smile w skeczu „Paszport", Czesuaf i ich „Tydzień po świętach" oraz Ciach, który przygotował „Spa u dziada". Show prowadzi Robert Korólczyk. HD 60 min ▶ do godz. 21.00



22.30 TVN

Ciche miejsce

HORROR Świat zdominowały krwiożercze bestie. Ludzie muszą żyć w absolutnej ciszy, aby ich nie zwabić dźwiękiem. O przetrwanie walczą między innymi ciężarna Evelyn (Emily Blunt), jej mąż (John Krasinski) i dzieci.

Reż.: John Krasinski Wyst.: Noah Jupe
USA 2018 HD 105 min ▶ do godz. 0.15

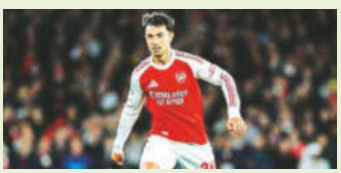


23.45 TV PULS

American Fighter

SENSACYJNY Wrestler Ali Jahani (George Kosturos) trenuje pod opieką Duke'a. Z czasem daje o sobie znać jego mroczna strona natury. Jako uczestnik brutalnych pojedynków nie cofnie się przed niczym, by wygrać.

Reż.: Shaun Paul Piccinino Wyst.: Bryan Craig
USA 2019 HD 135 min ▶ do godz. 2.00



20.50 C+ EXTRA 1

Arsenal FC – Coventry City

PIŁKA NOŻNA LIVE Aż ćwierć wieku trwał rozbrat Coventry z Premier League. Prowadzeni przez słynnego Franka Lamparda Błękitni w 1. kolejce nowego sezonu zmierzą się z broniącymi tytułu Kanonierami. HD 135 min ▶ do godz. 23.05

→ dokument



21.00 NATIONAL GEO.

9/11: Zjednoczeni

REPORTAŻ W chwili ataku na północną wieżę WTC pracownik myjący okna uwolnił z zablokowanej windy trzech mężczyzn i umożliwił im ucieczkę. Po 25 latach ocaleni dziękują mu za pomoc. HD 60 min ▶ do godz. 22.00

TVP 1 HD DVB T2

4.40 **Splątane losy** (27) – serial obyczajowy, Turcja 2024
5.30 **Akacjowa 38** (922) – telenowela, Hiszpania 2018
6.35 **I Choose Poland** (6) – telen. dok.
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
7.30 **Welon, fura i brawura** (12)
8.00 **Serwis Info** – program inform.
8.10 **Pogoda Info**
8.15 **Noce i dnie** (1): Bogumił i Barbara – serial obyczajowy, Polska 1977, wyk. Jadwiga Barańska, Jerzy Bińczycki
9.15 **Ranczo 9** (114)
10.10 **Komisarz Alex 24** (297)
11.05 **Ojciec Mateusz 18** (238)
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: Supermoce fluorescencji** – film dokumentalny, Fr. 2025
14.00 **Splątane losy** (28)
15.00 **Serwis Info** – program inform.
15.10 **Pogoda Info**
15.25 **Gra słów. Krzyżówka** (1089)
16.00 **Dziedzictwo** (1008) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
18.05 **Reporterzy** – mag. reporterów
18.25 **Akacjowa 38** (939) – telenowela, Hiszpania 2018
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
20.10 **Sport, pogoda**
20.30 **Ojciec Mateusz 35** (448) – serial kryminalny, Polska 2026

TVP 2 HD DVB T2

4.35 **Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2026
5.30 **M jak miłość** (1821) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.20 **Anna Dymna – spotkajmy się:** Michał Płoszyński – talk-show
6.55 **Barwy szczęścia** (3380) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.35 **Operacja zdrowie** (79) – magazyn medyczny
12.10 **Msza święta Kościoła Starokatolickiego Mariawitów w Płocku**
13.15 **Panna młoda** (176) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 **Va banque** (1045) – teleturniej
14.35 **Na sygnale** (903): Co robisz, Janku? – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (460) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
Maria wyznaje Salvadorowi, że postanowiła wrócić do pisania opowieści. Catalina przekazuje Adrianowi list z przeprosinami, a mężczyzna wkrótce ponownie ją odwiedza. W pałacu służba organizuje spotkanie ku czci Pii.
16.00 **Koło fortuny** (1934) – teleturniej
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (177) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 **Va banque** (1046) – teleturniej
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
19.25 **Barwy szczęścia** (3381) – serial obyczajowy, Polska 2026

POLSAT HD DVB T2

4.40 **Disco Gramy**
5.25 **Telezakupy TV Okazje**
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
9.15 **Malanowski i partnerzy** (399, 401): Miłość bez zasad; Tajemnicza klepsydra – fab.-dok., Polska 2012
Ewa dostaje od byłego partnera wulgarne wiadomości. Prosi detektywów o pomoc. Sprawa jest bardziej skomplikowana, niż początkowo się wydawało.
10.20 **Trudne sprawy** (963) – serial paradokumentalny, Polska 2020
11.20 **Dlaczego ja?** (1562, 1563) – paradok., Polska 2026
Fizjoterapeutka Justyna wraca z Anglii z córką Natalią, by opiekować się chorą matką. Wkrótce dołącza jej partnerka Magda. Publiczny pocałunek podczas otwarcia salonu masażu ujawnia związek kobiet.
13.20 **Gliniarze** (932, 933) – serial paradokumentalny, Polska 2024
15.30 **Wydarzenia 24**
15.50 **Pogoda**
15.55 **Milionerzy** – teleturniej
16.35 **Gliniarze** (1131, 1132) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Zamordowano bezdomnego mężczyznę. Policjanci odkrywają, że mimo trudnej sytuacji życiowej mógł on posiadać cenny przedmiot. Przeszłość denata odgrywa ważną rolę w ustaleniu motywu zbrodni.
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** (1736) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 **Kuchenne rewolucje** (2): Biedrusko – Czterej Pancerni – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.25 **Babski biznes** (3) – program rozrywkowy
12.35 **Kuchenne rewolucje** (5): Wrocław, Tarta Poducha – program rozrywkowy
13.40 **Ukryta prawda** (1537, 1538, 1590) – serial paradok., Polska
Martyna kończy związek z Natanem. Chłopak szuka zemsty. Dziewczynę ratuje z opresji sąsiad. Między nimi rodzi się uczucie. Okazuje się, że mężczyzna jest poszukiwany przez policję.
16.50 **Szpital św. Anny** (95) – serial obyczajowy, Polska 2026
Ekipa ratownicza Tomka interweniuje u 30-latka, który spadł z dachu. Maciek diagnozuje 60-latkę wymagającą natychmiastowej operacji. Zwierza się też Kaśce ze swoich obaw o syna.
17.55 **Detektywi** (266) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2025
Do biura śledczych trafia kobieta przekonana, że jej ojciec nie popełnił samobójstwa. Katarzyna analizuje dotychczasowe ustalenia. Znajduje w kalendarzu zmarłego niepokojący wpis z dnia jego śmierci.
19.00 **Fakty, sport i pogoda**
19.50 **Uwaga!** – magazyn reporterów

20

KRYMINALNY



21.25 Drelich (5) – Polska 2025

Drelich zostaje schwytany przez gangstera Stryja, swojego dawnego znajomego. Dostaje ultimatum: otrzyma pomoc w rozprawieniu się z Wójcikiem, jeśli zdradzi Kracha. Iza stopniowo pogrąża się w paranoi. Ada i Oleg odkrywają, że są jedynie pionkami w grze.

22.25 **Fucking Bornholm** FILM – komediodramat, Polska 2022, reż. Anna Kazejak, wyk. Agnieszka Grochowska, Maciej Stuhr, Grzegorz Damięcki, Jaśmina Polak, 110 min
0.15 **Szyfry wojny** FILM – dramat wojenny, USA 2002, reż. John Woo, wyk. Nicolas Cage, Adam Beach, Christian Slater, Roger Willie, 140 min
2.35 **Morderstwa w Arbois** FILM – kryminalny, Francja 2024, reż. Laurence Katrian, wyk. Sophie de Fürst, Samir Boitard, Marc Bodnar, Charlotte Gaccio, 95 min
4.10 **Wykrywacz kłamstw** – program publicystyczny
4.30 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
4.50 **Reporterzy** – mag. reporterów
5.05 **Zakończenie**

WIDOWISKO



20.00 Kabaretowa Noc pod Gwiazdami: Kogo tu nie było! (1-3)

50-lecie Lidzbarskich Wieczorów Humoru i Satyry ma szansę stać się powrotem do tradycji stylowych, kultowych kabaretonów, które w wakacyjne wieczory gromadziły przed telewizorami miliony widzów. Na scenie pojawią się m.in.: Marcin Januszkiewicz, Maciej Miecznikowski i Wojciech Mann. Wydarzenie poprowadzą Marzena Rogalska, Artur Andrus i Andrzej Poniedzielski.

23.05 **To jest grane – wakacyjnie** (102) – program muzyczny
23.45 **Lato z Radiem i Telewizją Polską:** Radom – widowisko
0.50 **Kung Fu Yoga** FILM – komedia przygodowa, USA/Chiny/Indie 2017, reż. Stanley Tong, wyk. Jackie Chan, Yixing Zhang, Mu Qimiya, Disha Patani, 120 min
2.50 **Szukając cudów** FILM – dramat obyczajowy, Wielka Brytania/Australia 2020, reż. Paul Mains, wyk. Paz Vega, Edward James Olmos, Antonio de la Torre, Carmen Maura, 90 min
4.20 **Zakończenie**

THRILLER SF



20.00 Predator: Prey FILM – USA 2022, 130 min

HIT DNIA

Rok 1719, Ameryka Północna. Należąca do plemienia Komanczów Naru staje oko w oko z krwiożerczym przybyszem z obcej planety, Predatorem. Podejmuje walkę o bezpieczeństwo mieszkańców swojej wioski. Wkrótce wraz z bratem trafia w ręce Francuzów. Oboje mają posłużyć za przynętę na potwora.

22.10 **Morbius** FILM – horror, USA 2022, reż. Daniel Espinosa, wyk. Jared Leto, Matt Smith, Adria Arjona, Jared Harris, 130 min
Biochemik Michael Morbius cierpi na rzadką chorobę. Poszukując skutecznego lekarstwa, wszczepia sobie geny nietoperza. Zamienia się w bestię.
0.20 **Dlaczego on?** FILM – komedia, USA/Kambodża 2016, reż. John Hamburg, wyk. Zoey Deutch, James Franco, Tangie Ambrose, Cedric the Entertainer, 155 min
2.55 **Nasz nowy dom** (313) – reality show
4.00 **Ewa gotuje** (567) – magazyn kulinarny

PRZYGODOWY



20.00 Assassin's Creed FILM – USA/Francja/Wielka Brytania 2016, 150 min

Callum zyskuje szansę, by przeżywać przygody, których doświadczył jego przodek. Taką możliwość daje technika zapewniająca dostęp do zapisanych w genach wspomnień. Mężczyzna odkrywa, że jest potomkiem tajnego stowarzyszenia. Przyjdzie mu stawić czoło potężnym wrogom.

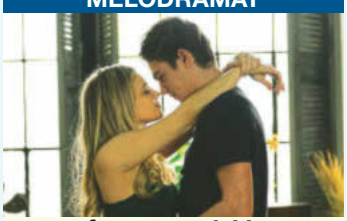
22.30 **Ciche miejsce** FILM – horror, USA 2018, reż. John Krasinski, wyk. Emily Blunt, John Krasinski, Millicent Simmonds, Noah Jupe, 105 min
0.15 **Bumblebee** FILM – film s.f., Chiny/USA 2018, reż. Travis Knight, wyk. Hailee Steinfeld, John Cena, Jorge Lendeborg Jr., Jason Drucker, 145 min
2.40 **Kuba Wojewódzki** (9) – talk-show
3.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów
4.10 **Detektywi** (143) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
5.05 **Nauka jazdy 5** (14) – program rozrywkowy

P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB T2

5.20 **Ten moment** (25) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 **Szkoła** (390-392) – serial paradokumentalny, Polska 2017
8.45 **Ukryta prawda** (1368, 1505, 1506) – serial paradokumentalny, Polska
11.50 **W-11 – Wydział Śledczy** (631-633) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010
13.55 **Kryminalni 3** (9): Samobójcy – serial kryminalny, Polska 2005
Sąsiedzi znajdują zwłoki Natalii. Wszystko wskazuje na to, że popełniła samobójstwo. Zawada trafia jednak na ślad tajemniczego Charona, którego ofiara poznała przez Internet.
15.00 **Szpital** (842, 843) – serial paradokumentalny, Polska 2018
17.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (537): Prześladowca – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
18.00 **SOS Ekipy w akcji** (48) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Pewna dziewczyna traci przytomność. Incydent prowadzi ratowników do odkrycia tajemnicy osiedlowej zielarki.
19.00 **Młode gliny** (5) – serial kryminalny, Polska 2026
W parku zostaje znaleziona pobita dziewczyna. Policja podejrzewa, że była związana z Domem Meduzy, azylem dla kobiet, które doświadczyły przemocy domowej. Agata rozpoczyna tam śledztwo pod przykrywką.

MELODRAMAT



20.00 **After 4. Bez siebie nie przetrwamy** – USA 2022, 130 min
FILM

Związek Tessy i Hardina przechodzi kolejną trudną próbę. Ujawniona rodzinna tajemnica sprawia, że chłopak stara się odreagować, narażając na niebezpieczeństwo. Także dziewczynę dotyka osobisty dramat, gdy umiera jej ojciec. Oznajmia ona ukochanemu, że powinni od siebie odpocząć. Rzuca pracę i przenosi się do Nowego Jorku.

22.10 **Głupi i głupszy** – komedia, USA 1994, reż. Peter Farrelly, wyk. Jim Carrey, Jeff Daniels, Lauren Holly, Mike Starr, 135 min
FILM
0.25 **Zaufanie** – thriller, USA 2021, reż. Brian DeCubellis, wyk. Victoria Justice, Matthew Daddario, Katherine McNamara, Lucien Laviscount, 125 min
FILM
2.30 **Miasta, w których straszy** (3) – serial dokumentalny, USA 2017
3.25 **Fachowcy** (10) – serial paradokumentalny, Polska 2017
4.00 **Usterka 11** (28) – serial fab.-dokum., Polska 2019
4.35 **Dorota was urządzi!** (10) – program rozrywkowy

TV PULS HD DVB T2

6.00 **Policjanci z Miami 4** (12, 13): Sezon na krowy; Wotum zaufania – serial kryminalny, USA 1988
8.00 **Kobra – oddział specjalny** (10, 11): Anioł stróż; Między życiem a śmiercią – serial sensacyjny, Niemcy 2018
10.00 **Zaklinaczka duchów 4** (74) – serial fantasy, USA 2009
11.00 **Kotka** (13) – telenowela, Meksyk 2014
12.00 **Nie igraj z aniołem** (144) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
Lekarz informuje Patricia, że Marichuy nie odzyska wzroku. Rocio telefonuje z zagranicy. do Onelii. Przyznaje się jej, że inaczej wyobrażała sobie związek z Vicentem.
13.00 **Wspaniałe stulecie** (78) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 **Kurierzy 2** (63) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 11** (598, 599) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 **Kurierzy 2** (64): Mistrz podrywu – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Marek nie potrafi znaleźć sobie dziewczyny. Przyjaciel prezentuje mu pomysły na podryw. Samotny chłopak próbuje je wdrożyć.
18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (1003, 1004) – serial obyczajowy, Polska 2026
Norbert podczas urlopu nad morzem poznaje Kaję, w której od razu się zakochuje. Okazuje się, że kobieta jest samotną matką dziesięcioletniego chłopca.

SENSACYJNY



20.00 **Krwawa zemsta** – Wielka Brytania 2019, 115 min
FILM

Cain Burgess przez brata i jego znajomych wplątuje się w szemrane interesy i trafia do więzienia. Podczas odbywania kary dostaje przepustkę do chorej matki. Gdy przekonuje się, że kobieta zmarła, obezwładnia asystujących mu strażników prawa i ucieka. Chce wziąć odwet na wspólnikach...

