

NETFLIX

Disney+

HBO
max

prime video

CANAL+

4,29 zł (w tym 8% VAT)

NR INDEKSU 379236

PROGRAM TV NR 27/29.06.2026
4.07-10.07.2026

to&owo TV

SPORT NA ŻYWO

KOLARSTWO

JUŻ PO RAZ 113 RUSZA
TOUR DE FRANCE

PIŁKA NOŻNA: MUNDIAL 2026

MECZE 1/8 FINAŁU

FORMUŁA 1

GRAND PRIX WIELKIEJ BRYTANII

SIATKÓWKA KOBIEC: LN

TURCJA - POLSKA

KALENDARZ
KIBICA I INNE SPORTOWE
WYDARZENIA
TYGODNIA
» s. 14-17PONAD
150
OPISÓW FILMÓW
NA CAŁY
TYDZIEŃ!

WYWIAD TO&OWO TV

**ANNA
BOGUSIEWICZ**NAWET W CZASIE WAKACJI
NIE ZWALNIAMY TEMPA
W REDAKCJI PROGRAMU
TAKI JEST ŚWIAT s. 4

DOMEK NA PRERII

NETFLIX
DISNEY+
HBO MAX
I JESZCZE
WIĘCEJ s. 18LOL: KTO SIĘ ŚMIEJE
OSTATNI
4. SEZONMAZURSKA NOC
KABARETOWANASIENIE
ŚWIĘTEJ FIGI**ROZRYWKA
NA START WAKACJI!**

MY LIFE IS MURDER 5

LATO Z RADIEM
I TELEWIZJĄ POLSKA

ZABOJCZE TROPIKI

TAJEMNICA
TWIERDZY SZYFRÓWISSN 1230-4331
27
9 771230 833607Numer
w sprzedaży
do 5.07.2026

eprasa.pl 8193911479

OSOBISTY KLIMATOR 3 W 1

Twoja prywatna strefa chłodu!

REKLAMA

ZAMÓW
ZA 199 zł!

Tęsknisz za świeżym, chłodnym powietrzem w gorące dni? W nocy budzisz się zlanym potem? Chciałbyś cieszyć się przyjemnym chłodem w swoim pokoju, biurze czy sypialni? Ten kompaktowy klimator może sprawić, że upalne dni będą znacznie przyjemniejsze!

Gdy żar leje się z nieba, to nawet zwykłe, proste, codzienne czynności stają się męczącym wyzwaniem. Czy się sprząta, czy gotuje albo tylko czyta – pot spływa drażniącą strużką po plecach. Człowiek ledwo się rusza i marzy o chłodniejszym powietrzu!

Jednak zimne okłady i chłodne napoje nie pomagają, a wiatrak kręci się bez końca, irytując swoim terkotem. I nawet w nocy nie można liczyć na chwilę wytchnienia! **Gorące i lepkie powietrze nie pozwala zasnąć. Bezlitosny skwar nie daje żyć!**

Poczuj powiew rześkiego chłodu

Kompaktowy klimator 3 w 1 działa błyskawicznie – w krótkim czasie potrafi schłodzić powietrze w Twoim otoczeniu do przyjemnej temperatury. To prawie tak, jakby przejść z rozgrzanego stołcem parzącego asfaltu w chłodny cień parkowych drzew. I to bez szumiących wiatraków, skomplikowanych instalacji czy lodowatych napojów.

W pracy czy w domu – dzięki temu urządzeniu możesz poczuć ulgę i przyjemny, umiarkowany chłód. **Klimator generuje rześki powiew, nawet jeśli wokół panuje niemiłosierny skwar.** Świeże, schłodzone powietrze sprzyja lepszemu samopoczuciu – czy to przy obowiązkach, ulubionym hobby, czy chwili relaksu przed telewizorem. Poczuj wytchnienie od upału i duchoty po ciężkim dniu.

Nowa technologia filtracji wodnej

Klimator 3 w 1 wykorzystuje nowoczesną **technologię filtracji wodnej.** Zasysa powietrze gorące i suche, przepuszcza je przez wielowarstwowy filtr wodny i wypuszcza schłodzone i świeże.



Ale nie tylko chłodzi! Dodatkowo **nawilża i pomaga oczyścić powietrze z brzydkich zapachów oraz kurzu, pyłków i roztocy.**

Prosty sposób na ożywcze powietrze

Klimator 3 w 1 jest niezwykle prosty w obsłudze. Nalewasz wody do zbiorniczka, podłączasz urządzenie do prądu i **włączasz je jednym przyciskiem.** I już po chwili możesz cieszyć się orzeźwiającym chłodnym powietrzem.

Możesz też ustawić siłę oraz kąt nawiewu, dzięki czemu dostosujesz pracę klimatora do swoich potrzeb. Dzięki regulowanej sile nawiewu możesz cieszyć się przyjemnym chłodem bez uczucia dyskomfortu i wyziębienia. A jeśli temperatura wzrośnie i będziesz potrzebować jeszcze większego chłodzenia, po prostu dorzucz kilka kostek lodu do zbiornika z wodą.

Komfortowa praca i błogi wypoczynek

Urządzenie jest niewielkie i bardzo lekkie, więc **z łatwością przeniesiesz je i ustawisz tam, gdzie tego potrzebujesz.** Zmieści się na nocej szafce przy łóżku, na stoliku czy blacie kuchennym. Możesz je zabrać ze sobą także do pracy i postawić obok siebie. Przez cały dzień będzie otulać Cię przyjemne, chłodne powietrze.

Klimator 3 w 1 **pracuje niemal bezgłośnie,** dzięki czemu sprawdzi się świetnie w sypialni, podczas poobiedniej drzemki lub gdy będziesz oglądać ulubiony program w telewizji. Może także zastąpić lampkę nocną w dziecięcym pokoju. Wystarczy włączyć **dyskretne kojące światło** w jednym z 7 kolorów, by zapewnić dziecku spokojniejszy sen.

Wydajny i praktyczny

Skomplikowane systemy chłodzące potrzebują dużo prądu i czasu, ponieważ próbują obniżyć temperaturę w całym mieszkaniu. Klimator 3 w 1 jest przeznaczony do użytku osobistego i **chłodzi powietrze dokładnie w Twoim otoczeniu!** Jest w stanie szybko stworzyć wokół Ciebie strefę przyjemnego i ożywczego chłodu, w której możesz odpocząć od gorąca i duchoty.

Kompaktowy klimator 3 w 1 zużywa tylko 0,035 kW na godzinę – to zaledwie tyle, co zwykła ładowarka czy niewielka lampka! Klimator 3 w 1 **nie wymaga też żadnej instalacji przez monter,** więc nie generuje dodatkowych kosztów – to praktyczne rozwiązanie na każdą kieszeń.

Kompaktowy klimator 3 w 1 możesz otrzymać w sprzedaży telefonicznej. Bezpieczna płatność przy odbiorze, paczka zostanie dostarczona prosto pod Twoje drzwi. **Skorzystaj z wygody i zamów już dziś,** aby w pełni cieszyć się życiem w ciepłe dni.



NAWILŻANIE



CHŁODZENIE



OCZYSZCZANIE

- ✓ Pojemny zbiornik
- ✓ Filtr wielokrotnego użytku
- ✓ Nastrojowe światło (7 kolorów do wyboru)
- ✓ Kompaktowy rozmiar
- ✓ Bez toksycznych substancji chłodzących
- ✓ Cicha praca, niski pobór energii
- ✓ Podłączysz do kontaktu, laptopa, ładowarki w samochodzie

Jak to działa?



1. Wlej wodę do zbiornika



2. Włącz jednym przyciskiem



3. Wybierz siłę i kąt nawiewu

ZADBAJ O SWÓJ KOMFORT!

Poczuj chłodne i przyjemne powietrze z klimatorem 3 w 1 za 199 zł!



61 300 33 96

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

Szeregowe dane informacyjne dotyczące warunków i reklamacji dostępne są pod adresem: Sprzedaż i Usługi Klienta Sp. z o.o., ul. Żoliborz 1, 01-614 Warszawa, tel. 61 300 33 96, 81 583 10 00, e-mail: 558449@11, kontakt@pogodaonline.info, Regulamin: https://pogodaonline.pl/strona/omnibus/

TO&OWO **POLECA**

TO JESZCZE NIE KONIEC

Międzynarodowy sukces serialu „Breslau” sprawił, że produkcja Disney+ doczeka się drugiego sezonu! W kontynuacji znów zobaczymy Tomasza Schuchardta, Agatę Kuleszę, Adama Bobika oraz Ireneusza Czopa. Platforma zapowiedział również dwa nowe polskie seriale. Komediodramat „Wszystko pod kontrolą” opowiadać ma o Paulinie, którą niespodziewane zdarzenie zmusi do wyruszenia w podróż. Z kolei thriller „Gra” przeniesie nas do prastarego lasu, w którym z pozoru niewinna zabawa przerodzi się w coś znacznie poważniejszego... Na razie pozostałe szczegóły dotyczące wszystkich trzech produkcji pozostają owiane tajemnicą. **JK**



AKTUALNOŚCI
→



JAK CO WAKACJE

PROJEKT PŁAŻA ruszy w piątek 3 lipca w Świnoujściu, a w kolejne weekendy odwiedzi Międzyzdroje (10-12.07), Dziwnów (17-19.07), Kołobrzeg (24-26.07), Pobierowo (31.07-2.08), Dźwirzyno (7-9.08), Łebę (14-16.08) i Krynicę Morską (21-23.08). W tym roku organizatorzy zapraszają do zabawy nie tylko nad wodą, ale i w centrach miast! Będą koncerty, konkursy i inne atrakcje, a na miejscu spotkać możemy gwiazdy, w tym oczywiście Oliviera Janiaka. Dzięki reporterom plażowego szaleństwa doświadczą też widzowie programów „Dzień Dobry Wakacje”, „Co za tydzień” i „Projekt City” (ten ostatni obejrzymy w TVN Style). **JK**

ZNIKA Z TANECZNEGO SHOW

EWA KASPRZYK opuszcza ekipę „Tańca z gwiazdami”! Jak poinformowała stacja, aktorka musiała zrezygnować z udziału w jury ze względu na liczne zobowiązania zawodowe. Nie wiadomo jeszcze, kto ją zastąpi. Polsat ujawnia za to kolejne gwiazdy nowej edycji. Wiemy już, że jesienią na parkiecie pojawią się m.in. aktorka Helena Englert oraz Marta Wiśniewska. Ta druga jest znana jako piosenkarka, ale też tancerka i choreografka, podkreśla jednak, że taniec towarzyski i hip-hop, którym się zajmowała, to dwa zupełnie różne światy. Niezależnie od wcześniejszych doświadczeń wszystkich uczestników czeka dużo pracy. **JK**



ZMIANA WARTY

MACIEJ DOWBOR w ubiegły czwartek pożegnał się z publicznością „Dzień Dobry TVN” i ogłosił, że po raz ostatni poprowadził program w duecie z Sandrą Hajduk-Popińską! – Od pierwszego dnia czułem się tu jak u siebie. To Wasza zasługa, drodzy widzowie, oraz całe go zespołu, który przyjął mnie, jakbym pracował w nim od zawsze. Nigdy tego nie zapomnę – napisał prezydent w mediach społecznościowych. Dodał też, że razem z żoną, Joanną Koroniewską, chcą skupić się teraz na innych, wspólnych projektach. Tymczasem już od środy 1 lipca o poranku witać nas będzie w programie nowy duet: Izabella Krzan i Jan Pirowski. **JK**



DAJCIE SOBIE POMÓC

SŁONECZNA. POZA CISZĄ to nowy serial Telewizji Polskiej. Jego główną bohaterką będzie Lena, które przeprowadzi się do rodzinnej miejscowości swojego narzeczonego, by wspólnie z nim otworzyć tam poradnię psychologiczną. Nie rezygnuje mimo osobistej tragedii i niechęci mieszkańców, którzy będą odnosić się do niej z dużą nieufnością – z początku nie uwierzą ani w stosowane przez nią metody, ani w sensowność rozmów o dręczących ich problemach. A tych nie będzie brakuwać... W obsadzie m.in. Barbara Liberek, Magdalena Walach, Filip Gurlacz i Łukasz Nowicki. Nowa produkcja zadebiutuje jesienią w TVP VOD. **JK**

JAK ZAPLANOWAĆ BEZPIECZNE WAKACJE?

→ Uwielbia świat, jego złożoność i niezwykłość. W rozmowie z nami zdradza, o czym będzie opowiadać w najbliższych odcinkach programu „Taki jest świat”.

Absolwentka polonistyki, wielbicielka muzyki poważnej i sztuki, w tym malarstwa. W programie, który w sobotnie poranki możemy oglądać w stacji TV Puls, opowiada widzom o fascynujących ciekawostkach, interesujących miejscach i ważnych wydarzeniach. Tegoroczne wakacje zdominują najbardziej aktualne tematy.

Czy wakacje to dla Pani intensywny czas w pracy, czy raczej letnia sielanka?

Nawet w czasie wakacji nie zwalniamy tempa w redakcji programu „Taki jest świat”. Kluczem do sprawnego działania jest dobre planowanie – to podstawa. Dlatego z wyprzedzeniem przygotowujemy główne tematy, które będziemy poruszać w wakacyjnych odcinkach. Oczywiście reagujemy także na bieżące wydarzenia, ale tych nie da się zaplanować wcześniej.

Jaki więc temat przewodni będzie przewijać się przez odcinki, które obejrzemy w lipcu?

Skoro trwa sezon wakacyjny, podejmujemy temat podróży i turystyki,

przede wszystkim w kontekście bezpieczeństwa. Nie chcemy straszyć – naszym celem jest uświadamianie i edukowanie. Chcemy podzielić się z widzami tym, na co warto zwracać uwagę podczas wyjazdów. Powiemy między innymi, czego nie wolno przywozić z zagranicznych podróży, bo wbrew pozorom nie każdą muszelkę czy kamień można bez przeszkód zabrać do domu. Obowiązują przepisy, których nieznanostwo może skutkować wysokimi karami. Poza tym podczas wakacyjnych wojaży zdarzają się sytuacje, które na pierwszy rzut oka wydają się niegroźne, a w rzeczywistości mogą być niebezpieczne. Przykładowo, przestrzegam się przed testowaniem próbek perfum oferowanych przez nieznanomych, ponieważ może to wiązać się z ryzykiem utraty świadomości, kradzieżą lub porwaniem. To ostrzeżenie jest szczególnie ważne dla kobiet podróżujących samotnie. Będzie też o przemieszczaniu się z wykorzystaniem aplikacji przewoźników. Docierają do nas sygnały, że podczas takich przejazdów zdarzają się przypadki wymuszania dodatkowych opłat czy innych groźnych zachowań. Dlatego pokażemy, jak zadbać o swoje bezpieczeństwo i na co zwracać szczególną uwagę.

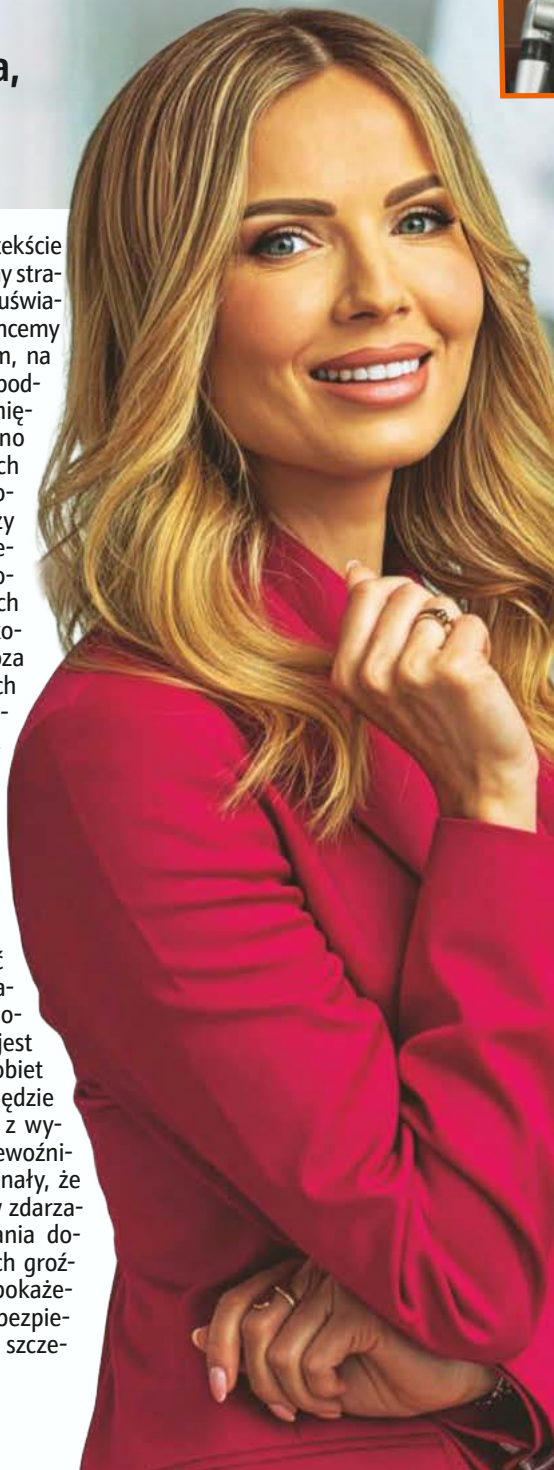
Taka historia przydarzyła się Marcie Krupie, która opowiedziała o tym

→ WYWIAD

SPEŁNIONA W PRACY

Od dzieciństwa marzyła o pracy w telewizji. I udało się! Dzisiaj prowadzi program „Taki jest świat”.

– Wszystkie tematy, które pojawiają się w programie, dopasowujemy do rytmu życia naszych widzów – mówi dziennikarka.



CIEKAWY SPOTKANIA

BLISKO LUDZI

Jako gość specjalny wygłosiła wykład na rozpoczęcie roku akademickiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Drzewicy.



NOWE TECHNOLOGIE

Ciekawe, co powiedziała naszej rozmówczyni słynny humanoidalny robot Edward Warchocki?

w Państwa programie. Co dokładnie się stało?

Wykupiła przejazd autobusem za pomocą aplikacji, jednak w pewnym momencie kierowca zjechał z trasy, zaryglował drzwi i zażądał zapłaty gotówką. Gdy powiedziała, że dzwoni na policję, wyrwał jej telefon z ręki i zaczął się z nią szarpać. Na szczęście wszystko dobrze się skończyło, ale ta historia jest przestrożą dla nas wszystkich i przypomina, że zawsze należy zachować ostrożność. Jeśli chodzi o szczegóły, odsyłałam do naszego programu – wszystkie wyemitowane odcinki można obejrzeć na kanale Play Plus.

Słyszałam, że zamiecie się także podróżowaniem w kamperach.

Jak najbardziej! Pokażemy, jak taki pojazd wygląda od środka, i podpowiemy, dokąd warto pojechać kamperem. Uważam, że nawet jeśli ktoś na co dzień ceni przede wszystkim komfort, warto spróbować czegoś zupełnie innego i wybrać się w podróż kamperem – choćby po to, by przeżyć taką przygodę.

Czy Pani zdarzyło się podróżować takim środkiem lokomocji?

Niestety jeszcze nie, ale pamiętam wakacje za granicą pod namiotem (śmiech). Było wspaniale! Pole namiotowe było położone na pięknej skale, z której rozciągał się cudowny widok na morze i malownicze zachody słońca. Dzień zaczynał się wcześniej, bo trudno spać w namiocie, kiedy wschodzi słońce i szybko robi się gorąco. Przyroda wyznaczała więc rytm dnia.

Poza tym na polu namiotowym ludzie szybciej niż w hotelach nawiązują ze sobą relacje. Z wielką sympatią wspominam wieczory, gdy ktoś wyciągał gitarę i śpiewał albo zapraszał do gry w badminton czy piłkę. Takie proste rzeczy, a sprawiają tyle radości. Gorąco polecam taki sposób wypoczynku, a jeszcze bardziej – podróżowanie kamperem, bo to wciąż blisko natury, ale jednak trochę bliżej cywilizacji niż namiot.

Jakie tematy pojawiają się w sierpniowych odcinkach?

Przed wszystkim powrót do szkoły, ale także inne tematy, które mogą zainteresować rodziców. Od września wejdą w życie przepisy zakazujące dzieciom korzystania z telefonów w placówkach szkolnych. Pojawia się wiele pytań, m.in. jak ten zakaz będzie wprowadzany w życie i jak szkoły się do niego przygotowują. Planujemy też podzielić się z rodzicami solidną dawką wiedzy na temat atrakcyjnych, a jednocześnie zdrowych śniadań dla naszych pociech. Powiemy, jak zapakować jedzenie, aby prze-

trwało kilka godzin w plecaku, a jednocześnie nadawało się do spożycia.

Czy sztuczna inteligencja, o której wiele mogliśmy się dowiedzieć w odcinkach czerwcowych, może nam pomóc np. w podróżowaniu?

Ależ oczywiście! Jestem zwolenniczką tego, by nie straszyć, lecz uświadamiać. Nie zatrzymamy zmian zachodzących w świecie technologii, więc najlepiej nauczyć się mądrze z nich korzystać. Sztuczna inteligencja może zaoszczędzić nam czas podczas planowania wypoczynku. Jeśli wystarczająco szczegółowo opiszemy nasze potrzeby, szybko pomoże nam wybrać docelowy kraj, sprawdzić pogodę, porównać ceny oraz oferty hoteli. Nikt nie zrobi tego szybciej niż AI. Oczywiście trzeba pamiętać, że kolejnym krokiem jest zweryfikowanie tych informacji. Poza tym AI może służyć nam jako tłumacz – warto o tym pamiętać.

Kiedyś trzeba było samemu szukać różnych informacji, a teraz mamy je wszystkie w telefonie czy w komputerze.

To prawda. Teraz mamy nowe narzędzie, które w dużej mierze przejęło rolę encyklopedii. Pamiętam, że w dzieciństwie byłam wielką pasjonatką encyklopedii, słowników i wszelkich publikacji poświęconych wiedzy o świecie.

Do dziś towarzyszy Pani ta pasja odkrywania świata w całej jego różnorodności.

Wychowałam się na wsi, z rodzicami i dziadkami, którzy prowadzili gospodarstwo. Bawiłam się, biegając po łąkach. Widziałam, a nawet sama próbowałam, jak doi się krowy. Uwielbiałam też oglądać filmy przyrodnicze w telewizji, których lektorką była Krystyna Zubówna. Nawet robiłam z nich notatki (śmiech)! Do tego dużo czytałam. Na zakończenie roku szkolnego, za świadectwo z czerwonym paskiem, zawsze dostawałam od rodziców książkę. Jestem im za to bardzo wdzięczna, bo w ten sposób zaszczepili we mnie pasję do czytania, która trwa do dziś. Z perspektywy czasu myślę, że to moje sielskie, spokojne dzieciństwo, otwierające mnie na świat, rozbudziło we mnie też ciekawość, która sprawiała, że zawsze chciałam zobaczyć i dowiedzieć się więcej, sięgnąć spojrzeniem i umysłem coraz dalej. Tak się złożyło, że dziś, dzięki programowi „Taki jest świat”, mogę spełniać to dziecięce marzenie i wciąż z pasją odkrywać ludzi, miejsca i historie, które czynią naszą rzeczywistość tak fascynującą.

