

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

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
KIBICAI INNE SPORTOWE
WYDARZENIA
TYGODNIA
s. 14-17PONAD
150
OPISÓW FILMÓW
NA CAŁY
TYDZIEŃ!**PIOTR
ADAMCZYK**JAKO BOSS LOKALNEJ MAFII
W EMOCJONUJĄCYM
SERIALU **PROSTA SPRAWA** s. 8**KAMIL
SZEPTYCKI****MORFEUSZ**Ostatecznie nie
mamy tu gangstera
i adwokata, tylko
ojca i syna s. 4

WYWIAD TO&OWO TV



LATARNIE

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

WŚCIEKŁOŚĆ

JESZCZE JEDEN
STRZAŁKABARETOWA
NOC POD GWIAZDAMI**PRZEBOJOWY
TYDZIEŃ W TV!**

PO POWODZI

FESTIWAL WESELYCH
PRZEBOJÓWLATO Z RADIEM
I TELEWIZJĄ POLSKĄ

T JAK TEY



33

ISSN 1230-4331
9 771230 833607Numer
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 rozsad w programie...

JK

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



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 trzydziestelecie 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, telewizjom 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 nie małym 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 nieznanego 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 Wiktor 2005 w kategorii najbardziej ceniony dziennikarz (wraz z Tomaszem Sekielskim i Andrzejem Turskim) oraz dwóch Telekamer – zmarł 4 sierpnia po długiej chorobie nowotworowej. JK



DELIKATNE PRZEJŚCIE

WYWIAD
→

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

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 pieniądzu ani sławie. Jednak jego przeszłość spowija cię: 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

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

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 „Kariere Nikodema Dyzmę” z Romanem Wilhelmem. 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 Wilhelmięgo.

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

Z TYCH RÓL GO ZNAMY

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



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



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 Pio-

tra, 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?

Zobaczmy. 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 poznać 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.

sobota
niedziela
poniedziałek
SENSACJA

Mission: Impossible

GODZ. 20.00 TVN 7 Kino szpiegowskie z brauwrowymi 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.


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.


Haker

GODZ. 20.00 FILMBOX+ ONE Film mistrza gatunku Michaela Manna, twórcy „Gorączki”. Genialny komputerowiec dołącza do posługu 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...

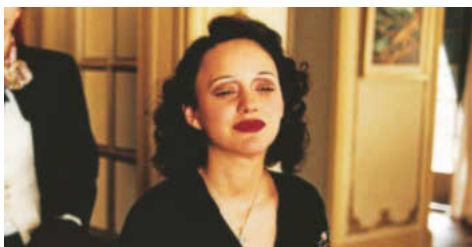

Ocean's Eleven: Ryzykowna gra

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 dojrzalej 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-latką zaczyna zarabiać na życie śpiewaniem na ulicy. Z czasem osiąga okupiony trudami sukces.


Zaulek koszarów

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 pojawia się przybysz z przyszłości. Ostrzega przed nadchodzącą zagładą. Kompletuje drużynę śmiałków. Pełne absurdu 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 książki Jamesa Pattersona. Psychiatra z FBI krzyżuje plany seryjnego mordercy. Ten postanawia się zemścić.

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.

czwartek



John Wick 4

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

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”.



Na noże

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



Szeffowie wrogowie

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



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.



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.



Brat

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



Miasto 44

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



Ból i blask

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



Whiplash

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



W nieskończoność

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



Nieustraszeni bracia Grimm

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



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.



Morbius

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

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

→ SERIALE



OD 1. ODCINKA

PROSTA SPRAWA

KRYMINALNY Prawdziwa gratka dla fanów bezkompromisowych twardzieli stojących po stronie sprawiedliwości! Serial powstał na podstawie powieści Wojciecha Chmielara, 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 Więclawek), 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+**



Gdzie się podziewa Prosty (Mateusz Więclawek)?

Kazik (Piotr Adamczyk) to wyjątkowo brutalny przestępca.



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 łączy prywatne powiązania z kimś z ich wydziału... **JK**

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

PREMIERA

PO POWODZI

KRYMINALNY Brytyjskie miasteczko odwiedza powódź. Gdy w windzie na podziemnym parkingu znaleziono 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 rozpoznał? 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 Kardiologii w Zabrze.

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.

KABARETOWA

ELITA

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

ROZRYWKAWKA



NA ŻYWO

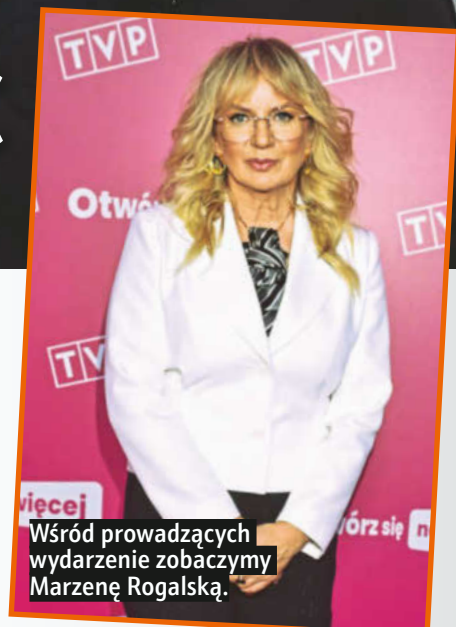
KABARETOWA NOC POD GWIAZDAMI

WIDOWISKO W tym roku Lidzbarskie Wieczory Humoru i Satyry świętują 50-lecie powstania! Taki jubileusz trzeba uczcić z fasonem, dlatego na scenie obok znanych kabareciarzy pojawią się gwiazdy estrady. Gospodarzami wydarzenia będą Marzena Rogalska, Artur Andrus i Andrzej Poniedziałki, a wystąpią m.in. Czesław Mozil, Szymon Majewski, Adam Nowak, Katarzyna Pakosińska,

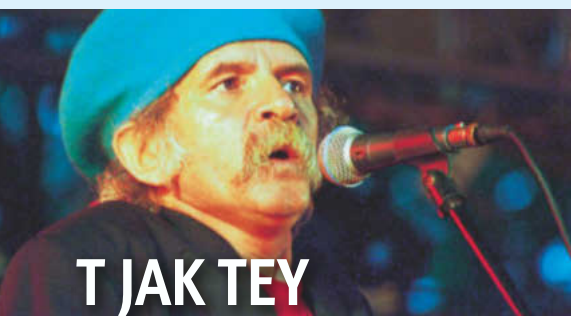
Paweł Domagała, Piotr Bukartyk, Maciej Miecznikowski, Grażyna Łobaszewska oraz... Wojciech Mann! Wśród satyryków zobaczymy kabaret hrAbi, który po dłuższej przerwie, po śmierci Joanny Kołaczekowskiej, wrócił na scenę. Szykuje się niezapomniany wieczór! **MJ**

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

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



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 ROZRYWKAWKA**

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 „Beatlemaniana Story”. **MAM**

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



NA ŻYWO

LATO Z RADIEM I TELEWIZJĄ POLSKĄ

WIDOWISKO Wbrew nazwie miejscowości w sobotni wieczór w Mroczach będzie wyjątkowo gorąco! Podczas kolejnego koncertu wakacyjnej trasy „Lato 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 oka-

zji 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 prowadzi inspektor Humbleby (Gustaw Lutkiewicz) i profesor Fen (Wiesław Głusiński, 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, Hali-na Mlynkova, Natasha, 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 Natashy (w kółku).

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

DOKUMENT
↑



Wylewająca rzeka to
raj dla hipopotamów.

AFRYKAŃSKA RZEKA WIDMO

PREMIERA

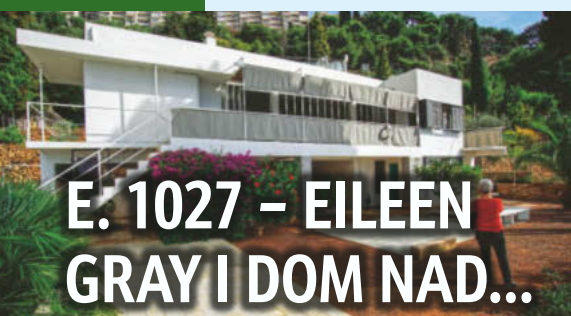
OD SUSZY DO OBFITOŚCI Rzeka Boteti jest źródłem życia w jednym z najsurowszych zakątków Botswany. Jej koryto podlega rytmowi suszy i nagłej obfitości, gdy zasilają ją wody wylewającej rzeki Okavango. Każdej zimy rozlewiska delty Okavango wdzierają się w głąb pustyni Kalahari, przyciągając stada roślinożerców i drapieżniki. Gdy woda ustępuje, krajobraz znów staje się surowy – pylisty i bezlitos-

ny. 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



Nie wszystkie
zwierzęta przetrwają
na brzegu Boteti.



E. 1027 – EILEEN GRAY I DOM NAD...

ARCHITEKTURA ZMAGAŃ Konflikt między architekturą 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., urzą-

dzonych przez cesarza Tytusa. Opowiada o codziennym życiu gladiatorów i ich dramatycznych losach, a także o słańiu kulis organizacji widowisk – od sprzedaży biletów po przygotowywanie posiłków dla tysięcy widzów. **MP**

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



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.

obciążenie w codziennym życiu i może poważnie ograniczać jakość życia. Eksperci szacują obecnie częstotliwość 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 ścian jelita i drażnienie układu nerwowego jelit. Może to prowadzić do typowych objawów, takich jak biegunka, ból brzucha czy wzdęcia.²

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 formie w łagodzeniu objawów zespołu jelita drażliwego.^{3,4}

Od pomysłu do produktu

Szczep bakterii *B. bifidum* MIMBb75 w swojej dalszej, ulepszonej, inaktywowanej 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.

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

Przełom w badaniach

Na podstawie tych odkryć rozpoczęto poszukiwania skutecznego rozwiązania. W ich trakcie włoscy naukowcy natrafili na szczególnie skuteczny 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

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 klinicznie⁴



SYNformulas GmbH

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

(GTIN 4260344399437)

¹Black 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. • ²Wood 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. • ³Guglielmetti 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. • ⁴Andresen V, Gschossmann J, Leyer 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. • ⁵Insight Health, DE, AT, ES, IT; MAT 12/2025. Zdjęcie ma charakter ilustracyjny.

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

**OBYWATELE
POWALCZA**
o trzecie z rzędu
zwycięstwo
nad Kanonierami.

ARSENAL – MAN. CITY

KIBICE MOGA

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). Niepełna tydzień przed potyczką z beniaminkiem, na słynnym stadionie Wembley, formę urzędujących mi-

strzów 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 mie-

li 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 wywalzonego 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 zdecydować 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 po-

rażki 38:52. Jednak na własnym terenie Emil Sajfutdinow i jego koledzy są niezwykle groźni. Na Motoarenie nie przegrali jeszcze w tym sezonie żadnego meczu. Żuźlowcy 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.

MISTRZOSTWA EUROPY – BIRMINGHAM

LEKKOATLETYKA Z poprzedniej edycji czempionatu Starego Kontynentu Biało-Czerwoni przywieźli sześć medali. Finał rywalizacji w Birmingham może okazać się kluczowy w kontekście wyrównania tego wyniku. Zarówno w sobotę, jak i niedzielę (godz. 20.25 TVP Sport) na Alexandra Stadium do akcji wkroczą bowiem 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. Wicemi-

strzyni 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



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

RC LENS – PSG

PIĘKA NOŻNA W letnim oknie transferowym ekipę RC Lens wzmocnił między innymi kupiony z KAA Gent Michał Skóraś. Reprezentant Polski do brze 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 przy-

padnie na mecz o Superpuchar Francji przeciwko Paris Saint-Germain. Jeśli Skóraś błysnie 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

PIĘKA NOŻNA Wraz z awansem Białej Gwiazdy do najwyższej klasy rozgrywkowej do ekstraklasowego terminu 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 Wiśłacy 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 SIERPNIĄ 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 – Wierzyta Kraków
18.55 CANAL+ SPORT 3; CANAL+ SPORT 5
- PT** Cracovia – Wierzyta 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 Niepotomice
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

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
- SR** 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** Cycloclassics Hamburg
EUROSPORT 2
- 14.30 29. edycja
- ND** Arctic Race of Norway
EUROSPORT 2
- 16.30 4. etap

- SR** 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**



- 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**

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

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

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

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

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

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

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

SR 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 PSZ 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



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”.



→ PREMIERA 17.08

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 wybaczonego 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.



→ 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 Amira 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.



→ JUŻ DOSTĘPNY



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”.



→ 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”.



→ PREMIERA 14.08



KOMEDIODRAMAT

NIE ŻYCIE 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 Angeles (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.

Apple 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. Pograżeni 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 wyznaczili 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. Znaleźnienie 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
NETFILM



20.15 → **Julka za dziatkę 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 dziatki. Zostaje odrzucona. **SR** 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.

HID POLSKA 2026 ▶ 35 min



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

PO Rogowski opiekuje się pacjentką, która zaszła. 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. **SR** Mirek przeżywa trudne chwile. Na SOR trafia jego była teściowa. Tymczasem Kaśka otrzymuje wezwanie do prokuratury. **CZ** Na SOR-ze przebywa nastolatek z problemami kardiologicznymi. Mirek zajmuje się pobitym 30-latką. **PT** Maciek diagnozuje 60-latkę wymagającą szybkiej operacji. Zwierza się Kaśce z obaw dotyczących syna.

HID 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 romansuje z Darkiem. Odkrywa, że jest liderem pseudokibiców, gdy do jego domu wpadają antyterrorysty. **SR** 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 został jego żoną w spokoju. Wmawia mu, że ona nie chce rozwodu.

HID POLSKA 2026 ▶ 60 min

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



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. Łódzia nie przestaje podejrzewać męża o niewierność.

HID 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.

HID 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.

HID 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.

HID 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.

HID 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.

HID USA 2026 ▶ 65 min



20.00 **Niewypowiedziana wojna 2**
C+ PREMIUM

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

HID 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.

HID USA 2022 ▶ 55 min



19.00 **Policjantki i Policjanci** TV 4

OBYCZAJOWY PO Lena i Bartosz badają sprawę kradzieży pierścienia 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. **SR** 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 ściągany za wyłudzenia.

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. **SR** 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. Al-dona nie kryje wzruszenia.

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 Siedliszku pojawia się uzbrojony w nóż ojczym Franka. Piotrek przeprosza 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.

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 zatrut 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 Górka ulega w domu groźnemu wypadkowi. **SR** Stażysta Janek trafia do ekipy Lisieckiego. Przy prostym urazie stopy wpada w panikę. Gdy ma podać pacjentowi leki, mdleje. Z kolei jego brat Tomek imponuje Górze wiedzą, stawiając trafną diagnozę.

POLSKA 2026 ▶ 65 min



20.30 **07 zgłoś się** TVP 1 **KRYMINALNY**

PO-**SR** 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.

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.

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 sześciolatniej Leny. Ślady krwi i trop, który złapał pies, wskazują, że dziewczynka mogła zostać wywieziona autem.

POLSKA 2026 ▶ 60 min



20.10 **Prosta sprawa** ALE KINO+ **KRYMINALNY**

SR 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. Prosteo szukają całą czas Bezimienny i Justyna.

POLSKA 2024 ▶ 140 min



20.45 **Na dobre i na złe** TVP 2 **OBYCZAJOWY**

SR 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.

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 drzwiami ktoś podrzuca niemowlę.

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.

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.

POLSKA 2025 ▶ 60 min

Warto zobaczyć

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

12.35
Spider-Man
PRZYGODOWY Po ukąszeniu przez zmutowanego pajaka 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
Marzyłam o Afryce
OBYCZAJOWY Kuki przyjmuje oświadczyń 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
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
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
Pies
KOMEDIODRAMAT By wrócić do służby, weteran Briggs musi zawieźć owczarkę 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
Ścieżki życia
OBYCZAJOWY Małżonkowie Raynor i Moth tracą dom i stabilizację. Zamiast się załamać, wyruszają na wędrowkę w poszukiwaniu ukojenia. Reż.: Marianne Elliott, A: Gillian Anderson, Jason Isaacs, Denis Lill
Wlk. Bryt. 2024 **115 min ▶ do godz. 21.55**

21.00
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 Miłość jak miód

TVP 2 **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 patrząc 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
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**



21.55
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**



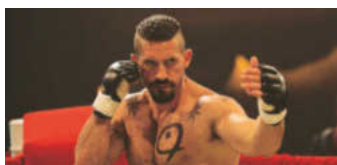
20.00
Dziewczyna z perłą
KOSTIUMOWY Holandia, XVII wiek. Griet (Scarlett Johansson) zostaje przyjęta na służbę do domu malarza Johannesa Vermeera. Niebawem staje się mułą artysty. Ten w sekrecie maluje jej portret.

Reż.: Peter Webber Wyst.: Colin Firth
Wlk. Bryt. 2003 **HD 110 min ▶ do godz. 21.50**



21.55
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**



20.00
Champion 4: Walka o honor
SENSACYJNY W trakcie brutalnego pojedynku mieszanego sztuki walki umiera przeciwnik Yuri-go 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**



22.20
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**

→ filmowe



Phil, Stu i Alan muszą naprawić skutki szaleństw nocy.

20.00 Kac Vegas

TVN

KOMEDIA Kumpie 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 banda.

REDA 140 min ► do godz. 22.20

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



20.00 Morderstwa we Francji - Rochefort

ANTENA

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 REDA 120 min ► do godz. 22.00



22.30 Nocny pościg

TVN 7

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 stronie stanąć.

Reż.: Jaume Collet-Serra Wyst.: Joel Kinnaman
USA 2015 REDA 135 min ► do godz. 0.45



21.20 Niedokończone życie

TVP 1

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

Reż.: Lasse Hallström Wyst.: Robert Redford
USA 2005 REDA 120 min ► do godz. 23.20



23.20 Pierwszy strzał

TVP 1

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 REDA 110 min ► do godz. 1.10

→ sport



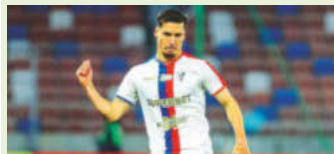
14.40

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. REDA 170 min ► do godz. 17.30



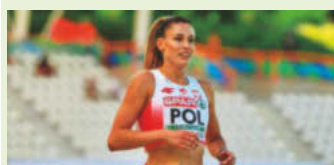
20.10

C+ SPORT 3

Górnik Zabrze - Wisła Kraków

PIŁKA NOŻNA LIVE

Starcie dwóch utytułowanych klubów budzi ogromne emocje wśród fanów. Zabranie pragną udowodnić Krakowianom, że zeszłoroczne wicemistrzostwo kraju nie było przypadkiem. REDA 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. REDA 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. REDA 135 min ► do godz. 23.40

→ rozrywka



17.05

C+ DOMO

Mam zamek 3

LIFESTYLE

Edyta Kozłowska 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. REDA 25 min ► do godz. 17.30



21.00

TLC

Design w austrijskim 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 wnętrza. REDA 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 mierzą się ze swoimi słabościami. REDA 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. REDA 70 min ► do godz. 22.10

TVP 1 HD DV3 T2

- 5.20 Kościuszk. 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 DV3 T2

- 5.20 Fatima** – dramat obyczajowy, 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
- 18.10 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 Doly – serial komediowy, Polska 2026
- Zosia wspiera załamane Kacpra, starając się dodać mu otuchy w trudnym momencie. W domu Kuby i Tomka narasta napięcie. Bracia próbują szczerą rozmową oczyścić atmosferę.

polsat HD DV3 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 albo szop oraz nominowany śmielek zmierzają się w rywalizacji, której finał okaże się niespodzianką.
- 14.45 Rybki z ferajny** – film animowany, USA 2004, reż. Bibó 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 sensacyjny, USA/Niemcy 2000, reż. McG, wyk. Cameron Diaz, Drew Barrymore, Lucy Liu, Bill Murray, 130 min
- Świetnie wyszkolona Dylan i jej dwie towarzyszkę pracują w agencji detektywistycznej. Dostają zadanie uwolnienia z rąk porwaczy genialnego informatyka, który opracował rewolucyjny system komputerowy.
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Prezydenci i premierzy** (464) – program publicystyczny
- 19.30 Sport, pogoda**

tvn HD DV3 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 romantyczna, Polska 2008, reż. Bruce Parramore, wyk. Izabella Miko, Mateusz Damięcki, Katarzyna Figura, Katarzyna Herman, 165 min
- Dziennikarka Hania poznaje żywiołowego tancerza Wojtkę. Dzięki niemu znajduje pasję, a także odkrywa emocje, których dotąd nie знаła.
- 14.20 Głupi i głupszy** – komedia, 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 obyczajowa, Polska 1988, reż. Roman Zaluski, wyk. Grażyna Błęcka-Kolska, Ewa Kaspzyk, 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

20

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 obyczajowy, USA/Niemcy 2005, reż. Lasse Hallström, wyk. Robert Redford, Jennifer Lopez, Morgan Freeman, Josh Lucas, 120 min

23.20 Pierwszy strzał – thriller, USA/Kanada/Wielka Brytania 2017, reż. Steven C. Miller, wyk. Bruce Willis, Hayden Christensen, 110 min

1.10 Ślub na medal – komedia romantyczna, Kanada 2023, reż. Panta Mosleh, wyk. Giles Panton, Nikki McKenzie, 100 min

2.50 Szabla od Komendanta – 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 Mroźów 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 romantyczna, Polska 2024, reż. Maciej Migas, wyk. Agnieszka Suchora, Edyta Olszówka, Michał Czernecki, Bartosz Opania, Mateusz Rusin, 110 min

0.55 Druga córka – dramat 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 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 Młynkova, Nataszka, Mirosław Kalisiewicz, Rafał Brzozowski, Classic, Shazza, Andre, Michał Milowicz, Bayer Full oraz Baby Full.

21.55 Niezniszczalni 3 – film sensacyjny, USA/Bulgaria/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 s.f., USA/Kanada 2012, reż. Len Wiseman, wyk. Colin Farrell, Kate Beckinsale, Jessica Biel, Bill Nighy, 155 min

3.15 Świat według Klepskich (397, 398): Eurokoko; Stary koń – serial komediowy, Polska 2012

4.20 Kabaretowa Ekstraklasa (91)

KOMEDIA

**20.00 Kac Vegas** – USA/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 przeboj kinowy.

22.20 Kobieta na skraju dojrzałości – komediodramat, USA 2011, reż. Jason Reitman, wyk. Charlize Theron, Patton Oswalt, Patrick Wilson, Elizabeth Reaser, 115 min

0.15 Margaux – horror, USA 2022, reż. Steven C. Miller, wyk. Madison Pettis, Vanessa Morgan, Jediah 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



- 5.10 Szkoła** (376) – serial paradokmalny, Polska 2017
- 6.10 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie** (13)
- 7.05 Nowe Zwirowane Melodie 3** (21-23) – serial animowany, USA 2019
- 7.50 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 paradokmalny, 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 Tysiąc słów** – komedia, USA 2012, reż. Brian Robbins, wyk. Eddie Murphy, Cliff Curtis, Kerry Washington, Emanuel Ragsdale, 115 min
- Kłamał Jack dowiaduje się, że jego życie zależy od drzewa, które wyrosło na jego posesji. Z każdym wypowiedzianym przez oszusta słowem spada liść. Gdy roślina straci wszystkie, umrze. Wraz z nią odejdzie Jack.

SENSACYJNY



20.00 Mission: Impossible
FILM

– USA 1996, 150 min

W CIA działa podwójny agent. Kierowana przez Phelps grupą rusza do Pragi, by zapobiec przebiegowi informacji. Ginią wszyscy oprócz partnerki dowódcy i Ethana Hunta. To właśnie on zostaje oskarżony o zdradę. W oczyszczeniu się z zarzutów pomaga mu Krieger.

22.30 Nocny pościg – dramat
FILM

sensacyjny, USA 2015, reż. Jaume Collet-Serra, wyk. Liam Neeson, Ed Harris, Joel Kinnaman, Boyd Holbrook, 135 min

Platny 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 Nieustraszeni bracia Grimm
FILM

– 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.

Następny odcinek obejrzysz na:



- 6.00 Tak jest świat 11** (33) – program informacyjny
- 6.40 Robin Hood: Faceli w rajtach** – komedia, Francja/USA 1993, reż. Mel Brooks, wyk. Cary Elwes, Richard Lewis, Roger Rees, Amy Yasbeck, 125 min
- 8.45 Pies i kot** – komedia, Francja/Kanada 2024, reż. Reem Kherici, wyk. Philippe Lacheau, Reem Kherici, Franck Dubosc, Artur, 105 min
- 10.30 Legenda Zorro** – film przygodowy, USA 2005, reż. Martin Campbell, wyk. Antonio Banderas, Catherine Zeta-Jones, Nick Chinlund, Michael Emerson, 165 min
- 13.15 Hrabia Monte Christo**
FILM
- film kostiumowy, USA/Wielka Brytania/Irlandia 2002, reż. Kevin Reynolds, wyk. James Caviezel, Guy Pearce, Dagmara Domińczyk, Richard Harris, 155 min
- 15.50 Córka prezydenta** – komedia romantyczna, USA 2004, reż. Forest Whitaker, wyk. Katie Holmes, Michael Keaton, Marc Blucas, Amerie Rogers, 130 min
- 18.00 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. Czeką go trudna wyprawa. Pies, który ma za sobą frontowe doświadczenia, nie toleruje ludzi.

SENSACYJNY



20.00 Mocne sobotnie kino: Champion 4: Walka o honor
FILM

– 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 wdowie. Na miejscu pomaga jej uporać się z mafią.

21.55 Najemnik – dramat sensacyjny,
FILM

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 Odwet – film sensacyjny, USA/
FILM

Wielka Brytania 2018, reż. Brian A. Miller, wyk. Bruce Willis, Frank Grillo, Johnathon Schaech, Olivia Culpo, 120 min

2.00 Zobaczyć to! – pr. powtórkowe



- 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 Panda i banda** – film animowany, Rosja/USA 2019, reż. Natalja Niliowa, 90 min
- 10.05 Nel i tajemnica kurokoto**
FILM
- film animowany, Francja 2021, reż. Julien Fournet, 115 min
- 12.00 Wojciech Ciejrowski. Boso** – Karaiy (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 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 Najpiękniejsze baśnie. Błękitny książę i wróżka Lupina** – baśń filmowa, Niemcy 2016, reż. Markus Dietrich, wyk. Friederike Kempter, Jonathan Berlin, Mechthild Großmann, Patrick Güldenber, 75 min
- 19.00 Pasmu 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 spalania dżungli uodarmniła tygrysyca. Teraz podpalacz szykuje zemstę.

KOMEDIA ROMANTYCZNA



21.00 Jeszcze raz
FILM

– 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 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 puszcze, którą zamieszkują tajemnicze bestie.

1.05 Wstydlive 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



KOLORY ZŁA: CZERŃ

Prokurator Leopold Bilski (Jakub Gierszał) zostaje karnie przeniesiony do miasteczka na Kaszubach. Poznaje pisarkę Julię (Marianna Żydek). Wkrótce znika jej syn. Śledztwo ujawnia, że mieszkańcy skrywają mroczne tajemnice. Bilski odkrywa, że zagrożenie może zaciąć 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. Aristokrata próbuje chronić bliskich. Gwarantem bezpieczeństwa jest małżeństwo, które unieszcześliwiłoby 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. Szkoła policja rozpoczyna śledztwo, badając najtraficniejszy 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

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM HD	HBO 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.	5.30 Ranczo 10 (126) – serial obyczaj., 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 – komedia, Polska 2009, 120 min 10.15 Ranczo Wilkowyje – 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 obyczaj., Polska 17.30 Czarne chmury (1) – serial przyg., Polska	6.05 Nieznany Józef Zeidler – Musica Sacromontana – koncert 7.00 Tamte lata, tamte dni – magazyn kult. 7.40 Kwartecek – anim. 7.50 Tygrys bez pasków – anim., Fr./Szwajcaria 8.15 Mój przyjaciel Hachiko – film familijny, USA/Wielka Brytania 2009, 105 min 10.00 Kosmos 1999 (21) 11.05 Lalka – dramat obyczaj., Polska 1968, 170 min 13.55 Rzymski geniusz w 3D – dok., Fr. 2024 15.00 Barbara i Jan (3, 4) 16.15 Lawrence z Arabii – dram. przyg., Wielka Brytania 1962, 225 min	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 kostiumowy, Polska/Francja 1999, 180 min 10.55 Shalako – western, Wielka Brytania/RFN 1968, 140 min 13.15 Marzyłam o Afryce – dramat obyczajowy, USA 2000, 145 min 15.40 Błękitny dym – dramat obyczajowy, USA 2007, reż. David Carson, 125 min 17.45 Pokuta – melodramat, Wielka Brytania/Fr./USA 2007, 145 min	9.25 Kawałek po kawałku – film animowany, USA/Dania 2024, 95 min 11.00 Saga „Zmierzchni”: Przed świtem. Część 1 – film fantasy, USA 2011, 115 min 12.55 To nie jest zagadka kryminalna (6-ost.) 13.50 Balony 14.25 Wicked – musical, USA/Kanada/Islandia 2024, 165 min 17.10 Pod gwiazdystym niebem – komedia romantyczna, USA 2025, 100 min 18.50 Battleship: Bitwa o Ziemię – film s.f., USA/Japonia 2012, reż. Peter Berg, 130 min	11.15 Dzielną bandą i tajemnicą zaginionego wujka – film animowany, Hiszpania 2024, 80 min 12.35 Makbet – dramat obyczajowy, Wielka Brytania/Francja/USA 2015, 110 min 14.25 Wyzwolenie – dramat biograficzny, USA 2023, reż. Finn Taylor, wyk. Stephen Lang, 100 min 16.05 Scott Pilgrim kontra świat – kom. fantasy, USA/Wielka Brytania/Kan. 2010, 110 min 17.55 Anna Karenina – dramat kostiumowy, Wielka Brytania/USA 2012, 125 min
THRILLER	HISTORYCZNY	DRAMAT KOSTIUMOWY	THRILLER	KOMEDIA SF	DRAMAT OBYCZAJOWY
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.	18.30 Ogniem i mieczem (2) – Polska 1999 Skrzetuski rusza na poszukiwanie Wiśniowieckiego. Tymczasem Bohun przechwytuje pismo, które przewodzi Rzędziom. Przybywa do Rozłogów i morduje Kurcewiczową.	20.00 Dziewczyna z perłą – 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.	20.10 Plan ucieczki FILM – USA 2013, 140 min Ray, specjalista od zabezpieczenia zakładów karnych, pada ofiarą oszustwa i trafia do więzienia. Opracowuje plan ucieczki. Zyskuje sojusznika.	21.00 Baw się dobrze i przeżyj – Niemcy/USA 2025, 130 min W barze w Los Angeles pojawia się mężczyzna wyglądający jak kłozard. Oznajmia, że przybył z przyszłości. Próbuje ostrzec ludzi przed nadciągającą zagładą.	20.00 Ścieżki życia – Wlk. Bryt. 2024, 115 min Małżonkowie Raynor i Moth w jednej chwili tracą wszystko. Zamiast się zalać, wyruszają w wędrówkę w poszukiwaniu ukojenia.
22.00 Bodyguard FILM Zawodowiec – kom. sens., USA/Hongkong/Bulgaria 2017, 140 min 0.20 Uprawdzona 2 FILM – film sens., Fr./USA/Turcja 2012, 115 min 2.15 Hostel – horror, USA 4.10 Rekrut 5 (3) – krym.	19.35 Ojciec Mateusz 32 (408-410) – krym., Pol. 22.30 Ranczo 10 (128, 129) – serial obyczaj., 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.	21.50 Marcin Masecki gra Warsa – koncert 23.15 Dom dusz – dramat obyczaj., Niemcy/Dania/USA 1993, 140 min 1.35 Wydarzenie aktualne – program informacyjny	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 Plot – film krótkometr. 4.45 Król (4) – serial sens.	23.10 Najpierw strzelaj, potem zwiedzaj FILM – komediodramat, Belgia/Wielka Brytania/USA 2008, 105 min 0.55 Potępiiony – thriller, USA 2007, reż. Scott Wiper, wyk. Steve Austin, 110 min	21.55 Mortal Kombat 2 FILM – film sensacyjny, USA 2026, reż. Simon McQuoid, 120 min 23.55 G20 – film sensacyjny, USA 2025, 105 min 1.40 Martwe zło: Przebudzenie – horror, Nowa Zelandia/USA/Irlandia 2023, 95 min
AXN WHITE	WARNER TV	CANAL+ FILM	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 2 HD
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 obyczaj., Kan. 2021 18.00 Dowody zbrodni 4 (7-11) 23.00 Pani i pan Smith – kom. sens., 2005, 140 min 1.20 Magiczny świat Davida Copperfielda – film familijny, 2019, 150 min 3.50 Klopsi i inne zwierzęta pogodowe 2 – film animowany, 2013, 95 min 5.25 Blok promocyjny AXN White	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: Obłężenie – komedia, USA 1989, 100 min 19.05 Seks w wielkim mieście 2 – komedia romant., USA 2010, 175 min 22.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (18-20) – serial kryminalny, USA 0.45 Słaby punkt – thriller, USA/Niemcy 2007, 45 min	6.00 Lapu lapu – pr. rozrywk. 6.05 Killer-ów 2-óch – komedia, Polska 1999, 115 min 8.00 Heidi ratuje ryśa – film animowany, 2025, 75 min 9.15 Lapu lapu – pr. rozrywk. 9.20 Benek – komediodramat, Polska 2007, 100 min 11.00 Rienstahl – dok., 2024 12.55 Wielki zamek – film fantasy, USA 2008, 120 min 14.55 Listy do Julii – komedia 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 Lapu lapu – pr. rozrywk. 20.00 Kukulkan – thriller, Niemcy/USA 2024, reż. Tilman Singer, wyk. Hunter Schafer, Jan Bluthardt, 100 min 21.40 Wcielenie zła – horror, USA 2024, reż. Jack Zagna Kababie, wyk. Isabel Aerenlund, 80 min 23.00 Wilhelm Tell – dramat historyczny, 2024, 130 min 1.10 To nie mój film FILM – komediodramat, Polska 2024, 95 min 2.45 Dwie siostry – dramat, Polska 2024, 95 min 4.20 Wyrwa – thriller, Polska 2023, 100 min	9.50 Polska z góry. Nad wodą 3 (7, 8) – serial dokumentalny, Polska 2023 10.50 The Office Pt. 5 (10-12) – serial komediowy, Polska 12.25 Samoloty bojowe III Rzeczy (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 Lapu lapu – 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: Sekretne zakony (5, 6) – serial fantasy, USA 2025 1.20 Pisarze. Serial na krótko (10) – serial komediowy, Polska 2019 1.40 Pęta (1, 2) – serial sensacyjny, Polska 2020 3.20 Rum i rewolucja. Historia Hawany – film dokumentalny 4.10 Przykrywki. Podwójna gra (1, 2) – serial dokumentalny, Pol.	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: ciężarówka w opalach 7 (2) – dok. 11.00 Kolejka 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 Gwinem Rossdale'em (3) – dok. 21.10 Króki 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 powstała Premier League (3) – dok. 1.20 Bohater z Cienia (2) – serial dokum., Polska 2.00 Polska z góry: Stadion 2 (3) – dok., Pol. 2.35 Lowcy 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)	12.00 Longing – komediodramat, USA 2024, 105 min 13.45 Sprawa Friedy – dramat historyczny, 2024, 105 min 15.30 Rozważni i romantyczni – klub miłośników Jane Austen – komediodramat, USA 2007, 105 min 17.15 Karate Kid – film przyg., USA/Chiny 2010, 135 min 19.30 Źródło – dramat psychologiczny, USA/Kanada 2006, 95 min 21.05 Nie! – thriller, Japonia/ USA 2022, 125 min 23.10 Ród smoka 3 (8) – fantasy 0.10 The Pitt 2 (4) – obycz., USA 0.55 Miniaturowa żona (8)
AXN BLACK	POLSAT SERIALE	CANAL+ SERIALE	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 3 HD
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	6.00 Gliniarze (265-267) – serial parokomediowy, Polska 9.00 Poirot (4-6) – serial krym. 12.20 Doktor Martin 3 (23, 24) – serial obyczaj., Wlk. Bryt. 14.20 Doktor Martin 4 (25) – serial obyczaj., Wlk. Bryt. 15.20 Świat według Kiepskich (222, 223, 23) – serial kom. 17.05 Gliniarze (1151, 1152, 643, 644) – serial parokom., 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. Zaginięcia (150, 151) – serial kryminalny, Polska	1.20 Pisarze. Serial na krótko (10) – serial komediowy, Polska 2019 1.40 Pęta (1, 2) – serial sensacyjny, Polska 2020 3.20 Rum i rewolucja. Historia Hawany – film dokumentalny 4.10 Przykrywki. Podwójna gra (1, 2) – serial dokumentalny, Pol.	1.20 Pisarze. Serial na krótko (10) – serial komediowy, Polska 2019 1.40 Pęta (1, 2) – serial sensacyjny, Polska 2020 3.20 Rum i rewolucja. Historia Hawany – film dokumentalny 4.10 Przykrywki. Podwójna gra (1, 2) – serial dokumentalny, Pol.	8.05 Król rozrywkowy – musical, USA 2017, 105 min 9.50 Na planie 23 (28) – mag. 10.20 Pasażerowie – dramat s.f., 2016, 115 min 12.15 Gentleman Jack (7) 13.15 Wojownicze żółwie ninja – anim., 2007, 85 min 14.40 Spider-Man – film przygodowy, 2002, 120 min 16.40 Spider-Man 2 – film przygodowy, 2004, 125 min 18.45 Spider-Man 3 – film przygodowy, 2007, 135 min 21.00 Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem (1-7) 0.35 28 lat później – horror, 2025, 115 min	8.05 Król rozrywkowy – musical, USA 2017, 105 min 9.50 Na planie 23 (28) – mag. 10.20 Pasażerowie – dramat s.f., 2016, 115 min 12.15 Gentleman Jack (7) 13.15 Wojownicze żółwie ninja – anim., 2007, 85 min 14.40 Spider-Man – film przygodowy, 2002, 120 min 16.40 Spider-Man 2 – film przygodowy, 2004, 125 min 18.45 Spider-Man 3 – film przygodowy, 2007, 135 min 21.00 Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem (1-7) 0.35 28 lat później – horror, 2025, 115 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD	COMEDY CENTRAL HD	TVN FABUŁA HD	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA STOPKLATKA DVB-T2
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	6.00 Tata ma plan (12-16) – serial komediowy, USA 2016 8.30 Teoria wielkiego podrywku (12, 23, 24) – serial komediowy, USA 2018-2019 9.25 Teoria wielkiego podrywku (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. Zjawia męża Hetty chce pójść imprezę.	5.05 Szkoła (818) – serial paradokum. 6.00 Superbohaterowie (7) – program kult. 6.30 Seriala 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 Czarna Ognia – film przyg., USA/Wielka Brytania 2005, 195 min	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	6.50 Och! Kabaret (5) 7.45 Polska Kronika Filmowa – serial dok. 8.15 Przygody Myszy (9, 10) – serial anim. 8.35 Bolek i Lolek na wakacjach (13, 1) 9.00 Siedem żyć (5, 6) 11.45 7 słów 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	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	KOMEDIA	PRZYGODOWY	KRYMINALNY	KOMEDIA OBYCZAJOWA	SENSACYJNY
21.00 Obcy: Przysiężenie – USA/Wielka Brytania 2017, 155 min Statek kosmiczny awaryjnie ląduje na nieznannej planecie. Daniels i pozostali członkowie załogi eksplorują malownicze tereny. Nie wiedzą, że kryją one mroczne sekrety. 23.35 Zaułek koszarów – 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	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 Pracocholizy 7 (1-4) 4.00 Śmiech nie będzie 3 (11-14)	20.00 Harry Potter i Zakon Feniksa – Wlk. Bryt./USA 2007, 175 min Nastoletni adept magii dowiaduje się o istnieniu tajemnego 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)	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	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	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 kolezance po fachu. Tam wika 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	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD	SCI FI	FX	FILMBOX+ ONE HD	ROMANCE TV 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	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 Śmieśnierz nie będzie 4 (19, 20) – program rozrywk. 3.30 Śmieśnierz nie będzie 5 (1-3) – program rozrywkowy 5.00 Comedy Club 6 (4, 5)	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 Szezeń – 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	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 Zakłamanie (6) – obycz. 2.10 CSI: Kryminalne zagadki Miami (20, 21) – krym. 4.00 Tropiciel (1) – serial krym.	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 Balkanska vendetta – film sens., 2017, 129 min	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 Kryminal z Bolzano – Krew Chrystusa – film krym., 2016, 110 min 0.05 Zabójstwo nad Morzem Wątowym – komedia krym., Niem. 2023, 115 min 2.00 Zabójcze tropiki (13, 14)
CINEMAX 2 HD	VIAPIC EPIC DRAMA HD	NOVELAS+ HD	FX COMEDY HD	FILMBOX+ FILMBOX+ HITS HD	PARAMOUNT NETWORK HD
13.10 Dzień Świątka – 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 Dzisiaj 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	11.30 Agenci NCIS 17 (16-19) 15.00 Panna Marple: Tajemnica rezydencji – 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 Zatręci w miłości (56-60) – telen., Turcja 2023	5.00 Opowieść o wyspie (16-20) – telenowela, Turcja 2021, wyk. Ayca Aysin Turan 10.00 Róża i grzechy (38-42) – telenowela, Turcja 2025 15.00 Domenica Montero (1-5) – telenowela, Meksyk 2025, wyk. Angélique 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, Angélique Boyer 3.00 Sieroty ziemi (9, 10) – telenowela, Brazylia 2019, wyk. Julia Dalavia	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.	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 pożegnania – komediodramat, Niemcy 2023, 105 min 21.45 Bardzo głośno – dramat obyczajowy, 2013, 105 min 23.30 Ostatni giniarz – kom. krym., 2019, 110 min	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	POLSAT SPORT 1 HD	CANAL+ SPORT HD	TVP SPORT	ELEVEN SPORTS 1 HD	Discovery DISCOVERY CHANNEL HD
6.00 Kolarstwo: Czech Tour – 2. etap 7.00 Kolarstwo: Arctic Race of Norway – 2. etap 8.00 Snooker: Turniej China Open – mecz półfinałowy 11.30 Tenis: Turniej French Open 2025: Jannik Sinner – Carlos Alcaraz 13.30 Snooker: Turniej 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	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 w Cincinnati – mecze 1. i 2. rundy gry pojedynczej 19.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – mecze 1. i 2. rundy	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 – mecz: CD Alaves – Getafe CF	5.35 Sportowy wieczór – program inform. 6.00 Kamera TVP Sport 6.30 Lekkoatletyka: Mistrzostwa Europy – Birmingham 2026 – 5. dzień – sesja wieczorna 8.25 Lekkoatletyka: Mistrzostwa Europy – Birmingham 2026 – 6. dzień – sesja poranna 14.25 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: KGHM Zagłębie Lubin – Śląsk Wrocław 17.30 Strongman: Puchar Europy – Krynica Zdrój 2026 18.25 Pływanie: ME – Paryż 2026 – 6. dzień	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 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	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 Cielarówka przez Afrykę (9) – dok., Pol. 18.00 Ed Stafford: inicjacja – dok.
20 SNOOKER	TENIS	PIŁKA NOŻNA	LEKKOATLETYKA	PIŁKA NOŻNA	DOKUMENTALNY
21.00 Turniej China Open – mecz półfinałowy Ostatni triumf Ronniego O'Sullivan'a 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	21.00 Turniej ATP 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 Francesca Tiafoe. 23.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – mecze 1. i 2. rundy gry pojedynczej 1.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – mecze 1. i 2. rundy gry pojedynczej	21.25 Liga hiszpańska – 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	20.40 ME – Birmingham 2026 – 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	18.00 2. liga niemiecka: Hertha – Heidenheim Hit 2. kolejki. Stara Dama podejmuje spadkowicza z najwyższej klasy rozgrywkowej. 20.00 Olimpijki Lyon – Między legendą a teraźniejszością – film dokumentalny 21.00 Piłka nożna: Liga 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	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 zawodź 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 staroci 13 (1, 2) – dok., Wilk. Bryt.
EUROSPORT 2 HD	POLSAT SPORT 2 HD	CANAL+ SPORT 2 HD	EXTREME CHANNEL HD	ELEVEN SPORTS 2 HD	life DISCOVERY LIFE HD
13.00 Biegi górskie: GT World Series – Sierre-Zinal 13.30 Kolarstwo: Czech Tour – 2. etap 14.15 Kolarstwo: Arctic Race of Norway – 3. etap 15.30 Kolarstwo: Czech Tour – 3. etap 17.00 Kolarstwo: Arctic Race 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 Championship – 3. runda 0.00 Kolarstwo: Czech Tour – 3. etap	8.30 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – 1. runda 10.45 Siatkówka plażowa: ME – Stare Jabłonki 2026 – ćwierćfinały mężczyzn 13.25 Siatkówka plażowa: ME – Stare Jabłonki 2026 – półfinał kobiet 15.55 Siatkówka plażowa: ME – Stare Jabłonki 2026 – ćwierćfinały mężczyzn 18.30 Piłka nożna – mecz towarzyski 19.55 Piłka nożna: Liga holenderska: Excelsior Rotterdam – PSV Eindhoven 22.30 Piłka nożna: Puchar Włoch – mecz 1. rundy	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 w Cincinnati – 1. i 2. runda 19.00 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – 1. i 2. runda 21.00 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – 1. i 2. runda 23.15 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – 1. i 2. runda 1.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa	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	12.55 Piłka nożna: 2. liga niemiecka – mecz: Hertha BSC – 1. FC Heidenheim 15.05 Pierwszy tytuł Klopka 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 niemiecka – mecz: Kaiserslautern – Karlsruher 22.40 Bundesliga Special	10.30 Pojedynek na modę (6) 11.15 Szalenie oszczędni (1) 12.15 Raj za pół ceny (2) – rozr. 12.45 Powrót doktora Szczyty 15.05 Szpital (350, 353-355) 19.45 W czym do ślubu? (5, 6) 20.45 Obsesja miłość siostr 21.45 Gdy jeden mać 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	POLSAT SPORT 3 HD	CANAL+ SPORT 5 HD	ELEVEN SPORTS 4 HD	ELEVEN SPORTS 3 HD	CANAL+ DOKUMENT HD
11.20 Sporty walki: FEN 55 w Ostroldzie – walka: M. Abdurzakov – M. Pietrzak 13.25 2 archiwum ESPN – mag. 14.10 Boks: Babilon Boxing Show w Żyrardowie: Paweł Stepien – Łukasz Staniach 16.20 Strzelnica Navala (8) 16.50 Sporty walki: UFC Fight Night – walka: Brandon Moreno – Loneser Kavanagh 18.55 K.O. T-Clones (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. Koleciki – P. Mysiala	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 Włoch – 1. runda: Udinese – Padova Calcio 20.30 Piłka nożna: Copa Libertadores 22.30 Piłka nożna – mecz towarzyski 1.00 Sporty walki: Babilon MMA	9.00 Dart: New Zealand 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 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	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	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 Klopka	11.45 Wszystkie kolory świata 5 (7) – dok., Francja 12.45 Wszystkie kolory świata (3) – serial dok., Fr. 13.45 Twardzieli (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 Al 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 Malpka sąjmiri z deszczowego lasu