21.55 **Champion 4: Walka o honor** – film sensacyjny, Bułgaria/USA 2016, reż. Todor Chapkanov, wyk. Scott Adkins, Teodora Duhovnikova, Alon Aboutboul, Julian Vergov, 110 min
FILM
23.45 **American Fighter** – film sensacyjny, USA 2019, reż. Shaun Paul Piccinino, wyk. George Kosturos, Sean Patrick Flanery, Bryan Craig, Tommy Flanagan, 135 min
FILM
Wrestler Ali Jahani chce zdobyć pieniądze na leczenie matki. Bierze udział w nielegalnych walkach. Zaczyna odnosić sukcesy. Ciemna strona osobowości przejmuje nad nim kontrolę.
2.00 **Zobacz to!** – pr. powtórkowe

PULS 2 HD DVB T2

5.50 **Ale numer! 23** (5) – pr. rozrywk.
6.20 **Cosie-Ktosie** (14-16) – anim., Fr.
6.45 **SamSam: Kosmiczne przygody** (30) – serial anim.
7.00 **Blaze i Megamaszyny 7** (23) – serial animowany, USA 2022
7.30 **Psi Patrol 4** (4) – serial anim.
7.50 **Dora 2** (21) – anim., Kanada/USA
8.30 **Wielkie przygody małego rekina 2** (16) – serial dla dzieci, USA/Korea Południowa 2023
8.50 **Masza i Niedźwiedź 7** (18-20) – serial animowany, Rosja 2025
9.25 **Świnka Peppa** (40-42) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
9.45 **Bing** (71, 72) – serial animowany
10.00 **Jeżyk i Sprężynka** (5, 4) – serial animowany, Polska 2023
10.35 **Spidey i superkumple 2** (47, 46) – serial anim., USA 2022
11.35 **Gus. Mały – wielki rycerz 2** (21, 22) – serial anim., Fr. 2021
12.00 **Psi Patrol** (26) – serial anim.
12.35 **Marta mówi 2** (7) – serial anim.
13.00 **Smerfy** (29, 30) – anim., Bel. 1988
14.00 **Baranek Shaun 6** (8-10) – anim.
14.35 **My Little Pony: Przyjaźń to magia** (20) – anim., USA/Kanada
15.00 **Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 3** (5, 6) – anim., Francja/Jap./Korea Południowa
16.00 **Fineasz i Ferb 2** (28, 29) – serial animowany, USA 2007-2011
17.00 **Smerfy** (31, 32) – anim., Bel. 1988
18.00 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (21, 22) – serial animowany, USA
19.00 **Kacze opowieści** (36, 37) – serial animowany, USA 1987
20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (991) – serial obyczajowy, Polska 2026

KOMEDIA ROMANTYCZNA



21.00 **Planeta singli 3** – Polska 2019, 125 min
FILM

Ania i Tomasz planują ślub. Spotkanie ich rodzin obfituje w niespodziewane wydarzenia. Sytuacji nie poprawia matka panny młodej, która przybywa na wesele z dużo młodszym partnerem. Dodatkowym punktem zapalnym okazuje się wizyta ojca Tomka, Maksa.

23.05 **W szczękach rekina** – horror s.f., Australia/Singapur 2012, reż. Kimble Rendall, wyk. Xavier Samuel, Phoebe Tonkin, Sharni Vinson, Richard Brancatisano, 115 min
FILM
Klientów i personel podziemnego supermarketu w australijskim kurorcie terroryzuje bandyta. W tym czasie w wyniku tsunami sklep zostaje podtopiony. Do środka wdziera się rekin.
1.00 **Piła 3** – thriller, USA 2006, reż. Darren Lynn Bousman, wyk. Tobin Bell, Angus Macfadyen, 130 min
FILM
3.10 **Dzielnica strachu 10** (467) – serial krym., Polska 2025-2026
4.05 **Lombard. Życie pod zastaw 5** (247) – serial obycz., Polska 2019
5.00 **Kręcimy z gwiazdami 2** (9)

NETFLIX



RANSOM CANYON 2

Staten Kirkland (Josh Duhamel), odsunięty od kierowania ranczem Double K, podejmuje osobistą walkę – nie tylko o ziemię i nazwisko, lecz także o swoje dziedzictwo. Artystka Quinn O'Grady (Minka Kelly) musi dokonać wyboru między uczuciem i życiem w małym mieście a karierą w Nowym Jorku.
►serial obycz. (8 odc.), USA 2026

PREMIERA



POJMANIE EL CHAPO

W 2016 roku legendarny przestępca Joaquín „El Chapo" Guzmán po raz trzeci ucieka z więzienia. Zostaje zatrzymany do rutynowej kontroli przez dwóch meksykańskich policjantów. Szybko orientują się oni, że to spotkanie oznacza dla nich wyrok śmierci. Podejmują walkę o przetrwanie. Na faktach.
►film krym., Meksyk 2026; 121 min



ZABIJAJ UWAŻNIE 2

Björn Diemel (Tom Schilling) stosuje zasady uważności, porzuca stresującą karierę adwokata i zakłada własną firmę. Reprezentuje dwa mafijne klany, których szefów usunął. Mimo to traci wewnętrzną równowagę. Trener uważności uświadamia mu, że źródłem problemów są nierozwiązane konflikty z dzieciństwa.
►serial sens. (8 odc.), Niemcy 2026



THE UMBRELLA ACADEMY 4

Konsekwencją wydarzeń w Hotelu Nicość jest zresetowanie osi czasu. Victor Hargreeves (Elliot Page) i jego rodzeństwo muszą odnaleźć się w nowej rzeczywistości. Ich ojciec ujawnia się jako zarządca złowrogiego imperium. Akademia Umbrella po raz ostatni jednoczy siły, aby ocalić świat.
►serial fantasy (6 odc.), USA 2024

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.30 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 13** (17) – serial kryminalny, USA/Kan.
7.15 **Ostry dyżur 3** (17, 18) – serial obyczajowy, USA 1996-1997
9.10 **Castle 5** (18, 19) – serial kryminalny
11.10 **Rekrut 4** (11, 12) – serial kryminalny
13.10 **Dowody zbrodni 3** (21, 22) – serial kryminalny, USA 2005
15.10 **FBI 3** (8, 9) – serial kryminalny, USA 2020
17.05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6** (14, 15) – serial krym., USA/Kanada 2006
19.10 **Castle 5** (20, 21) – serial kryminalny

TVP SERIALE HD

5.25 **Rodzinka.pl** (133, 134) – kom., Pol.
6.30 **Na sygnale** (516, 517) – serial fab.-dokum.
7.40 **Ojciec Mateusz 5** (66) – krym., Pol. 2011
8.35 **Komisarz Alex 5** (55) – serial krym., Polska
9.30 **Rodzinka.pl** (135) – serial kom., Pol. 2015
10.05 **Klan** (1482) – telen.
10.40 **Ranczo** (3, 4) – obycz.
12.30 **Komisarz Alex 5** (56) – serial krym., Polska
13.30 **Ojciec Mateusz 32** (417, 418) – krym., Pol.
15.25 **Komisarz Alex 5** (57) – serial krym., Polska
16.15 **Na sygnale** (518, 519) – serial fab.-dokum.
17.25 **Ranczo** (5, 6) – serial obyczajowy, Pol. 2006

TVP KULTURA HD

6.20 **Skaldowie** – wywiad
6.50 **Tamte lata, tamte dni** – magazyn kult.
7.30 **Rawhide 2** (41)
8.35 **Kolekcja** – cykl fel.
8.55 **Gruby** (1) – przyg., Pol.
9.35 **Cyrk** – komedia, USA 1928, 85 min
11.00 **Konnica** – western, USA 1959, 125 min
13.05 **Enzo Ferrari. Czerwony i Czarny** – dok., Włochy/Fr. 2022
14.10 **Soyka Kolektyw**
15.15 **Pies Baskerville'ów** – krym., Wlk. Bryt. 1988, 115 min
17.10 **Gruby** (2, 3) – przyg.
18.25 **Video Killed the Radio Star** (27) – dok.
18.55 **Rawhide 2** (42) – serial przygodowy

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 4** (1) – serial dok., Pol. 2019
7.00 **Przybieżeli** – film krótkometraż.
7.40 **Miss mokrego podkoszulka** – kom., Polska 2002, 75 min
8.55 **The Office PL 3** (5, 6) – serial kom., Pol. 2023
10.00 **Bestia 2** (1, 2) – krym.
12.05 **Vera 14** (1) – krym.
13.55 **Problem** – film krótkometraż.
14.15 **Sny o miłości** – komediodramat, Norwegia 2024, 135 min
16.30 **Mój synek** – thriller, Francja/Belgia 2017, 105 min
18.15 **Vera 14** (2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

CANAL+ PREMIUM HD

9.50 **Peacock** – thriller, USA 2010, 90 min
11.20 **Nadzieja** – dramat sensacyjny, Polska/Niemcy 2006, 100 min
13.00 **Maria Callas. Nieznane lata** – film dokum., Grecja 2024
14.45 **Krucjata Bourne'a** – thriller, USA/Niemcy 2004, 110 min
16.35 **Kawałek po kawałku** – film animowany, USA/Dania 2024, 95 min
18.10 **Łapu capu** – pr. rozr.
18.15 **Wicked** – musical, USA/Kanada/Islandia 2024, 165 min
21.00 **The Walking Dead: Dead City 3** (4) – serial grozy, USA

HBO HD

7.40 **Obóz Niedźwiedzi Pazur** – komedia, Hiszpania/Portugalia 2025, 100 min
9.20 **Moja wina: Londyn** – melodramat, Wielka Brytania 2025, 120 min
11.20 **Dražen** – film biograf., Chorwacja/Serbia/Słowenia 2024, 100 min
13.00 **Na planie 23** (34) – magazyn filmowy
13.30 **Mroczny rycerz** – film sens., USA/Wlk. Bryt. 2008, 150 min
16.00 **The Pitt 2** (5) – obycz.
16.45 **Bliżej** – dramat obycz., USA 2004, 100 min
18.25 **No hej!** – komedia, USA 2025, reż. Sophie Brooks, 95 min

20

SENSACYJNY



21.05 **Uprowadzona 2** – Francja/USA/Turcja 2012, 110 min

Emerytowany agent Bryan Mills jedzie na wakacje do Stambułu z byłą żoną i córką Kim. Staje do nierównej walki z bandytami, którzy zagrażają jego bliskim.

22.55 **Legion** – thriller, USA 2010, 115 min
0.50 **Castle 5** (20, 21)
2.45 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6** (14, 15) – serial krym.
4.45 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4** (20) – krym., USA/Kan.

KRYMINALNY



19.30 **Ojciec Mateusz 32** (419) – Polska 2024

Policja wyjaśnia sprawę teczki pozostawionej przed szpitalem. Opatrzona jest ona notatką „Bez obaw, to tylko darowizna". W śledztwie pomaga ksiądz Mateusz.

20.30 **Komisarz Alex 25** (317) – krym., Pol. 2026
21.30 **Ranczo** (7, 8) – serial obyczajowy, Pol. 2006
23.30 **Ojciec Mateusz 32** (420) – krym., Pol. 2024
0.30 **Glina. Nowy rozdział** (5) – krym.
1.30 **Oficerowie** (12, 13-ost.) – sens.

MUSICAL



20.00 **Cały ten zgiełk** – USA 1979, 135 min

Joe przygotowuje musical. Zapracowany, nadużywa alkoholu i narkotyków. Rozpoczyna dialog ze śmiercią, która jawi mu się pod postacią pięknej Angelique.

22.15 **Pies Baskerville'ów** – film krym., Wlk. Bryt. 1988, 110 min
0.05 **Ella i John** – komedia przygodowa, Włochy/Francja 2017, 125 min
2.10 **Ewa** – anim., Chorwacja/Estonia
2.25 **Prymitywne czasy** – film anim., Niemcy

DRAMAT OBYCZAJOWY



20.10 **Jej twarz** – USA 2016, 155 min

Lekarz Miguel pomaga ludziom w niebezpiecznych rejonach. W Liberii poznaje Wren, szefową organizacji charytatywnej. Zaczyna ich łączyć wzajemna fascynacja.

22.45 **Ocalona** – thriller, Wielka Brytania/USA 2015, 120 min
0.45 **Czarna rzeka** – thriller, Francja/Belgia 2018, 135 min
3.00 **Furioza** (2) – sens.
3.55 **Wiarołom** – dramat obyczajowy, Polska 2021, 80 min

THRILLER



21.50 **Ballerina. Z uniwersum Johna Wicka** – USA/Węgry 2025, 120 min

Osierocona Eve trafia do organizacji Ruska Roma, gdzie szkoli się na bezlitosną maszynę do zabijania. Celem morderczyni jest zemsta na tych, którzy odebrali jej ojca.

23.50 **Wojna o przetrwanie** – horror, Australia 2025, 130 min
2.00 **Niebezpieczne zwierzęta** – thriller, Australia/USA/Kanada 2025, 95 min

THRILLER



20.00 **Nie oddychaj 2** – USA 2021, 95 min

Niewidomy Norman ukrywa się przez lata w domu na uboczu. Towarzyszy mu Phoenix, którą przygarnął po tym, jak jej rodzice zginęli w pożarze. Gdy dziewczyna zostaje porwana, Norman rusza jej na ratunek.

21.35 **Sprzedawcy 3** – komediodramat, USA 2022, 100 min
23.15 **W dzikim galopie** – dramat obyczajowy, USA 2024, 120 min
1.15 **Life** – horror s.f., USA 2017, 100 min

AXN WHITE

8.55 **Napisała: Morderstwo** (1, 2) – serial kryminalny
11.05 **Agenci NCIS 13** (9-11)
14.05 **Dr House** (4) – serial obycz.
15.10 **Pocałuj mnie pod jemiołą** – komedia romant., USA 2021, 110 min
17.00 **Domek na święta** – film obyczajowy, USA/Kanada 2019, 120 min
19.00 **Szpital świętej Marii 2** (6) – serial obycz., Kan. 2021
20.00 **Dowody zbrodni 5** (1, 2)
22.00 **Rekrut 2** (15) – serial krym.
23.00 **Agenci NCIS 13** (9-11)
1.45 **Dowody zbrodni 5** (1, 2)
3.40 **Zaklinacze koni 5** (18)
4.40 **Zaklinacze koni 6** (1)

AXN BLACK

8.55 **Zagadki z przeszłości 3** (13) – przyg., Fr./Niem./Kan.
9.55 **Gwiezdne wrota 8** (8-10)
12.55 **Kobra – oddział specjalny 13** (9) – sens.
14.00 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 5** (22, 23) – sens.
16.00 **Nieustraszony 3** (1) – serial sensacyjny, USA
17.00 **Zagadki z przeszłości 3** (14) – przyg., Fr./Niem./Kan.
18.05 **Gwiezdne wrota 8** (11-13) – s.f., USA/Kan. 2004
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 7** (9-12) – krym.
0.40 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 5** (22, 23) – sens.
2.40 **Ekstradycja 2** (8) – sens.

WARNER TV

9.05 **Bajer z Bel-Air** (19, 20)
10.05 **Prawo Agaty 5** (6)
11.05 **Pełniejsza chata 4** (3, 4)
12.05 **Teraz albo nigdy! 4** (3, 4)
14.00 **Bajer z Bel-Air** (19-22)
16.05 **Pełniejsza chata 4** (3-6)
18.15 **Nowy Jork, nowa miłość** – komedia, USA 2004, 105 min
20.00 **Greystoke: Legenda Tarzana, władcy małp** – film przygodowy, Wielka Brytania 1984, 160 min
22.40 **Zabójcza broń 3** – film sensacyjny, 1992, 135 min
0.55 **Ocean's Eleven: Ryzykowna gra** – komedia sens., 55 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (283-285, 759-762) – serial paradok.
13.00 **Kowalscy kontra Kowalscy** (41-44) – obycz.
15.00 **Świat według Kiepskich** (519-524) – serial kom., Pol.
18.00 **Komisarz Mama** (9, 10) – serial kryminalny, Polska
20.00 **Czarna lista** (5) – serial kryminalny, USA 2013
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami 2** (41, 42) – krym.
22.55 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (43, 44) – krym.
0.50 **Ślad** (8, 9) – serial krym.
2.50 **Święty** (182, 183) – kom.
4.00 **48h. Zaginieni** (162, 163) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

8.35 **Dziki robot** – film animowany, 2024, 100 min
10.15 **O psie, który jeździł koleją 2** – film familijny, Polska 2025, 90 min
11.45 **W kogo ja się wrodziłem?** – film obycz., Polska 2001, 60 min
12.45 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
12.50 **The Holiday** – komedia romant., USA 2006, 130 min
15.00 **L.A.R.P. Miłość, trolle i inne questy** – komedia, Polska 2025, 95 min
16.35 **Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego**
18.05 **Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 2** – film fantasy, USA 2012, reż. Bill Condon, 110 min
19.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Wielka Warszawska** – dramat sensacyjny, Polska 2025, 105 min
21.45 **Zabójcza orka** – horror, Australia/USA/Wielka Brytania 2026, 90 min
23.15 **Wściekłe psy** – film sensacyjny, 1992, 95 min
0.50 **Pornografia** – film obycz., Pol./Fr. 2003, 115 min
2.45 **Julia wraca do domu** – dramat obycz., Niem./Kan./Polska 2002, 115 min
4.40 **PRO8L3M „REALITYCHECK"**
5.30 **Nagie Oko** – krótkometraż.