Rozmawiała Marzena Juraczko

→ TAKI JEST ŚWIAT SO 4.07
godz. 09.00 TV PULS



W jednym z odcinków wystąpi Marta Krupa – modelka, aktorka i piosenkarka.

sobota

niedziela

poniedziałek

SENSACJA



Szybcy i wściekli 10

GODZ. 21.00 POLSAT FILM Kontynuacja losów mistrza kierownicy, w którego wciela się Vin Diesel, oraz jego kompanów. Przed laty ekipa doprowadziła do ruiny barona narkotykowego. Teraz zagraża jej żądny zemsty syn gangstera, Dante.



Ostatni ślad

GODZ. 20.00 TV PULS Gerard Butler wciela się w zdesperowanego męża zaginionej kobiety. Gdy bada kolejne tropy, sam staje się dla detektywów głównym podejrzanym. Sytuację komplikuje prawda o jego relacji z żoną.



Agent

GODZ. 20.10 ALE KINO+ Żona kierownika placówki CIA w Budapeszcie ginie w zamachu. Wdowiec rusza tropem sprawców. Wraz z sojuszniczką odkrywa spisek.

KOMEDIA



Milionerzy

GODZ. 22.30 TVP KOBIEITA Perypetie ludzi, w których życiu nagłe szczęście splotło się z pechem. Wśród nich jest małżeństwo, które próbuje dotrzeć do Marsylii, by odebrać wygraną w loterii. Rozpoczyna się wyścig z czasem.



Millerowie

GODZ. 22.00 METRO Zadłużony diler organizuje przemyt narkotyków. Dla przykrywkę wciela się w ojca rodziny na wakacjach. Pełna dosadnego humoru i nawiązań do innych filmów komedia o perypetiach paczki życiowych rozbitków.



Pojedynek na głosy

GODZ. 22.20 TVP HD Partnerki żołnierzy zakładają chór, by wspierać się w trudnych chwilach. Oparta na faktach wzruszająca historia, wypełniona muzyką i humorem.

DRAMAT



Smashing Machine

GODZ. 21.00 C+ PREMIUM Losy Marka Kerra, legendarnego zawodnika MMA. Dwayne Johnson i Emily Blunt zdobyli nominacje do Złotego Globu. Reżyser Benny Sadif został nagrodzony Srebrnym Lwem na festiwalu w Wenecji.



Eiffel

GODZ. 22.30 TVP KOBIEITA Kulisy powstania jednej z najsłynniejszych budowli świata. W Paryżu ma się odbyć międzynarodowa wystawa. Francuski rząd chce oślnić gości. Zleca inżynierowi Eifflowi stworzenie wyjątkowego projektu.



Historia mojego życia

GODZ. 20.00 FILMBOX+ HITS Lata 20. XX w. Przed wypłynięciem w rejs kapitan Störr zaręcza się z Lizzy. Trawi go zazdrość. Adaptacja książki Milána Füsta.

SF/FANTASY



Transformers

GODZ. 21.00 SCI FI Błękitna Planeta staje się areną walki robotów. W jej środek trafia para zakochanych nastolatków. Film Michaela Baya, twórca „Armageddonu”, nominowany do Oscara w trzech kategoriach, m.in. za efekty specjalne.



Obcy – ósmy pasażer „Nostromo”

GODZ. 21.00 POLSAT FILM Nakręcone przez Ridleya Scotta arcydzieło fantastyki naukowej. Astronauci znajdują obcą formę życia na odległej planecie. W klaustrofobicznej przestrzeni statku będą zmuszeni stoczyć walkę o przetrwanie.



Dziewczyna w czerwonej pelerynie

GODZ. 22.35 TVN FABUŁA Intrygujące połączenie motywów znanych z bajki o Czerwonym Kapurku oraz horrorów o wilkołakach.

wtorek

środa

czwartek

piątek



Zima pod znakiem wrony

GODZ. 20.00 C+ PREMIUM Realia stanu wojennego ukazane z perspektywy angielskiej profesor. Thriller Kasi Adamik inspirowany opowiadaniem Olgi Tokarczuk.



Kasyno

GODZ. 23.00 PULS 2 Film Martina Scorsese oparty na wspomnieniach członka mafii. Rothstein awansuje w przestępczej hierarchii. Gubi go uczucie do kobiety.



Pitbull. Ostatni pies

GODZ. 21.55 TV PULS Policjant wnika w szeregi mafii. Kontynuacja filmu Patryka Vegi. Tym razem po drugiej stronie kamery staną Władysław Pasikowski.



Zakładnik z Wall Street

GODZ. 21.00 POLSAT FILM Mężczyzna, który stracił oszczędności, terroryzuje doradcę finansowego na oczach widzów telewizyjnego show. Za kamerą Jodie Foster.



Jak ukradłem 100 milionów

GODZ. 21.00 POLSAT FILM Księgowy Ed przywłaszcza sobie fortunę i trafia do więzienia. Ukrywając prawdę przed narzeczoną, usiłuje przetrwać za kratkami.



Porachunki

GODZ. 20.00 FILMBOX+ ONE Robert De Niro, etatowy gangster kina, bawi się swoim filmowym wizerunkiem. Wciela się w świadka koronnego ściganego przez mafie.



Ocean's 8

GODZ. 20.00 TVN FABUŁA Kobięca odsłona komediowej serii zapoczątkowanej w 2001 roku. Oszustka tworzy zespół, który ma dokonać spektakularnej kradzieży.



Zwyczajna przysługa

GODZ. 20.00 TVN FABUŁA Gospodyni domowa angażuje się w śledztwo dotyczące tajemniczego zaginięcia przyjaciółki. Blake Lively i Anna Kendrick w duecie.



Szeregowiec Ryan

GODZ. 20.00 PARAMOUNT NETWORK Podkomendni kapitana Millera ryzykują życie, by ocalić jednego żołnierza. Dramat nagrodzony pięcioma Oscarami.



Ikar. Legenda Mietka Kosza

GODZ. 21.05 TVP KULTURA Poruszająca biografia niewidomego pianisty jazzowego. Jego sukces na scenie nie szedł w parze ze szczęściem w życiu osobistym.



Gorący temat

GODZ. 20.10 ALE KINO+ Publicystki ujawniają wstrząsające kulisy pracy w stacji telewizyjnej. Wywołują medialną burzę. Na faktach. Trzy nominacje do Oscara.



Niepokonani

GODZ. 21.50 KINO POLSKA Epickie kino o woli przetrwania więźniów sowieckiego gułagu. Ich ucieczka staje się początkiem morderczej przemywania do Indii.



Blade Runner 2049

GODZ. 22.00 HBO Oficer K dowiadyje się o zbrodniczym spisku. Musi wytropić Deckarda – ukrywającego się łowcę androidów. Kontynuacja filmu Ridleya Scotta z 1982 roku.



Bibliotekarz 3: Kłątwa kielicha Judasza

GODZ. 22.00 SCI FI Dalsze losy przygód poszukiwacza skarbów. Jego celem jest artefakt, który rzekomo może wskrzesić Drakulę.



Czerwona Planeta

GODZ. 22.00 WARNER TV Impionująca rozmachem i efektami specjalnymi opowieść o dramatycznej misji astronautów. Poznają o mroczną prawdę o Marsie.



Immortals. Bogowie i herosi

GODZ. 22.50 PARAMOUNT NETWORK Hollywoodzka wizja mitu. Śmiertelnik rusza na misję, która odmieni los mieszkańców Olimpu.

**MROczne
ZBRODNI**
na antypodach
i Martynice,
sekrety Zamku
Czocho, do
tego kowboje
i więźniarki.

SERIALE
↑



Czy morderstwo
może być...
sportem
zespołowym
pięknych
czirliderek?

NOWY SEZON

MY LIFE IS MURDER

KRYMINALNY Polskie tłumaczenie angielskiego tytułu serialu „My Life is Murder” brzmi „Moje życie to morderstwo”. Doskonale on opisuje główną bohaterkę Aleksę Crowe (Lucy Lawless), świetną detektyw, która po śmierci męża postanowiła zająć się... pieczeniem chleba. Szybko jednak przekonała się, że pasja do rozwiązywania zagadek kryminalnych jest silniejsza niż miłość do świeżego pieczywa. Przed

nami piąty sezon tego świetnie zrealizowanego serialu, z intrygującymi zagadkami i pięknymi widowiskami. W pierwszym odcinku Alex będzie prowadzić dochodzenie w sprawie nagłej śmierci znanego influencera fitnessu. Dowie się, czy mogły mieć z tym coś wspólnego... zawodowe czirliderek. **MJ**

→ **MY LIFE IS MURDER 5 PO 6.07**
godz. 21.00 BBC FIRST

Przed Aleksą
kolejna zagadka
kryminalna do
rozwiązania.



Jakie tajemnice
kryje Terrence (Dean
O'Gorman), agent
sportowy czirliderek.



OD 1. ODCINKA

RAWHIDE

WESTERN Akcja serialu rozgrywa się w latach sześćdziesiątych XIX wieku. Grupa poganicy była prowadzona przez Gila Favra (Eric Fleming) wyrusza w trudną drogę – ma przewozić 3000 sztuk bydła z San Antonio w stanie Texas do Sedalii w stanie Missouri. A po drodze muszą poradzić sobie z wieloma wyzwaniami, m.in. zadbać o wodę dla prowadzonego bydła, wspomóc mieszkańców mijanych miast i miasteczek, czy rozwiązać... zagadkę kryminalną. Jedną z gwiazd produkcji, której scenariusz zainspirowany został przez wspomnienia George'a C. Duffielda, jest Clint Eastwood. Gwiazdor zagrał w 217 odcinkach! **HM**

→ **RAWHIDE PO 6.07 godz. 18.55**
TVP KULTURA

ZAKŁAMANIE

DRAMATYCZNY Na ślubie przyjaciółki Lucy (Grace Van Patten) spodziewa się ponownie spotkać Stephena (Jackson White), ukochanego z czasów studenckich. Przygotowując się do konfrontacji, dziewczyna wraca wspomnieniami do trudnych początków ich znajomości. Łączą się one ze śmiercią Macy (Lily McInerney), współlokatorki Lucy, która zgi-

nęła w wypadku samochodowym... W każdy czwartek będziemy śledzić kolejny rozdział tej rozgrywanej się na przetrześci ośmiu lat opowieści o miłości, kłamstwach i zaufaniu. Niecierpliwi wszystkie trzy sezony serialu znajdą już teraz w Disney+. **JK**

→ **ZAKŁAMANIE CZ 9.07**
godz. 22.00 FX



Wesele przyjaciółki
wywoła u Lucy
lawinę wspomnień
związanych ze
Stephenem.

PREMIERA

ZABÓJCZE TROPIKI

KRYMINALNY Stanowisko komendanta na Martynice obejmuje Mélissa Sainte-Rose (Sonia Rolland). Szybko przekonuje się, że mimo egzotycznych krajobrazów Karaibom daleko do raju – czekają na nią mroczne zbrodnie, trudne śledztwa i... współpraca z Gaëlle (Béatrice de la Boulaye), która od nowej przełożonej różni się absolutnie wszystkim, w tym swoim podejściem do obowiązków funkcjonariusza. Muszą jednak połączyć siły, żeby odnaleźć zabójców 17-latkę, której zwłoki znaleziono na jednej z plaż. Wkrótce przyjdzie im

zmierzyć się z kolejną sprawą – tym razem dotyczącą makabrycznego odkrycia dokonanego przez rybaków. JK

→ **ZABÓJCZE TROPIKI**
SO 4.07 godz. 20.00
ROMANCE TV



W sobotę obejrzymy aż dwa odcinki 1. serii.



Serial doczekał się już siedmiu sezonów!



Piper nie ma pojęcia, jak pobyt w więzieniu wpłynie na całe jej życie.

OD 1. ODCINKA

ORANGE IS THE NEW BLACK

KOMEDIODRAMAT Piper Chapman (Taylor Schilling) prowadzi uporządkowane, komfortowe życie w Nowym Jorku i szykuje się do ślubu. Niespodziewanie wraca do niej przeszłość – za udział w przemyśle pieniędzy dla dawnej partnerki (Laura Prepon), zajmującej się handlem narkotykami, zostaje skazana na 15 miesięcy pozbawienia wolności. Trafia do

zakładu karnego w Litchfield, gdzie musi nauczyć funkcjonować w różnorodnej, nieprzewidywalnej grupie współwięźniarek. Nie jest jednak gotowa na to, co ją czeka – zwiastuje że wśród osadzonych dostrzeże wkrótce znajomą twarz... PM

→ **ORANGE IS THE NEW BLACK** **PO 6.07 godz. 22.55**
TELE 5



TAJEMNICA TWIERDZY SZYFRÓW

OD 1. ODCINKA

WOJENNY Kiedy Paweł Małaszyński dostał propozycję zagrania Johanna Jörga w „Tajemnicy twierdzy szyfrów”, zgodził się natychmiast. Nic dziwnego, historia opowiedziana w tym serialu jest fascynująca i do dziś budzi wielkie emocje. Główny bohater był porównywany do Hansa Klossa. Podobnie jak legendarny polski agent występuje w mundurze niemieckiego ofi-

cera i rozpracowuje przeciwnika. Koncentruje się na misji odebrania Niemcom maszyny szyfrującej nazwanej przez aliantów Schwertfisch („Ryba-Miecz”), ukrywanej w Zamku Czocho. Scenarzystą i producentem serialu był Bogusław Wołoszański. MJ

→ **TAJEMNICA TWIERDZY SZYFRÓW** **WT 7.07**
godz. 18.05 **TVP HISTORIA**



Kapitan Johann Jörg (Paweł Małaszyński) to w rzeczywistości Michał, oficer polskiego wywiadu.

KABARETOWE ŚWIĘTO

w Mrągowie, muzyczna feta w Zakopanem, kultowy spektakl oraz kulinaria, ciekawe hotele i motoryzacja.

→ ROZRYWKI

NA ŻYWO

MAZURSKA NOC KABARETOWA 2026

WIDOWISKO Mazurska Noc Kabaretowa to stały punkt na mapie wakacyjnych imprez. Jak w poprzednich latach, na początku lipca do amfiteatru w Mrągowie, położonego nad malowniczym jeziorem Czos, zjadą się fani dobrego humoru. Tegoroczną, 27. edycję poprowadzi niezawodne trio satyryków: Marcin Daniec, Jerzy Kryszak i Marcin „Jabbar” Wójcik, występujący jako Trzej Muszkieterowie. Na scenie pojawią się m.in. Kabaret Ani Mru-Mru, Katarzyna Pakosińska, Andrzej Grabowski, kabarety Chyba i Małżeński, zespół Poparzeni Kawą Trzy. Zprezentują premierowe skecze i największe przeboje – ten wieczór na pewno będzie należał do udanych! **MJ**

rowie. Na scenie pojawią się m.in. Kabaret Ani Mru-Mru, Katarzyna Pakosińska, Andrzej Grabowski, kabarety Chyba i Małżeński, zespół Poparzeni Kawą Trzy. Zprezentują premierowe skecze i największe przeboje – ten wieczór na pewno będzie należał do udanych! **MJ**

→ **MAZURSKA NOC KABARETOWA 2026. MUSZKIETEROWIE KABARETU PT 10.07 godz. 20.05 TVP 2**

Jednym z prowadzących koncert w mrągowskim amfiteatrze będzie Marcin Wójcik z Kabaretu Ani Mru-Mru.



Katarzyna Pakosińska nie tylko potrafi rozbawić do łez swoim śmiechem, ale także zachwyca śpiewem.

OD 1. ODCINKA



BITWA O GOŚCI

REALITY SHOW Wakacje jeszcze niezaplanowane, a pomysłów brak? A może po prostu zamiast pakować walizkę, wolimy z własnej kanapy pomarzyć o wyjeździe? Telewizja przybywa z pomocą! Latem TVN przypomni cały trzeci sezon programu, w którym właściciele hoteli i pensjonatów walczą o uznanie kolegów z branży. Na początek odwiedzimy kazachskie jurty, które zapraszają do luksusowego wypoczynku na Mazurach. Wybierzemy się też pod Warszawę, gdzie w domkach na drzewach można odpocząć od zgiełku, oraz do Łodzi – hotel Stare Kino w zabytkowej kamienicy kusi wygodnymi pokojami i akcentami nawiązującymi do znanych filmów. **JK**

→ **BITWA O GOŚCI PO 6.07 godz. 20.50 TVN**

UPIÓR W KUCHNI

TEATR SENSACJI Dwie Angielki, matka (Zofia Mrozowska) i córka (Grażyna Staniszeńska), prowadzą pensjonat na peryferiach portowego miasta. Gdy w okolicy zaczyna ginać podróżni, do akcji wkracza uparty komisarz (Marek Walczewski), zaś trop prowadzi do uroczych dam. Pech chce, że komisarz zostaje otruty, ale na miejscu jest jeszcze inspek-

tor (Jan Machulski)! „Upiór w kuchni” to kryminał doprawiony szczyptą grozy i sporą porcją czarnego humoru. Jego autorem był Patrick K. Clark. Co ciekawe, pod tym angielsko brzmiącym pseudonimem ukrywał się reżyser Janusz Majewski. **MAM**

→ **UPIÓR W KUCHNI WT 7.07 godz. 20.00 TVP KULTURA**

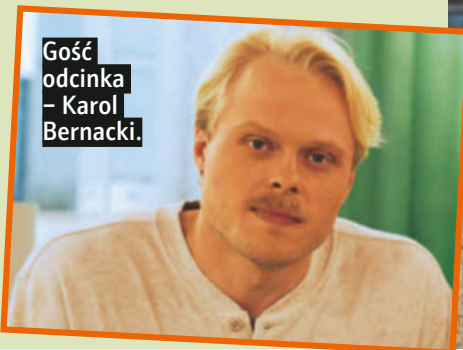


WYŻSZA SZKOŁA JAZDY

MOTORYZACYJNY Piąty odcinek cyklu, w którym Aleksandra Kostrzewska i pomysłodawca formatu Tomasz Korniejew – niczym prowadzący kultowy „Top Gear” – odkrywają ciekawostki ze świata motoryzacji. Porównują dwa zbliżone modele i sprawdzają ich możliwości; przypominają też kultowe marki samochodów, które swego czasu rozpałały wyobraźnię kierowców. Do każdego odcinka zapraszają znane osoby ze świata show-biznesu, aby sprawdziły swoje umiejętności na torze. Tym razem za

kierownicą siądzie Karol Bernacki, aktor znany m.in. z serialu „Wojna zastępcza”. Jego pasją jest jazda na rowerze. Czy w aucie czuje się równie pewnie? **MJ**

→ **WYŻSZA SZKOŁA JAZDY**
SO 4.07 godz. 18.45 TVP 2



Gość odcinka – Karol Bernacki.

Dziennikarka Aleksandra Kostrzewska oraz ekspert motoryzacyjny Tomasz Korniejew.



Pod Giewontem wystąpią m.in. Stanisław Karpiel-Bułecka i Majka Jeżowska.

NA ŻYWO

LATO Z RADIEM I TELEWIZJĄ POLSKĄ

KONCERT Trzecim przystankiem trasy „Lato z Radiem i Telewizją Polską” jest stolica polskich Tatr, czyli Zakopane. Pod Giewontem usłyszymy popowe przeboje, ale nie zabraknie też folkowych klimatów. Wystąpią Justyna Steczkowska, Majka Jeżowska, Organek, Reni Jusis, Piersi, Brathanki oraz Universe. Na scenie pojawi się również Stanisław Kar-

piel-Bułecka, który urodził się w Zakopanem. Zarówno jego dziadek Bolesław, ojciec Sebastiana Karpiela-Bułecki, zmarły w 2017 roku, jak i ojciec Jan promowali folklor góralski podhalańskich. On również kontynuuje rodzinną tradycję. **MJ**

→ **LATO Z RADIEM I TELEWIZJĄ POLSKĄ**
SO 4.07 godz. 20.00 TVP 2

OKRASA ŁAMIE PRZEPISY

KULINARNY W tym odcinku Karol Okrasa wyrusza na Podlasie w pobliże Puszczy Białowieskiej. Na tamtejszych łąkach można spotkać ciekawą roślinę, zwaną turówką wonną, znaną jako trawa żubrowa. Jej nazwa wzięła się stąd, że podobno jest ulubionym przysmakiem mieszkających w okolicznych puszczech żubrów. Ma słodkawy smak oraz charakterystyczny aro-

mat, dlatego warto ją zastoso-
wać też w kuchni. Sprawdzi to Karol Okrasa, który przygotuje trzy dania, do których doda właśnie tę roślinę. Będzie to kalafior smażony z bobem i boczkiem, kotleciki z piersi indyka, a także deser z gruszek i czereśni. **MJ**

→ **OKRASA ŁAMIE PRZEPISY**
SO 4.07 godz. 15.35 TVP POLONIA

Znany szef kuchni sprawdzi, co można zrobić z dodatkiem trawy żubrowej.



OSTATNI SKRAWEK prawdziwej dżungli, rewolucyjna moda, życie oraz codzienność wielkiej stacji kolejowej.

DOKUMENT

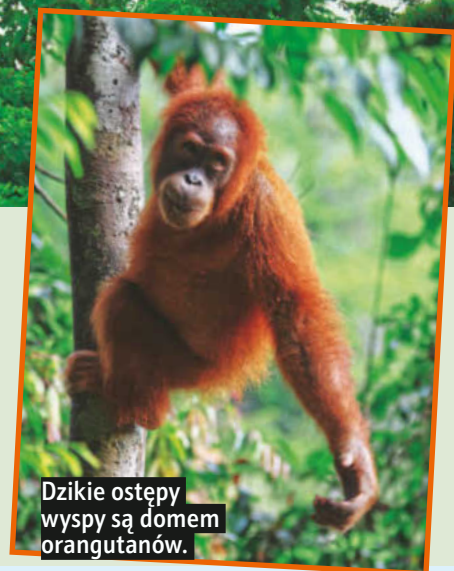
BORNEO - CUDOWNA DŻUNGLA

OCALIĆ EKOSYSTEM Przenieśmy się na Borneo, największą wyspę Archipelagu Malajskiego i Azji. W tym dokumencie skupimy się na widzianym z nieba cienkim pasie dżungli, kruchym i pofragmentowanym. Ten korytarz zdegradowanego lasu został cudownie zachowany w morzu plantacji palm olejowych, które zniszczyły 90 procent rodzimego lasu Borneo. Jest teraz domem dla orangutanów,

dzioboroźców, krokodyli i lokalnego gatunku słonia karłowatego. Zachowanie tego ekosystemu to owoc pracy społeczności wioski Sukau, która przez ostatnie trzy dekady współpracuje z proekologiczną organizacją HUTAN, założoną przez lekarzy – Isabelle Lackman i Marca Ancrenaza. **MP**

→ **BORNEO – CUDOWNA DŻUNGLA**
SR 8.07 godz. 12.55 TVP 1

Na szczęście na Borneo został jeszcze kawałek dziewiczej dżungli.



Dzięki ostępny wyspy są domem orangutanów.