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB T2	HISTORIA DVB T2	HISTORY HD
8.00 Zoom na architekturę 10.00 Jak to jest zrobione? 25 – dok. 12.00 Zwyczajne rzeczy – niezwykle 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? 25 – dok. 18.30 Jak to jest zrobione? 25 (2) 20.00 Największe paranormalne zagadki – serial dok.	6.00 Wyrok do podważenia – serial dokumentalny 8.00 Krótkie życie, niewyjaśnione śmierć – serial dok. 10.00 Morderstwo na prowincji 6 – serial dok., USA 2023 11.00 Morderstwo na prowincji – serial dokumentalny 12.00 Zaginięci – serial dok. 14.00 Morderstwo w tropikach – serial dok., Wielka Brytania 16.00 Kłątwa serialu „Glee” (2/3, 3-ost.) – film dok., USA 2023 19.00 Morderstwo na bagnach 3 – serial dokumentalny, USA	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 dok., 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	6.00 Wehikuł czasu (815) 6.05 48h. Zaginięci (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 Przeglądacze podroży (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.	8.15 Dziką Polską 8.50 Ogniem i mieczem (3) – serial hist., Polska 9.55 Lena na Bałkanach (4) – cykl reportaży 10.25 Podziemie Włochy 11.40 Wszystkie kolory świata – dok., Francja 12.45 Magiczny Adriatyk (1) – serial dok., Niem. 13.45 Biały rycerz 14.15 Przybyli ułani – komediodramat, Polska 2005, 65 min 15.20 Z ruin Warszawy 16.25 Bitwa niemieńska 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)	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	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DRAMAT HISTORYCZNY	DOKUMENTALNY
22.00 Kłątwa Trójkąta Bermudzkiego Zaginięcie jachtu Witchcraft w 1967 roku to jedno z najbardziej tajemniczych zdarzeń w regionie Trójkąta Bermudzkiego. Ekspert spróbuje rozwiązać zagadkę sprzed dekad.	20.00 Sprawa dla medium i detektywa 9 Steve i Amy próbują poznać nadprzyrodzone moce, które przesładowały niedawno rozwiedzioną matkę i jej dzieci w Waterford w Connecticut.	20.00 Pompeje: Podróż w czasie z Tomem Hiddlestonem (3) Aktor analizuje ostatnią decyzję podjętą przez Julię Felix i poświęcenie pretoriana. Przybliża też losy Awiana. Znajduje dowody, które rzucą nowe światło na tragedię.	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.	21.10 Kos – Niemcy/ Szwecja/Polska 2023, 130 min Rok 1794. Kościuszkę przygotowuje powstanie przeciw Rosjanom. Zagrożona do walki szlachta i chłopów. W tym czasie Ignacy ucieka z testamentem ojca. Ściga go brat.	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.
0.00 Na tropie legendarnych potworów – dok. 2.00 Przypadki z archiwum 10 (5, 6) – serial dokumentalny 4.00 Zwyczajne rzeczy – niezwykle wynalazki 16 (2-4) – serial dokumentalny	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 Zaginięci – serial dok.	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	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 Kolowrotek (12, 1) – magazyn wędkarski	23.20 Zwerbowana miłość – film sens., Polska 2009, 95 min 0.55 Zapomniane dyktatory Europy (1) 1.50 Historia w postaciach – cykl dok. 3.45 Nad Niemnem (3)	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
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET 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 Kulami świata 15.00 Zoom na architekturę 17.00 Maria z Nazaretu – dok. 18.00 Prawda czy legenda 20.00 Hazażdziści – 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 Profesjonalści – cykl dok. 3.00 Było, nie było (1) – dok.	13.25 Homo plasticus – dok., Fr. 14.40 Stawy nad Brenne. Czujnym okiem kamery 15.50 Wiatykan. 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 Życie i umrzeć jak Christopher Lee – dok. 23.55 Parada równości 0.20 Zdrajcy/Patrioci (3) – dok. 1.25 Polska z góry 6 (1) – dok.	11.00 Kocie rozgrywki – dok. 12.00 Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy 13.00 Masai Mara: sekrety natury (1) – serial dokum. 14.00 Dzikie Półwysep Arabski (2) – serial dok., Wlk. Bryt. 15.00 Afrykańska rzeka widmo (1-3) – serial dok. 18.00 Planeta słoń – 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)	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: wycieczka z czasem – dok., Wlk. Bryt.	10.00 Sekretne życie ogrodu 11.05 Wietnamskie przysmaki 12.15 W okowach mrozu 3 17.15 Potęga ssaków: kulisy 17.45 Ben Fogle: wycieczka do źródła Nilu (1, 2) – dok. 19.45 Skandynawia i Simon Reeve (1) – dok., Wlk. Bryt. 21.00 Pociągami 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)	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	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
13.00 Podróż 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 Kościuszkowski. Przewodnik bardzo współczesny 20.00 My, kawaleria Powietrzna – film dokum. 20.55 Miś dla Michała – dok. 22.00 Lucas, mój syn z zespołem Downa – film dokumentalny, Kan. 23.05 Generacja cyborg – dok. 0.15 Sanatorium miłości 8 (5)	9.05 Wojny kontenerowe (12) 9.35 Świat z góry. Podróż pociągami (1) – serial dok. 10.40 Niewyjaśnione tajemnice (3, 4) – dok. 12.55 Military 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.	6.20 Największe budowle 3 11.15 Australijskie poszukiwacze złota 6 13.15 Australijskie 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 Amisów (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 Australijskie łowcy bydła 2 (4) – dok., Australia	9.25 Naziszi: Korzenie zła 12.15 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze 17.50 Anna Boleyn i Elżbieta I: królowe-wieśniarki – film dok., Wielka Brytania 18.50 Maria Stuart: listy pisane sztyrem – dok., Fr. 19.55 Sisi: zabójstwo cesarowej – dok., Niem. 21.00 Berlin 1936: olimpiada Hitlera w kolorze – dok. 22.10 Zakazana historia 7 (1) 23.05 Tajemnica Włócznie Przeznaczenia – film dok. 0.15 II wojna światowa: cena imperium (11-13) – dok.	14.10 Zbrodnia: oszukań 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	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 Ciężarówka przez Stany 15.55 Człowiek kontra jedzenie (2-5) – mag. kulin. 18.00 Dziwaczne potrawy: smakowite miasta 20.05 Nagi instykt przetrwania (1, 3) – dok. 22.15 Azja Express (7) 23.45 Cali i zdrowi (1) – pr. rozr.

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TVN STYLE HD
10.40 Księga obyczajów 11.00 Mazowsze bez kurtyny, tournée po Ameryce 11.45 Święto Wojska Polskiego 2026 – Defilada 14.05 Echo serca (9) 14.55 Na sygnale (657, 658) 15.55 Przybyli ulani 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.	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)	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) – program remontowa przystosuje dom do potrzeb niepełnosprawnego syna Kasi.	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 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	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)	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
SZPIEGOWSKI	ROZRYWKOWY	ROZRYWKOWY	KRYMINALNY	SERIAL	DOKUMENTALNY
20.20 Zatoka szpiegów 2 (14) – Polska 2025 Franz ukrywa Jadzie 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 wojenny, Polska 2014, 125 min 23.20 Świat w obłokach – muzycy spadokobiercy Marka Grechuty (1) 0.15 Kabaretowe Naj 0.40 Chichot losu (6) – serial obycz., Polska	20.25 Kabaret Letnią Porą (21, 22) Cykl przypomina najbardziej udane skecze, piosenki i monologu popularnych polskich grup. Widowisko przedstawia 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.	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 rozstać. 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 Wzięcie kobiet (117-120) – dok., Pol. 3.00 Zdrady (46-48) – serial paradokum.	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 Lubie disco! (302) 4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz. 5.30 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.	22.00 Damy i wieśniaczki. PL 9 (2) – Polska 2025 Justyna to pisarka pochodząca z Łodzi. Emilia zgłębia tajniki technologii. Widzowie przekonają się, która z nich napotka mniej trudności podczas gamlany. 23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 16 (13) 0.00 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (5) 1.00 Diabelskie boskie 3 (7, 8) – reality show 1.55 Zapukaj do moich drzwi (138, 139) – telen., Turcja 2020 3.55 Detektywi (51)	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	TVS	ZOOM	TLC	C+ KUCHNIA	TVN TURBO
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	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. 15.50 Szlagierowa lista – muz. 16.50 Weekend z TVS – pr. rozr. 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.	8.00 Jakubiak rozgryza Włochy (2-4) – mag. kulin. 9.35 Wojciech Cejrowski – bosko 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 woj., 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 nagoci. Włochy 1.30 Seks bez ograniczeń (4) 2.45 Hity polskiego kabaretu 7 (10) – pr. rozr.	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 Przyszycilla – dok., USA 1.00 Baylen – życie na głos 3 (9) – serial dokumentalny	14.35 Ziemia, ogień i smak (1) – dok., Nowa Zelandia 15.30 Nie bój ryby! (4) – mag. 16.00 M jak mięso (5, 6) – dok. 16.55 Jamie Oliver: Jedy na zdrowie (1) – dok. 17.50 Ekoparady z Julią Oleś 2 17.55 Ziemia, ogień i smak (2) 18.50 Jedy, podróżnik, smakuj (5, 6) – serial dok., Australia 19.50 Poza utartym szlakiem: Colin i Manu (1) – dok. 20.45 Kulisy wielkiej kuchni w akcji – Nowa Zelandia 2 (5) – pr. rozr. 22.35 Tajemnice indyjskich smaków (1) – serial dok.	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 Facyury (8) – mag. 17.00 Moto Kombi (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.
NOVA	METRO	ANTENA HD	WP	C+ DOMO HD	HGTV
6.55 Węhiul 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 Węhiul czasu (815, 814) 4.00 Sala operacyjna (5, 7) 5.00 Pod lupą (3, 4) – magazyn	8.00 Klan z Alaski 2 (6, 8) 10.00 Złomowski 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 Zbrodnia 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)	15.55 Morderstwa we Francji FILM – thriller, Francja 2020, 125 min 18.00 Morderstwo na masywie Sancy – krym., Fr. 2024, 120 min 20.00 Morderstwa we Francji FILM – thriller, Francja 2019, 120 min 22.00 Zabójcza podróż poślubna – dramat kryminalny, USA/Australia 2012, 120 min 0.00 Gotowi do walki – film wojenny, USA 2022, reż. Steven Luke, 100 min 1.40 Tajemnice roku Jezusa 3.40 77 TV 3 (8, 13) – pr. rozr.	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)	13.10 Cudotwórcy: zachokaj 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 (1) 18.30 Daleko od miasta 16 (1) 19.00 Zbudujmy ten dom 2 (4, 5) – serial dok., Pol. 2023 20.00 Po pierwsze lokalizacja! – Nowa Zelandia 2 (5) 21.00 Wielkie projekty: Australia 12 (7) – dok. 22.10 W mieście czy na wsi? 23.00 Luksusowa ucieczka 7	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

POLSAT 2 HD	SUPER POLSAT DVB-T2	TV 6 DVB-T	BBC FIRST HD	STACJE DZIECIĘCE	STACJE INFORMACYJNE
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 SENSACYJNY  20.00 Agenci – USA (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	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 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 PRZYGODOWY  21.05 Uncharted – USA (FILM) Hiszp. 2022, 150 min Nowy Jork. Poszukiwacz skarbow Victor proponuje barmanowi Nathanowi udział w wyprawie. Jej celem jest odnalezienie zaginionego złota Ferdynanda Magellana. 23.35 Underworld: Bunt Lykanów – 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)	6.00 Jeźdźcy smoków: Na koncu 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 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	6.00 Z pamiętnika położnej 12 (3, 4) – serial obycz., Wielka Brytania 2022-2023 7.55 McDonald i Dods 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 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 Dods 4 (2) – serial kryminalny	7.30 Male i duże przygody Miffy (50) 7.40 Prys 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 Trefików 10 10.55 Rodzina Trefików 3 11.10 Odo (44-46) – anim. 11.35 Stacykowo (79, 80) 11.55 Pszczółka Maja (50) 12.25 Domisie – dla dzieci MAGAZYN KULINARNY  13.00 Go-tu-jemy (29, 30) Ekipa przygotowuje popularny przepis chlebka. 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 Ciepły czaj (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	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 – program informacyjny 19.25 Fakty po Faktach – program informacyjny Rozmowy dziennikarzy z gośćmi, którzy komentują wydarzenia z kraju i ze świata. 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 Broni, która zmieniła świat (1) – dok., Australia 16.00 Polacy (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 pedofili 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 (9, 9) – mag. 16.50 Szeft Jet: przepis na Azję u nas na wsi (40-42, 229) 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 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 Wstydlive choroby: online 4 (3, 4) – serial dok. 3.25 Wyjątkowy butik (3) 2.25 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 móż (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 Debat 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 Pięknie przyprawiona 5 13.00 Miód – słodka namietność – 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 wolnych sierot – film dokumentalny 18.30 IRA na dobry wieczór 19.30 Znachor – dramat obycz., 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 Plastikarna fuszarka (9) 7.00 Z kamerą u Kardashianów (5, 2) 8.50 Plastikarna fuszarka 12.30 Z kamerą u Kardashianów (1, 2) 14.20 Plastikarna fuszarka 18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk. 18.30 Z kamerą u Kardashianów (8, 9) 20.30 Plastikarna fuszarka (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 Plastikarna fuszarka	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, allot 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 wyścigowiec 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 Strąk Sam 16 (25, 26) 14.45 Looloo Kids (39) – anim. 15.01 Gazu, pieski, gazul 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 Ciełkawiś 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) 21.01 Wierszki domowe (2)	TVP 3 DVB-T2 13.30 Program lokalny 15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – program religijny 15.25 LIVE Piłka nożna: Betic SPÓRT 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

Warto zobaczyć

13.45 **Bumblebee**
SCIENCE FICTION Nastolatka Charlie postanawia odnowić garbusa. Uświadamia sobie, że nie jest to zwykające 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 **Wyścig z czasem**
THRILLER Doświadczony stróż prawa Matthias Whittlock 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 **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 **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 **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 **Starsza pani musi zniknąć**
KOMEDIA Alex i Nancy kupują dom. Dzieli 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 **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 **Rob Roy**
PRZYGODOWY Wiek XVIII. Szkot MacGregor szuka zemsty na wrogach, którzy skrzywdzili jego bliskich. Znajduje sojusznika w księciu Argyll. 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 Śmietanka towarzyska

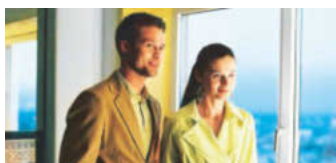
KOMEDIA Intelktualista chce dołączyć do elity. Droga na szczyt to szkoła życia.

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 Vonnice. 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 Vonnice. **110 min ▶ do godz. 23.10**

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



19.45 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 **135 min ▶ do godz. 22.00**



22.00 Pułapka wojenny

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 **125 min ▶ do godz. 0.05**



19.55 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 **195 min ▶ do godz. 23.10**



22.05 Apokalypso

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 **170 min ▶ do godz. 0.55**



20.00 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 **160 min ▶ do godz. 22.40**



22.40 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 **120 min ▶ do godz. 0.40**

→ filmowe hity



Zdeterminowany ojciec jest gotów na wszystko, aby ocalić porwane dziecko.

20.00 W obronie własnej

TV PULS SENSACYJNY Były agent przeprowadza się wraz z córką na prowincję. Czekają go starcie z lokalną mafią.

HIT DNI

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 dilerów 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



20.00 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**



22.50 Wesele

OBYČAJOWY Kasia (Michalina Łabacz), córka biznesmena, poślubia Janka (Przemysław Przechodziński). 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**



20.00 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**



23.10 Miłość na nowo

KOMEDIA ROMANTYCZNA Naręczony 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**

→ sport



15.55 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 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**



20.25 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**



20.40 RC Lens – PSG

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

→ rozrywka



12.30 Ugotowani

REALITY SHOW Kucharze amatorzy wyruszają w kulinarą 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 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**



21.20 Świat w obłokach – muzycni 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**

→ dokument



16.00 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 DVBT2

- 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 głębi 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 Jak 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

KOMEDIA



- 21.20 Śmietanka towarzyska** – 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 Niedokończony życie** – 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** – 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**

TVP 2 HD DVBT2

- 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 Polska**: 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 przezuwają kłopoty. Obaj starają się odwieść Jerzego i Wojtkę od podejmowania walki z kłusownikami.
- 18.20 Rodzinka.pl** (293): Bzdziągwa – 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

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 Kiłjański, Katarzyna Zielińska, Natalia Przybysz, Maciej Zakościelny, Andrzej Kozłowski, Sonia Bohosiewicz, Mela Koteluk oraz Mietek Szczeciński.

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

polsat HD DVBT2

- 4.40 Disco Gramy**
- 5.25 Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News**
- 8.30 halo tv polsat** – magazyn
- 11.25 Świt jeźdźców smoków** – film animowany, USA 2014
- 12.00 Jak wytresować smoka 2** – 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 Czawka i Szczerbatek chcą pokrzyżować mu plany.
- 14.10 Jeszcze większe dzieci** – 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** – komedia, USA/Chiny/Kanada 2015, reż. Chris Columbus, wyk. Adam Sandler, Kevin James, Michelle Monaghan, Peter Dinklage, 135 min
- Obcy źle odczytują intencje Ziemi. 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**

SCIENCE FICTION



- 19.55 Armageddon** – 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** – komedia romantyczna, USA 2023, reż. Jim Strouse, wyk. Priyanka Chopra, Sam Heughan, Céline Dion, Sofia Barclay, 130 min
- Narzęczony Miry ginie w wypadku. Pograżona w żalobie 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** – komedia, USA 2007, reż. Dennis Dugan, wyk. Adam Sandler, Kevin James, Jessica Biel, Dan Aykroyd, 160 min
- 4.00 Świat według Klepskich** (50): Mistrz podrobów – serial komediowy, Polska 2001

tvn TVN HD DVBT2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1731) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- 6.50 Kuchenne rewolucje** (13): Marklowice Górne – Przysłań na Kępcę – 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 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 użysławiać, że jej volks-wagen ma własną świadomość.
- 16.15 Akademia policyjna 7: Misja w Moskwie** – komedia, USA 1994, reż. Alan Metter, wyk. Charlie Schlatter, Christopher Lee, George Gaynes, Gregg Berger, 100 min
- Szeł 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**

KOMEDIA ROMANTYCZNA



- 19.45 Tylko mnie kochaj** – Polska 2006, 135 min
- Michał, właściciel firmy architektonicznej, prowadzi beztrojskie życie. Pozostaje w swobodnym związku z Agatą, partnerką w interesach. Nie jest to jednak miłość, a raczej przyzwyczajenie i wygoda. Pewnego dnia spokojny mężczyzna zostaje zburzony. Do drzwi jego mieszkania puka siedmioletnia Michalina i oświadcza, że jest jego córką.
- 22.00 Pułapka** – film wojenny, USA 2023, reż. Mark Burman, wyk. Jonathan Rhys-Meyers, Aaron Eckhart, Connor Paolo, Jordan Johnson-Hinds, 125 min
- 0.05 Fanfik** – 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



- 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 Krowy na wypasie** – film animowany, Niemcy/USA 2006, reż. Steve Oedekerk, 110 min
Właściciel zagubionego pośród pól gospodarstwa wyrusza do miasta. Gdy tylko znikną z horyzontem, farma zaczyna tętnić życiem. Zwieryzęta spędzają czas na zabawach i próżnowaniu. Ich bez troski harce przerywa napasł kotów.
- 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 Karol. Człowiek, który został papieżem (1/2)** – film biograficzny, Francja/Kanada/Niemcy 2005, reż. Giacomo Battista, 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 Mission: Impossible 2** – USA/Niemcy 2000, 160 min
Sean Ambrose kradnie z laboratorium firmy farmaceutycznej próbki wirusa nazwanego Chimera. 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 Szukając sprawiedliwości** – film sensacyjny, USA 1991, reż. John Flynn, wyk. Steven Seagal, William Forsythe, Jerry Orbach, Gina Gershon, 120 min
- 0.40 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

- 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 Córka prezydenta** – komedia romantyczna, USA 2004, reż. Forest Whitaker, wyk. Katie Holmes, Michael Keaton, Marc Blucas, Amerie Rogers, 125 min
- 12.40 Pies** – komediodramat, USA 2022, reż. Reid Carolin, wyk. Channing Tatum, Ryder McLaughlin, Aavi Haas, Luke Forbes, 125 min
- 14.45 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 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 Niedziela z gwiazdami: W obronie własnej** – USA 2013, 125 min
Były agent DEA Phil Broker po śmierci żony sam wychowuje dziesięcioletnią Maddy. Razem z nią przeprowadza się na prowincję. Ma nadzieję, że tam dziecko będzie bezpieczne. Wkrótce odkrywa, że okoliczni mieszkańcy są terroryzowani przez gang dilerów narkotyków. Gdy bandyci porwują córkę Brokera, on sięga po broń.
- 22.05 Apokalypso** – 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 Jaguarą ma zostać złożony w ofierze. Ścigany przez oprawców musi dotrzeć do kryjówki swojej rodziny.
- 0.55 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. powtórkowa

- 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 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 Żandarm się żeni** – komedia, Francja/Włochy 1968, reż. Jean Girault, wyk. Louis de Funes, Genevieve Grad, Jean Lefebvre, Claude Gensac, 115 min
- 15.15 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 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 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 Sierpień w szczękach rekinów: W szczękach rekina** – Australia/Singapur 2012, 115 min
Klienci oraz personel podziemnego supermarketu zostają terroryzowani 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 właścicieli, 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



MATKI PINGWINÓW

Kama (Masza Wągrocka) jest znaną zawodniczką MMA. Pewnego dnia jej syn, Jaś (Jan Lubas), zostaje wydalony ze szkoły. Śledziolatek trafia do „Cudownej Przystani”, którą jego matkę poleciła psycholog. 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.

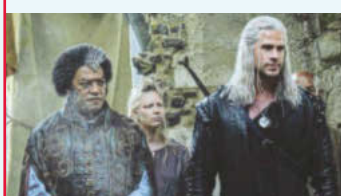
►kom. romant., USA 2026; 114 min



ZA WSZELKĄ CENĘ

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

►serial krym. (8 odc.), USA 2026



WIEDŹMIN 4

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

►fantasy (8 odc.), Pol./USA 2025

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM HD	HBO HD
6.25 Kłopsiki 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	5.15 Na sygnale (899) – serial fab.-dokum. 5.45 Czerdziestolatek (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 Cztery 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 Cztery pancerni i pies (10, 11) – wojenny, Pol. 1969	12.50 Opole – koncertowe wspomnienia 13.10 23. Krajowy Festiwal Piosenki Polskiej Opole '86. Rock non stop (1) – koncert 14.15 Dziewczyna z perłą – dram. kostium., Wlk. Bryt./Luksemburg/Fr. 2023, 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.	6.30 Polska z góry 3 (9) 7.00 Wyrąb – krótkometraż. 7.30 Problem – film krótkometraż. 8.00 Kate Winslet. Naturalna i piękna – film dokum., Fr. 2024 9.10 Tatami – thriller, USA/Wielka Brytania/Gruzja 2023, 130 min 11.20 41 dni nadziei – dram. przyg., USA/Islandia/Hongkong 2018, 120 min 13.20 W sieci wojny – thriller, USA 2025, 130 min 15.30 Zbrodnie na wybrzeżu 3 (1) 17.25 Rebeliant – dram. biograficzny, USA 2016, 165 min	7.50 Dzikie robot – anim., USA 2024, 100 min 9.30 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 Chopin, Chopin! – dram. biograficzny, Polska 2025, 130 min 15.20 Thelma – komedia, Szwajcaria/USA 2024, 95 min 16.55 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – wstęp do meczu 17.25 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Cracovia – Raków Częstochowa 19.30 The Office PL 5 (2)	9.15 Noc w zoo – film anim., Kan./Bel./Francia 2024, 90 min 10.45 Millerowie – kom. krym., USA/Wielka Brytania 2013, 110 min 12.35 Siła naszych marzeń – dram. obyczajowy, Francja/Kanada 2022, 105 min 14.20 Dzikie łowy – film przygodowy, Nowa Zelandia 2016, 100 min 16.00 Eleanor Wspaniała – dram. obyczajowy, USA 2025, reż. Scarlett Johansson, 100 min 17.40 Więzień labiryntu: Lek na śmierć – thriller s.f., USA 2018, reż. Wes Ball, wyk. Dylan O'Brien, 140 min
KOMEDIA SENSACYJNA	KRYMINALNY	DRAMAT BIOGRAFICZNY	KRYMINALNY	CZARNA KOMEDIA	HORROR
20.00 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 Uprowadzona 2 – film sens., Fr./USA/Turcja 2012, 105 min 0.15 Hostel – horror, USA 2005, reż. Eli Roth, 120 min 2.15 Hostel 2 – horror, USA 2007, 115 min 4.10 Agenci NCIS: Hawaje 2 (18, 19) – serial kryminalny	19.45 Ojciec Mateusz 32 (410-412) – Pol. 2024 Probuszcz spędza urlop u przyjacielnego 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 Londyńczyk (8) 4.45 Dom pod Dwoma Orlami (3) – obycz.	20.00 Niczego nie żałuję – Edith Piaf – Francja/Wielka Brytania/Czechy 2007, 150 min Nastoletnia Edith zarabia śpiewaniem na ulicy. Jej talent dostrzegł 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	20.10 Premiera: Szept – USA 2022 Manuelito i Chee próbują namierzyć miejsce pobytu zaginionej rodziny mormonów. 22.15 Gorący temat – dram. biograf., USA/Kanada 2019, 125 min 0.20 Eastern – thriller, Polska 2019, 95 min 1.55 Sotownia (5) 2.50 Narysuj mnie – dram. obycz., Polska 2024, 80 min 4.10 Misie polarne – film krótkometrażowy, Pol. 2023, 20 min	20.00 P! Skincare – USA/Włochy 2024, 95 min Hope prowadzi salon urody, w którym chętnie bawiają 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	20.00 P! 28 lat później: Świętynia 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 – dram. wojenny, Wielka Brytania/Finlandia/USA 2025, 90 min
AXN WHITE	WARNER TV	CANAL+ FILM	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 2 HD
6.05 Rozrywkowa Gwiazdka – 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 familijny, Wielka Brytania/USA 2019, 145 min 1.25 I kto to mówi 3 – kom., USA 1993, 125 min 3.30 Miłość przy Świętym stole – komedia romantyczna, USA 2012, 90 min	12.45 Seks w wielkim mieście 2 – komedia romant., USA 2010, 180 min 15.45 Pan niania – komedia, USA 1993, 100 min 17.25 Miłość jak narkotyk – komedia romantyczna, USA 1997, 120 min 19.25 Inwizyt: Niepokonany – dram. biograficzny, USA 2009, 155 min 22.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (21, 22) – serial kryminalny, USA 23.50 Rewolwer i melonik – film sens., 1998, 100 min 1.30 Wiecznie młody – dram. obyczajowy, 1992, 120 min	6.15 Pan Tadeusz – kostium., Pol./Francja 1999, 150 min 8.45 Duma królewna – film anim., 2024, 80 min 10.05 Łapu capu – pr. rozrywk. 10.20 Ida – dram. obycz., Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min 11.40 W kogo ja się wrośliem? – film obycz., Polska 2001, 60 min 12.40 Premierowa jazda – mag. Saga „Zmierzch” 12.55 Księżyc w nowiu – film fantasy, 2009, 125 min 15.00 Morderstwo w ambasadzie – krym., Wlk. Bryt. 2025, 85 min 16.25 Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego 17.55 Ultimatum Bourne'a – film sensacyjny, USA/Niemcy 2007, 110 min 19.45 Łapu capu – pr. rozrywk. 20.00 Wojna o przetrwanie – horror, Australia 2025, reż. Luke Sparke, 130 min 22.10 Bałkańska vendetta 2 – film sens., 2024, 85 min 23.35 Droga do Vermiglio – dram. hist., 2024, 115 min 1.30 Cudownie ocalony – kom. obycz., 2004, 95 min 3.05 PROBL3M „REALITYCHECK” 4.00 Julia wraca do domu – dram. obycz., Niem./Kan./Polska 2002, 120 min	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 Pieniądzy i krew (11, 12) – serial kryminalny, Fr./Bel. 0.05 Pokonani (3, 4) – serial krym., Francja/Kan./Niem. 1.40 Pęti (3, 4) – serial sensacyjny, Polska 2020 3.20 Szalenstwo imprez i fraj. Historia liby – film dokumentalny, Niem. 2024 4.10 Przykrywkiwoy. Podwójna gra (3, 4) – serial dokumentalny, Pol.	6.00 8 wspaniałych (1) – dok. 7.00 Co poszło nie tak 4 (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 2024 8.05 Okrety 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: Stadion 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 Speedshow: warsztat marzeń (7) – serial dokum. 17.05 Kolacja z Gavinem Rossdale'em (3) – dok. 18.00 Kolejną 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 – dram. obycz., USA 2024, 105 min 0.00 Nieczysta gra: Skandal w biathlonie (3) – dok. 1.00 Ja, kapitan (1) – dok., Pol. 2.05 Polska z góry: Stadion 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)	14.30 Spiając z innymi – komediodramat, USA 2015, 95 min 16.05 Kraina Jane Austen – komedia romant., Wielka Brytania/USA 2013, 95 min 17.40 Serdecznie zapraszamy – komedia, USA 2025, reż. Nicholas Stoller, 110 min 19.30 Diva Futura – dram. obyczajowy, 2024, 120 min 21.30 Blade Runner 2049 – film s.f., USA/Wielka Brytania/Węgry 2017, 155 min 0.05 Abigail – horror, USA/Irlandia 2024, 105 min 1.50 Księgowy – thriller, USA 2016, 125 min
AXN BLACK	POLSAT SERIALE	CANAL+ FILM	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 3 HD
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 Gwiazdne 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	6.00 Gliniarze (268-270) – serial parodokumentalny, Polska 9.00 Niania (131-134, 1, 2) – serial komediowy, Polska 12.05 Między latami (49-51, 2) – serial komediowy, Polska 15.10 Co ludzie powiedzą? – serial komediowy, Polska 17.05 Świat według Kiepskich (230-232, 234) – kom., Pol. 20.00 Poirot (7-9) – serial krym. 23.10 Serenita – dram. obyczajowy, 2014, 140 min 1.30 Ślad (108) – serial krym. 2.30 Święty (276, 277) – serial komediowy, Polska 2022 4.00 48h. Zaginięni (152, 153) – serial kryminalny, Polska	6.15 Pan Tadeusz – kostium., Pol./Francja 1999, 150 min 8.45 Duma królewna – film anim., 2024, 80 min 10.05 Łapu capu – pr. rozrywk. 10.20 Ida – dram. obycz., Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min 11.40 W kogo ja się wrośliem? – film obycz., Polska 2001, 60 min 12.40 Premierowa jazda – mag. Saga „Zmierzch” 12.55 Księżyc w nowiu – film fantasy, 2009, 125 min 15.00 Morderstwo w ambasadzie – krym., Wlk. Bryt. 2025, 85 min 16.25 Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego 17.55 Ultimatum Bourne'a – film sensacyjny, USA/Niemcy 2007, 110 min 19.45 Łapu capu – pr. rozrywk. 20.00 Wojna o przetrwanie – horror, Australia 2025, reż. Luke Sparke, 130 min 22.10 Bałkańska vendetta 2 – film sens., 2024, 85 min 23.35 Droga do Vermiglio – dram. hist., 2024, 115 min 1.30 Cudownie ocalony – kom. obycz., 2004, 95 min 3.05 PROBL3M „REALITYCHECK” 4.00 Julia wraca do domu – dram. obycz., Niem./Kan./Polska 2002, 120 min	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 Pieniądzy i krew (11, 12) – serial kryminalny, Fr./Bel. 0.05 Pokonani (3, 4) – serial krym., Francja/Kan./Niem. 1.40 Pęti (3, 4) – serial sensacyjny, Polska 2020 3.20 Szalenstwo imprez i fraj. Historia liby – film dokumentalny, Niem. 2024 4.10 Przykrywkiwoy. Podwójna gra (3, 4) – serial dokumentalny, Pol.	6.00 8 wspaniałych (1) – dok. 7.00 Co poszło nie tak 4 (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 2024 8.05 Okrety 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: Stadion 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 Speedshow: warsztat marzeń (7) – serial dokum. 17.05 Kolacja z Gavinem Rossdale'em (3) – dok. 18.00 Kolejną 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 – dram. obycz., USA 2024, 105 min 0.00 Nieczysta gra: Skandal w biathlonie (3) – dok. 1.00 Ja, kapitan (1) – dok., Pol. 2.05 Polska z góry: Stadion 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)	13.05 Gentleman Jack (8) 14.05 Wielka, odważna, piękna podróż – dram. fantazyjny, Irlandia/USA 2025, reż. Kogonada, 110 min 15.55 Po prostu uwierz – dram. obycz., USA 2024, 105 min 17.40 Tokyo Vice (6) – krym. 18.45 Ta inna siostra Bennet (8) – kostium., Wlk. Bryt. 19.15 Miniaturowa zona (8) – serial komediowy, USA 19.55 Ród smoka 3 (8) – fantazyjny 21.00 Krzesła (7) – serial kom. 21.30 Ścieżki na daleką północ (1) – serial wojenny 22.15 Bezenność – thriller, USA 2002, 115 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM	COMEDY CENTRAL	TVN FABUŁA	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA
6.00 Twoja Twarz Brzmi Znamo (183) – rozr. 7.55 Sąsiedzi (27, 28) – serial animowany 8.20 Był sobie człowiek (3-5) – serial anim., Fr. 10.05 Jezdźcy smoków na końcu świata (48, 49) – serial anim. 11.00 Gru, Dru i Minionki – film animowany, USA 2017, 110 min 12.50 Sam w domu – po raz trzeci – komedia, USA 1997, 130 min 15.00 Piąty element – film s.f., Fr. 1997, 160 min 17.40 Hobbit: Bitwa Pięciu Armii – film fantasy, Nowa Zelandia/USA 2014, 200 min	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 – komedia, USA 2006, 125 min 17.30 Baywatch. Słoneczny patrol – komedia, Wielka Brytania/Chiny/USA 2017, 150 min	5.05 Szkoła (819) – serial paradokum. 6.00 Szkoła filmowa (4) – magazyn filmowy 6.30 Serieale Top 5 (24) – program kulturalny 6.40 Prawo Agaty 7 (7-10) – serial obycz., Polska 10.40 Piersień i róża – baśń filmowa, Polska 1986, 130 min 12.50 Ekspres polarny – film animowany, USA/Australia 2004, 125 min 14.55 Listy do Julii – komedia romant., USA 2010, 145 min 17.20 Harry Potter i Zakon Feniksa – film przyg., Wlk. Bryt./USA 2007, 160 min	6.00 Dlaczego nie Evans? (1) – serial kryminalny, USA/Wielka Brytania 2022 6.50 Zabójstwo w Chateau-Thierry – 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	6.00 Złoty interes 2 (2) – program rozrywkowy 6.50 Och! Kabaret (6) 7.40 Polska Kronika Filmowa – serial dok. 8.10 Przygody Myszy (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., 1974, 170 min 12.55 Stara baśń – film kostiumowy, 2003, reż. Jerzy Hoffman, 135 min 15.10 Nie lubię poniedziałku – kom. obycz., 1971, 150 min 17.40 Mała wielka miłość – komedia romant., 2008, 140 min	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 przygodowy, USA 1996, reż. Rob Cohen, wyk. Dennis Quaid, David Thewlis, 125 min 16.30 Poszukiwana, poszukiwana – komedia, Polska 1972, reż. Stanisław Bareja, 110 min 18.20 Starsza pani musi zniknąć – komedia, USA/Niemcy 2003, reż. Danny DeVito, 100 min
DRAMAT SENSACYJNY	KOMEDIA	PRZYGODOWY	DRAMAT KRYMINALNY	DRAMAT WOJENNY	PRZYGODOWY
21.00 Leon zawodowiec – Francja/USA 1994, 135 min Rodzina 12-letniej Mathildy zostaje zabita przez ludzi skorumpowanego policjanta. Dziewczyna prosi o pomoc w zemście płatnego mordercy. 23.15 40-letni prawnik – 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.	20.00 Rodzina od zaraz – USA 2018, 150 min Małżonkowie Ellie i Pete przysmagają trojkę rodzeństwa. Starają się zbudować z nimi dobrą relację. Piętnastoletni podopieczni przechodzą 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 Pracocholery 7 (5-8) 4.00 Śmiech nie będzie 3 (17-20)	20.00 Harry Potter i Książę Półkwi – Wielka Brytania/USA 2009, 195 min Podczas prywatnych lekcji z dyrektorem Harry poznaje przeszłość Voldemorta. Zaprzysiężnia się z byłym mentorem Czarnego Pana. 23.15 Oszukać przeznaczenie 5 – horror, USA/Kanada 2011, 115 min 1.10 Sztanga i cash – komedia kryminalna, USA 2013, 155 min 3.45 Dziewczyny z Hollywood (12)	19.55 Morderstwo w Mont-Saint-Michel – 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 – krym., Francja 2023, 120 min 0.00 Morderstwo w Larzac – film krym., Francja 2020, 120 min 2.00 Kobra - oddział specjalny (2) – sens.	20.00 Demony wojny wg Goi – 1998, 125 min 1996 rok, Bośnia. Śmigłowiec rozbija się w górach. Major Keller dowodzi misją ratunkową. Ocalona dziennikarka ma nagranie kompromitującego serbskiego prezydenta. 22.05 Orzeł. Ostatni patrol – dramat wojenny, 2022, reż. Jacek Bławut, 125 min 0.10 Historie miłosne – film obyczajowy, 1997, 120 min 2.10 Mniej zło – film obycz., 2009, 160 min 4.50 Moja – krótkometraż.	20.00 Rob Roy – USA/Wielka Brytania 1995, 170 min Rok 1713. Szkot MacGregor prosi markiza o pożyczenie tysięcy funtów. Na skutek intrygi traci wszystko, a jego żona zostaje zgwałcona. Mężczyzna szuka zemsty. 22.50 Wesele – dramat obyczajowy, Polska/Lotwa 2021, 155 min 1.25 Anna German. Tajemnica białego anioła (5, 6) – biograf. 4.15 Karate po polsku – dramat obyczajowy, Polska 1983, 105 min
CINEMAX	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA	SCI FI	FX	FILMBOX+ ONE	ROMANCE TV
11.10 Ultimatum Bourne'a – film sens., 2007, 115 min 13.05 Dwóch mężczyzn w mieście – obycz., Fr./Bel./Algieria 2014, 115 min 15.00 Pan i władca: Na krańcu świata – dramat przygodowy, USA 2003, reż. Peter Weir, 135 min 17.15 Interstellar – film s.f., USA/Wielka Brytania/Kanada 2014, 165 min 20.00 Le Mans '66 – dramat biograficzny, USA/Francja 2019, 150 min 22.30 Jerry Maguire – dramat obyczajowy, 1996, 135 min 0.45 Fargo 4 (7, 8) – serial krym.	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 Śmiesznie nie będzie 5 (5-9) – program rozrywkowy 4.30 Comedy Club 6 (6-8)	6.00 Medium 3 (8-12) – krym. 10.45 Przygody Merlina 2 (3-7) – serial fantasy, Wlk. Bryt. 15.45 Miasto cienia – film przygodowy, 2008, 120 min 17.45 Saga „Zmierzch” : Książę w nowiu – film fantasy, Australia/USA 2009, reż. Chris Weitz, 170 min 20.35 Bumblebee – film s.f., Chiny/USA 2018, 135 min 22.50 Linia życia – horror s.f., USA/Kanada 2017, 130 min 1.00 Daybreakers – Świt – horror s.f., 2009, 120 min 3.00 Bibliotekarze 4 (8-10) – serial przyg., USA 2017	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 przygodowy, 2004, 155 min 18.35 XXX – film sensacyjny, USA 2002, 150 min 21.05 Karmazynowy przypływ – thriller, USA 1995, 150 min 23.35 Szklana pułapka 2 – film sensacyjny, 1990, 150 min 2.05 Zabójcze umysły (6, 7)	10.00 Czarny rumak – film familijny, 1979, 160 min 12.40 E.T. – film s.f., USA 1982, reż. Steven Spielberg, wyk. Drew Barrymore, 140 min 15.00 Komandosi z Navarony – film wojenny, Wielka Brytania 1978, 160 min 17.40 Junior – komedia, USA 1994, 140 min 20.00 Nieśmiertelny 3: Czarnoksiężnik – film fantasy, Kanada/Fr./Wielka Brytania 1994, 125 min 22.05 Wyspa tajemnic – thriller, USA 2010, 175 min 1.00 I stanie się koniec – horror, USA 1999, 165 min	13.55 Zabójcze tropiki (11, 12) – serial kryminalny, Fr. 2019 16.15 Rzeka życia: Ponowne spotkanie nad Dunajem – melodramat, Niemcy/Austria 2014, 110 min 18.05 Lato w Grecji – melodramat, Niemcy 2015, 115 min 20.00 Lato na Lanzarote – melodramat, Niemcy 2016, reż. Jophi Riess, wyk. Christina Hecke, 115 min 21.55 Lato w Barcelonie – kom. romant., Niemcy/Hiszpania 2015, 115 min 23.50 Bella Vita – kom. romant., Niemcy 2010, 115 min
CINEMAX 2	VIASAT EPIC DRAMA	NOVELAS+	FX COMEDY	FILMBOX+ HITS	PARAMOUNT NETWORK
15.45 Jak zostałam perliczką – komediodramat, Wielka Brytania/Zambia/Irlandia 2024, 100 min 17.25 Trucizna – dramat obycz., Luksemburg/Hol./Wielka Brytania 2024, 90 min 18.55 Nade mną niebo , W dolinie ja – film obyczajowy, Słowacja/Czechy 2024, 95 min 20.30 Niecierpliwość serca – film obyczajowy, Niemcy 2025, 105 min 22.15 Znajomy dotyk – film obyczajowy, 2024, 90 min 23.45 Hamlet – dramat kostium., Wlk. Bryt. 2024, 115 min	10.40 Poirot 4 (1, 2) – serial krym. 15.40 Dagliesh 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	5.00 Domenica Montero (1-5) – telenowela, Meksyk 2025 10.00 Otchłania 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. Paola Oliveira, Caua Reymond 0.00 Duma i uprzedzenie (1-3) – telenowela, Brazylia 2018 3.00 Sieroty ziemi (11, 12) – telenowela, Brazylia 2019	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 – komedia sensacyjna, USA 1984, 135 min 20.15 Obłędny rycerz – komedia przygodowa, USA 2001, 155 min 22.50 Ace Ventura: Zew natury – 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)	16.10 Goalie. Legenda na bramce – dramat biograficzny, Kanada 2019, reż. Adriana Maggs, 120 min 18.10 Dobre się kłamię w miłym towarzystwie – komediodramat, Włochy 2016, 110 min 20.00 Kapitan Hook: Kłatwa morza – film przyg., Wielka Brytania 2025, 100 min 21.40 Ostre słowa – komediodramat, USA/Niemcy/Wielka Brytania 2005, 130 min 23.50 Morze Czarne – thriller, Wielka Brytania/USA/Rosja 2014, 125 min	11.05 Tedi i szmaragdowa tablica – film animowany, Hiszpania 2022, 115 min 13.00 Psi Patrol: Wielki film – film anim., 2023, 115 min 14.55 Iluza – thriller, Francja/USA 2013, 145 min 17.20 Iluza 2 – thriller, Francja/USA/Hongkong 2016, reż. Jon M. Chu, 160 min 20.00 Uprawdżona 3 – film sensacyjny, Francja/Hiszp./USA 2014, 130 min 22.10 Olimp w ogniu – thriller, USA 2013, 140 min 0.30 Niemoralna propozycja – dramat obyczajowy, USA 1993, 150 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD	POLSAT SPORT 1 HD	CANAL+ SPORT HD	TVP SPORT HD	ELEVEN SPORTS 1 HD	Discovery DISCOVERY CHANNEL HD
6.00 Kolarstwo: Czech Tour – 3. etap 7.00 Kolarstwo: Arctic Race of Norway – 3. etap 8.00 Snooker: Turniej China Open – mecz finałowy 11.00 Kolarstwo: Czech Tour – 3. etap 11.30 Triathlon: T100 World Tour – Vancouver 13.30 Snooker: Turniej China Open – mecz finałowy 17.00 FIA World Endurance Championship: Wycieczka 24-godzinny w Le Mans 19.00 Kolarstwo: Czech Tour – 4. etap	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 holenderska – mecz: Feyenoord Rotterdam – Go Ahead Eagles 17.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – 2. runda	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 – mecz: Motor Lublin – FOGO Unia Leszno	5.35 Sportowy wieczór – program inform. 6.00 Kamera TVP Sport 6.30 Lekkoatletyka: Mistrzostwa Europy – Birmingham 2026 – 6. dzień – sesja wieczorna 8.25 Lekkoatletyka: ME – Birmingham 2026 – 7. dzień 11.45 Piłka nożna: Tarcza 2. Liga – mecz: Zawisza Bydgoszcz – Lechia Zielona Góra 15.10 Piłka nożna: Tarcza Wspólnoty: Arsenal – Manchester City FC 18.25 Pływanie: ME – Paryż 2026 – 7. dzień	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 Formula 3: GP Węgier 12.10 Formula 2: GP Węgier 13.25 Piłka nożna: 2. liga 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.	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 Cieżarówka 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.
TENIS	TENIS	ZUŻEL	LEKKOATLETYKA	PIŁKA NOŻNA	DOKUMENTALNY
20.00 Turniej US Open 2023: D. Medwediew – N. Djoković Serb rywalizował o czwarty w karierze tytuł mistrza nowojorskiej imprezy. 22.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Atlanta 1996 23.00 Formula E: ePrix Wielkiej Brytanii – 2. wyścig 0.15 Snooker: Turniej China Open – finał 1.30 Kolarstwo: Cycloclasics Hamburg 3.00 Snooker: Turniej China Open – finał	19.00 Turniej ATP w Cincinnati – 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 w Cincinnati – 2. runda 23.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – 2. runda 1.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – 2. runda 3.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – 2. runda 5.00 Boks	19.15 PGE Ekstraliga – 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	20.25 ME – Birmingham 2026 – 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	20.40 Superpuchar Francji – 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.	19.00 Awantura o furę: Ferrari F40; Stovebolt Special – Wielka Brytania 2020 Kierowca wycieczgowy 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	POLSAT SPORT 2 HD	CANAL+ SPORT 2 HD	EXTREME CHANNEL HD	ELEVEN SPORTS 2 HD	life DISCOVERY LIFE HD
11.00 Formula E: ePrix Wielkiej Brytanii – 1. wyścig 12.00 Kolarstwo: Czech Tour – 3. etap 13.00 Kolarstwo: Czech Tour – 4. etap 14.30 Kolarstwo: Cycloclasics Hamburg 16.30 Kolarstwo: Arctic Race of Norway – 4. etap 18.00 Golf: FedEx St. Jude 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	13.25 Siatkówka plażowa: ME – Stare Jabłonki 2026 – mecz o 3. miejsce kobiet 14.40 Siatkówka plażowa: ME – Stare Jabłonki 2026 – finał kobiet 15.55 Siatkówka plażowa: Mistrzostwa Europy – Stare Jabłonki 2026 – mecz o 3. miejsce mężczyzn 17.10 Siatkówka plażowa: 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	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 w Cincinnati – 2. runda 19.00 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – 2. runda 21.00 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – 2. runda 23.15 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – 2. runda 1.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa	6.00 Beyond The Beaten Path (9, 10) – serial dokum. 8.00 KPW Kombit 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	15.35 Najlepsi dryblerzy Bundesligi – mag. piłkarski 16.00 Ousmane Dembélé – Pierwsze kroki – dok. 16.15 Ligue 1 Show (35) – mag. 16.55 Ligue 1 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	10.30 Pojedynek na modę (7) 11.15 Szalenie oszczędni (2) 12.15 Raj za pół ceny (3) – rozr. 12.45 Powrót doktora Szczyty 15.45 Jak to robia zwierzęta? 16.15 Misja ratunkowa (5, 6) 17.45 Wycieczkowicz (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	POLSAT SPORT 3 HD	CANAL+ SPORT 5 HD	ELEVEN SPORTS 4 HD	ELEVEN SPORTS 3 HD	CANAL+ DOKUMENT HD
13.55 Strzelnica Navala (5) – magazyn sportowy 14.25 2 archiwum ESPN (1) 14.55 Futbol amerykański: 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 Guńia – Rafael Hudson	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: 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	9.30 Wysoki Pressing – mag. 11.10 Bohater z Cienia – dok. 12.30 Żużel: Metalikas 15.00 Żużel: Metalikas 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	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	13.25 Piłka nożna: 2. liga 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 Ligue 1 Season Review 21.35 Udinese – Najbardziej polski klub we Włoszech – reportaż, Pol. 22.00 Piłka nożna: Arminia – Cottbus	10.15 Polska z góry 2 (9-11) 11.45 Dynastia Kimów: Czas zemsty (1, 2) – serial dok. 13.30 Sekretnie 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 Iapaniki Billet Vert 1941 – film dok., Fr. 1.10 Prost (2) – serial dok., Fr. 1.45 O co biega? (10) – mag.