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Siedem cudów świata z Bettany Hughes** (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 2025
10.45 **Making of CANAL+** – magazyn filmowy
11.00 **Naruto 5** (11-13) – anime
12.30 **Łapu capu Extra** (8) – program rozrywkowy
13.05 **W rytmie wolności** (7, 8) – serial dokumentalny, Pol.
14.45 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
14.50 **Captain Tsubasa** (34-36) – serial anime, Japonia 2018
16.05 **Making of CANAL+** – magazyn filmowy
16.15 **Samoloty bojowe III Rzeszy** (3, 4) – serial dok.
18.20 **Making of CANAL+** – magazyn filmowy
18.25 **Godzina zero** (1, 2) – serial krym., Wlk. Bryt.
19.55 **Making of CANAL+** – magazyn filmowy
20.00 **Rok za rokiem** (3, 4) – serial obycz., Wlk. Bryt.
22.00 **The Walking Dead: Dead City 2** (7, 8) – serial grozy, USA 2025
23.40 **Wywiad z wampirem** (3, 4) – serial fantasy, USA
1.15 **Łapu capu Extra** (8) – program rozrywkowy
1.50 **Edukacja XD** (6-10) – serial komediowy, Polska
4.30 **Ekspedycja XD** – serial komediowy, Polska 2026
5.30 **Łapu capu Extra** (5) – program rozrywkowy

CANAL+ 360 HD

8.00 **Porzucone konstrukcje** (2) – serial dok., Wlk. Bryt.
8.55 **Z archiwów historii** (6)
10.00 **Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie** (3) – pr. rozr.
11.00 **Odprawa przedmeczowa** – pr. publ.
13.00 **Porzucone konstrukcje** (6) – serial dok., Wlk. Bryt.
14.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach** (10) – dok.
14.55 **Wykrywacz historii** (1)
16.00 **Lotnisko na Alasce 5** (2)
16.55 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (4) – serial dok., Niem. 2023
18.00 **Porzucone konstrukcje** (3) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.55 **Zholowani: ciężarówki w opałach** (9) – serial dok.
19.50 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (5) – serial dok., Niem. 2023
20.55 **Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie** (6) – pr. rozr.
21.55 **Miły Trener – historia Piotra Jeleniewskiego**
23.05 **Lotnisko na Alasce 4** (10)
0.00 **Dover 24/7** (4) – serial dok.
1.00 **Misja Afganistan** (13)
2.00 **Jeremy** (1) – serial dokum.
2.40 **Rekruci** (2) – serial dok.
3.45 **Pogotowie remontowe Wieśka** (1, 2) – mag.

HBO 2 HD

13.30 **Spider-Man 3** – film przygodowy, 2007, 135 min
15.45 **Jane Austen zrujnowała mi życie** – kom. romant., Francja 2024, 95 min
17.20 **Superman** – film przygodowy, 2025, 130 min
19.30 **Jak wytresować smoka 3** – film anim., USA/Japonia 2019, 100 min
21.10 **Kaskader** – komedia sensacyjna, 2024, 125 min
23.15 **Pieniądz elektroniczny: Tajemnica bitcoina** – film dokumentalny, USA 2024
0.50 **Ciche miejsce: Dzień pierwszy** – horror s.f., USA 2024, 95 min

HBO 3 HD

11.45 **Happy Feet: Tupot małych stóp** – film animowany, 2006, 110 min
13.35 **Do diabła z miłością** – komedia romantyczna, USA/Niemcy 2003, 100 min
15.15 **Agentka** – komedia, USA 2015, 120 min
17.15 **Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13** (21)
18.00 **Trenerzy** – komedia, Włochy 2024, 90 min
19.30 **Avenue 5** (9) – serial kom.
20.00 **Stamtąd 3** (2) – serial grozy, USA 2024
21.00 **Czysta krew 7** (1-5) – serial obycz., USA 2014

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.00 **Jedziemy na ryby!** (29) – serial dokum.
6.55 **Na ratunek 112** (867) – serial paradokum.
7.25 **Doktor Martin** (66) – serial obyczajowy
8.30 **Przyjaciółki** (195, 196) – obycz., Pol.
10.25 **Świat według Kiepskich** (52, 53, 143, 144, 207) – kom.
13.30 FILM **Whitney Houston: I Wanna Dance With Somebody** – film biograficzny, USA 2022, 185 min
16.35 FILM **Inwazja: Bitwa o Los Angeles** – film s.f., USA 2011, 140 min
18.55 FILM **Aniołki Charliego** – film sensacyjny, USA/Niemcy 2000, 125 min
21.00 FILM **Krucjata Bourne'a** – USA/Niemcy 2004, 130 min

W Berlinie ginie agent CIA. Podejrzenia padają na Jasona Bourne'a. Okazuje się, że ktoś podszywa się pod byłego szpiega. Mężczyzna musi uciekać. Nikomu nie może ufać.

23.10 FILM **60 sekund** – film sensacyjny, USA 2000, reż. Dominic Sena, 150 min
1.40 **Ślad** (35-37) – serial krym., Pol. 2018-2019
4.35 **Na ratunek 112** (905, 906) – serial paradokum., Pol. 2024

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Tata ma plan 2** (8, 9) – kom., USA 2017
7.00 **Dwóch i pół 11** (7-10) – serial komediowy, USA 2013
8.55 **Przyjaciele 5** (12-17) – kom., USA 1998-1999
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 3** (7-12) – kom., USA 2009
14.30 **Dwóch i pół 11** (11-14) – serial komediowy, USA 2013
16.30 **Przyjaciele 5** (18-23) – serial komediowy, USA 1998-1999
Rachel musi udawać, że pali, gdyż w jej nowej pracy ważne decyzje podejmuje się podczas przerwy na papierosa.
19.30 **Teoria wielkiego podrywu 3** (13-18)

Po powrocie do mieszkania Sheldon i Leonard uświadamiają sobie, że ktoś się do nich włamał. Proszą przyjaciół o pomoc w opracowaniu systemu alarmowego.

22.00 **The Office PL 4** (2, 3)
23.05 **Comedy Club 4** (10, 11) – pr. rozrywk.
0.05 **Miasteczko South Park 6** (12, 13)
1.00 **Pracoholicy** (9, 10)
2.00 **Śmieszniej nie będzie 2** (9) – pr. rozr.
2.30 **Śmieszniej nie będzie 4** (10) – rozr.

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (824) – serial paradokum.
6.00 **Absolwenci** (6)
6.30 **Seriaale Top 5** (12)
6.45 **Zakochani po uszy 3** (153, 154) – telenowela, Pol. 2020
7.45 **Detektywi** (205-208) – serial fab.-dok., Pol.
9.50 **Prawo Agaty 6** (5)
10.55 **Lekarze 2** (12)
11.55 **Zapukaj do moich drzwi** (56, 57) – telen.
13.55 **Prawo Agaty 6** (4)
14.55 **Detektywi** – fab.-dok.
16.05 **Na Wspólnej** (49, 50) – serial obycz., Polska
17.10 **Filmowe duety** (3)
17.45 **Alfabet filmowy** (18)
17.50 **Niania w Nowym Jorku** – kom. romant., USA 2007, 130 min
20.00 **Był sobie chłopiec** – Niemcy/USA/Francja 2002, 135 min

Kawaler Will żyje beztrosko dzięki odziedziczonemu majątkowi. Zaprzyjaźnia się z dwunastoletnim Marcusem. Chłopiec zamierza wyswatać go ze swoją matką.

22.15 FILM **W nieskończoność** – dramat s.f., USA 2021, 135 min
0.30 FILM **Listy do Julii** – komedia romant., USA 2010, 130 min
2.40 **Zawieruchy przepis na kino** (19) – pr. rozr.
3.05 **Szkoła** (770)

13 ULICA

6.00 **Dlaczego nie Evans?** (1) – krym.
6.50 FILM **Różę na jej grób: Historia Randy'ego Rotha** – thriller, USA 2023, 115 min
8.45 FILM **Morderstwo w Kraju Basków** – thriller, Francja 2019, 120 min
10.45 **Mentalista 6** (17-20) – serial kryminalny
14.25 FILM **12 godzin strachu** – thriller, USA 2023, 115 min
16.20 FILM **Zabójstwo w Arcachon** – thriller, Francja 2019, 120 min
18.20 **Mentalista 6** (21, 22) – serial kryminalny
20.10 **Mentalista 7** (1, 2) – serial kryminalny
22.00 FILM **Zagadki Hailey Dean: Śmierć na receptę** – USA 2019, 110 min

W szpitalu w Atlancie dochodzi do serii morderstw. Jedną z podejrzanych jest dziewczyna detektywa Finchera, lekarka. W śledztwie pomaga psycholog Hailey.

23.50 FILM **Zginąć dla męża** – dram. krym., Kanada/USA 2025, 115 min
1.45 FILM **Zabójstwo w Arcachon** – thriller, Francja 2019, reż. Laurent Dussaux, 120 min

KINO POLSKA

6.50 **Polska Kronika Filmowa** – serial dok.
7.20 **Przygody Myszki** (9, 10) – serial anim.
7.40 **Reksio** (50, 52)
8.00 **Miś Kudłatek** (9, 10)
8.25 **Bolek i Lolek na wakacjach** (11)
8.45 **Do przerwy 0:1** (5, 6)
9.55 **Szumy i fonie**
10.10 **Wracając do Marka** – film dokum., 2002
11.10 **Agent nr 1** – dram. FILM wojenny, 1971, wyk. Kirił Janew, 145 min
13.35 FILM **Nad Niemnem** (1/2, 2-ost.) – film obycz., 1986, 240 min
17.35 **Stawka większa niż życie** (12) – wojenny
18.45 **Pogranicze w ogniu** (1) – serial sensacyjny
20.00 FILM **Seksmisja** – 1983, 145 min

Maks i Albert budzą się z hibernacji po wojnie nuklearnej. Ostatni żyjący mężczyźni mają się poddać dyktaturze kobiet. Widmo zmiany płci zmusza ich do działania.

22.25 FILM **Demony wojny wg Goi** – dramat wojenny, 1998, 135 min
0.40 FILM **Symetria** – dramat obycz., 2003, 130 min
2.50 FILM **Orzeł. Ostatni patrol** – dramat wojenny, 2022, 150 min
5.20 **Najpiękniejsze fajerwerki ever**

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Kabaretowe hity** (3)
6.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
7.55 **Robert Makłowicz** (190, 141) – mag. kulin.
9.40 **Zagadki kryminalne panny Fisher** (4) – serial krym., Australia
10.55 **Górski lekarz 14** (14, 15) – serial obycz.
12.55 **Zagadki kryminalne panny Fisher** (5) – serial krym., Australia
14.05 **Zajazd. Będzie się działo** (25, 26)
16.00 **Katastrofa w przestworzach** (1)
17.00 **Katastrofy w przestworzach** (4, 8) – serial dok., Kan.
19.00 **Aukcja w ciemno 3** (13, 14) – serial dok.
20.00 **Młode wilki 1/2** FILM – Polska 1997, 125 min

Licealista Krzysiek rozstaje się z Anką. Niebawem chłopak jest świadkiem zabójstwa policjanta. Oskarżony o ten czyn, trafia do aresztu. Anka chce mu pomóc.

22.05 FILM **The November Man** – film sens., USA/Wlk. Bryt. 2014, 125 min
0.10 **Ekstradycja** (5, 6) – serial sens., Pol. 1995
2.50 FILM **Baba Jaga** – horror, Wielka Brytania 2016, 125 min
4.55 **Kabaretowe hity** (6) – program rozrywkowy

THRILLER



KOMEDIOWY



KOMEDIODRAMAT



KRYMINALNY



KOMEDIA SF



SENSACYJNY



CINEMAX HD

15.00 **Pan od muzyki** FILM – komediodramat, Francja/Szwajcaria/Niemcy 2004, 95 min
16.35 **Wszystko będzie dobrze** FILM – dramat obyczajowy, Hongkong/Chiny 2024, 90 min
18.05 **Vitrival** FILM – komedia, Belgia 2025, 115 min
20.00 P! **Więzień** FILM – thriller, Wielka Brytania 2025, reż. Cal McMau, 90 min
21.30 **Le Mans '66** FILM – dramat biograficzny, USA/Francja 2019, 150 min
0.00 **Liberator** FILM – film sens., USA/Francja 1992, 100 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 **Święty** (47, 48) – kom., Pol.
14.25 **Spadkobiercy** (12) – rozr.
15.25 **Co ludzie powiedzą? 4** (2) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 **Jedną nogą w grobie 2** (4) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 **Czarna Żmija** (4) – kom.
17.35 **Młody Sheldon 2** (18-20)
19.00 **Dwóch i pół 11** (7-10)
21.00 **Świat według Kiepskich** (8-10) – serial kom., Polska
22.30 **Co ludzie powiedzą? 4** (3) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 **Jedną nogą w grobie 2** (5) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 **Czarna Żmija** (5) – kom.
0.30 **Comedy Club 7** (1) – rozr.
1.00 **Spadkobiercy** (12) – rozr.

SCI FI

6.00 **Kroniki Spiderwick** (6)
6.55 **The Ark** (6-8) – serial s.f.
9.40 **Medium 3** (19, 20) – krym.
11.30 **SurrealEstate** (7, 8)
13.20 **Przygody Merlina 3** (1, 2)
15.20 **Medium 3** (21, 22) – krym.
17.10 **SurrealEstate** (9, 10) – serial grozy, USA 2021
19.00 **Przygody Merlina 3** (3, 4) – serial fantasy, Wlk. Bryt.
21.00 **Ciche miejsce** FILM – horror, USA 2018, reż. John Krasinski, 115 min
22.55 **Saga „Zmierzch": Zaćmienie** FILM – film fantasy, USA 2010, 155 min
1.30 **SurrealEstate** (8-10)
4.10 **Kroniki Spiderwick** (5, 6)

FX HD

7.00 **Kości** (16, 17) – serial krym.
9.00 **Skymed 3** (1) – obycz.
10.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (4, 5) – serial krym.
11.55 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (7, 8)
13.45 **Agenci NCIS** (9, 10) – sens.
15.35 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (6, 7) – serial krym.
17.25 **Z archiwum X** (3, 4) – s.f.
19.15 **Agenci NCIS: Sydney** (19)
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (9, 10) – serial kryminalny, USA
22.00 **Uciec, ale dokąd?** FILM – film sensacyjny, 1993, 120 min
0.00 **Z archiwum X** (4) – s.f.
1.00 **Zabójcze umysły** (8-10)

FILMBOX+ ONE HD

8.05 **Zagadki kryminalne panny Fisher 3** (7) – krym.
9.15 **Panna Scarlet i komisarz 2** (3) – krym.
10.20 **Panna Marple. Nemezis** FILM – film krym., 2007, 120 min
12.20 **Hudson i Rex 5** (9, 10)
14.30 **Poirot** – serial kryminalny
16.40 **Strażnik Teksasu 3** (20) – serial sensacyjny, USA
18.50 **Poirot** (3) – serial krym.
20.00 **Kosmiczne jaja** FILM – komedia s.f., USA 1987, 120 min
22.00 **Nieśmiertelny 3:** FILM **Czarnoksiężnik** – film fantasy, 1994, 120 min
0.00 **Poltergeist** – horror, FILM USA/Kanada 2015, 120 min

ROMANCE TV HD

14.20 **Inga Lindström: Decyzja podjęta nad rzeką** FILM – film obycz., Niem. 2005, 115 min
16.15 **Statek marzeń – Argentyna** FILM – film obyczajowy, 2024, 110 min
18.05 **Górski lekarz** (69) – obycz., Niemcy/Austria
20.00 **Rejs ku szczęściu – Podróż poślubna do Birmy** FILM – film obycz., Niemcy 2007, 115 min
21.55 **Wieśniaczki – możemy inaczej!** FILM – komedia, Niemcy 2023, reż. Britta Keils, 115 min
23.50 **Górski lekarz** (69) – obycz., Niemcy/Austria

CINEMAX 2 HD

13.20 **Człowiek z Rzymu** FILM – dramat obyczajowy, Hol./Niemcy 2023, 105 min
15.05 **Triumf** FILM – komediodramat, Bułgaria 2024, 100 min
16.45 **Nic do oclenia** FILM – komedia, Francja 2010, 110 min
18.35 **Tootsie** FILM – komedia, USA 1982, 115 min
20.30 P! **Skąd pochodzimy** FILM – film obyczajowy, Niemcy 2024, 95 min
22.05 **Dziś wieczorem nie schodźmy na psy** FILM – film wojenny, 2024, 100 min
23.45 **Człowiek z Rzymu** FILM – dramat obyczajowy, Hol./Niemcy 2023, 105 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

13.20 **Morderstwo w małym mieście 2** (3) – krym., Kan.
14.15 **Agenci NCIS 16** (4) – serial sensacyjny, USA 2018
15.10 **Panna Marple: Noc w bibliotece** FILM – film kryminalny, 2004, 120 min
17.10 **Komisarz Maigret** (2) FILM – film kryminalny, Wielka Brytania 2016, 110 min
19.00 **Agenci NCIS 16** (5) – sens.
19.55 **Poirot 3** (9) – serial krym.
21.00 **Marlow: klub zbrodni 2** (2) – krym., Wlk. Bryt./USA
22.00 **Morderstwo w małym mieście** (6) – krym., Kan.
22.55 **Poirot 3** (9) – serial krym.
0.00 **Agenci NCIS 16** (5) – sens.