MARY QUANT. KRÓLOWA BRYTYJSKIEJ MODY

IKONA STYLU Portret jednej z najbardziej wpływowych projektantek XX wieku. Film przedstawia drogę Mary Quant – od prowadzenia butików na londyńskiej King's Road do statusu ikony swingujących lat 60. Pokazuje, jak jej odważne, młodzieżowe projekty odmieniły sposób ubierania się kobiet i stały się symbolem społecznej rewolucji. Quant spopularyzowała minispódniczkę, nadając jej rangę manifestu wolności i nowoczesności. Wprowadziła także kolorowe rajstopy, krótkie sukienki, obcisłe golfy oraz praktyczne kosmetyki, m.in. wodoodporny tusz do rzęs. Jej styl był świeży, dynamiczny i dostępny dla młodych kobiet. **MP**

→ **MARY QUANT. KRÓLOWA BRYTYJSKIEJ MODY** PO 6.07 godz. 11.00 TVP KULTURA

STACJA AMSTERDAM

PREMIERA

KRWIOBIEG MIASTA W centrum Amsterdamu znajduje się stacja kolejowa Amsterdam Centraal. Dziewięćset oddanych pracowników codziennie dba o sprawne funkcjonowanie tego kluczowego węzła komunikacyjnego. W trakcie największej renowacji w historii stacji jej pracownicy muszą mierzyć się z nieustannymi wyzwaniami i być gotowymi na nieprzewidziane

sytuacje. Kamera śledzi ich pracę – od dyżurnych ruchu i planistów, przez obsługę klienta i serwis techniczny, po służby porządkowe i policję. Pokazuje też wyzwania – opóźnienia, godziny szczytu i tłumy turystów. **MP**

→ **STACJA AMSTERDAM**
ND 5.07 godz. 12.00
NATIONAL GEOGRAPHIC



Kolagen – dobra inwestycja w zdrowie



Kolagen jest jednym z najważniejszych składników w organizmie, a jego niedobór może prowadzić do różnych problemów zdrowotnych. Najprostszą drogą do dobrego kolagenu jest doskonały KolagenCito!

Inwestowanie w swoje zdrowie jest jednym z najważniejszych i najsmartszych wyborów, jakich możemy dokonać. Zdrowie jest bowiem nie tylko wartością samą w sobie, ale wpływa również na jakość naszego życia. Jednym z elementów mądrej troski o własny organizm jest przyjmowanie kolagenu. Kolagen jest jednym z najważniejszych składników w naszym organizmie. Zapewnia elastyczność i wytrzymałość tkanek łącznych i stanowi strukturalną podstawę dla skóry, kości, ścięgien i chrząstek. Wspiera też proces gojenia ran, odpowiada za dobrą pracę układu krwionośnego oraz poprawia stan skóry i włosów, zapewniając im jędrność, elastyczność i sprężystość. Nadaje blask włosom. Splyca zmarszczki i cellulit.

Serce, kości i skóra

KolagenCito - jest TOP! To AS wśród kolagenów! Kolagen odgrywa ważną rolę w utrzymaniu zdrowia serca, ponieważ jest składnikiem ścian naczyń krwionośnych. To oznacza, że uzupełnianie organizmu kolagenem może nam pomóc w zmniejszeniu ryzyka chorób sercowo-naczyniowych, które stanowią główną przyczynę zgonów w Polsce. To nie wszystko. Kolagen także wpływa pozytywnie na poprawę trawienia oraz wzmocnienie bariery jelitowej.

Bardzo ważna jest też ochrona przed problemami kostnymi, zwłaszcza profilaktyka osteoporozy.

Dbajmy o kości, stawy i zmniejszamy ryzyko groźnych złamań. Kolagen wspiera sprawność kręgosłupa, karku, bioder, kolan, łokci, łydek. Dobroczynny podczas opadania powiek.

Uznani producenci

Dzisiaj produkty kolagenowe są dostępne w różnych formach, takich jak proszki, kapsułki, płyny i kremy. Wysokogatunkowym produktem dostępnym na polskim rynku jest KolagenCito renomowanej niemieckiej firmy Reutter, posiadającej wieloletnie doświadczenie. W swoim składzie ma także witaminę C, wspierającą proces odbudowy włókien kolagenowych. Jedna pastylka KolagenCito ma dawkę aż

400 mg cennego kolagenu.

Dobroczynny KolagenCito to produkt w 100 proc. oryginalny, z chronionym prawem patentowym na świecie. Można go kupić w aptekach i sklepach medyczno-zielarskich. Łatwa forma podania – pastylki do ssania.

Wnioski? Odbudowa organizmu kolagenem może stanowić dobrą inwestycję w długoterminową ochronę zdrowia. Tylko dzięki regularnym nawykom zdrowotnym możemy starać się zwiększyć szanse na długie i zdrowe życie oraz uniknąć wielu chorób.

Z KolagenCito odzyskuj siły i bądź pełen życia!

KolagenCito – bestseller!

Znakomity, niemiecki, opatentowany produkt – postaw na jakość!

- ✓ Kolagen to ważny, sprężysty budulec, m.in.: ścięgien, kości, stawów, chrząstek, ściągaczy, naczyń krwionośnych.
- ✓ Kolagen czynnie wspomaga jędrność skóry, łagodzi zmarszczki oraz cellulit.
- ✓ Znakomity dla uprawiających sport.



1 pastylka KolagenCito zawiera aż 400 mg kolagenu



– ponad 100 lat zaufania! Perfekcja tkwi w detalach i recepturze!

TOUR DE FRANCE

PRZED NAMI drugi z wielkich kolarskich tourów w tym sezonie, mecze 1/8 finału MŚ oraz kolejny turniej Polek w siatkarskiej Lidze Narodów.

SPORT

KOLARSTWO Rusza 113. odsłona wyścigu, którego marka i prestiż działają na wyobraźnię nawet niedzielnych fanów kolarstwa. W tak zwanej Wielkiej Pętli gra toczy się o coś więcej niż słynną żółtą koszulkę lidera. Trzytygodniowa rywalizacja po francuskich szosach to dla zawodników okazja, aby zapisać się złotymi zgłoskami w historii dyscypliny. Ta sztuka udała się już Michałowi Kwiatkowskiemu. Zawodnik Ineos Grenadiers zaliczył jedenasty w karierze występ w Tour de France. Żaden inny polski kolarz nie może poszczycić się tak bogatym dorobkiem. Dotychczas „Kwiat” upolował w Wielkiej Pętli dwa etapowe zwycięstwa – w 2020 i 2023 roku. Liczymy, że jeszcze nie powiedziała w tej kwestii ostatniego słowa i ponownie uda mu się błysnąć na tle gwiazd światowego pelotonu. Uwaga kibiców skupi się przede wszystkim na

Tadeju Pogačarze oraz Jonasie Vingegaardzie, którzy w poprzednich pięciu edycjach rozstrzygali między sobą bój o pierwsze miejsce w klasyfikacji generalnej francuskiego touru. W tym czasie Słoweniec wygrał trzy razy, a Duńczyk dwa. Na przestrzeni dwudziestu etapów faworytów spróbują pogodzić m.in. Paul Seixas, Juan Ayuso czy Remco Evenepoel. Tegoroczny wyścig rozpocznie się drużynową jazdą na czas ulicami Barcelony. Warto dodać, że dopiero trzeci raz w historii TdF kolarze zainaugurują zmagania poza Francją. Natomiast po raz pierwszy od 55 lat zrobią to, rywalizując w zespołowej czasówce.

→ **TOUR DE FRANCE SO 4.07**
godz. 16.45 EUROSPORT 1



TADEJ POGAČAR (z lewej) i Jonas Vingegaard wiedzą, jak smakuje zwycięstwo w Wielkiej Pętli.

MICHAŁ KWIATKOWSKI to polski weteran Tour de France.



ALEKSANDRA MIROŚLAW wielokrotnie biła rekordy świata.

ZAWODY WORLD SERIES SPEED Kobiet i Mężczyzn

WSPINACZKA Prestiżowy cykl zawita do Krakowa, gdzie na Rynku Głównym kończąca karierę Aleksandra Mirosław oficjalnie pożegna się z rodzimą publicznością. Nasza mistrzyni olimpijska z Paryża będzie zmotywowana do poprawy wyniku sprzed roku, kiedy ukończyła rywalizację w stolicy Małopolski na trzecim miejscu, za Ritą Kusumą Dewi i Emmą Hunt. Walkę o podium i cenne punkty stoczą także sztafety mieszane, które zadebiutują w programie zawodów spod szyldu World Series.

→ **SPEED KOBIECI I MĘŻCZYŹN SO 4.07**
godz. 12.20 TVN

GRAND PRIX WIELKIEJ BRYTANII

FORMUŁA 1 Na swoim przykładzie Lewis Hamilton pokazuje, że nigdy nie należy skreślać mistrza. W pierwszym sezonie po przenosinach do Ferrari Brytyjczyk ani razu nie stanął na podium wyścigu GP. W obecnej kampanii prezentuje jednak formę godną siedmiokrotnego czempiona globu. Zajął drugie miejsce w Kanadzie i Monako, a w Katalonii na torze w Montmeló

poszedł krok dalej i odniósł pierwsze zwycięstwo od lipca 2024 roku. Hamilton nie zamierza zdejmować nogi z gazu w Silverstone, gdzie w karierze triumfował rekordowe dziewięć razy. Na drugą z rzędu wygraną w GP Wielkiej Brytanii liczy zaś Lando Norris.

→ **GP WIELKIEJ BRYTANII ND 5.07**
godz. 15.55 ELEVEN SPORTS 1



LANDO NORRIS w tym sezonie już kilka razy nie ukończył wyścigu z powodu awarii bolidu.

MECZ 1/8 FINAŁU



LEO MESSI
w dwóch pierwszych
meczach mundialu
zdobył 5 bramek.

PIŁKA NOŻNA Przewidzenie przebiegu mundialu przypomina wróżenie z fusów. Sprawa staje się prostsza, gdy faworyci wytrzymują presję, stają na wysokości zadania i odprawiają z kwitkiem kolejnych rywali. W początkowej fazie turnieju wyzwaniu poddał między innymi Niemcy. Podopieczni Juliana Nagelsmanna awansowali do 1/16 finału, wygrywając grupę E, dzięki czemu w teorii ułatwili sobie turniejową ścieżkę. Ekipa

Die Mannschaft musi jednak liczyć się tym, że w skrajnie pechowym dla siebie scenariuszu 4 lipca, w Święto Niepod-

ległości Stanów Zjednoczonych, zagra o ćwierćfinał z reprezentacją Francji. Motorem napędowym Trójkolorowych pozostaje Kylian Mbappé, który ściga się z Leo Messim o tytuł najlepszego strzelca w historii mundialu. Lider Argentyny najprawdopodobniej będzie miał okazję powiększyć swój dorobek bramkowy 7 lipca, w spotkaniu rozegranym na Atlanta Stadium (WT godz. 17.50 TVP 2). Przeciwnikiem aktualnych mistrzów świata może okazać się wówczas druga drużyna grupy D lub G.

→ MECZ 1/8 FINAŁU SO 4.07
godz. 18.50 TVP 1



KYLIAN MBAPPÉ
walczy o koronę króla
strzelców. Ma silną
konkurencję.

EKSTRALIGA

MICHAEL JEPSEN
JENSEN broni barw
GKM-u od 2024 roku.

GKM GRUDZIĄDZ
- PRES TORUŃ

ŻUŻEL Trwający sezon zasadniczy obfituje w liczne niespodzianki. Po dziewięciu kolejkach w fotelu lidera zasiadał GKM. Spotkanie z mistrzem Polski z Torunia to dla ekipy Gołębi okazja do pokazania, że swojej aktualnej pozycji nie zawdzięczają wyłącznie chimerycznej formie ligowych potentatów. Poprzednią konfrontację z PRES-em drużyna

z Grudziądza przegrała różnicą zaledwie sześciu oczek. By odpłacić Krzyżakom pięknym za nadobne, Michael Jepsen Jensen i spółka muszą wyciągnąć wnioski z blamażu Motoru. Pod koniec czerwca Lublinianie ulegli im aż 29:61.

→ GKM GRUDZIĄDZ
- PRES TORUŃ ND 5.07
godz. 19.15 C+ SPORT

LIGA NARODÓW

TURCJA - POLSKA

SIATKÓWKA Po dwóch turniejach interkontynentalnych Polki zajmują czwarte miejsce w tabeli Ligi Narodów. Przed nimi szalenie ważna rywalizacja w Osace, której stawką jest przypieczętowanie awansu do fazy pucharowej rozgrywek. W Japonii kadrowiczki Stefana Lavariniego powinny spodziewać się wysoko zawieszonych poprzeczki. Na początku stawia tu czoło niepokonanym od

pięciu spotkań Turczynkom. Potem Biało-Czerwone sprądną się w boju z Amerykankami (CZ godz. 5.45 Polsat Sport 1) i Brazylijkami (PT godz. 12.05 Polsat Sport 1), które dominują w tegorocznej LN. Na deser czeka je zaś potyczka z gospodyniami turnieju w hali Asue Arena Osaka.

→ TURCJA - POLSKA WT 7.07
godz. 4.45 POLSAT SPORT 1

MAGDALENA STYSIAK
dopiero co została
czwartą najlepiej
punktującą zawodniczką
w historii LN.



TYDZIEŃ SPORTU NA ŻYWO

TRANSMISJE OD SOBOTY 4 DO PIĄTKU 10 LIPCA Zaplanuj z nami cały tydzień sportowych emocji!

PIŁKA NOŻNA

MISTRZOSTWA ŚWIATA 2026

PT/SO Mecz 1/16 finału
3.20 TVP 2; TVP SPORT
SO Mecz 1/8 finału
18.50 TVP 2; TVP SPORT
SO Mecz 1/8 finału
22.50 TVP 1; TVP SPORT
ND Mecz 1/8 finału
21.50 TVP 1; TVP SPORT
ND Mecz 1/8 finału
1.50 TVP 2; TVP SPORT
PO Mecz 1/8 finału
20.50 TVP 1; TVP SPORT
PO Mecz 1/8 finału
1.50 TVP 2; TVP SPORT
WT Mecz 1/8 finału
17.50 TVP 2; TVP SPORT
WT Mecz 1/8 finału
21.50 TVP 1; TVP SPORT
CZ Mecz ćwierćfinałowy
21.50 TVP 1; TVP SPORT HIT



PT Mecz ćwierćfinałowy
20.50 TVP 1; TVP SPORT

ME U-19 – WALIA 2026

SR Mecz półfinałowy
17.20 TVP SPORT
SR Mecz półfinałowy
19.50 TVP SPORT

INNE DYSCYPLINY

FORMUŁA 1

SO Grand Prix Wielkiej Brytanii
ELEVEN SPORTS 1
12.25 Sprint
SO Grand Prix Wielkiej Brytanii
ELEVEN SPORTS 1
15.55 Sesja kwalifikacyjna

ND Grand Prix Wielkiej Brytanii

ELEVEN SPORTS 1
14.00 Parada kierowców
ND Grand Prix Wielkiej Brytanii
ELEVEN SPORTS 1; SUPER POLSAT
15.55 Wyścig

JEŹDZIECTWO

SO Global Champions Tour w Monako
EUROSPORT 1
20.15 9. eliminacja

KOLARSTWO

SO Tour de France
EUROSPORT 1
16.45 1. etap – jazda drużynowa na czas: Barcelona – Barcelona
Kwiatkowski
ND Tour de France
EUROSPORT 1
13.30 2. etap: Tarragona – Barcelona
Kwiatkowski
PO Tour de France
EUROSPORT 1
12.00 3. etap: Granollers – Les Angles
Kwiatkowski

WT Tour de France

EUROSPORT 1
13.00 4. etap: Carcassonne – Foix
Kwiatkowski

SR Tour de France

EUROSPORT 1
13.45 5. etap: Lannemezan – Pau
Kwiatkowski

CZ Tour de France

EUROSPORT 1
12.15 6. etap: Pau – Gavarnie-Gedre
Kwiatkowski

PT Tour de France

EUROSPORT 1
13.00 7. etap: Hagetmau – Bordeaux
Kwiatkowski

KOSZYKÓWKA MĘŻCZYZN

PO Eliminacje MŚ
TVP SPORT
17.55 Mecz: Polska – Holandia

LEKKOATLETYKA

SO Diamentowa Liga w Eugene
POLSAT SPORT 1
22.00 Prefontaine Classic
PT Diamentowa Liga w Monako
POLSAT SPORT 2
20.00 Herculis EBS

SIATKÓWKA KOBIEC

WT Liga Narodów
POLSAT SPORT 1
4.45 Mecz: Turcja – Polska
SR Liga Narodów
POLSAT SPORT 2
5.15 Mecz: Belgia – Dominikana
SR Liga Narodów
POLSAT SPORT 2
8.15 Mecz: Tajlandia – USA
SR Liga Narodów
POLSAT SPORT 3
10.45 Mecz: Ukraina – Włochy
SR Liga Narodów
POLSAT SPORT 2
12.05 Mecz: Japonia – Brazylia

CZ Liga Narodów

POLSAT SPORT 1
5.45 Mecz: USA – Polska



CZ Liga Narodów

POLSAT SPORT 3
10.45 Mecz: Belgia – Kanada

CZ Liga Narodów

POLSAT SPORT 2
12.05 Mecz: Japonia – Tajlandia

CZ Liga Narodów

POLSAT SPORT 3
14.15 Mecz: Chiny – Ukraina

CZ Liga Narodów

POLSAT SPORT 3
16.15 Mecz: Czechy – Holandia

CZ Liga Narodów

POLSAT SPORT 1
19.45 Mecz: Serbia – Francja

PT Liga Narodów

POLSAT SPORT 1
5.45 Mecz: USA – Turcja

PT Liga Narodów

POLSAT SPORT 3
10.45 Mecz: Ukraina – Dominikana

PT Liga Narodów

POLSAT SPORT 1
12.05 Mecz: Polska – Brazylia HIT

PT Liga Narodów

POLSAT SPORT 3
14.15 Mecz: Belgia – Włochy

PT Liga Narodów

POLSAT SPORT 3
16.15 Mecz: Bułgaria – Czechy

PT Liga Narodów

POLSAT SPORT 3
19.45 Mecz: Niemcy – Holandia

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN

PT Mecz towarzyski
POLSAT SPORT 1
20.30 Polska – Niemcy

SIATKÓWKA PLAŻOWA

ND Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Łebie
POLSAT SPORT 3
9.00 Mecz ćwierćfinałowy kobiet
ND Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Łebie
POLSAT SPORT 3
10.00 Mecz ćwierćfinałowy mężczyzn
ND Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Łebie
POLSAT SPORT 3
11.00 Mecz półfinałowy kobiet

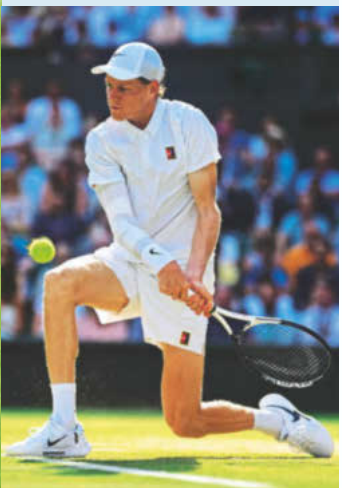
SNOOKER

SO Championship League
CANAL+ SPORT 3; CANAL+ SPORT 5
12.00 1. runda
SO Championship League
CANAL+ SPORT 3
17.30 1. runda
PO Championship League
CANAL+ SPORT 5
12.00 1. runda
PO Championship League
CANAL+ SPORT 5
17.30 1. runda
WT Championship League
CANAL+ SPORT 5
12.00 1. runda
WT Championship League
CANAL+ SPORT 5
17.30 1. runda
SR Championship League
CANAL+ SPORT 5
12.00 1. runda
SR Championship League
CANAL+ SPORT 5
17.30 1. runda
CZ Championship League
CANAL+ SPORT 5
12.00 1. runda
CZ Championship League
CANAL+ SPORT 5
17.30 1. runda
PT Championship League
CANAL+ SPORT 5
12.00 2. runda
PT Championship League
CANAL+ SPORT 5
17.30 2. runda

TENIS

SO Turniej Wimbledon
POLSAT SPORT 3
12.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej
SO Turniej Wimbledon
POLSAT SPORT 1; POLSAT SPORT 2; POLSAT SPORT 3
14.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej
SO Turniej Wimbledon
POLSAT SPORT 1
16.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej
SO Turniej Wimbledon
POLSAT SPORT 1; POLSAT SPORT 2; POLSAT SPORT 3
18.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej
ND Turniej Wimbledon
POLSAT SPORT 3
12.00 Mecz 4. rundy gry pojedynczej
ND Turniej Wimbledon
POLSAT SPORT 1
14.00 Mecz 4. rundy gry pojedynczej

ND Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 1; POLSAT SPORT 2; POLSAT SPORT 3	SR Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 2
16.00 Mecz 4. rundy gry pojedynczej	14.00 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej kobiet
ND Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 1; POLSAT SPORT 2; POLSAT SPORT 3	SR Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 3
18.00 Mecz 4. rundy gry pojedynczej	14.00 Mecz ćwierćfinałowy gry podwójnej
PO Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 1; POLSAT SPORT 2; POLSAT SPORT 3	SR Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 1
14.00 Mecz 4. rundy gry pojedynczej	14.30 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej
PO Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 1; POLSAT SPORT 2; POLSAT SPORT 3	SR Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 2
16.00 Mecz 4. rundy gry pojedynczej	16.00 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej kobiet
PO Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 1; POLSAT SPORT 2; POLSAT SPORT 3	SR Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 3
18.00 Mecz 4. rundy gry pojedynczej	16.00 Mecz ćwierćfinałowy gry podwójnej
WT Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 2	SR Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 1
14.00 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej kobiet	16.30 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej
WT Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 3	SR Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 1
14.00 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej	18.30 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej
WT Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 1	CZ Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 1
14.30 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej	14.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej kobiet
WT Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 2	CZ Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 2
16.00 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej kobiet	14.00 Mecz półfinałowy gry podwójnej kobiet
WT Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 3	CZ Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 1
16.00 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej	16.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej kobiet
WT Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 1	PT Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 1
16.30 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej	14.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej mężczyzn
	PT Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 1
	16.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej mężczyzn
	ZUZEL
	SO Indywidualne Mistrzostwa Polski CANAL+ SPORT 5
	18.30 2. runda w Bydgoszczy
	ND Metalkas 2. Ekstraliga CANAL+ SPORT 5
	12.30 Mecz: H. Skrzydłewska Orzet Łódź – Hunters PSZ Poznań
	ND Metalkas 2. Ekstraliga CANAL+ SPORT 5
	15.00 Mecz: Polonia Piła – Wilki Krosno
	ND PGE Ekstraliga CANAL+ SPORT
	16.45 Mecz: ORLEN OIL Motor Lublin – Gezet Stal Gorzów
	ND PGE Ekstraliga CANAL+ SPORT
WT Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 3; POLSAT SPORT 1	19.15 Mecz: BAYERSYSTEM GKM Grudziądz – PRES Grupa Deweloperska Toruń
18.00 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej	



Zupełnie ODMIENIONY!



Nasze NOWOŚCI!

- 🌸 lekcja projektowania krok po kroku
 - 🌸 lifehacki sprytnego ogrodnika
 - 🌸 prawdy i mity z zakresu ogrodnictwa
 - 🌸 testujemy i porównujemy dla Was
- EKSTRA!** Reportaż – z wizytą w ogrodzie naszych czytelników

Miesięcznik dostępny w dobrych punktach sprzedaży prasy oraz w wersji cyfrowej i prenumeracie na czytelnia.pl



SERIAL WESTERN

DOMEK NA PRERII

Kiedy w połowie lat 70. wyemitowano pierwszy odcinek serialu o rodzinie Ingallsów, nikt nie przypuszczał, że produkcja zyska miano kultowej. Opowieść na podstawie książki Lauri Ingalls Wilder o rodzinie osadników stała się symbolem niewinności, ale i trudów życia na amerykańskim pograniczu. Dziś, ponad 42 lata

po finale, historia wraca w nowej odsłonie, budząc ogromne oczekiwania, ale i wiele wątpliwości. Czy uda się powtórzyć sukces sprzed lat? W roli Charlesa Ingallsa, którego przed laty grał Michael Landon, wcieli się tym razem austrijski aktor Luke Bracey.