STACJE POPULARNONAUKOWE

SD DISCOVERY SCIENCE HD	ID ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV FOKUS TV	HISTORIA HISTORIA	HISTORIA HISTORIA
6.00 Tajemnice ładowania na Księżycu (5, 6) – serial dokumentalny	6.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet – serial dok.	6.00 Kataklizmy pogodowe (1, 2)	6.00 Wehikuł czasu (816) – program inform.	11.00 By coś zostało z tych dni. Irena Jarocka – dok., 2025	9.15 Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2 (15) – dok.
8.00 Zoom na architekturę – serial dokumentalny	7.00 Żądza i krew: Zobowiązania – serial dokumentalny, USA	8.20 Ekstremalne katastrofy (3, 4)	6.05 48h. Zaginięni (52) – serial krym., Polska	12.05 Wszystkie kolory świata – dok., Francja	10.10 Gwiazdy lombardu 25 (9, 10, 21) – reality show, USA 2023
10.00 Jak to jest zrobione? 25 (24, 26) – serial dokumentalny	8.00 Dowody z miejsca zbrodni – serial dok.	10.30 Prosto z fabryki (7)	7.00 Rolnicy. Podlasie (13, 14) – serial dok.	13.10 Wędrowni szlakami granicznymi (3)	13.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (3) – serial dok., USA
11.30 Jak to jest zrobione? – dok.	10.00 Tylko martwi znają prawdę – serial dok.	11.05 Porzucone konstrukcje (7)	9.00 Działkowcy (11, 1) – serial dokum., Polska	14.05 Życie lasu. Wielcy roślinożercy	14.00 Piątką z historii (4) – serial dokumentalny
12.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki 16 (8-11) – serial dok., Wlk. Bryt.	12.00 Śmierć w cieniu stadionu 2 – serial kryminalny, USA	12.00 Stacja Amsterdam (1): Tłumy – serial dok.	11.00 Z klimatem i z pasją (24) – pr. publicyst.	14.45 Angielka i książę – dramat historyczny, Francja 2001, 135 min	14.25 David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (10) – dok.
14.00 Pogromca mitów w akcji – serial dok.	14.00 W sieci kłamstw – serial dokum.	13.00 Pompeje: Podróż w czasie z Tomem Hiddlestonem (3)	11.30 Wojny magazynowe (23-27)	17.00 Tutanchamon: życie, śmierć i dziedzictwo (3)	15.20 Starożytni kosmici 17 (15) – dok.
16.00 Jak działa wszechświat? – dok.	15.00 Kłamstwa żądne krwi – serial dokum.	14.00 Pompeje w ogniu	14.00 Gwiazdy lombardu 25 (19)	17.55 Nad Niemnem (4-ost.) – serial obycz.	16.10 Tajemnice zaginionych miast (4) – serial dok.
18.00 Jak to jest zrobione? 25 – dok.	16.00 Zbrodnia w sąsiedztwie 3 – serial dokumentalny	15.00 Inkwie: Powstanie i upadek imperium (3): Złota era	15.00 Przгоды poszukiwaczy złota (5, 6) – dok., Australia	19.00 Nieznana wojna na Północy (1) – dok.	17.10 Jak Hitler przegrał wojnę (5, 6) – dok.
	18.00 Żyjąc z potworem (6, 8) – serial dok., USA	16.00 Grecja: Miejsce pełne tajemnic (6)	17.00 Rolnicy. Podlasie (30-33) – serial dok.	20.00 II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa (10)	
		17.00 Złoto Hitlera (1, 2) – serial dokumentalny	21.00 Podróże Gienka i Jastrzębia 2 (1, 2) – serial dok., Pol. 2025		
		19.00 Sekrety starożytnej medycyny (2) – dok.			
DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	BIOGRAFICZNY	DOKUMENTALNY
20.00 Wyprawa w nieznane 10 – USA	20.00 Zabójczy blond 2: Kelnierka z Hooters – USA 2025	20.00 CIA: Tajemnice i szpieży (6)	22.00 Putin i oligarchowie (1): Nowi baronowie – Francja 2023	21.05 Waleśa. Człowiek z nadziei – Polska 2013, 130 min	19.05 Starożytni kosmici 16 (5)
Josh wchodzi do wnętrza piramidy Cheopsa, by przyjrzeć się teorii spiskowym narosłym wokół jej powstania. Analizuje hipotezy o tajemniczych komnatach.	2022 rok. Policja znajduje młodego mężczyznę zamordowanego w swoim mieszkaniu w Teksasie. Zatrzymane zostają kelnierka Hooters i modelka z OnlyFansa.	Nowy dyrektor ds. walki z terroryzmem kieruje kontrowersyjnym programem CIA. Im dłużej trwa poscig za zamachowcami, tym bardziej przesuwają się granice.	Rok 1990. Po upadku komunizmu Rosja rusza w stronę kapitalizmu. Z chaosu wyłaniają się nowi gracze. Zapewniają Putinowi zwycięstwo w wyborach w 2000 roku.	Pracownik stoczni, elektryk Lech Wałęsa, walczą o prawa robotników. Zostaje szefem związków zawodowych. Z czasem zmienia się w charzmatycznego lidera.	Twórcy programu przedstawiają najbardziej tajemnicze symbole, które mogą być dowodem na kontakt z istotami pozaziemskimi.
21.00 Wyprawa w nieznane 9 – serial dokum., USA	21.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet: sekta Dwanaście Plemion – film dokumentalny, 2026	21.00 Katastrofy pod lupą (1) – dok., USA 2026	23.00 Pogromcy mafii (9) – serial dok., Pol. 2024	23.15 Przybyli ulani – komediodramat, Polska 2005, 75 min	20.00 Starożytni kosmici 13 (7) – dok.
22.00 Sekrety Houdiniego – serial dokumentalny	22.00 Katastrofa w przestworzach (6, 10, 7, 3) – dok., Kan.	22.00 Katastrofa w przestworzach (6, 10, 7, 3) – dok., Kan.	0.00 Największe śledztwa CBŚP (9) – serial dok., Pol. 2024	0.30 Dla nas wojna nie skończyła się w 1945	21.00 David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (6) – dok.
0.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny	2.00 Alaska: Następne pokolenie (3, 4)	2.00 Alaska: Następne pokolenie (3, 4)	1.00 Rolnicy. Podlasie (26-29) – serial dok.	1.40 Nad Niemnem (4-ost.) – serial obycz.	22.00 Największe tajemnice świata 7 (2) – serial dok., USA
2.00 Autostrada spotkań z UFO – serial dok.	23.00 W szponach sekty (2, 3) – serial dokumentalny, USA	4.00 II wojna światowa: Historia przed trybunałem (1) – dok.	5.00 Kołowrotek (2, 3) – magazyn węgderski	2.35 Wojna światów	23.00 Starożytni kosmici 17 (10, 11) – dok., USA 2025
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
8.00 Polscy szpiecy (3) – dok.	13.20 Wszystkie odcienie świata – dramat obycz., Indie/Fr./Hol. 2024, 70 min	15.00 Nieujarzmiona Kostaryka – film dokum.	12.30 Śpiące olbrzymy: wulkany Europy – dok.	9.55 Życie na pustkowiach: powroty (1) – serial dok.	13.00 Weterynarz z Alaski
9.00 Za kulisami mundialu	14.30 Burza. Ożywca siła przyrody – film dokum.	15.30 Zwierzęcy geniusze	13.45 Nasza nieprzewidywalna planeta (1) – serial dokum.	11.00 Sekretne życie ogrodu	14.00 Klan z Alaski – serial dok.
10.00 PrzeTwórcy (3, 4) – dok.	15.40 Watykan. W jakim stanie jest Kościół? (6)	16.00 Parki narodowe Stanów Zjednoczonych (4) – dok.	14.40 Ukryty wulkan: erupcja w głębinach – film dok.	12.05 W okowach mrozu 3	15.00 Potwór z Loch Ness: nowe dowody – dok.
12.00 Podziemne sekrety	16.40 Czy warto pościć? – dok.	17.00 Królowe świata zwierząt (3) – serial dok.	15.55 San Andreas: wyścig z czasem – dok., Wlk. Bryt.	13.55 Pociągami przez Nową Zelandię (1, 2) – serial dok.	17.00 Cztery katy, cztery lapy – serial dokumentalny, USA
13.00 Skarby z szopy (6, 7)	17.55 Dokąd dzisiaj? 4	18.00 Okno w oko z dziką naturą (3) – dok., Wlk. Bryt.	14.40 Ukryty wulkan: erupcja w głębinach – film dok.	15.50 Ben Fogle: wyścig do źródła Nilu (2) – dok.	18.00 Podwodny świat z bliska – serial dok., USA
14.00 Budowni (1) – serial dokum.	18.40 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace (8, 9)	19.00 Dzika przyroda strefy równikowej (6) – dok.	15.55 San Andreas: wyścig z czasem – dok., Wlk. Bryt.	16.50 Życie na pustkowiach 3	19.00 Jak to robią zwierzęta? – serial dok., Wlk. Bryt. 2019
15.00 Zoom na architekturę	19.40 Niezwykłe życie Buffy Saint-Marie – film dok.	20.00 Europa z powietrza (2)	17.00 Zwierzęta: maszyny doskonałe (6) – dok., Kan.	18.45 Potęga ssaków (5, 6)	20.00 Zagadki świata zwierząt – serial dok., USA
17.00 Zaginione miejsca (3)	21.30 Parada równości	21.00 Dzika konfrontacja (4)	18.00 Zwierzęta rozsztyrowane (2)	20.50 Sekretne życie ogrodu	21.00 Nowojorskie Zoo – Bronx – serial dok., USA
18.00 Tajemnice słynnych budowli (1) – serial dokum.	21.55 Berlusconi. Początki imperium (1) – serial dok.	22.00 Dzika przyroda Europy (2) – film dokum., Hol. 2015	19.10 Olbrzymy, których już nie ma 2 (1, 2) – serial dok.	21.55 W okowach mrozu: Odwilż (4) – serial dok.	22.00 Baseny jak w bajki – dok.
19.00 Wstęp wzbroniony (2, 3)	23.05 Monachium 1972 (1)	23.00 Dzika Północ Europy (5)	21.30 Legendarne owady (1, 2)	22.55 Planeta zmian (1) – dok.	23.00 Człowiek w roli ofiary 3
20.00 Legendarne miejscówki Starożytności		0.00 Zabójcze szerszenie Azji – film dokumentalny, RPA	23.40 Wielkie rzeki (5, 6) – dok.	0.00 Największe zagadki nauki (5) – dok., Wlk. Bryt.	1.00 Supermoce małych stworzeń – serial dok.
21.00 Akta ekspedycji – dok.			1.40 Rzeczne potwory 3 (1-3)	1.05 Cała prawda o witaminach (1) – dok.	
22.00 Spotkania z obcymi: fakty czy mity (2) – dok.					
23.00 Hazardziści – serial dok.					
TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
13.15 Podróże Malej i Dużej 4	9.15 Wojny kontenerowe (13)	6.05 Australijscy łowcy bydła 2 (5) – dok., Australia	9.05 Anna Boleyn i Elżbieta I: królowe-więźniarki	15.05 Morderstwo czy wypadek? 3 (3) – dok.	6.00 Kamperem przez świat (3, 4) – serial dok., Pol. 2020
14.30 Tacy byliśmy (10)	9.50 Dzikie psy (2) – serial dok.	6.35 Drewno z Kolumbii Brytyjskiej 2 (1-5) – dok.	10.00 Starożytna apokalipsa 2	16.00 Wakacyjne zbrodnie	8.05 Smakuj świat z Pascalem (8, 1, 2)
14.15 Prawdziwy Kubuś Puchatek – film dokum.	11.00 100 dni do zwycięstwa	11.15 Bohaterowie z St. John's 3 (1-5) – dok., Kan.	11.05 Starożytna apokalipsa 2	17.00 Morderstwo na Manhattanie – dok.	10.15 Azja Express (7)
15.15 Nurt życia. Opowieść o rzece – film dok., Niem.	12.20 Nieznane zdjęcia Hitlera	16.10 Australijscy poszukiwacze złota 9	12.15 Starożytna apokalipsa 2	18.00 28 mil, by zabić (2)	11.50 Baseny z rozmachem
16.05 W głąb wszechświata: zagadki kosmosu (4)	13.25 Kolaboranci Hitlera (8, 9)	21.00 Special Ops: Prawda	13.25 Zaginione mumie Inków	19.00 Morderca z Internetu 2	14.00 Człowiek kontra jedzenie (18, 1-3) – mag.
17.10 Kultura miejska (11)	15.35 Koloseum (3, 4) – dok.	22.05 Materia. Lwie serce (2) – film dokumentalny, Pol.	15.30 II wojna światowa: cena imperium (11-13) – dok.	20.00 Najśłynniejszy dom publiczny – Mroczne sekrety (5) – serial dok.	16.00 Kobieta na krańcu świata (5-7, 1) – dok., Pol.
18.10 Sanatorium miłości 8 (7)	17.35 Ryzyce przestworzy (2)	23.00 Nazis: ściśle tajna nauka (1) – serial dok., USA	18.45 Punkty zwrotne II wojny światowej (1, 2)	21.00 Najbardziej szokujące przypadki sądowe 8	18.15 Cieślarówka przez Stany (1, 1-3) – program rozrywk.
19.05 Kim Novak – buntownicza z Hollywood – film dok.	18.50 Bitwy morskie – historia okrętów wojennych (2)	0.00 Zarodzenie z kanadyjskich złomowisk 2 (4-10) – dok.	21.00 Kto napisał Nowy Testament? – film dokum.	22.00 W cztery oczy z mordercą (3) – dok.	21.15 Pomocy! W moim domu straszny (2, 3) – serial grozy
20.10 Dzienniki Black Box	19.50 Planeta skarbów (3)	5.25 Australijscy łowcy bydła 2 (5) – dok., Australia	22.10 Tajemnice rodziny Jezusa – film dokum., Fr.	23.00 Dowody zbrodni: ślady DNA (1) – serial dok., USA	1.05 W co wierzą Osbourne'owie (18-20, 1)
22.05 Północ z południem, mężczyzna z kobietą	21.00 Jezus i jego życie (7)		23.15 Zakazana historia 7 (8)	23.55 Jak zostałem seryjnym mordercą (3) – serial dok.	5.05 Za Donalem... do Euro-2016
23.15 Tamte lata, tamte dni	22.00 Niewyjaśnione tajemnice (5, 6) – dok.		0.15 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze		
23.55 Antidotum – film dokum.	23.50 Kroniki Hitlera (9) – dok.				
	1.00 Niewyjaśnione tajemnice (7) – serial dok.				
	1.55 Kolowrotek (147, 148)				
	3.05 Tajna historia XX wieku				

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

 TVP POLONIA	 TVP ROZRYWKA	 POLSAT CAFÉ	 TV 4	 DZIŚ I JUTRO	 TTV HD	 DZIŚ I JUTRO	 TVN STYLE HD
10.00 Transmisja Mszy Świętej z bazyliki pw. NMP i św. Bartomieja w Piekarach Śląskich – pr. religijny	11.45 Postaw na milion 13.40 Prywatne życie zwierząt 13 (4) – przyrod., Polska	6.00 Komisarz Mama (5, 6) – krym., Pol. 2021	6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (204) – reality show	12.10 Zakup w ciemno 4 13.10 Zakup w ciemno extra (12)	5.20 I nie opuścisz Cię aż do ślubu (6) – reality show	5.55 Pary młode ponad miarę (2) – pr. rozr.	6.50 Złoty remont 11 (3) – program rozrywkowy
12.35 Ania – dok., Pol. 2022	14.10 Przyrodnik na tropie (43) – dok.	8.00 Bogaty dom – biedny dom (141)	7.00 Ewa gotuje (478) – magazyn kulinarny	13.40 Damy i wieśniaczki. PL 6 (1) – fab.-dok.	5.45 Express – pr. inform.	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.35 Ostre cięcie (3) – rozr.
14.15 Pilka nożna: Betclic LIVE 1. Liga – studio	14.45 Olga Lipińska zaprasza (19)	9.00 Rolniczek (25, 26) – serial dok., Pol. 2025	7.30 The Americas (10, 11) – serial dokum.	14.40 Gogglebox. Przed telewizorem 22 (10)	16.05 Lato z TTV (3) – rozr.	12.35 Babski biznes (3)	13.35 Jestem z Polski (8, 14, 5) – serial dok.
14.25 Pilka nożna: Betclic LIVE 1. Liga: ŁKS – Termalica	15.45 Moje przeboje (5)	12.00 Bogaty dom – biedny dom (142, 143)	9.30 Galileo (1190, 1191) – popularyzatorski	15.45 Express – pr. inform.	16.10 Idź na całość 2 (24)	13.35 Jestem z Polski (8, 14, 5) – serial dok.	16.35 Bitwa o gości (3) – reality show
17.00 Telexpress	16.20 Omnibus – szybcy i mądrzy (27) – telet.	14.00 Nasz nowy dom (295) – reality show	11.35 Ben Hur – dramat historyczny, USA 2016, 150 min	16.05 Lato z TTV (3) – rozr.	17.15 Życie na kredycie 8 (19) – reality show	17.35 Do zobaczenia 2 (4) – mag. poradnikowy	18.10 Ugotowani (3) – pr. kulin.-rozrywk.
17.25 Chichot losu (7)	16.50 Omnibus – szybcy i mądrzy	15.05 Demakijaz (210)	FILM 14.05 Wyscig z czasem – thriller, USA 2003, reż. Carl Franklin, wyk. Denzel Washington, Eva Mendes, 140 min	17.45 Express – pr. inform.	17.15 Życie na kredycie 8 (20) – reality show	19.10 Kuchenne rewolucje (1, 6) – program rozrywkowy	
18.20 Kabaretomania (74) – pr. rozrywk.	17.10 Omnibus – szybcy i mądrzy (28) – telet.	15.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (43) – reality show	FILM 16.25 Spider-Man 2 – film przygodowy, USA 2004, 155 min	18.10 Życie na kredycie 8 (20) – reality show	18.45 Zony Podlasia 4 (1) – serial dok., Pol. 2026		
19.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu (16)	17.40 Omnibus – szybcy i mądrzy	17.00 Bogaty dom – biedny dom (104) – reality show	FILM 19.00 Uroczysko (193, 194) – serial krym., Polska	19.45 Express – pr. inform.	19.45 Express – pr. inform.		
19.30 Program informacyjny 19.30	18.00 Koło fortuny (2013)	18.00 Nasz nowy dom (296, 297) – reality show, Polska		20.00 Zakup w ciemno 6 (20) – reality show	20.00 Zakup w ciemno 6 (20) – reality show		
19.55 Pytanie dnia – publ.	18.40 Szansa na sukces. Opole 2026 (9)			21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 16 (12)	21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 16 (12)		
20.05 Sport, pogoda							

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 Chinzyków.

21.15 Lato z Radiem i Telewizją Polską

23.15 Kabaret Letnią Porą (42) – pr. rozrywk.

0.05 Cud niezapamięci – 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 Mragowie. Na scenie pojawi się m.in. Jerzy Kryszak.

23.25 Postaw na milion Koło fortuny

0.25 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 Wzięcie kobiet (121-124) – dok., Pol.

3.00 Zdrady (49-51) – serial paradok.

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 właścicieli z jej byłym mężem.

0.05 STOP Drogówka Covidowi – 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 Kysią postanawiają założyć Koło Gospodyń Wiejskich. Benia z zespołem dają koncert w świetlicy. U Aldona 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

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.

17.15 Okrasa łamie przepisy

17.45 Maklowicz 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

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 Wiehul czasu (816, 815)

4.00 Sala operacyjna (9, 6)

5.00 Pod lupą (5, 6) – magazyn

TVP HD

9.10 Przy muzyce po Śląsku

10.25 Klasyki 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

FILM – Za wysoko polecał

– melodramat, Niemcy 2013, 105 min

23.35 Śląska karuzela – muz.

ZOOM

9.35 Wojciech Cejrowski – boszo przez świat

11.45 Sensacja 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., Polska 1983, 145 min

23.25 Magia nagości. Polska – Najsmaczniejsze kąski

0.35 Adam szuka Ewy. Niemcy 2 (3) – pr. rozrywk.

TLC

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 żyje 0.00 Dr Pryszczyla 2 – dok.

1.00 Wielkie lato małych ludzi (6) – reality show

C+ KUCHNIA HD

15.40 Jamie Oliver: jedz na zdrowie (2)

16.35 Ekopodrady 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 Potasy użartym 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 nieznanne 9 (2, 3) – serial dokumentalny

23.00 Wszystkie smaki fermentacji 2 (4) – dok.

TVN TURBO

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: Ściera 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: Ściera z ogłoszenia (7, 8) – rozr.

0.40 Moto Fachury (9) – mag.

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 Wierzenie kobiet (86-89) – serial dokum.
17.00 Nasz nowy dom (371) – reality show
18.15 Awantura o kasę – teleturniej

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 rywali.

- 0.10 Snajper: Dziedzictwo – film sensacyjny, USA/Bulgaria 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

POLSAT PLAY HD

- 6.00 Dorwać tuńczyka (9-11)
9.00 Kolowrotek (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 Budowlaniec (67, 68)
15.00 Ziemiarze (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 Sily specjalne – Polska
2.05 Tajna historia XX wieku
4.00 Starożytni kosmici

Kobieta DVB-T2

- 12.00 Okrasa łamie przepisy
12.30 Kwiaty na warsztatach 4 (7)
13.00 63. KPFP 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 Watykańska – dok.
18.30 Daję słowo – Maciej Orłoś 2 (12) – talk-show
19.30 Planeta singli – komedia romantyczna, Polska 2016, reż. Miłta Okorn, 145 min
21.55 Karol, władca Hiszpanii (13, 14) – serial kostiumowy
23.45 Znachor – dramat obycz., Polska 1981, 145 min

SUPER POLSAT DVB-T2

- 6.05 Wydarzenia
6.40 SuperLudzie 2 (31)
7.15 Był sobie człowiek
10.00 SuperMocni (3, 4)
11.00 Malolaty na obozie (245) – film familijny, USA 2007, reż. Fred Savage, 110 min
12.50 Uncharted – film przygodowy, USA/Hiszp. 2022, wyk. Tom Holland, 155 min
15.25 Holmes i Watson – komedia krym., USA/Kanada 2018, 100 min
17.05 Polacy w świetle (23, 24) – serial dok.
18.10 Świat według Kiepskich (554, 555) – kom., Pol. 2019-2020
19.05 Randka w ciemno (3, 4) – pr. rozrywk.

DRAMAT SF



- 21.05 Pasażerowie – 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, 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)

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
15.00 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 Pojedynk na grile (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.

E! ENTERTAINMENT HD

- 6.00 Plastikowa fuszka (11)
7.00 2 kamera
8.50 Plastikowa fuszka
12.30 2 kamera
14.20 Plastikowa fuszka
18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
18.30 2 kamera
20.30 Plastikowa fuszka (12, 4) – serial dokum., USA
0.30 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
1.00 2 kamera
3.00 Plastikowa fuszka (12)

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 – komedia, USA 1996, reż. David S. Ward, wyk. Kelsey Grammer, Lauren Holly, Rob Schneider, Harry Dean Stanton, 120 min
14.00 Policjanci 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

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

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 Śasiedzi (46) – anim.
18.05 Pingwiny z Madagaskaru (21, 22)
19.00 Ania z Zielonego Wzgórza – nowy początek – film obycz., Kanada 2008, 85 min
20.25 Młode lata (30, 110)
22.00 Twoja Twarz Brzmi Znajomo (182) – pr. rozr.
23.55 Tajemnice zamków (7)
0.55 Historia broni (1) – dok.

TV TRWAM DVB-T

- 17.55 Poczet wielkich Polaków – pr. hist.
18.00 Aniol Pański
18.05 Informacje dnia
18.15 Rozmowy niedokończone – pr. publ.
19.30 Baśniowy teatr lalek
20.00 Informacje dnia
20.20 Rozaniec
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
23.30 Muzyczne chwile – kult.

BBC FIRST HD

- 6.00 Ojciec Brown 10 (3, 4) – krym., Wlk. Bryt.
7.35 Detektywy 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 Detektywy z Chelsea 2 (2) – krym., Wlk. Bryt./USA
19.55 Śmierć pod palmami 6 (3) – krym.

SENSACYJNY



- 21.00 W cieniu podejrzenia (2) – Wlk. Bryt./USA
Vanessa i Scott prowadzą przesłuchania podejrzanym. 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 podejrzenia (2) – serial sensacyjny
2.25 Morderstwa w Midsomer 2 (1-4) – serial kryminalny

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.

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 wyścigowiec 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)

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB-T2

- 7.05 Agatka (10, 11)
7.30 Małe i duże przygody Miffy (51)
7.40 Prys 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 Stołola (5)

EDUKACYJNY



- 13.00 Zwierzaki Czytali (184)
Pan Krzys i Karolina poszukują książki o nieczynnych kopalniach. Szymek, Pimpek i Pompek przeskadzają 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

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 Barabapa i jego rodzinka 2 (16) – anim., Fr.
18.05 Barabapa i jego rodzinka (15) – serial anim.
18.30 Dora (7) – serial anim.
18.55 Santiago z mór (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 Barabapa i jego rodzinka 2 (1-3) – anim.

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 Strazak 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 Wierszki domowe (3)

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 Łoza 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

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 Szkoło kontaktowe
23.00 Dzień po dniu – mag.
0.40 Fakty po Faktach
0.40 Kawa na ławę
1.55 Nowa Maja w ogrodzie – mag.
2.25 Szkoło kontaktowe
3.25 Nic do zgłoszenia
4.15 Nowa Maja w ogrodzie – mag.

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

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 doping. 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 Kukulirska 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 czarnoskórę służącą 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 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. Wie-

dząc, że milioner marzy o zaginionym dziele Claude'a Moneta, postanawia sprzedać mu fałszyfikat. 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 Za szybcy, za wściekły

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 Vice: Korporacja zbrodni

SENSACYJNY Zarządzana przez Michaela (Bruce Willis) firma oferuje klientom możliwość spełnienia ich mrocznych fantazji. Jeden z androidów wymyka się spod kontroli organizacji.

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



20.00 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**



20.50 Głupi i głupszy bardziej

KOMEDIA Minęło 20 lat od podróży Harry'ego (Jeff Daniels) i Lloyda (Jim Carrey) tropem nieznaną. 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**



20.00 Foxcatcher

BIOGRAFICZNY Zapaśnik Mark (Channing Tatum) przygotowuje się do igrzysk. Trafia do ośrodka założonego przez milionera Johna du Pont'a (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**



22.35 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**

→ filmowe hity



William i jego kompani stają się częścią armii, która mierzy się z bestiami.

22.10 **Wielki mur**

POLSAT FANTASY Twierdzą 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. Wojownicza, komandor Lin Mae, rozkazuje ich zamknąć we wnętrzu ogromnej fortyfikacji. Tak poznają oni sekret jednego z największych cu-

dów świata. Nieco później przybysze stają się świadkami ataku stworzeń o niezmiernym 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 **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**

23.05 **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**

20.00 **Jestem mordercą**

THRILLER Lata 70. XX w. Milicjant Jasiński (Miroslaw Haniszewski) staje na czele grupy, która ma schwycić Wampira z Zagłębia. Aresztuje podejrzanego mimo słabych dowodów. Ignoruje pojawienie się nowych tropów.

Reż.: Maciej Pieprzycza Wyst.: Arkadiusz Jakubik Polska 2016 **HD 135 min ► do godz. 22.15**

23.10 **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 **Golden Sand 2026**

LEKKOATLETYKA LIVE W memoriale Ireny Szeńskiej, 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 **Arka Gdynia - Puszcza**

PIŁKA NOŻNA LIVE Klub z Trójmiasta nie zamierza pozostać na zapleczu PKO BP Ekstraklasy dłużej niż rok. Gdynianie wierzą w szybki powrót do elity. W starciu z ekipą z Niepołomicz liczą na pełną pulę. **HD 125 min ► do godz. 21.00**

18.55 **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 **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 **Familiada**

TELETURNIEJ Karol Straszburger 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 **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. Eksperti oferują jej lifting oraz leczenie stomatologiczne. **HD 60 min ► do godz. 23.10**

23.00 **Awantura o furę**

MOTORYZACJA Mariño zabiera przyjaciół, aby obejrzyli najsukcesowniejszy samochód Formuły 1 - Lotusa 72. Przejazdka tym legendarnym autem okazuje się wyjątkowo emocjonalnym przeżyciem. **HD 30 min ► do godz. 23.30**

→ dokument

16.45 **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**

TVP1	TVP 1	HD	DVB T2	TVP2	TVP 2	HD	DVB T2	polsat	POLSAT	HD	DVB T2	tvn	TVN	HD	DVB T2
4.35	Splątane losy (23) – serial obyczajowy, Turcja 2024			4.55	Rodzinka.pl – serial komediowy, Polska 2025			4.40	Disco Gramy			5.40	Uwaga! – magazyn reporterów		
5.25	Akacja 38 (918) – telenowela, Hiszpania 2018			5.30	M jak miłość (1817) – serial obyczajowy, Polska 2024			5.25	Telezakupy TV Okazje – magazyn reklamowy			5.55	Ukryta prawda (1732) – serial paradokumentalny, Polska 2025		
6.30	I Choose Poland (1) – telen. dok.			6.25	Rodzina (nie od) święta – magazyn religijny			6.00	Nowy dzień z Polsat News			6.50	Kuchenne rewolucje (12): Spagheteria – program rozrywkowy		
7.00	Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze			6.55	Barwy szczęścia (3376) – serial obyczajowy, Polska 2026			9.15	Malanowski i partnerzy (389, 392): Odzyskana miłość; Rodzinna tajemnica – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2012			7.45	Dzień dobry wakacje – magazyn kulinarny		
7.30	Studio Raban – mag.			7.30	Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn			10.20	Trudne sprawy (959) – serial paradokumentalny, Polska 2020			11.20	Doradca smaku (4) – magazyn kulinarny		
8.00	Serwis Info – program inform.			7.55	Pytanie na śniadanie – magazyn							11.25	Kuchenne rewolucje (10, 1): Jelenia Góra; Ostrów Wielkopolski, Best Bar – program rozrywkowy		
8.10	Pogoda Info			11.30	Okrasa łamie przepisy – magazyn kulinarny							13.40	Ukryta prawda (1529, 1530, 1586) – serial paradok., Polska		
8.15	Chłopi (10) – obycz., Polska 1972			12.00	Rodzinka.pl (74): Wolna chata – serial komediowy, Polska 2012										
9.15	Ranczo 9 (110): Boska cząstka – serial obyczajowy, Polska 2015			12.35	Koło fortuny (1929) – teleturniej										
10.10	Komisarz Alex 23 (294) – serial kryminalny, Polska 2025			13.15	Panna młoda (172) – serial obyczajowy, Turcja 2024										
11.05	Ojciec Mateusz 18 (235) – serial kryminalny, Polska 2017			14.05	Va banque (1041) – teleturniej										
12.00	Serwis Info – program inform.			14.35	Na sygnale (899): Proszę nam zaufać – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026										
12.10	Agrobiznes – magazyn rolniczy			15.05	La Promesa – pałac tajemnic (456) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024										
12.30	Agropogoda – program inform.				José Juan ogłasza, że na froncie nadchodzi przełom, budząc nadzieję, ale i niepokój. Santos coraz bardziej osacza Verę, nieustannie ją kontrolując.										
12.40	Rok w ogrodzie extra – mag.			16.00	Koło fortuny (1930) – teleturniej										
12.55	BBC w Jedynce: Planeta Ziemia 3 (8-ost.) – dok., Wlk. Bryt.			16.35	Familiada – teleturniej										
14.00	Splątane losy (24) – serial obyczajowy, Turcja 2024			17.20	Panna młoda (173) – serial obyczajowy, Turcja 2024										
15.00	Serwis Info – program inform.			18.15	Va banque (1042) – teleturniej										
15.10	Pogoda Info			18.50	Jeden z dziesięciu – teleturniej										
15.25	Gda słów. Krzyżówka (1085)			19.25	Barwy szczęścia (3376, 3377) – serial obyczajowy, Polska 2026										
16.00	Dziedzictwo (1004) – serial obyczajowy, Turcja 2020			20.35	Kulisy serialu „M jak miłość” – cykl felietonów										
17.00	Teleexpress, pogoda														
17.25	Jaka to melodia? – telet. muz.														
18.05	Reporterzy – mag. reporterów														
18.25	Akacja 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														

20 KOMEDIA KRYMINALNA



21.50 Gambit, czyli jak ograć króla – 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

FILM

0.30 Zwerbowana miłość – film sensacyjny, Polska 2009, reż. Tadeusz Król, wyk. Joanna Orleńska, Robert Więckiewicz, Krzysztof Stroiński, Sonia Bohosiewicz, 100 min

FILM

2.10 Śmietanka towarzyska – 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 przeprosza 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 nalogu.

0.30 Karol, władca Hiszpanii (21) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015

1.25 W cieniu śmierci (4) – serial kryminalny, Finlandia/Niemcy/Francja 2018

2.20 Akacja 38 – telenowela, Hiszpania 2015-2021

4.10 Zakończenie

SENSACYJNY



19.55 Megahit: Za szybcy, za wściekli – 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 fantasy, USA/Chiny/Hongkong 2016, reż. Yimou Zhang, wyk. Matt Damon, Tian Jing, Willem Dafoe, Andy Lau, 145 min

Człuknik William wraz z towarzyszem dociera do warowni otoczonej zaporą. Stają się świadkami ataku ślepiących spustoszenie stworzeń. Dołączają do zaciętej walki z bestiami.

0.35 Łzy słońca – 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 – 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 – komedia, USA/Niemcy 2009, reż. Todd Phillips, wyk. Bradley Cooper, Ed Helms, Zach Galifianakis, Justin Bartha, 135 min

Phil i jego koledy budzą się po szalonym wieczorze kawalerskim. Nie pamiętają ostatniej nocy. Muszą zrekonstruować wydarzenia i odnaleźć przysięgłego 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



- 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 2014
- 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): Mścielka – 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 gwałcenie. Na lodowce 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.)
FILM – Francja/Kanada/ Niemcy 2005, 130 min

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**
FILM – komedia sensacyjna, USA 1984, reż. Martin Brest, wyk. Eddie Murphy, Judge Reinhold, John Ashton, Lisa Eilbacher, 135 min
- 1.25 After 3. Ocal mnie**
FILM – melodramat, Bułgaria/USA 2021, reż. Castille Landon, wyk. Josephine Langford, Hero Fiennes Tiffin, Louise Lombard, Chance Perdomo, 115 min
- 3.20 Fachowcy** (7) – serial paradokumentalny, Polska 2017
- 3.55 Usterka 11** (25) – serial fabularno-dokument., Polska 2019
- 4.30 Dorota was urządzi!** (6) – program rozrywkowy

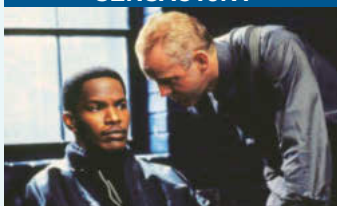
Następny odcinek obejrzysz na:

TVN 7 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. Wyrażnie 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 relację z ojcem, który wyszedł z więzienia. Andżela znika z Igorkiem, co martwi Kazimierza.

SENSACYJNY



- 20.00 Przynaeta**
FILM – USA/Kanada 2000, 155 min
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 Alwina.

- 22.35 Bez twarzy** – dramat sensacyjny, USA 1997, reż. John Woo, wyk. John Travolta, Nicolas Cage, Joan Allen, 175 min
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
- 3.15 Dzielnica strachu 10** (454): Incel – serial kryminalny, Polska 2025-2026
- 4.15 Zobacz to!** – pr. powtórkowe



- 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 Język i Przyjaciele** (1, 12) – serial animowany, Polska 2023
- 10.35 Spidey i superkumple 2** (43, 42) – serial anim., USA 2022
- 11.35 Gus. Mały i 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 domyslać, że Kaplon jest uwikłany w niebezpieczną sytuację.
- 23.00 Wstydlive 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



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.