NOVELAS+ HD

11.00 **Otchłań namiętności** (147) – telen., Meksyk 2012
12.00 **Duma i uprzedzenie** (7)
13.00 **Róże i grzechy** (46)
14.00 **Domenica Montero** (9, 10) – telen., Meksyk 2025
16.00 **Róże i grzechy** (47)
17.00 **Duma i uprzedzenie** (8)
18.00 **Otchłań namiętności** (148) – telen., Meksyk 2012
19.00 **Miłość w Cabo** (7) – telen.
20.00 **Opowieść o wyspie** (25)
21.04 **Domenica Montero** (10)
22.00 **Róże i grzechy** (47)
23.00 **Duma i uprzedzenie** (8)
0.00 **Otchłań namiętności** (148) – telen., Meksyk 2012
1.00 **Miłość w Cabo** (7) – telen.

FX COMEDY HD

9.10 **Diabli nadali** (21-24)
11.00 **Jim wie lepiej 2** (21, 22)
12.00 **Sposób użycia** – kom.
13.00 **Wszyscy kochają Raymonda 3** (19-23)
15.30 **Simpsonowie 33** (17-19, 22)
17.30 **Jak poznałem waszą matkę 6** (21-23) – kom.
19.00 **Współczesna rodzina 6** (20-23) – serial komediowy
21.00 **Family Guy: Głowa rodziny 23** (2, 3)
22.00 **Straszny film** FILM – horror komediowy, 2000, 95 min
23.35 **Simpsonowie 33** (13, 14)
0.35 **Family Guy: Głowa rodziny 22** (12-15)

FILMBOX+ HITS HD

14.00 **Scenariusz na miłość** FILM – komedia romantyczna, USA 2014, 120 min
16.00 **Czekając na Anyę** FILM – dramat wojenny, Wielka Brytania/Bel. 2020, 120 min
18.00 **Bigger: Historia Joego Weidera** FILM – dramat biograficzny, 2018, 120 min
20.00 **Widzę cię** FILM – thriller, USA 2019, reż. Adam Randall, wyk. Helen Hunt, Jon Tenney, 110 min
21.50 **To nasza młodość** FILM – komedia obyczajowa, USA 2014, 110 min
23.40 **Dziedzictwo. Hereditary** FILM – horror, USA 2018, 140 min

PARAMOUNT NETWORK HD

13.00 **Czarodziejki 2** (9, 10)
15.00 **Pingwiny z Madagaskaru 3** (6)
15.30 **Daredevil** FILM – sens., USA/Szwajcaria 2003, 145 min
17.55 **Przyznaj się, Fletch** FILM – komedia kryminalna, USA 2022, 125 min
20.00 **Londyn w ogniu** FILM – film sensacyjny, Wielka Brytania/USA/Bułgaria 2016, 120 min
22.00 **Pasażer** FILM – thriller, USA 2023, 120 min
0.00 **Austin Powers i Złoty Członek** FILM – komedia sensacyjna, 2002, 120 min
2.00 **Mission: Impossible 3** FILM – film sens., 2006, 155 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
10.30 Kolarstwo: Renewi Tour – 2. etap
11.30 Snooker: Turniej Welsh Open w Llandudno – mecz finałowy: B. Hawkins – J. Lisowski
13.00 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w Vallnord/Pal-Arinsal
14.00 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w Górnej Sabaudii – Podsumowanie
14.30 Kolarstwo: Renewi Tour – 2. etap
15.15 Kolarstwo: Renewi LIVE Tour – 3. etap
17.15 Kolarstwo górskie: LIVE PŚ w Górnej Sabaudii – short track kobiet i short track mężczyzn

POLSAT SPORT 1 HD
6.00 Siatkówka kobiet: Memoriał Agaty Mróz-Olszewskiej
9.00 Polsat Futbol Cast – magazyn piłkarski
10.00 Siatkówka kobiet: Memoriał Agaty Mróz-Olszewskiej
12.50 Siatkówka kobiet: LIVE Mistrzostwa Europy 2026 – mecz grupy D: Francja – Słowacja
15.50 Siatkówka kobiet: LIVE Mistrzostwa Europy 2026 – mecz grupy D: Chorwacja – Włochy Obecne mistrzynie świata ostatni raz mierzyły się z Chorwatkami podczas ME w 2023 roku. Wówczas wygrały 3:0.

CANAL+ SPORT HD
6.00 Wysoki Pressing
7.45 Premier League: The Big Interview
8.20 Speedway+ – mag.
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Racing Santander – Villarreal
11.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Górnik Zabrze – Wisła Kraków
13.40 Na pierwszym planie (4) – dok., Pol.
14.20 Jej Wysokość Premier League
15.45 Bohater z Cienia – dok., Polska
16.20 Premier League: The Big Interview – magazyn piłkarski
16.55 Speedway+ – mag.
17.30 Żużel: PGE LIVE Ekstraliga

TVP SPORT DVB T2 HD
5.40 Sportowy wieczór – program inform.
6.10 Retro TVP Sport (46)
8.15 Retransmisja
10.25 Rajdowe Samochodowe Mistrzostwa Polski: Rajd Rzeszowski
11.05 Piłka nożna: Tarcza Wspólnoty: Arsenal – Manchester City FC
13.20 Ring TVP Sport
14.20 Piotr Małachowski. Człowiek z diamentu – film dokum., Polska 2020
15.30 Lekkoatletyka: Diamentowa Liga w Chorzowie – 2. dzień
17.55 Piłka nożna: Betclic LIVE 2. Liga: Sandecja – Górnik Łęczna

ELEVEN SPORTS 1 HD
9.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Casa Pia – SL Benfica
11.00 AJ Auxerre – Małe miasto, wielki klub
11.30 Formuła 1: GP Węgier
12.10 Formuła 1: Grand LIVE Prix Holandii – 1. sesja treningowa
14.00 Formuła 1: Grand Prix Holandii – 1. sesja treningowa
15.25 Bundesliga Weekly (1) – magazyn piłkarski
16.00 Formuła 1: Grand Prix LIVE Holandii – kwalifikacje do sprintu
18.00 Formuła 1: Grand Prix Holandii – kwalifikacje do sprintu
19.20 Ligue 1 Preview (1)
20.00 Inside Serie A (1)

DISCOVERY CHANNEL HD
7.00 Budowa na końcu świata 8 – serial dok.
8.00 Zoom na architekturę
9.00 Parker na złotym szlaku 3 – serial dok.
10.00 Wyprawa w nieznane 6 – dok.
11.00 Dżungla złota – dok.
12.00 Psy policyjne (7)
13.00 Fantastyczne zwierzęta z Forrestem Galante – dok., USA
14.00 Nagi instynkt przetrwania: Ameryka Łacińska (5) – dok., Kolumbia
15.00 Złomowisko PL 8 (6)
16.00 Łowcy opali 8 – dok.
17.00 Celnicy na straży Niemiec (5) – dok.

20

KOLARSTWO GORSKIE



17.50 PŚ w Górnej Sabaudii – short LIVE track mężczyzn

W tej konkurencji najlepiej w bieżącym sezonie prezentuje się Adrien Boichis.

19.00 Kolarstwo górskie: PŚ w Górnej Sabaudii
19.30 Triathlon: T100 World Tour – Vancouver
20.00 Snooker: Welsh Open
22.00 Kolarstwo: Renewi Tour – 3. etap
23.00 Kolarstwo górskie: PŚ w Górnej Sabaudii
0.00 Snooker: MŚ w Sheffield – finał

SIATKOWKA KOBIET



17.50 ME 2026 – mecz LIVE grupy A: Turcja – Łotwa

Do domowego turnieju Turczynki podchodzą uskrzydlone wygraniem Ligi Narodów. Przekonamy się, czy w starciu z Łotyszkami pokażą formę z finałów w Makau.

20.00 Lekkoatletyka: LIVE Diamentowa Liga w Lozannie
22.30 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026
1.00 Tenis: Turniej ATP LIVE w Cincinnati – ćwierćfinał
3.00 Boks

ŻUŻEL



20.00 PGE Ekstraliga LIVE – mecz: GKM Grudziądz – Motor

Bartosz Zmarzlik i spółka liczą na rewanż za porażkę 44:46 w pierwszym starciu tych zespołów.

22.45 Boks: BKFC Fight Night: Sturgis – waga junior ciężka: Bryant Acheson – Mike Jones
0.00 Boks: BKFC Fight LIVE Night: Mohegan Sun – waga półśrednia: Bryce Henry – Carlos Trinidad
4.15 Ligomistrzowe historie (1, 4) – mag.

PIŁKA NOŻNA



20.00 Betclic 1. Liga LIVE – mecz: Lechia Gdańsk – Pogoń Siedlce

Ekipa z Trójmiasta fatalnie rozpoczęła sezon. Przegrała swoje dwa pierwsze spotkania, nie strzelając w nich żadnej bramki.

23.00 Sportowy wieczór – program inform.
23.35 Retransmisja
1.40 Boks: KnockOut Boxing Night 44 w Jastrzębiu-Zdroju: L. Grzyb – S. Tuntsheni
2.30 Boks: Gala w Las Vegas: Jai Opetaia – Brandon Glanton

PIŁKA NOŻNA



20.40 Liga francuska LIVE – mecz: Olympique Marsylia – Strasbourg

Spotkanie otwierające pierwszą kolejkę kampanii 2026/27. Olimpijczycy mierzą się z niewygodnym dla siebie rywalem, który już od trzech lat nie poniósł porażki na Stade Vélodrome.

22.55 Ligue 1 Show (1)
23.30 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag.
0.20 Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością – film dokumentalny

ROZRYWKOWY



18.00 Polscy truckersi (1)

Ania Rapp jest kierowcą z sześcioletnim doświadczeniem. Przed nią kolejna trasa. Przez wąskie i kręte drogi Rumunii musi dowieźć delikatny towar z huty szkła.

19.00 Nagi instynkt przetrwania (15) – dok., USA 2017
21.00 Zawodowcy (5)
22.00 Najniebezpieczniejszy zawód świata 22 – dok.
23.00 Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata (10) – reality show

EUROSPORT 2 HD
12.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Chamonix
13.30 Formuła E: ePrix Wielkiej Brytanii – 1. i 2. wyścig
15.30 Snooker: Turniej Welsh Open w Llandudno – finał: B. Hawkins – J. Lisowski
17.30 Formuła E: ePrix Wielkiej Brytanii – 1. i 2. wyścig
19.30 Kolarstwo: Renewi Tour – 3. etap
20.30 Kolarstwo górskie: PŚ w Górnej Sabaudii – short track kobiet
21.00 Golf: BMW Championship LIVE – 2. runda
1.00 Kolarstwo: Renewi Tour – 3. etap

POLSAT SPORT 2 HD
6.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – ćwierćfinał gry pojedynczej
8.30 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – ćwierćfinał
11.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – ćwierćfinał
13.50 Siatkówka kobiet: ME LIVE 2026: Austria – Serbia
16.50 Siatkówka kobiet: ME LIVE 2026: Bułgaria – Ukraina
18.50 Siatkówka kobiet: ME LIVE 2026: Szwecja – Czarnogóra
21.00 Tenis: Turniej ATP LIVE w Cincinnati – ćwierćfinał
23.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026
1.00 Sporty walki: FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
10.30 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – ćwierćfinał gry pojedynczej
12.30 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – ćwierćfinał
14.45 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – ćwierćfinał
17.00 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – ćwierćfinał
19.00 Tenis: Turniej WTA LIVE w Cincinnati – ćwierćfinał
21.00 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – ćwierćfinał
23.15 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – ćwierćfinał
1.30 8 wspaniałych (1) – dok.
2.30 Tenis: Turniej WTA LIVE w Cincinnati – ćwierćfinał

EXTREME CHANNEL HD
8.00 WWE Highlights
9.00 Beyond The Beaten Path
10.00 Pro Bull Riders 2 (4)
11.00 X Games – Minneapolis
12.00 Facing Waves (4, 5)
13.00 Rumble & Hum (2) – dok.
14.00 WWE Highlights
17.00 KPW Kombat TV (4, 29)
19.00 WWE Classic Gold (1)
20.00 AEW Dynamite (2632)
22.00 WWE Classic Gold (30)
22.30 PTW Wrestling (24)
1.30 WWE Highlights (47)
1.50 WWE Classic Gold (63)
2.00 Pro Bull Riders 2 (4)
3.00 Beyond The Beaten Path
4.00 Facing Waves (4, 5)
5.00 Rumble & Hum (2) – dok.

ELEVEN SPORTS 2 HD
12.00 Piłka nożna: 2. liga niemiecka – mecz: Holstein Kiel – FC St. Pauli
14.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Casa Pia AC – SL Benfica
16.00 Piłka nożna: 2. liga niemiecka – mecz: Hannover – VfL Wolfsburg
17.55 Piłka nożna: Puchar LIVE Niemiec – mecz 1. rundy: SC St. Tönis 1911/20 – Eintracht Frankfurt
20.05 Bundesliga Weekly (1)
20.40 Piłka nożna: Puchar LIVE Niemiec: Hansa Rostock – VfB Stuttgart
22.50 Ligue 1 Preview (1)

DISCOVERY LIFE HD
8.15 Szpital (549, 550)
10.15 Nowa Maja w ogrodzie
11.15 Idealna niania 6 (4, 5)
12.45 Klinika bez tajemnic
14.45 Szpital (548, 549)
16.45 Idealna niania 6 (3-6)
19.45 Klinika naturalnego piękna (5) – reality show
20.15 Dr Mercy (1) – reality show
21.15 Dr Pryszczylla 3 (19)
22.15 Miłosny znak zodiaku (6)
23.15 Pokonaj mnie, jeśli potrafisz (2) – reality show
0.15 Sekrety lekarzy (3)
1.15 Wycieczkowiec (12)
2.15 Druga twarz 3 (6) – rozr.
3.15 Szpital (410, 411)
5.15 Klinika urody (2) – mag.