NETFLIX → PREMIERA 9.07

SHOW KOMEDIOWY

LOL: KTO SIĘ ŚMIEJE OSTATNI 4

Dziesięcioro gwiazd ponownie zmierzy się w wyjątkowym wyzwaniu pełnym gagów i „pułapek śmiechu”. Uczestnicy zrobią wszystko, by rozśmieszyć się nawzajem, jednocześnie powstrzymując własny śmiech. Nad całością tradycyjnie już czuwać będzie gospodarz programu – Cezary Pazura. W nadchodzącej, czwartej

już edycji komediowego show, składającego się z sześciu odcinków, wśród potwierdzonych uczestników widzowie zobaczą m.in. Tomasza Kota, Klaudię Halejcio, Katarzynę Bujakiewicz, Mariusza Kałamagę oraz Jano.

prime video → PREMIERA 10.07



DRAMAT

NIE MA DUCHÓW W MIESZKANIU NA DOBREJ



Benek (Bartłomiej Deklewa), Nastka (Izabella Dudziak), Franek (Tymoteusz Rożynek) i Jana (Karolina Rzepa) – rodzeństwo mieszkające w Warszawie – rozpoczynają nowy, dorosły etap swojego życia, w którym nie wszystko jest takie, jak oczekiwali. Najmłodszy z nich, Benek, nie do końca radzi sobie z dora-

staniem. Chłopak cierpi na powtarzające się koszmary senne, ucieka w narkotyki i zapomnienie. Film, który jest reżyserskim debiutem Emi Buchwald, zdobył liczne nagrody, m.in. na Festiwalu Polskich Filmów Fabularnych, oraz dwa Orły.

CANAL+ → JUŻ DOSTĘPNY

HORROR / KOMEDIA GROZY

ONI CIĘ ZABIJA

Gdy Asia Reaves (Zazie Beetz) zgłasza się do pracy w charakterze pokojówki w apartamentowcu Virgil w Nowym Jorku, ma jeden cel. Chce odnaleźć zaginioną przed 10 laty młodszą siostrę Marię, która padła ofiarą sekty i zniknęła w budynku. Asia zamierza uwolnić Marię, usuwając wszystkich, którzy staną na jej drodze. Jednak szybko okazuje się, że broń i przeszkolenie to za mało, żeby zwyciężyć z mrocznymi siłami Virgila i przywódcami satanistycznego kultu. A poszukiwania siostry zmieniają się w prawdziwą walkę o przetrwanie.

HBO max → JUŻ DOSTĘPNY



DRAMAT

AŻ PO KRES

Marząca o macierzyństwie Jade (Nawell Madani) jest w stanie poświęcić wszystko, byleby tylko zostać matką. Gdy po wielu latach starań udaje jej się w końcu otrzymać upragniony zarodek od dawczyni, jest przekonana, że nic już nie stanie na drodze, by mieć dziecko. Ale niedługo po narodzinach synka Jade dowiaduje się, że chłopiec cierpi na białaczkę. Od tej pory kobieta rozpoczyna dramatyczny wyścig z czasem, by znaleźć odpowiedniego dawcę dla swojego dziecka. Przedzierając się przez procedury i listy oczekujących, będzie musiała zdecydować, jak wiele jest w stanie zrobić, by je ocalić.

NETFLIX → PREMIERA 8.07



SERIAL THRILLER SF

CZŁOWIEK PARA

Kiedy podczas programu na żywo komentator nagle zaczyna pęcznieć, po czym eksploduje, świat jest w szoku. Kto stoi za tą potworną zbrodnią? Wkrótce okazuje się, że sprawcą jest tajemniczy człowiek para, który od dawna pozostaje nieuchwytny dla organów ścigania. Bezwzględny morderca odpowiada za serię innych makabrycznych zbrodni o nieznanym podłożu, którymi terroryzuje cały kraj. Jego tropem wyrusza zdeterminowany detektyw (Shun Oguri). Serial jest rebootem filmu z 1960 roku, showrunnerem zaś – Yeon Sang-ho („Helbound”, „Parasyte: The Grey”).

NETFLIX → PREMIERA 2.07



SERIAL ANIME

SPARKS OF TOMORROW

Początek XX wieku i alternatywna wersja Kioto, w którym technologia rozwija się w oparciu o silniki parowe, co sprawia, że miasto spowite jest wiecznym dymem. To właśnie tutaj mieszka Inako Momokawa, która panicznie boi się nowoczesności. Gdy ojciec Inako postanawia wydać ją wbrew jej woli za mąż, Inako ucieka do Tokio. W podróży poznaje Kihachiego Sakamoto, który wierzy w magię elektryczności i w dzieciństwie napisał „Katalog elektrycznego XX wieku”, w którym opisał wynalazki mogące zmienić losy świata.

NETFLIX → PREMIERA 5.07

DRAMAT

NASIENIE ŚWIĘTEJ FIGI



Prawnik Iman (Missagh Zahreh) niedawno awansowała na sędziego w Sądzie Rewolucyjnym w Teheranie. Dzięki temu może zapewnić sobie i córkom lepsze warunki mieszkaniowe. Ale gdy w Iranie dochodzi do zamieszek po

śmierci młodej kobiety, Iman orientuje się, że w swojej pracy nie ma weryfikować dowodów, a jedynie zatwierdzać wydane orzeczenia, w tym wyroki śmierci. Irański film zdobył nagrodę specjalną na festiwalu w Cannes w 2024 roku. Tuż przed premierą reżyser Mohammad Rasoulof został skazany przez irańskie władze na więzienie i musiał uciekać z kraju.

HBO max → JUŻ DOSTĘPNY

SERIAL KOMEDIOWY

WARTO SIĘ STARAĆ 5

Nikki (Esther Smith) i Jason (Rafe Spall) wreszcie odnaleźli rodzinny rytm, ale ich spokój burzy nagłe pojawienie się Kat (Charlotte Riley) – biologicznej matki Princess i Tyle-ra. Obecność kobiety wywołuje lawinę emocji, wątpliwości i trudnych pytań o to, czym naprawdę jest rodzicielstwo. Zwłaszcza, że konflikt między Nikki a dorastającą Princess staje się coraz bardziej odczuwalny. Dziewczynka zaczyna kwestionować decyzje adopcyjnej mamy i coraz intensywniej szuka odpowiedzi na temat swoich korzeni.

Apple TV → PREMIERA 8.07



SERIAL THRILLER

ROSA ELETTRICA

Funkcjonariuszka Rosa Valeira (Maria Chiara Giannetta) zostaje oddelegowana do programu ochrony świadków. Początkowo jest przekonana, że ochrona przestępcy, który zgodził się pójść na układ z policją, będzie ograniczać się do dyżurowania pod jego mieszkaniem i dbania o to, by nie zostawiał za sobą śladów. Jednak gdy jej podopiecznym zostaje młody handlarz narkotyków i jednocześnie przywódca lokalnego gangu, Valera odkrywa, że sprawa ma drugie dno. Okazuje się, że przełożonym Rosy wcale nie zależy na utrzymaniu świadka przy życiu.

sky TV → JUŻ DOSTĘPNY



CHCESZ WIEDZIEĆ WIĘCEJ? CZYTAJ NETFILM



20.15  → **Lew pod wpływem nowego kolegi zmienia styl życia. Tymczasem Weronika wchodzi w konflikt z Kalskim na parkingu.**

Na Wspólnej

OBYCZAJOWY PO Nalepa zaczyna trenować i zdrowo się odżywiać. Gdy Roztocka przyjeżdża do partnera do pracy, na parkingu ściera się z Kalskim, który zajął jej miejsce. **WT** Julka jest w bardzo ciężkim stanie po przedawkowaniu. Leona próbuje zapanować nad sytuacją i stawia jej ultimatum. Igor chce zgłosić zaginięcie córki. **SR** Nalepa i Kalski przyjmują mężczyznę po zatrzymaniu akcji serca. Ciężarna żona pacjenta słyszy od lekarzy, że rokowania są niepewne. **CZ** Krystyna wraca z sanatorium. Nowa znajomość z Januszem, poznanym na forum jazzowym, wyraźnie dodaje jej energii.

 POLSKA 2026 ▶ 35 min



16.50  **Szpital św. Anny**
OBYCZAJOWY

PO Marta stara się ukryć przed stalkerem. Orientuje się, że ktoś ją śledzi. Tomek widzi też podejrzaną osobę pod jej blokiem. Dochodzi do bójki. **WT** Krystyna i Marta spędzają wieczór u matki Tomka. Gdy dowiadują się o napaści, wstrząśnięte natychmiast jadą na SOR. **SR** Na oddziale Zyty przebywa młody mężczyzna z podejrzeniem nowotworu jądra. Nie chce jednak poddać się operacji. **CZ** Bartek postanawia wyprowadzić się od Darii. Zjawia się u Kaśki. Kają stresuje prezentacja. **PT** Zosia i Filip pragną adoptować Kalinkę. Z lekarką nieoczekiwanie kontaktuje się biologiczny ojciec dziewczynki.

 POLSKA 2025 ▶ 65 min



19.00  **Lombard. Życie pod zastaw 18**

OBYCZAJOWY PO 18-letnia Ania marzy o korekcie pęci. Zastawia biżuterię matki. Andżelika nie radzi sobie z Igorkiem. Zwierza się Romanowi. **WT** Młody prawnik Kanicki odkrywa, że jego sześcioletni Błorński molestuje sekretarkę. Mimo sprzeciwu ojca decyduje się działać. **SR** Nano martwi się, że nie zdoła znaleźć mieszkania na wynajem w korzystnej cenie. Zjawia się Natalia z pewnymi wieściami. **CZ** Beton wraca do domu po skomplikowanej akcji. Guru składa Andżelice propozycję udziału w wyjeździe. **PT** Kopytko podczas sprzątania w lombardzie zaczyna tańczyć. Do pary zaprasza zaskoczzonego Romana.

 POLSKA 2026 ▶ 60 min

NIEBEZPIECZNY NAŁÓG

Julka coraz mocniej uzależnia się od narkotyków. Igor poważnie się martwi, gdy córka znika bez śladu.



8.50  **Ranczo 6**
OBYCZAJOWY

SO, PO-PT Solejuk nie może zaakceptować faktu, że jego żona jest studentką filozofii. Nowy wikary czuje się niezrozumiany i nieprzydatny. Zastanawia się nawet nad rezygnacją. Nieoczekiwanie odnajduje sens powołania dzięki pomocy jednego z wiernych.

 POLSKA 2012 ▶ 55 min



9.45  **Komisarz Alex 7**
KRYMINALNY

SO, PO-PT W jednym z łódzkich hoteli zjawia się młoda Ukrainka, która szuka zaginionego kilkumiesięcznego dziecka. Próbuje poprowadzić własne śledztwo. Lucyna postanawia zorganizować w domu Michała przyjęcie urodzinowe. Nie wie, że jest śledzona.

 POLSKA 2015 ▶ 55 min



19.25  **Rodzinka.pl**
KOMEDIOWY

SO Boska dyskutuje ze swoimi przyjaciółkami o operacjach plastycznych. Do rozmowy włącza się Paula, stawiając się w roli ekspertki. Ludwik i Natalia postanawiają nieco uatrakcyjnić swoje spotkanie ze znajomymi. Organizują wieczór przebierańców.

 POLSKA 2025 ▶ 35 min



17.15  **Maxima. Droga na tron**

BIOGRAFICZNY ND Kiedy do prasy docierają informacje o nowej miłości księżki, paparazzi biorą Máximę na cel. Sytuacja staje się jeszcze bardziej napięta, gdy media dowiadują się, że ojciec Zorreguiety był ministrem rolnictwa w rządzie dyktatora Jorge Videli.

 HOLANDIA 2024 ▶ 50 min

NIE PRZEGAP!



20.10  **Niezwykłe miejsce na śmierć**


KRYMINALNY ND Anais Mallory wraca do rodzinnego miasteczka Queenstown. Jej siostra Lynne zginęła w wypadku, niedawno zmarł też ojciec. Anais zamierza wyjaśnić, kto stoi za tragediami.

 NOWA ZELANDIA 2024 ▶ 115 min



22.05  **FBI: Most Wanted 4**

KRYMINALNY PO Podczas zabezpieczania trasy maratonu zespół zostaje wciągnięty w sprawę porwania chorwackiej tenisistki Luli Arslan. Śledztwo prowadzi do agentów irańskiego wywiadu.

 USA 2022 ▶ 55 min



21.05  **Rekrut 8**
KRYMINALNY


WT Po wygranej na loterii policjanci z komisariatu Shangri-La odchodzą ze służby. Tim, Lucy, Celina i Miles organizują nabór. Bailey i John zostają wkrótce porwani podczas akcji ratunkowej.

 USA 2026 ▶ 115 min



22.00  **Matlock**
KRYMINALNY

SR Olympia zajmuje się pozwem zbiorowym przeciwko producentowi napoju alkoholowego Slamm'd. Bitsy jest w szoku, gdy dowiaduje się, że Matty chce infiltrować Jacobson Moore.

 USA 2024 ▶ 55 min



19.00 Policjantki i Policjanci
TV 4

OBYCZAJOWY PO Starsza kobieta zgłasza, że do jej drzwi dobija się zakrwawiony mężczyzna. Lena i Bartosz znajdują nieprzytomnego Bicka. **WT** Daria i Marek zaczynają dyżur od alarmu bombowego w biurcu. Pirotechnicy odnajdują tam ładunek w torbie cateringowej. **SR** Mikołaj i Miłosz badają sprawę egzaminatora potrąconego na placu manewrowym. Krag podejrzanych się zwiększa. **CZ** Lena i Bartosz ruszają do pobitej i nieprzytomnej Ewy. Do śledztwa dołącza ekspert Jakub Naumiuk. **PT** Marek i Daria jadą do porzuconego po wypadku auta. W bagażniku znajdują nieprzytomnego mężczyznę.

POLSKA 2026 ▶ 60 min



19.25 Barwy szczęścia
TVP 2 **OBYCZAJOWY**

PO Malwina zмага się z kryzysem po wizycie w salonie piękności. Mimo zdecydowanego sprzeciwu Asi Daniel po raz kolejny w tajemnicy zabiera Emila na strzelnicę. **SR** Stan Krystyny ulega pogorszeniu. Jaworski chce zorganizować terapeutyczny wieczór brydżowy. Oliwka wraca do Tomasza, ale między nimi wciąż panuje napięcie. **CZ** Rawiczowa błaga Natalię, by odwiedziła Cezarego. Małgorzata uświadamia córce, że mała Lea tęskni za ojcem. **PT** Jerzy wpada w bistro na Wandę. Przyjaciółka namawia go na słodkie co nieco. Dominika składa zeznania o toksycznym związku Soni ze Stefaniakiem.

POLSKA 2026 ▶ 40 min



20.00 Uroczysko
TV 4 **KRYMINALNY**

PO Policjanci odkrywają ciało Roberta w lesie, a 25-letni Czarek znika. Roztrzęsiony rolnik zgłasza kolejne morderstwo. Makabryczna scena przywołuje miejscową legendę. **WT** Roztrzęsiona kobieta zgłasza Olkowi zaginięcie męża. Leśniczy znajduje w zaroślach odciętą rękę. Stróża prawa ujawniają ślady quadów. Pojawia się wątek mafii. **SR** Agata ma wraz z dziennikarzem otworzyć prestiżową wystawę. Filip poszukuje Wilczewskiej i przygotowuje się do zabiegu. **CZ** Dżolanta Sarnacka, uczestniczka zjazdu absolwentów, ginie w tajemniczych okolicznościach. Śledczy podejrzewają, że zabito ją z zemsty.

POLSKA 2025 ▶ 30 min



21.50 Na sygnale
TVP 2 **FABULAR.-DOKUM.**

PO Britney zabiera matkę na wycieczkę. Przypadkowo trafiają w sam środek małżeńskiej kłótni, skutkującej poważnymi obrażeniami. Dobromir zajmuje się starszą kobietą, która zasłabła przez gripę. **WT** Pacjentką doktor Reiter jest nastolatka, która skarży się na ból brzucha. Doznała urazu, gdy lunatykowała. Basia i Benio wybierają się niebawem na kolejną randkę. Spotykają Adama i Kasię. **SR** Róża i Romek mierzą się z trudnym zadaniem, gdy nastoletni narkoman staje się agresywny w karetce. Ratownicy pomagają też aktorowi ukrywającemu chorobę. Piotr i Potocka zmagają się z oskarżeniami.

POLSKA 2026 ▶ 65 min



18.20 Pan Mama
TVP 2 **KOMEDIOWY**

ND Sylwester obawia się zbliżenia z Patrycją. Zamiast szczerze z nią porozmawiać, wciela w życie nierozsądną radę Mirasa. Tymczasem ten razem z Brunem tworzy wkrótce kuriozalną pieśń ku czci patrona szkoły, żeby poprawić sytuację nastolatka z ocenami.

POLSKA 2026 ▶ 35 min



20.25 Prokurator
TVP 1 **KRYMINALNY**

ND, WT, ŚR W trakcie przedstawienia ginie aktor. Proch i Kielak muszą ustalić, kto chciał się pozbyć mężczyzny. Śledczy badają również okoliczności zgonu lekarza. Okazuje się, że był on wplątany w sprawę uśmiercenia nieuleczalnie chorego pacjenta.

POLSKA 2015 ▶ 55 min



21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto
TV 4

KRYMINALNY PO-CZ Sędzia Zygą skazuje gangstera Józwiaka na 25 lat więzienia, a ten grozi zemstą. Wkrótce w domu seniora umiera jej ojciec. Pola z Damianem prowadzą śledztwo w sprawie skatowanej kobiety i uduszonego niemowlęcia.

POLSKA 2026 ▶ 60 min



22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny
TV 4

KRYMINALNY PO-CZ Garda i Górka badają razem sprawę zamknięcia restauratora w chłodni. Brak śladów włamania wskazuje na pracownika. Podejrzanie pada na kelnera. Jednocześnie Wach oraz Kujawińska wyjaśniają sprawę śmierci kierowcy tira.

POLSKA 2026 ▶ 65 min



21.00 Ta inna siostra Bennet
HBO

KOSTIUMOWY WT Po tragedii Mary zostaje sama z poczuciem straty i niepewnością jutra. Gdy wydaje się, że wszystko legło w gruzach, pojawia się możliwość zmiany dotychczasowego życia.

WIELKA BRYTANIA 2026 ▶ 30 min



21.05 Zabójcza broń 3
AXN **SENSACYJNY**

ŚR Wbrew ostrzeżeniu Murtaugh Cole prosi Toma Barnesa o pomoc w prywatnej sprawie. Decyzja ta wywołuje napięcie pomiędzy partnerami. FBI wszczyna niebawem śledztwo wobec Cole'a.

USA 2018 ▶ 115 min



20.30 Ojciec Mateusz 30
TVP 1 **KRYMINALNY**

CZ W Sandomierzu trwają zdjęcia do filmu „Kochać na zabój”. Pewnego dnia dochodzi do tragedii. Natalia zauważa w pobliżu plebanii błąkającą się alpakę. Postanawia znaleźć jej właściciela.

POLSKA 2023 ▶ 55 min



21.05 Agenci NCIS 20
AXN **SENSACYJNY**

CZ Zabójstwo w archiwach marynarki wojennej okazuje się powiązane z rosyjskimi szpiegami zatrzymanymi przez NCIS. Trop prowadzi do informacji o ataku. Zespół musi zapobiec tragedii.

USA 2022 ▶ 60 min

Warto zobaczyć

12.55
HBO
Nasz syn
OBYCZAJOWY Gabriel i Nicky są małżeństwem jedнопłciowym. Decydują się na rozwód. Zaczynają walczyć o opiekę nad wspólnym synem. Reż.: Bill Oliver, A: Luke Evans, Billy Porter, Christopher Woodley USA 2023 **105 min ► do godz. 14.40**

14.40
POLSAT
Percy Jackson i bogowie olimpijscy: Złodziej pioruna
PRZYGODOWY Nastolatek dowiaduje się, że jest synem Posejdona. Pozna je swoje moce. Reż.: Chris Columbus, A: Logan Lerman, Pierce Brosnan, Jake Abel USA/Kanada 2010 **150 min ► do godz. 17.10**

15.30
STOPKLATKA
Święty
SENSACYJNY Miliarder zleca Simonowi, by wykradł wyniki badań naukowych. Gdy złodziej dowiaduje się, do czego mają służyć, krzyżuje plan szaleńca. Reż.: Phillip Noyce, A: Val Kilmer, Elisabeth Shue, Rade Šerbedžija USA 1997 **135 min ► do godz. 17.45**

16.10
ALE KINO+
Opadające liście
KOMEDIODRAMAT Ansa pracuje w sklepie, a Holapa zarabia na budowie. Drogę tych dwojga krzyżują się przypadkiem na imprezie karaoke. Reż.: Aki Kaurismäki, A: Martti Suosalo, Alma Pöysti, Alina Tomnikov Niemcy 2023 **110 min ► do godz. 18.00**

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

17.20
PULS 2
Toto rozrabiaka 2
KOMEDIA Skory do psot Toto wyjeżdża wraz ze swoją klasą na ekologiczną farmę. Okazuje się, że gospodarze skrywają pewien sekret. Reż.: Pascal Bourdiaux, A: Anne Marivin, Guillaume de Tonquédec Francja 2023 **100 min ► do godz. 19.00**

20.55
TVP HISTORIA
Ferrari
BIOGRAFICZNY Lato 1957 r. Przedsiębiorca Enzo Ferrari pragnie ocalić bankrutującą firmę. Chce, by jego kierowca wygrał słynny rajd Mille Miglia. Reż.: Michael Mann, A: Adam Driver, Shailene Woodley, Sarah Gannon USA/Wlk. Bryt. 2023 **140 min ► do godz. 23.15**

22.20
PULS 2
Kasyno
KRYMINALNY Gangster Sam obejmuje kontrolę nad kilkoma domami gry. Szybko awansuje w mafijnej hierarchii. Gubi go uczucie do kobiety. Reż.: Martin Scorsese, A: Robert De Niro, Joe Pesci, Sharon Stone USA/Francja 1995 **220 min ► do godz. 2.00**

→ filmowe hity



Agent Purvis stosuje nowoczesne metody śledcze, by dopaść nieuchwytnego bandytę.

22.00 Wrogowie publiczni

POLSAT **GANGSTERSKI** Znienawidzony przez władze, kochany przez tłumy – historia legendarnego przestępcy.

HIT DNIA Rok 1933. Po dziewięciu latach odsiadki John Dillinger zostaje warunkowo wypuszczony na wolność. Przeprowadza akcję oswobodzenia kilku skazańców ze stanowego zakładu karnego w Michigan City. Pomaga mu John „Red” Hamilton. Po niedługim pobycie na farmie wspólnicy i inni uciekinie-

rzy przenoszą się do Chicago. Tam John przeprowadza brawurowe napady na banki. Członkowie bandy szybko zdobywają popularność wśród zwykłych obywateli, którzy są zmęczeni trudami życia w czasach wielkiego kryzysu ekonomicznego. Kryminaliści pozostają nieuchwytni, a policja mimo kolejnych wysił-



ków jest bezradna. W końcu FBI ogłasza Dillingera wrogiem publicznym numer 1. Zadanie jego schwytania otrzymuje agent Purvis. Rozpoczyna się rozgrywka, który zapisze się na kartach historii. **HD 120 min ► do godz. 0.00**

USA 2009 Reż.: Michael Mann Wyst.: Johnny Depp, Christian Bale, Marion Cotillard, James Russo, Jason Clarke



20.00 Godziny szczytu 2

KOMEDIA SENSACYJNA Inspektor Lee (Jackie Chan) bada sprawę zamachu na ambasadę USA w Hongkongu. Pomaga mu spędzający tu wakacje Carter (Chris Tucker). Trop prowadzi ich do triady działającej w Las Vegas.