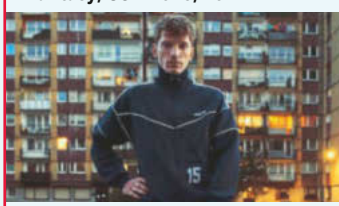
►serial kom. (8 odc.), USA 2026



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	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM HD	HBO 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	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	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. Lawrence z Arabii – 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)	6.30 Polska z góry 3 (10) – serial dok., Pol. 2018 7.00 Grzyby – thriller, 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 – dram. obyczajowy, USA 2020, reż. Glenn Withrow, 145 min 16.15 Angels Fall – thriller, USA 2007, reż. Ralph Hemecker, wyk. Heather Locklear, Johnathon Schaech, 120 min 18.15 Vera 13 (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.	6.00 Łąpu capu – pr. rozr. 6.15 The Office PL 5 (5, 6) 7.10 Hollywoodgate – film dokumentalny, Niemcy/USA 2023 8.45 Łąpu capu – pr. rozr. 9.00 Fuks – komedia sens., Polska 1999, 85 min 10.25 Imagine Dragons: Live at the Hollywood Bowl 12.35 Zgręd – dram. obycz., Pol. 2025, 85 min 14.00 Riefenstahl – film dokum., Niemcy 2024 15.55 Dalej jazda! 2 – kom., Polska 2025, 100 min 17.35 Czarna woda 17.55 Łąpu capu – pr. rozr. 18.00 Jason Bourne – thriller, USA 2016, 120 min	7.25 Dzikie łowy – film przygodowy, Nowa Zelandia 2016, 100 min 9.05 Więzień labiryntu: Lek na śmierć – thriller s.f., USA 2018, reż. Wes Ball, 140 min 11.25 Saga „Zmierzch” : Zacmienienie – film fantasy, USA 2010, reż. David Slade, 120 min 13.25 W stronę słońca – film s.f., Wielka Brytania/USA 2007, 105 min 15.10 Le Mans '66 – dram. biograficzny, USA/Francja 2019, 150 min 17.40 Bez wyjścia – komediodramat, Korea Południowa 2025, 140 min
KRYMINALNY	OBYCAJOWY	DRAMAT BIOGRAFICZNY	KRYMINALNY	SENSACYJNY	SF
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.	21.30 Ranczo (3, 4) – Polska 2006 Wójt nie zezwala, aby Lucy uczyla 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 Głina. Nowy rozdział (1) – krym. 1.30 Londyńczyk (6, 7) – serial obycz., Polska 3.25 Stulecie Winnych 3 (33) – obycz., Pol. 2021 4.20 Klan (1478) – telen. 4.45 Pan Mama (51)	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 FILM – Edith Piaf – dram. biograficzny, Francja/Wielka Brytania/Czechy 2007, 150 min 0.55 Muzyka w zabytkach (3) – film dokum., Fr. 2022 1.50 Kulturalni (31) – magazyn kulturalny	20.10 Premiera: Zbrodnie na wybrzeżu 3 (2-ost.) – Niemcy 2025 Na odległej plaży zostają znalezione okaleczone zwłoki. Femke rozpoznaje ofiarę. To jej przyjaciół 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.	20.00 Niewypowiedziana wojna 2 (1) – Wielka Brytania 2026 Danný 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., USA 1992, 95 min 0.35 Powrót do Silent Hill – horror, Francja/Wielka Brytania/Niemcy 2026, 105 min	20.00 Latarnie (1) – USA 2026 Międzygalaktyczni stróże prawa, Hal Jordan i nowy rekrut John Stewart, prowadzą śledztwo w sprawie morderstwa. Nowicjusze chcą doświadczyć odwagi idolo- 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 – dram. sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2004, 145 min
AXN WHITE	WARNER TV	CANAL+ FILM	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 2 HD
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 jemiolą – komedia romant., USA 2021, 115 min 16.55 Boże Narodzenie po angielsku – 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	8.50 Bajer z Bel-Air (11, 12) 9.55 Prawo Agaty 5 (2) 10.55 Pelnijsza chata 3 (13, 14) – serial komediowy 12.00 Teraz albo nigdy! (10, 11) – obycz., Pol. 2009 13.55 Bajer z Bel-Air (11-14) 16.00 Pelnijsza chata 3 (13-16) – serial komediowy, USA 18.10 Wiecznie młody – dram. obyczajowy, 1992, 125 min 20.15 Rewolwer i melonik FILM – film sens., 1998, 105 min 22.00 Ocean's Eleven: Ryzykowna gra – kom. sens., 2001, 140 min 0.20 Duch – horror, USA 1982, reż. Tobe Hooper, 135 min	6.00 Łąpu capu – pr. rozrywk. 6.15 Kiler – komedia sens., Polska 1997, 100 min 7.55 Zwierzaki na ratunek FILM – film anim., 2024, 85 min 9.20 Łąpu capu – pr. rozrywk. 9.35 Królowa chmur – film obycz., Polska 2003, 75 min 10.50 Sigourney Weaver. Ikona kina akcji – film dokumentalny, Niem. 2024 11.45 Saga „Zmierzch” : Zacmienienie – film fantasy, USA 2010, 120 min 13.45 Miss mokrągo podkoszulka – komedia, Polska 2002, 60 min 14.45 L.A.R.P. Miłość, trolle i inne kwesty – komedia, Polska 2025, 90 min 16.15 Niania w Nowym Jorku FILM – komedia romantyczna, USA 2007, 105 min 18.00 Być kochaną – dram. obyczajowy, Norwegia/Szwecja 2024, 105 min 19.45 Łąpu capu – pr. rozrywk. 20.00 Wicked – musical, USA/Kan./Islandia 2024, 165 min 22.45 Kraina mroku – horror, USA 2025, 105 min 0.30 Dom 1000 trupów FILM – horror, USA 2003, 85 min 1.55 Franz Kafka – dram. biograficzny, 2025, 125 min 4.00 Pani od polskiego FILM – dram. obyczajowy, Polska 2025, 120 min	9.50 Planeta Singli. Ośiem 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 Czarnowice Mayfair 2 (3, 4) – serial fantasy, USA 2025 21.35 Call me Iala – film krótkometrażowy, Polska 2024 22.00 Maria Antonina 2 (1, 2) – serial biograficzny, Belgia/Francja 2024 0.05 Kruk. Czorny Wron 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	8.05 Porzucone konstrukcje (10) – serial dok., Wlk. Bryt. 9.00 2 archiwów historii 2 10.05 Co poszło nie tak 5 (5) 11.10 Nieczysta gra: Skandal w biathlonie (3) – dok. 12.10 Kolacja z Gvinem Rossdale'em (3) – dok. 13.05 8 wspaniałych (3) – dok. 14.00 Złolowian: ciężarówka w opalach (6) – serial dok. 14.55 2 archiwów historii (3) 16.00 Lotnisko na Alasce 4 (8) 17.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejście drogi świata 2 (5) – serial dok., Niem. 2014 18.00 Porzucone konstrukcje (11) – serial dok., Wlk. Bryt. 18.55 Złolowian: ciężarówka w opalach (5) – serial dok. 19.50 Hot Roads – Najniebezpieczniejście drogi świata 3 (1) – serial dok., Niem. 2023 20.50 Najniebezpieczniejście 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 podłusku (7) – serial dok., Polska 2022 0.50 Miły Trener – historia Piotra Jeleniewskiego – film dokum., Polska 2026 2.00 Polska z góry: Stadyony 2 (5) – dok., Pol.	10.50 Gracie 4 (1, 2) – kom., USA 11.45 Marsjanin – film s.f., USA 2015, 140 min 14.05 W potrzasku – dram. obyczajowy, 2025, 100 min 15.45 Superman – film przygodowy, 2025, 125 min 17.50 Nasz syn – dram. obyczajowy, 2023, 100 min 19.30 Saipan – dram. biograficzny, Irlandia/Wielka Brytania 2025, 90 min 21.00 Sojusznicy – komedia sensacyjna, 2025, 110 min 22.50 Czwarata ściana – dram. obyczajowy, 2024, 110 min 0.40 Victor Frankenstein FILM – horror s.f., 2015, 105 min
AXN BLACK	POLSAT SERIALE				HBO 3 HD
9.55 Gwiazdne wrota 7 (18-20) – serial s.f., USA/Kan. 12.55 Kobra – oddział specjalny (13) – sens. 14.00 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 5 (14, 15) – sens. 16.00 Nieustraszone 2 (21) 17.00 Zagadki z przeszłości 3 (10) – przyg., Fr./Niem./Kan. 18.05 Gwiazdne wrota 7 (21, 22-ost.) – s.f., USA/Kan. 20.05 Gwiazdne wrota 8 (1) 21.00 Bodyguard Zawodowiec FILM – komedia sensacyjna, USA/Hongkong/Bulgaria 2017, reż. Patrick Hughes, 140 min 23.20 Bliski wróg – sens., Wielka Brytania/USA 2013, 105 min	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. Zaginięcia (154, 155) – serial kryminalny, Polska				13.25 Na planie 23 (27) – mag. 13.55 Dzik kot – dram. biograficzny, 2023, 105 min 15.40 Światłoko w tunelu FILM – komediodramat, USA 2024, 115 min 17.35 Drażen – film biograficzny, 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, USA 2006, 95 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM	COMEDY CENTRAL	TVN FABUŁA	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA
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 Sam w domu – po raz trzeci – komedia, USA 1997, reż. Raja Gosnell, 135 min 15.15 Szybcy i wściekli 7 – sens., USA/Chiny/Japonia 2015, 160 min 17.55 Służące – dramat obyczajowy, USA/Indie/Zjednoczone Emiraty Arabskie 2011, 185 min	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 Przyjaciecie 4 (12-17) – kom., USA 1997-1998 11.55 Teoria wielkiego podryw 2 (6-11) – serial komediowy 14.30 Dwóch i pół 10 (18-21) – serial kom., USA 2012-2013 16.30 Przyjaciecie 4 (18-23) – serial komediowy, USA 1997-1998 19.30 Duchy (15, 16) – serial fantasy, USA/Wielka Brytania 2021	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 Rio – komedia, Francja 2009, 125 min	6.05 Balthazar 4 (1) – serial kryminalny, Fr. 7.00 Tajemnice kwiaciarni: Nie mów nikomu – film kryminalny, Kanada/USA 2016, 110 min 8.50 Morderstwo w Kermadec – dramat kryminalny, Francja 2022, 120 min 10.50 Mentalista 6 (1-4) – serial kryminalny 14.30 Tajemnice kwiaciarni: Śmierć w paku – film kryminalny, Kanada 2016, 110 min 16.20 Zabójstwo w Les Sables-d'Olonne – dramat kryminalny, Francja 2024, 120 min	6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dok. 7.20 Przygody Myszy (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 – komedia obyczajowa, 1993, 125 min 12.00 W zawieszeniu – dramat polityczny, 1986, 120 min 14.00 Złoty pociąg (1/2, 2-ost.) – film sens., Polska/Rumunia 1986, 215 min 17.35 Stawka większa niż życie (8, 9) – wojenny	6.00 Kabaretowe hity (7) – program rozrywkowy 6.50 Wojciech Ciejrowski – 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
21.00 Zaułek koszmarów – Kanada/Meksyk/USA 2021, 185 min Czas 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 – 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.	20.30 Teoria wielkiego podryw 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 Pracholicy (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)	20.00 Bohemian Rhapsody – Wielka Brytania/USA 2018, 175 min Uzdolniony wokalistę Farrokh „Freddie” Bultara dołącza do zespołu Smile. Wraz z grupą, która zmienia nazwę na Queen, odnosi światowy sukces. 22.55 Kobiety pragną 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.	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 Sables-d'Olonne – dramat kryminalny, Francja 2024, 110 min	20.00 Jestem mordercą – 2016, 135 min Lata 70. XX wieku. Seryjny morderca terroryzuje Śląsk. Milicjant Janusz Jasiński aresztuje podejrzanego. Zaszpełniona ambicja ignoruje wszelkie niejasności. 22.15 Dzień kobiet – dram. obycz., 2012, 115 min 0.10 Ciało – komedia, 2003, 150 min 2.40 Kamienne tablice – dramat obyczajowy, 1983, 185 min 5.45 7 słów o przemianach – etiuda dokumentalna	20.00 Pogromcy poniedziałków: Vice: Korporacja zbrodni – USA 2015, 120 min Vice, firma zarządzana przez Michaela, oferuje klientom możliwość spełnienia mrocznych fantazji. Android Kelly wymyka się jednak spod kontroli organizacji. 22.00 Ekstradycja (5, 6) – serial sens., Pol. 1995 0.10 Bez litości – serial sensacyjny, Kan./USA 4.25 Rachunek szczęścia – film dokumentalny, Polska 2010
CINEMAX	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA	SCI FI	FX	FILMBOX+ ONE	ROMANCE TV
14.30 Amerikanin – film obycz., Armenia 2022, 120 min 16.30 Zanim zapomnimy – film dla młodzieży, USA/Argentyna/Włochy 2024, 110 min 18.20 Aniołki Charliego – film sensacyjny, USA/Niemcy 2000, reż. McG, 100 min 20.00 Dawno temu w Gazie – komediodramat, ZEA/Francja/Portugalia 2025, 90 min 21.30 Foxcatcher – dramat 23.40 Symfonia o umieraniu – komediodramat, Niemcy 2024, 175 min	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.	9.40 Medium 3 (11, 12) – krym. 11.30 Bibliotekarz 3: Kłątwa kielicha Judasza – film przygodowy, 2008, 110 min 13.20 Przygody Merlina 2 (6, 7) 15.20 Medium 3 (13, 14) – krym. 17.10 Surrealstate (1, 2) 19.00 Przygody Merlina 2 (8, 9) 21.00 Adam – thriller, USA/Francja 2004, 135 min 23.15 DOA: Żywy lub martwy – film przyg., 2006, 110 min 1.05 Bibliotekarz 2 FILM Tajemnice kopalni króla Salomona – film przygodowy, 2006, 115 min 3.00 Surrealstate (1, 2) 5.00 Kroniki Spiderwick (2)	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.	8.05 Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (3) – krym. 9.15 Panna Scarlet i komisarz – krym., USA 10.20 Panna Marple: Tajemnica Sittford – film krym., 2006, 120 min 12.20 Hudson i Rex 5 (5, 6) 14.30 Poirot – serial kryminalny 16.45 Strażnik Tekasus 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 sens., 1987, 135 min	8.30 Górski lekarz (64) – obycz. 10.25 Diagnoza Betty (171, 172) 12.20 Stątek marzeń FILM Nusantara – film obycz., Niemcy 2024, 115 min 14.15 Lato na Langeoog – dramat obyczajowy, Niemcy 2022, 115 min 16.10 Stątek marzeń – Coco Island – film obyczajowy, Niemcy 2022, 115 min 18.05 Górski lekarz (65) – obycz. 20.00 O, mamma mia! – kom., Niemcy 2012, 125 min 22.05 Dora Heldt: Gratulacje! FILM Wygrał pan! – film obycz., Niemcy 2014, 115 min 0.00 Górski lekarz (65)
CINEMAX 2	VIAPIC EPIC DRAMA	NOVELAS+	FX COMEDY	FILMBOX+ HITS	PARAMOUNT NETWORK
11.40 Znany dotyk – film obyczajowy, 2024, 95 min 13.15 Hamlet – dramat kostium., Wlk. Bryt. 2024, 120 min 15.15 Ostatni Żyd na osiedlu – komedia, Francja 2024, reż. Noé Debré, 90 min 16.45 Miłość Andrei – komedia, FILM Hiszpania 2023, 100 min 18.25 Ława przysięgłych – dramat obyczajowy, USA 2003, 125 min 20.30 Ella i John – kom. przyg., Wlk. Francja 2017, 110 min 22.20 Patriota – dramat hist., USA/Niemcy 2000, 160 min 1.00 Chinki – dramat obycz., FILM Hiszpania 2023, 120 min	9.35 Wszystkie stworzenia duże i małe 5 (3) – obycz. 10.30 Lekarze na start (37, 38) 12.05 Zatrącenie w miłości (61) 13.05 Panna Scarlet 6 (5) 14.10 Agenci NCIS 17 (20) 15.05 Panna Marple: Zwierciadło pęka w odłamki stós – film kryminalny, Wielka Brytania 2011, 115 min 17.00 Dagliesh 3 (1) – krym. 18.55 Agenci NCIS 16 (1) – sens. 19.50 Poirot 3 (5) – serial krym. 21.00 Robin Hood (7) – przyg. 21.15 Sherlock i córka (2) 23.15 Poirot 3 (5) – serial krym. 0.25 Agenci NCIS 16 (1) – sens.	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) 15.00 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.	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)	10.20 Mack i Rita – komedia fantasy, 2022, 105 min 12.05 Pokonać górę – dramat przygodowy, 2024, 110 min 13.55 Camino – dramat obycz., Hiszpania 2008, 160 min 16.35 El camino – dramat obyczajowy, 2008, 100 min 18.15 Jak kochać się z D – komedia, Wielka Brytania 2019, 105 min 20.00 Poznajmy się jeszcze raz – komediodramat, Francja/Bel. 2019, 130 min 22.10 John Wick – film sensacyjny, 2014, 110 min 0.00 Bull – thriller, Wielka Brytania 2021, 100 min	10.20 Uznajcie mnie za winnego – komediodram., 2006, 160 min 13.00 Czarodziejki 2 (1, 2) 14.55 Bogowie Egiptu – film przygodowy, USA/Australia/Chiny 2016, 155 min 17.30 Lara Croft Tomb Raider: Kolebka życia – film przygodowy, USA/Niemcy/Japonia 2003, 150 min 20.00 xxX: Reaktywacja – film sensacyjny, Chiny/Kanada/USA 2017, 140 min 22.20 Uproszczona 3 – film sensacyjny, 2014, 125 min 0.25 Niebezpieczny – thriller, FILM USA 2021, 125 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD	POLSAT SPORT 1 HD	CANAL+ SPORT HD	TVP SPORT HD	ELEVEN SPORTS 1 HD	Discovery DISCOVERY CHANNEL 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: Cycloclassics Hamburg 15.30 Kolarstwo: Czech Tour – 4. etap 16.30 Triathlon: T100 World Tour – Vancouver 18.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 2. etap	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 w Cincinnati – 3. runda LIVE Ostatni turniej przed US Open. W Ohio do brzoze przygotować się do niego chce Daniil Medwediew.	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 Zaglebie 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	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: Zaglebie Lubin – Śląsk Wrocław 12.30 Piłka nożna: Betclit 1. Liga: ŁKS – Bruk-Bet Termalica Nieciecza 14.30 Lekkoatletyka: Golden Sand 2026. Memoriał Ślusarskiego, Komara i Ślusarskiego 17.30 Betclit 1. Liga magazyn (80) – mag.	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 Formula 3: GP Węgier 12.30 Formula 2: GP Węgier 13.45 Made in Italy (3) 14.00 Formula 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	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 Forresterem 14.00 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 18.00 Polscy truckersi 2 (6) – program rozrywk. 19.00 Nagi instynkt przetrwania – dok.
SNOOKER	TENIS	PIŁKA NOŻNA	PIŁKA NOŻNA	PIŁKA NOŻNA	DOCUMENTALNY
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	19.00 Turniej ATP w Cincinnati – mecz 3. rundy Novak Djoković ma na swoim koncie już trzy triumfy w tym tytyśniku. Ostatni raz Serb wygrał go w 2023 r. Wówczas w finale pokonał Carlosa Alcaraza po trzysetowej batalii. 21.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – 3. runda 23.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – 3. runda 1.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – 3. runda 3.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – 3. runda 5.00 Boks	20.55 Liga hiszpańska – 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 Ekstraklasa: 4. kolejka – mag. piłkarski 1.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Piast Gliwice – Wiczyzta 3.50 Ligamistrzowie historii (2, 5) – mag.	18.55 Betclit 1. Liga: Arka LIVE – Puszcza Niepolomice Zespół gości rozpoczął kampanię 2026/2027 od porażki z Polonią Warszawa (0:1) na własnym boisku. 21.00 Betclit 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	21.15 Liga portugalska: Casa Pia – SL Benfica LIVE W ubiegłym sezonie ekipa Casapiano dwukrotnie urwała punkty faworyzowanemu Orlom (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.	21.00 Nic do zgłoszenia (1) – Polska 2019 Funkcjonariusze Służby Celno-Scarbowej monitorują granice, poszukując osób niebezpiecznych lub łamiących prawo. W ich pracy nie brakuje zaskakujących sytuacji. 22.00 Celnicy na straży 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	POLSAT SPORT 2 HD	CANAL+ SPORT 2 HD	EXTREME CHANNEL HD	ELEVEN SPORTS 2 HD	life DISCOVERY LIFE 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 Uddevall – 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	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 Jablonki 2026 15.00 Piłka nożna: Liga holenderska 17.30 Piłka nożna: Liga holenderska 20.00 Piłka nożna: Liga holenderska 21.05 Piłka nożna: Puchar Włoch: Palermo – Lecce 23.00 Siatkówka plażowa: ME – Stare Jablonki 2026 1.00 Sporty walki: FEN	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 w Cincinnati – 3. runda 19.00 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – 3. runda 21.00 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – 3. runda 23.15 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – 3. runda 1.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa	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 Kombit 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)	14.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Sporting CP – Vitoria SC 16.00 Piłka nożna: 2. liga niemiecka – mecz: Hannover – VfL Wolfsburg 18.00 Formula 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)	8.15 Szpital (545, 546) 10.15 Nowa Majla 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 Skórce na ratunek 4 (4) 21.15 Dr Pruszczylski 3 (18) 22.15 Intruz w moim ciebie 0.15 Nie do uwierzenia! 5 (1) 1.15 Bez tabu (5, 6) – magazyn 2.15 Drużyna 3 (5) – rozr. 3.15 Szpital (402, 403) 5.15 Klinika urody (11) – mag.
POLSAT SPORT FIGHT HD	POLSAT SPORT 3 HD	CANAL+ SPORT 5 HD	ELEVEN SPORTS 4 HD	ELEVEN SPORTS 3 HD	CANAL+ KANAL+ DOKUMENT HD
12.45 Sporty walki: UFC Fight Night – walka: Arnold Allen – Melquizael Costa 15.10 Boks: Babilon Boxing Show w Chojnicach: P. Stepien – S. Chusanow 17.50 Strzelnica Navala (10) 18.20 Sporty walki: FEN 57 w Piotrkowie Trybunalskim: D. Rzepecki – M. Jablonski 19.55 Atletci – 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 Łodzik – Mateusz Polski 2	6.00 Piłka nożna – mecz towarzyski 8.30 Siatkówka plażowa: ME – Stare Jablonki 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	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 Ekstraklasa – mecz: Piast Gliwice – Wiczyzta Kraków 21.00 Ekstraklasa po godzinach – mag. piłkarski 22.00 Magazyn Metalakas 2. Ekstraklasa – mag. 23.00 Jej Wysokość Premier League – mag. piłkarski 0.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia – Radomiak	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	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	13.50 Spowity tajemnicą 14.50 Zapomniane świątynie Tybetu: Królestwo Mustangu – film dokum. 15.50 Obłączenie – film dok., Wł. 16.50 Miły trener – historia Piotra Jeleniewskiego 17.55 Morze Południowochińskie. Kolejny punkt zapalny? – film dokum., Fr. 19.00 Oman. Klejnot Arabii (1, 2) – film dok., Niem. 2025 21.00 Broni ostateczna. Od Oppenheimera do Hiroshimy – film dok. 21.00 Piękni, silni i zdrowi 23.00 Artyczna przyroda Laponii – dok., Finlandia

STACJE POPULARNONAUKOWE

SD	DISCOVERY SCIENCE HD	ID	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV	D3 T2	HISTORIA	TVP HISTORIA	D3 T2	HISTORIA	HISTORY HD
6.00	Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny, Kanada	6.00	Celnicy na straży Europy 4 (9, 17, 10, 18) – serial dokumentalny, Hiszpania	10.00	Porzucone konstrukcje (10)	6.05	48h. Zaginięni (12)	8.30	1920. Wojna i miłość (3) – serial hist., Polska	13.05	Starożytni kosmici 17 (14) – dok.
8.00	Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny	8.00	Przerwana sielanka – serial dokumentalny	11.00	Plemienna szkoła przetrwania: Ekstremalne safari (2) – dok., Wlk. Bryt.	7.00	Byli sobie podróżnicy (7-10)	9.20	Ex Libris – magazyn	14.00	Niewyjaśnione tajemnice świata 3 (12) – dok., USA
11.00	Inżynieria ekstremalna – serial dokumentalny, USA	10.00	Krwawe tajemnice – serial paradokumentalny, Kanada 2019	12.00	Megamaszyny (4-6)	8.55	Wehikuł czasu (817)	9.45	Nasze Hollywood, czyli początki kina w Polsce – film dokum., Polska 2020	14.50	Największe tajemnice świata 6 (9) – serial dok., USA
13.00	Szyfry i spiski 2 – serial dokumentalny	12.00	Wyrok do podważenia – serial dokumentalny, USA 2021	15.00	Katastrofa w przestworzach (5)	9.00	Starożytni kosmici (10) – serial dok., USA	10.50	Jacek Cygan. Życie jest sztuką – film dokum., Polska 2025	15.45	Gwiazdy lombardu 13 (14)
14.00	Zoom na architekturę – serial dokumentalny	14.00	Ostatnie pożegnanie – serial paradokument., 2019	16.00	Starożytne konstrukcje (6)	12.00	Tajemnice II wojny światowej (11) – dok.	11.55	Magiczny Adriatyk (1) – serial dok., Niem.	16.15	Wykute w ogniu 4 (16) – reality show
15.00	Tajemnice lądowania na Księżycu (1, 3, 6) – serial dokumentalny	16.00	Morderstwo na bagnach 3 – serial dokumentalny, USA 2015	17.00	Tajemnicze wyspy (1) – dok., Kanada	13.00	Poszukiwacze historii (11, 12) – dok.	13.00	Zabójcza nauka 2 (4) – serial dokumentalny	17.10	Skarby Hitlera: ostatnia wyprawa (6) – serial dokum.
18.00	Jak to jest zrobione – samochody marzeń – serial dokumentalny, USA			18.00	Wielkie konstrukcje III Rzeszy (3, 2) – dok.	14.00	Zaginione królestwo piratów (6) – dok., Wlk. Bryt.	14.05	Janosik (3) – przyg.	18.10	Największe tajemnice świata 7 (13) – serial dok., USA
	DOKUMENTALNY		DOKUMENTALNY	20.00	Katastrofa w przestworzach (4) – serial dokum.	15.00	Truckersi przez Australię (11) – dok.	15.05	Na bitewnym szlaku (1) – pr. hist.	19.05	Starożytni kosmici 16 (6) – dok.
											
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.	18.00	Morderstwo w tropikach – Wielka Brytania 2022 Podczas wakacji w Indiach wolny duch włącza się w dyskusję Brytyjczyków z miejscowymi mieszkańcami.	22.00	Ostatni lot: Anatomia katastrofy (7) Airbus A330-203 zginął nad Atlantykiem. Analiza rejestratorów pokładowych pozwoliła zrekonstruować zdarzenia, które doprowadziły do tego, że maszyna wpadła do oceanu.	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.	20.00	Trzeci oficer (4) – Polska 2008 Aldona dzwoni do Kruszo- na z informacją, że ktoś uprowadził Agatkę, po czym rusza w pogon za porywaczami. W czasie poscigu ma poważny wypadek samochodowy.	22.00	Największe tajemnice świata 7 (18) – USA 2026 W 1775 roku brytyjskie wojsko wkroczyło do Lexington, co rozpoczęło amerykańską rewolucję. Eksperti zastanawiają się, kto uprzedził Patriotów o marszu Brytyjczyków.
23.00	Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem – dok.	20.00	W piątek, trzynastego – serial dokum., USA	23.00	Katastrofa w przestworzach (5)	22.00	Ostatni bastion Hitlera 3 (3, 4) – dok., Kan. 2021	20.55	Tajemnice szpiegów. Atomowa gra (1) – serial dok., USA	23.00	Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (1) – serial dok., USA
1.00	Tajemnice lądowania na Księżycu (1, 3, 6) – serial dokumentalny	21.00	Zbrodnie z pierwszych stron gazet: uciekam seryjnemu mordercy – serial dokum., USA 2025	0.00	Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (6)	0.00	Starożytni kosmici (15) – serial dok., USA	21.55	II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa (10)	23.55	David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (10) – serial dokumentalny
4.00	Poszukiwacze dinozaurów – dok.	0.00	Szukająca prawda 14	1.00	Katastrofa w przestworzach (6, 2) – serial dokum.	1.00	Rolnicy. Podlasie (30-33) – serial dok.	23.00	Sensacje XX wieku	0.50	Starożytni kosmici 17 (15) – dok.
	DISCOVERY HISTORIA HD		PLANETE+ HD		NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD		POLSAT VIASAT NATURE HD		BBC EARTH HD		ANIMAL PLANET HD
9.00	Polscy szpiedzy (8) – dok.	12.35	360° Świat bez granic	13.00	Dzika przyroda strefy równikowej (3) – dok.	11.25	Lista drapieżników (1)	13.35	Wyspy. Laboratoria natury (6) – dok., Wlk. Bryt.	13.00	Irwinowie – następne pokolenie – serial dok.
10.00	Zwarte szereg, czyli z archiwum Czołwki	13.45	Najpiękniejsze rzeki świata 2 (1) – serial dok.	14.00	Węże w mieście: miasta pełne węży (1) – dok., USA	12.30	W okowach mrozu 4 (10)	14.35	W okowach mrozu 6	14.00	Resocjalizacja z pitbullem 7 – serial dok.
11.00	Militaria na warsztat (7)	14.45	Monachium 1972 (1)	15.00	Zabójcze królestwo Afryki (5) – serial dok., RPA	13.30	Spłacie obryzm: wulkany Europy – dok.	16.40	Wietnamskie przygody Billa Bailey (4) – dok.	15.00	Kot z piekła rodem
12.00	Muzealne tajemnice	15.50	Niezwykłe podróże koleją 13 (1) – serial dok.	16.00	Dzikie Indie (1) – dok.	14.40	Rzeczne potwory 3 (4)	17.45	Wyspy. Laboratoria natury (6) – dok., Wlk. Bryt.	17.00	Na tropie wymarłych gatunków – serial przyrod.
14.00	Łowcy klasyków – rozr.	16.55	Świat z góry 8 (10, 11)	17.00	Niezwykłe wędrówki zwierząt (3) – serial dok.	15.45	W okowach mrozu 4 (10)	18.45	Dziki połów (1) – dok.	18.00	Weterynarz z Gór Skalistych – serial dok.
16.00	Perekłki na warsztat	17.55	Dokąd dzisiaj? 4 (143)	18.00	Kierunek Wild: Dzika Floryda (2) – film dokum.	16.40	Dzika Tajlandia (1)	19.45	Największe zagadki nauki (6) – dok., Wlk. Bryt.	19.00	Cztery kąt, cztery łapy – serial dokumentalny, USA
17.00	Magazyn staroci	18.15	Polska z góry 10 (7, 8)	19.00	Dzika konfrontacja (11)	17.50	Wielkie koży: naukowe spojrzenie – film dokum.	20.55	W okowach mrozu 6	20.00	Niebezpieczne rewiry – serial dokumentalny
18.00	Łowcy staroci (14, 15)	19.45	Życie i śmierć jak Christopher Lee – dok.	20.00	Najgroźniejsze zwierzęta świata (1)	19.00	Rzeczne potwory 3 (4)	22.55	Wietnamskie przygody Billa Bailey (4) – dok.	21.00	Klan z Alaski – serial dok.
20.00	Spotkania z obcymi: fakty czy mity (2) – dok.	21.45	Parada równości	21.00	Niezwykły dr Pol (17, 18, 15, 5) – serial dok.	20.00	W okowach mrozu 4 (11)	0.00	Wielka nowozelandzka przygoda (1) – serial dok.	22.00	Projekt akwarium – dok.
22.00	Tajemnice Alaski – dok.	22.10	Orzeźnienie. Prawdy i mity – film dokumentalny	2.00	Dzika przyroda strefy równikowej (3): Afryka	23.10	W okowach mrozu 4 (11)	1.00	Wyspy. Laboratoria natury (6) – dok., Wlk. Bryt.	23.00	Resocjalizacja z pitbullem 7 – serial dok.
23.00	Na tropie legendarnych potworów – serial dok.	0.15	Niezwykłe podróże koleją 13 (2) – serial dok.			0.05	Spłacie obryzm: wulkany Europy – dok.	2.00	Zabójcza pogoda 5 (1)	0.00	Małżeństwo w dżungli 2
0.00	Klub odkrywców – dok.										
2.00	Zwarte szereg, czyli z archiwum Czołwki										
	TVP DOKUMENT HD		POLSAT DOKU HD		POLSAT VIASAT EXPLORE HD		POLSAT VIASAT HISTORY HD		CI POLSAT HD		TRAVEL CHANNEL HD
12.00	Korona Gór Polski	14.00	Najwyższe góry świata. Życie nad chmurami (2)	13.20	Czarodzieje z kanadyjskich złomowisk (8) – dok., Kan.	10.25	Dyktatorzy: Droga do władzy (5) – serial dok.	13.15	Medycy, którzy zabijają 4 (1) – serial dok.	10.10	Dziwne potrawy: smakowite miasta
12.30	Karnawały – serial dokum.	15.05	Świat z góry. Zamki (5, 6)	14.15	Australijskie poszukiwacze złota 8	11.35	Tajne bazy nazistów 3	14.10	Podmiejski koszmar (4)	12.15	Budowa na końcu świata (2, 3) – serial dok.
13.35	Wyspy Kanaryjskie (1)	17.25	Top 10 Największe tajemnice świata (5, 6)	16.15	Drwal z Vancouver Island 2 (6) – reality show	12.30	Królowie-zabójcy (1, 2)	15.05	Zabójcze wakacje 2 (5)	14.15	Człowiek kontra jedzenie (17) – mag. kulin.
14.35	Kalendarz przyrody (3)	18.45	Świat z góry. Podróżę pocigiem (2) – serial dok.	17.10	Łodowie wikingowie (6)	14.30	Faraonowie: nie tylko piramidy (1, 2) – serial dok.	16.00	Prawda leży pod ziemią 2 (4) – serial dok.	14.50	Kulinarne podróże z Guyem Fierim (14-16)
15.40	Tajemnice piorunów	19.50	Droga bez powrotu. Przemoc gangów w Szwecji – film dok., Fr.	18.10	Złoto Jukonu 2 – dok.	16.35	Punkty zwrotne II wojny światowej (3)	17.00	I nie opuścisz mnie aż do śmierci 3 (8) – dok.	16.20	Tu jest pięknie (1) – rozr.
16.45	Świątynie świata (1)	20.55	Posza kontrola: Park rozrywki – od szaleństwa do koszmara – film dok.	19.00	Australijskie poszukiwacze złota 10 (1, 2) – serial dok., Australia	17.45	Dyktatorzy: Droga do władzy (6) – serial dok.	18.00	Polskie zabójczynie 5	16.55	Ed Stafford poza cywilizacją (3, 4) – dok.
17.50	Sanatorium miłości 8 (8)	21.00	Największe tajemnice świata (5, 6)	21.00	Największe więzienia Ameryki (6) – serial dok.	18.50	Konkwistadorzy: powstanie i upadek (1)	20.00	I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (26) – dok.	18.55	Szukajcie potrawy (1, 2)
18.45	Łazuka dziecięciem podsyty – film dok., Pol.	22.00	Sekretne świat amizów – dok., Wlk. Bryt.	22.00	Nago, samotnie i do domu daleko (5)	19.55	Wikingowie: narodziny imperium (6) – serial dok.	21.00	Morderce babcie (1)	21.00	Sprawa dla medium i detektywa (8, 10) – dok.
20.00	Fale gorąca – film dokum.	23.10	Trumpowie. Początek dynastia – film dokum., Fr.	23.00	Za kratami: najcięższe więzienia na świecie 2	21.00	Wojna Adolfa Hitlera (6)	22.00	Kobiety, które niosły śmierć 12 (3, 4) – dok.	23.05	Kobieta na krańcu świata (5-7) – serial dok.
21.05	Zatoka Neapolitańska. W cieniu wulkanów					22.05	Królowie-zabójcy (6)	23.55	Prawda leży pod ziemią 2 (4) – serial dok.	0.50	Budowa na końcu świata (2, 3) – serial dok.
22.10	Królowie mafii (6) – dok.					23.10	Tajne bazy nazistów 3				
23.15	Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn					0.05	Królowie-zabójcy (1, 2)				
23.20	Komputery kontra przestępczość – dok.										
0.25	Sanatorium miłości 8 (7)										

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP ROZRYWKOWA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TVN STYLE HD
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 Telexpress 17.20 Gra słów. Krzyżówka (1085) 17.50 Telexpress Extra 18.15 Słownik polsko-połski (688) 18.45 Panorama 19.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu (17) 19.30 Program informacyjny 19.30	10.05 Makłowicz w podróży – mag. 10.45 Postaw na milion 12.35 Familiada – telet. 13.15 Czerdziestolatek (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 Kola fortuny (2014) 18.35 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin. 19.40 Makłowicz w podróży – mag. 20.15 Postaw na milion 21.15 Kabaret Letnią Porą (47) – pr. rozrywk.	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.	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	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.	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 opuścisz Cię aż do ślubu (4, 5) – reality show 17.05 Magda gotuje internet (3) – magazyn kulinarny, Polska 2026
HISTORYCZNY	KOMEDIOWY	DOKUMENTALNY	KRYMINALNY	ROZRYWKOWY	ROZRYWKOWY
20.25 Wojenne dziewczyny (1) – Pol. Wybuch II wojna światowa. Pochodząca z inteligentnej rodziny Irka przeżywa nalożenie 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	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 twarde orzech do zgryzienia. 22.50 Lato z Radiem i Telewizją Polską – widowisko 1.05 Kola fortuny (2014, 1989) – teleturniej 2.25 Kabaret Letnią Porą (15, 5) – pr. rozrywk. 4.30 Hity wszech czasów (21) – mag.	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.	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 krym., Hongkong 2016, 125 min 1.10 Love Island. Wyspa miłości (55)	22.00 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (6) Sylvia 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 Ciężarówka przez Wietnam (7) – dok. 2.00 Wyburzacz 9 (7, 8) 3.25 Sędzia Anna Maria Wesołowska 7 (12, 13) – fab.-dok., Pol.	17.40 Kuchenne rewolucje (8, 9, 7) W Turku znajduje się restauracja Piwnica Smaku założona przez Jarkę, wielbielca 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 internet (1) – rozr.
TVP HD	TVP HD	TVP HD	TVP HD	TVP HD	TVP 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 lamie 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 obycz., Pol. 2005, 125 min	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: Obietnice wyborcze – melodramat, Niemcy 2015, 120 min 21.50 Rosamunde Pilcher: Zajęte serca – melodram., Niemcy 2014, 105 min 23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	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 Ciejrowski – bosy 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. 1.00 Adam szuka Ewy. 2.00 Hity polskiego kabaretu 7 (5, 6) – pr. rozr.	13.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 4 (1) 15.00 Wiza na miłość: dalsze losy, posciółce 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. 23.00 Mroczne oblicze Pearadise – film dokum. 0.00 Dr Pryszczylia (11) – dok. 1.00 Kobiety plus size. 2.00 Wiza na miłość 12 (12)	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 nieznanne 11 23.00 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 9 (1) 0.45 Top Chef 20 (5)	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: Schemat 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 gadzetto motoryzacyjnych (6)
NOVA	NOVA TV	METRO	ANTENA HD	WP	C+ DOMO HD
9.30 Calkiem 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 Calkiem 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)	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 Mają w ogrodzie 5 (33, 34)	13.00 Niezwykły dr Pol (1) 14.00 Kłątwa Wyspy Dębów 3 15.00 Poszukiwaczka Złota: Żądza Bogactwa (8, 9) 15.55 Australijski poszukiwaczka złota 6 18.00 77 TV 5 (18, 28) – pr. rozr. 20.00 Morderstwa we Francji 22.00 Detektywi Candice: Niezawodny instykt 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 Kryminal Wronki (3, 4)	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 Serce do naprawy – 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	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)	8.05 Moje miasto, mój dom 9 10.00 Widok, na który się 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 Złoty 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.

POLSAT 2 HD	SUPER POLSAT DVB-T2	TV 6 DVB-T	BBC FIRST HD	STACJE DZIECIĘCE	STACJE INFORMACYJNE
5.50 Wydarzenia 6.30 Nasz nowy dom (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. Zaginięni (211, 212) – serial kryminalny, Pol. 2023 19.00 Gliniarze (1023) – serial paradokum. 20.00 Ślad (15) – krym., Pol.	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 – Piękna Kuchnia (7) – reality show 16.00 Ninja Warrior Polska (35) 18.00 Świat według Kiepskich (468, 469, 554, 555) 20.00 Złomiarze (27) – dok.	6.00 Więzienie (215, 216) 6.55 Policjanci i Policjantki (761, 762) – serial obycz., Polska 8.55 Kobra – oddział specjalny (80, 81) – serial sens., Niemcy 10.55 48h. Zaginięni (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	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	7.40 Prys 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 Zwierząt Czytali (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 Stacykowo (83, 84) 11.55 Pszczółka Maja (52) 12.25 Domisie – dla dzieci 13.00 Figa Migu na planecie Czochoch (40)	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	KOMEDIA	KRYMINALNY	KRYMINALNY	ANIMOWANY	MAGAZYN
21.00 Gliniarze (818) – Polska 2023 Zostają znalezione zwłone ludzkie szczątki. Stróżę 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)	21.00 Zamiana ciał – USA FILM 2011, reż. David Dobkin, 145 min Prawnik Dave oraz jego bez-troski kumpel Mitch zazdroszczą sobie nawzajem życia, które prowadzą. W tajemniczych okolicznościach przyjaciela 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	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 schwycić terrorystę Zamanię, ale będzie się kontaktował tylko z agentką Keen. 23.10 Łowca pedomów (205-208) – dok., Pol. 1.10 Więzienie (154, 156, 155, 157, 158) – dok. 3.35 Septagony (43, 44) – serial kryminalny, Pol. 5.45 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.	22.00 Happy Valley 3 (1, 2) – Wielka Brytania 2014 Catherine znajduje szczerątki. 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)	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 Cieszę się, 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	21.00 Polska i świat Codzienny autorski program informacyjny, w którym prowadząca podsumowuje najważniejsze wydarzenia z kraju i z zagranicy. 22.00 Szkoła kontaktowa – 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 Budowlancy (35) – dok. 6.30 Kolowrotek (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 Kolowrotek (224-229) 4.05 Starożytni kosmiccy (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 Zamiłana szefowa 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 wyzker 6 (1-3) – mag.	POLSAT RODZINA HD 9.30 Jeźdźcy smoków (9) 10.55 Celtowie – historia nieznaną (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 bronii (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 Wstydlive 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 Barabapa i jego rodzinka 2 (17) – anim., Fr. 18.05 Barabapa i jego rodzinka (16) – serial anim. 18.30 Dora (8) – serial anim. 18.55 Santiago z móż (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 Barabapa 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 Debaty Gozdyry – publ. 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie – pr. inf. 23.30 Obraz dnia – serwis informacyjny 0.00 Najważniejsze pytania
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 wzniesienie (317) 21.30 La Promesa – pałac tajemnic (297) – obycz. 22.30 Książę z innej bajki – komedia romantyczna, USA/Kanada 2023, 90 min 0.00 Miasto niespełnionych marzeń – film dokum., Fr.	E! ENTERTAINMENT HD 6.00 Plastikowa fuszkerka (4) 7.00 Z kamerą u Kardashianów (3, 4) 8.50 Plastikowa fuszkerka 12.30 Z kamerą u Kardashianów (6, 7) 14.20 Plastikowa fuszkerka 18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk. 18.30 Z kamerą u Kardashianów (11, 12) 20.30 Plastikowa fuszkerka (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 Plastikowa fuszkerka (14)	TV TRWAM DVB-T 16.10 Sanktuarium 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 wędka 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 Coa 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 Coa 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 Coa inżynierii 4 (3)	MINI MINI+ HD 10.00 Edzio i Lusja (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 Calkiem 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

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.: Jack 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. Wiedząc 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 Fajtlapowaty 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 rodziny Dawidzie narasta agresja. Wszystko się zmienia, gdy jako dżudoka przyciąga uwagę trenera. Reż.: Maciej Sobieszkański, A: Agnieszka Grochowska, Filip Witkowiński 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 Dzientelmeni

POLSAT **KRYMINALNY** Twórca narkotykowego imperium wycofuje się z rynku. Nakręca to spiralę przemocy.

HIT DNIA Mickey Pearson, weteran londyńskiego podziemia, już jako student rozprawiał 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 nieprzewidywanych, krwawych zdarzeń. Wielu bowiem chętnie zajęłoby jego miejsce. Mickey spotyka się nie tylko z lukratywnymi ofertami, lecz również groźbami czy szantażem. Niektórzy próbują prze-

kończyć go, sięgając po broń. W tym samym czasie przebiegły dziennikarz śledczy Fletcher przygotowuje pewien przekręt, który może całkiem odmienić sytuację w angielskim półświatku... **HDD 155 min ▶ do godz. 22.35**

Wlk. Bryt./USA 2019 Reż.: Guy Ritchie Wyst.: Matthew McConaughey, Charlie Hunnam, Michelle Dockery



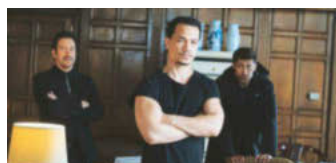
20.00
TVN 7
Dunkierka
WOJENNY Armia III Rzeszy otacza żołnierzy alianckich we francuskim mieście. Tommy (Fionn Whitehead) desperacko walczy o przetrwanie. Los jego i pozostałych żołnierzy zależy od pomocy niewielkiej eskorty lotniczej.

Reż.: Christopher Nolan Wyst.: Jack Lowden Wlk. Bryt. 2017 **HDD 145 min ▶ do godz. 22.25**



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 **HDD 135 min ▶ do godz. 0.20**



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 zwaabił ich tu Drakos. Wszyscy mają wziąć udział w brutalnym turnieju.