POLSAT SPORT FIGHT HD
13.35 Boks: Rocky Boxing Night w Żukowie – waga bridger: N. Jeżewski – R.Brito
15.35 Atleci – magazyn sportowy
16.00 Sporty walki: Babilon MMA 56 w Żyrardowie
17.45 Sporty walki: Thunderstrike Fight League 33 w Kwaśniku – walka
19.50 K.O. TV Weekly (34) – magazyn bokserski
20.20 Boks: Babilon Boxing Show w Raszynie: Jan Lodzik – Jamshid Rikhsiev
22.55 Z archiwum ESPN – mag.
23.45 Sporty walki: FEN 54 w Pile: Gracjan Wyroślak – Maksim Grabovich

POLSAT SPORT 3 HD
8.30 Piłka nożna: Liga holenderska
11.00 Siatkówka plażowa: Mistrzostwa Europy – Stare Jabłonki 2026
13.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – 4. runda
15.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – 4. runda
16.50 Siatkówka kobiet: LIVE Mistrzostwa Europy 2026: Azerbejdżan – Portugalia
19.50 Siatkówka kobiet: ME LIVE 2026: Czechy – Grecja
22.30 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026
1.00 Sporty walki: Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
9.45 Premier League: The Big Interview – mag. piłkarski
10.25 Speedway+ – mag.
11.00 Dart: Australian LIVE Darts Masters
15.15 Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga – mag.
16.20 Piłka nożna: Liga hiszpańska: RC Deportivo La Coruna – Elche CF
18.45 Boks: Gala w Orlando
20.00 Sporty walki: ONE Friday Fights 167
23.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa
1.45 Premier League Preview (2) – magazyn piłkarski
2.20 Ligomistrzowe historie

ELEVEN SPORTS 4 HD
14.00 Piłka nożna: Eintracht Brunszwik TSV – Bochum
16.00 Piłka nożna: Superpuchar Francji – mecz: RC Lens – Paris Saint-Germain
17.55 Piłka nożna: Puchar LIVE Niemiec – mecz 1. rundy: SV Waldhof Mannheim – FC Kaiserslautern
20.00 Magazyn piłkarski
20.30 Moi bohaterowie – mag.
21.05 Magazyn piłkarski
21.35 Najlepsze gole Schalke 04 – mag.
21.50 Historyczne momenty Ligue 1 – cykl reportaży
22.00 Piłka nożna: Puchar Niemiec

ELEVEN SPORTS 3 HD
12.00 Piłka nożna: 2. liga niemiecka – mecz: Hertha BSC – 1. FC Heidenheim
14.00 Piłka nożna: 2. liga niemiecka – mecz: DSC Arminia Bielefeld – FC Energie Cottbus
16.00 Made in Italy (9-12)
17.00 Bundesliga Special (21)
17.55 Piłka nożna: Puchar LIVE Niemiec – mecz 1. rundy: Preußen – Karlsruher SC
20.00 Piłka nożna: 2. liga niemiecka: Eintracht Brunszwik TSV – Bochum
22.00 Piłka nożna: Puchar Niemiec: SV Waldhof Mannheim – Kaiserslautern

CANAL+ DOKUMENT HD
14.35 Królestwo koziorożców w zagrożeniu – film dok.
15.35 Motocyklem przez góry Wietnamu – film dokum.
16.35 Dalajlama. Przez mądrość do szczęścia
18.10 Fukushima: atomowy koszmar – dok., Wlk. Bryt.
19.45 Mark Zuckerberg: od komputerowego geeka do technologicznego guru – film dokum., Francja
20.45 Tragedia Titana – ostatnia wyprawa do wraku Titanica – dok.
21.45 Afryka z góry 2 (1-3)
0.45 Lasy Atlantyckie Brazylii – film dok., Francja 2025

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2** – dok.
8.00 **Gwiezdne bitwy:** Wielki sen – serial dok.
9.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
11.00 **Mega maszyny Alaski** – serial dokum.
13.00 **Zoom na architekturę** – serial dokumentalny
15.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
18.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2** – serial dokum., USA 2014
20.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń 3** – serial dokumentalny, USA

ID HD

6.00 **Śmierć w cieniu stadionu 2** – serial kryminalny, USA
8.00 **W roli nieletniej ofiary:** Wzorzec zachowania; Zalew informacji – serial dokumentalny, USA 2021
10.00 **Zbrodnia w sąsiedztwie 3** – serial dokumentalny, USA 2012-2013
12.00 **Taśmy zbrodni** – serial dokumentalny
14.00 **Celnicy na straży Europy 4** (11, 19, 12, 20) – serial dokumentalny, Hiszp.
16.00 **Bliski nieznajomy** – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2018

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

8.00 **Car SOS** (4) – dok.
9.00 **Inżynieria po katastrofie** (2) – dok.
10.00 **Porzucone konstrukcje** (2) – dok., Wielka Brytania
11.00 **Na granicy wytrzymałości** (5)
11.35 **Kataklizmy pogodowe** (5, 7, 8)
15.00 **Katastrofa w przestworzach** (2) – serial dokum., Kan.
16.00 **Ukryte pod miastami** (4) – dok.
17.00 **Tajemnicze wyspy** (5) – serial dok., Kan.
17.55 **Kluczowe tygodnie wojny** (5, 6) – dok.
20.00 **Katastrofa w przestworzach** (3) – serial dokumentalny

FOKUS TV DVB T2

6.00 **Wehikuł czasu** (821)
6.05 **48h. Zaginieni** (16) – serial krym., Polska
7.00 **Byli sobie podróżnicy** (15-18)
8.55 **Wehikuł czasu** (821)
9.00 **Starożytni kosmici** (2) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (22, 23) – reality show
12.00 **Tajemnice II wojny światowej** (15) – dok.
13.00 **Poszukiwacze historii** (6, 7) – dok.
14.00 **Kroniki Hitlera** (4) – serial dokumentalny
15.00 **Truckersi przez Australię** (2) – dok.
16.00 **Dorwać tuńczyka** (15, 16) – serial dok.
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (26, 27) – serial dok.

TVP HISTORIA DVB T2

8.40 **1920. Wojna i miłość** (7) – serial hist., Polska
9.35 **Miód – słodka namiętność**
10.40 **Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem** (3) – serial dok.
11.40 **Wszystkie kolory świata** (21) – dok., Fr.
12.40 **Odkryć tajemnicę**
13.40 **Zagadka egipskich hieroglifów i bracia Champollion**
14.45 **Janosik** (7) – przyg.
15.50 **Sensacje XX wieku**
18.25 **1920. Wojna i miłość** (8) – serial hist., Polska
19.15 **Zamojski Festiwal Filmowy „Spotkania z Historią"** – mag.

HISTORY HD

13.05 **Starożytni kosmici 16** (14) – dok.
14.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 3** (16) – serial dok., USA
14.50 **Największe tajemnice świata 6** (13) – serial dok., USA
15.45 **Gwiazdy lombardu 13** (18)
16.15 **Jak to wyjaśnić? 4** (5) – serial dok., USA
17.10 **Tajemnice, które miały trwać wiecznie** (2) – dok.
18.10 **Największe tajemnice świata 7** (17) – serial dok., USA
19.05 **Starożytni kosmici 16** (10) – dok.
20.00 **Starożytni kosmici 14** (3) – dok.

DOKUMENTALNY



21.00 Tajemnice starożytnych mumii – USA 2019

Mumia znaleziona na dnie Atlantyku doprowadziła poszukiwaczy do skarbu pirata Samuela Bellamy'ego. Złoto i szlachetne kamienie są warte około 120 mln dolarów.

23.00 **Kosmiczna mapa skarbów** – serial dok.
1.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny
4.00 **Szyfry i spiski 2** (4) – serial dokum., USA
5.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.

DOKUMENTALNY



18.00 Śmierć na drugą zmianę – Wlk. Bryt.

Caroline Nosel zaprzyjaźnia się z kolegą z pracy. Mężczyzna z czasem zaczyna napastować kobietę, przez co zostaje zwolniony. Postanawia się zemścić.

20.00 **Taśmy zbrodni** (2)
21.00 **Zabójczy blond 2**
22.00 **Oblicza zbrodni**
23.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet: uciekłam seryjnemu mordercy** – dok., USA
0.00 **Koleżanki na zabój**
1.00 **Zabójczy blond 2**

DOKUMENTALNY



21.00 9/11: Zjednoczeni (1, 2) – Wlk. Bryt.

Tragiczne wydarzenia z jedenastego września 2001 roku zostają przedstawione oczami ocalałych i ratowników, których drogi nieoczekiwanie się przecięły.

23.00 **Ukraina: Wielki głód** – film dokum., Fr. 2022
0.00 **Piekło pod wodą: II wojna światowa**
1.00 **9/11: Zjednoczeni** (1)
2.00 **Katastrofa w przestworzach** (5)
3.00 **Car SOS** (7, 8) – dok.
5.00 **Katastrofa w przestworzach** (2)

DOKUMENTALNY



20.00 Kosmos – niewyjaśnione tajemnice starożytności (3)

Sodoma i Gomora to dwa miasta, które w Biblii zostały spalone. Astronomowie, archeolodzy i inni badacze próbują ustalić prawdę, jaka kryje się za tym mitem.

21.00 **Koloseum** (5) – dok.
22.00 **Naziści: ściśle tajna nauka** (5, 6) – dok.
0.00 **Putin i oligarchowie** (1) – dok., Fr. 2023
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (46-49) – serial dok.
5.00 **Kołowrotek** (12, 1)

KRYMINALNY



20.00 Czarny mercedes FILM – Polska 2019, 125 min

Okupowana Warszawa, II wojna światowa. Dochodzi do morderstwa, którego ofiarą pada żona prawnika Holzera. Nadkomisarz Król wszczyna śledztwo.

22.05 **Historia w postaciach zapisana** – cykl dok.
0.05 **Sensacje XX wieku** – program historyczny
2.10 **Encyklopedia II wojny światowej** – dok., Polska 1994
2.40 **Janosik** (7) – serial przygodowy, Pol. 1973

DOKUMENTALNY



21.00 Wojownicy wszech czasów (7) – USA 2026

W Japonii samurajowie uchodzili za elitę wojowników, cenionych za strategiczne myślenie i mistrzostwo w walce. Cechowali się lojalnością, honorem i żelazną dyscypliną.

22.00 **Starożytni kosmici 17** (10) – serial dokum., USA
23.00 **Jak to wyjaśnić? 4** (2) – serial dok., USA
23.55 **Jak to wyjaśnić? 5** (2) – serial dok., USA
0.50 **Starożytni kosmici 14** (3) – dok.

DISCOVERY HISTORIA HD

7.00 **Podziemne sekrety**
9.00 **Było, nie było** (2) – dok.
10.00 **Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki**
11.00 **Militaria na warsztat**
12.00 **Muzealne tajemnice**
14.00 **Łowcy klasyków** – rozr.
16.00 **Brudne skarby** – dok.
18.00 **Łowcy staroci** (5, 6) – dok.
20.00 **Zoom na architekturę**
22.00 **Królowa metaamfetaminy** – dok.
0.00 **Potwory z Alaski** – dok.
2.00 **Socjalistyczna Filmoteka Powiatowa**
3.00 **Profesjonaliści** – cykl dok.
4.00 **Mikroprzygoda** (6) – dok.
5.00 **Łowcy staroci** – dok.

PLANETE+ HD

14.45 **Superskały. Historia wykuta w kamieniu** (2)
15.50 **Niezwykłe podróże koleją 13** (5) – serial dok.
16.55 **Świat z góry 8** (14) – dok.
17.35 **Świat z góry 10** (1) – dok.
18.05 **Dokąd dzisiaj? 4**
18.40 **Polowanie na króla piratów** (3) – serial dok.
19.45 **1312. Afryka odkrywa Amerykę** – film dokum., Fr.
20.50 **Surfing. Historia nieznana** – film dokum., Fr.
22.00 **Ekskluzywna szkoła dla lokajów** (1) – serial dok.
22.45 **Wszystko ma żyć** – dok.
0.15 **Niezwykłe podróże koleją 13** (6)

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

13.00 **Zaginiony raj w Afryce**
14.00 **Najgroźniejsze zwierzęta świata: jadowite** (1) – serial dok.
15.00 **Najgroźniejsze zwierzęta Afryki** (1)
16.00 **Wspaniałe Filipiny** (1)
17.00 **Niezwykłe wędrówki zwierząt** (7) – serial dok.
18.00 **Amerykańska Amazonia**
19.00 **Najgroźniejsze zwierzęta świata** (4)
20.00 **Najgroźniejsze zwierzęta świata** (5)
21.00 **Niezwykły dr Pol** (4, 5, 2, 3, 9) – serial dok.
2.00 **Dzika przyroda strefy równikowej** (6)

POLSAT VIASAT NATURE HD

9.10 **W okowach mrozu 4** (14)
10.10 **Wulkany: odliczanie** (3)
11.20 **Rekiny: wojna płci** – dok.
12.25 **W okowach mrozu 4** (14)
13.30 **Ukryty wulkan: erupcja w głębinach** – film dok.
14.35 **Rzeczne potwory 6** (1)
15.40 **W okowach mrozu 4** (14)
16.40 **Dzika Japonia** (2) – dok.
17.50 **Wielkie rekiny z Australii** – dok., Australia
18.55 **Rzeczne potwory 6** (1)
20.00 **W okowach mrozu 4** (15)
21.00 **Wulkany: odliczanie** (4)
22.05 **Rekiny: wojna płci** – dok.
23.15 **W okowach mrozu 4** (15)
0.15 **Ukryty wulkan: erupcja w głębinach** – film dok.

BBC EARTH HD

8.20 **Gordon Buchanan: przez Gobi na wielbłądzie**
9.30 **Wyspy. Laboratoria natury** (5) – dok., Wlk. Bryt.
10.30 **Życie na pustkowiu 8** (7)
11.30 **Zabójcza pogoda 5** (5)
12.30 **Dziki połów** (4) – dok.
13.30 **Sekretne życie drzew** (1)
14.30 **W okowach mrozu 6**
16.35 **Sekretne życie ogrodu**
17.40 **Sekretne życie drzew** (1)
18.45 **Dziki połów** (5) – dok.
19.45 **Wietnamskie przygody Billa Baileya** (5) – dok.
20.55 **W okowach mrozu 7**
22.55 **Brutalna planeta** (2)
23.55 **Zabójcza pogoda 5** (11)
0.55 **Sekretne życie drzew** (1)

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 **Mój przyjaciel grizzly** – serial dokumentalny, USA
18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych** – serial dok.
19.00 **Cuda z drewna** – dok.
20.00 **Michael Phelps kontra rekiny** – film dokum.
21.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
22.00 **Projekt akwarium** – dok.
23.00 **Resocjalizacja z pitbullem 7** – serial dok.
0.00 **Alaska: Ostatni przystanek** – serial dok.

TVP DOKUMENT HD

13.30 **Wyspy Kanaryjskie** (5)
14.30 **Kalendarz przyrody** (7)
15.30 **Dobre wieści z planety Ziemia** (1) – cykl dokum.
16.30 **W objęciach lodu** – dok.
17.35 **Sanatorium miłości 8**
18.40 **Agatha Christie: w stulecie Herkulesa Poirota i miss Marple**
20.00 **Katedry na Korsyce** – film dok., Francja 2021
21.05 **Abruzja – klejnot Włoch. Dzika Natura** (2-ost.)
22.10 **Królowe mafii** (10) – dok.
23.10 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
23.15 **Jak zarobić na Etiopii**
0.25 **Podróże z historią** (1, 30)

POLSAT DOKU HD

8.10 **48h. Zaginieni** (186, 187)
10.10 **Polacy za granicą** (3, 4)
12.15 **Wojny kontenerowe** (16)
12.45 **Wojny kontenerowe 2**
13.10 **Koloseum** (5, 6) – dok.
15.15 **Rycerze przestworzy** (3)
16.30 **Bitwy morskie – historia okrętów wojennych** (3)
17.30 **Podglądacze przyrody**
19.35 **Cuda oceanu** (5, 6) – dok.
20.50 **Dzikie psy** (3) – serial dok.
22.00 **Najwyższe góry świata. Życie nad chmurami** (3)
23.05 **Świat z góry** (11, 12)
0.25 **Kroniki Hitlera** (1) – dok.
1.30 **Tajemnice II wojny światowej** (7) – serial dok.
3.05 **Tajna historia XX wieku**

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

14.15 **Australijscy poszukiwacze złota 9**
16.10 **Ciężarówką po lepsze życie** (8) – serial dokum.
17.10 **Bohaterowie z St. John's 2** (6) – serial dok.
18.10 **Złoto Jukonu 3** – dok.
19.05 **Australijscy poszukiwacze złota 10** (9, 10) – dok., Australia 2024
21.00 **Najcięższe więzienia Ameryki** (2) – serial dok.
22.00 **Australijscy poszukiwacze złota 10**
23.00 **Katastrofy w przestworzach 3** (11)
0.00 **Nago, samotnie i do domu daleko** (2)

POLSAT VIASAT HISTORY HD

15.20 **Odnaleziona: tajemnica szamanki** – film dokum.
16.35 **Wojna światowa: 1914-1945** (1) – serial dok.
17.35 **Z popiołów II wojny światowej** (4) – serial dok.
18.50 **Konkwistadorzy: powstanie i upadek** (5)
19.45 **Wielkie konflikty: powstania i upadki cywilizacji** (4) – serial dok.
20.50 **Adolf Hitler: Zrozumieć dyktatora** (4) – serial dok.
22.05 **Królowe, które zmieniły świat** (4) – dok., Wlk. Bryt.
23.00 **Tajne bazy nazistów 4**
0.05 **Wikingowie: narodziny imperium** (4-6) – dok., Fr.

CI POLSAT HD

15.05 **Zabójcze wakacje 2** (10)
16.00 **Prawda leży pod ziemią 2** (8) – serial dok.
17.00 **I nie opuścisz mnie aż do śmierci 3** (13) – dok.
18.00 **Polskie zabójczynie 6** (5)
19.00 **Ktoś ma coś do ukrycia 2** (4) – dok.
20.00 **Kobiety, które niosły śmierć 14** (6) – serial dok.
21.00 **Nastoletnie polskie zabójczynie** (5, 6) – dok.
22.00 **Najbardziej szokujące przypadki sądowe 8**
23.00 **Najbardziej szokujące pościgi 2** (9, 10) – dok.
23.55 **Prawda leży pod ziemią 2** (8) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 **Walka o bagaż** (3-6)
10.10 **Tu jest pięknie** (2, 3, 1)
12.15 **Szokujące potrawy** (3, 4)
14.20 **Człowiek kontra jedzenie** (2) – mag. kulin.
14.55 **Niezwykłe Stany Prokopa** (7, 1) – pr. rozr.
17.00 **Tropicielki rodzinnych historii** (7, 8) – serial dok.
19.00 **Ed Stafford poza cywilizacją** (2, 3) – dok.
21.05 **Nagi instynkt przetrwania** (10, 11)
23.10 **Kobieta na krańcu świata** (7, 8, 1) – dok., Pol.
0.55 **Szokujące potrawy** (3, 4)
2.55 **Tropicielki rodzinnych historii** (7, 8) – serial dok.