Reż.: Brett Ratner Wyst.: John Lone, Ziyi Zhang USA 2001 **HD 130 min ► do godz. 22.10**



21.00 Smashing Machine

BIOGRAFICZNY Lata 90. Potężny Mark (Dwayne Johnson), zawodnik MMA, odnosi serię imponujących zwycięstw. Poza ringiem zmagają się jednak z wewnętrznymi demonami. Uzależniają się od opiatów.

Reż.: Benny Safdie Wyst.: Emily Blunt USA 2025 **HD 120 min ► do godz. 23.00**



20.00 Whiplash

OBYCZAJOWY Perkusista Andrew (Miles Teller) dołącza do szkolnej orkiestry jazzowej, prowadzonej przez Fletchera. Znany z drastycznych metod nauczyciel oczekuje perfekcji. Doprowadza Andrew na skraj załamania.

Reż.: Damien Chazelle Wyst.: J.K. Simmons USA 2014 **HD 115 min ► do godz. 21.55**



22.05 Pasażer

THRILLER Agent ubezpieczeniowy Michael (Liam Neeson) wiezie nudne życie. Tajemnicza pasażerka pociągu ma o nim zaskakująco dużo informacji. Wika mężczyzna w rozgrywkę, która przesądzi o przyszłości wielu ludzi.

Reż.: Jaume Collet-Serra Wyst.: Vera Farmiga USA/Fr. 2018 **HD 125 min ► do godz. 0.10**



20.00 Najwyższy wyrok

SENSACYJNY Byli komandos Cross (Steven Seagal) i Manning (Steve Austin) mają za zadanie przetransportować skazańców ze likwidowanego wojskowego zakładu karnego. Więzienie zostaje zaatakowane przez najemników.

Reż.: Keoni Waxman Wyst.: Michael Paré USA 2012 **HD 125 min ► do godz. 22.05**



22.10 Drużyna potępionych

SENSACYJNY Pięciu komandosów wpada w pułapkę boliwijskiej dżungli. Kiedy Clay (Jeffrey Dean Morgan) oraz jego towarzysze uświadamiają sobie, że zostali zdradzeni, omijają plan odwetu.

Reż.: Sylvain White Wyst.: Evan Mirand USA/Fr. 2010 **HD 130 min ► do godz. 0.20**

→ filmowe hity



Konserwatywna para musi przetrwać pod jednym dachem z byłymi hipisami.

20.00 Poznaj moich rodziców

TVN

KOMEDIA Spotkanie rodzin okazuje się zderzeniem różnych światów. Greg zdobył już przychylność ojca ukochanej Pam. Teraz przyszedł czas, by poznali się rodzice narzeczonych. Konserwatywni Byrnesowie, Dina i Jack, mają spędzić weekend w towarzystwie przyszłych teściów swojej córki. Jadą na Florydę, gdzie mieszkają byli hipisi, swobodni i wyluzowani Rozalin i Bernie Fockerowie... Najgorsze obawy przyszłych państwa młodych się potwierdzają – spotkanie rodzin to pasmo niefortunnnych wypadków. **HD 150 min ▶ do godz. 22.30**

USA 2004 **Reż.:** Jay Roach **Wyst.:** Robert De Niro, Ben Stiller, Dustin Hoffman, Barbra Streisand, Blythe Danner



→ P!

20.00 Eleanor Wspaniała

HBO

OBYCZAJOWY Osamotniona 94-letnia Eleanor (June Squibb) udaje się na spotkanie grupy wsparcia. Przedstawia historię przyjaciółki jako własną. Staje się mentorką dla studentki dziennikarstwa.

Reż.: Scarlett Johansson **Wyst.:** Erin Kellyman
USA 2025 **HD 100 min ▶ do godz. 21.40**



22.30 Kocha, lubi, szanuje

TVN

KOMEDIA ROMANTYCZNA Życie Cala (Steve Carell) obraca się w gruzy po odejściu żony (Julianne Moore). Z depresji ratuje go playboy Jacob, który odśladnia przed nim świat rozrywki i romansów.

Reż.: Glenn Ficarra, John Requa
USA 2011 **HD 150 min ▶ do godz. 1.00**



20.00 Nietykalni

STOPKLATKA

KRYMINALNY Chicago, czasy prohibicji. Ness (Kevin Costner), bezkompromisowy agent federalny, wypowiada wojnę gangowi Ala Capone. Pomaga mu m.in. policjant Jim (Sean Connery). Bandyści próbują ich zastraszyć.

Reż.: Brian De Palma **Wyst.:** Andy Garcia
USA 1987 **HD 155 min ▶ do godz. 22.35**



23.05 Ślubne wojny

TVN 2

KOMEDIA ROMANTYCZNA Przyjaciółki Emma (Anne Hathaway) i Liv (Kate Hudson) od lat wiedziały, jak będą wyglądały ich śluby. Obie ustalają daty w wymarzonym hotelu. Błąd w rezerwacji sprawia, że stają się rywalkami.

Reż.: Gary Winick **Wyst.:** Bryan Greenberg
USA 2009 **HD 100 min ▶ do godz. 0.45**

→ sport



12.20 Zawody World Series w Krakowie

TVN

WSPINACZKA LIVE

Do rywalizacji stają specjaliści we wspinaczce na czas. Po raz ostatni przed polską publicznością zaprezentuje się Aleksandra Miroslaw. Mistrzyni olimpijska z Paryża zapowiedziała, że po tym sezonie zakończy sportową karierę. **HD 60 min ▶ do godz. 13.20**



16.45 Tour de France

EUROSPORT 1

KOLARSTWO LIVE

Tegoroczną, 113. edycję Wielkiej Pętli zainauguruje jazda drużynowa na czas ulicami Barcelony. Na starcie zamelduje się m.in. Tadej Pogačar, faworyt wyścigu reprezentujący barwy UAE Team Emirates. **HD 180 min ▶ do godz. 19.45**



18.50 Mistrzostwa świata 2026

TVN 1

PIĘKA NOŻNA LIVE

Mundial wkroczył w fazę 1/8 finału. Istnieje szansa, że w Houston zobaczymy dziś mecz z udziałem Holandii, która cztery lata temu awansowała do najlepszej ósemki kosztem USA. **HD 60 min ▶ do godz. 19.50**



22.00 Diamentowa Liga w Eugene

POLSAT SPORT 1

LEKKOATLETYKA LIVE

Mityng w USA uświetni plejada gwiazd królowej sportu. Ciekawie zapowiada się konkurs rzutu młotem z udziałem Anity Włodarczyk, która buduje formę na sierpniowe ME. **HD 120 min ▶ do godz. 0.00**

→ rozrywka



15.00 Kaśka Sochacka – „Ta druga na Bis” (Live)

C+ PREMIUM

KONCERT Występ artystki, której twórczość wymyka się klasyfikacjom. Melomani usłyszą nowe aranżacje znanych piosenek z albumu „Ta druga”, łączące elementy popu, muzyki alternatywnej i poezji śpiewanej. **HD 50 min ▶ do godz. 15.50**



19.00 Speedshop: warsztat marzeń

C+ 360

MOTORYZACJA Toby jest sparaliżowany, mimo to nie rezygnuje z marzeń o jeździe na motocyklu. Titch Cormack podejmuje wyzwanie, projektując z zespołem maszynę dostosowaną do jego potrzeb. **HD 75 min ▶ do godz. 20.15**

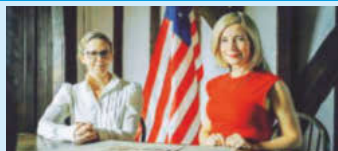


19.55 Kabaret na żywo. Chyba Czesuaf

POLSAT

SATYRA Olga Łasak, Ewelina Wojtak, Łukasz Zaczek i Andrzej Kozłowski przedstawia między innymi skecze: „Postanowienia według Zdolnych”, „Koń według Zdolnych”, „Ewelina – monolog” i „Sztefa rodzi”. **HD 125 min ▶ do godz. 22.00**

→ dokument



17.50 Lucy Worsley i zagadki historii: rewolucja amerykańska

BBC EARTH

HISTORIA Widzowie poznają wydarzenia z 4 lipca 1776 roku. 13 brytyjskich kolonii ogłosiło deklarację niepodległości, rozpoczynając rewolucję. **HD 65 min ▶ do godz. 18.55**

TVP 1 HD DV3 T2

- 5.50 Słownik polsko@polski** (680) – talk-show prof. Jana Miodka
- 6.20 Balans bieli** – program religijny
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.40 Rok w ogrodzie** – magazyn
- 8.05 Rok w ogrodzie extra** – magazyn
- 8.20 Pełnosprawni** (659) – mag.
- 8.50 Ranczo 6** (73): Świadek koronny – serial obyczajowy, Polska 2012
- 9.45 Komisarz Alex 7** (81) – serial kryminalny, Polska 2015
- 10.40 Ojciec Mateusz 15** (191) – serial kryminalny, Polska 2016
- 11.40 Natura w Jedynce: Mali mieszańcy Półwyspu Iberyjskiego** (4) – serial dokum.
- 12.40 Gwiazdy w południe: Hondo** **FILM** – western, USA 1953, reż. John Farrow, wyk. John Wayne, Geraldine Page, Ward Bond, Michael Pate, 125 min
- 14.45 Okrasa łamie przepisy** – mag.
- 15.20 Rozmowy na medal** (4) – magazyn sportowy
- 16.00 Dziedzictwo** (968) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, pogoda**
- 17.35 Rolnik szuka żony 12** (5) – telenowela dokum., Polska 2025
- 18.35 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026** – studio

TVP 2 HD DV3 T2

- 3.00 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026** – studio
- 3.20 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026** – mecz 1/16 finału
- 5.55 Barwy szczyścia** (3343) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 6.25 M jak miłość** (1917) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
- 7.55 Pytanie na śniadanie** – magazyn
- 11.25 Górna półka smaku** (2) – magazyn kulinarny
- 11.55 Zmiennicy** (5): Safari – serial komediowy, Polska 1986
- 13.05 Panna młoda** (136) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.00 Familiada** – teleturniej
- 14.35 Koło fortuny** (1880) – teleturniej
- 15.10 Szansa na sukces. Opole 2026** (9): Anna Wyszkonci – widowisko
- 16.15 Na dobre i na złe** (986): Prawda jest tylko moja – serial obyczajowy, Polska 2026
- 17.15 Panna młoda** (137) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 18.10 Va banque** (1005) – teleturniej
- 18.45 Wyższa Szkoła Jazdy** (5) – magazyn motoryzacyjny
- 19.10 Słowo na niedzielę**
- 19.25 Rodzinka.pl** (298): Środa – serial komediowy, Polska 2025

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 tv polsat** – magazyn
- 11.30 Pierwsza miłość** (4171-4174) – serial obyczajowy, Polska 2025
- 14.40 Percy Jackson i bogowie olimpijscy: Złodziej pioruna** **FILM** – film przygodowy, USA/Kanada 2010, reż. Chris Columbus, wyk. Logan Lerman, Pierce Brosnan, Brandon T. Jackson, Alexandra Daddario, 150 min
- 17.10 Jak rozpiętałem mi wojnę światową** (2/3) – komedia, Polska 1969, reż. Tadeusz Chmielewski, wyk. Marian Kociniak, 100 min
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Prezydenci i premierzy** (458) – program publicystyczny
- 19.30 Sport, pogoda**

tvn HD DV3 T2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1688) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- 6.50 Pogromcy chaosu** (9) – program rozrywkowy
- 7.45 Dzień dobry wakacje** – mag.
- 11.25 Niezwykłe Stany Prokopa 4** (1) – program rozrywkowy
- 12.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Krakowie** – studio
- 12.20 Wspinaczka: Zawody World Series w Krakowie** – speed kobiet i mężczyzn – finały
- 13.20 Wspinaczka: Zawody World Series w Krakowie** – studio
- 13.30 Młode gliny** (13) – serial kryminalny, Polska 2026
- 14.35 Step Up: Taniec zmysłów** **FILM** – film muzyczny, USA 2006, reż. Anne Fletcher, wyk. Channing Tatum, Jenna Dewan, Damaine Radcliff, De'Shawn Washington, 130 min
- 16.45 Nigdy w życiu!** – komedia romantyczna, Polska 2004, reż. Ryszard Zatorski, wyk. Danuta Stenka, Artur Żmijewski, Joanna Brodzik, Joanna Jabłczyńska, 135 min
- 19.00 Fakty, sport i pogoda**
- 19.45 Uwaga!** – magazyn reporterów

BRAVO Sport

WYDANIE SPECJALNE to&owoTV NA MUNDIAL

dostępne we wszystkich punktach STS na terenie całego kraju

20

PIŁKA NOŻNA



18.50 Mistrzostwa świata 2026 **LIVE** – mecz 1/8 finału

Czas zacząć walkę o awans do ćwierćfinału. Jeśli przedmundialowe przewidywania się sprawdzą, jedną z ekip, która wystąpi dziś na stadionie w Houston może być reprezentacja Holandii. Cztery lata temu w Katarze zakończyła ona zmagania w najlepszej ósemce. Czy Memphis Depay i spółka są w stanie poprawić ten wynik?

21.30 Deyna. Geniusz do zatracenia – film dokumentalny, Polska 2024

22.35 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio

22.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału

1.30 Amok **FILM** – film psychologiczny, Polska 1998, reż. Natalia Koryncka-Gruz, wyk. Mirosław Baka, Rafał Maćkowiak, Magdalena Cielecka, 115 min

3.25 Paryż może poczekać **FILM** – komedia obyczajowa, Japonia/USA 2016, reż. Eleanor Coppola, wyk. Diane Lane, Arnaud Viard, Alec Baldwin, 95 min

5.00 Sprawdzamy – magazyn

5.15 Zakończenie

WIDOWISKO



20.00 Lato z Radiem i Telewizją Polską: Zakopane

Trzecim przystankiem wakacyjnej trasy koncertowej jest miasto u podnóża Tatr. W Zakopanem wystąpią: Justyna Steczkowska, Majka Jeżowska, Stanisław Karpiel-Bulecka, Orgonek, Reni Jusis, Afromental, Dominik Dudek, Piersi, Brathanki oraz Universe. Uczestnicy plenerowej imprezy oraz telewidzowie będą bawili się rytmicznymi przebojami łączących pokolenia.

22.10 Gabi Drzewiecka zaprasza (4) – talk-show

23.05 Ślubne wojny – komedia romantyczna, USA 2009, reż. Gary Winick, wyk. Kate Hudson, Anne Hathaway, Bryan Greenberg, Chris Pratt, Steve Howey, Candice Bergen, 100 min

0.45 Krytyczna godzina – film kryminalny, Wielka Brytania/USA 2019, reż. Steven C. Miller, wyk. Aaron Eckhart, Courtney Eaton, Ben McKenzie, Giancarlo Esposito, 105 min

2.30 Akacja 38 (417, 418) – telenowela, Hiszpania 2015

4.15 Zakończenie

ROZRYWKOWY



19.55 Kabaret na żywo. Chyba Czesuaf (173): Kabaret na żywo. Zdolni i Skromni

Olga Łasak wspólnie z innymi artystami z Kabaretu Zdolni i Skromni przedstawi scenkę dotyczącą nauk przedmażeńskich oraz „Musical według Zdolnych”. Nie zabraknie perypetii Zsfeży z Piekar.

22.00 Wrogowie publiczni **FILM** – film gangsterski, USA 2009, reż. Michael Mann, wyk. Johnny Depp, Christian Bale, Marion Cotillard, James Russo, 120 min

0.00 Escape Room: Najlepszy z najlepszych – horror, RPA/USA/Węgry 2021, reż. Adam Robitel, wyk. Taylor Russell, Logan Miller, Deborah Ann Woll, Thomas Cocquerel, 175 min

2.55 Świat według Kiepskich (383, 384): Kapelusz Dżeksona; Trzeba zabić tę miłość

4.05 Kabaretowa Ekstraklasa (102) – program rozrywkowy



20.00 Poznaj moich rodziców **FILM** – komedia, USA 2004, 150 min

Greg zdobył już przychyłność ojca ukochanej Pam. Teraz przyszedł czas, by poznali się rodzice narzeczonych. Konserwatywni Byrnesowie, Dina i Jack, mają spędzić weekend w towarzystwie przyszłych teściów swojej córki. Jadą na Florydę, gdzie mieszkają byli hipisi, wyluzowani Rozalini i Bernie Fockeowie. Najgorse obawy przyszłych małżonków szybko się potwierdzają – spotkanie rodzin to katastrofa.

22.30 Kocha, lubi, szanuje – komedia romantyczna, USA 2011, reż. Glenn Ficarra, wyk. Steve Carell, Ryan Gosling, Julianne Moore, Emma Stone, 150 min

1.00 Zmierzc – film fantasy, USA 2008, reż. Catherine Hardwicke, wyk. Kristen Stewart, Robert Pattinson, Taylor Lautner, Billy Burke, 135 min

3.15 Uwaga! – magazyn reporterów

3.30 Wallander (6) – serial kryminalny, Wielka Brytania/Szwecja/USA 2010

5.10 Nauka jazdy 5 (14) – program rozrywkowy



- 5.25 Szkoła (772)** – serial paradokumentalny, Polska 2019
- 6.15 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie (1)** – program rozrywkowy
- 7.15 Nowe Zwariowane Melodie (40-42)** – serial animowany, USA 2018
- 8.00 Kompas szkieletora** – film familijny, USA 2022, reż. Sandra L. Martin, wyk. Luke Loveless, Caleb Baumann, Reagan Shumate, Zane Stephens, 100 min
- FILM** Champ znajduje szczytki poszukiwacza złota, kompas i stary dziennik. Wraz z przyjaciółmi wyrusza na wyprawę, która prowadzi do zaginionego skarbu. Na drodze stają im przeszkody.
- 9.40 Złoty remont 11 (5)** – program rozrywkowy
- 10.45 Bitwa o gości (1)** – reality show
- 11.50 Ukryta prawda (1427-1429)** – serial paradokumentalny, Polska 2022
- 14.55 Szpital św. Anny (17, 18)** – serial obyczajowy, Polska 2025
- 16.55 Detektywi (329): Tylko śmierć nas łączy, cz. 1** – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 17.55 Kroniki Spiderwick** – film fantasy, USA 2008, reż. Mark Waters, wyk. Freddie Highmore, Sarah Bolger, Nick Nolte, Mary-Louise Parker, 125 min
- Trójka rodzeństwa przeprowadza się z matką do wiktoriańskiego domu. Dzieci znajdują tam książkę, która przenosi je do tajemniczego świata.

- 6.00 Kobra – oddział specjalny (2-4): Uroki ojcostwa; Operacja „Midast”; Rzyko** – serial sensacyjny, Niemcy 2016
- 9.00 Taki jest świat 11 (27)** – program informacyjny
- Anna Bogusiewicz podsumowuje kluczowe wydarzenia minionego tygodnia z kraju oraz ze świata. Wyjaśnia, jak wpływają one na codzienne życie Polaków. Rozmawia z gośćmi, którzy dzielą się doświadczeniami.
- 9.25 Boso przez świat:** Walki Kogutów – cykl reportaży, Polska 2009
- Wojciech Cejrowski w Wenezueli ogląda hodowlę kogutów bojowych. W tamtych stronach turniej z udziałem tych ptaków cieszą się wśród miejscowych sporą popularnością.
- 10.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (521, 523, 525, 527, 529)** – obycz., Polska 2022
- Jadwiga ma glejaka i wkrótce umrze. Zatrudnia Białorusina Fiedkę, by to on odebrał jej życie. Mężczyzna domaga się jednak dużo więcej pieniędzy, niż mu wcześniej zaofiarowano. Kobieta udaje się do lombardu.
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (963-967)** – serial obyczajowy, Polska 2026
- Damian spędza noc z córką gangstera. Ma spłacić „dług” – zmienić wygląd kradzionego samochodu i przemycić go przez granicę. Kazimierz zakłada biznesowe spotkanie Marty.

- 5.50 Ale numer! 20 (10)** – program rozrywkowy
- 6.35 Smerfy (166, 168)** – serial animowany, Belgia 1988
- 7.35 Pingwiny z Madagaskaru 2 (19, 20)** – serial animowany, USA 2010-2012
- 8.35 Corgi, psiek królowej** – film animowany, Belgia/USA 2019, reż. Vincent Kesteloot, 95 min
- FILM**
- 10.10 Gnome i Julia. Tajemnica zaginionych krasnali** – film animowany, Wielka Brytania/USA 2018, reż. John Stevenson, 105 min
- FILM**
- 11.55 Wojciech Cejrowski. Boso – Meksyk/Paragwaj (10, 11)** – serial dokumentalny, Polska 2015
- 13.05 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (8, 9)** – program rozrywkowy
- 15.05 Kapitan Szablozęby i skarb piratów** – film familijny, Norwegia/Wielka Brytania 2014, reż. John Andreas Andersen, wyk. Tuva Novotny, Anders Baasmo Christiansen, Fridtjov Saheim, Kyrre Haugen Sydness, 135 min
- FILM**
- 17.20 P! Toto rozrabiaka 2** – komedia, Francja 2023, reż. Pascal Bourdiaux, wyk. Anne Marivin, Guillaume de Tonquédac, Hugo Trophard, Valérie Karsenti, 101 min
- Niesforne, ale sympatyczny uczeń Toto wraz ze swoją klasą wyjeżdża na farmę. Jej właściciele skrywają pewną tajemnicę, a w okolicy krąży niepokojące pogłoski o nawiedzonym zamku.



MINISTRANCI

Rozgoryczeni postawą Kościoła ministranci biorą sprawy w swoje ręce. Instalują podsłuch w konfesjonale, by odkrywać tajemnice parafian i samodzielnie wymierzać im sprawiedliwość. Z czasem ich działania zaczynają jednak prowadzić do nieprzewidzianych i groźnych konsekwencji.

►komediodram., Pol. 2025; 105 min



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. Zastępuje tam Mickeya 18. Dowódca ekspedycji postanawia zlikwidować ich obu.

►fantasy, USA 2025; 137 min

KOMEDIA SENSACYJNA



20.00 Godziny szczytu 2

FILM – USA 2001, 130 min

Inspektor Lee ma rozwikłać sprawę zamachu bombowego na ambasadę USA. Pomaga mu przebywający w Hongkongu na wakacjach detektyw Carter. Trop prowadzi obu policjantów do Las Vegas. Tam muszą oni stawić czoło zarówno szefowi chińskiej triady, jak i niebezpiecznej piękności Hu Li.

22.10 Drużyna potępionych – film sensacyjny, USA/Francja 2010, reż. Sylvain White, wyk. Evan Mirand, Mike Burnham, Jeffrey Dean Morgan, Zoe Saldana, 130 min

0.20 Matrix Zmartwychwstania – film s.f., USA/Australia 2021, reż. Lana Wachowski, wyk. Keanu Reeves, Carrie-Anne Moss, Yahya Abdul-Mateen II, Jonathan Groff, 160 min

3.00 Żyjąc z potworem 8 (19) – serial dokumentalny, USA 2020

3.50 Fachowcy (6) – serial paradokumentalny, Polska 2017

4.25 Dorota was urządzi! (7, 8) – program rozrywkowy, Polska 2014

SENSACYJNY



20.00 Mocne sobotnie kino: Najwyższy wyrok

FILM – USA 2012, 125 min

Byli komandosi Cross i Manning eskortują więźniów z wojskowego zakładu karnego, który ma zostać zamknięty. Wśród osadzonych znajdują się dwie tajemnicze kobiety, Samantha i Charlotte. Niespodziewanie więźnienie zostaje zaatakowane przez najemników. Ich celem jest Samantha, która posiada cenne dla nich informacje. Steele i Manning muszą ją chronić.