Reż.: Kevin Grevioux Wyst.: Alain Moussi USA 2023 **HDD 115 min ▶ do godz. 21.55**



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 **HDD 140 min ▶ do godz. 0.45**



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 **HDD 125 min ▶ do godz. 22.55**



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 **HDD 170 min ▶ do godz. 1.25**

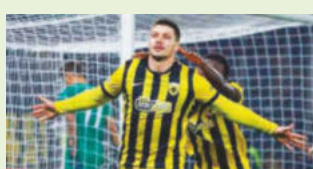
→ sport



15.45 **RC Deportivo La Coruna - Elche**
C+ SPORT **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 **Turniej ATP w Cincinnati**
POLSAT SPORT 1 **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 **Eliminacje Ligi Mistrzów UEFA**
C+ EXTRA 1 **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 **Eliminacje Ligi Mistrzów UEFA**
C+ EXTRA 2 **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 **Truckersi przez Australię**
FOKUS TV **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 **Cudotwórcy – pod presją**
C+ DOMO **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 **Kuba Wojewódzki**
TVN **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 **Dzika Argentyna**
TVP 1 **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 DVBT2

- 4.40 Spłatane losy** (24) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 5.30 Akacja 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 Spłatane 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 Telexpress, pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – telet. muz.
- 18.05 Reporterzy** – mag. reporterów
- 18.25 Akacja 38** (936) – telenowela, Hiszpania 2018
- 19.30 Program informacyjny** 19.30
- 19.55 Pytanie dnia** – pr. publicyst.
- 20.10 Sport, pogoda**

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

TVP 2 HD DVBT2

- 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 miłości; 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

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 Zdżisia, 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 PiBull 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

polsat HD DVBT2

- 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 zjazdu; 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**

KRYMINALNY



20.00 Dżentelmeni – 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

– dramat obyczajowy, USA 2015, reż. Ryan Coogler, wyk. Michael B. Jordan, Sylvester Stallone, Tessa Thompson, Phyllicia 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 – 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)

tvn TVN HD DVBT2

- 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 dwójki 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

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



- 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-latkę, 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 gwałcieł. Policja zastawia na niego pułapkę z udziałem funkcjonariuszki. Kobieta ginie. Okazuje się, że prowadziła wcześniej sprawę bandyty, który uciekł z transportu więziennego.

WOJENNY



- 20.00 Dunkierka** – Wielka Brytania/Film Holandia/Francja 2017, 145 min
- 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
- 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
- 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



- 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.

SENSACYJNY



- 20.00 Wtorki z Frankiem Grillo: Król zabójców** – USA/Kanada 2023, 115 min
- Marcus jest czołowym płatnym mordercą. Ostatnio nie wiedział mu się najlepiej. Wciąż oplakuje śmierć żony Karli i potrzebuje pieniędzy na leczenie córki Kimberley. Dostaje zlecenie zlikwidowania króla zabójców Jorga Drakosa w Tokio. Tam spotyka rywali, którzy mają wziąć udział w turnieju na śmierć i życie. Zważył ich tu sam Drakos.
- 21.55 Zderzenie** – thriller, Francja 2013, reż. David Marcon, wyk. Frank Grillo, Jaimie Alexander, Roschdy Zem, Marie-Josée Croze, 125 min
- 0.00 Immortals. Bogowie i herosi** – film fantasy, USA 2011, reż. Tarsem Singh, wyk. Luke Evans, Freida Pinto, Mickey Rourke, Henry Cavill, 125 min
- 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



- 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 Megamaszyna 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 Język 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.

ANIMOWANY



- 18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2** (15, 16) – USA 2010-2012
- Alice wyzwa 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 Kaczce 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 Wstydlive 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



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. Jedną 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.

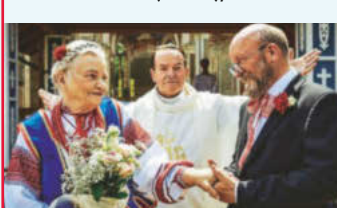
►thriller, Hiszpania 2026; 107 min



MORDERSTWA W IDAHO: TRAGEDIA NA UNIWERSYTECIE

W listopadzie 2022 roku czworo studentów Uniwersytetu Idaho zostało zamordowanych. Sprawca przez wiele tygodni pozostawał nieuchwytny. Serial przybliży 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 żyłtej podlaskiej miejscowości postanawiają pomóc zakochanym. Mimo niepowodzeń okazuje się, że największą siłą lokalnej społeczności jest przyjaźń.

►komedia, Polska 2026; 96 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM HD	HBO 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	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.	10.05 Pan Tadeusz – 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, 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 Edmunda Crispina	6.30 Polska z góry 3 (11) – serial dok., Pol. 2018 7.00 Ultima Thule – 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 – komediodram., Hiszp. 2023, wyk. Malena Alterio, 120 min 16.00 Marzylam o Afryce – dramat obyczajowy, USA 2000, reż. Hugh Hudson, 135 min 18.15 Vera 13 (2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.	10.00 Kiedy nadchodzi jesień – dram. obycz., Fr. 2024, 100 min 11.40 Łapu capu – pr. rozr. 11.45 Pan Tadeusz – film kostiumowy, Polska/Francja 1999, 150 min 14.15 Larger than Life: Złota era boysbandów – film dok., USA 2024 15.50 Premierowa jazda – magazyn 16.05 Saga „Zmierzczeni”: Księżyc w nowiu – film fantasy, Australia/USA 2009, 130 min 18.15 Łapu capu – pr. rozr. 18.20 Kopnieć w czasie – komedia, Francja/Belgia 2025, 100 min	9.55 Hobbit: Bitwa Pięciu Armii – film fantasy, Nowa Zelandia/USA 2014, reż. Peter Jackson, 140 min 12.15 Przegląd tygodnia: Wicewóz z Johnem Oliverem 13 (20) – talk-show 13.00 Na arenie – dramat obycz., Fr. 2024, 95 min 14.35 Po drugiej stronie globu – musical, USA 2007, 130 min 16.45 Ostatnie zarzucenie – dram. obycz., Wielka Brytania 2024, 95 min 18.20 Anakonda – komedia przygodowa, USA 2025, 100 min 20.00 The Pitt 2 (5) – obycz.
KRYMINALNY	KRYMINALNY	OBYCAJOWY	KATASTROFICZNY	OBYCAJOWY	KOSTIUMOWY
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.	19.35 Ojciec Mateusz 32 (416) – Polska 2024 W mieście odbywa się Jarmark Sarmacki. Jedną z atrakcji jest pokaz wołyżerki. Podczas jazdy konnej dochodzi do tragedii. Głabalski 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 Głina. Nowy rozdział (2) – krym. 1.30 Dom pod Dwoma Orlami (3, 4) – obycz.	21.30 Niedosyt – USA/Francja 2019, 105 min Helen jest zależna od zamożnego męża i jego rodziców. Gdy zachodzi w ciążę, wykształca w sobie mechanizm obrony. Zaczyna połykać niebezpieczne przedmioty. 23.15 Michel Gondry – zrób to sam – film dok., Francja 2023 0.50 Foxcatcher – dramat biograficzny, USA 2014, 145 min 3.15 Kulturalni (31) – mag. 4.10 Podróż z historią (30) – serial dok. 4.40 Teledyski – mag.	20.10 Niemożliwe – 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., USA 2024, 125 min 0.30 Będzie lepiej – kom., Fr. 2023, 140 min 2.50 Sortownia (7) 3.45 Warsaw Story 4.15 Wspaniałe kilka minut – krótkometraż. 4.50 Król (7) – serial sens.	20.00 Brat – Polska 2025, 95 min Dawid pochodzi z rozbitej rodziny. Jest jednak wsparciem dla młodszego brata. Narastają w nim bunt i agresja. Wszystko się zmienia, gdy jako zdzudka 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 2024, reż. Brian Netto, wyk. Kelsey Chow, Finn Wittrock, 90 min	20.45 Ta inna siostra Bennet (9) – Wielka Brytania 2026 Wspólna górską wędrówką uprawia jej uczestników w romantyczny nastrój. Mary zaczyna mieć wątpliwości, co do swoich uczuć. 21.15 Ostatni wiking – komediodramat, Dania/Szwecja 2025, reż. Anders Thomas Jensen, wyk. Mads Mikkelsen, 115 min 23.10 Dzień Bastylli – dramat sensacyjny, Wielka Brytania/Fr./USA 2016, 90 min
AXN WHITE	WARNER TV	CANAL+ FILM	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 2 HD
11.05 Agenci NCIS 12 (24) 12.05 Agenci NCIS 13 (1, 2) 14.05 Dr House (1) – serial obycz. 15.05 W poszukiwaniu świętego mikołaja – komedia romantyczna, USA 2022, 115 min 17.00 Domek na święta – 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)	8.20 Teraz albo nigdy! 3 (10) 9.15 Bajer z Bel-Air (13, 14) 10.20 Prawo Agaty 5 (3) 11.20 Pielniężka 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 Pielniężka chata 3 (15-18) 20.00 Zabójcza broń 3 – film sensacyjny, 1992, 140 min 22.20 Siaby punkt – thriller, USA/Niemcy 2007, 85 min 0.25 Interkosmos – komedia 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	6.00 Łapu capu – pr. rozrywk. 6.05 Moje pieszczoty kurczaki – film obycz., 2002, 65 min 7.10 Benek – komediodramat, Polska 2007, 100 min 8.50 Mikołaj i ekipa – anim., Hiszpania/Kan. 2024, 90 min 10.20 Łapu capu – pr. rozrywk. 10.25 Kawalek po kawalku – film anim., 2024, 95 min 12.00 Czarna woda 12.20 Zgręd – dramat obycz., Polska 2025, 85 min 13.45 Saga „Zmierzczeni”: Przed świtem. Część 1 – film fantasy, USA 2011, 115 min 15.40 Chopin, Chopin! – dramat 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 Folletole. W tym szaleństwie jest metoda – komedia, Włochy 2025, 95 min 21.35 Dźwięk śmierci – horror, Kan./Irlandia 2025, 100 min 23.15 Megan is Missing – horror, USA 2011, 85 min 0.40 Dzik – dramat przyg., Polska 2025, 135 min 2.55 Zapiski śmiertelnika – komediodramat, Polska 2025, 95 min 4.30 Żurek – film obyczajowy, Polska 2003, 75 min 5.45 Premierowa jazda – mag.	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 i pandemia (3, 4) – serial obyczajowy, Polska 2021 5.55 Łapu capu – program rozrywkowy	8.00 Porzucone konstrukcje (11) – serial dok., Wlk. Bryt. 8.55 2 archiwów historii (3) 9.55 Co poszło nie tak (5) 11.00 Champions Club – mag. 13.10 8 wspaniałych (4) – dok. 14.00 Zholowani: ciężarówkowi w opalach (7) – serial dok. 14.55 2 archiwów historii (4) 16.10 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: ciężarówkowi w opalach (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 podłusku (8) – serial dok., Polska 2022 0.55 Misja Afganistan (10) 2.00 Polska z góry: Stadion 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)	14.35 Harry Potter i Książę Półkrwi – film przyg., Wlk. Bryt./USA 2009, 150 min 17.05 Ciągłe świnki do... wilkołaka – film anim. 17.15 Jeszcze piękniej – komediodramat, Niemcy 2025, 135 min 19.30 Mroczny Rycerz powstaje – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2012, 160 min 22.10 Schowek 234 – thriller, USA 2024, 80 min 23.30 Tokyo Vice (6) – krym. 0.35 Sisu: Droga do zemsty – dram. wojenny, Wlk. Bryt./Finlandia/USA 2025, 85 min
AXN BLACK	POLSAT SERIALE	CANAL+ SERIALE	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 3 HD
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 Nieustraszone 2 (22) 16.55 Zagadki z przeszłości 3 (11) – przyg., Fr./Niem./Kan. 18.00 Gwiezdne wrota 8 (2-4) 21.00 Gęsia skóra – komedia, USA/Australia 2015, reż. Rob Letterman, 125 min 23.05 Bałkańska vendetta – film sens., 2017, 110 min 0.55 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 5 (16, 17) – sens.	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. Zaginięni (156, 157)	19.55 Łapu capu – pr. rozrywk. 20.00 Folletole. W tym szaleństwie jest metoda – komedia, Włochy 2025, 95 min 21.35 Dźwięk śmierci – horror, Kan./Irlandia 2025, 100 min 23.15 Megan is Missing – horror, USA 2011, 85 min 0.40 Dzik – dramat przyg., Polska 2025, 135 min 2.55 Zapiski śmiertelnika – komediodramat, Polska 2025, 95 min 4.30 Żurek – film obyczajowy, Polska 2003, 75 min 5.45 Premierowa jazda – mag.	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 i pandemia (3, 4) – serial obyczajowy, Polska 2021 5.55 Łapu capu – program rozrywkowy	8.00 Porzucone konstrukcje (11) – serial dok., Wlk. Bryt. 8.55 2 archiwów historii (3) 9.55 Co poszło nie tak (5) 11.00 Champions Club – mag. 13.10 8 wspaniałych (4) – dok. 14.00 Zholowani: ciężarówkowi w opalach (7) – serial dok. 14.55 2 archiwów historii (4) 16.10 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: ciężarówkowi w opalach (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 podłusku (8) – serial dok., Polska 2022 0.55 Misja Afganistan (10) 2.00 Polska z góry: Stadion 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)	12.40 Bohemian Rhapsody – dramat biograf., Wielka Brytania/USA 2018, 135 min 14.55 Na planie 23 (26) – mag. 15.20 Miami Vice – film sensacyjny, USA/Niemcy/Paragwaj 2006, 130 min 17.30 Policja zastępca – kom. 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./USA 2024, 90 min 22.15 Królowa Kości – horror, USA 2024, 90 min 23.45 Księgowy – thriller, USA 2016, 125 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM	COMEDY CENTRAL	TVN FABUŁA	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA
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 o Pieć 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	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 podryw 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	5.05 Szkoła (821) – serial paradokum. 6.00 Top 100: filmy wszech czasów (9) 6.30 Seriale 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 FILM w Nowym Jorku – komedia romant., USA 2011, 145 min	6.05 Balthazar 4 (2) – serial kryminalny, Fr. 6.50 Tajemnice kwiaciarni: Śmierć w paku – 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	6.00 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 4 (9, 10) – dok. 6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dok. 7.20 Przemyśli 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 Krzyżak – film hist., 1960, 235 min 17.30 Stawka większa niż życie (9, 10) – wojenny	6.00 Kabaretowe hity (8) – program rozrywkowy 6.50 Wojciech Ciejrowski – 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	KOMEDIOWY	DRAMAT SF	SENSACYJNY	KOMEDIA	KOMEDIA
21.00 Wesoły wtorek: Ciacho – Polska 2010, 140 min Basia z CBS zostaje oskarżona o współpracę z przestępcami oraz trzy zabójstwa. Dawid, Karolek i Krzys uśiłują 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	19.30 Teoria wielkiego podryw 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 Pracochylcy (3, 4) 2.00 Śmiesznie nie będzie 2 (3) – pr. rozr. 2.30 Śmiesznie nie będzie 4 (4) – pr. rozr.	20.00 W nieskończoność FILM – USA 2021, 145 min Evana prześladowają dziwne wspomnienia. Członkowie tajnego stowarzyszenia przekonują mężczyznę, że te wizje pochodzą z jego poprzednich wcieleni. 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)	22.00 American Heist. Skok życia FILM – Kanada/Luksemburg 2014, 120 min James pragnie zerwać z kryminalną przeszłością i wieść życie u boku Emily. Z wieźnia 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	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 – film obyczajowy, 1981, reż. Krzysztof Rogulski, 110 min 23.40 Mistrz – dramat biograficzny, 2020, 120 min 1.40 Ostatni prom FILM – dramat obyczajowy, 1989, 120 min	20.00 Marley i ja – USA FILM 2008, 150 min Jennifer chce zostać matką, ale jej mąż nie jest gotowy na rodzicielstwo. Przyjaciel radzi mu, by kupił psa. Psoty labrador wystawia na próbę cierpliwość właścicieli. 22.30 Alex Cross – thriller, USA 2012, 125 min 0.35 Kosmiczny grzech FILM – film s.f., USA 2021, 100 min 2.15 Kamerdyner FILM – dramat historyczny, Polska 2018, 210 min 5.45 Zakalec – film krótkometraż.
CINEMAX	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA	SCI FI	FX	FILMBOX+ ONE	ROMANCE TV
11.40 Wy tłumaczenie wszystkiego – dramat obyczajowy, 2023, 155 min 14.15 Piksele – komedia, USA/Chiny/Kan. 2015, 105 min 16.00 Niewidzialna walka – komedia sensacyjna, Estonia/Finlandia/Lotwa 2023, 115 min 17.55 U.S. Palmese – komedia, FILM Włochy 2024, 125 min 20.00 Le Mans '66 – dramat biograficzny, USA/Francja 2019, 150 min 22.30 Bez przebaczenia FILM – thriller, 2024, 105 min 0.15 Seks – melodramat, FILM Norwegia 2024, 120 min	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 (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.	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” FILM Zacmienie – film fantasy, USA 2010, 155 min 23.35 Miasto cienia – film FILM przygodowy, 2008, 120 min 1.35 Bibliotekarz 3: Kłątwa kielicha Judasza – film przygodowy, 2008, 105 min 3.20 SurrealEstate (3, 4) 5.05 Kroniki Spiderwick (3)	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.	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 (2, 7) 14.30 Poirot – serial kryminalny 16.40 Strażnik Teksaś 3 (15, 16) – serial sensacyjny 18.55 Poirot (8) – serial krym. 20.00 Burza – dramat katastrof, FILM USA 2015, 125 min 22.05 Zaginiona dziewczyna FILM – thriller, USA 2014, 185 min 1.10 Piła: Dziedzictwo FILM – horror, 2017, 140 min	12.25 Pokój ze stajni: Co za cyrkt – komedia, Niemcy FILM 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: Rocznicą ślubu – film obycz., Niem. 2022, 115 min 21.55 Kätke i ja: Przyjaciółki na zawsze – dramat obycz., Niem. 2022, 115 min 23.50 Górski lekarz (66) – obycz., Niemcy/Austria
CINEMAX 2	VIAPIC EPIC DRAMA	NOVELAS+	FX COMEDY	FILMBOX+ FILMSBOX+ HITS	PARAMOUNT NETWORK
13.20 Bez wiatru – dram. obycz., FILM Bułgaria/Wł. 2024, 95 min 14.55 Wszystkie piosenki, których nigdy nie śpiewaliśmy – film obycz., Japonia 2023, 115 min 16.50 Dziewięć królowych FILM – dramat kryminalny, Argentyna 2000, 115 min 18.45 Faceli w czerni 3 – kom. s.f., USA 2012, 105 min 20.30 Transformers 3 – film s.f., FILM 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	9.35 Świat 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: Karaibská tajemnica – film kryminalny, Wielka Brytania/USA 2013, 110 min 17.00 Daigleish 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.	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.	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 Wszystko kochała 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)	8.50 Guido Superbohater – kom., Kan. 2010, 100 min 10.30 Prawie przyjaciele FILM – komediodramat, USA 2016, 115 min 12.25 Niewygodna prawda – thriller, USA 2018, 115 min 14.20 Belcanto – melodramat, FILM 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 FILM – dramat obycz., Węgry/Niemcy/Fr. 2021, 180 min 23.00 John Wick 2 – film sensacyjny, 2017, 135 min	9.20 Policjnia grupa pościgowa 18 (14) – dok. 10.20 Buntownik z wyboru FILM – dramat psychologiczny, USA 1997, 160 min 13.00 Czarodziejka 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 – film sensacyjny, USA/Niem./Chiny 2006, 155 min 22.35 Barbarzyńcy – horror, FILM USA/Bulgaria 2022, 115 min 0.30 Uprawdżona 3 – film sensacyjny, 2014, 145 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD	POLSAT SPORT 1 HD	CANAL+ SPORT HD	TVP SPORT	ELEVEN SPORTS 1 HD	Discovery DISCOVERY CHANNEL HD
12.30 Snooker: Turniej English Open – mecz finałowy 14.30 Kolarstwo: Arctic Race of Norway – 4. etap 15.30 Kolarstwo: Cycloclassic Hamburg 17.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 6. etap 18.00 Tenis: Turniej US Open 2023 – finał gry pojedynczej mężczyzn: Daniil Medwediew – Novak Djoković 20.00 Biegi górskie: GT World Series – Sierre-Zinal – podsumowanie 20.30 Triathlon: T100 World Tour – Vancouver – podsumowanie	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 w Cincinnati – 3. runda Taylor Fritz poprzednio pozbawiony się z rywalizacji na tym etapie. Uległ wtedy Terencowi Atmanowi.	6.00 Ekstraklasa: 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 – Wierzyca 13.40 Ekstraklasa po godzinach – mag. hiszpańska – mecz: RC Deportivo La Coruna – Elche CF 14.50 Na pierwszym planie (3) – dok., Pol. 15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: RC Deportivo La Coruna – Elche CF	5.45 Sportowy wieczór 6.10 Lekkoatletyka: Golden Sand 2026. Memoriał Szewińskiej, Komara i Ślusarskiego 8.00 Betclit 1. Liga – magazyn (80) – mag. 9.20 Piłka nożna: Betclit 1. Liga: Arka – Puszcza 11.20 Betclit 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	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 Formula 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii 12.30 Formula 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii 14.00 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii 16.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Casa Pia AC – SL Benfica	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 Pol 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)
FORMUŁA E	TENIS	MAGAZYN PIŁKARSKI	PIŁKA NOŻNA	PIŁKA NOŻNA	DOKUMENTALNY
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	19.00 Turniej ATP w Cincinnati – mecz 3. rundy Ben Shelton w poprzednich latach dwa razy odpadł w ćwierćfinale. W tym sezonie chce się przełamać i tym samym znaleźć się w najlepszej czwórce zmagani. 21.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – 3. runda 23.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – 3. runda 1.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – 3. runda 3.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – 3. runda 5.00 Boks	18.00 Liga+ Extra Krzysztof Marciniak i Bartosz Glen zapraszają na posumowanie wykażących z ostatniej kolejki PKO BP Ekstraklasa. 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.	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	18.00 2. liga niemiecka: Holstein Kiel – St. Pauli Gospodarze zainaugurują 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 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii 22.40 AJ Auxerre – Male miasto, wielki klub – film dokumentalny 23.20 Serie A – mag. 0.25 Ligue 1 (36) – mag. 1.25 Made in Italy (7, 8) – mag. piłkarski	22.00 Premiera: W oku cyklonu: Potwór w stanie Michigan – USA 2025 W maju 2022 roku niestabilny układ frontowy przesunął 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 Kingda 8 – dok., USA 2.00 Policjanci z Kent
EUROSPORT 2 HD	POLSAT SPORT 2 HD	CANAL+ SPORT 2 HD	EXTREME CHANNEL HD	ELEVEN SPORTS 2 HD	life DISCOVERY LIFE HD
12.30 Kolarstwo: Vuelta a Espana: Olot – Pal 14.30 Motocross: Mistrzostwa świata w Uddevallie – 2. wyścig w klasie MX2 i MXGP 15.30 Snooker: Turniej English Open: M. Allen – Z. Yuelong 17.30 Formula 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	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	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 w Cincinnati – 3. runda 19.00 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – 3. runda 21.00 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – 3. runda 23.15 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – 3. runda 1.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa	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 Komat TV (2, 29) 19.00 WWE Classic Gold 20.00 AEW Wrestling 2 (633) 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)	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 Formula 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)	6.45 Beauty ekspert (10) 7.15 Nowa Mają w ogrodzie 8.15 Szpital (546, 547) 10.15 Nowa Mają 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 Mój koszmarny 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	POLSAT SPORT 3 HD	CANAL+ SPORT 5 HD	ELEVEN SPORTS 4 HD	ELEVEN SPORTS 3 HD	CANAL+ DOKUMENT HD
13.20 Sporty walki: walka: J. Łodzik – J. Martinez 15.15 Sporty walki: FEN 58 w Częstochowie – walka: W. Bartnik – J. Jędraszczak 17.20 K.O. TV Classics (45) 18.10 Boks: Rocky Boxing Night w Kościelzynie – waga ciężka: K. Meyna – A. Wright 20.00 Strzelnica Renaty Maurer (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	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	8.45 Żużel: PGE Ekstraliga: Falubaz – Stal Gorzów 11.45 Żużel: Metalikas 12.30 Żużel: Metalikas 14.30 Żużel: Metalikas 17.15 Żużel: PGE Ekstraliga: Motor Lublin – Unia Leszno 20.00 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: KS Toruń – Sparta 23.00 Magazyn Metalikas 2. Ekstraliga – mag. 0.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Cracovia – Raków Częstochowa 2.30 Ligomistrzowe historie	14.00 Piłka nożna: Eintracht Brunszwik TSV – Bochum 16.00 Piłka nożna: Arminia – FC Cottbus 18.00 Olympique Lyon... – dok. 19.40 AJ Auxerre... – dok. 18.00 Ligue 1 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	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	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 tempickiej – dok. 22.25 Rioja, kraina tysięcy win 0.10 Salvador – kraj płaz i wulkanów – dok., Niem. 1.10 Prost (4) – serial dok., Fr. 1.45 O co biega? (12) – mag. 2.20 W rytym wolności (7, 8) 4.15 Rekruci (9, 10) – dok., Pol.

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB T2	TVP HISTORIA DVB T2	HISTORY 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	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, niewyjaśnione śmiertel – serial dok. 14.00 Zaginięni – 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	9.00 Uwaga, katastrofa! (5) – serial dok. 10.00 Porzucone konstrukcje (11) 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)	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 Truckers 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.	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 Tajemnicze 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	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	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	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 Cunningham ma okazję sprawdzić usterki, jakie popełnili tam konstruktorzy.	21.00 Tajemnicze 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 Ukryte pod miastami (3) – Kan. We Włoszech archeolodzy analizują grobowiec, który może skrywać szczątki Władcy Palownika. Z kolei na Malcie ich uwagę przyciąga podziemny labirynt.	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.	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.	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 przesładowań przetrwała się w ludobójstwo.
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.	22.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet: ucieklam seryjnemu mordercy – dok., USA 23.00 Zabójczy blond 2 0.00 Morderstwo na bagnach – dok. 1.00 Tajemnicze jeziora Erie 2 – serial dok.	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.	0.00 Starożytni kosmici (1) – serial dokumentalny, USA 2012-2013 1.00 Rolnicy. Podlasie (34-37) – serial dokumentalny, Polska 5.00 Kolowrotek (6, 7) – magazyn wędkarski	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.	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	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
9.00 Polscy szpiedzy (7) – dok. 10.00 Zwarte szereg, czyli z archiwum Czołwigi 11.00 Militeria 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 szereg, czyli z archiwum Czołwigi 3.00 Profesjonaliści – cykl dok. 4.00 Mikroprzegląd (3) – dok. 5.00 Łowcy staroci (14) – dok.	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 zaniebawne – 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.	9.00 Niezwykły dr Pol 12.00 Zwierząt w amoku (5) 13.00 Dziką przyrodę strefy równikowej (4) – dok. 14.00 Weże 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 Dziką Missisipi (1) 19.00 Dziką konfrontacją (12) 20.00 Najgroźniejsze zwierzęta świata (2) 21.00 Niezwykły dr Pol 2.00 Dziką przyrodę strefy równikowej (4)	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 Dziką 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: odlizganie (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)	10.25 Życie na pustkowiu 8 (4) 11.25 Zabójcza pogoda 5 (2) 12.25 Dzikie połow (1) – dok. 13.25 Parki narodowe z lotu ptaka: Irlandia (1) – dok. 14.30 W okowach mrozu 6 16.35 Pociągami przez Imperium Rzymskie (3) 17.40 Parki narodowe z lotu ptaka: Irlandia (1) – dok. 18.40 Dzikie połow (2) – dok. 19.45 Sekretne życie ogrodu (4) – serial dok., Wlk. Bryt. 20.55 W okowach mrozu 6 23.55 Sekrety długowieczności (5) 0.00 Michael Mosley: jak dobrze spać (1) – film dok.	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 kęsy, cztery łapy 20.00 Alaski: 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	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL 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 Świątynie 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)	8.00 48h. Zaginięni (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)	13.15 Czarodziej 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 Największe więzienia Ameryki (7) – serial dok. 22.00 Ciężarówka po lepsze życie (1) – serial dokum. 23.00 Special Ops: Prawda	12.30 Królowie-zabójcy (3, 4) 14.25 Faraonowie: nie tylko piramidy (3, 4) – serial dok. 16.30 Punkty zwrotne II wojny światowej (1) – serial dok. 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 Królowie, które zmieniły świat (1) – dok., Wlk. Bryt. 23.10 Tajne bazy nazistów 0.05 Królowie-zabójcy (3, 4)	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 Kobiet, 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.	8.05 Człowiek kontra jedenie (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 jedenie (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 instykt przetrwania (3, 4) – dok. 23.05 Kobieta na krańcu świata (8-10) – dok., Pol. 0.50 Nowi badacze UFO (8)

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TVN STYLE HD
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 Telexpress 17.20 Krzyżówka (1086) – teleturniej 17.50 Telexpress Extra 18.15 Oko na Wschód 18.45 Panorama 19.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu (18) 19.30 Program Informacyjny 19.30	7.10 Okrasa lamie 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 Czerdziestolatek (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 lamie przepisy – mag. kulin. 19.40 Makłowicz w podróży – mag.	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.	6.00 Strażnik Teksasu (13, 14) – serial sens. 7.55 Bogaty dom – biedny dom (114) 8.55 Policjanci i Policjanci (564, 565) 10.55 Na ratunek 112 11.55 Dlaczego ja? (811, 812) – paradok. 13.55 Trudne sprawy (839-841) – paradok. 16.55 Policjanci i Policjanci (1426) – serial obycz., Polska 18.00 Łowcy skarbow. Kto da więcej? (544) 19.00 Policjanci i Policjanci (1427) – serial obycz., Polska 20.00 Uroczysko (247, 248) – serial krym., Polska	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.	5.20 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (2) – reality show 5.55 Ach, ten ślub! (7) – program rozrywkowy 6.50 Damy i wiesniaczki. 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
FANTASY	TELETURNIJ	REALITY SHOW	KRYMINALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY
20.25 Wiedźmin (12) – Polska 2001-2002 Geralt dociera do karczmy, w której może znajdować się Ciri. Pokonuje rycerzy Białej Róży i uwalnia przetrzymane 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 Łato z Radiem i Telewizją Polską 0.40 Zaraz wracam 2 (124) – serial obycz.	20.15 Postaw na milion W każdej grze bierze udział dwoje bliskich sobie uczestników. Są drużyna. 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.	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 paradokumalny, Polska 2015	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 kiera – kom. krym., Francja/Belgia 2023, 130 min 1.15 Love Island. Wyspa miłości (56) 2.30 Interwencja – mag.	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)	20.50 Jestem z Polski (2, 3) – Polska 2021 Karolina pracuje jako architekt i projektant wewnątrz 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 jest urzędzi! (10) – pr. rozrywk. 2.10 Anka testuje internety (2) – rozr.
TVP HD	TVS	ZOOM	TLC	C+ KUCHNIA	TVN TURBO
10.45 Gra słów. Krzyżówka 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 słow food 4 17.10 Okrasa lamie 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)	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: Prawników się nie całuje – melodramat, Niemcy 2014, 120 min 21.50 Rosamunde Pilcher: Calkiem nieoczekiwane zakończenie – melodramat, Niemcy 2015, 105 min 23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	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.	11.00 Wiza na miłość 12 (12) 13.00 Klinika bez tajemnic 15.00 Wiza na miłość: dalsze losy, poscielowe rozmowy 9 – reality show 16.00 Historie wielkiej wagi 18.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 7 20.00 Ciało, w którym żyje – serial dokumentalny, USA 21.00 Ekstremalne choroby 22.00 Historie wielkiej wagi: Brazylia – reality show 23.00 Klinika koszarnej stopy – serial dokum., USA 0.00 Dr Pryszczyla 2 – dok. 1.00 Ciało, w którym żyje 2.00 Ekstremalne choroby	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 nieznanne 9 23.55 Bitwa na smaki: David vs Matteo (1, 2) – mag.	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 reki (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)
NOVA	METRO	ANTENA HD	WP	C+ DOMO	HGTV
9.30 Calkiem nowe lata miodowe (12, 15) – kom. 10.30 Więzienie (34-36) – dok. 12.00 Piorot 3 (7, 8) – serial krym. 14.00 Świat według Kiepskich (411, 412) – kom., Pol. 2013 15.00 Świat według Bundy (259-261) – serial kom., USA 16.30 Świat według Bundy 3 (36-38) – kom. 18.00 Calkiem nowe lata miodowe (9) – kom., Pol. 21.30 Miodowe lata (11-14) 18.00 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)	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 calość (15) – rozr. 18.00 Złomowisko PL 2 (2) 19.00 Kartoteka 5 (21, 22) 21.05 Kryminalni (8, 9) – krym. 23.15 Hannibal 2 (2) – serial krym. 0.20 Zbrodnice 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.	13.05 Niezwykły dr Pol (2) 14.05 Kłątwa Wyspy Dębów 3 15.00 Poszukiwaczka Złota: Żądza Bogactwa (10, 11) 15.55 Australijski poszukiwaczka złota 6 18.00 77 TV 5 (22, 23) – pr. rozr. 20.00 Morderstwa we Francji FILM – Regulus Caves – dramat krym., Fr. 2025, 120 min 22.00 Detektywi Candice: Niezawodny instykt 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 Kryminal Rawicz (9, 10)	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 – 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	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)	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 Złoty remont 4 (10) – rozr. 20.05 Dorota inspiruje 2 (3) 21.00 Dorota jest urzędzi! 22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 4 (5-8) – pr. rozr. 0.40 Usterka 11 (27) – fab.-dok.

POLSAT 2 HD	SUPER POLSAT DVB-T2	TV 6 DVB-T	BBC FIRST HD	STACJE DZIECIĘCE	STACJE INFORMACYJNE
5.50 Wydarzenia 6.30 Nasz nowy dom (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.	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.	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	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 Midlands 15 (3) – serial kryminalny 19.55 Śmierć pod palmami 6 (5) – krym.	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 Figo Migu na planecie Czochoch (20) 10.20 Przygody Bolka i Lolka (33, 34) – anim. 10.45 Rodzina Treflików 3 (1) 11.10 Odo (53-55) – anim. 11.35 Stacyjkowo (85, 86) 11.55 Pszczółka Maja (1) 12.25 Domisie – dla dzieci 13.00 Zagadki zwierozgromadki (24) – mag. dla dzieci 13.20 Tygrysek Percy i jego opowieści	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 	PSYCHOLOGICZNY 	KRYMINALNY 	KRYMINALNY 	ANIMOWANY 	INFORMACYJNY 
20.00 Ślad (16) – Polska 2018-2019 Grzegorz Szczepański zostaje otruty na przyjęciu z okazji rocznicy swojego ślubu. Stróż 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 Gołtje (517) 3.25 Śluby gwiazd (34)	21.00 Czarny labędz – USA 2010, reż. Darren Aronofsky, 130 min Baletnica Nina dostaje główną rolę w „Jeźmierze labędzim”. Dziewczyna musi jednak stawić czoło konkurencji. Powoli zaczyna tracić kontakt z rzeczywistością. 23.10 Accident Man – 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	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)	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 Dods 4 (2) – serial kryminalny 2.00 Śmierć pod palmami 6 (5) – krym. 3.05 Morderstwa w Midlands 15 (3) 4.40 Moja rodzinka 2 (4) 5.15 My Life is Murder 2 (2) – serial kryminalny	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	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 Budowlancy (36) – dok. 6.30 Kolowrotek (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) – 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 Pojedynki na grillu 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 wyzker 6 (4-6) – mag.	POLSAT RODZINA HD 9.30 Jeźdźcy smoków – anim. 10.55 Titanik. Budowa giganta 12.00 Bogaty dom – biedny dom (138) – reality show 13.00 Rodzina zastępcza (280, 278) – serial kom., Pol. 14.55 Wielkie wycieczki 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 Gołtje (462, 463) 3.00 SuperLudzie (35, 36) 4.00 Kolowrotek (177, 178)	BBC LIFESTYLE HD 13.20 Mistrzowie szycia 6 (6) 14.25 Wielkie brytyjskie wypieki 16 (1) – pr. rozr. 15.45 Zapraszamy 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 mór (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 Debaty 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.
Kobieta DVB-T2 12.45 Przepis dnia (44) – mag. 13.00 Na dobre i na złe (595) 13.55 Irańskie gepydy. 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 0.50 Tańcząca ze światem – Chorwacja (5-ost.)	E! ENTERTAINMENT HD 6.00 Plastikowa fuzerka (15) 7.00 Z kamerą 8.50 Plastikowa fuzerka 12.30 Z kamerą 14.20 Plastikowa fuzerka 18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk. 18.30 Z kamerą 19.30 Kardashianów (13, 14) 20.30 Plastikowa fuzerka (16, 17) – serial dok., USA 0.30 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk. 1.00 Z kamerą 1.00 Kardashianów (8, 9) 3.00 Plastikowa fuzerka (16)	TV TRWAM DVB-T 17.55 Poczet wielkich Polaków – pr. hist. 18.00 Aniol Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokonywane – pr. publ. 19.30 Każdy małuch 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+ 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.	TVP3 DVB-T2 13.00 Agrobiznes 13.20 Agropogoda 13.30 Reporterzy extra 14.05 Antenowe remanenty 14.20 Poznań 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

Warto zobaczyć

→ filmowe hity

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 Czteropokoleniowa irańska rodzina ma za sobą trudne chwile. Podczas podróży autem spotyka podejrzaniego 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, Tintrini 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 raketę. Reż.: Colin West, A: Jim Gaffigan, Rhea Seehorn, Katelyn Nason
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, Kim Stambol, A: Kazuki Kitamura, Oka Antara
Indonezja/Jap. 2014 175 min ► do godz. 2.00



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 doraźną 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 niety-

pową 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 intro-

wertyczny Percy będzie dla niej większym wyzwaniem, niż się spodziewała. Mimo tego nie zamierza się poddać. Stopniowo między dwójkiem 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. Osuści 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**



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 (Zoele Griggs), która uciekała z domu. Reż.: Richard Hughes Wyst.: Kate Bosworth
USA 2022 **HD 105 min ► do godz. 23.50**



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**



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 pojęcia 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**



20.00
STOKPŁATKA
Jak ugryźć 10 milionów
KOMEDIA KRYMINALNA Nicholas (Matthew Perry) rozpoznaje w sąsiedzie płatnego zabójcę, który ukrywa się przed zemstą bossa. Chciwa żona każe wydać męża. Czynny mafii w zamian za nagrodę. Reż.: Jonathan Lynn Wyst.: Bruce Willis
USA 2000 **HD 125 min ► do godz. 22.05**



22.10
POLSAT
21 Jump Street
KOMEDIA KRYMINALNA Stróża prawa Schmidt (Jonah Hill) i Jenko (Channing Tatum) biorą udział w tajnej akcji na terenie jednego z amerykańskich liceów. Udają uczniów, mają dotrzeć do handlarza nowego narkotyku. Reż.: Phil Lord Wyst.: Brie Larson, Dave Franco
USA 2012 **HD 150 min ► do godz. 0.40**

→ filmowe hity



Cassie zmagając się z problemami. Spotyka kogoś, kto wyciąga do niej pomocą dłoń.

20.00 Na tropie zabójcy

TV PULS **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 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 Zatuśki **Wyst.:** Dariusz Siatkowski **Polska 1989** **HD 130 min ► do godz. 23.00**



22.15 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 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 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**

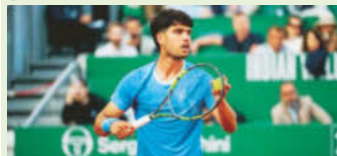
→ sport



15.30

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

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

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

Eliminacje Ligi Mistrzów UEFA

PIŁKA NOŻNA LIVE AGF Aarhus, po wyeliminowaniu Lecha, nabrał pewności siebie. Dużycykom 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

Millioneryz Teleturniej

UCZESTNICZY 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

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

Nagi instynkt przetrwania: Miśrzostwa 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

Wszystko ma żyć

BIOGRAFIA Anna Kurkina jest mistrzynią świata w trójbój siłowym. Gdy Rosja napadła na Ukrainę, nie porzuciła ojczyzny. Wykorzystuje swoją popularność, by pomagać porzuconym zwierzętom. **HD 90 min ► do godz. 23.30**

4.35 Splątane losy (25) – serial obyczajowy, Turcja 2024
5.25 Akacja 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 Jedyńce: 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 Akacja 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

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

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. Tropi wiedzą 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 Millionerzy – 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

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1734) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (14): Kępno – Kulinarna Warszawa – 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 Florencia – 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-latkami, 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 brydżowego sylwestra do Jaworskich. Małgorzata czujnie obserwuje męża, by nie zbliżył się on za bardzo 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 PiBull 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 Komediodwa środa: Bez urazy – USA 2023, 130 min
FILM
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 dzielnego nastolatka, Percy'ego, prawdziwego życia.

22.10 21 Jump Street – komedia 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 dobrać incognito do przestępców. Napotykać liczne przeszkody.
0.40 Jutro będzie futro 2 – komedia, 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 romantyczna, Polska 2006, reż. Ryszard Zatorski, wyk. Maciej Zakościelni, Agnieszka Grochowska, Agnieszka Dygant, Grażyna Szapolowska, 120 min
1.00 Kuchenne rewolucje (13): Marklowice Górne – Przyszań na Kępcie – 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



- 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 porwany kobiety, 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 załaził on przed nimi pewne fakty. Wkrótce zostaje porwany.



- 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-lletniej Bogumiły. Nastajutrz 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.