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

12.00 **Serwis Info** – pr. inf.
12.10 **Chichot losu** (6, 7)
13.50 **Polonia 24 Tygodnik**
15.00 **Serwis Info** – pr. inf.
15.10 **Polskie parki narodowe** – dok., Pol.
15.40 **Słowo daję!** (21)
15.50 **Dlaczego krowa...**
16.00 **By coś zostało z tych dni. Irena Jarocka** – dok., 2025
17.00 **Teleexpress**
17.20 **Gra słów. Krzyżówka** (1089)
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **Stacja Arktyka**
18.45 **Panorama**
19.20 **Powstanie Warszawskie dzień po dniu** (21)
19.30 **Program informacyjny**

TVP ROZRYWKA

6.10 **Zakochaj się w Polsce** (295) – mag.
6.40 **Gra słów. Krzyżówka** (1101)
7.10 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
8.20 **Familiada** – telet.
8.55 **Va banque** (971)
9.25 **Koło fortuny** (2017)
10.05 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.40 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Czterdziestolatek** (13) – obycz., Pol. 1975
14.15 **Pan Mama** (48, 49)
15.30 **Tak to leciało!** (80)
16.30 **Do śmiechu!** (7)
17.25 **Va banque** (972)
18.00 **Koło fortuny** (2018)
18.35 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.

POLSAT CAFÉ

6.05 **Demakijaż** (70-73) – program rozrywkowy
8.00 **halo tu polsat cafe** (16) – magazyn poradnikowy
11.00 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (26) – reality show
12.30 **Oszukane** (29, 30) – paradok., Polska
14.30 **Komisarz Mama** (15) – serial kryminalny, Polska 2021
16.00 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (10) – reality show
Do walki w wielkim finale staje dwoje uczestników.

TV 4 DVB T2

6.00 **Strażnik Teksasu** (19, 20) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (117)
8.55 **Policjantki i Policjanci** (570, 571) – serial obycz., Polska
10.55 **Na ratunek 112** (1168, 1169) – paradok.
11.55 **Dlaczego ja?** (817, 818) – paradok.
13.55 **Trudne sprawy** (848-850) – paradok.
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1429) – serial obycz., Polska
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (547) – reality show
19.00 **Policjantki i Policjanci** (1430) – serial obycz., Polska

TTV HD DVB T2

5.00 **Złomowisko PL 7** (3)
6.00 **24 godziny** (53) – inf.
7.10 **Express** – pr. inform.
7.35 **DeFacto 9** (12, 13)
8.30 **Kartoteka 5** (22, 23)
10.35 **Detektywi** (87, 88)
12.35 **Zakup w ciemno 4** (30) – reality show
13.35 **Zakup w ciemno 6** (27) – reality show
14.35 **Nic do zgłoszenia 6** (2) – serial dokum., Pol.
15.35 **Złomowisko PL 7** (6)
16.45 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, sport**
17.05 **Usterka 14** (22) – serial fab.-dokum.
17.45 **Życie na kredycie 8** (21, 22) – reality show
18.40 **Gogglebox. Przed telewizorem 17** (13)
19.45 **Express** – pr. inform.

TVN STYLE HD

5.20 **I nie opuszcze Cię aż do ślubu** (7) – reality show
5.55 **Ach, ten ślub!** (3) – program rozrywkowy
6.50 **Damy i wieśniaczki. Ukraina** (6) – serial fab.-dokum.
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.25 **Ugotowani** (3, 4) – pr. kulin.-rozrywk.
13.30 **Kuchenne rewolucje** (5, 7) – program rozrywkowy
15.35 **Zgłoś remont 11** (3) – program rozrywkowy
16.35 **Pary młode ponad miarę** (3) – pr. rozr.
17.40 **Kuchenne rewolucje** (2, 3, 11) – program rozrywkowy

20

WIDOWISKO



20.00 Kabaretowa Noc pod Gwiazdami: Kogo tu nie było! (1-3)

W trakcie widowiska obok legendarnych satyryków wystąpią gościnnie giganci polskiej estrady – aktorzy i wokaliści. Wydarzenie poprowadzi m.in. Artur Andrus.

23.00 **63. KFPP w Opolu – Superjedynki**
23.15 **Panorama**
23.45 **Parada oszustów** (1)
0.40 **Rodzinka.pl** (280)
1.10 **Szlakiem miejsc niezwykłych: Pomniki historii**

MAGAZYN KULINARNY



19.05 Okrasa łamie przepisy

Kucharz zabierze widzów w rejs barką płynącą przez kanały i rzeki Żuław. Przygotuje łososia i kilka rodzajów sosów oraz musztard.

19.40 **Makłowicz w podróży** – mag.
20.10 **Postaw na milion**
22.10 **Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of** (51) – pr. rozr.
22.50 **Kabaret Letnią Porą** (24) – pr. rozrywk.
23.50 **Do śmiechu!** (10) – program rozrywk.

REALITY SHOW



18.00 Nasz nowy dom (306, 307) – Pol. 2024

Artur z rodziną mieszka w stuletnim domu odziedziczonym po dziadku. W budynku przecieka dach. Na ratunek pospieszy ekipa Elżbiety Romanowskiej.

20.00 **Kolacja w ciemno** (61) – pr. rozrywk.
21.05 **Więzienie kobiet** (128, 129) – dok., Pol.
22.00 **Gry małżeńskie** (210, 122, 123)
1.05 **Więzienie kobiet** (141-143, 1) – dok., Pol.
3.00 **Zdrady** (64-66) – serial paradokum.

ROZRYWKOWY



20.00 Gwiazdy Kabaretu (181, 88) – Polska

Przegląd ekip, które pojawiły się w programie w tym sezonie. Widzowie zobaczą: Kabaret Smile w skeczu „Paszport", Kabaret Czesuaf – „Tydzień po świętach" czy Kabaret Ciach – „SPA u dziada".

22.05 **Rycerz króla Artura** FILM – film przygodowy, USA 1995, 170 min
0.55 **STOP Drogówka**
1.55 **Hardkorowy lombard** (45) – dok.
2.25 **Interwencja** – mag.
2.55 **Śmierć na 1000 sposobów** (6) – dok.

REALITY SHOW



20.05 Zakup w ciemno 6 (28) – Polska 2025

Widzowie sprawdzą, czym zaskoczy uczestników paleta z kategorii „Pan domu", a także czy towar z naklejką „Radość" poprawi humor nowemu właścicielowi.

21.05 **Zakup w ciemno extra** (16)
21.45 **Express** – pr. inform.
22.00 **99 – Gra o wszystko. VIP 6** (6) – pr. rozrywk.
23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 22** (11, 12) – pr. rozrywk.
1.00 **Diabelnie boskie 3** (9, 10) – reality show

REALITY SHOW



20.50 Bitwa o gości (3)

Nicole i Daniel oprowadzają po hotelu w Poznaniu, Maciej i Daniel pokazują położoną wśród pastwisk Krovację, a Renata z Mateuszem zarządzają hotelem.

21.50 **Jestem z Polski** (9, 11) – serial dok., Pol.
23.50 **Mroczne sekrety małżeńskie** (5) – dok.
0.55 **Pani gadżet erotycznie** (1) – mag.
1.30 **Zawodowa Anka** (1)
2.15 **Anka testuje internety** (5) – pr. rozr.
2.50 **Dieta czy cud?** (1, 2)
4.15 **Co nas truje** (10)

TVP HD HD

8.55 **Ojciec Mateusz 27** (353, 354) – krym., Pol. 2022
10.45 **Gra słów. Krzyżówka**
11.20 **Na sygnale** (740, 741)
12.25 **Ojciec Mateusz 9** (121)
13.20 **Komisarz Alex 7** (85)
14.15 **Ranczo 5** (65) – obycz., Pol.
15.15 **Ranczo 6** (66) – obycz., Pol.
16.10 **Postaw na milion** – telet.
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 28** (364)
19.20 **Ranczo 4** (51) – obycz., Pol.
20.10 **Rodzinka.pl** (234, 235)
21.25 **Ojciec Mateusz 34** (443)
22.20 **Whiplash** – dramat
FILM obycz., USA 2014, 120 min
0.20 **Krew z krwi 2** (5-7)

TVS HD

5.30 **Pasmo ciekawostek**
6.00 **Telesprzedaż**
10.05 **Dzisiaj w regionie** – inf.
10.15 **Pogoda**
10.20 **Ekomisja** – mag. ekolog.
10.50 **Wochenblatt TV** – pr. inf.
11.10 **Dzisiaj w regionie** – inf.
11.15 **Pogoda**
11.25 **Muzyczne dzień dobry**
12.50 **Klachy i Lachy** – pr. rozr.
14.30 **Hansi Hinterseer zaprasza** – pr. rozrywk.
16.55 **Muzyczne podróże**
18.00 **Koncert życzeń**
19.05 **Koncert w TVS** – pr. muz.
21.05 **Muzyczne lato** – pr. muz.
22.55 **Szlagierowa lista** – muz.
0.55 **Program muzyczny**

ZOOM

8.05 **Strażnik Teksasu 2** (12, 13) – serial sensacyjny
9.55 **MacGyver 4** (16, 17)
12.05 **Tajne bazy Hitlera** (2)
13.15 **Sensacje XX wieku**
15.40 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
18.00 **FBI 4** (15, 16) – serial krym.
20.00 **Kobra – oddział specjalny 25** (15, 16)
22.00 **Kabaretowe przeboje** (8)
23.00 **Magia nagości. Włochy**
0.30 **Magia nagości: Szwecja 2** (5) – pr. rozr.
1.30 **Magia nagości. Polska – Najsmaczniejsze kąski**
2.45 **Hity polskiego kabaretu 7** (4) – pr. rozr.

TLC HD

13.00 **Cztery żony i mąż 12**
15.00 **Wiza na miłość: dalsze losy, pościelove rozmowy 9** – reality show
16.00 **Historie wielkiej wagi** – serial dokumentalny, USA
18.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 7** – program rozrywkowy
20.00 **Baylen – życie na głos 3**
21.00 **Wiza na miłość – oczami bohaterów 6**
22.00 **Jay i Pamela 2** (2)
23.00 **Dr Pryszczylla – kulisy 5** – serial dokumentalny, USA
0.00 **Dr Pryszczylla 3** – dok.
1.00 **Baylen – życie na głos 3** (11) – serial dokumentalny

C+ KUCHNIA HD

13.50 **Sekrety świata przypraw 3** (3) – dok.
14.45 **U sąsiadów w kuchni 12**
15.50 **Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2** (6)
16.10 **Jakubiak rozgryza Polskę 2** (2) – mag. kulin.
16.40 **Jamie Oliver: jedz na zdrowie** (1, 5) – dok.
18.30 **Sachie w Nowej Zelandii 2** (5, 6) – dok.
19.25 **Gotuj taniej z Jamiem**
21.10 **Kulinarne szlaki: Południowa Afryka** (1-6)
23.55 **Bitwa na smaki: David vs Matteo** (5, 6) – mag.
0.45 **Top Chef 20** (9)
1.50 **Jakubiak rozgryza...** (17)

TVN TURBO HD

8.20 **Nic do zgłoszenia** (2)
9.20 **Samochód marzeń – kup i zrób 13** (4) – mag.
10.15 **Ciężarówką przez Stany 4** (8) – pr. rozrywk.
11.15 **101 napraw** (6, 7) – mag.
12.15 **Jeździć, obserwować** (6)
13.00 **Mobilni mechanicy** (8, 9)
14.30 **Zawodowi handlarze**
16.00 **Wojny samochodowe**
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Z drugiej ręki** (1-3) – mag.
20.30 **Jeździć, obserwować** (3, 4) – serial dok., Pol. 2025
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Wojny samochodowe**
0.10 **Niebezpieczne dzielnice** (3, 4) – serial dok., Pol. 2025

NOWA TV DVB T

9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (15, 3) – kom.
10.30 **Więzienie** (43-45) – dok.
12.00 **Poirot 3** (10) – serial krym.
13.00 **Poirot 4** (1) – serial krym.
15.00 **Świat według Bundych** (42-47) – serial komediowy
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (12) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (23-26)
21.00 **Zdrady** (40) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (74, 75, 87) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (69, 70)
3.50 **Wehikuł czasu** (821, 820)
4.00 **Sala operacyjna 4** (8)
4.30 **Sala operacyjna** (4) – dok.
5.00 **Pod lupą** (6, 7) – magazyn

METRO

8.30 **Szpital** (850, 851)
10.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (419, 420)
12.30 **SOS Ekipy w akcji** (2)
13.30 **Brzydula** (95, 96) – kom.
14.40 **Za głosem serca** (7)
15.50 **Magda M. 2** (8) – obycz.
16.55 **Idź na całość 2** (2) – rozr.
18.00 **Złomowisko PL 2** (5)
19.00 **Kartoteka 5** (27)
20.05 **Akademia policyjna 7:** FILM **Misja w Moskwie** – komedia, USA 1994, reż. Alan Metter, 115 min
22.00 **Dunkierka** – wojenny, Wlk. FILM Bryt./Hol./Fr. 2017, 140 min
0.20 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4** (7) – dok.

ANTENA HD DVB T2

13.00 **Niezwykły dr Pol** (5)
14.05 **Klątwa Wyspy Dębów 4**
15.00 **Poszukiwacze Złota: Żądza Bogactwa 2** (4, 5)
16.00 **Australijscy poszukiwacze złota 8**
18.00 **77 TV** (3) – pr. rozrywk.
19.00 **77 TV 5** (30) – pr. rozrywk.
20.00 **Morderstwa we Francji** FILM **– Plaża Omaha** – film krym., Fr./Bel. 2018, 120 min
22.00 **Morderstwa we Francji** FILM **– Lille** – film kryminalny, Francja 2018, 125 min
0.05 **Zabójcza podróż** FILM **poślubna** – dramat kryminalny, USA/Australia 2012, 105 min

WP DVB T

13.00 **Makłowicz w podróży**
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 4** (13, 14)
16.00 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 3** (4)
16.55 **Pogoda**
17.00 **Przyciąganie serc** P! FILM – komedia romantyczna, USA 2020, 120 min
19.00 **Strażacy z sąsiedztwa 2** (1) – serial dok., Polska 2026
20.00 **Policjanci w akcji** (10, 11) – serial obycz., Polska 2026
21.55 **Pogoda**
22.00 **Mistrzowie Kabaretu 7**
23.00 **Przebojowe kabarety** (8)
0.00 **Mistrzowie Kabaretu** (7)
1.00 **Mistrzowie Kabaretu 14**

C+ DOMO HD

14.00 **Cudotwórcy – pod presją** (3) – serial dok.
14.55 **Po pierwsze: lokalizacja!** (10) – dok.
15.50 **Przekopiemy Ci ogródek** (8) – serial dok.
16.20 **Daleko od miasta 16** (1)
16.50 **Gardeners' World 16** (7)
18.00 **Ucieczka na wieś 22** (44)
18.55 **Wielkie projekty: Australia 10** (8) – dok.
20.00 **Daleko od miasta 11** (5, 6) – serial dok., Pol. 2023
21.00 **Cudotwórcy – pod presją** (4) – serial dokum.
21.55 **Wielkie projekty: Australia 11** (7) – dok.
23.00 **Domy na krańcu świata**

HGTV HD

8.00 **Poszukiwacze domów: Australia** (15, 16) – dok.
9.00 **Remontujemy dom na plaży 8** (5) – pr. rozr.
9.55 **Letnia chata na lata 12**
11.55 **Usterka 11** (31) – fab.-dok.
12.35 **Usterka 10** (8) – fab.-dok.
13.05 **Moje miasto, mój dom 9**
15.10 **Mieszkanie na miarę**
17.05 **Polowanie na ogród 6**
18.20 **Weekendowa metamorfoza 3** (3, 4)
20.10 **Będzie pięknie** (7) – rozr.
21.10 **Zgłoś remont 5** (1) – rozr.
22.05 **House Hunters – Poszukiwacze domów 3** (7-10) – pr. rozr.
0.20 **Usterka 11** (27, 29, 2)

P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (335) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (989, 990) – serial paradokum., Polska
8.30 **Sekrety rodziny** (80-82) – serial paradokum., Pol. 2018
11.30 **Trudne sprawy** (981) – serial paradokum., Pol. 2020
12.30 **Dlaczego ja?** (1412, 1413) – serial paradokum., Pol. 2025
14.30 **Świat według Kiepskich** (262-266) – serial komediowy, Polska 2007
17.00 **48h. Zaginieni** (219, 220) – serial kryminalny, Pol. 2023

SUPER POLSAT DVB T2

6.45 **SuperLudzie Extra** (58) – magazyn
7.00 **Na ratunek 112** (773, 774) – paradok.
8.00 **Doktor Martin** (39, 40) – serial obycz.
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **Świat według Kiepskich** (374, 375)
11.40 **Twoja Twarz Brzmi Znajomo** (170) – rozr.
13.30 **Bitwa o palety** (11)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (11) – reality show
16.05 **Ninja Warrior Polska** (39)
18.00 **Świat według Kiepskich** (476, 477)
19.00 **Rolniczki** (19) – dok.
20.00 **Kolacja w ciemno** (53) – pr. rozrywk.