22.05 Pasażer – thriller, USA/Francja **FILM** 2018, reż. Jaume Collet-Serra, wyk. Liam Neeson, Vera Farmiga, Patrick Wilson, Jonathan Banks, 125 min

Agent ubezpieczeniowy Michael spotyka w pociągu tajemniczą Joannę. Nieznajoma posiada zaskakująco dużo informacji o jego życiu. Zleca mu trudne zadanie.

0.10 Polowanie na czarownice – film przygodowy, USA 2011, reż. Dominic Sena, wyk. Nicolas Cage, Ron Perlman, Stephen Campbell Moore, Stephen Graham, 115 min

2.05 Zobacz to! – pr. powtórkowe

ANIMOWANY



19.00 Snoopy i Charlie Brown

FILM – USA 2015, 105 min

Rudowłosa dziewczyna rozpoczyna naukę w nowej klasie. Jeden z uczniów, Charlie, próbuje zaimponować pięknej koleżance. Nie wszystko idzie po jego myśli. Tymczasem przyjaciel chłopca, Snoopy, pisze historię miłosną o psie. Próbuje też znaleźć swojego największego wroga, Czerwonego Barona.

20.45 Jak upolować faceta – komedia romantyczna, USA 2012, reż. Julie Anne Robinson, wyk. Katherine Heigl, Jason O'Mara, Daniel Sunjata, John Leguizamo, 95 min

22.20 Kasyno – dramat kryminalny, USA/Francja 1995, reż. Martin Scorsese, wyk. Robert De Niro, Joe Pesci, Sharon Stone, James Woods, 220 min

2.00 Wstydlive choroby 7 (1, 2) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2013

4.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (188) – serial obyczajowy, Polska 2019

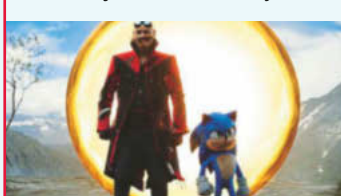
5.00 Kręcimy z gwiazdami (8): Dzień – program rozrywkowy



LATO 1936

Nicea, 1936 rok. Grupa robotników wyjeżdża na swoje pierwsze wakacje, które w całości opłacili ich pracodawcy. Radość nie trwa jednak długo. Niebawem cztery nieznanne sobie kobiety zostają wpłątane w sprawę zabójstwa prokuratora, do którego doszło w ekskluzywnym hotelu na Riwiwerze.

►serial krym. (6 odc.), Francja 2026



SONIC 3: SZYBKI JAK BŁYSKAWICA

Meteor z jeżem Shadowem rozbija się w Oklahomie. Dochodzi do dramatycznych wydarzeń, po których kosmita zostaje zahibernowany. Mija 50 lat. Żądny zemsty Shadow odzyskuje świadomość. Jeż Sonic, kolczatka Knuckles i Iis Tails muszą ochronić przed nim świat.

►film familijny, USA 2024; 109 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM	CANAL+ PREMIUM HD	HBO HBO HD
6.15 Saga „Zmierzch” : Przed świtem. FILM – film fantasy, USA 2012, reż. Bill Condon, wyk. Kristen Stewart, Robert Pattinson, Taylor Lautner, Peter Facinelli, 115 min	5.15 Na sygnale (856-858) – serial fab.-dokum.	8.25 Mlynek do kawy – film anim., Pol. 1963	6.30 Polska z góry 5 (4)	9.40 Listy do Julii FILM – komedia romant., USA 2010, 105 min	7.45 W potrzasku FILM – dramaty obyczajowy, USA 2025, 105 min	
8.10 Rekrut 8 (11, 12) – serial kryminalny, USA 2026	6.40 U Pana Boga w ogródku (7) – serial komediowy, Pol. 2008	8.35 Litera – anim., Polska	7.00 Palatka – film krótkometrażowy	11.25 Jutro będzie nasze FILM – komediomedramat, Włochy 2023, 115 min	9.30 Jak wyrosować smoka – film anim., USA 2010, 100 min	
10.05 MacGyver 2 (6-10) – serial akcji, USA 2017-2018	7.25 Na sygnale (859-863) – serial fab.-dokum.	9.00 Wakacje z Madonną FILM – film obyczajowy, Polska 1983, 95 min	7.25 Pan Tadeusz – film kostiumowy, Polska/Francja 1999, 175 min	13.20 Kiedy nadchodzi jesień – dram. obycz., Fr. 2024, 100 min	11.10 Pierwsza sprawa FILM – dramaty obyczajowy, Francja 2023, 105 min	
15.05 FBI: Most Wanted 3 (14-18) – serial kryminalny, USA 2020	10.15 Ranczo 8 (95, 96) – serial obyczaj., Polska	10.35 Kosmos 1999 (9) – s.f.	10.20 Nicolas Cage: Szalony geniusz Hollywoodu – film dok., USA/Francja 2025	15.00 Kaska Sochacka FILM – koncert	12.55 Nasz syn FILM – dramaty obyczajowy, USA 2023, reż. Bill Oliver, 105 min	
20.00 Thriller	13.35 Ojciec Mateusz 29 (376, 377) – serial kryminalny, Pol. 2023	11.40 Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem (1) – dok., Wlk. Bryt.	11.35 The Office PL 3 (1-3) – serial kom., Pol. 2023	15.50 Niania w Nowym Jorku – komedia romantyczna, USA 2007, 100 min	14.40 Zabawy z piłką FILM – komedia, USA/Niemcy 2004, 95 min	
20.00 Olimp w ogniu FILM – USA 2013, 150 min	15.30 Komisarz Alex 24 (303) – krym., Pol. 2025	12.45 Światła wielkiego miasta – komedia, USA 1931, 100 min	13.25 Śmierć na Nilu – film kryminalny, Wielka Brytania 1978, 165 min	17.30 Ultimatum Bourne'a FILM – film sensacyjny, USA/Niem. 2007, 115 min	16.15 Akademia Pana Kleksa FILM – film fantasy, Polska 2023, 130 min	
20.00 Thriller	16.30 Ranczo 8 (97) – serial obyczajowy, Pol. 2014	14.25 Noce i dnie (2)	16.10 Opadające liście FILM – komediomedramat, Niemcy/Finlandia 2023, 110 min	19.25 Thelma – komedia, Szwajcaria/USA 2024, 95 min	18.25 O psie, który wrócił do domu FILM – film familijny, Chiny/USA 2019, 95 min	
20.00 Thriller	17.30 Czterdziestolatek (16) – serial obyczajowy, Pol. 1976	15.40 Spotkanie sztuk – sztuka spotkania. Malta Festival 2026 – reportaż, Polska 2026	18.00 W sieci wojny FILM – thriller, USA 2025, 130 min	21.00 Smashing Machine FILM – USA 2025, 120 min	20.00 Eleanor Wspaniała FILM – USA 2025, 100 min	
20.00 Thriller	18.30 U Pana Boga w ogródku (8) – Pol.	16.15 Lawrence z Arabii FILM – dram. przyg., Wielka Brytania 1962, 225 min	20.10 Morderstwo na basenie – USA 2024, 115 min	0.50 Królestwo – dramaty sens., USA/Niemcy/ZEA 2007, 110 min	23.50 Nóż w nocnej ciszy FILM – horror komediowy, USA/Wielka Brytania/Kanada 2023, 85 min	
20.00 Thriller	19.25 Ojciec Mateusz 29 (378-380) – krym., Pol.	17.30 DRAMAT OBYCZAJOWY	22.05 Walden – thriller, USA 2023, 130 min	2.40 Skrzyżowanie FILM – dramaty obyczajowy, Polska 2024, 100 min	1.15 Twój potwór FILM – czarna komedia, USA/Wielka Brytania 2024, 100 min	
20.00 Thriller	20.00 U Pana Boga w ogródku (8) – Pol.	20.00 Whiplash – USA 2014, 115 min	0.15 Pokusa – thriller, USA 2012, 130 min	4.20 Lili – dok., Polska 2021	23.50 Nóż w nocnej ciszy FILM – horror komediowy, USA/Wielka Brytania/Kanada 2023, 85 min	
20.00 Thriller	20.00 Whiplash – USA 2014, 115 min	21.55 63. KFPP w Opolu – Autobiografia. Jubileusz Bogdana Olewicza (2)	2.25 Powrót (6-10) – kom.	4.50 Meduzy – film krótkometraż.	1.15 Twój potwór FILM – czarna komedia, USA/Wielka Brytania 2024, 100 min	
20.00 Thriller	20.00 Whiplash – USA 2014, 115 min	23.00 Zagubiona autostrada – thriller, USA/Fr. 1997, 145 min	3.05 Sweat – dram. obycz., Pol. 2020, 105 min			
20.00 Thriller	20.00 Whiplash – USA 2014, 115 min	1.25 Spotkanie sztuk – sztuka spotkania. Malta Festival 2026	4.50 Meduzy – film krótkometraż.			
20.00 Thriller	20.00 Whiplash – USA 2014, 115 min	2.00 Jim Morrison – ostatnie dni w Paryżu – dok., Fr.				



20.00 **Olimp w ogniu** **FILM** – USA 2013, 150 min

Prezydent USA zostaje zakładnikiem terrorystów. Do walki z nimi rusza były agent Banning, który został odsunięty od obowiązków.

22.30 **London w ogniu** **FILM** – sens., Wlk. Bryt./USA/Bułgaria 2016, 110 min

0.20 **Uprawdazona 2** **FILM** – film sens., Fr./USA/Turcja 2012, 120 min

2.20 **Uprawdazona 3** **FILM** – film sens., Fr./Hiszp./USA 2014, 130 min

4.30 **FBI: International 4** (11) – serial kryminalny



18.30 **U Pana Boga w ogródku** (8) – Pol.

W Królowym Moście odbywa się huczne wesele młodego aspiranta Cieleckiego i córki komendanta, Łuski. Tymczasem Bocian planuje ślub z Halinką Struzikową.

19.25 **Ojciec Mateusz 29** (378-380) – krym., Pol.

22.25 **Ranczo 8** (98, 99) – serial obycz., Polska

0.20 **Komisarz Alex 24** (303, 304) – krym., Pol.

2.10 **PitBull** (18) – sens.

3.10 **Oficerowie** (6) – sens.

4.10 **Rodzinka.pl** (149, 150) – kom., Pol.



20.00 **Whiplash** – USA 2014, 115 min

Dążący do perfekcji dyrygent doprowadza młodego perkusistę na skraj załamania.

21.55 **63. KFPP w Opolu – Autobiografia. Jubileusz Bogdana Olewicza** (2)

23.00 **Zagubiona autostrada** – thriller, USA/Fr. 1997, 145 min

1.25 **Spotkanie sztuk – sztuka spotkania. Malta Festival 2026**

2.00 **Jim Morrison – ostatnie dni w Paryżu** – dok., Fr.



20.10 **Morderstwo na basenie** – USA 2024, 115 min

Zamożny Thomas tuż przed rodzinnym przyjęciem znajduje je w basenie zwłoki kochanki. Spanikowany postanawia je ukryć. Nie przeczuwa konsekwencji swoich czynów.

22.05 **Walden** – thriller, USA 2023, 130 min

0.15 **Pokusa** – thriller, USA 2012, 130 min

2.25 **Powrót** (6-10) – kom.

3.05 **Sweat** – dram. obycz., Pol. 2020, 105 min

4.50 **Meduzy** – film krótkometraż.



21.00 **Smashing Machine** **FILM** – USA 2025, 120 min

Koniec lat 90. XX wieku. Mark Kerr, znakomity zawodnik MMA, uzależnia się od opiatów. Po odwyku zaczyna przygotowania do najważniejszej walki w karierze.

23.00 **Grindhouse: Death Proof** – thriller, USA 2007, 110 min

0.50 **Królestwo** – dramaty sens., USA/Niemcy/ZEA 2007, 110 min

2.40 **Skrzyżowanie** **FILM** – dramaty obyczajowy, Polska 2024, 100 min

4.20 **Lili** – dok., Polska 2021



20.00 **Eleanor Wspaniała** **FILM** – USA 2025, 100 min

Samotna seniorka Eleanor trafia na spotkanie grupy wsparcia, gdzie opowiada poruszającą historię. Niespodziewanie staje się wzorem dla studentki, Niny.

21.40 **Księgowy 2** – thriller, USA 2025, 130 min

23.50 **Nóż w nocnej ciszy** **FILM** – horror komediowy, USA/Wielka Brytania/Kanada 2023, 85 min

1.15 **Twój potwór** **FILM** – czarna komedia, USA/Wielka Brytania 2024, 100 min

AXN WHITE

6.10 **Paddington** – film familijny, Wielka Brytania/Francja/USA 2014, 95 min

7.45 **Napisała: Morderstwo 5** (11-15) – serial kryminalny

13.00 **Dr House 3** (1-5) – obycz.

18.00 **Dowody zbrodni** (16-20) – serial kryminalny, USA

23.00 **Książę i ja** – komedia romant., 2004, 130 min

1.10 **Domek na święta** – film obyczajowy, 2019, 110 min

3.00 **Paddington** – film familijny, Wielka Brytania/Francja/USA 2014, 115 min

4.55 **Dr House 3** (1) – obycz.

5.40 **Blok promocyjny AXN White**

WARNER TV

13.40 **Wiecznie młody** – dramaty obyczajowy, 1992, 125 min

15.45 **Przygoda Felicity** – film familijny, USA 2005, reż. Nadia Tass, wyk. Shailene Woodley, 105 min

17.30 **Superman 2: Wersja reżyserka Richarda Donnera** – film przyg., Wlk. Bryt./USA 2006, 180 min

20.30 **Jackie Chan: Pierwsze uderzenie** – film sensacyjny, USA/Hongkong/Ukraina 1996, 90 min

22.00 **Wrogie niebo 5** (4, 6) – s.f.

23.45 **Szpiezy tacy jak my** **FILM** – komedia sensacyjna, USA 1985, 120 min

CANAL+ FILM

7.45 **Orzelek Iggy** – film anim., Polska/USA 2025, 85 min

9.10 **O psie, który jeździł koleją 2** – film familijny, Polska 2025, 90 min

10.40 **Liza Minnelli. niesamowita historia absolutnie prawdziwa**

12.20 **Lapu capu** – pr. rozrywk.

12.25 **Saga „Zmierzch”** **FILM** – Księżyc w nowiu – film fantasy, 2009, 115 min

14.20 **Call me lala**

14.45 **Ida** – dram. obycz., Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min

16.05 **Azyl** – dramaty biograficzne, Czecho/Wielka Brytania/USA 2017, 125 min

18.10 **Krucjata Bourne'a** **FILM** – thriller, USA/Niemcy 2004, 105 min

19.55 **Lapu capu** – pr. rozrywk.

20.00 **Zdążyć przed śmiercią** **FILM** – western, USA 2025, reż. Ned Crowley, 105 min

21.45 **Aftermath** – thriller, USA 2024, reż. Patrick Lussier, wyk. Dylan Sprouse, 95 min

23.20 **Dom 1000 trupów** **FILM** – horror, USA 2003, 85 min

0.45 **Malpa** – horror, USA/Wielka Brytania/Kan. 2025, 95 min

2.20 **Utrata równowagi** **FILM** – dramaty psychologiczne, Polska 2024, 95 min

3.55 **Premierowa jazda** – mag.

4.10 **Imago** – dramaty biograf., Polska 2023, 110 min

CANAL+ SERIALE

9.50 **Lapu capu Extra** – program rozrywkowy

10.25 **The Office PL 3** (4-6) – serial komediowy, Polska

12.00 **Świat zwierząt – rodzicielstwo** (5) – serial dok., Wielka Brytania 2024

13.05 **Lapu capu Extra** – program rozrywkowy

13.40 **Planeta Singli. Osiem historii** (3) – serial komediowy, Polska 2021

14.30 **Naruto 3** (3-5) – serial anime, Japonia 2003-2004

16.05 **Lapu capu Extra** – program rozrywkowy

16.30 **To nie jest zagadka kryminalna** (1, 2) – serial kryminalny, Belgia 2025

18.30 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy

19.00 **Jeremy** (3, 4) – serial dokumentalny, Polska 2022

20.00 **Para z sąsiedztwa** (1, 2) – serial obycz., Wlk. Bryt.

21.50 **Lapu capu** – program rozrywkowy

22.00 **Talamasca: Sekretne zakony** (5, 6) – serial fantasy, USA 2025

23.40 **Nie zostawij mnie** (1, 2) – serial kryminalny, Wlk. 2022

CANAL+ 360 HD

6.00 **13 posterunek 2** (1, 2) – serial komediowy, Polska

7.20 **Sędziowie** (8) – dok., Pol.

8.05 **Stalowe bestie z demobilu** (8) – dok.

10.00 **Zholowani: ciężarówki w opalach 6** (18) – dok.

11.00 **Sung Kang – szybki i dociekliwy** (5) – dok.

12.00 **Pelė: Król gry** (3) – dok., 2023

13.00 **W trasie z Normanem Reedusem 3** (6) – dok.

13.55 **Co poszło nie tak 5** (6)

15.00 **Koleją przez świat 4** (1, 2) – serial dok., Wlk. Bryt.

16.55 **Wykrwacz historii 6** (1)

18.00 **Nepal – z zachodu na wschód** – dok., 2022

19.00 **Speedshop: warsztat marzeń** (1) – serial dokum.

20.15 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata** (1) – serial dok., Niem. 2011

21.10 **Zabójcze drogi** (3) – dok.

22.05 **Porużone konstrukcje** (5) – serial dok., Wlk. Bryt.

23.00 **Wykrwacz historii 6** (3) – serial dokumentalny, Wł.

0.05 **Co poszło nie tak 5** (4) – serial dok., Wlk. Bryt. 2025

1.05 **Cztery pory gi** (3) – dok.

2.05 **Twardzielci** (10) – dok.

2.40 **Ludzie morza** (9) – dok.

3.45 **Polska z góry: Stadiony 2** (6, 7) – dok.

4.55 **Pogotowie remontowe Wieśka** (7, 8) – mag.