- 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 Język 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



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

20.00 Nieustraszeni bracia

FILM Grimm – 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 straszysz (1)

– serial dokumentalny, USA 2017

3.55 Fachowcy (8)

– serial paradokumentalny, Polska 2017

4.30 Dorota was urządził! (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 podsusza pewien trop.

22.05 Pora odkupienia

FILM – dramat sensacyjny, USA 2022, reż. Richard Hughes, wyk. Antonio Banderas, Mo'Nique, 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, Poggi, 130 min

2.00 Dzielnica strachu 10

(456): Chwilkowe 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 pomóc 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, signalisty 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

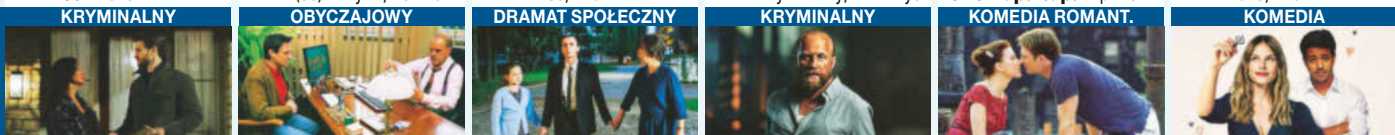
Następny odcinek obejrzysz na:

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

toowo I 65

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM HD	HBO 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	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) – serial krym., Polska 9.25 Rodzinka.pl (133) 10.00 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	10.00 Alicja – musical, Polska/Wielka Brytania 1981, 105 min 11.45 Cyrograf dojrzałości – film obyczajowy, Polska 1967, 70 min 12.55 Giganci sztuki (2) 14.20 Barbara i Jan (3, 4) 15.35 W drodze! – 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 – krym., Wlk. Bryt. 1988, 115 min	6.30 Polska z góry 3 (12) – serial dok., Pol. 2018 7.00 Długi weekend – 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 kryminalny, Wlk. Bryt./Kanada 1979, 140 min 16.20 Arktyka – dramat przygodowy, Islandia 2018, reż. Joe Penna, wyk. Mads Mikkelsen, Maria Thelma, 115 min 18.15 Vera 13 (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.	10.20 Listy do Julii – komedia romantyczna, USA 2010, 105 min 12.05 Łapu capu – pr. rozr. 12.10 LARP. Miłość, trolle i inne questy – kom., Polska 2025, 95 min 13.45 Hannah Arendt: Myślenie jest niebezpieczne – film dokumentalny, Niemcy/USA 2025 15.05 Być kochaną – dramat obyczajowy, Norwegia/Szwecja 2024, 105 min 16.50 Morderstwo w ambasadzie – film kryminalny, Wielka Brytania 2025, 85 min 18.15 Łapu capu – pr. rozr.	8.10 Anakonda – komedia przygodowa, USA 2025, 95 min 9.45 Opowieść wigilijna Carole – komediodramat, Wlk. Bryt. 2022, 70 min 10.55 Przypadek Harolda Cricka – komediodramat, USA 2006, 110 min 12.45 Piotruś Pan – film familijny, USA/Wielka Brytania 2003, 110 min 14.35 Na rauszu – komediodramat, Dania/Holandia/Szwecja 2020, 115 min 16.30 Spider-Man: Uniwersum – film animowany, USA 2018, 115 min



KRYMINALNY	OBYCZAJOWY	DRAMAT SPOŁECZNY	KRYMINALNY	KOMEDIA ROMANT.	KOMEDIA
21.05 Walker: Strażnik Teksasu 2 (11, 12) Davidsonowie konfrontują się z Liamem. Mężczyzna pokazuje im stary pomiar gruntów, co może zaskądzić Walkera. 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.	21.30 Ranczo (5, 6) – Polska 2006 Polonista Witebski chce założyć niezależną miejscową gazetę. Dowiaduje się o tym Lucy, która postanawia powiadomić o pomysle proboszcza, prosząc go o wsparcie. 23.35 Ojciec Mateusz 32 (418) – krym., Pol. 2024 0.30 Głina. 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.	21.55 Panorama kina polskiego: Tonio – Polska 2022, 90 min Jedenastoletnia Tonio dowiaduje się, że jej ojciec planuje wyjechać do pracy we Włoszech. Robi wszystko, by zatrzymać go w domu. 23.25 Informacje kulturalne 0.00 Nidosyt – obycz., USA/Fr. 2019, wyk. David Rasche, 110 min 1.50 Enter Enea Festival 2022 – Adam Bałdych Quintet & Paolo Fresu i Leszek Możdżer	20.10 Premiera: Prosta sprawa (3, 4) – Polska 2024 Wychodzi na jaw, że Prosty współpracował z Kaziemkiem. Okrajdą go, by opłacić leczenie córki. Gotówka, którą zgarnął, należała do czeskiej mafii, która nie puści tego płazem. 22.30 Szept mroku (3, 4) – serial kryminalny 0.35 Pokonani (5, 6) – krym., Fr./Kan./Niem. 2.35 Sortownia (8-ost.) 3.25 Wiarołom – dramat obyczajowy, Polska 2021, 75 min 4.40 Król (8-ost.) – sens.	18.20 Niania w Nowym Jorku – USA 2007, 100 min Annie właśnie skończyła studia antropologię. Przyjmuje ofertę pracy opiekunki do dziecka. Pozornie banalna posada okazuje się prawdziwą szkołą życia. 20.00 Baw się dobrze i przeżyj – komedia s.f., Niemcy/USA 2025, reż. Gore Verbinski, 130 min 22.10 The Walking Dead: Dead City 3 (3) – serial grozy, USA 2026	18.25 Lista – USA 2023, 95 min Matt zdradza narzeczoną Abby z celebrytką z listy „wyjątków od monogamii”. Zraniona kobieta postanawia odplacić mu tym samym. 20.00 28 lat później: Świątynia kości – horror, Wlk. Bryt./USA 2026, 110 min 21.50 Latarnie (1) – serial s.f. 22.50 Ciche miejsce 2 – horror, USA 2020, 95 min 0.25 Sojusznicy – komedia sens., USA 2025, 110 min

AXN WHITE	WARNER TV	CANAL+ FILM	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 2 HD
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 obycz., USA/Kanada 2019, 110 min 17.00 Pocałuj mnie pod miotłą – 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	14.10 Bajer z Be!Air (15-18) 16.15 Pełniejsza chata 3 (17, 18) – serial komedowy 17.20 Pełniejsza chata 4 (1, 2) 18.25 Sophia Grace i Rosie: Królewska przygoda – film familijny, USA 2014, reż. Brian Levant, 90 min 19.55 Stosunki międzymiastowe – kom. romant., USA 2010, 125 min 22.00 Skazani na Shawshank – dramat sensacyjny, USA 1994, 170 min 0.50 Dziewczyna, która ucieka: Historia Kary Robinson – dramat kryminalny, 2023, 100 min	6.00 Łapu capu – pr. rozrywk. 6.05 Nadzieja – dramat sens., Pol./Niemcy 2006, 100 min 7.45 Lilly i kangurek – film familijny, 2025, 105 min 9.30 Masz ci los! – komedia, Polska 2023, 85 min 10.55 Łapu capu – pr. rozrywk. 11.00 Zmierzyć – film fantasy, USA 2008, 125 min 13.05 Ida – dram. obycz., Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min 14.25 Niesamowita historia absolutnie prawdziwa – film dokumentalny, 2024 16.05 Peacock – thriller, USA 2010, reż. Michael Lander, wyk. Cillian Murphy, 90 min 17.35 Hollywood Buzz – mag. 18.00 Tożsamość Bourne'a – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, 115 min 19.55 Łapu capu – pr. rozrywk. 20.00 Rocznica – thriller, USA 2025, reż. Jan Komasa, wyk. Diane Lane, 110 min 21.50 Wujow dwór – komedia, Wlk. Brytania/USA 2025, reż. Jim O'Hanlon, 95 min 23.25 Siedem zaslón – dramat psychologiczny, 2023, 105 min 1.10 Wrooklyn Zoo – dramat filmi (33-36) – krym., USA 0.50 Ślad (4, 5) – serial krym. 2.50 Święty (282, 283) – kom. 4.00 48h. Zaginięcia (158, 159) – serial kryminalny, Polska	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 komedowy, 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 komedowy, Pol. 2021-2022 18.25 The Office PL 5 (2-4) – serial komedowy, Polska 20.00 Para z sąsiedztwa – 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 komedowy, 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	8.00 Porzucone konstrukcje (12) – serial dok., Wlk. Bryt. 8.55 2 archiwów historii (4) 10.00 Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie (1) – pr. rozr. 11.00 Kolegium żuźlowe 13.00 Porzucone konstrukcje (4) – serial dok., Wlk. Bryt. 14.00 Zholowani: ciężarówka w opalach (8) – serial dok. 14.55 2 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: ciężarówka w opalach (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: Stadion 2 (7) – dok., Pol. 2.35 Łowcy tajemnic Bałtyku (8) – serial dok., Polska 2020	13.30 Horton słyszy Ktosia – film anim., 2008, 85 min 14.55 Karate Kid: Legendy – film przygodowy, USA/Kanada 2025, 95 min 16.30 Wysłone piosenki – dramat obyczajowy, USA 2025, 90 min 18.00 Lombard – dramat obyczajowy, 2024, 90 min 19.30 Pożycany wiek (5, 6) 21.10 To już jest koniec – kom., USA 2013, 100 min 22.50 Zniknięcia – horror, USA 2025, 125 min 0.55 The Order: Ciche braterstwo – thriller, 2024, 110 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD	COMEDY CENTRAL HD	TVN FABUŁA HD	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA STOPKLATKA DVB-T2
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 – sens., USA/Chiny/Japonia 2015, 170 min 15.35 Służące – dramat obyczajowy, USA/Indie/ZEA 2011, 185 min 18.40 Inwazja: Bitwa o Los Angeles – film s.f., USA 2011, reż. Jonathan Liebesman, wyk. Aaron Eckhart, 140 min	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 podrywku 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	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 Zapakuj do moich drzwi (52, 53) – telen. 14.55 Detektywi – fab.-dok. 16.05 Na Wspólnej (45, 46) – serial obyczajowy, Polska 17.10 Seriale: rozmowy (2) – magazyn 17.55 Ekspres polarny – anim., USA/Australia 2004, 125 min	6.05 Balthazar 4 (3) – serial kryminalny, Fr. 7.00 Śwątka na tropie: zabójcze zaręczyny – film kryminalny, USA 2019, 110 min 8.50 Zabójstwo w Meaux – dramat kryminalny, Francja 2024, 120 min 10.50 Mentalista 6 (9-12) – serial kryminalny 14.30 Śwątka na tropie: Śmiertelny romans – film kryminalny, USA 2020, 110 min 16.20 Zabójstwo w posiadłości – thriller, Francja 2020, 120 min 18.20 Mentalista 6 (13-16) – serial kryminalny	6.30 Polska z góry. Nad wodą 2 (1) – dok. 6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dok. 7.20 Przygody Myszy (5, 6) – serial anim. 7.40 Reksio (45, 46) 8.00 Miś Kudłatek (5, 6) 8.35 Do przerw 0:1 (3, 4) 9.45 Pan Kleks w kosmosie (1/2, 2-ost.) – przyg., Pol./Czechosłowacja 1988, 190 min 12.55 Ranking najpolskiego kina (3) 13.45 Quo vadis (1/2, 2-ost.) – dramat historyczny, 2001, 235 min 17.40 Stawka większa niż życie (10, 11) – serial wojenny	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 Zajązdz. 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	KOMEDIOWY	KOMEDIA	KRYMINALNY	DRAMAT WOJENNY	KOMEDIA KRYMINALNA
21.00 Sensacyjna środa: Ucieczka z piekła – 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 – 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.	19.30 Teoria wielkiego podrywku 3 (1-6) Przyjaciele wracają z biegu na północno. Wszyscy są szczęśliwi do momentu, kiedy Howard i Raj decydują się wyznaczyć Sheldonowi, że sfalshowali 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 Pracholizy (5, 6) 2.00 Śmiesznie nie będzie 4 (5, 6) – rozr. 3.00 Miasteczko South Park 6 (5-7)	20.00 Szeffowie wrogowie – USA 2011, 125 min Kurt spełnia absurdalne zachcianki szefa, dziedzica fortuny. Jego dwaj kumple również narzekają na przełożonych. Zdesperowani, planują zbrodnie dokonania. 22.05 Szeffowie wrogowie 2 – kom., USA 2014, 150 min 0.35 Oszucać przeznaczenie 5 – horror, USA/Kanada 2011, 110 min 2.25 Seriale: rozmowy 2 (4) – mag. 3.05 Szkoła (769)	22.00 Niedwiodny 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 – thriller, Francja 2020, 115 min 4.15 Śwątka na tropie: zabójcze zaręczyny – film kryminalny, USA 2019, 105 min	20.00 Kamienie na szaniec – 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 – dram. hist., 2018, 200 min 1.35 Tam i z powrotem – film obyczajowy, 2001, 130 min 3.45 Ajlawju – komedia, 1999, 120 min 5.45 Fuck them all – etiuda filmowa, 2025	20.00 Jak ugryźć 10 milionów – 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 – sens., Polska 1995, 140 min 0.25 Falszery – thriller, USA 2014, reż. Philip Martin, wyk. John Travolta, 120 min 2.25 Ziemia obiecana – dramat obyczajowy, Polska 1974, 215 min
CINEMAX HD	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD	SCI FI	FX HD	FILMBOX+ ONE HD	ROMANCE TV HD
11.55 Le Mans '66 – dramat biograficzny, 2019, 150 min 14.25 Uciekające kurczaki – film animowany, Wlk. Bryt./USA/Fr. 2000, 85 min 15.50 Ziemia kobiet – dramat obyczajowy, 2023, 110 min 17.40 Hulk – dramat s.f., USA 2003, reż. Ang Lee, 140 min 20.00 Ostatni przystanek w hrabstwie Yuma – thriller, USA 2023, 90 min 21.30 Grindhouse: Planet Terror – horror, USA 2007, 105 min 23.15 Grindhouse: Death Proof – thriller, USA 2007, 115 min	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. 17.55 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.	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 przygodowy, 1984, 155 min 0.35 Adam – thriller, USA/Fr. Kanada 2004, 145 min 3.00 SurrealEstate (5, 6) 5.00 Kroniki Spiderwick (4)	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 sensacyjny, 2014, 135 min 2.05 CSI: Kryminalne zagadki Miami (2, 3) – serial krym.	9.15 Panna Scarlet i komisarz 2 (1) – krym. obyczajowy, Niemcy/Austria 2003, 115 min 10.20 Panna Marple: Próba niewinności – 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 Tekساس 3 (17, 18) – serial sensacyjny 18.55 Poirot (1) – serial krym. 20.00 Ninja – dramat sensacyjny, USA 2009, 110 min 21.50 Najlepsi z najlepszych 3 – film sensacyjny, 1995, 115 min 23.45 Wyspa tajemnic – thriller, USA 2010, 185 min	14.20 Rosamunde Pilcher: Pióra na wietrze – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2003, 115 min 16.15 Lena Lorenz: Za kratami – dramat obyczajowy, Niemcy 2021, 110 min 18.05 Górski lekarz (67) – obycz., Niemcy/Austria 20.00 Malibu – Siostrozyczki – film obyczajowy, Niemcy 2023, 115 min 21.55 Następny zjazd – „Szczęście”: Prawdziwy ojciec – dramat obycz., Niemcy 2022, 115 min 23.50 Górski lekarz (67) – obycz., Niemcy/Austria
CINEMAX 2 HD	VIAPIC EPIC DRAMA HD	NOVELAS+ HD	FX COMEDY HD	FILMBOX+ FILMS+ HD	PARAMOUNT NETWORK HD
13.45 Faceli w czerni 3 – kom. s.f., 2012, 105 min 15.30 Nowe życie – film obycz., Hiszpania 2024, 100 min 17.10 Milczenie Julie – dramat obyczajowy, Belgia/Szwecja 2024, 100 min 18.50 Dźwięki miłości – dramat obycz., Hiszp. 2025, 100 min 20.30 Dźwięki miłości – film wojenny, 2024, 100 min 22.10 Przetrzymać tę miłość – dramat obycz., Wielka Brytania 2004, 100 min 23.50 Kształt wody – film fantasy, USA/Kanada/Meksyk 2017, 125 min	9.35 Świąteczne stworzenia duże i małe 5 (5) – obycz. 10.30 Lekarze na start (41, 42) 10.50 Zatrącenie w miłości (63) 13.10 Morderstwo w małym mieście 2 (1) – krym., Kan. 14.05 Agenci NCIS 16 (2) – sens. 15.00 Panna Marple: Szaletnista – 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.	10.00 Opowieść o wyspie (22) 11.00 Ochlani namiętności (145) – telen., Meksyk 2012 12.00 Duma i uprzedzenie (5) 13.00 Róża i grzechy (44) 14.00 Domenica Montero (7, 8) 15.00 Róża i grzechy (45) 17.00 Duma i uprzedzenie (6) 18.00 Ochlani 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 Róża i grzechy (45) 23.00 Duma i uprzedzenie (6) 0.00 Ochlani namiętności (146) – telen., Meksyk 2012 1.00 Miłość w Cabo (5) – telen.	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 diabeł – komedia, USA 2014, 110 min 23.50 Simpsonowie 33 (9, 10) 0.50 Family Guy: Głowa rodziny 22 (8, 10, 9, 11)	12.30 Spooner – komediodram., 2009, 95 min 14.05 Scenariusz na miłość – komedia romantyczna, USA 2014, 120 min 16.05 Czekając na Anę – dramat wojenny, Wielka Brytania/Bel. 2020, 120 min 18.05 Linoleum – komediodramat, USA 2022, 115 min 20.00 Bardzo grzeczne dziewczyny – dramat obyczajowy, 2013, 100 min 21.40 John Wick 3 – film sensacyjny, 2019, 145 min 0.05 Morze Czarne – thriller, 2014, 125 min	9.25 Policjanci grupa poscigowa 18 (15) – dok. 10.30 Iluzja – thriller, Francja/USA 2013, 150 min 13.00 Czarodziejki 2 (5, 6) 15.00 Buntownik z wyboru – dramat psychologiczny, USA 1997, 175 min 17.55 Elektra – film przygodowy, USA/Kanada/Szwajcaria 2005, 125 min 20.00 Austin Powers i Złoty Członek – komedia sensacyjna, 2002, 120 min 22.00 Bodyguard Zawodowiec – kom. sens., 2017, 140 min 0.20 Olimp w ogniu – thriller, USA 2013, 150 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
8.30 Snooker: Turniej Northern Ireland Open w Belfascie – finał: Jack Lisowski – Judd Trump
10.30 Hard Knocks – magazyn sportowy
11.30 Snooker: Turniej Northern Ireland Open w Belfascie – finał: Jack Lisowski – Judd Trump
13.00 Kolarstwo: Cycloclassic Hamburg 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: Daniil Medwediew – Novak Djoković

POLSAT SPORT 1 HD
6.00 Siatkówka kobiet: Memorial Agaty Mróz-Olszewskiej
8.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
11.00 Siatkówka kobiet: Memorial Agaty Mróz-Olszewskiej
13.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
15.00 Siatkówka kobiet: Memorial Agaty Mróz-Olszewskiej
17.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – 4. runda
LIVE Zawodnicy, którzy połączą 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 HD
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. Memorial Szewińskiej, Komara i Ślusarskiego

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 Legends Bundesliga: Andreas Herzog
6.40 Najszybsze gole Bundesligi – magazyn piłkarski
7.00 Piłka nożna: Supercup 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 DISCOVERY CHANNEL HD
10.00 Wyprowadź 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.



20.00 **Turniej Northern Ireland Open w Belfascie** – 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



19.00 **Turniej ATP w Cincinnati** – 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 w Cincinnati – 4. runda
23.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – 4. runda
1.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – 4. runda
3.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – 4. runda
5.00 Boks



20.35 **Wysoki Pressing** Daria Kabala-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



20.15 **Mistrzostwa Europy – Paryż 2026** – podsumowanie

Z poprzedniego czempionatu Starego Kontynentu reprezentanci Polski przywieźli piętnaście medali. Ile kraków uda im się wywalczyć w stolicy Francji?

22.00 Sportowy wieczór – program inform.
22.30 Piłka nożna: Eliminacje Ligi Europy UEFA – 3. runda: KI Klaskiv – Lech Poznań
0.40 Boks: MB Boxing Night 28: Sunday of Pain – podsumowanie



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.



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: PS w Vallnord/Pal-Arinsal
20.00 Kolarstwo: Renewi Tour – 1. etap
21.00 Kolarstwo: Vuelta a Espana
22.00 Discovery golf – mag.
23.00 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 Jablonki 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 w Cincinnati – 4. runda
19.00 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – 4. runda
21.00 Tenis: Turniej WTA 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 IMMFA European Open
14.00 WWE Highlights (29)
14.45 WWE Classic Gold (85)
15.30 WWE Highlights (77, 80)
17.00 KPW Kombatt 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

life DISCOVERY LIFE HD
6.00 Klinika urody (13) – mag.
6.45 Beauty ekspert (1) – mag.
7.15 Nowa Majja w ogrodzie
8.15 Szpital (547, 548)
10.15 Nowa Majja 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 Milosny znak zodiaku (6)
21.15 Nie do uwierzenia! 5
0.15 Sekrety lekarzy (1)
1.15 Drużyna 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 Maur (1) – pr. sportowy
12.50 Sporty walki: FEN 59 w Lublinie – walka: Damian Rzepecki – Patryk Duński
15.05 Boks: Mateusz Poliski – Luis Romero Mendoza
18.05 Sporty walki: Gala Babilon MMA 54 w Grudziądzu – walka: Rafał Blachuta – Krystian Szczesny
19.50 K.O. TV Classics (1) – mag.
20.35 Sporty walki: UFC 312 – walka: Dricus du Plessis – Sean Strickland
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 Jablonki 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 Jablonki 2026
20.00 Piłka nożna – mecz towarzyski
22.30 Siatkówka plażowa: ME – Stare Jablonki 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 Zużel: PGE Ekstraliga: Falubaz – Stal Gorzów
20.00 Zużel: PGE Ekstraliga – mecz: KRONO-PLAST Włokarysystem – 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: Supercup 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 Borussia 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: Supercup 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 – rodzicielsko (1-3)
1.15 Prost (5) – serial dok., Fr.
1.45 O co biega? (13) – mag.
2.20 Zakonnice (1, 2) – dok.

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV D3 T2	TVP HISTORIA D3 T2	HISTORY 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	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	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	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 przeż Australię (13) – dok. 16.00 Dorwać tuńczyka (11, 12) – serial dok.	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	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	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY
21.00 Na tropie legendarnych potworów Najnowsze nagrania i zdjęcia mogą ujawnić zaskakujące fakty w sprawie wyjścia 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	21.00 Podejrzenia przy telefonie – USA 2025 Kulis 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: uciekam seryjnemu mordercy – dok., USA 1.00 Podejrzenia przy telefonie – serial dok.	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.	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 ognia 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)	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)	21.00 David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (11) David przygląda się operacjom, których powodzenie zależało od odwrócenia uwagi wroga. Analizuje m.in. misję 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	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
10.00 Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołwki 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 Czołwki 2.30 Socjalistyczna Filmoteka Powiatowa 3.00 Profesjonaliści – cykl dok.	13.45 Najpiękniejsze rzeki świata 2 (3) – serial dok. 14.45 Monachium 1972 (3) 15.50 Niezwykłe podróże kolejną 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 być – dok. 23.30 Korekta płci. Pytania i dylematy – film dokum. 0.20 Niezwykłe podróże kolejną 13 (4) – serial dok.	12.00 Zwierzęta 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)	10.25 Wulkany: odliczanie (1) 11.35 Lista drażliwych (3) 12.40 W okowach mrozu 4 (12) 13.35 Nasza nieprzewidywalna planeta (2) – serial dokum. 14.40 Rzeczne potwory (3) 15.45 W okowach mrozu 4 (12) 16.40 Dzika Tajlandia (3) 17.50 Twaraż w twarz (2) – dok. 18.55 Rzeczne potwory (3) 20.00 W okowach mrozu 4 (13) 21.00 Wulkany: odliczanie (2) 22.05 Lista drażliwych (3) 23.15 W okowach mrozu 4 (13) 0.15 Nasza nieprzewidywalna planeta (2) – serial dokum.	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 Dzikie połow (3) – dok. 19.45 Pociągami 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.	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 kąt, 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 Supremec malych stworzeń – serial dok. 1.00 Irwinowie – następne pokolenie – serial dok.
TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL 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 Świątynia świata (3) 17.45 Sanatorium miloś 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)	10.00 Polacy za granicą (77, 78) 12.00 Wojny kontenerowe 13.05 Poszukiwacze historii 14.00 Poza kontrolą: Park rozrywki – od szaleństwa do koszmara – 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. Początek dynastii – film dokum., Fr. 19.35 Kolaboranci Hitlera 22.00 100 dni do zwycięstwa 23.20 Nieznane zdjęcia Hitlera 0.25 Kroniki Hitlera (12) – dok.	13.20 Czarodzieje z kanadyjskich złomowisk 2 (2) – dok. 14.15 Australijscy poszukiwacze złota 9 16.15 Drwale z Kolumbii 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 Materla. Lwie serce (2) 23.55 Nago, samotnie i do domu daleko (5)	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 Królowie, które zmieniły świat (2) – dok., Wlk. Bryt. 23.05 Tajne bazy nazistów 4 0.05 Królowie-zabójcy (5, 6)	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.	6.00 Nowe życie na Karaibach (9-12) – rozr. 8.05 Niezwykłe Stany Prokopa (6, 7) – pr. rozr. 10.05 Kobieta na krancu świata (1-4) – serial dok. 12.25 Ciężarówka 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 krancu 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	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TVN STYLE HD
12.10 Wiedźmin (12) 13.05 Giganci nauki 14.00 Anna Krepeszul – dok., Polska 2023 15.00 Serwis Info – pr. inf. 15.10 Zakończaj 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)	6.40 Gra słów. Krzyżówka (1099) 7.10 Okrasa lamie 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 Czerdziałolek (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 lamie przepisy – mag. kulin.	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 paradok. 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.	6.00 Strażnik Teksasu (15, 16) – serial sens. 7.55 Bogaty dom – biedny dom (115) 8.55 Policjanci i Policjanci (566, 567) 10.55 Na ratunek 112 (1164, 1165) – paradok. 11.55 Dłaczego ja? (813, 814) – paradok. 13.55 Trudne sprawy (842-844) – paradok. 16.55 Policjanci i Policjanci (1427) 18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (545) 19.00 Policjanci i Policjanci (1428) – serial obycz., Polska 20.00 Uroczysko (249, 250) 21.05 Sprawiedliwi. Trójmiasto (151)	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.	5.20 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (4) – reality show 5.55 Ach, ten ślub! (1) – program rozrywkowy 6.50 Damy i wiesniaczki. 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.
20.25 Życie nad rozlewiskiem (3, 4) Magosia 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 daje! – magazyn 0.40 Zaraz wracam 2 (125) – serial obycz.	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)	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	22.05 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1034) Jagiello i Kujańska badają śmierć Kapra, który wypadł z balkonu. Ślady walki wykluczają samobójstwo. Wychodzi na jaw, że chłopak chciał uwieść i upokorzyć znajomą. 23.05 Mordery – thriller, 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.	22.00 Idź na całość 2 (24) Uczestnicy mogą wygrać cenne nagrody. W każdym odcinku podejmują ryzyko i próbują unikać zgonu. Program prowadzi Zigmunt 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.	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 Jęstem 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.
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 śródlennomorska (7) – mag. 16.40 Operacja zdrowie (74) 17.10 Okrasa lamie 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, USA 1967, 135 min	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, złodziej 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	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 Ciejrowski – bosy 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.	11.00 Design w australijskim stylu – program rozrywk. 12.00 Kamera, akcja, wpadka! 13.00 Dr Przyszczyła 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 żyje 22.00 Moje paranoje – dok. 23.00 Moje koszarne stopy 0.00 Dr Przyszczyła 2 – dok. 1.00 Transplantacja: drugie życie – serial dokum.	16.10 Jakubiak rozgryza Polskę (10) – mag. kulin. 16.40 Jamie Oliver: 5 składników po śródziemnomorsku (3) 17.35 Jamie Oliver: jedź 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 nieznanne 9 23.55 Bitwa na smaki: David vs Matteo (3, 4) – mag. 0.45 Top Chef 20 (7)	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 Fachurowy (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 Szafranski 0.30 Nauka jazdy (6) – pr. rozr. 1.00 101 gadzettoz motoryzacyjnych (8)
9.30 Calkiem nowe lata miodowe (13, 1) – kom. 10.30 Więzienie (37-39) – dok. 12.00 Piorot 3 (8, 9) – serial krym. 14.00 Świat według Klepskich (413, 414) – kom., Pol. 2013 15.00 Świat według Bundych (36-39) – kom. 17.00 Świat według Bundych (40, 41) – serial komediowy 18.00 Calkiem nowe lata miodowe (10) – kom., Pol. 21.30 Miodowe lata (15-18) 23.00 Zdrady (38) – paradok., Pol. 2.00 Ślad (72, 73, 85) – krym. 1.00 Łowca pedofilów 3.00 TVP okazje (65, 66) 3.50 Wehikuł czasu (819, 818)	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 Zbrodnice 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.	13.00 Niezwykły dr Pol (3) 14.05 Kłątwa 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 FILM – Sarlat – thriller, Francja 2017, 120 min 22.00 Detektywi Candice: Niezawodny instykt 3 (5) – serial kryminalny, Fr. 23.10 Balthazar: Słedczy fenomen 2 (5) – krym., Fr.	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 Serce w obiektywie – komedia romantyczna, USA 2022, 115 min FILM – Strażacy z sąsiedztwa 20.00 Policjanci z sąsiedztwa 4 (4, 5) 21.50 Pogoda (108) – pr. inform. 22.00 Przeboje kabaretu (3) 23.00 Mistrzowie Kabaretu 3 0.00 1, 2, 3... Kabaret! 4 (1)	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 Pagowski. Remont u Ciebie 9 (5) 22.25 Przekopiemy Ci ogródki (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	14.25 Mieszkanka 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 Złoty remont 4 (10) – rozr. 19.05 Weekendowe metamorfozy 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.

POLSAT 2 HD	SUPER POLSAT DVB-T2	TV 6 DVB-T	BBC FIRST HD	STACJE DZIECIĘCE	STACJE INFORMACYJNE
5.50 Wydarzenia 6.30 Nasz nowy dom (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 paradokument., Pol. 2025 14.30 Świat według Kiepskich (252-256) – serial komediowy, Polska 2007	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 – reality show 16.05 Ninja Warrior Polska (37) 18.00 Świat według Kiepskich (472, 473, 558, 559) 20.00 Złomiarze (29) – dok.	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. Zaginięni (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	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	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.	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	SENSACYJNY	SENSACYJNY	KRYMINALNY	ANIMOWANY	INFORMACYJNY
17.00 48h. Zaginięni (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)	21.00 Życzenie śmierci FILM – USA 2018, 130 min Dr Kersey jest cenionym chirurgiem. Pewnego dnia jego żona i córka padają ofiarą napadów. 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	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)	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 Dods 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)	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 Płty i Bill 19.10 Pamiętnik Florki 19.20 Piotruś Królik 2 19.45 Wegezaury 3 19.50 Lupin wśród bajek	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 Budowlancy (37) – dok. 6.30 Kolowrotek (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 w piekarni (8) 19.50 Perfekcyjni gosposdarze 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 wyzka 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 wycieczki 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 Kolowrotek (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: profesjonalści (12) – rozr. 23.10 Wstydlive 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 Barabapa i jego rodzinka 2 (19) – anim., Fr. 18.05 Barabapa i jego rodzinka (18) – serial anim. 18.30 Dora (10) – serial anim. 18.55 Santiago z mór (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 Barabapa 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 Debaty 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.
Kobieta DVB-T2 13.00 Na dobre i na złe (596) 14.00 Omnibus – szycy i mądzy (34) – teleturniej 14.35 Omnibus – szycy i mądzy – 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 wzgórza (319) – serial obycz., Turcja 2024 21.30 La Promesa – pałac tajemnic (299) – obycz. 22.30 Miałsto 44 – dramat wojenny, Pol. 2014, 135 min	E! ENTERTAINMENT HD 6.00 Plastikarna fuzzerka (17) 7.00 Z kamerą u Kardashianów (8, 9) 8.50 Plastikarna fuzzerka (14, 15) – serial dok., USA 12.30 Z kamerą u Kardashianów (5, 10) 14.20 Plastikarna fuzzerka 18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk. 18.30 Z kamerą u Kardashianów (15, 16) 20.30 Plastikarna fuzzerka (18) 0.30 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk. 1.00 Z kamerą u Kardashianów (5, 10) 3.00 Plastikarna fuzzerka (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 niedokonane – pr. publ. 19.20 Odnałżeć 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 Lusja (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 Oros – 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 Dzienniki regionów – inf. 20.13 Gość Regionów – pr. publ. 20.30 Telekurier – mag., Polska 21.00 Program lokalny 22.00 Dzienniki regionów – inf. 22.30 Złoty chłopak (220) – serial obycz., Turcja 2022

Warto zobaczyć

13.35 **Zielone kasztany**
OBYCZAJOWY Nastoletni Marek nie zostaje przyjęty do drużyny piłkarskiej. By się zemścić, rozpowszechnia plotki, że mecz sprzedano. Reż.: Wojciech Fiwek, A: Marek Herbig, Janusz Paluszkievicz
Polska 1985 **90 min ▶ do godz. 15.05**

14.00 **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 **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 **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 **Obóz Niedźwiedzi Pazur**
KOMEDIA Maia i Jan chcą uratować teren wakacyjnego campusu przed inwestorem. Wspierają ich dzikie zwierzęta. Reż.: Silvia Quer, A: Edu Soto, Goncalo Diniz, Anabel Alonso
Hiszp. 2025 **100 min ▶ do godz. 20.00**

18.20 **Thelma**
KOMEDIA 93-latką pada ofiarą oszusta, który podszycza 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 **Moja вина: 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 **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 Dlaczego on?

POLSAT 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 koleżu. Poznaje jej chłopaka, Lairda Mayhew, informatyka, który dorobił się fortuny w Dolinie Krzemowej. Na czas Bożego Naro-

dzenia 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 gadzety chłopak nie na-

daje 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 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 Conan Barbarzyńca

FANTASY Potężny czarnoksiężnik Khalar Singh zgładził plemię małego Conana. Nie zdołał jednak schwycić chłopca. Po wielu latach staje się on niezwykłym wojownikiem (Jason Momoa). Ma jeden cel – pomóc bliskim.

Reż.: Marcus Nispel Wyst.: Rachel Nichols
USA 2011 **HD 125 min ▶ do godz. 0.00**



20.00 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 Seks w wielkim mieście

KOMEDIA ROMANTYCZNA Carrie (Sarah Jessica Parker) szykuje się do ślubu. Niestety, los płała jej figla. W trudnych chwilach może liczyć na wsparcie przyjaciółki. Kobiety ruszają razem do Meksyku.

Reż.: Michael Patrick King Wyst.: Kim Cattrall
USA 2008 **HD 180 min ▶ do godz. 1.00**



20.00 Stan zagrożenia

SENSACYJNY Zbrodnia ujawnia powiązania przyjacielea 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 Druhny

KOMEDIA ROMANTYCZNA Annie (Kristen Wiig) boryka się z kłopotami. Mimo złej passy zostaje honorową druhną na ślubie przyjaciółki. Razem z resztą świadków 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**

→ filmowe hity



Sprzeciw Bravena sprowadza na jego rodzinę poważne niebezpieczeństwo.

20.00 **Braven**

TV PULS **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 **Ella i John**
TVP KULTURA **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 **Człowiek z Rzymu**
TV 4 **THRILLER**

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 **Ból i blask**
ALE KINO+ **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
Hiszpa. 2019 **HD 135 min ► do godz. 22.25**

23.30 **Morderstwa w Arbois**
TVP 1 **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 **Renewi Tour**
EUROSPORT 1 **KOLARSTWO LIVE**

Drużyna jego dnia wyścigu odbywającego się w Holandii i Belgii kolarze wystartują z miasteczka Blankenberge. Czekają 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 **Atletico Madryt - Malaga CF**
C+ SPORT 5 **PIĘKA 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 **Turniej WTA w Cincinnati**
C+ SPORT 2 **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 **BMW Championship**
EUROSPORT 2 **GOLF LIVE**

W Bellerive Country Club w St. Louis stanie Missouri zaprezentuje się 50. najlepszych zawodników klasyfikacji FedEx Cup. Tytułu broni Scottie Scheffler. Zagrozić czempionowi może m.in. Alex Noren. **HD 240 min ► do godz. 1.00**

→ rozrywka

20.40 **Kocham Cię, Polsko!**
TVP 2 **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 **Kuchenne rewolucje**
TVN **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 **Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13**
HBO 3 **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 **Łowca historycznych skarbów**
HISTORY **TECHNIKA**

Mike Wolfe przygląda się wynalazkom, które wpłynęły na rozwój społeczeństwa. Analizuje też szalone projekty, które wycyfano przed wprowadzeniem na rynek. **HD 60 min ► do godz. 22.00**

TVP 1 HD DVBT2

- 4.40 Splątane losy** (26) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 5.30 Akacja 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 Jedyńce: 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 Telexpress, pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – telet. muz.
- 18.05 Reporterzy** – mag. reporterów
- 18.25 Akacja 38** (938) – telenowela, Hiszpania 2018
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – pr. publicyst.
- 20.10 Sport, pogoda**

KRYMINALNY



20.30 Ojciec Mateusz 35 (447): Obiekt – Polska 2026

Dwaj nastolatki podążają tropem meteoritu, który rzekomo spadł w rejonie Sandomierza. Nazajutrz nie pojawiają się w szkole. Do poszukiwań dołącza Mateusz. Uwagę proboszcza przykuwa właścieli pobliskiej ziemi.

- 21.25 Sprawa dla reportera** – magazyn interwencyjny
- 22.25 Stanisław Syrewicz odmienniany przez los** – film dokumentalny, Polska 2020
- 23.30 Morderstwa w Arbois** – film kryminalny, Francja 2024, reż. Laurence Katrion, wyk. Sophie de Fürst, Samir Boitard, Marc Bodnar, Charlotte Gaccio, 100 min
- 1.10 Czego pragną kobiety** – 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**

TVP 2 HD DVBT2

- 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

ROZRYWKOWY



20.40 Kocham Cię, Polsko! (11)

W drużynie Michała Koterskiego swoją wiedzę o ojczyźnie sprawdzają: Michalina Sosna, Janek Dąbrowski i Paulina Chylewska. W zespole Filipa Gurlacza znajdują 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
- Półowa 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 PiBull 3** (25) – serial sensacyjny, Polska 2008
- 1.00 Cesarskie cięcie** – komedia obyczajowa, Polska 1987, reż. Stanisław Moszkuk, wyk. Renata Pekul, 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**

polsat HD DVBT2

- 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 przejmując 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**

KOMEDIA



20.00 Dlaczego on? – USA/ Kambodża 2016, 150 min

HIT DNIA Ned przyjeżdża wraz z żoną i młodszym synem do studiującej córki. Ma okazję poznać jej chłopaka Lairda, ekscentrycznego miliarda. Konserwatywny mężczyzna wypowiada kandydatowi na zięcia wojnę, a sytuacja wymyka się spod kontroli.

- 22.30 Druhnny** – komedia romantyczna, 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 drużyną przyjaciółki. Razem z resztą świadkowskich i panną młodą rusza do Las Vegas. Podróż obfituje w zaskakujące wydarzenia i staje się testem kobiecych relacji.
- 1.05 Ponad wszystko** – film obyczajowy, USA 2017, reż. Stella Meghie, wyk. Amanda 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)

tvn TVN HD DVBT2

- 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, Gościnnia Ukrainka – program rozrywkowy
- 13.40 Ukryta prawda** (1535, 1536, 1589) – serial paradok., Polska
- Dominik zostaje 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 kardiologii i chirurgii dziecięcej. Twierdzi, że ktoś celowo uszkodził jego samochód, by go zabić. Podejrzani padają na ojca dziecka, które zmarło podczas operacji.
- 19.00 Fakty, sport i pogoda**
- 19.55 Uwaga!** – magazyn reporterów

OBYCZAJOWY



20.15 Na Wspólnej (4267) – 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** – 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 2001, reż. Francis Veber, wyk. Daniel Auteuil, Gérard Philipe, 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



- 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 innych osiedlu plonie 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. Podejrzania padają na jedną z jego ofiar oraz jej chłopaka.



- 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.



- 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



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



W APTEKACH I ZIELARNIACH

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 przyjaciółm 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 Warrny, Ekawat Niratvorapanya, Edward James, Nopadol Niyomka, 135 min

3.00 Miasta, w których straszys (2) – serial dokumentalny, USA 2017

3.50 Fachowcy (9) – serial paradokumentalny, Polska 2017

4.25 Dorota was urządził! (9) – program rozrywkowy



CUKIERKI ŻEŃSZENIOWO-IMBIROWE – ZŁAP SIŁĘ I ODPORNOŚĆ!



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 bezwzględnyimi przestępcami.

21.55 Conan Barbarzyńca – film fantasy, USA 2011, reż. Marcus Nispel, wyk. Jason Momoa, Rachel Nichols, Stephen Lang, Rose McGowan, 125 min

0.00 Władcy ognia – 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

Smerfotka poznaje dziewczynkę o imieniu Laura. Obie wpadają w ręce wiedzmy. 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 – 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. Pogrzebowie pragną pomóc 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	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+	CANAL+ PREMIUM HD	HBO 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	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	9.00 Dziewczyna i chłopak (6-ost.) 9.55 W drodze! – komediodramat, Iran 2021, 105 min 11.40 Wniebowzięci – kom. obycz., 55 min 12.35 Reżyserzy (10-ost.) 13.35 Zielone kasztany – film obyczajowy, Polska 1985, 90 min 15.05 Barbara i Jan (5, 6) 16.15 Cyrk – komedia, 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.	6.30 Polska z góry 3 (13) – serial dok., Pol. 2018 7.00 Ciotka Hitlera – 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 – western, Francja/Hiszpania/Włochy 1973, 120 min 16.00 Shalako – western, Wielka Brytania/RFN 1968, reż. Edward Dmytryk, wyk. Brigitte Bardot, 135 min 18.15 Vera 14 (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.	9.50 Jutro będzie nasze – komediodramat, Włochy 2023, 115 min 11.45 Łapu capu – pr. rozr. 11.50 Dalej jazda! 2 – kom., Polska 2025, 100 min 13.30 Girl Climber. Wspinaczka – film dok., Austria/USA 2025 14.55 Balony – film krótkometraż. 15.25 Tożsamość Bourne'a – 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 s.f., USA/Japonia 2012, reż. Peter Berg, 130 min	7.55 Spider-Man: Uniwersum – anim., USA 2018, 115 min 9.50 A potem się zobaczy – komedia, Włochy 2025, 100 min 11.30 Wyzwolenie – dramat biograficzny, USA 2023, 100 min 13.10 W skrócie – komediodramat, Niemcy 2024, 110 min 15.00 Wielka mała koza – anim., USA/Brazylia/Japonia 2026, 100 min 16.40 Eleanor Wspaniała – film fab. obyczajowy, USA 2025, 100 min 18.20 Obóz Niedźwiedzi P! Pazur – komedia, Hiszpania/Portugalia 2025, 100 min

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 bieganina 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 Głina. Nowy rozdział (4) – krym.
1.30 PiłBull (25, 26) – sens.
3.30 Stulecie Winnych 3 (36) – obycz., Pol. 2021
4.25 Klan (1481) – telen.

KOMEDIA PRZYGDOWA


20.05 Ella i John – Włochy/Francia 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 sensacyjny, Francja 1983, 130 min

1.20 Tonia – dramat społ., Polska 2022, 95 min

DRAMAT OBYCZAJOWY


20.10 Ból i blask – Hiszp. 2019, 135 min

Hiszpański reżyser Mallo wspomina osoby i wydarzenia na odludziu. Wraca m.in. pamięcią do czasów swojego dzieciństwa.