TV 6 DVB T

6.00 **Więzienie** (127, 128)
6.55 **Policjantki i Policjanci** (769, 770) – serial obycz., Polska
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (88, 89) – serial sens., Niemcy
10.55 **48h. Zaginieni** (238-240) – krym., Pol.
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1230) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (105, 106) – serial krym., Polska
16.00 **Kobra – oddział specjalny** (90, 91) – serial sens., Niemcy
18.05 **Strażnik Teksasu** (21, 22) – serial sens.
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (97, 98) – serial krym.

BBC FIRST HD

6.00 **Z pamiętnika położnej 11** (6) – serial obyczajowy
6.50 **Ulica nadziei 4** (8)
7.45 **Ulica nadziei 5** (1)
8.45 **Lewis 9** (5) – krym.
9.45 **Ojciec Brown 3** (8)
10.40 **Śmierć pod palmami 6** (7) – krym.
11.50 **Z pamiętnika położnej 11** (6)
12.55 **Ulica nadziei 5** (2, 3)
15.00 **Ojciec Brown 10** (9) – krym., Wlk. Bryt. 2023
16.00 **Lewis 9** (5) – krym.
17.00 **My Life is Murder 2** (5) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 15** (6) – serial kryminalny
19.55 **Śmierć pod palmami 6** (8) – krym.

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

10.20 **Przygody Bolka i Lolka** (39, 40) – anim.
10.45 **Rodzina Treflików 3**
11.10 **Odo** (62-64) – anim.
11.35 **Stacyjkowo** (91, 92)
11.55 **Pszczółka Maja** (4)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
13.00 **Kocie kalamburki**
13.20 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
13.45 **Świnka Peppa 11**
14.10 **Henrietta** (35, 36)
14.30 **Oli i Luna** (33, 34)
14.55 **Oktonauci 4**
15.20 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (56) – mag.
15.40 **Billy – chomik, który został kowbojem**
16.05 **Pat i świat** (25-27)
16.35 **Dino Ranczo**
17.05 **Pszczółka Maja** (111, 112) – anim.

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.

PARADOKUMENTALNY



19.00 **Gliniarze** (1027) – Polska 2025

W lesie zostają znalezione zwłoki młodej kobiety i szczątki zaginionego rok wcześniej mężczyzny. Natalia i Kuba sądzą, że sprawcą może być seryjny zabójca.

20.00 **Ślad** (19) – krym., Pol.
21.00 **Gliniarze** (822) – serial paradokum.
22.00 **Captain Fantastic** FILM – komediodramat, USA 2016, 140 min
0.20 **Ted** – komedia, USA FILM 2012, 145 min
2.45 **Wydarzenia**
3.25 **Ewa gotuje** (521)

DRAMAT WOJENNY



21.00 **Łzy słońca** – USA FILM 2003, 155 min

Por. Waters ma zabrać z ogarniętej wojną Nigerii dr Kendricks. Kobieta jednak nie chce zostawić podopiecznych. Porucznik decyduje się na ewakuację całej grupy.

23.35 **Zamiana ciał** FILM – komedia, USA 2011, 140 min
1.55 **Backdoor. Wyjście awaryjne** (10) – kom.
2.25 **Świat według Kiepskich** (425-427) – serial kom., Pol. 2013
3.55 **Nasz nowy dom** (253, 254)

KRYMINALNY



22.00 **Kości 8** (147, 148) – USA 2012-2013

Znaleziono rozczłonkowane zwłoki kobiety i pocięte 20 tys. dolarów. Angeli udaje się zrekonstruować twarz ofiary. To Jessica Pearson. Brennan i Booth jadą do dzielnicy, w której pracowała denatka.

23.55 **Bez litości 2** – horror, FILM USA 2013, reż. Steven R. Monroe, 130 min
2.05 **Krejzi patrol** (7-11)
4.35 **Kochane pieniądze** (51) – serial paradok.
5.45 **Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy

KRYMINALNY



21.00 **Po powodzi** (1) – Wielka Brytania 2024

W trakcie akcji ratunkowej prowadzonej w zalanym mieście zostaje znalezione niezidentyfikowane ciało. Policjantka Jo Marshall postanawia zająć się tą tajemniczą sprawą. Śledztwo na zawsze odmieni jej życie.

22.00 **W cieniu podejrzeń** (2) – serial sensacyjny
23.00 **Annika** (2) – krym.
0.10 **Ulica nadziei 5** (2)
1.10 **Po powodzi** (1)
2.15 **Morderstwa w Midsomer 15** (6)
3.50 **Ojciec Brown 10** (9)

ANIMOWANY



17.30 **Kosmo-kumple** (7, 8) – USA/Tajlandia 2021

Troje znajomych marzy, by odkrywać odległe galaktyki i zaprzyjaźnić się z kosmitami. Szukają kolejnej przygody.

18.00 **Kucharz Shane**
18.30 **Yakari** (33, 34) – anim.
19.00 **Ptyś i Bill**
19.10 **Pamiętnik Florki**
19.20 **Piotruś Królik**
19.45 **Wegezaury 3**
19.50 **Lupin wśród bajek**
20.05 **Grizzy i Lemingi 2**
20.20 **Luke, podróżnik w czasie** (7, 8) – anim.
20.50 **The Garfield Show**
21.25 **Nowe przygody...**

PUBLICYSTYCZNY



20.00 **Bez kitu**

Przy jednym stole spotkają się przedstawiciele różnych ugrupowań, instytucji i urzędów, aby prowadzić dyskusje dotyczące polityki.

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.
3.15 **Szkło kontaktowe**

POLSAT PLAY HD

6.00 **Budowlańcy** (39) – dok.
6.30 **Kołowrotek** (197) – mag.
7.00 **Dorwać tuńczyka** (4, 5)
9.00 **Wojny magazynowe**
10.00 **Wojny kontenerowe** (16, 1) – serial dokum., USA
11.00 **Hardkorowy lombard** (71-76) – serial dokum., USA
14.00 **Polacy za granicą**
16.00 **Złomiarze** (1, 2) – dok., Pol.
18.05 **Poszukiwacze historii** (249, 250, 245, 246) – dok.
20.05 **Chłopaki do wzięcia** (479-482) – serial dokum.
22.00 **Zawód glina** (8) – dok.
23.05 **Łowca pedofilów** (98-107) – serial dok., Polska
4.00 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

13.10 **Sąsiedzi kontra sąsiedzi**
14.10 **Akcja: Restauracja! 19**
15.10 **Miasto smaków Guya Fieriego** (9) – reality show
16.15 **Kuchenne rewolucje** (12)
17.15 **Sexy kuchnia Magdy Gessler** (8) – mag. kulin.
17.50 **Zamiana szefów kuchni**
18.50 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** (10)
19.50 **Perfekcyjni gospodarze 9** (33) – dok.
20.50 **Trafić w ciasto** (1) – mag.
21.55 **Pyszne miejscówki** (11)
22.55 **Posiekani** (2) – telet. kulin.
23.55 **Człowiek, ogień i wyżerka 6** (13-15) – mag.
1.25 **Jedzenie w trasie** (7, 8)

POLSAT RODZINA HD

9.30 **Jeźdźcy smoków** – anim.
11.00 **Podglądacze przyrody**
12.00 **Bogaty dom – biedny dom** (141) – reality show
12.55 **Rodzina zastępcza** (283, 284) – kom., Pol. 2008
14.50 **Wielkie wycieczkowce**
15.50 **Świat z góry** (11, 12)
17.05 **Pingwiny z Madagaskaru** (35-38)
19.00 **Rodzina zastępcza** (165)
20.00 **Miodowe lata** (23, 24, 29)
21.50 **Spider-Man 3** – film FILM przyg., USA 2007, 170 min
0.40 **Historia broni** (5, 1) – dok.
3.00 **Ewa gotuje** (466) – mag.
3.30 **SuperLudzie** (39) – dok.
4.00 **Kołowrotek** (180, 181)

BBC LIFESTYLE HD

10.05 **Królowa Elżbieta: jej pasje i rozrywki** – dok.
11.20 **Rezydencje na Mauritiusie** (10) – dok.
12.25 **Najdroższe brytyjskie domy 3** (2) – reality show
13.25 **Mistrzowie szycia 6** (9)
14.30 **Wielkie brytyjskie wypieki 16** (4) – pr. rozr.
15.35 **Zapraszam do stołu 22**
17.40 **Rezydencje na Mauritiusie** (10) – dok.
18.45 **Mistrzowie szycia 6** (10)
19.50 **Wielkie brytyjskie wypieki 16** (5) – pr. rozr.
21.00 **Miłosne przekręty** (3)
22.00 **Bad Boyfriends** (1, 2)
0.30 **Ratunek dla skóry 3** (7)

NICK JR. HD

16.24 **Świnka Peppa 8** (36)
16.29 **Świnka Peppa 6**
16.49 **Świnka Peppa 4**
17.19 **Świnka Peppa 6** (25)
17.23 **Świnka Peppa 2** (9, 11)
17.40 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (21) – anim., Fr.
18.05 **Barbapapa i jego rodzinka** (21) – serial anim.
18.30 **Dora** (12) – serial anim.
18.55 **Santiago z mórz** (2, 12)
19.40 **Rubble i jego ekipa** (23)
20.00 **Dobranocki z Ryanem**
20.32 **Świnka Peppa** (40)
20.36 **Świnka Peppa 8** (19)
20.41 **Świnka Peppa** (14, 15)
20.55 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (16-18) – anim.

POLSAT NEWS HD

13.55 **Pogoda**
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**
16.30 **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** (4)
15.30 **Ojciec Mateusz 7** (95)
16.30 **Ojciec Mateusz 8** (96)
17.20 **Góry Europy** (4) – cykl dok.
18.30 **63. KFPP w Opolu – Superjedynki. 40-lecie Teleexpresu** (1) – koncert
19.30 **Miłość i nadzieja** (340) – telenowela, Turcja 2022
20.30 **Wichrowe wzgórze** (321) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (301) – obycz.
22.30 **Grace, księżna Monako** FILM – film biograficzny, Francja/USA/Belgia 2014, 115 min

E! ENTERTAINMENT HD

7.00 **Z kamerą u Kardashianów** (11, 12)
8.50 **Plastyczna fuszerka** (18)
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (13, 14)
14.20 **Plastyczna fuszerka**
16.10 **Błędy natury** (1, 2) – dok.
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (19, 20)
20.30 **Plastyczna fuszerka** (3)
22.30 **Błędy natury** (3, 4) – dok.
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (13, 14)
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 **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 **Kartka z kalendarza – powstanie warszawskie** – pr. eduk.
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**

BBC BRIT HD

9.25 **Top Gear: Najlepsze z najlepszych** (3) – mag.
10.30 **Ikony motoryzacji** (7)
11.30 **Brytyjskie fabryki 8** (1)
12.35 **Top Gear 13** (1) – mag.
13.40 **Ikony motoryzacji** (8)
14.40 **Cuda inżynierii 4** (7)
15.40 **Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 3** (16)
16.45 **Brytyjskie fabryki 8** (1)
17.50 **Top Gear 13** (2) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii 4** (7)
20.00 **Brytyjskie fabryki 8** (2)
21.00 **Nieznane dzieje II wojny światowej** (1, 2) – dok.
23.00 **Top Gear 13** (1) – mag.
0.10 **Top Gear 31** (6) – mag.

MINI MINI+ HD

10.00 **Edzio i Lusia** (33-38)
11.25 **Baczne oczka** (13, 1-3)
11.55 **Marta mówi** (29, 30)
12.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
12.59 **Marta mówi** (31, 32)
13.55 **Moje urodziny** – dla dzieci
14.00 **Basia 2** (4-8) – anim., Pol.
15.10 **Kicia Kocia 2** (3-7) – anim.
15.55 **Marta mówi** (15, 19, 24)
17.20 **Staś i fajna Babcia** (27, 28) – serial animowany
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.57 **Staś i fajna Babcia** (29)
18.15 **Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia**
18.40 **Dora i przyjaciele** (3, 4)
19.35 **Kicia Kocia 2** (4-8) – anim.
20.25 **Mały Charlie** (3-7) – anim.

TVP 3 DVB T2

13.00 **Agrobiznes**
13.20 **Agropogoda**
13.30 **Misja interwencja**
14.05 **Całkiem niezła historia**
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** (222)

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

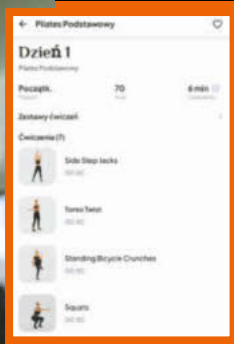
SPRYTNE URZĄDZENIA I APLIKACJE DO TRENINGU W DOMU



Po upałach odrobina wysiłku już nie zaszkodzi. O lepszą formę możesz zadbać we własnych czterech ścianach – niezależnie od wieku i kondycji. Co warto wybrać, by ćwiczyć wygodnie i bezpiecznie?

DOMOWE CENTRUM FITNESS

FORMA Z APLIKACJI



PILATES W DOMU – FITNESS jest apką z Google Play, oferującą ćwiczenia wzmacniające mięśnie oraz poprawiające równowagę i ogólną sprawność ciała. Po uruchomieniu wskaż swoje cele (np. lepszy sen), wybierz partie mięśni i podaj m.in. dane o wieku, wadze i kondycji. Potem rozpocznij zaproponowany trening i powtarzaj ruchy pokazywane przez instruktorkę na ekranie. Pełny pakiet za 97,99 zł mies. lub 169,99 zł za rok. W App Store znajdziesz podobne aplikacje, np. **PILATES: ĆWICZENIA W DOMU.**

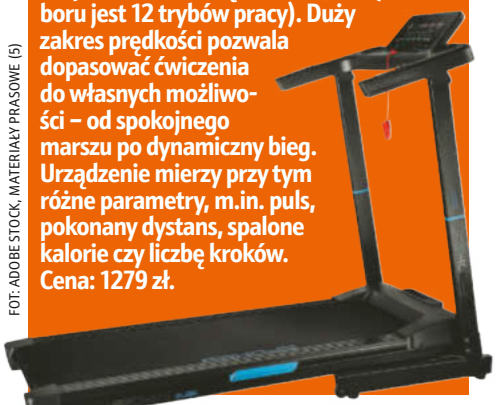
TRENUJ BEZ PRZECIĄŻEŃ



ROTATOR ELEKTRYCZNY ASATO ma wbudowany silnik, który samoczynnie porusza pedałami, dzięki czemu łatwo uniknąć przeciążeń. To niewielkie urządzenie pozwala ćwiczyć ręce i nogi, a możliwość obracania pedałów w obu kierunkach angażuje więcej grup mięśni. Do wyboru jest 12 poziomów prędkości – od delikatnego ruchu po intensywniejszy wysiłek – które poprawiają gibkość oraz koordynację ruchową. Obsługę ułatwiają wyświetlacz LCD i przewodowy pilot. Cena: 287 zł.

W TWOIM TEMPIE

SPOKEY ELIAS – bieżnia elektryczna idealna do ćwiczeń w domowym zaciszu. Szeroki pas o wymiarach 42 × 120 cm tłumi drgania powstające podczas treningu i zapewnia swobodę ruchów (do wyboru jest 12 trybów pracy). Duży zakres prędkości pozwala dopasować ćwiczenia do własnych możliwości – od spokojnego marszu po dynamiczny bieg. Urządzenie mierzy przy tym różne parametry, m.in. puls, pokonany dystans, spalone kalorie czy liczbę kroków. Cena: 1279 zł.



PULS POD KONTROLĄ

TX-750EB SABER to stacjonarny rower treningowy wyposażony w wyświetlacz LCD i aż 21 programów do ćwiczeń. Stabilna konstrukcja i wygodne siodełko zapewniają komfort podczas każdej sesji, a wbudowane w kierownicę czujniki mierzą tętno. Rower posiada uchwyt na telefon lub tablet, a przez Bluetooth łączy się z aplikacją treningową Fit-Show, przeznaczoną do ćwiczeń w domu (dostępna na Google Play, w App Store jako Fit-Show: Treadmill Workout). Cena: 1099 zł.



MOC W DRGANIACH



Platforma wibracyjna **ULTRA+ 4FIZJO** służy do treningu całego ciała. Jej drgania wywołują mimowolne, szybkie skurcze mięśni, dzięki czemu angażowanych jest więcej włókien mięśniowych niż w tradycyjnych ćwiczeniach. 5 programów i 99 poziomów prędkości pozwala dopasować trening do siebie. Wbudowany moduł Bluetooth i głośniki umożliwiają połączenie telefonu i ćwiczenia w rytm ulubionej muzyki, a program i prędkość zmienisz przyciskami lub pilotem. Cena: 245 zł.