HBO 2 HBO 2 HD

12.25 **Witajcie w Marwen** **FILM** – biograf., 2018, 110 min

14.15 <

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD	COMEDY CENTRAL HD	TVN FABUŁA HD	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA STOPKLATKA DVS 12
<p>9.55 Kung Fu Panda: Sekrety Potężnej Piątki – film anim. USA 2006, 100 min</p> <p>10.30 Sezon na misia – film animowany, USA 2006, 100 min</p> <p>12.10 Ania z Zielonego Wzgórza (1/2) – film obyczajowy, Kan./RFN/USA 1985, 130 min</p> <p>14.20 Ghostbusters – pogromcy duchów – komedia, USA/Australia 2016, reż. Paul Feig, 140 min</p> <p>16.40 Krurowie – film animowany, USA 2013, 125 min</p> <p>18.45 Pacific Rim: Rebelia – film s.f., Wielka Brytania/Chiny/Japonia 2018, 135 min</p>	<p>6.00 Tata ma plan (21, 22) – serial komediowy, USA 2016</p> <p>7.00 Tata ma plan 2 (1-3) – serial komediowy, USA 2017</p> <p>8.30 Teoria wielkiego podrywu 5 (14-24) – kom., USA 2011-2012</p> <p>13.05 Teoria wielkiego podrywu 6 (1) – serial kom., USA 2012-2013</p> <p>13.30 Przyjaciele 5 (20-22) – kom., USA 1998-1999</p> <p>15.00 DMV – Ci od prawka (14-16, 18) – serial komediowy, USA 2025</p> <p>17.00 9JKL (7-10) – serial komediowy, USA 2017</p> <p>19.00 Duchy (1, 2) – serial fantasy, USA/Wielka Brytania 2021</p>	<p>6.00 Superbohaterowie (1) – program kult.</p> <p>6.30 Serialae: rozmowy 2 (1) – mag.</p> <p>7.10 Kino Buzz Top 5 (13)</p> <p>7.20 Dziewczyny z Hollywood 3 (16)</p> <p>7.35 Prawo Agaty 3 (12, 13) – obycz., Pol.</p> <p>9.30 Prawo Agaty 4 (1, 2)</p> <p>11.40 Tom i Jerry – film familijny, USA/Wlk. Bryt./Fr. 2021, 130 min</p> <p>13.50 Nowe przygody Aladyna – komedia, Fr./Bel. 2015, 135 min</p> <p>16.05 Liga potworów – film animowany, USA 2022, 125 min</p> <p>18.10 Bella i Sebastian 3 – film familijny, Francja 2017, 110 min</p>	<p>6.15 Follow (4) – serial sensacyjny, Francja 2023</p> <p>7.00 Na granicy: Spadek Hildy – film kryminalny, Niemcy 2022, reż. Eoin Moore, 115 min</p> <p>8.55 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (7-16) – serial sensacyjny, USA 2023</p> <p>18.05 Kobra – oddział specjalny (5, 6) – serial sensacyjny, Niemcy 2021</p> <p>Mścivcy handlarz bronią próbuje dopaść dwójkę złodziei. Kramer prosi Vicky i Semira o pomoc w sprawie.</p>	<p>6.00 Dom w cenie mieszkania 3 (8, 9)</p> <p>7.00 Polska Kronika Filmowa – serial dok.</p> <p>7.15 Miś Kudłatek (1, 2)</p> <p>7.45 Bolek i Lolek na wakacjach (1, 2)</p> <p>8.15 Chłopi (1/2, 2-ost.) – film obyczajowy, 1973, 215 min</p> <p>11.50 Potop Redivivus – hist., 2014, 240 min</p> <p>15.50 Hallo Szpicbrodka, czyli ostatni występ króla kasiarzy – komedia kryminalna, 1978, 145 min</p> <p>18.15 Motylem jestem, czyli romans czterdziestolatka – komedia obyczajowa, 1976, 105 min</p>	<p>6.00 Komisarz Rex 2 (6-9) – krym., Niem./Austria</p> <p>10.00 Hudson i Rex 8 (4, 5) – serial krym., Kanada</p> <p>12.00 Top Dog. Ameryka (1) – serial dok., USA</p> <p>13.35 Tata i małolata – komedia, USA/Francja 1994, reż. Steve Miner, 115 min</p> <p>15.30 Święty – film sensacyjny, USA 1997, reż. Phillip Noyce, wyk. Val Kilmer, Elisabeth Shue, 135 min</p> <p>17.45 RoboCop – film s.f., USA 2014, reż. José Padilha, wyk. Joel Kinnaman, Gary Oldman, Michael Keaton, Abbie Cornish, 135 min</p>
<p>21.00 Szybcy i wściekli 10 – USA/Chiny/Japonia 2023, 175 min</p> <p>Przed laty ekipa Dominica Toretto doprowadziła do ruiny imperium bossa narkotykowego. Teraz czeka ich odwet ze strony jego syna.</p> <p>23.55 Life – horror s.f., USA 2017, reż. Daniel Espinosa, wyk. Jake Gyllenhaal, 130 min</p> <p>2.05 Ślad (29, 10, 11) – serial kryminalny, Polska 2018-2019</p> <p>5.00 Na ratunek 112 (858, 859) – serial paradok., Pol. 2023</p>	<p>20.00 Depresja gangstera – USA/Australia 1999, 120 min</p> <p>Brutalny gangster Paul Vitti nie radzi sobie ze śmiercią ojca. Szuka porady u znanego psychiatry, doktora Bena Sobela. Nie potrafi już bez niego funkcjonować.</p> <p>22.00 The Office PL 2 (7, 8) – serial kom., Pol. 2022</p> <p>23.05 Comedy Club 5 (7, 8)</p> <p>0.05 Miasteczko South Park (9-12)</p> <p>2.05 Pracoholicy 2 (7-10)</p> <p>3.35 Pracoholicy 3 (1)</p> <p>4.00 Śmiešniej nie będzie 6 (1-5) – rozr.</p>	<p>20.00 Polityka – Polska FILM 2019, 170 min</p> <p>Sceny z życia rządzących. Prezes przechodzi operację nogi. Znajomość z reabilitantem Bartkiem, który ma odmienne poglądy, okazuje się niezwykłą ceną.</p> <p>22.50 Zakonnica 2 – horror, USA/Wielka Brytania 2023, 135 min</p> <p>1.05 Nocny pościg – dram. sensacyjny, USA 2015, 125 min</p> <p>3.10 Zawieruchy przepis na kino (19) – pr. rozr.</p> <p>3.30 Ukryta prawda (1359, 1360) – paradok.</p>	<p>20.05 Niepokojące zaginięcia: Pod presją 4 – Francja 2022, 115 min</p> <p>Zaginęła dyrektorka firmy. Léonore wraz z komisarzem Amarem próbują wyjaśnić okoliczności jej zniknięcia.</p> <p>22.00 Morderstwo między wierszami: Słowa mogą zabić – film kryminalny, USA 2019, 110 min</p> <p>23.50 Worricker – Ostateczna rozgrywka – dram. krym., Wlk. Bryt. 2014, 120 min</p>	<p>20.00 Niepokonani – USA/FILM Pol./ZEA 2010, 170 min</p> <p>Rok 1940, Syberia. Janusz trafia do sowieckiego łagru. Wraz ze współwziętami ucieka poza bramy obozu. Grupa decyduje się na ryzykowną przeprawę do Indii.</p> <p>22.50 Rozmowy nocą – komedia romantyczna, 2008, 120 min</p> <p>0.50 Ostatnia misja – film sens., 1999, 135 min</p> <p>3.05 Dom zły – dram. krym., 2009, 155 min</p> <p>5.40 Diabeł – film krótkometraż., 2022</p>	<p>20.00 Nietykalni – USA FILM 1987, 155 min</p> <p>Chicago, rok 1930. Elliot Ness, nieprzekupny agent federalny, wypowiada wojnę gangowi słynnego Ala Capone. Śledczemu pomagają m.in. policjant i księgowy.</p> <p>22.35 48 godzin – komedia sensacyjna, USA 1982, 120 min</p> <p>0.35 Przepraszam, czy tu biją? – film sens., Polska 1976, 115 min</p> <p>2.30 Klub włóczyków – film familijny, Polska 2015, 130 min</p> <p>4.40 Kabaretowe hity (3)</p>
<p>16.40 Dzień Świątaka – komedia, USA 1993, reż. Harold Ramis, 100 min</p> <p>18.20 Aniołki Charliego – sens., USA/Niemcy 2000, 100 min</p> <p>20.00 Barry Seal: Król przemytu – biograf., USA/Japonia/Kan. 2017, 115 min</p> <p>21.55 Władcy umysłów – thriller, USA 2011, reż. George Nolfi, 105 min</p> <p>23.40 Monster's Ball: Czekać na wyrok – dram. obycz., USA/Kanada 2001, 115 min</p> <p>1.35 Westhampton – film obyczajowy, 2025, 95 min</p> <p>3.10 Kłątwa Holendra – film krótkometr., Bułgaria</p>	<p>8.30 Świat według Kiepskich (12-15, 1, 2) – serial kom.</p> <p>11.30 Bob kocha Abisholę (15-20) – serial komediowy</p> <p>14.30 Święty (21-25) – kom., Pol.</p> <p>17.00 Piękni i bezrobotni (10) – serial komediowy, Polska</p> <p>17.30 Świat według Kiepskich (12-15, 1-3) – serial kom.</p> <p>21.00 Co ludzie powiedzą? 4 (6, 7) – kom., Wlk. Bryt. 1993</p> <p>22.25 Co ludzie powiedzą? 5 (1) – serial kom., Wlk. Bryt.</p> <p>23.05 Jedną nogą w grobie 2 (2, 3) – kom., Wlk. Bryt. 1990</p> <p>0.30 Czarna Żmija 3 (2-4)</p> <p>2.25 Grono nie-pedagogiczne (1-5) – serial komediowy</p>	<p>6.00 Kroniki Shannary (1-4)</p> <p>9.40 Grimm 6 (7-11) – fantasy</p> <p>14.35 Bibliotekarze: Nowy rozdział (5) – s.f., USA 2025</p> <p>15.35 Ameryka tonie – film s.f., USA 2023, 100 min</p> <p>17.15 183 metry strachu – thriller, USA 2016, reż. Jaime Collet-Serra, 110 min</p> <p>19.05 Ciche miejsca – horror, USA 2018, reż. John Krasinski, 115 min</p> <p>21.00 Transformers – film s.f., USA 2007, reż. Michael Bay, wyk. Shia LaBeouf, 180 min</p> <p>0.00 Adam – thriller, USA/FILM Kanada 2004, 125 min</p> <p>2.05 SurrealEstate (1-4)</p>	<p>9.35 FBI 4 (2, 3) – serial krym.</p> <p>11.25 CSI: Kryminalne zagadki Miami (25, 1) – serial krym.</p> <p>13.15 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (11, 12)</p> <p>15.05 Z archiwum X 2 (15-17)</p> <p>18.00 Faceli w czerni 2 – kom. s.f., USA 2002, 105 min</p> <p>19.45 Faceli w czerni 3 – kom. s.f., USA 2012, 135 min</p> <p>22.00 Anakondy: Polowanie na krwawą orchidę – film sens., 2004, 125 min</p> <p>0.05 Pociąg za forsą – film sensacyjny, 1995, 130 min</p> <p>2.15 Paradise (8) – serial krym.</p> <p>3.05 Tropiciel (20) – serial krym.</p> <p>3.50 Zabójcze umysły 14 (6)</p>	<p>8.15 Stawka większa niż życie (7, 8) – wojenny, Pol. FILM</p> <p>10.50 Merlin i wojna smoków – film fantasy, USA 2008, reż. Mark Atkins, 115 min</p> <p>12.45 Mit – film przyg., Chiny/Hongkong 2005, 140 min</p> <p>15.05 Dobry rok – komediodramat, USA/Wlk. Bryt. 2006, 155 min</p> <p>17.40 Książę i ja – kom. romant., USA/Czechy 2004, 140 min</p> <p>20.00 American Pie – komedia, USA 1999, 115 min</p> <p>21.55 Patriotą – film sensacyjny, USA 1998, 115 min</p> <p>23.50 Strażnik czasu – thriller s.f., USA/Jap. 1994, 130 min</p>	<p>14.20 Statek marzeń – Makau – film obyczajowy, Niemcy 2015, 115 min</p> <p>16.15 Świeża krew w starym kraju: Beke rozrabia – dram. obyczajowy, Niemcy 2024, 110 min</p> <p>18.05 Świeża krew w starym kraju: Na mieliznie – dram. obyczajowy, Niemcy 2024, 115 min</p> <p>20.00 Zabójcze tropiki (1, 2) – serial kryminalny, Fr. 2019</p> <p>22.55 Nord Nord Nord – film krym., 2017, 115 min</p> <p>0.00 Jeśli to miłość – melodram., 2016, 115 min</p>
<p>14.35 Uderzyć w świat – film obyczajowy, Niemcy 2025, 110 min</p> <p>16.25 Cena zwycięstwa – film obyczajowy, Grecja 2025, 115 min</p> <p>18.20 Śniadanie na Plutonie – komediodramat, Irlandia/Wielka Brytania 2005, reż. Neil Jordan, 130 min</p> <p>20.30 Dźwięki miłości – dram. obyczajowy, Hiszpania 2025, 100 min</p> <p>22.10 Road House – film sensacyjny, 2024, 120 min</p> <p>0.10 Gdyby ulica Beale umiała mówić – dram. obyczajowy, 2018, 120 min</p>	<p>6.00 Lekarze na start (19-23) – serial obycz., Polska 2017</p> <p>9.35 Poirot 3 (5-9) – serial kryminalny, Wielka Brytania</p> <p>15.00 Zatraceni w miłości (21-25) – telen., Turcja 2023</p> <p>20.05 Detektyw Murdoch 3 (3) – krym., Kan./Wlk. Bryt.</p> <p>21.00 Dalglish 3 (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania</p> <p>23.00 Królowa wezy (8) – serial kostiumowy, USA 2022</p> <p>0.05 Zatraceni w miłości (21-25) – telen., Turcja 2023</p> <p>4.25 Poirot 3 (9) – serial kryminalny, Wielka Brytania</p> <p>5.15 Detektywy Murdoch 19 (3) – krym., Kan./Wlk. Bryt.</p>	<p>5.00 Cud miłości (24-28) – telenowela, Turcja 2023, wyk. Birkan Sokullu</p> <p>10.00 Róże i grzechy (8-12) – telenowela, Turcja 2025</p> <p>15.00 Historia Juany (36-40) – telenowela, Meksyk 2024, wyk. Camila Valero</p> <p>20.00 Rubi (102, 103) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori</p> <p>22.00 Otchłania niemności (109-113) – telenowela, Meksyk 2012, wyk. David Zepeda, Angélique Boyer</p> <p>3.00 Rubi (102, 103) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori</p>	<p>10.55 Diabli nadal 8 (6-9)</p> <p>12.55 Sposób użycia 5 (15-19)</p> <p>15.25 Wszyscy Kochają Raymondą 4 (21-24)</p> <p>17.25 Wszyscy Kochają Raymondą 5 (1, 2) – kom.</p> <p>18.25 Wybucha para – kom. s.f., USA 2010, 125 min</p> <p>20.30 Czarnowica – komedia romant., USA 2005, 125 min</p> <p>22.35 Johnny English – kom. s.f., 2003, 95 min</p> <p>0.10 Wszyscy Kochają Raymondą 5 (9-12) – kom.</p> <p>2.10 Family Guy: Głowa rodziny 23 (18)</p> <p>2.40 Family Guy: Głowa rodziny 18 (1-4)</p>	<p>11.30 Camino – dram. obycz., Hiszpania 2008, 160 min</p> <p>14.10 Powrót. Historia Howarda Winstone'a – dram. biograf., Wielka Brytania 2010, 130 min</p> <p>16.20 Belcanto – melodramat, USA 2018, 115 min</p> <p>18.15 Zaginiona – thriller, USA 2012, 105 min</p> <p>20.00 The Occupant – thriller s.f., Holandia 2025, reż. Hugo Keizer, wyk. Rob Delaney, 120 min</p> <p>22.00 Jazda bez zasad – thriller, USA 2018, 90 min</p> <p>23.30 Olimp w ogniu – thriller, USA 2013, 130 min</p>	<p>13.05 Lego przygoda – film animowany, 2014, 140 min</p> <p>15.25 Dzień zagłady – film katastroficzy, USA 1998, reż. Mimi Leder, 150 min</p> <p>17.55 Sonic. Szybki jak błyskawica – film familijny, USA/Japonia/Kanada 2020, reż. Jeff Fowler, 125 min</p> <p>20.00 Mission: Impossible – film sensacyjny, USA 1996, 150 min</p> <p>22.30 Pszczelarz – thriller, USA/Wielka Brytania 2024, reż. David Ayer, 120 min</p> <p>0.30 Ojciec chrzestny – dram. sens., USA 1972, 205 min</p>

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
10.15 Kolarstwo górskie: Mistrzostwa świata – Val di Fassa – podsumowanie
10.45 Kolarstwo: Tour de France – podsumowanie
11.45 Kolarstwo górskie: Zawody PS w La Thuille – short track kobiet i short track mężczyzn
12.45 Kolarstwo górskie: Zawody PS w La Thuille – zjazd kobiet i zjazd mężczyzn
16.15 Kolarstwo: Tour de France – 21. etap
16.45 Kolarstwo: Tour de France – 1. etap
19.45 Kolarstwo górskie: Zawody PS w La Thuille – zjazd kobiet

POLSAT SPORT 1 HD
6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski
10.00 Magazyn Polskiego Sportu – magazyn sportowy
11.00 Halo, tu Wimbledon – magazyn tenisowy
12.00 Kronika Wimbledonu – magazyn tenisowy
13.00 Tenis: Turniej Wimbledon – studio
14.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
16.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej

CANAL+ SPORT HD
6.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Radomiak Radom – Lech Poznań
9.00 O krok od tytułu – Mistrzostwa świata 1974 – film dokum., Polska 2024
10.30 Turbokozak – magazyn piłkarski
11.45 Turbokozak – magazyn piłkarski
13.00 Zużel: PGE Ekstraliga – mecz: KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa – Stelmet Falubaz Zielona Góra
16.00 Zużel: PGE Ekstraliga – mecz: FOGO Unia Leszno – Betard Sparta Wrocław

TVP SPORT HD
2.45 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału
6.40 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału
9.00 Mundialowy poranek (23) – mag.
10.15 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału
12.35 Piłka nożna: MŚ 2026 – 1/16 finału
15.00 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – podsumowanie 1/16 finału
16.30 Dzień na mundialu (23) – mag. piłkarski

ELEVEN SPORTS 1 HD
9.30 Formuła 3: GP Wielkiej Brytanii
10.30 Formuła 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii – sprint
11.45 F2: Chasing the Dream – mag.
12.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii – sprint
14.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii – sprint
15.15 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii – studio
15.55 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii – sesja kwalifikacyjna
18.00 Formuła 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii – sprint

DISCOVERY CHANNEL HD
6.00 Budowa na końcu świata – serial dok.
7.00 Klan z Alaski – dok.
8.00 Bimbrownicy 14
9.00 Goraćca złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 – serial dok.
10.00 Łowcy opali 8 – dok.
11.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (7) – dok.
12.00 Celnicy na straży Niemiec (1) – dok.
13.00 Złomowisko PL 3 (1, 2) – serial dokum.
15.00 Nic do ukrycia (9)
16.00 Przygodny truckerki (5) – serial dokum., Pol.
17.00 Ciężarówką przez Afrykę (3) – dok., Pol.
18.00 Nagi instynkt przetrwania 12 – serial dokumentalny



EUROSPORT 2 HD
20.15 Global Champions Tour w Monako – poprzednie zmagania w księstwie wygrał Simon Delestre. W tym roku Francuz spróbuje powtórzyć ten wynik.
22.30 Kolarstwo: Tour de France – 1. etap
0.00 Snooker: World Open – finał: R. O'Sullivan – T. Un-Nooh
1.30 Kolarstwo: Tour de France – 1. etap
3.30 Kolarstwo górskie: Zawody PS w La Thuille – zjazd mężczyzn
4.00 Snooker: Northern Ireland Open

POLSAT SPORT 2 HD
18.30 Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej
Jeden z najbardziej utytułowanych tenisistów w historii prestiżowego Wimbledonu, Novak Djoković, spróbuje powalczyć o kolejny triumf na słynnych trawiastych kortach w Londynie.
22.00 Lekkoatletyka: Diamentowa Liga w Eugene
0.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej
2.00 Boks

CANAL+ SPORT 2 HD
19.00 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA – podsumowanie najważniejszych wydarzeń minionego sezonu w Champions League, wygranego przez Paris Saint-Germain.
20.00 Liderzy W centrum gry (2) – dok., Pol.
21.00 Premier League Review – mag.
22.00 Boks: BKFC Liberty Brawl: Philadelphia
0.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Radomiak – Lech Poznań
2.45 Ligomistrzowie historie (2) – mag.

EXTREME CHANNEL HD
18.00 Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału
Rozpoczyna się druga runda fazy pucharowej. Powinniśmy w niej zobaczyć reprezentację Holandii.
22.00 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio
22.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału
2.00 Boks: Gala w Las Vegas – podsumowanie
4.00 Boks: Gala w Bournemouth – podsumowanie

ELEVEN SPORTS 2 HD
19.00 Grand Prix Wielkiej Brytanii
Alisha Palmowski (Campos Racing) rozpocznie zmagania na torze Silverstone w roli liderki klasyfikacji generalnej.
20.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
21.30 Formuła 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii – sprint
22.50 F1 Academy: Grand Prix Wielkiej Brytanii
0.00 Bundesliga Original Series (1-3) – magazyn piłkarski
2.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Napoli

DISCOVERY LIFE HD
20.00 W oku cyklonu: Łowcy burz (2) – USA
Seria burz w Północnej Dakocie przeraża się w tornado, które osiąga najwyższą kategorię EF5 – pierwszą tak silną od ponad 12 lat. Łowcy chcą się do niego zbliżyć.
21.00 Bimbrownicy 14
22.00 Łowcy opali 8 – dok.
23.00 Akta ekspedycji 2 Tajemnice Alaski
1.00 Co kryje Strefa 51? – film dok., USA 2019
2.00 Łowcy starości 12
3.35 Goraćca złota: Australia 5 (3) – dok.
4.25 Fani czterech kólek

POLSAT SPORT FIGHT HD
14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
14.55 Futbol amerykański: American Football League Europe – mecz: Wrocław Panthers – Paris Lights
18.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
20.00 Sporty walki: Babilon MMA 48 w Sosnowcu: A. Bleszyński – S. Vogt
20.40 Boks: Babilon Boxing Show w Rasznynie: Jan Łodzik – Jamshid Rikhsiev
23.35 Sporty walki: FEN 59 w Lublinie – walka: Damian Rzepecki – Patryk Duński
1.50 Strzelnica Navala (8)

POLSAT SPORT 3 HD
8.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
10.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
12.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
18.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
1.00 Sporty walki: FEN Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
6.30 Zużel: PGE Ekstraliga: KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa – Stelmet Falubaz Zielona Góra
9.15 Zużel: PGE Ekstraliga: FOGO Unia Leszno – Sparta Wrocław
12.00 Snooker: Championship League – 1. runda
16.45 Premier League Stories
17.30 Prawo derbów (1) – dok.
18.30 Zużel: Indywidualne MP – 2. runda w Bydgoszczy
22.00 Snooker: Championship League – 1. runda
2.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Radomiak – Lech
5.00 Przerwa techniczna

ELEVEN SPORTS 4 HD
12.00 Ligue 1 Show (35, 33)
13.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2) – mag.
14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Köln – Mainz
16.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Lyon – Brestois
18.00 Bundesliga Special (21)
19.00 Serie A – mag. piłkarski
20.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: FC Arouca – Sporting CP
22.00 Piłka nożna: Liga włoska: SSC Napoli – Hellas Werona
0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – St. Pauli

ELEVEN SPORTS 3 HD
12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Lecce
14.00 Piłka nożna: Liga francuska: Lille – Strasbourg
16.00 Made in Italy (8-11)
17.00 Serie A – mag. piłkarski
18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Cremonese
20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – 1. FC Heidenheim
22.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Lyon – Brestois
0.00 Bundesliga Special (20)
0.30 Magazyn piłkarski
1.00 Najlepsze pomocnicy Bundesligi lat 90. – mag.

DISCOVERY LIFE HD
6.30 Szpital (377-380)
10.30 Kosmetyczne rewolucje
11.15 Megaskery 2 (5, 6) – dok.
12.45 Klinika bez tajemnic
15.45 Szpital (320, 322, 323, 325)
19.45 W czym do ślubu? (5, 6)
20.45 Wielkie wesela amerykańskich Romów
21.45 Nalógowe panny młode
22.45 Śmierć Diany: dwa śledztwa (3) – serial dok.
23.45 Sekrety chirurgii (1)
0.45 Sekrety lekarzy (5, 6)
2.35 Eks-tra zmiana (2) – rozr.
3.20 Idealna niania 4 (1)
3.55 19+ (35-37) – paradok., Pol.
5.10 Niezwykłe przypadki medyczne (8, 1)

POLSAT SPORT 1 HD
14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
14.55 Futbol amerykański: American Football League Europe – mecz: Wrocław Panthers – Paris Lights
18.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
20.00 Sporty walki: Babilon MMA 48 w Sosnowcu: A. Bleszyński – S. Vogt
20.40 Boks: Babilon Boxing Show w Rasznynie: Jan Łodzik – Jamshid Rikhsiev
23.35 Sporty walki: FEN 59 w Lublinie – walka: Damian Rzepecki – Patryk Duński
1.50 Strzelnica Navala (8)

POLSAT SPORT 3 HD
8.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
10.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
12.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
18.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
1.00 Sporty walki: Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
6.30 Zużel: PGE Ekstraliga: KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa – Stelmet Falubaz Zielona Góra
9.15 Zużel: PGE Ekstraliga: FOGO Unia Leszno – Sparta Wrocław
12.00 Snooker: Championship League – 1. runda
16.45 Premier League Stories
17.30 Prawo derbów (1) – dok.
18.30 Zużel: Indywidualne MP – 2. runda w Bydgoszczy
22.00 Snooker: Championship League – 1. runda
2.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Radomiak – Lech
5.00 Przerwa techniczna

ELEVEN SPORTS 4 HD
12.00 Ligue 1 Show (35, 33)
13.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2) – mag.
14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Köln – Mainz
16.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Lyon – Brestois
18.00 Bundesliga Special (21)
19.00 Serie A – mag. piłkarski
20.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: FC Arouca – Sporting CP
22.00 Piłka nożna: Liga włoska: SSC Napoli – Hellas Werona
0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – St. Pauli

ELEVEN SPORTS 3 HD
12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Lecce
14.00 Piłka nożna: Liga francuska: Lille – Strasbourg
16.00 Made in Italy (8-11)
17.00 Serie A – mag. piłkarski
18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Cremonese
20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – 1. FC Heidenheim
22.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Lyon – Brestois
0.00 Bundesliga Special (20)
0.30 Magazyn piłkarski
1.00 Najlepsze pomocnicy Bundesligi lat 90. – mag.

CANAL+ DOKUMENT HD
11.45 Dzikie oblicze Japonii
13.45 Wschodnia Kanada – mroźna kraina – dok.
14.35 Noc Kryształowa. Preludium zaślady (1, 2)
16.45 Każda mała rzecz – dok.
18.25 Pan Olbrzychski – dok.
20.05 Kod Leonarda da Vinci. Prawda czy fałsz – dok.
21.05 Oscar Schindler: trudne dziedzictwo – film dok.
22.05 Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego – film dok.
23.40 Piękni, silni i zdrowi
0.40 Fenomen Taylor Swift – więcej niż gwiazda
1.45 O co biega? (19) – mag.