22.25 Szpieg – thriller, Fr./Wielka Brytania/

0.55 Superposition – thriller, Dania 2023, wyk. Marie Bach Hansen, 125 min

3.00 Furioza (1) – sens.
3.50 Moje miasto – film obyczajowy, Polska 2002, 65 min

HORROR


20.00 Premiera: Wolf Man – 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 komedia, USA/Włochy 2024, 95 min

23.15 Wielka Warszawska – dramat sensacyjny, Polska 2025, 110 min

1.05 Wcielenie zła – horror, Meksyk 2024, 85 min

MELODRAMAT


20.00 P! Moja wina: Londyn – Wielka Brytania 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 – horror, USA 1997, 100 min

1.20 Człowiek w ogniu – 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 obycz., Wlk. Bryt. 2019, 115 min

17.00 W poszukiwaniu Świętego Mikołaja – 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 Nieustraszone 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 sensacyjny, Francja/USA/Turcja 2012, 115 min

22.55 Bałkańska vendetta – 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 Bajzer 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 Bajzer z Bel-Air (17-20)
16.05 Pełniejsza chata 4 (1-4)
18.10 Sok z zuka – horror

19.00 Komediowy, 1988, 110 min
20.00 Uznany za niewinnego – film krym., 1990, 150 min
22.30 Ostatni sprawiedliwy – dramat sensacyjny, USA 1996, 115 min

0.25 Zabójcza broń 3 – film sensacyjny, 1992, 135 min
2.40 Wrogie niebo 2 (9, 10) – serial s.f., USA/Kan. 2012

POLSAT SERIALE

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 Mamo (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

6.00 Łapu capu – pr. rozrywk.
6.05 Fuks – komedia sens., Polska 1999, 85 min
7.30 Super pies i kot lotr – film anim., 2025, 90 min
9.00 Orzelek Iggy – film anim., Polska/USA 2025, 85 min
10.25 Kiler – komedia sens., Polska 1997, 100 min
12.05 Kiler-ów 2-óch – komedia, Polska 1999, 115 min
14.00 Łapu capu – pr. rozrywk.
14.05 Riefenstahl – dok., 2024
16.00 Jason Bourne – thriller, USA 2016, reż. Paul Greengrass, 120 min
18.00 Mój jedyny wróg – film krótkometraż., Pol.
18.20 Thelma – komedia, Szwajcaria/USA 2024, reż. Josh Margolin, 95 min
19.55 Łapu capu – pr. rozrywk.
20.00 Dziewczyna z igłą – dramat obyczajowy, Dania/Polska/Szwecja 2024, 120 min
22.00 Gdy zgasa światła – film sens., 2024, 90 min
23.30 Dotyk – melodramat, 2024, 120 min
1.30 Polana pośród brzeziny – dramat obyczajowy, Fr./Pol./Niemcy 2003, 90 min
3.00 Masz na imię Justine – dramat obyczajowy, Pol./Luksemburg 2005, 95 min
4.35 To się nie dzieje – thriller, Polska 2025, 85 min

CANAL+ SERIALE

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 anim., Japonia 2004-2005
12.30 Cat's Eyes (1, 2) – serial przygodowy, Francja 2024
14.40 Planeta Singli. Ośiem historii (7, 1) – serial komediowy, Polska 2021
16.35 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (1, 2) – serial dokumentalny Łapu capu – program rozrywkowy
18.35 Captain Tsubasa (34-36) – serial anim., Japonia 2018
19.50 Making of CANAL+ – magazyn filmowy
20.00 Wartoownicy (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 Kłangor (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 2 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: ciężarówk w opalach (9) – serial dok.
14.55 2 archiwów historii (6)
16.00 Lotnisko na Alasce (5)
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 opalach (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.
23.50 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 animowany, Hol./Bel./Luksemburg 2024, 70 min
15.40 Istoty fantastyczne – komediodramat, USA 2024, 100 min
17.20 Pan Aznavour – dramat biograficzny, 2024, 130 min
19.30 Czarna ściana – dramat obycz., Fr./Luksemburg/Belgia 2024, 115 min
21.25 Bez wyjścia – 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 zwycięzyna przysługi – czarna kom., USA 2025, 120 min
15.20 Wielka, odważna, piękna podróż – dramat fantasy, Irlandia/USA 2025, reż. Kogonada, 105 min
17.05 Green Book – dramat 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 zona (9)

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM	COMEDY CENTRAL	TVN FABUŁA	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA
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 animowany, USA 2017, 110 min 15.55 New York Taxi – komedia sensacyjna, USA/Fr. 2004, 125 min 18.00 Whitney Houston: I Wanna Dance With Somebody – film biograficzny, USA 2022, reż. Kasi Lemmons, 180 min	6.00 Tata ma plan 2 (6, 7) – kom., USA 2017 7.00 Dwóch i pół 11 (3-6) – kom., USA 2013 8.55 Przyjaciółki 5 (6-11) – serial komediowy, USA 1998-1999 11.55 Teoria wielkiego podrywku 3 (1-6) – kom., USA 2009 14.30 Dwóch i pół 11 (7-10) – serial komediowy, USA 2013 16.30 Przyjaciółki 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.	5.05 Szkoła (823) – serial parodokum. 6.00 Kino w drodze (4) 6.30 Kino Buzz Top 5 (13) 6.40 Seriale 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 Seriale: rozmowy 2 (1) – mag. 17.50 Znowu mam 17 lat – komedia, USA 2009, 130 min	6.00 Balthazar 4 (4) – serial kryminalny, Fr. 6.55 Światka na tropie: Śmiertelny romans – film kryminalny, USA 2020, 110 min 8.45 Zabójstwo w posiadłości – thriller, Francja 2020, 120 min 10.45 Mentalista 6 (13-16) – serial kryminalny 14.25 Róża na jej grób: Historia Randy'ego Rotha – thriller, USA 2023, 115 min 16.20 Morderstwo w Kraju Basków – thriller, Francja 2019, 120 min 18.20 Mentalista 6 (17-20) – serial kryminalny	6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dok. 7.20 Przygody Myszk (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 obyczajowy, 1973, 230 min 13.45 Zegnaj, Ameryko! – film obycz., Niemcy/Polska 1994, 115 min 15.40 Motylem jestem, czyli romans czterdziestolatka – komedia obyczajowa, 1976, 120 min 17.40 Stawka większa niż życie (11, 12)	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	KOMEDIOWY	KOMEDIA	SENSACYJNY	KOMEDIA ROMANT.	SENSACYJNY
21.00 Romantyczny czwartek: Wystrzałowe wesela – USA 2022, 135 min Darcy oraz Tom planują ślub na wyspie. Uroczystość zakłóca wtrącenie piratów, którzy biorą gości jako zakładników i żądają okupu. Zakochani ruszają bliskim na ratunek. 23.15 Predator – film s.f., 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 parodokum.	19.30 Teoria wielkiego podrywku 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 Pracoholizy (7, 8) 2.00 Śmiesznie nie będzie 4 (7, 8) – rozr. 3.00 Miasteczko South Park 6 (7-9)	20.00 Testosteron – Polska Kilku mężczyzn spotyka się po odwołanym ślubie Kornelia. Niedoszły pan młody, jego ojciec i inni goście próbują dociec, dlaczego Alicja porzuciła partnera. 22.40 Każdy twój oddech – thriller, USA 2021, reż. Vaughn Stein, wyk. Casey Affleck, 125 min 0.45 Bohemian Rhapsody – dramat biograf., Wlk. Bryt./USA 2018, 165 min 3.30 Zawieruchy przepis na kino (23) – pr. rozr.	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 drogowki. 23.55 American Heist. Skok życia – film sensacyjny, Kanada/Luksemburg 2014, reż. Sark Andreassian, 120 min 1.55 Morderstwo w Kraju Basków – thriller, Francja 2019, reż. René Manzor, 120 min	20.00 Rozmowy nocą – 2008, 120 min Samotna artystka Matylda bardzo chce zostać matką. By znaleźć dawcę nasienia, zamieszcza w gazecie ogłoszenie. Dzięki niemu pozna nieśmiałego Bartka. 22.00 Horror Story – czarna komedia, 2023, 120 min 0.00 Wymyk – dramat obycz., 2011, 120 min 2.00 Zwolnieni z życia – dram. obycz., Polska/Fr. 1992, 125 min 4.05 Jesteśmy razem – film dokum., 2025	20.00 Stan zagrożenia – 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., USA/Wielka Brytania 1995, 175 min 1.50 Jedna dusza – dramat obyczajowy, Polska 2023, 130 min 4.00 Poszukiwany, poszukiwana – komedia, Polska 1972, 120 min
CINEMAX	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA	SCI FI	FX	FILMBOX+ ONE	ROMANCE TV
10.00 Hulk – dramat s.f., USA 2003, reż. Ang Lee, 140 min 12.20 Droga Mleczna – film obycz., Izrael 2023, 100 min 14.00 Dla niej wszystko – dramat kryminalny, USA/Fr. 2010, 130 min 16.10 Magia uczuć – film fantasy, USA/Indie/Wielka Brytania 2006, 120 min 18.10 Piękna i Bestia – film fantasy, Francja/Niemcy 2014, 110 min 20.00 Fargo 4 (9-11) – krym., USA 22.25 Road House – film sensacyjny, 2024, 120 min 0.25 American Psycho – thriller, 2000, 105 min	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.	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 królów (3) 22.00 Daybreakers – Świt – horror s.f., 2009, 120 min 0.00 Zabójcze roboty – film s.f., Australia 2020, 155 min 2.35 SurrealEstate (6-8) 5.05 Kroniki Spiderwick (5)	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 Zakłamanie (7) – obycz. 23.00 Z archiwum X (3) – s.f. 0.00 As w rękawie – film sensacyjny, 2006, 140 min 2.20 CSI: Kryminalne zagadki Miami (4, 5) – serial krym.	8.05 Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (6) – krym. 9.15 Panna Scalet 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 sensacyjny, 2012, 115 min 0.10 Nim diabeł dowie się, że nie żyjesz – dramat sensacyjny, 2007, 165 min	12.25 Rejs ku szczęściu – Podróż poślubna na Floryde – film obycz., Niemcy 2009, 115 min 14.20 Malibu – Namiot dla trojga – komediodramat, Niemcy 2022, 115 min 16.15 Dr Nice – Złamane serca – film obyczajowy, Niemcy 2024, 110 min 18.05 Górski lekarz (68) – obycz. 20.00 Inga Lindström: Róża na piasku – film obycz., Niemcy 2021, 115 min 21.55 Wiele krów i czarna owca – film obyczajowy, Niemcy 2020, 110 min 23.45 Górski lekarz (68)
CINEMAX 2	VIAPIC EPIC DRAMA	NOVELAS+	FX COMEDY	FILMBOX+ FILMSBOX+ HITS	PARAMOUNT NETWORK
13.25 Steve Jobs – dramat biograficzny, 2015, 125 min 15.30 Jestem koncem świata – kom., Wł. 2025, 95 min 17.05 Stone lato – dramat obycz., Wielka Brytania/Australia 2025, 95 min 18.40 Miasto kłamstw – film kryminalny, USA/Wielka Brytania 2018, 110 min 20.30 Kill Bill cz. 2 – film sensacyjny, 2004, 135 min 22.45 Conan Barbarzyńca – film fantasy, USA/Meksyk 1982, 125 min 0.50 Ostatnia batalia Ellen Cole – dramat obyczajowy, USA 2024, 95 min	13.30 Morderstwo w małym mieście 2 (2) – krym., Kan. 14.20 Agenci NCIS 16 (3) – sens. 15.15 Panna Marple: Noc i ciemność – krym., Wielka Brytania/USA 2013, 115 min 17.10 Komisarz Maigret (1) 17.10 Komisarz Maigret (1) 19.00 Agenci NCIS 16 (4) – sens. 20.00 Poirot 3 (8) – serial krym. 21.00 Detektywy 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.	10.00 Opowieść o wyspie (23) 11.00 Otchłań namiętności (146) – telen., Meksyk 2012 12.00 Duma i uprzedzenie (6) 13.00 Róża i grzechy (45) 14.00 Domenica Montero (8, 9) 16.00 Róża 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 Róża i grzechy (46) 23.00 Duma i uprzedzenie (7) 0.01 Otchłań namiętności (147) – telen., Meksyk 2012 1.00 Miłość w Cabo (6) – telen.	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., USA 2000, 115 min 23.55 Simpsonowie 33 (11, 12) 0.55 Family Guy: Głowa rodziny 22 (9, 11-13)	12.10 Jak kochać się z D – komedia, 2019, 105 min 13.55 Szef – komedia, USA 2014, reż. Jon Favreau, 130 min 16.05 Prawie przyjaciele – komediodramat, USA 2016, reż. Jake Goldberger, 115 min 18.00 Wyścig o życie – dramat przygodowy, 2023, 120 min 20.00 Kolacja pożełna – komediodramat, Niemcy 2023, 105 min 21.45 John Wick 4 – film sens., USA/Niemcy 2023, 180 min 0.45 Historia mojego życia – dramat obycz., Węgry/Niemcy/Fr. 2021, 180 min	13.00 Czarodziejski 2 (7, 8) – serial fantasy, USA 1999 15.00 Pingwiny z Madagaskaru 3 (4) 15.30 Lara Croft Tomb Raider: Kolebka życia – film przygodowy, USA/Niemcy/Japonia 2003, 145 min 17.55 Zwycięskie losy Jerry'ego i Marge – komediodramat, USA 2022, 125 min 20.00 Listy do Julii – komedia romant., USA 2010, 125 min 22.05 Prawo zemsty – thriller, USA 2009, 135 min 0.20 Bodyguard Zawodowiec – kom. sens., 2017, 150 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD	POLSAT SPORT 1 HD	CANAL+ SPORT HD	TVP SPORT	ELEVEN SPORTS 1 HD	Discovery DISCOVERY CHANNEL 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 PS w Vallnord/Pal-Arinsal 14.30 Kolarstwo: Renewi Tour – 1. etap 15.30 Kolarstwo: Renewi Tour – 2. etap 17.30 Kolarstwo: Vuelta a Espana – 20. etap 18.00 Tenis: Turniej US Open 2024 – finał mężczyzn: J. Sinner – T. Fritz	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 20.00 Siatkówka kobiet: Memoriał Agaty Mróz-Olszewskiej	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 pierwszy planie (4) – dok., Pol. 18.45 Ekstraklasa po godzinach – mag. 20.00 Premier League: The Big Interview	10.25 Kolarstwo: Tour de Pologne – podsumowanie 12.20 Tour de Pologne Amatorów – Bukowina Tatrzńska – reportaż 12.50 Pływani: Mistrzostwa Europy – Paryż 2026 – podsumowanie 14.45 Strongman: PE – Krynicka Źródło 2026 15.45 Lekkoatletyka: Memoriał Kamili Skolimowskiej – Chorzów 2024 18.10 Rajdowe Samochodowe Mistrzostwa Polski: Rajd Rzeszowski	6.00 Legendy Bundesligi: Rudi Voeller; Lothar Matthaeus 7.00 Piłka nożna: 2. liga niemiecka – mecz: FC Kaiserslautern – Karlsruher SC 9.00 Piłka nożna: Supercup Francji – mecz: RC Lens – PSG 11.00 Formula 3: GP Węgier 12.30 Formula 2: GP Węgier 13.45 Bundesliga Clubs – mag. piłkarski 14.00 Formula 1: Grand Prix Węgier – podsumowanie 16.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Sporting CP – Vitoria SC	9.00 Parker na złotym szlaku 3 – serial dok. 10.00 Wyprawa w nieznane 6 – dok. 11.00 Dżungla złota – dok. 12.00 Psy policyjny (6) 13.00 Fantastyczne zwierzęta z Forresterem 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.
SNOKER	TENIS	MAGAZYN SPORTOWY	MAGAZYN BOKSERSKI	PIŁKA NOŻNA	DOKUMENTALNY
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 Chrism 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	21.00 Turniej ATP w Cincinnati – mecz LIVE ćwierćfinałowy gry pojedynczej Na kortach w Cincinnati zobaczymy m.in. Felixa Augera-Aliassime. Celem Kanadyjczyka jest znalezienie się po raz pierwszy w najlepszej czwórce zmagani. 23.00 Siatkówka kobiet: Memoriał Agaty Mróz-Olszewskiej 2.30 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – mecz LIVE ćwierćfinałowy gry pojedynczej 5.00 Boks	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 Ligamistrzowie historie (2) – mag.	18.45 Ring TVP Sport W programie między innymi, aktualności ze świata sportów walki, spotkania z wybitnymi polskimi pięściami 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	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 Formula 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.	21.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 Freddy i Juan naprawiają plukarkę do złota należąca 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	POLSAT SPORT 2 HD	CANAL+ SPORT 2 HD	EXTREME CHANNEL HD	ELEVEN SPORTS 2 HD	life DISCOVERY LIFE 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 Uddevall – 1 i 2. z wyciąg 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	6.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – mecz 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	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 w Cincinnati – ćwierćfinał LIVE w Cincinnati 21.00 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati 23.00 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati 1.00 Tenis: Turniej WTA w Cincinnati – ćwierćfinał LIVE w Cincinnati	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. 14.30 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)	12.00 Piłka nożna: 2. liga niemiecka – mecz: Kaiserslautern – Karlsruher SC 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 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii 20.00 Piłka nożna: Supercup Francji – mecz: RC Lens – Paris Saint-Germain – magazyn piłkarski 22.00 Bundesliga Weekly (1) 22.35 Serie A – mag. piłkarski 23.45 Made in Italy (19) – mag.	10.15 Nowa Maja w ogrodzie 11.15 Idealna niania 6 (3, 4) 12.45 Klinika bez tajemnic 14.54 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-trazmiana (1) – rozr. 3.15 Szpital (408, 409) 5.15 Klinika urody (1) – mag.
POLSAT SPORT FIGHT HD	POLSAT SPORT 3 HD	CANAL+ SPORT 5 HD	ELEVEN SPORTS 4 HD	ELEVEN SPORTS 3 HD	CANAL+ DOKUMENT HD
13.00 Sporty walki: UFC Fight Night: Sean Strickland – Anthony Hernandez 15.00 Ateci – 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: Świąrydowicz – Pałkowski 19.40 Strzelnica Navala (1) 20.25 Sporty walki: Babilon MMA 55 w Radomiu: M. Łazarz – S. Kolecki 22.30 K.O. TV Weekly (34) 23.00 Sporty walki: UFC Fight Night: I. Adesanya – J. Pyfer	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	13.00 Ekstraklasa po godzinach – mag. piłkarski 14.10 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Wisła Kraków 16.40 Na pierwszy 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 pierwszy planie (4) – serial dokumentalny, Pol.	14.00 Piłka nożna: 2. liga niemiecka – mecz: Hertha BSC – 1. FC Heidenheim 16.00 Piłka nożna: 2. liga niemiecka – mecz: Dynamo Dreżno – SV Darmstadt 98 18.00 RC Lens – Sekrety sukcesu – reportaż 19.40 Magazyn piłkarski 20.10 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	12.00 Piłka nożna: 2. liga niemiecka: SpVgg Greuther Fürth – 1. FC Nürnberg 14.00 Piłka nożna: Supercup 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 Dreżno – SV Darmstadt 98 0.00 Ligue 1 Preview (1) 0.30 Bundesliga Weekly (1)	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.

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB T2	TVP HISTORIA DVB T2	HISTORY 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	6.00 Głośne sprawy z Beth Karas – serial dokumentalny, USA 8.00 W kręgu kłamstw – serial kryminalny 10.00 Kłamstwa żądne 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	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	6.00 Wehikuł czasu (820) 6.05 48h. Zaginięni (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 tunczyka (13, 14) – serial dok. 18.00 Rolnicy. Podlasie (24, 25) – serial dok. 20.00 Galileo 28 (18)	6.30 Było, nie minęło – kronika 8.30 Zwiadowców historii – mag. hist. 1920. Wojna i miłość (6) – serial hist., Polska 9.25 Lena na Bałkanach (5) – cykl reportaży 10.00 Podróż 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	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	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	HISTORYCZNY	DOKUMENTALNY
18.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2 – USA 2014 Widzowie odwiedzają 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 Zwyczajne rzeczy – niezwykle wynalazki 16 (17-20) 1.00 Jak działa wszechświat? – dok. 4.00 Szyfry i spiski 2 (3)	21.00 Szukająca 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 Szukająca prawda 14 – dok. 2.00 Taśmy zbrodni (1) 3.00 Zbrodnia w sąsiedztwie 3	21.00 Ekstremalne katastrofy (6) Kolejne linowe i szynowe zadko 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.	21.00 Poszukiwacze historii (3-6) Olaf Popkiewicz i Radek Biczak udają się w okolice Gólabki Dobrynia. 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 Kolowrotek (10, 11) – magazyn wędkarski	17.55 1920. Wojna i miłość (7) – Polska 2010 Władek wyrusza na front. Wpada w pułapkę oddziału Aleksandra i Tkaczki. Józef ludzi 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	21.00 Łowca historycznych skarbów (3) Twórcy programu przylgają się do 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	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
7.00 Podziemne sekrety 9.00 Było, nie było (1) – dok. 10.00 Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołowski 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 Profesjonalni – cykl dok. 4.00 Mikroprzyroda (5) – dok. 5.00 Łowcy staroci (1) – dok.	13.45 Najpiękniejsze rzeki świata 2 (4) – serial dok. 14.45 Superskaly. Historia wykuta w kamieniu (1) 15.50 Niewykłe 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 Niewykłe podróże koleją 13 (5) – serial dok.	9.00 Niewydziały dr Pol 12.00 Zwierząt w amoku (6) 13.00 Dziką przyrodą strefy równikowej (6) – dok. 14.00 Inwazja pytonów – dok. 15.00 Najgroźniejsze zwierzęta Afryki (2) 16.00 Wspaniałe Filipiny (2) 17.00 Niewydziały wędrowcy zwierząt (6) – serial dok. 18.00 Dziką Mississippi (3) 19.00 Najgroźniejsze zwierzęta świata (1) 20.00 Najgroźniejsze zwierzęta świata (4) 21.00 Niewydziały dr Pol 2.00 Dziką przyrodą strefy równikowej (5)	10.20 Wulkany: odliczanie (2) 11.30 Lista drażliwych (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 Dziką 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 drażliwych (4) 23.15 W okowach mrozu 4 (14) 0.15 Nasza nieprzewidywalna planeta (3) – serial dokum.	10.25 Życie na pustkowiu 8 (6) 11.25 Zabójcza pogoda 5 (4) 12.30 Dzikie połow (3) – dok. 13.30 Parki narodowe z lotu ptaka: Irlandia (3) – dok. 14.30 W okowach mrozu 6 16.35 Największe zagadki natury (6) – dok., Wlk. Bryt. 17.40 Parki narodowe z lotu ptaka: Irlandia (3) – dok. 18.45 Dzikie połow (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)	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 dzungli 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	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
13.50 Wyspy Kanaryjskie (4) 14.50 Kalendarz przyrody (6) 15.50 Ręka – od dotyku do triumfu – film dokum. 16.50 Świętynie świata (4) 17.55 Sanatorium miłości 8 18.55 Dziewczyna z ekranu 20.00 Orlando – światowa stolica rozrywki – dok. 21.05 Abruzja – Klejnot Włoch. Dziką Naturą (1/2) – dok. 22.10 Królowe miedzi (9) – dok. 23.10 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn 23.20 Pułapki medków społecznościowych – film dok., Francja 2025 0.30 Sanatorium miłości 8	8.10 48h. Zaginięni (184, 185) 10.10 Polacy za granicą (1, 2) 12.10 Wojny kontenerowe 13.05 Kolaboranci Hitlera 15.30 Military 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.	13.20 Czarodziej z kanadyjskich złomowisk 2 (3) – dok. 14.15 Australijscy poszukiwacze złota 9 16.10 Ekstremalna pomoc drogowa 2 (7) – serial dok. 17.10 Zabójczy połow (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)	12.25 Wikingowie: narodziny imperium (1-3) 15.20 Kobiety wikingów: nieznaną historię – dok. 16.30 Punkty zwrotne II wojny światowej (6) 17.35 Z popiołów II wojny światowej (3) – serial dok. 18.50 Konkwiastodory: 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	14.10 Podmiejski koszmar (3) 15.05 Zabójcze wakacje 2 (9) 16.00 Prawda leży pod ziemią (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.	8.05 Kobieta na krańcu świata (10, 2, 4, 1) – dok. 10.25 Niewydziały Stany – 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 Ciepłarówka 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

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TVN STYLE HD
13.50 Daję słowo – Maciej Orlóš 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 szczyścia (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.	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 Czerdziestolatek (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	6.05 Demakijaż (66-69) – program rozrywkowy 8.00 halo tv 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	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	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.	5.20 I nie opuścisz 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) – program rozrywkowy 13.25 Kuchenne rewolucje (4, 5) – program rozrywkowy 15.35 Pary młode ponad miarę (1, 2) – program rozrywkowy Sylvia i Bartek dzielą miłość do muzyki. Szukają słubnych kreacji w dużym rozmiarze.
OBYCZAJOWY	ROZRYWKOWY	ROZRYWKOWY	OBYCZAJOWY	REALITY SHOW	ROZRYWKOWY
20.25 Ranczo 3 (33) – Polska 2008 Lucy i Kusi 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 szczęcie! 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	22.10 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (50) Wybór najlepszych skeczy warszawskiej grupy. Kultowe scenki ukazują codzienną sytuację w krzywym zwierciadle i przypominają, za co widzowie kochają kabaret. 22.50 Kabaret Letnia 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.	20.00 Kolacja w ciemno (60) – Polska Szukająca miłości bohaterka otrzymuje różne wersje menu od pięciu samotnych mężczyzn. Wybiera spośród nich trzy propozycje i spotyka 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.	19.00 Policjantki i Policjanci (1429) Lena oraz Bartosz badają sprawę strzelaniny w domu. Właściciela zostaje ranna, a jej mąż walczy o życie. 20.00 Uroczysko (251, 252) 21.00 Sprawiedliwi. Trojmiasto (152) 22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1035) 23.05 Człowiek z Rzymu – thriller, Hiszpania/Kolumbia/USA 2022, 165 min 1.50 Love Island. Wyspa miłości (57)	22.00 Życie na kredytcie 8 (21, 22) – Polska 2026 Dorota z Kamilem prezentują rodzinie pierwsze efekty remontu nowego domu. Klaudiusz 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. podróży 2.05 Dobra robota 3 (27) 2.40 Osadzone. Blok F (5, 6) – paradok., Pol. 3.45 Damy i wieśniaczki. Ukraina 8 (13)	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	TVP HD	ZOOM	TLC	C+ KUCHNIA HD	TVN TURBO 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 Karpiem-Bulecką 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 0.05 Trzy sekundy – film FILM Sensacyjny. Wielka Brytania/Kanada/USA 2020, 120 min	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 rodziny – serial obycz. 19.50 Rosamunde Pilcher: Pełnia szczęścia – melodramat, Niemcy 2015, 120 min 21.50 Rosamunde Pilcher: Argentynskie tango – film obyczajowy, Niemcy 2016, 105 min 23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	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 – bosso 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)	11.00 Ciało, w którym żyje 12.00 Moje paranoje – dok. 13.00 Wspólne życie XXL 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 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 Skórce na ratunek 7 – serial dok., Wlk. Bryt. 2024 0.00 Dr Pryszczyla 2 – dok. 1.00 Jay i Pamela 2 (1)	15.50 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś (8) 16.10 Jakubski rozgrza Polskę 2 (1) – mag. kulin. 16.40 Jamie Oliver: 5 składników pośródziemnomorsku (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 niezłane 9 23.55 Bitwa na smaki: David vs Matteo (4, 5) – mag.	10.15 Ciężarówką przez Stany 4 (7) – pr. rozrywk. 11.15 101 napraw (4, 5) – mag. 12.15 Jeżdżąc, 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: Ściera z ogłoszenia (7, 8) – rozr. 22.00 Raport Turbo – mag. inf. 22.15 Jeżdżąc, obserwować 23.45 Zawodowi handlarze 0.30 Nauka jazdy (7) – pr. rozr. 1.00 101 gadzettoz motoryzacyjnych (9)
NOVA	METRO	ANTENA HD	WP	C+ DOMO HD	HGTV HD
9.30 Calkiem nowe lata miodowe (14, 2) – kom. 10.30 Więzienie (40-42) – dok. 12.00 Pilot 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 Calkiem 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	8.30 Szpital (848, 849) 10.30 Sedzia 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 całosc 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.	14.05 Kłątwa Wyspy Dębów 3 15.00 Poszukiwacze Złota: Żądza Bogactwa 2 (2, 3) 16.00 Australijskie Poszukiwacze Złota: Skarby (3) – dok., Australia 17.00 Australijskie 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 Detektywi Candice: Niezawodny instynkt 3 (6) – serial kryminalny, Fr. 23.10 Balthazar: Słedczy fenomen 2 (6) – krym., Fr.	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 – 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	13.05 Pogromcy balaganu 3 (3) 14.05 Cudotwórcy – pod presją (2) – serial dokum. 15.00 Po pierwsze: lokalizacja! (9) – dok. 15.55 Daleko od miasta (10) 16.25 Male-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)	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 Podwórówka 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.

POLSAT 2 HD	SUPER POLSAT DVB-T2	TV 6 DVB-T	BBC FIRST HD	STACJE DZIECIĘCE	STACJE INFORMACYJNE
5.50 Wydarzenia 6.30 Nasz nowy dom (334) – reality show 7.30 Na ratunek 112 (987, 988) – serial paradowym, Pol. 2024 8.30 Sekrety rodziny (77-79) – paradok., Pol. 11.30 Trudne sprawy (980) – serial paradowym. 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 paradowym. 20.00 Ślad (18) – krym., Pol. 21.00 Gliniarze (821) – serial paradowym.	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 16.30 Ninja Warrior Polska (38) 18.25 Świat według Kiepskich (474, 475, 560) – kom. 20.00 Złomiarze (30) – dok.	6.00 Więzienie (125, 126) – serial dokumentalny, Polska 2022 6.55 Policjanci 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 Policjanci i Policjanci (1229) – serial obyczajowy, Polska 2024 14.55 Uroczysko (103, 104) – serial kryminalny, Polska 2024	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)	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.	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 	SENSACYJNY 	SENSACYJNY 	KRYMINALNY 	ANIMOWANY 	INFORMACYJNY 
22.00 Komisarz Mama (11) – Polska 2021 Pacjenci oddziału kardiologicznego otrzymują anonimowe 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 paradowym. 2.10 Wydarzenia 2.45 Interwencja – mag. 3.00 Ewa gotuje (519, 520) 4.00 SuperLudzie (2, 3)	21.00 7 sekund – Rumunia/FILM Szwajcaria/Wlk. Bryt. 2005, 130 min Jack przygotowuje napad na auto wiozące gotówkę z kasyn. W jego ręce trafia cenny obraz, który zamierzał ukraść rosyjski gang. Niebawem Rosjanie porywają współnika 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)	16.00 Kobra – oddział specjalny (88, 89) Behler depcze Tomowi i Semrowi po piętach. Kiedy przywódca gangu dowiaduje się o ich ucieczkę, 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	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	17.05 Pszczółka Maja (109, 110) – Niemcy/Francja 2012 Maja chce poprawić humor Guciovi 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 Prys i Bill 19.10 Pamiętnik Florki 19.20 Piotruś Królik 19.45 Wegezaury 3 19.50 Lupin wśród bajek 20.05 Grizzly i Lemingi 2 20.20 Luke, podróżnik w czasie (5, 6)	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 22.00 Dzień po dniu – mag. 0.25 Biznes – pr. publicyst. 0.45 Fakty po Faktach 1.30 Tak jest – pr. publ. 2.35 Nowa Maja 3.00 Akademia ogrodnika – mag. 3.05 Fakty po Faktach 3.50 Tak jest – pr. publ.
POLSAT PLAY HD 6.00 Budowlancy (38) – dok. 6.30 Kolowrotek (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 dok., Polska 4.00 Starożytni kosmici – serial dok., USA	FOOD NETWORK HD 13.10 Sąsiedzi kontra sąsiedzi 14.10 Akcja: Restauracja! 19 15.10 Ogniem i patelnią 5 16.15 Kuchenne rewolucje (11) 17.15 Sexy kuchnia Magdy Gessler (7) – mag. Kulin. 17.50 Zamiana szefów kuchni 18.50 Dzieci mistrzostwa wypieków (9) 19.50 Perfekcyjni gospodarze 9 (32) – dok. 20.50 Miasto smaków Gya Fieriego (9) – reality show 21.55 Pyszne miejscówki (10) 23.00 Posiekani (1) – telet. Kulin. 0.00 Człowiek, ogień i wyzka 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 wyczyszczenie 15.50 Świat z góry (9, 10) – dok. 17.05 Pingwiny z Madagaskaru (33-36) 19.00 Rodzina zastępcza (164) – serial komedijny, Polska 20.00 Miodowe lata (25, 26, 28) 21.55 Nasz nowy dom 23.50 Historia bronie (4, 5) – dok. 2.00 Ewa gotuje (464, 465) 3.00 SuperLudzie (37, 38) 4.00 Kolowrotek (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 12 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 Superchirurg: szansa na życie 2 (3) – serial dok. 23.00 Wstydlive 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 mór (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 Debaty 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 – szycy i mądrzy (35) – teleturniej 14.35 Omnibus – szycy 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 wzgórza (320) 21.30 La Promesa – pałac tajemnic (300) – obycz. 22.30 Szabla od Komendanta – komedia, Polska 1995, 115 min 0.25 Dzieci duchy – film dok.	E! ENTERTAINMENT HD 6.00 Plastikowa fuszka 7.00 Z kamerą u Kardashianów (5, 10) 8.50 Plastikowa fuszka 12.30 Z kamerą u Kardashianów (11, 12) 14.20 Plastikowa fuszka (18) 18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk. 18.30 Z kamerą u Kardashianów (17, 18) 20.30 Plastikowa fuszka 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 Plastikowa fuszka (19)	TV TRWAM DVB-T 18.00 Aniol 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 Karta z kalendarza – powstanie warszawskie – pr. eduk. 21.00 Apol 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 Duda 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 Duda 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. 14.10 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 2 (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 Poznań region 15.00 Koronka do Miślosterdza Bożego – program religijny 15.20 Serwis Info Dzień – inf. 15.30 Program lokalny 19.30 Całkiem niezła historia 19.45 Kryminalna siódemka 20.00 Dzienniki regionów – inf. 20.13 Gość Regionów – pr. publ. 20.30 Telekurier – mag., Polska 21.00 Program lokalny 22.00 Dzienniki regionów – inf. 22.30 Złoty chłopak (221) – serial obycz., Turcja 2022

Warto zobaczyć

11.10 **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 **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 **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 **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 **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 **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 **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 Wędgocha
Polska 2019 **125 min ▶ do godz. 23.05**

22.30 **Grace, księżna Monako**
BIOGRAFICZNY Aktorka
Grace Kelly zostaje żoną księcia
Rainiera III. Sześć lat później księżna
odwiedza Hitchcocka. 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 Predator: Prey

POLSAT **THRILLER SF** Kraina Komanczów staje się areną
pojedyunku młodej wojowniczkii 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 so-

bie, że w lasach czai się coś niepokojącego. Ponieważ nikt ze starszyny nie słucha jej ostróg, postanawia sama z wier-nym psem u boku to zbadać. Nie-bawem, mając jedynie prymitywną broń, będzie musiała stawić czoło drapieżnikowi z kosmo-su, który dysponuje zaawansowa-nym technologicznie arsenałem.



Tymczasem w okolicy zjawiają się Francuzi, którzy także zamierzają schwycić przybysza z gwiazd. Naru i Taabe zostają przez nich pojmani. Rodzeństwo ma stano-wić przynętę na budzącą grozę istotę. **HD 130 min ▶ do godz. 22.10**

USA 2022 Reż.: Dan Trachtenberg
Wyst.: Amber Midthunder, Dane Di-Liegro, Harlan Blayne Kytwayhat



20.00 Assassin's Creed PRZYGODOWY

TVN Callum (Michael Fassbender) ze-skuje dostęp do zapisanych w ge-nach 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**



22.05 The November Man SENSACYJNY

STOKPLATKA Emeryto-wany agent CIA Peter De-vereaux (Pierce Brosnan) jedzie do Moskwy. Wpada na trop międzyna-rodowej 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**



20.00 After 4. Bez siebie nie przetrwamy

TVN 7 **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**



22.10 Morbius HORROR

POLSAT Biochemik Mi-chael Morbius (Jared Leto) cierpi na rzadką chorobę. Poszuku-jąc skutecznego lekarstwa, wszcze-pia sobie geny nietoperza. Wskutek eksperymentu zamienia się w be-stię żywiącą się ludzką krwią. Reż.: Daniel Espinosa Wyst.: Matt Smith
USA 2022 **HD 130 min ▶ do godz. 0.20**



20.00 Cały ten zgiełk

MUSICAL Joe Gideon (Roy Scheider) chce wystawić na Broadwayu spektakl muzyczny. Mimo wyczerpania nie zmienia try-bu życia. Obsesyjnie dąży do per-fekcji, nadużywa alkoholu. Rozpo-czyną dialog ze zjawą – Angelique. Reż.: Bob Fosse Wyst.: Jessica Lange
USA 1979 **HD 135 min ▶ do godz. 22.15**



22.10 Głupi i głupszy

KOMEDIA Fajtąpowaty kierowca limuzyny Lloyd (Jim Carrey) odwozi na lotnisko pa-sażerkę. Kobieta zostawia walinę, którą on postanawia jej oddać. Wraz z równie mało ro-zgarniętym kolegą rusza do kurortu narciarskiego. Reż.: Peter Farrelly Wyst.: Jeff Daniels
USA 1994 **HD 135 min ▶ do godz. 0.25**

→ filmowe hity



Maja i Hubert czują się skrepowani obecnością kochanki przyjaciela.

22.25 Fucking Bornholm

TVP 1

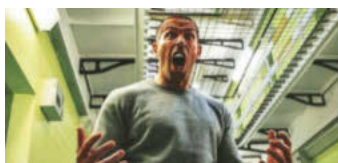
KOMEDIODRAMAT Przyjaciele jadą z dziećmi na kemping. Pewien incydent burzy wakacyjną beztroskę.

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, młody

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



20.00 Krwawa zemsta

TV PULS

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 współnikach.

Reż.: Jesse V. Johnson **Wyst.:** Craig Fairbrass
Wik. Bryt. 2019 **HD 115 min ► do godz. 21.55**



22.30 Ciche miejsce

TVN

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**



22.05 Rycerz króla Artura

TV 4

PRZYGODOWY Sir Lancelet (Richard Gere) ratuje przed napacją 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**



23.45 American Fighter

TV PULS

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**

→ sport



17.50

Turcja - Łotwa

POLSAT SPORT 1

SIATKÓWKA LIVE Po niedawnym zwycięstwie w Lidze Narodów Turczynki przystępują do czempionatu Starego Kontynentu jako jedno z faworytek. Na początek siatkarki znad Bosforu czeka konfrontacja ze znacznie niżej notowanymi Łotyszkami. **HD 130 min ► do godz. 20.00**



20.00

Diamantowa Liga w Lozannie

POLSAT SPORT 1

LEKKOATLETYKA LIVE

Po emocjach związanych z mistrzostwami Europy w Birmingham lekkoatleci wracają na mityngi Diamantowej Ligi. O dobry wynik w Szwajcarii powalczy m.in. Armand Duplantis. **HD 150 min ► do godz. 22.30**



20.25

PKO BP Ekstraklasa

C+ SPORT 3

PIŁKA NOŻNA LIVE Piąta kolejka PKO BP Ekstraklasy rozpocznie się od ciekawie zapowiadających się derbów Krakowa, w których Cracovia podejmie przy Kałuzi Wieczystą. Czy Pasy poradzą sobie z beniaminkiem? **HD 125 min ► do godz. 22.30**



20.50

Arsenal FC - Coventry City

C+ EXTRA 1

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**

→ rozrywka



11.25

Babski biznes

TVN

LIFESTYLE Martyna wraz z mężem prowadzi w Złotorii 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

Jeden z dziesięciu

TVP 2

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 Sznuć. **HD 35 min ► do godz. 19.25**



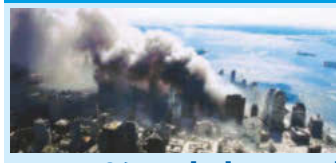
20.00

Gwiazdy Kabaretu

TV 4

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**

→ dokument



21.00

9/11: Zjednoczeni

NATIONAL GEO.

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 DVBT2

- 4.40 Splątane losy** (27) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 5.30 Akacja 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 Akacja 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 DVBT2

- 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 POLSAT HD DVBT2

- 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. Przeszło denata odgrywa ważną rolę w ustaleniu motywów zbrodni.
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.35 Sport, pogoda**

tvn TVN HD DVBT2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1736) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- 6.50 Kuchenne rewolucje** (2): Biedrusko – Cztery 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 Nataniem. 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-latką, 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 Drelch** (5) – Polska 2025
- Drelch zostaje schwytany przez gangstera Strjya, 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** – komediodramat, Polska 2022, reż. Anna Kazejak, wyk. Agnieszka Grochowska, Maciej Stuhr, Grzegorz Damiński, Jaśmina Polak, 110 min
- 0.15 Szyfry wojny** – 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 kabaretów, które w wakacyjne wieczory gromadziły przed telewizorami miliony widzów. Na scenie pojawiają się m.in.: Marcin Januszkiewicz, Maciej Miecznikowski i Wojciech Mann. Wydarzenie poprowadzą Marzena Rogalska, Artur Andrus i Andrzej Poniedziałski.
- 23.05 To jest grane – wakacyjnie** (102) – program muzyczny
- 23.45 Lato z Radiem i Telewizją Polską: Radosm – widowisko Kung Fu Yoga** – komedia przygodowa, USA/Chiny/Indie 2017, reż. Stanley Tong, wyk. Jackie Chan, Yixing Zhang, Mu Qimiya, Disha Patani, 120 min
- 2.50 Szukając cudów** – 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** – USA 2022, 130 min
- HIT DNIA**
- Rok 1719, Ameryka Północna. Należąca do plemienia Koman-czów Naru staje oko w oko z krwiożerczym przybyszem z obcej planety, Predatorem. Podejmuje walkę o przetrwanie i mieszkańców swojej wioski. Wkrótce wraz z bratem trafia w ręce Francuzów. Oboje mają posłużyć za przynętę na potwora.
- 22.10 Morbius** – 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 nietopierza. Zamienia się w bestię.
- 0.20 Dlaczego on?** – 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

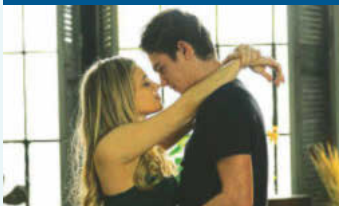


- 20.00 Assassin's Creed** – USA/Francja/Wielka Brytania 2016, 150 min
- Callum zyskuje szansę, by przeżywać przygody, których doświadczył jego przodek. Taką możliwość daje technika zapewniająca dostęp do zapisanych w genach wspomnień. Mężczyzna odkrywa, że jest potomkiem tajnego stowarzyszenia. Przysięga mu stawić czoło potężnym wrogom.
- 22.30 Ciche miejsce** – horror, USA 2018, reż. John Krasinski, wyk. Emily Blunt, John Krasinski, Millicent Simmonds, Noah Jupe, 105 min
- 0.15 Bumblebee** – 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



- 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 pobiła 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
FILM – USA 2022, 130 min

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 ukończeniu, że powinni od siebie odpocząć. Rzuca pracę i przenosi się do Nowego Jorku.

22.10 Głupi i głupszy – komedia, FILM USA 1994, reż. Peter Farrelly, wyk. Jim Carrey, Jeff Daniels, Lauren Holly, Mike Starr, 135 min

0.25 Zaufanie – thriller, USA 2021, FILM reż. Brian DeCubellis, wyk. Victoria Justice, Matthew Daddario, Katherine McNamara, Lucien Laviscount, 125 min

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



- 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 Patricię, że Marichuy nie odzyska wzroku. Rocio telefonuje z zagranicy. do Onellii. Przyznaje się jej, że inaczej wyobrażała sobie związek z Vicentem.
- 13.00 Wspomnienia 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 podrwy – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Marek nie potrafi znaleźć sobie dziewczyny. Przyjaciel prezentuje mu pomysły na podrwy. 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
FILM – Wielka Brytania 2019, 115 min

Cain Burgess przez brata i jego znajomych wpłtuje się w szmerane interesy i trafia do więzienia. Podczas odbywania kary dostaje przepustkę do chorej matki. Gdy przekonuje się, że kobieta zmarła, obezwładnia asystujących mu stróżów prawa i ucieka. Chce wziąć odwet na współnikach...

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

23.45 American Fighter – film sensacyjny, USA 2019, reż. Shaun Paul Piccinino, wyk. George Kosturos, Sean Patrick Flanery, Bryan Craig, Tommy Flanagan, 135 min
Wrestler Ali Jahani chce zdobyć pieniądze na leczenie matki. Bierze udział w nielegalnych walkach. Zaczyna odnosić sukcesy. Ciemna strona osobowości przejmie nad nim kontrolę.

2.00 Zobacz to! – pr. powtórkowe



- 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
FILM – Polska 2019, 125 min

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
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

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)



RANSOM CANYON 2

Staten Kirkland (Josh Duhamel), odsunięty od kierowania ranchem 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 UWAGA 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 wewnętrzny 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 Nicoś jest zresetowanie osi czasu. Victor Hargreaves (Elliot Page) i jego rodzeństwo muszą odnaleźć się w nowej rzeczywistości. Ich ojciec ujawnia się jako zarządca złowrogo imperium. Akademia Umbrella po raz ostatni jednoczy siły, aby ocalić świat.