FOT. ADOBE STOCK, MATERIAŁY PRASOWE (5)



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

BRAK DBIORU KANAŁÓW Z ASTRY PO BURZY

PAN KRZYSZTOF jest klientem Canal + i korzysta z dekodera Ultrabox. W domu i na działce ma talerz z dwoma konwerterami do odbioru z Astry i Hot Birda; wozi ze sobą dekoder; w obu miejscach ma internet ze światłowodu. Latem mieszka na działce i nie miał problemów z odbiorem, ale po ostatniej burzy zniknęły kanały z Astry. Pyta, czy mógł się uszkodzić tylko konwerter z Astry? Ale wydaje mu się, że ma też mniej kanałów z Hot Birda.

JK Bardzo często podczas burzy lub intensywnego deszczu dekoder traci sygnał satelitarny. Ultraboxy, tak jak inne dekodery 4K Canal+, Dualboxy, mają możliwość przejścia w tzw. tryb hybrydowy – gdy dekoder podpięty jest do internetu i traci sygnał satelitarny, może przejść na odbiór kanałów TV poprzez internet. O takiej sytuacji dekoder informuje komunikatem na ekranie telewizora i na taką operację musimy wyrazić zgodę, wciskając klawisz „OK" na pilocie na ikonce „oglądaj przez internet". Tryb hybrydowy ma to do siebie, że w chwili, gdy wróci sygnał satelitarny, a my przełączymy się na jakiś inny kanał, dekoder automatycznie przejdzie na odbiór z talerza. Jeśli sygnał satelitarny z powodu jakiejś usterki nie wróci, zostajemy na stałe przy odbiorze internetowym. W tym trybie nie odbierzemy kanałów z Astry i niektórych z Hot Birda, bo nie wszystkie stacje z oferty Canal+ mają licencję na przekaz internetowy. Zacznijmy więc od sprawdzenia, czy w ogóle mamy sygnał satelitarny. Aby mieć pewność, że jesteśmy w trybie odbioru satelitarnego, w menu ustawień „tryb pracy dekodera" musi być wybrany tryb hybrydowy. Możemy też odłączyć internet. W instalacji wybieramy „antena", dalej odpowiednią konfigurację z uwzględnieniem DiSEqC i sprawdzamy, czy z obu satelitów mamy sygnał. Jeśli tak, to zapisujemy ustawienia i pobieramy nową listę kanałów. Jest to bardzo ważne, bo zyskamy pewność, że załadują nam się także kanały z Astry. Po skończonej operacji sprawdzamy odbiór kanałów i internet, i temat jest właściwie zakończony. A co, jeśli nie mamy pasków poziomów sygnału z satelitów? Czeka nas wtedy sprawdzenie wszystkich elementów układu antenowego, począwszy od ustawienia anteny, konwerterów, skończywszy na złączach i kablach.

ROZWIĄŻ DLA PRZYJEMNOŚCI



dom w skansenie			leśne pułapki			zlot czarownic			kolumna	
							2			
gruzińskie pierogi			torbacz lubiący eukaliptusa			wyrok			posłanie borsuka	
student po obronie			lodowy opad							
Jerzy ..., reżyser „Czterdziestolatka"				Pola ..., „Panienka z okienka"			splot neuronów			belka na maszcie
Ava ..., „Mogambo"			5							
						Mikołaj z Nagłowic			monitor	
wojsko chana			Paul ..., śpiewał „Dianę"			kawalerzysta				3
w parze ze skuwką										
							np. sierpowy			powieść Zoli
slogan, frazes	spiętrza wodę rzeki			nosił kontusz / selekcja						
ośrodek hodowli koni			giełdowy spadek			wiersz miłosny			tłuczeń	
aneksja			siatka do skoków							
							fruwa nad plażą			żerdź
cynowe spoiwo	piękny zapach									
				miasto Kreona					1	
oznaka wysiłku	fragment, kawałek									
				dosięgnie winnego		4				

LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5

MEDIA NEWS



FILMOWY WEHIKUŁ CZASU

STREAMING Platforma Arte.tv zaprasza na cykl ArteKino Classics, w którym udostępnia perełki europejskiego kina sprzed dekad. To np. irlandzka „Kołysanka" z Sinéad O'Connor (zdj.), włoski „Oto Bombo" i belgijska komedia „Słodki dom" o pewnym domu opieki. Wszystkie tytuły obejrzymy za darmo, bez logowania się.

ANIMACJE I ANGIELSKI DLA DZIECI

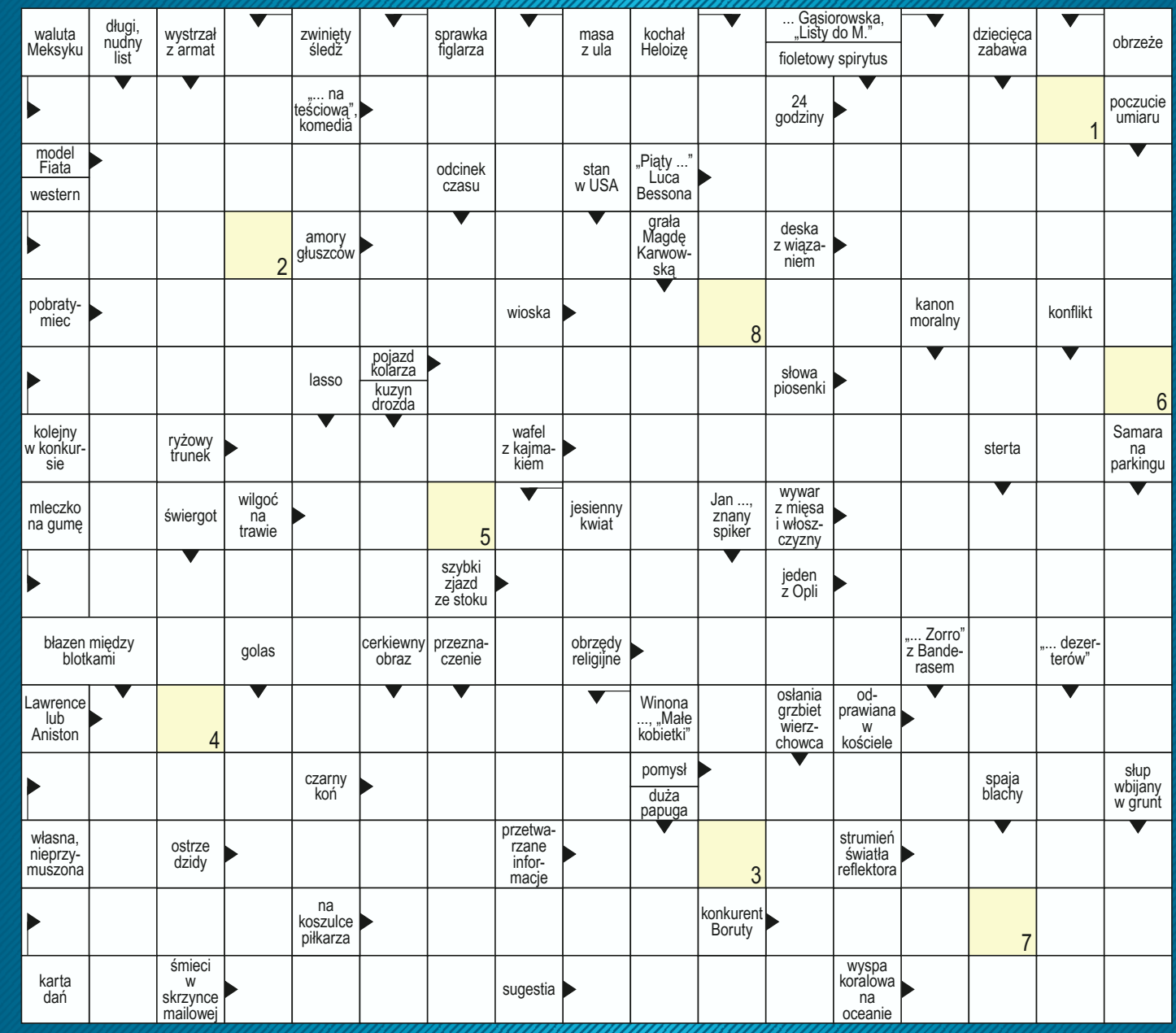


KANAŁY TV Z końcem sierpnia z oferty telewizyjnej Orange zniknie 7 kanałów, w tym trzy dziecięce Nickelodeon. Dołączy zaś 8 stacji, wśród nich, nowe w Polsce, skierowane do dzieci Fix&Foxi TV (na zdj. „Rodzina Treflików") z animacjami i filmami familijnymi oraz RiC.today do nauki angielskiego przez rozrywkę.

FOT. MATERIAŁY PRASOWE

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

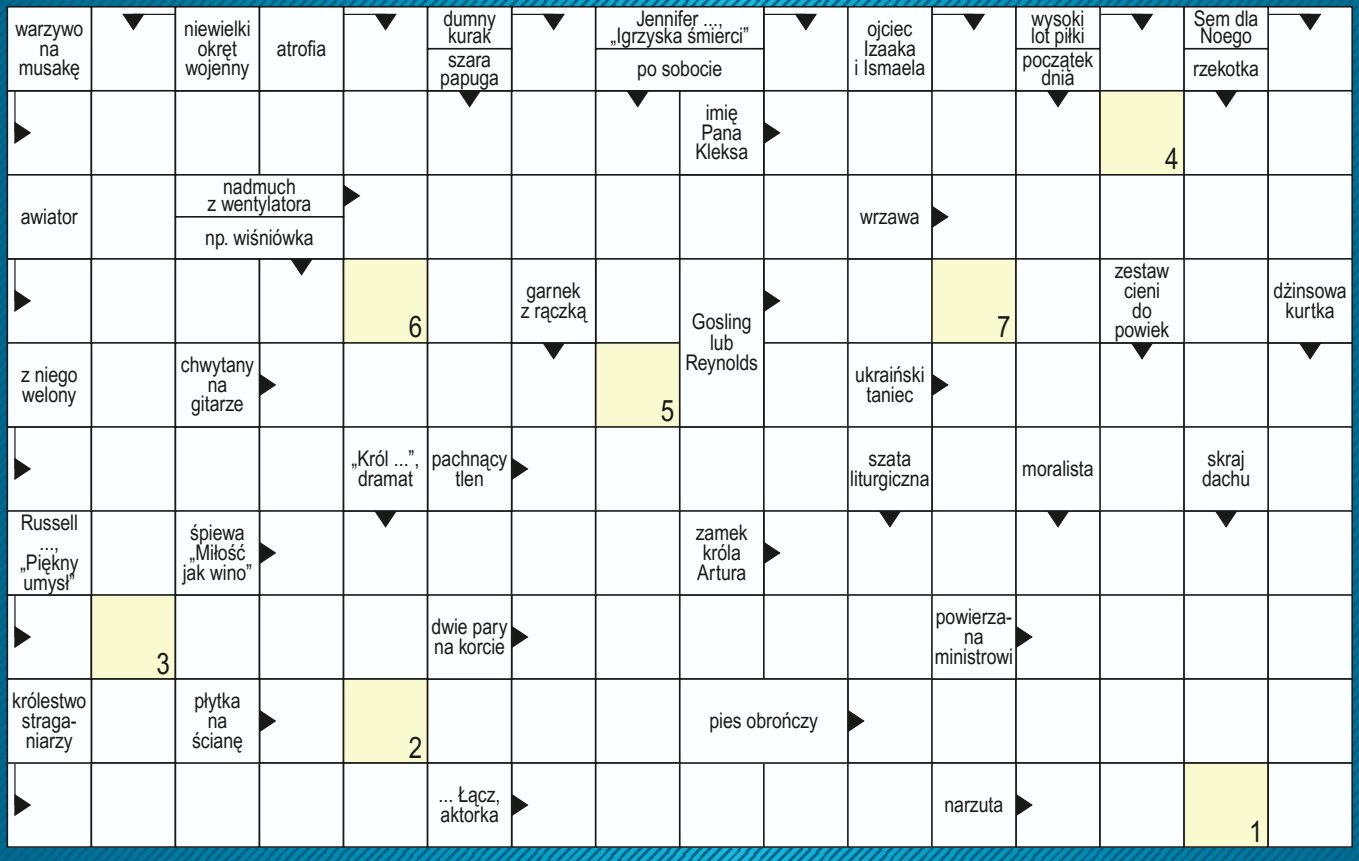
Rozpowszechnianie wszelkich materiałów redakcyjnych bez zgody Wydawcy jest zabronione. Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w programie telewizyjnym wprowadzone przez stacje po oddaniu pisma do druku. Za treść ogłoszeń redakcja ponosi odpowiedzialność w granicach wskazanych w ust. 2 art. 42 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**

SUDOKU

PUSTE POLA WYPEŁNIJ TAK, ABY W KAŻDEJ KOLUMNIE, KAŻDYM RZĘDZIE I KWADRACIE OBWIEDZIONYM POGRUBIONĄ LINIĄ ZNALAZŁY SIĘ CYFRY OD 1 DO 9.

			6				5	
		5		1	8			
1			3		2			9
		6				4	9	
9	4						2	3
	8	2				5		
8			5		3			4
			8	9		1		
	9				6			

	2			1	7			8
	5		6					
3		7	8				9	
	3	2	7	6				
7								3
				5	9	2	7	
	4				6	7		9
					3		4	
5			1	7			2	



LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5	6	7

REKLAMA

Dlaczego coraz GORZEJ SŁYSZYMY?





Specjaliści nie mają wątpliwości, co może się do tego przyczyniać.

Problem pogarszającego się słuchu dotyczy dorosłych, jak i dzieci. Mogą przyczyniać się do tego **błędy, które nieświadomie popełniamy.**

Przede wszystkim **należy przestać używać patyczków kosmetycznych**. Odkąd pojawiły się w sklepach, lekarze ostrzegali, żeby nie używać ich do higieny ucha. Wkładanie patyczków do przewodu słuchowego jest jedynie złudnym wrażeniem wyczyszczenia uszu.

ZATKANE UCHO TO NIESŁYSZĄCE UCHO...

*„Czyszczenie uszu patyczkiem jest bardzo złą metodą ze względu na to, że **może ona powodować wiele różnych skutków ubocznych**”* – mówi Katarzyna Kasperek-Mosoń, laryngolog z Wrocław Medical Center (artykuł pt. „Czyszczenie uszu patyczkiem może być niebezpieczne dla zdrowia – ostrzega laryngolog” z portalu Medonet.pl.).

O ryzyku związanym z używaniem patyczków kosmetycznych możemy przeczytać nawet na... ich opakowaniach. Niestety większość z nas nie czyta etykiet.

JEŚLI NIE PATYCZKIEM, TO CZYM?

Na pewno nie wodą! Woda sprawia, że woskowina pęcznieje i zamyka przewód słuchowy. Warto sprawić sobie dobrej jakości aparat do czyszczenia uszu. Taki, który będzie delikatnie wysysał z uszu nadmiar woskowiny, zanieczyszczenia i wodę, pozostawiając je czyste i suche.

URZĄDZENIE DO CZYSZCZENIA USZU DLA CAŁEJ RODZINY!

WaxVac

WaxVac nie przepycha woskowiny w głąb przewodu słuchowego. Zamiast tego „wysysa” nadmiar woskowiny, nagromadzone zanieczyszczenia i wodę – czyli wszystko to, czego nie powinno być w naszym uchu.



JAK TO DZIAŁA?

Najważniejszą częścią urządzenia jest **system nanossący,** działający na zasadzie siły odśrodkowej. W ciągu zaledwie kilkunastu sekund struktura korka woskowinowego rozpada się i zostaje łagodnie wyciągnięta z ucha.

JAK UŻYWAĆ?

Nałóż na końcówkę miękką nakładkę z silikonu i włącz urządzenie. Potem przyłóż aparat do ucha. Poczujesz, jak urządzenie delikatnie wysysa wodę oraz zanieczyszczenia.



Aparat wyposażony jest w **4 wymienne nakładki** – tym samym może korzystać z niego cała rodzina. Nakładki są wykonane z zaawansowanego technologicznie silikonu.



Tak! Tylko za **87 ZŁOTYCH!**

LETNIA OKAZJA

Mamy wyjątkową ofertę dla Czytelników „To i Owo”.
Pierwsze 100 osób, które zgłosi się telefonicznie, otrzyma urządzenie do czyszczenia uszu **za 87 zł!**
Oferta ważna do wyczerpania zapasów.

61 300 38 81

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

Szczegóły oraz informacje dotyczące zwrotów i reklamacji dostępne 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/.