►serial fantasy (6 odc.), USA 2024

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN	HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+	HD	CANAL+ PREMIUM	HD	HBO	HBO	HD
6.30 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 13 (17) – serial kryminalny, USA/Kan.		5.25 Rodzinka.pl (133, 134) – kom., Pol.	6.20 Skaldowie – wywiad	6.30 Polska z góry 4 (1) – serial dok., Pol. 2019		9.50 Peacock – thriller, USA 2010, 90 min		7.40 Obóz Niedźwiedzi Pazar – komedia, Hiszpania/Portugalia 2025, 100 min		
7.15 Ostry dyżur 3 (17, 18) – serial obyczajowy, USA 1996-1997		6.30 Na sygnale (516, 517) – serial fab.-dokum.	6.50 Tamte lata, tamte dni – magazyn kult.	7.00 Przybielezi – film krótkometraż.		11.20 Nadzieja – dramat sensacyjny, Polska/Niemcy 2006, 100 min		9.20 Moja wina: Londyn – melodramat, Wielka Brytania 2025, 120 min		
9.10 Castle 5 (18, 19) – serial kryminalny		7.40 Ojciec Mateusz 5 (66) – krym., Pol. 2011	7.30 Rawhide 2 (41)	7.40 Miss mokrego podkoszulka – kom., Polska 2002, 75 min		13.00 Maria Callas. Nieznane lata – film dokum., Grecja 2024		11.20 Drażen – film biograf., Chorwacja/Serbia/Słowenia 2024, 100 min		
11.10 Rekrut 4 (11, 12) – serial kryminalny		8.35 Komisarz Alex 5 (55) – serial krym., Polska	8.35 Kolekcja – cykl fel.	8.55 Gruby (1) – przyzg., Pol.		14.45 Krucjata Bourne'a – thriller, USA/Niemcy 2004, 110 min		13.00 Na planie 23 (34) – magazyn filmowy		
13.10 Dowody zbrodni 3 (21, 22) – serial kryminalny, USA 2005		9.30 Rodzinka.pl (135) – serial kom., Pol. 2015	8.55 Cyrk – komedia, USA 1928, 85 min	9.35 Cyrk – komedia, USA 1928, 85 min		16.35 Kawałek po kawałku – film animowany, USA/Dania 2024, 95 min		13.30 Mroczny rycerz – film sens., USA/Wlk. Bryt. 2008, 150 min		
15.10 FBI 3 (8, 9) – serial kryminalny, USA 2020		10.05 Klan (1482) – telen.	11.00 Konnica – western, USA 1959, 125 min	10.00 Bestia 2 (1, 2) – krym.		18.10 Łapu capu – pr. rozr.		16.00 The Pitt 2 (5) – obycz.		
17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6 (14, 15) – serial krym., USA/Kanada 2006		12.30 Komisarz Alex 5 (56) – serial krym., Polska	13.05 Enzo Ferrari. Czerwony i Czarny – dok., Włochy/Fr. 2022	12.05 Vera 14 (1) – krym.		18.15 Wicked – musical, USA/Kanada/Islandia 2024, 165 min		16.45 Bliżej – dramat obycz., USA 2004, 100 min		
19.10 Castle 5 (20, 21) – serial kryminalny		13.30 Ojciec Mateusz 32 (417, 418) – krym., Pol.	14.10 Soyka Kolektyw. Pies Baskerville'ów – krym., Wlk. Bryt. 1988, 115 min	13.55 Problem – film krótkometraż.		21.00 The Walking Dead: Dead City 3 (4) – serial grozy, USA		18.25 No hej! – komedia, USA 2025, reż. Sophie Brooks, 95 min		
SENSACYJNY	KRYMINALNY	MUSICAL	DRAMAT OBYCZAJOWY	THRILLER	THRILLER					
21.05 Uprawdazona 2 (FILM) – Francja/USA/Turcja 2012, 110 min	19.30 Ojciec Mateusz 32 (419) – Polska 2024	20.00 Cały ten zgłęb (FILM) – USA 1979, 135 min	20.10 Jej twarz – USA 2016, 155 min	21.50 Ballerina. Z uniwersum Johna Wicka – USA/Węgry 2025, 120 min	20.00 Nie oddychaj 2 (FILM) – USA 2021, 95 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.	Policja wyjaśnia sprawę teczki pozostawionej przed szpitalem. Opatrzona jest ona notatką „Bez obaw, to tylko darowizna”. W śledztwie pomaga ksiądz Mateusz.	Joe przygotowuje musical. Zapracowany, nadużywający alkoholu i narkotyków. Rozpoczyna dialog ze śmiercią, która jawi mu się pod postacią pięknej Angielki.	Lekarz Miguel pomaga ludziom w niebezpiecznych rejonach. W Liberii poznał Wren, szefową organizacji charytatywnej. Zaczyna ich łączyć wzajemna fascynacja.	Osierocona Eve trafia do organizacji Rуска Roma, gdzie szkoli się na bezlitosną maszynę do zabijania. Celem morderczyni jest zemsta na tych, którzy odebrali jej ojca.	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.					
22.55 Legion – thriller, USA (FILM) 2010, 115 min	20.30 Komisarz Alex 25 (317) – krym., Pol. 2026	22.15 Pies Baskerville'ów (FILM) – film krym., Wlk. Bryt. 1988, 110 min	22.45 Ocalona – thriller, Wielka Brytania/USA 2015, 120 min	23.50 Wojna o przetrwanie (FILM) – horror, Australia 2025, 130 min	21.35 Sprzedawcy 3 (FILM) – komediodramat, USA 2022, 100 min					
0.50 Castle 5 (20, 21)	21.30 Ranczo (7, 8) – serial obyczajowy, Pol. 2006	0.05 Ella i John – komedia przygodowa, Włochy/Francja 2017, 125 min	0.45 Czarna rzeka (FILM) – thriller, Francja/Belgia 2018, 135 min	2.00 Niebezpieczne zwierzęta (FILM) – thriller, Australia/USA/Kanada 2025, 95 min	23.15 W dzikim galopie (FILM) – dramat obyczajowy, USA 2024, 120 min					
2.45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6 (14, 15) – serial krym.	23.30 Ojciec Mateusz 32 (420) – krym., Pol. 2024	2.10 Ewa – anim., Chorwacja/Estonia	3.00 Furioza (2) – sens.		1.15 Life – horror s.f., USA 2017, 100 min					
4.45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (20) – krym., USA/Kan.	0.30 Głina. Nowy rozdział (5) – krym.	2.25 Prymitywne czasy – film anim., Niemcy	3.55 Wiadro (FILM) – dramat obyczajowy, Polska 2021, 80 min							
AXN WHITE	WARNER TV	CANAL+ FILM	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360	HD					
8.55 Napisała: Morderstwo (1, 2) – serial kryminalny	9.05 Bajer z Bel-Air (19, 20)	8.35 Dzikie robot – film animowany, 2024, 100 min	9.50 Siedem cudów świata z Bettany Hughes (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 2025	8.00 Porzucone konstrukcje (2) – serial dok., Wlk. Bryt.	13.30 Spider-Man 3 – film przygodowy, 2007, 135 min					
11.05 Agenci NCIS 13 (9-11)	10.05 Prawo Agaty 5 (6)	10.15 O psie, który jeździł koleją 2 – film familijny, Polska 2025, 90 min	10.45 Making of CANAL+ – magazyn filmowy	8.55 Z archiwów historii (6)	15.45 Jane Austen zrujnowała mi życie – kom. romant., Francja 2024, 95 min					
14.05 Dr House (4) – serial obycz.	11.05 Pełniejsza chata 4 (3, 4)	11.45 W kogo ja się wrodiłem? – film obycz., Polska 2001, 60 min	11.00 Naruto 5 (11-13) – anime	10.00 Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie (3) – pr. rozr.	17.20 Superman – film przygodowy, 2025, 130 min					
15.10 Poculi mnie pod jemiola – komedia romant., USA 2021, 110 min	12.05 Teraz albo nigdy! 4 (3, 4)	12.45 Łapu capu – pr. rozrywk.	12.30 Łapu capu Extra (8) – program rozrywkowy	11.00 Odprawa przedmeczowa – pr. publ.	19.30 Jak wyreszować smoka 3 – film anim., USA/Japonia 2019, 100 min					
17.00 Domek na święta – film obyczajowy, USA/Kanada 2019, 120 min	14.00 Bajer z Bel-Air (19-22)	12.50 The Holiday – komedia romant., USA 2006, 130 min	13.05 W rytmie wolności (7, 8) – serial dokumentalny, Pol.	13.00 Porzucone konstrukcje (6) – serial dok., Wlk. Bryt.	21.10 Kaskader – komedia sensacyjna, 2024, 125 min					
19.00 Szpital świętej Marii 2 (6) – serial obycz., Kan. 2021	16.05 Pełniejsza chata 4 (3-6)	15.00 L.A.R.P. Miłość, trolle i inne kwesty – komedia, Polska 2025, 95 min	14.45 Łapu capu – pr. rozrywk.	14.00 Zholowani: ciężarówka w opalach (10) – dok.	23.15 Pieniądz elektroniczny: Tajemnica bitcoina – film dokumentalny, USA 2024					
20.00 Dowody zbrodni 5 (1, 2)	18.15 Nowy Jork, nowa miłość – komedia, USA 2004, 105 min	16.35 Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego	14.50 Captain Tsubasa (34-36) – serial anime, Japonia 2018	14.55 Wykrywczy historii (1)	0.50 Ciche miejsce: Dzień pierwszy – horror s.f., USA 2024, 95 min					
22.00 Rekrut 2 (15) – serial krym.	20.00 Greystoke: Legenda Tarzana, władcy małp – film przygodowy, Wielka Brytania 1984, 160 min	18.05 Saga „Zmierzchni: Przed Świętem. Część 2 – film fantasy, USA 2012, reż. Bill Condon, 110 min	16.05 Making of CANAL+ – magazyn filmowy	16.00 Lotnisko na Alasce 5 (2)						
23.00 Agenci NCIS 13 (9-11)	22.40 Zabójcza broń 3 – film sensacyjny, 1992, 135 min	19.55 Łapu capu – pr. rozrywk.	16.15 Samoloty bojowe III Rzeczy (3, 4) – serial dok.	16.55 Hot Roads						
1.45 Dowody zbrodni 5 (1, 2)	0.55 Ocean's Eleven: Ryzykowna gra – komedia sens., 55 min	20.00 Wielka Warszawska (FILM) – dramat sensacyjny, Polska 2025, 105 min	18.20 Making of CANAL+ – magazyn filmowy	18.00 Porzucone konstrukcje (3) – serial dok., Wlk. Bryt.						
3.40 Zaklinacze koni 5 (18)		21.45 Zabójcza orka – horror, Australia/USA/Wielka Brytania 2026, 90 min	18.25 Godzina zero (1, 2) – serial krym., Wlk. Bryt.	18.55 Zholowani: ciężarówka w opalach (9) – serial dok.						
4.40 Zaklinacze koni 6 (1)		23.15 Wściekłe psy – film sensacyjny, 1992, 95 min	19.55 Making of CANAL+ – magazyn filmowy	19.50 Hot Roads						
AXN BLACK	POLSAT SERIALE	CANAL+ 360	HBO 3	HBO 3	HD					
8.55 Zagadki z przeszłości 3 (13) – przyzg., Fr./Niem./Kan.	6.00 Gliniarze (283-285, 759-762) – serial paradok.	18.05 Saga „Zmierzchni: Przed Świętem. Część 2 – film fantasy, USA 2012, reż. Bill Condon, 110 min	20.00 Rok za rokiem (3, 4) – serial obycz., Wlk. Bryt.	11.45 Happy Feet: Tupot małych stóp – film animowany, 2006, 110 min						
9.55 Gwiazdne wrota 8 (8-10)	13.00 Kowalscy kontra Kowalscy (41-44) – obycz.	19.55 Łapu capu – pr. rozrywk.	22.00 The Walking Dead: Dead City 2 (7, 8) – serial grozy, USA 2025	13.35 Do diabła z miłością – komedia romantyczna, USA/Niemcy 2003, 100 min						
12.55 Kobra – oddział specjalny 13 (9) – sens.	15.00 Świat według Klepskich (519-524) – serial kom., Pol.	20.00 Wielka Warszawska (FILM) – dramat sensacyjny, Polska 2025, 105 min	23.40 Wywiad z wampirem (3, 4) – serial fantasy, USA	15.15 Agentka – komedia, USA 2015, 120 min						
14.00 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 5 (22, 23) – sens.	18.00 Komisarz Mama (9, 10) – serial kryminalny, Polska	21.45 Zabójcza orka – horror, Australia/USA/Wielka Brytania 2026, 90 min	1.15 Łapu capu Extra (8) – program rozrywkowy	17.15 Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13 (21)						
16.00 Nieustraszone 3 (1) – serial sensacyjny, USA	20.00 Czarna lista (5) – serial kryminalny, USA 2013	23.15 Wściekłe psy – film sensacyjny, 1992, 95 min	1.50 Edukacja XD (6-10) – serial komediowy, Polska	18.00 Trenerzy – komedia, Włochy 2024, 90 min						
17.00 Zagadki z przeszłości 3 (14) – przyzg., Fr./Niem./Kan.	21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami 2 (41, 42) – krym.	0.50 Pornografia – film obycz., Pol./Fr. 2003, 115 min	4.30 Ekspedycja XD – serial komediowy, Polska 2026	19.30 Avenue 5 (9) – serial kom.						
18.05 Gwiazdne wrota 8 (11-13) – s.f., USA/Kan. 2004	22.55 CSI: Kryminalne zagadki Miami (43, 44) – krym.	2.45 Julia wraca do domu (FILM) – dramat obycz., Niem./Kan./Polska 2002, 115 min	5.30 Łapu capu Extra (5) – program rozrywkowy	20.00 Stamtąd 3 (2) – serial grozy, USA 2024						
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 7 (9-12) – krym.	0.50 Ślad (8, 9) – serial krym.	4.40 PROBL3M „REALITYCHECK”		21.00 Czysta krew 7 (1-5) – serial obycz., USA 2014						
0.40 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 5 (22, 23) – sens.	2.50 Święty (182, 183) – kom.	5.30 Nagie Oko – krótkometraż.								
2.40 Ekstradycja 2 (8) – sens.	4.00 48h. Zaginięcia (162, 163) – serial kryminalny, Polska									

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD	COMEDY CENTRAL HD	TVN FABUŁA HD	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA STOPKLATKA DVB-T2
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 Whitney Houston: I Wanna Dance With Somebody – film biograficzny, USA 2022, 185 min 16.35 Inwazja: Bitwa o Los Angeles – film s.f., USA 2011, 140 min 18.55 Aniołki Charliego – film sensacyjny, USA/Niemcy 2000, 125 min	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 podrywku 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.	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 Zapakuj do moich drzwi (56, 57) – telen. 13.55 Prawo Agaty 6 (4) 14.55 Detektywi – fab.-dok. 16.05 Na Wspólnej (49, 50) 17.10 Filmowe duety (3) 17.45 Alfabet filmowy (18) 17.50 Niania w Nowym Jorku – kom. romant., USA 2007, 130 min	6.00 Dlaczego nie Evans? (1) – krym. 6.50 Róża na jej grób: Historia Randy'ego Rotha – thriller, USA 2023, 115 min 8.45 Morderstwo w Kraju Basków – thriller, Francja 2019, 120 min 10.45 Mentalista 6 (17-20) – serial kryminalny 14.25 12 godzin strachu – thriller, USA 2023, 115 min 16.20 Zabójstwo w Arcachon – thriller, Francja 2019, 120 min 18.20 Mentalista 6 (21, 22) – serial kryminalny 20.10 Mentalista 7 (1, 2) – serial kryminalny	6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dok. 7.20 Przygody Myszk (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. wojenny, 1971, wyk. Kiril Janew, 145 min 13.35 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	6.00 Kabaretowe hity (3) 6.50 Wojciech Cejrowski – bosy 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.
THRILLER	KOMEDIOWY	KOMEDIODRAMAT	KRYMINALNY	KOMEDIA SF	SENSACYJNY
21.00 Kruczaka Bourne'a – USA/Niemcy 2004, 130 min W Berlinie ginie agent CIA. Podejrzania padają na Jasno Bourne'a. Okazuje się, że ktoś podszywa się pod byłego szpiega. Meczczyna musi uciekać. Nikomu nie może ufać. 23.10 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	19.30 Teoria wielkiego podrywku 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 Śmiesznie nie będzie 2 (9) – pr. rozr. 2.30 Śmiesznie nie będzie 4 (10) – pr. rozr.	20.00 Był sobie chłopiec – Niemcy/USA/Francja 2002, 135 min Kawaler Will żyje beztrojsko dzięki odziedziczonej majątkowi. Zaprzyjaźnia się z dwunastoletnim Marcusem. Chłopiec zamierza wyśwatać go ze swoją matką. 22.15 W nieskończoność – dram. s.f., USA 2021, 135 min 0.30 Listy do Julii – komedia romant., USA 2010, 130 min 2.40 Zawieruchy przepis na kino (19) – pr. rozr. 3.05 Szkoła (770)	22.00 Zagadki Hailey Dean: Śmierć na receptę – USA 2019, 110 min W szpitalu w Atlancie dochodzi do serii morderstw. Jedną z podejrzanych jest dziewczyna detektywka Finchera, lekarka. W śledztwie pomaga psycholog Hailey. 23.50 Zginąć dla męża – dram. krym., Kanada/USA 2025, 115 min 1.45 Zabójstwo w Arcachon – thriller, Francja 2019, reż. Laurent Dussaux, 120 min	20.00 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 Demony wojny w Goi – dram. wojenny, 1998, 135 min 0.40 Symetria – dram. obycz., 2003, 130 min 2.50 Orzeł. Ostatni patrol – dram. wojenny, 2022, 150 min 5.20 Najpiękniejsze fajerwerki ever	20.00 Młode wilki 1/2 – 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 The November Man – film sens., USA/Wlk. Bryt. 2014, 125 min 0.10 Ekstradycja (5, 6) – serial sens., Pol. 1995 2.50 Baba Jaga – horror, Wielka Brytania 2016, 125 min 4.55 Kabaretowe hity (6) – program rozrywkowy
CINEMAX HD	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD	SCI FI	FX HD	FILMBOX+ ONE HD	ROMANCE TV HD
15.00 Pan od muzyki – komediodramat, Francja/Szwajcaria/Niemcy 2004, 95 min 16.35 Wszystko będzie dobrze – dram. obyczajowy, Hongkong/Chiny 2024, 90 min 18.05 Vitruvius – komedia, Belgia 2025, 115 min 20.00 Wieżien – thriller, Wielka Brytania 2025, reż. Cal McMaui, 90 min 21.30 Le Mans '66 – dram. biograficzny, USA/Francja 2019, 150 min 0.00 Liberator – film sens., USA/Francja 1992, 100 min	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.	6.00 Kroniki Spiderwick (6) 6.55 The Ark (6-8) – serial s.f. 9.40 Medium 3 (19, 20) – krym. 11.30 Surrealstate (7, 8) 13.20 Przygody Merlina 3 (1, 2) 15.20 Medium 3 (21, 22) – krym. 17.10 Surrealstate (9, 10) – serial grozy, USA 2021 19.00 Przygody Merlina 3 (3, 4) – serial fantasy, Wlk. Bryt. 21.00 Ciche miejsca – horror, USA 2018, reż. John Krasinski, 115 min 22.55 Saga „Zmierzyć” : FILM Zacmienie – film fantasy, USA 2010, 155 min 1.30 Surrealstate (8-10) 4.10 Kroniki Spiderwick (5, 6)	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 X 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 sensacyjny, 1993, 120 min 0.00 X archiwum X (4) – s.f. 1.00 Zabójcze umysły (8-10)	8.05 Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (7) – krym. 9.15 Panna Scarlet i komisarz 2 (3) – krym. 10.20 Panna Marple. Nemezis – film krym., 2007, 120 min 12.20 Hudson i Rex 5 (9, 10) 14.30 Poirot – serial kryminalny 16.40 Stróżnik Teksasu 3 (20) – serial sensacyjny, USA 18.50 Poirot (3) – serial krym. 20.00 Kosmiczne jaja – komedia s.f., USA 1987, 120 min 22.00 Nieśmiertelny 3 – film fantasy, 1994, 120 min FILM Czarnoksiężnik – film fantasy, 1994, 120 min 0.00 Półtegeist – horror, USA/Kanada 2015, 120 min	14.20 Inga Lindström: Decyzja – film podjęta nad rzeką – film obycz., Niem. 2005, 115 min 16.15 Statek marzeń – Argentyna – film obyczajowy, 2024, 110 min 18.05 Górski lekarz (69) – obycz., Niemcy/Austria 20.00 Rejs ku szczęściu – Podróż posłubna do Birmy – film obycz., Niemcy 2007, 115 min 21.55 Wiesznaczk – komedia, Niemcy 2023, reż. Britta Kells, 115 min 23.50 Górski lekarz (69) – obycz., Niemcy/Austria
CINEMAX 2 HD	VIAPIC EPIC DRAMA HD	NOVELAS+ HD	FX COMEDY HD	FILMBOX+ HITS HD	PARAMOUNT NETWORK HD
13.20 Człowiek z Rzymu – dram. obyczajowy, Hol./Niemcy 2023, 105 min 15.05 Triumf – komediodramat, Bułgaria 2024, 100 min 16.45 Nic do oclenia – komedia, Francja 2020, 110 min 18.35 Tootsie – komedia, USA 1982, 115 min 20.30 Skąd pochodzimy – film obyczajowy, Niemcy 2024, 95 min 22.05 Dzisiaj wieczorem nie schodźmy na psy – film wojenny, 2024, 100 min 23.45 Człowiek z Rzymu – dram. obyczajowy, Hol./Niemcy 2023, 105 min	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 kryminalny, 2004, 120 min 17.10 Komisarz Maigret (2) – 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.	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) 21.00 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.	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 – horror FILM Simpsonowie 33 (13, 14) 0.35 Family Guy: Głowa rodziny 22 (12-15)	14.00 Scenariusz na miłość – komedia romantyczna, USA 2014, 120 min 16.00 Czekając na Anę – dram. wojenny, Wielka Brytania/Bel. 2020, 120 min 18.00 Bigger: Historia Joego Weidera – dram. biograficzny, 1988, 120 min 20.00 Widzę cię – thriller, USA 2019, reż. Adam Randall, wyk. Helen Hunt, Jon Tenney, 110 min 21.50 To nasza młodość – komedia obyczajowa, USA 2014, 110 min 23.40 Dziedzictwo. Hereditary – horror, USA 2018, 140 min	13.00 Czarodziejki 2 (9, 10) 15.00 Pingwin z Madagaskaru 3 (6) 15.30 Daredevil – sens., USA/Szwajcaria 2003, 145 min 17.55 Przynaj się, Fletcher – komedia kryminalna, USA 2022, 125 min 20.00 London w ogniu – film sensacyjny, Wielka Brytania/USA/Bulgaria 2016, 120 min 22.00 Pasażer – thriller, USA FILM 2023 , 120 min 0.00 Austin Powers i złoty Członek – komedia sensacyjna, 2002, 120 min 2.00 Mission: Impossible 3 – film sens., 2006, 155 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD	POLSAT SPORT 1 HD	CANAL+ SPORT HD	TVP SPORT	ELEVEN SPORTS 1 HD	Discovery DISCOVERY CHANNEL HD
10.30 Kolarstwo: Renewi Tour – 2. etap 11.30 Snooker: Turniej Welsh Open – 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 Tour – 3. etap 17.15 Kolarstwo górskie: PŚ w Górnej Sabaudii – short track kobiet i short track mężczyzn	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: Mistrzostwa Europy 2026 – mecz grupy D: Francja – Słowacja 15.50 Siatkówka kobiet: 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.	6.00 Wysoki Pressing 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 Ekstraliga	5.40 Sportowy wieczór – program inform. 6.10 Retro TVP Sport (46) 8.15 Retransmisja 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: Betclitc 2. Liga: Sandecja – Górnik Łęczna	9.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Casa Pia – SL Benfica 11.00 AJ Auxerre – Male miasto, wielki klub 11.30 Formula 1: GP Węgier 12.10 Formula 1: Grand Prix Holandii 14.00 Formula 1: Grand Prix Holandii 15.25 Bundesliga Weekly (1) – magazyn piłkarski 16.00 Formula 1: Grand Prix Holandii – kwalifikacje do sprintu 18.00 Formula 1: Grand Prix Holandii – kwalifikacje do sprintu 19.20 Ligue 1 Preview (1) 20.00 Inside Serie A (1)	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 Forresterem 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.
KOLARSTWO GÓRSKIE	SIATKÓWKA KOBIEC	ŻUŻEL	PIŁKA NOŻNA	PIŁKA NOŻNA	ROZRYWKOWY
17.50 PŚ w Górnej Sabaudii – short 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: MS w Sheffield – finał	17.50 ME 2026 – mecz grupy A: Turcja – Łotwa Do domowego turnieju Turczynki podchodzą uskrzydleno: wygranymi Ligi Narodów. Przekonamy się, czy w starciu z Łotyszkami pokażą formę z finałów w Makau. 20.00 Lekkoatletyka: Diamentowa Liga w Lozannie 22.30 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 1.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – ćwierćfinał 3.00 Boks	20.00 PGE Ekstraliga – 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 Night: Mohegan Sun – waga półśrednia: Bryce Henry – Carlos Trinidad 4.15 Ligomistrzowe historie (1, 4) – mag.	20.00 Betclitc 1. Liga – 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	20.40 Liga francuska – mecz: Olympique Marsylia – Strasbourg Spotkanie otwierające pierwszą kolejną 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	18.00 Polscy truckerzy (1) Ania Rapp jest kierowcą z sześciolletnim 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	POLSAT SPORT 2 HD	CANAL+ SPORT 2 HD	EXTREME CHANNEL HD	ELEVEN SPORTS 2 HD	life DISCOVERY LIFE HD
12.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Chamonix 13.30 Formula E: ePrix Wielkiej Brytanii – 1. i 2. wyścig 15.30 Snooker: Turniej Welsh Open w Llandudno – finał: B. Hawkins – J. Lisowski 17.30 Formula 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 – 2. runda 1.00 Kolarstwo: Renewi Tour – 3. etap	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 2026: Austria – Serbia 16.50 Siatkówka kobiet: ME 2026: Bułgaria – Ukraina 18.50 Siatkówka kobiet: ME 2026: Szwecja – Czarnogóra 21.00 Tenis: Turniej ATP w Cincinnati – ćwierćfinał 23.00 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 1.00 Sporty walki: FEN	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 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 w Cincinnati – ćwierćfinał	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 16.00 KPW Kombatt TV (4, 29) 19.00 WWE Classic Gold (1) 20.00 AEW Dynamite (2632) 22.00 WWE Classic Gold (30) 23.30 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.	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 Niemiec – mecz 1. rundy: SC St. Tönis 1911/20 – Eintracht Frankfurt 20.05 Bundesliga Weekly (1) 20.40 Piłka nożna: Puchar Niemiec: Hansa Rostock – VfB Stuttgart 22.50 Ligue 1 Preview (1)	8.15 Szpital (549, 550) 10.15 Nowa Majka 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 Przyszycilla 3 (19) 22.15 Miłosny znak zodiaku (6) 23.15 Pokonaj mnie, jeśli potrafisz (2) – reality show 0.15 Sekrety lekarzy (3) 1.15 Wyścizkowiec (12) 2.15 Drużyna 2 (3, 6) – rozr. 3.15 Szpital (410, 411) 5.15 Klinika urody (2) – mag.
POLSAT SPORT FIGHT HD	POLSAT SPORT 3 HD	CANAL+ SPORT 5 HD	ELEVEN SPORTS 4 HD	ELEVEN SPORTS 3 HD	CANAL+ DOKUMENT HD
13.35 Boks: Rocky Boxing Night w Żukowie – waga bridge: 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 Łodzik – Jamshid Rikhsiev 22.55 2 archiwum ESPN – mag. 23.45 Sporty walki: FEN 54 w Pile: Gracjan Wyrosłak – Maksim Grabovich	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: Mistrzostwa Europy 2026: Azerbejdżan – Portugalia 19.50 Siatkówka kobiet: ME 2026: Czechy – Grecja 22.30 Siatkówka kobiet: Mistrzostwa Europy 2026 1.00 Sporty walki: Babilon MMA	9.45 Premier League: The Big Interview – mag. piłkarski 10.25 Speedway+ – mag. 11.00 Dart: Australian 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	14.00 Piłka nożna: Eintracht Brunszwik TSV – Bochum 16.00 Piłka nożna: Supercup Francji – mecz: RC Lens – Paris Saint-Germain 17.55 Piłka nożna: Puchar 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	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 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	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 koszmarn – 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 Atlantyczne Brazylii – film dok., Francja 2025

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB-T2	HISTORIA DVB-T2	HISTORY 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	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 nieznamy – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2018	8.00 Car SOS (4) – dok. 9.00 Inżynieria po katastrofie (2) – dok., Polska 10.00 Porzucone konstrukcje (2) – dok., Wielka Brytania 11.00 Na granicy wytrzymałości (5) 11.35 Katakizmy 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	6.00 Wehikuł czasu (821) 6.05 48h. Zaginięni (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.	8.40 1920. Wojna i miłość (7) – serial hist., Polska 9.35 Miód – słodka namietność 10.40 Podróż z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem (3) – serial dok. 11.40 Wszystkie kolory świata (21) – dok., Fr. 12.40 Odkryć tajemnicę 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 Zamajski Festiwal Filmowy „Spotkania z Historią” – mag.	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	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	KRYMINALNY	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 skarbow – 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.	18.00 Śmierć na drugą zmianę – Wlk. Bryt. Caroline Nosel zaprzysiężnia się z kolegą z pracy. Mężczyzna z czasem zaczyna napaść kobietę, przez co zostaje zwolniony. Postanawia się zemścić. 20.00 Taśmy zbrodni (2) 21.00 Zabójczy blond 2 22.00 Oblicza zbrodni 23.00 Zbrodnia z pierwszych stron gazet: uciekam seryjnemu mordercy – dok., USA 0.00 Koleżanki na zabój 1.00 Zabójczy blond 2	21.00 9/11: Zjednoczeni (1, 2) – Wlk. Bryt. Tragiczne wydarzenia z jedyne-następnego 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)	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)	20.00 Czarny mercedes – 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	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, honorami 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	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
7.00 Podziemne sekrety 9.00 Było, nie było (2) – dok. 10.00 Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołwki 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 Profesjonalisci – cykl dok. 4.00 Mikroprzyroda (6) – dok. 5.00 Łowcy staroci – dok.	14.45 Superskaly. 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 nieznaną – film dokum., Fr. 22.00 Ekskluzywna szkoła dla lokajów (1) – serial dok. 22.45 Wszystko ma być – dok. 0.15 Niezwykłe podróże koleją 13 (6)	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 Dziką przyrodą strefy równikowej (6)	9.10 W okowach mrozu 4 (14) 10.10 Wulkany: odlicznice (3) 11.20 Rekin: wojna płci 4 – 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 Dzikie 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: odlicznice (4) 22.05 Rekin: wojna płci – dok. 23.15 W okowach mrozu 4 (15) 0.15 Ukryty wulkan: erupcja w głębinach – film dok.	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 Dzikie polow (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 Dzikie polow (5) – dok. 19.45 Wietnamskie przygody Billa Bailey (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)	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	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL 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. Dziką Naturą (2-ost.) 22.10 Królowe mafii (10) – dok. 23.10 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn 23.15 Jak zarobić na Etiopii 0.25 Podróż z historią (1, 30)	8.10 48h. Zaginięni (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	14.15 Australijskie poszukiwacze złota 9 16.10 Ciężarówka po lepsze życie (8) – serial dokum. 17.10 Bohaterowie z St. Johna 2 (6) – serial dok. 18.10 Złoto Jukonu 3 – dok. 19.05 Australijskie poszukiwacze złota 10 (9, 10) – dok., Australia 2024 21.00 Najcięższe więzienia Ameryki (2) – serial dok. 22.00 Australijskie poszukiwacze złota 10 23.00 Katastrofy w przestworzach 3 (11) 0.00 Nago, samotnie i do domu daleko (2)	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.	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 20.00 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.	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	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TVN STYLE HD
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 daje! (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 19.30	6.10 Zakochaj się w Polsce (295) – mag. 6.40 Gra słów. Krzyżówka (1101) 7.10 Okrasa lamie 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 Czerdziestolatek (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 lamie przepisy – mag. kulin.	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 15.30 Drugie życie sukni ślubnej (10) – program rozrywkowy 16.00 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (10) – reality show Do walki w wielkim finale staje dwoje uczestników.	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	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 kredytcie 8 (21, 22) – reality show 18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 17 (13) 19.45 Express – pr. inform.	5.20 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (7) – reality show 5.55 Ach, ten ślub! (3) – program rozrywkowy 6.50 Damy i wiesniaczki. 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
WIDOWISKO	MAGAZYN KULINARNY	REALITY SHOW	ROZRYWKOWY	REALITY SHOW	REALITY SHOW
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	19.05 Okrasa lamie przepisy Kucharz zabierze widzów w rejs barką płynącą przez kanały i rzeki Żuław. Przygotuje lososia 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 rozrywkowy	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 Wzięcie kobiet (128, 129) – dok., Pol. 22.00 Gry małżeńskie (210, 122, 123) 1.05 Wzięcie kobiet (141-143, 1) – dok., Pol. 3.00 Zdrady (64-66) – serial paradokum.	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 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.	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 Diablenie boksie 3 (9, 10) – reality show	20.50 Bitwa o gości (3) Nicole i Daniel oprowadzają po hotelu w Poznaniu, Maciej i Daniel pokazują położoną wśród pastwisk Krowację, 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 gadziet erotycznie (1) – mag. 1.30 Zawodowa Anka (1) 2.15 Anka testuje internet (5) – pr. rozr. 2.50 Dieta czy cud? (1, 2) 4.15 Co nas truje (10)
TVP HD	TVP TVS	ZOOM	TLC	C+ KUCHNIA HD	TVN TURBO 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 lamie 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 Ojciec Mateusz, USA 2014, 120 min 0.20 Krew z krwi 2 (5-7)	5.30 Pasma ciekawostek 6.00 Telesprzedaj 10.05 Działaj w regionie – inf. 10.15 Pogoda 10.20 Ekonomia – mag. ekolog. 10.50 Wochenblatt TV – pr. inf. 11.10 Działaj w regionie – inf. 11.15 Pogoda 11.25 Muzyczne dni dobry 12.50 Kluczy i Lachy – pr. rozr. 14.30 Hansi Hinterseer zaprasza – pr. rozrywk. 16.55 Muzyczne podróże 18.00 Koncert w TVS – pr. muz. 21.05 Muzyczne lato – pr. muz. 22.55 Szlagierowa lista – muz. 0.55 Program muzyczny	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 Ciejrowski – 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 2.45 Hity polskiego kabaretu 7 (4) – pr. rozr.	13.00 Cztery żony i mąż 12 15.00 Wiza na miłość: dalsze losy, posćciowe rozmowy 9 – reality show 16.00 Historia 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 Przyszyczyla – kulisy 5 – serial dokumentalny, USA 0.00 Dr Przyszyczyla 3 – dok. 1.00 Baylen – życie na głos 3 (11) – serial dokumentalny	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)	8.20 Nic do zgłoszenia (2) 9.20 Samochód marzeń – kup i zrób 13 (4) – mag. 10.15 Cieżarówka 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
NOVA	METRO	ANTENA HD	WP	C+ DOMO HD	HGTV
9.30 Calkiem nowe lata miodowe (15, 3) – kom. 10.30 Wzięcie (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 Calkiem nowe lata miodowe (12) – kom., Pol. 18.30 Miodowe lata (23-26) 21.00 Zdrady (40) – paradok., Pol. 22.00 Ślad (74, 75, 77) – 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	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: Misja w Moskwie – komedia, USA 1994, reż. Alan Metter, 115 min 22.00 Dunkierka – wojenny. Wlk. Bryt./Hol./Fr. 2017, 140 min 0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4 (7) – dok.	13.00 Niezwykły dr Pol (5) 14.05 Kłątwa Wyspy Dębów 4 15.00 Poszukiwacze Złota: Żądza Bogactwa 2 (4, 5) 16.00 Australijski 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 poślubna – dramat kryminalny, USA/Australia 2012, 105 min	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 – 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 2 23.00 Przeboje kabaretu (8) 0.00 Mistrzowie Kabaretu (7) 1.00 Mistrzowie Kabaretu 14	14.00 Cudotwórcy – pod presją (3) – serial dok. 14.55 Po pierwsze: lokalizacja! (10) – dok. 15.50 Przekopimy 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	8.00 Poszukiwacze domów: Australia 15 (16) – dok. 9.00 Remontujemy dom na plaży 8 (5) – pr. rozr. 9.55 Letnia chatka 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 Mieszkam 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)

POLSAT 2 HD	SUPER POLSAT DVB-T2	TV 6 DVB-T	BBC FIRST HD	STACJE DZIECIĘCE	STACJE INFORMACYJNE
5.50 Wydarzenia 6.30 Nasz nowy dom (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	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 (425-427) 19.00 Rolniczki (19) – dok. 20.00 Kolacja w ciemno (53) – pr. rozrywk.	6.00 Więzienie (127, 128) 6.55 Policjanci 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.	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 Midlands 15 (6) – serial kryminalny 19.55 Śmierć pod palmami 6 (8) – krym.	10.20 Przygody Bolka i Lolka (39, 40) – anim. 10.45 Rodzina Treflików 3 11.10 Odo (62-64) – anim. 11.35 Stacyjkolo (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.	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 	DRAMAT WOJENNY 	KRYMINALNY 	KRYMINALNY 	ANIMOWANY 	PUBLICYSTYCZNY 
19.00 Gliniarze (1027) – Polska 2025 W lesie zostają znalezione zwłoki młodej kobiety i szczerzą 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 (2012, 145 min 2.45 Wydarzenia 3.25 Ewa gotuje (521)	21.00 Łzy słońca – USA (FILM) 2003, 155 min Por. Waters ma zabrać z ogarniętej wojną Nigerii dr Kendricka. 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)	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	21.00 Po powodzi (1) – Wielka Brytania 2024 W trakcie akcji ratunkowej prowadzonej w zalany miasteczko zostaje znalezione niezidentyfikowane ciało. Policjantka Jo Marshall postanawia zająć się tą tajemniczą sprawą. Śledztwo na zawsze odmieni jej życie. 22.00 W cieniu podejrzenia (2) – serial sensacyjny 23.00 Annika (2) – krym. 0.10 Ulica nadziei 5 (2) 1.10 Po powodzi (1) 2.15 Morderstwa w Midlands 15 (6) 3.50 Ojciec Brown 10 (9)	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 Pys i Bill 19.10 Pamiętnik Florki 19.25 Piotruś Królik 19.40 Wezaurey 3 19.50 Lupin wśród bajek 20.05 Grizzly i Lemingi 20.20 Luke, podróżnik w czasie (7, 8) – anim. 20.50 The Garfield Show 21.25 Nowe przygody...	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 Budowlancy (39) – dok. 6.30 Kolowrotek (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 gлина (8) – dok. 23.05 Łowca pedofili (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 Zamiłowana szefowa kuchni 18.50 Dziecięce mistrzostwa wypieków (10) 19.50 Perfekcyjne 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 wyzwanie 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) przeg., USA 2007, 170 min 0.40 Historia broni (5, 1) – dok. 3.00 Ewa gotuje (466) – mag. 3.30 SuperLudzie (39) – dok. 4.00 Kolowrotek (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 Zapraszamy 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 Miłose przekrety (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 mór (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 15.50 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 – szczyb i madry – 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 Teleexpressu (1) – koncert 19.30 Miłość i nadzieja (340) – telenowela, Turcja 2022 20.30 Wichrowe wzgórce (321) – serial obycz., Turcja 2024 21.30 La Promesa – pałac tajemnic (301) – obycz. 22.30 Grace, księżna Monako – film biograficzny, Francja/USA/Belgia 2014, 115 min	E! ENTERTAINMENT HD 7.00 Z kamerą u Kardashianów (11, 12) 8.50 Plastikarna fuszka (18) 12.30 Z kamerą u Kardashianów (13, 14) 14.20 Plastikarna fuszka 16.10 Błędy natury (1, 2) – dok. 18.00 Ogłądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk. 18.30 Z kamerą u Kardashianów (19, 20) 20.30 Plastikarna fuszka (3) 22.30 Błędy natury (3, 4) – dok. 0.30 Ogłądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk. 1.00 Z kamerą u Kardashianów (13, 14) 3.00 Plastikarna fuszka	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) – dok. 0.10 Top Gear 31 (6) – mag.	MINI MINI+ HD 10.00 Edzio i Lusja (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 3 (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 Calkiem 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)

SPRYTNE URZĄDZENIA I APLIKACJE DO TRENINGU W DOMU

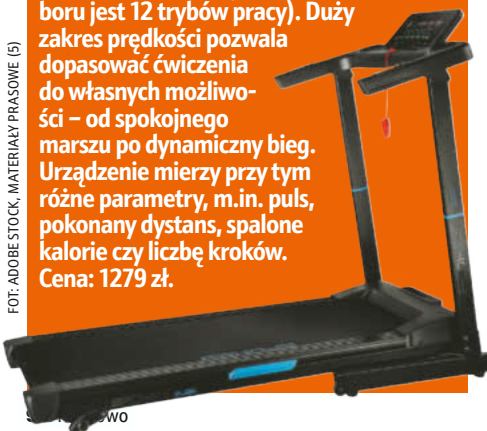
➔ Po upałach odrobina wysiłku już nie zaszkodzi. O lepszą formę możesz zadbać we własnych czterech ścianach – niezależnie od wieku i kondycji. Co warto wybrać, by ćwiczyć wygodnie i bezpiecznie?



DOMOWE CENTRUM FITNESS

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.

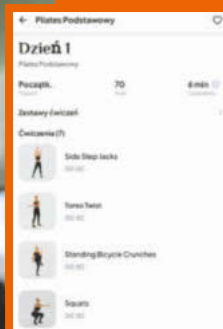


PULS POD KONTROLĄ

TX-750EB SABER to stacjonarny rower treningowy wyposażony w wyświetlacz LCD i aż 21 programów do ćwiczeń. Stabilna konstrukcja i wygodne siedelko 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.



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 partię 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.



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.





→ Na pytania Czytelników odpowiada
INŻ. JAROSŁAW KUCHARAK,
absolwent Politechniki Łódzkiej
od 30 lat związany z branżą satelitarną



Prosimy o przysyłanie pytań
z opisem problemu e-mailem
na adres: inzynier@toiowo.pl

BRĄK 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 dekodery tracą sygnał satelitarny. Ultraboxy, tak jak inne dekodery 4K Canal+, Dualboxy, mają możliwość przejścia w tzw. tryb hybrydowy – gdy dekodery podpięty jest do internetu i traci sygnał satelitarny, może przejść na odbiór kanałów TV poprzez internet. O takiej sytuacji dekodery informuje komunikatem na ekranie telewizora i na taką operację musimy wyrazić zgodę, wciskając klawisz „OK” na pilocie na ikonę „oglądaj przez internet”. Tryb hybrydowy ma to do siebie, że w chwili, gdy wróci sygnał satelitarny, a my przełączymy się na jakiś inny kanał, dekodery automa-

tycznie 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. Zaczniemy 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? Czekajmy wtedy sprawdzenie wszystkich elementów układu antenowego, począwszy od ustawienia anteny, konwerterów, skończywszy na złączach i kablach.

ROZWIĄŻ DLA PRZYSZŁOŚCI



dom w skansenie	leśne pułapki	złot czarownic	kolumna		
gruzińskie pierogi	torbacz lubiący eukaliptusa	wyrok	posłanie borsuka	2	
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	gieldowy spadek	wiersz miłosny			tluczeń
aneksja	siatka do skoków				
			fruwaj nad plażą		żerdź
cynowe spoiwo	piękny zapach				
		miasto Kreona		1	
oznaka wysiłku	fragment, kawałek				
		dosięgnię winnego	4		

LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓŁ UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

FILMOWY WEHIKUŁ CZASU

arte **STREAMING** Platforma Arte.tv zaprasza na cykl ArteKino Classics, w którym udostępni perły europejskiego kina sprzed dekad. To np. irlandzka „Kołyśnianka” 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.



waluta Meksyku	długi, nudny list	wystrzał z armat	zwinieły śledź	sprawka figlarza	masa z ula	kochał Heloizę	... Gąsiorowska, „Listy do M.”	dziewięć zabawa	obrzeże
			 na teściową, komedia				fioletowy spirytus		
							24 godziny		poczucie umiaru
model Fiata				odcinek czasu	stan w USA	„Pięty Luca Bessona			
western			amory guszców			grała Magdę Karwowską	deska z wiązaniem		
					wioska			kanon moralny	konflikt
pobratymiec									
			lasso	pojazd kolarza			słowa piosenki		
				kuzyn drożdża					
kolejny w konkursie		ryżowy trunek			wafel z kajmakiem			sterta	Samara na parking
mleczko na gumę		świergot	wilgoć na trawie			jesienny kwiat	Jan ..., znany spiker	wywar z mięsa i włoszczyzny	
					szybki zjazd ze stoku		jeden z Opli		
blazen między blokami			golas	cerkiewny obraz	przeznaczenie	obrzędy religijne		 Zorro” z Banderasem	 dezerterów”
Lawrence lub Aniston						Winona ..., „Małe kobietki”	osłania grzbiet wierzchowca	odprawiana w kościele	
			czarny koń			pomysł			spaja blachy
						duża papuga			slup wbijany w grunt
własna, nieprzy muszona		ostrze dzidy			przetwarzane informacje			strumień światła reflektora	
			na koszulce piłkarza				konkurent Boruty		
karta dań		śmieci w skrzynce mailowej			sugestia			wyspa koralowa na oceanie	

LITERY Z PONUMEROWANYCH
PÓŁ UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---

REDAKCJA & WYDAWNICTWO

Adres redakcji: ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa, adres mailowy: redakcja@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 Leonczuk, 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 Głewicka, Małgorzata Porebska, Piotr Piórkowski **Hub Fotoedycji:** **Lider:** Agata Zasada
Koordynatorzy: Emil Przygodzki, Magdalena Wojno **Fotoedycje:** Magdalena Dąbek-Makowska, Ludmiła Jeruchimowicz,
 Anna Jurczewska, Grzegorz Lech, Karolina Liżewska, Mirela Tafińska **Sekretariat:** Aleksandra Kominek



Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j.
 ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa
Zarząd: **Prezes Zarządu:** Tomasz Namysł
Członkowie Zarządu: Andrzej Chojnowski, Marek Lasota
Director, Publishing Management/Dyrektor Pionu
Wydawniczego: Marek Lasota **Dyrektor produkcji:** Piotr Orełko
Publisher/Wydawca: Justyna Hałas
Prenumerata krajowa i zagraniczna: czytelnia.pl,
 e-mail: prenumerata@bauer.pl,
 tel.: 67 210 86 05, 67 354 16 05.



Dyrektor biura reklamy: Izabela Sarnecka
Dyrektor segmentu pism telewizyjnych:
 Aneta Rym-Galka, e-mail: Aneta.Rym@bauer.pl
www.bauer.pl/reklamal
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



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	

warzywo na muskę		niewielki okręt wojenny	atrofia		dumny kurak		Jennifer ... „Igrzyska śmierci” po sobocie		ojciec Izaaka i Ismaela		wysoki lot piłki początek dnia		Sem dla Noego rzekotka	
►					►		imię Pana Klekksa	►				4	►	
awiator		nadmuch z wentylatora	►						wrzawa	►				
		np. wiśniówka												
►				6	garnek z rączką		Gosling lub Reynolds	►		7		zestaw cieni do powiek		dżinsowa kurtka
z niego welon		chwytyany na gitarze	►				5		ukraiński taniec	►				
►				„Król ...”, dramat	pachnący tlen	►			szata liturgiczna		moralista		skraj dachu	
Russell ... „Piękny umysł”		śpiewa „Miłość jak wino”	►				zamek króla Artura	►						
►	3				dwie pary na korcie	►				powierza- na ministrowi	►			
królestwo straga- niarzy		płytką na ścianę	►	2				pies obrończy	►					
►					... Łącz, aktorka	►				narzuta	►		1	

LITERY Z PONUMEROWANYCH
PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Dlaczego coraz **GORZEJ** SŁYSZYMY?

REKLAMA

Specjaliści nie mają wątpliwości, co może się do tego przyczyniać.



Problem pogarszający się słuchu dotyczy dorosłych, jak i dzieci. Mogą przyczyniać się do tego błędy, które nieświadomie popełniamy.

Przed 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 nanoszący, działający na zasadzie siły odśrodkowej. W ciągu zaledwie kilkunastu sekund struktura korka woskowinowego rozpada się i zostaje łagodnie wyciągnięta z ucha.

Lampka ułatwiająca kontrolę stanu uszu



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.