STACJE POPULARNONAUKOWE

SD	DISCOVERY SCIENCE HD	ID	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV	DVB T2	HISTORIA	TVP HISTORIA	DVB T2	HISTORIA HD	
6.00	NASA – archiwum tajemnic – serial dok.	6.00	Wyrok do podważenia – serial dokumentalny	6.00	Najniebezpieczniejsze drogi Europy (3, 4) – serial dok., Wielka Brytania	6.00	Wehikuł czasu (704) 48h. Zaginieni (36) – serial krym., Polska	9.55	Korona Gór Polski	11.10	Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2 (15) – dok.
8.00	Poszukiwacze dinozaurów – serial dokumentalny, USA	8.00	Krótkie życie, niewyjaśniona śmierć – serial dokumentalny, 2020	8.00	Inżynierne tragedie (1, 2) – serial dokum., Czechy 2025	6.05	7.00 Rolnicy. Podlasie (39, 40) – serial dok.	10.40	Podziemne Włochy (5): Turyn – dok., Wł.	12.05	Starożytni kosmici 14 (15) – dok.
10.00	Jak to jest zrobione? – serial dok., Wielka Brytania	10.00	Morderstwo na prowincji 6 – serial dokumentalny	10.00	Katastrofa w przestworzach (6-10) – serial dokum.	7.00	9.00 Rolnicy. Podlasie (3, 4) – serial dokum.	11.50	Wszystkie kolory świata – dok., Francja	13.05	Tajemnice skryte w mroku (6) – dok.
12.00	Jak to jest zrobione – samochody marzeń – serial dok.	12.00	Mroczne piętno 3 – serial dokumentalny	12.00	Car SOS (9): Rover P4 – serial dok., Wlk. Bryt.	11.00	13.00 Rolnicy. Podlasie (4-6) – serial dokum.	12.55	Krainy cudów natury (3) – cykl dok.	14.00	Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (3) – serial dok., USA
14.00	Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny	14.00	Dusiciel z Charlotte (1, 2) – serial kryminalny, USA 2018, wyk. Gary McFadden	14.00	16.00 Tajemnice radzieckiej gospodarki (1, 2) – film dokumentalny, Francja 2024	16.00	16.00 Podglądacze przyrody (6, 7) – dok.	14.30	Ex Libris – magazyn	14.55	Gwiaźdzy lombardu 25 (14)
16.00	NASA – archiwum tajemnic – serial dok., Wielka Brytania	16.00	Mroczne sekrety Playboya 2 – serial dokumentalny, USA	16.00	17.00 Tajemnice UFO: Przelomowe śledztwa (1): Signalista UFO – serial dokumentalny, USA	17.00	17.00 Największe statki świata (1) – dok.	16.05	Flesz historii (768)	15.50	Gwiaźdzy lombardu 13 (2)
18.00	Jak to jest zrobione? – serial dok., Wielka Brytania	17.00	Mroczne sekrety Playboya 3 – serial dokumentalny, USA	19.00	23.00 Ciemna strona świata (8, 9) – dok.	18.00	18.00 Najbardziej niebezpieczne drogi do szkoły (10) (20, 21) – serial dok.	16.35	Tajemnice kultowych seriali (3) – serial dok., Pol. 2025	16.15	Tajemnice Dolnego Śląska (4, 5) – dok.
20.00	Autostrada spotkań z UFO – serial dok.	17.00	1.00 Krag egzorcystów	1.00	23.00 Ciemna strona świata (8, 9) – dok.	19.00	20.00 Tajemnice zamków (1) – serial dok., Kan.	17.25	17.25 Blisko, coraz bliżej (10) – obycz., Pol. 1982	17.10	Hitler i narkotyki – film dok., USA 2019
	DOKUMENTALNY		DOKUMENTALNY		DOKUMENTALNY		DOKUMENTALNY		DRAMAT BIOGRAFICZNY		DOKUMENTALNY
											
22.00	Tajemnice Alaski: Zaginiony samolot; Potwór z Port Chatham – USA 2020	18.00	Morderstwo Gabby Petito: sztuka kłamstwa	20.00	Miasta w liczbach (1)	21.00	Niezwyciężone konstrukcje 2 (1)	20.55	Ferrari – USA/Wielka Brytania/Włochy 2023, reż. Michael Mann, 140 min	21.00	Starożytni kosmici: geneza (4) – 2024
W 1950 r. zniknął samolot z 44 pasażerami na pokładzie. Eksperti badają, czy mogli się to stać w „alaskanskim Trójkącie Bermudzkim”.	Dwudziestodwuletnią amerykańską blogerkę Gabby Petito zamordowano w 2021 roku. Jak wykazało śledztwo, młoda kobieta została uduszona przez narzeczonego.	Powstanie kanału łączącego Atlantyk z Pacyfikiem uczyniło go niezwykle ważnym dla globalnej gospodarki. Pana-ma mierzy się z konsekwencjami zmian klimatycznych.	Twórcy dają wgląd w osiągnięcia w dziedzinie technologii i inżynierii. Odwiedzają różne zakątki świata, by pokazać nowoczesne konstrukcje, takie jak autostrady.	Lato 1957 roku. Enzo Ferrari zmagając się z kryzysem w życiu osobistym oraz zawodowym. Chce, aby jego kierowca wygrał słynny rajd, co pozwoli mu ocalić bankrutującą firmę.	Teoria ewolucji Darwina głosi, że szybki rozwój ludzkości wydaje się niemożliwy bez brakującego ognia. Badacze zastanawiają się, czy może ono być pozamięską interwencją.						
0.00	Śladami Wielkiej Stopy – serial dokumentalny, USA	19.00	Morderstwo Grace Millane: Sztuka kłamstwa	21.00	Tajemniczy świat Majów (4, 2) – dok.	22.00	Niewyjaśnione zagadki (5) – dok.	23.15	Mechanik: Czas zemsty – dramat sensacyjny, USA/Niemcy 2005, 105 min	23.00	Niewyjaśnione tajemnice świata 3 (39, 40) – serial dok.
2.00	Zaginione miejsca (2) – serial dokum., USA 2019	20.00	Sprawa dla medium i detektywa 9	23.00	Ciemna strona świata (8, 9) – dok.	23.00	Poza kontrolą: Najtragiczniejszy wypadek drogowy we Francji – film dokum., Francja 2021	23.15	Mechanik: Czas zemsty – dramat sensacyjny, USA/Niemcy 2005, 105 min	0.50	Starożytni kosmici 14 (14) – dok.
4.00	Jak to jest zrobione – samochody marzeń – serial dok.	21.00	Krag egzorcystów	1.00	Złapać przemytnika (2) – serial dok., USA	0.00	Kataklizmy, które wstrząsnęły światem (5) – dok.	1.00	Historia w postaciach zapisana – cykl dokumentalny, Francja	1.50	Hitler i narkotyki – film dok., USA 2019
	DISCOVERY HISTORIA HD		PLANETE+ HD		NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD		POLSAT VIASAT NATURE HD		BBC EARTH HD		ANIMAL PLANET HD
8.00	Na tropach tajemnic (7)	13.35	Cały rok z pandą (1)	10.00	Ołśniewająca Ameryka	6.00	Robale ekstremalne	11.05	Indie z Alexandrem Armstrongiem (1) – dok.	9.00	Irwinowie – następane pokolenie – serial dok.
9.00	Bitwy żołnierza polskiego (2) – cykl dok.	14.40	Świątelniki. Boskie światło natury – film dok.	11.00	Wędrowni zwierząt	7.55	Zabójcza pogoda 2	12.10	W okowach mrozu 2 (6-10) – serial dokum., USA	10.00	Na tropie wymarłych gatunków – serial przyrod.
10.00	Skarby z szopy – klasyki	15.50	Concorde. Wyprzedzić własny los – film dok., Fr.	12.00	Criter Fixers	11.05	11.05 Życie ekstremalne (1-3)	17.15	David Attenborough i cuda natury 2 (7) – dok.	11.00	Weterynarz z Gór Skalistych (9) – serial dok.
12.00	Łowcy staroci – dok.	17.00	Ginące rzemiosła Korei	13.00	Zwierzęcy cudotwórcy: Psy (1)	14.25	14.25 Robale ekstremalne	17.50	Lucy Worsley i zagadki historii: rewolucja amerykańska (1) – dok.	13.00	Klan z Alaski – serial dok.
13.00	Tajemnice ziemi – Hiszpania (5) – dok.	18.00	Dokąd zmieszka 4 (6, 6), 18.40	14.00	Amykańska Amazonia	16.45	16.45 Weterynarz ze szkockich wyżyn (1, 2)	17.50	Lucy Worsley i zagadki historii: rewolucja amerykańska (1) – dok.	15.00	Człowiek rekin – dok.
14.00	Wysługi po antyki – dok.	18.40	Mam zamek 2 (2, 3) – dok.	15.00	Sekretne życie pszczoł	18.40	18.40 David Attenborough i smok morski – film dok.	18.55	Najpiękniejsze trasy spacerowe (3) – dok.	17.00	Mieszkanie na pnii 5 – serial dokumentalny, USA
15.00	Mistrzowie oręża – dok.	19.45	Louis de Funes – król francuskiej komedii	17.00	Masai Mara: sekrety natury (1) – serial dokum.	19.50	19.50 David Attenborough: Te wspaniałe jajka – dok.	19.55	Najpiękniejsza droga Wielkiej Brytanii (3, 4)	18.00	Nietypowy pupile (3)
17.00	Muzealne tajemnice – serial dokumentalny, USA	20.50	Catherine Deneuve. W centrum kadru – dok.	18.00	Silni wbrew naturze (4)	21.00	21.00 Potwory z głębin (1)	22.00	W okowach mrozu 3 (8)	19.00	Jak to robią zwierzęta?
19.00	Na ratunek starcom	22.00	Céline Dion. Tak rodzi się gwiazda – film dokum.	19.00	Jak przeżyć w Alasce (1)	23.00	23.00 Płetwale błękitne: powrót olbrzymów	23.00	Dzikie konie Gór Skalistych i ja – film dok.	20.00	Na tropie dzikich zwierząt 3 (1, 2) – dok.
20.00	Wielki szwindel – dok.	23.10	AC/DC – Forever Young	20.00	Europa z powietrza (4)	0.00	0.00 Zabójcza pogoda 2 (8-12)	0.05	Na krawędzi katastrofy (1) – serial dok., Wlk. Bryt.	21.00	Nowojorskie Zoo – Bronx – serial dok., USA
21.00	Nawiedzona Irlandia	0.15	Teodor Herzl – człowiek, który wymyślił Izrael – film dok., Wielka Brytania	21.00	Stworzone, by przetrwać (5, 6) – dok.	4.25	4.25 Weterynarz ze szkockich wyżyn (1)			22.00	Projekt akwarium (12)
23.00	Księżna Diana: Wypadek czy zamach? (1-3) – film dokumentalny			22.00	Zabójcze safari (1) – dok.	5.15	5.15 Likaony: stado vs. reszta świata 2 (1) – serial dok.			23.00	Wkręcenie w survival
2.00	Seryjni mordercy			23.00	Europa z powietrza (1)						
	DISCOVERY HISTORIA HD		PLANETE+ HD		NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD		POLSAT VIASAT NATURE HD		BBC EARTH HD		ANIMAL PLANET HD
12.30	Podróże Malej i Dużej 4	13.05	Top Guns – SuperBroń	6.00	Australijski łowcy bydła 2 (3) – dok., Australia	6.00	6.00 Hiroshima: za kulisami (1, 2) – serial dokumentalny	15.05	Absurdalne przestępstwa 3 (2, 4)	8.05	Dziwaczne potrawy: smakowite miasta (7-10)
13.00	Tacy byliśmy (3)	14.00	Fabryki wojny (5) – dok.	6.25	Nowicjusze za kółkiem	8.05	8.05 Naziści: korzenie zła (1-3) – serial dokumentalny	16.00	Daj znać, jak będziesz w domu 2 (13) – serial dok.	10.10	Niezwykłe Stany Prokopa (6-8, 1) – pr. rozr.
13.30	Fascynujące migracje (4)	15.00	Poszukiwacze historii	11.10	Australijski poszukiwacze złota 5	11.00	11.00 Punkty zwrotne II wojny światowej (1-6)	17.00	Pogrzebani za domem 6 (9) – serial dokumentalny	12.15	Baseny z rozmachem (1)
14.30	Las Kolorów – Góry Tenasserim – film dokum.	15.30	Tajemnice Bałtyku i Morza Północnego (1)	15.55	Złoto Jukonu 4 (11) – dok.	17.40	17.40 Hitler i jego władza (1-3)	18.00	Dowody zbrodni: Wielka Brytania (5) – serial dok.	14.20	Ciezarówka przez Stany
15.35	Eurostar: rewolucyjna kolej – film dokumentalny	16.35	David Attenborough i cuda natury (1, 2) – dok.	17.55	Złoto Jukonu 5 (2) – dok.	21.00	21.00 Hiroshima: za kulisami (1, 2) – serial dokumentalny	19.00	Tajemniczy sekt: poligamia (1) – serial dok.	15.55	Człowiek kontra jedzenie (18-20, 2) – mag.
16.35	Plaże Europy (5)	17.45	Laponia – opowieść o śpiących olbrzymach	20.55	Za kratami: najcięższe więzienia na świecie 3 (6) – serial dok., Kan. 2018	23.25	23.25 Projekt Manhattan: w kolorze – film dokum.	20.00	Powanie na pedofilia	18.00	Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta
17.40	Sanatorium miłości 4 (4)	18.50	Świat z góry. Parki narodowe (5) – serial dok.	22.00	Internetowy seksbiznes	0.30	0.30 II wojna światowa: cena imperium (12, 13) – dok.	21.00	Morderstwo w rodzinie 2 (10) – dok.	20.05	Nagi instynkt przetrwania (9) – dok.
18.30	Przy Planty 7/9 – film dok.	19.55	Polowanie na Hitlera (5)	23.00	Skąd się biorą seryjni mordercy 2 (9) – dok., USA	2.20	2.20 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze (1-3) – serial dok., Wlk. Bryt.	22.00	Protokół zbrodni (1)	22.45	Górskie potwory (1, 2)
20.10	Jak przeżyjemy naszą przyszłość – film dokum.	20.50	Militarny top 10 (5) – dok.	0.00	Bohatrowie z St. John's 3 (6-10) – dok., Kan.	5.00	5.00 Zakazana historia 7 (1)	23.00	Jak zostałem seryjnym mordercą (10) – serial dok.	1.50	Hotelowe rewolucje (11-13) – serial dokum., USA
21.40	Tajemnice kultowych seriali (1) – serial dokum.	23.10	Poza kontrolą: Pinatubo – erupcja stulecia – film dokumentalny, Fr.	0.25	Kroniki Hitlera (8) – dok.			23.55	Z cztery oczy z mordercą (8) – dok.	4.05	Tu jest pięknie (2) – rozr.
22.35	Żegnaj cię, mój świecie wesoly – dok.									4.30	Sukces nie zna granic (4)
23.40	Sanatorium miłości 4 (3)										
0.40	Podróże z historią (36)										

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

11.20 Wilczy apetyt – mag.
11.30 Podróże z historią (13) – serial dokum.
12.05 Gruby (7-ost.) – przyg.
12.40 Panna z mokrą głową (1)
13.15 UNESCO: Skarby Polski – serial dokum.
13.45 Echo serca (5)
14.35 Na sygnale (649, 650)
15.35 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin.
16.05 Życie lasu. Ptaki
16.50 Fajna Polska – mag.
17.05 Ja wam pokażę! (9)
17.55 Telexpress
18.20 Wojna domowa (9, 10) – serial obycz.
20.10 World News Flash
20.30 Pogoda
20.40 Zatoka szpiegów (8) – serial szpiegowski

TVP ROZRYWKA

11.50 To jest grane – wakacyjnie
12.20 Prywatne życie zwierząt 14 (7)
12.55 Daję słowo – Maciej Orłoś (5) – talk-show
13.50 Postaw na milion
15.45 Moje przeboje (10)
16.20 Omnibus – szybcy i mądrzy (1) – telet.
16.50 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (1)
17.10 Omnibus – szybcy i mądrzy (2) – telet.
17.40 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (2)
18.00 Koło fortuny (2045)
18.40 Moje przeboje (12)
19.15 Olga Lipińska zaprasza (9)

POLSAT CAFÉ

6.00 Komisarz Mama (17, 18) – serial krym.
8.00 Bogaty dom – biedny dom (137, 138, 159) – reality show
11.00 Polacy za granicą – miłość (5) – serial dok., Pol. 2025
12.00 Shopping Queens. Królowe Zakupów (47, 48) – pr. rozrywk.
14.00 Nasz nowy dom (316) – reality show
15.00 Walka o życie (2) – serial dok., Pol. 2025
16.00 Kolacja w ciemno (1, 2) – program rozrywkowy
18.00 Nasz nowy dom (317, 318) – reality show, Polska

TV 4

6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (191) – reality show
7.00 Galileo (1167, 1168) – popularnonaukowy
9.05 Jesteśmy dla dzieci – magazyn
9.30 Galileo (1169) – pr. popularnonaukowy
10.30 Mini Galileo (95, 28) – popularnonaukowy
11.05 Galileo (1176, 1177) – popularnonaukowy
13.05 Doktor Dolittle – komedia, USA 1998, reż. Betty Thomas, wyk. Eddie Murphy, Ossie Davis, 110 min
14.55 Policjantki i Policjanci (1381-1385) – serial obycz., Polska 2026

TTV HD

9.45 Express – pr. inform.
10.05 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (3)
11.05 Nic do zgłoszenia 6 (7) – serial dokum., Pol.
12.05 Zakup w ciemno extra (29)
12.35 Zakup w ciemno 7 (30-32) – reality show
15.45 Express – pr. inform.
16.05 Idź na całość 2 (12)
17.05 Usterka 14 (9)
17.45 Express – pr. inform.
18.00 Pogoda, sport
18.10 Zakup w ciemno 7 (29) – reality show
19.05 Zakup w ciemno extra (28)
19.45 Express – pr. inform.
20.00 Idź na całość 2 (9)
21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (9)

TWN STYLE HD

5.20 Damy i wieśniaczki. PL 8 (16) – fab.-dok.
6.15 Anatomia piękna 2 (1) – program rozrywk.
7.10 Co za tydzień – mag.
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.30 Jestem z Polski 14 (8, 15) – serial dokum.
13.35 Jestem z Polski (5)
14.35 Kobieta na krańcu świata (1) – dok., Pol.
15.35 Do zobaczenia (7)
16.05 Bitwa o gości (8) – reality show
17.05 Będzie pięknie (5) – program rozrywkowy
18.05 Ugotowani (8) – pr. kulin.-rozrywk.
19.05 Kuchenne rewolucje (5, 7) – program rozrywkowy



21.35 Figurant – Polska
FILM 2023, 115 min

Połowa XX wieku. Młody fotograf Broniek odczuwa głęboką niechęć do religii. Wstępuje do SB, by zaspokoić swoją ambicję. Ma zilustrować biskupa Wojtyłę.

23.30 Zawsze z Wami chciałbym być – 30 lat Ich Troje

23.45 Laskownik & Malicki – niedziela wieczór (20) – pr. rozrywk.

0.40 Ja wam pokażę! (9) – serial obycz., Polska

1.30 World News Flash
1.50 Pogoda



20.25 Kabaret Letnią Porą (9, 10)

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

22.25 Postaw na milion – teleturniej

0.20 Koło fortuny (2045)
1.05 Omnibus – szybcy i mądrzy (1) – telet.
1.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (1)

1.55 Omnibus – szybcy i mądrzy (2) – telet.



20.00 Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami (164)

Jubileuszowa edycja show jest pełna niespodzianek. W rywalizacji o Kryształową Kulę biorą udział m.in. Barbara Bursztynowicz, Ewa Minge i Tomasz Karolak.

23.00 Gry małżeńskie (146, 147) – reality show, Polska

1.00 Kolacja w ciemno (8, 9) – pr. rozrywk.
3.05 Wzięlenie kobiet (7, 8) – serial dokum.

4.00 Zdrady (147, 148) – serial paradokum.



20.00 Serafin i Osica

Serafin i Osica wyjaśniają sprawę zabójstwa Grzegorza Woltera, którego zwłoki znaleziono na plaży. Trop prowadzi śledczych do agresywnego recydysty.

23.55 Gwiazdy Kabaretu (180, 181) – pr. rozr.

1.55 STOP Drogowka – magazyn policyjny
2.55 Interwencja – mag.
3.25 Lubię disco! (274)
4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.

5.30 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.



22.00 Damy i wieśniaczki. PL 11 (6) – Polska 2026

Ewa zamierza posmakować zagranicznego świata. Dama Paulina ląduje na wsi, gdzie czeka ją nietypowe zadanie – musi spróbować złowić złotą rybkę pod lodem.

23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 21 (1, 2) – pr. rozrywk.

1.00 Diabłeni boskie 2 (7, 8) – reality show
1.55 Zapukaj do moich drzwi (126, 127) – telen., Turcja 2020

3.30 Detektywi (130)
4.15 Szpital (601)



21.05 Taylor Swift kontra Scooter Braun (2) – Wielka Brytania 2024

Oskarżana przez gwiazdę pop menedżer artystów otrzymuje listy z pogróżkami. Autorzy sprawdzają, czy faktycznie jest on zstępem, czy padł ofiarą nagonki.

22.15 Ślub od pierwszego wejrzenia 10 (11, 12) – reality show

0.25 Śluby marzeń (4) – program rozrywkowy
1.25 Seks – wypadki (1, 2) – serial fab.-dok., USA

3.25 Dieta czy cud? (7, 8) – mag. poradnikowy

TVP HD

8.55 Ojciec Mateusz 20 (256, 257) – krym., Pol. 2018
10.45 Czy wiesz, że? (284)
11.20 Na sygnale (644, 645)
12.25 Ojciec Mateusz 6 (73)
13.20 Komisarz Alex 3 (37)
14.15 Ranczo 6 (73, 74) – obycz.
16.10 Postaw na milion – telet.
17.10 Okrasa lamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 24 (316)
19.20 Ranczo 7 (79-81) – obycz.
22.20 Dracula – horror, USA
FILM 1992, 135 min
0.35 Profilerka (7-9) – krym.
3.30 Planeta singli – komedia
FILM romantyczna, Polska 2016, reż. Mitja Okorn, 140 min

TVP 3 HD

7.00 Pogoda
7.05 Klaczy i Lachy – pr. rozr.
7.40 Koncert zyczeń
9.25 Muzyczne dzień dobry
10.05 Przy muzyce po Śląsku
11.00 Klaczy i Lachy – pr. rozr.
11.20 Spotkanie z balladą
12.35 Przy muzyce po Śląsku
13.35 Klaczy i Lachy – pr. rozr.
14.00 Szlagierowa lista – muz.
16.00 Koncert zyczeń
17.45 Przy muzyce po Śląsku
18.25 Śląska kuruzela – muz.
19.55 Hansi Hinterseer zaprasza – pr. rozrywk.
22.00 Koncert w TVS – pr. muz.
23.45 Szlagierowa lista – muz.
1.40 Program muzyczny

ZOOM

8.35 Jakubiak rozgryza Polskę 2 (1, 2) – mag. kulin.
9.40 Wojciech Czerwinski – bosko przez świat
13.00 Sensacje XX wieku (5)
15.10 Stawka większa niż życie (11, 12) – wojenny
17.50 Gang Olseña Idzie na wojnę – komedia sens., Dania 1978, 130 min
20.00 Hity polskiego kabaretu 7 (6) – pr. rozr.
21.00 Psy – dramat sensacyjny, FILM Polska 1992, 135 min
23.15 Adam szuka Ewy. Niemcy (3) – pr. rozrywk.
0.10 Magia nagoci. Niemcy – reaktywacja (7) – rozr.

TLC HD

13.00 Rodzina 10+ 8 (10) – rozr.
14.00 Niezwykłe przypadki medyczne 2 (4-7) – dok.
16.00 Kiedy dzieci mają dziesięć (7) – serial dok.
17.00 Matka w ciąży, córka w ciąży – serial dok., USA
18.00 Wiza na miłość 12
20.00 Baylen – życie na głos 3 – serial dokumentalny, USA
21.00 Design w australijskim stylu – program rozrywk.
22.00 Gdy jeden mąż to za mało – reality show
23.00 Lekarze od twarzy – dok.
0.00 Dr Pryszczyla – kulisy
1.00 Baylen – życie na głos 3 – serial dokumentalny, USA

C+ KUCHNIA HD

16.55 Po prostu Jamie: szybko i łatwo (4) – magazyn kulin.
17.50 Ekoporady z Julią Oleś 2 (1) – magazyn kulinarny
17.55 Jakubiak rozgryza Polskę (3, 4) – mag. kulin.
18.50 Włoska kuchnia Gino: sekrety południa (5, 6)
19.45 Planeta słodyczy (6)
20.15 Jakubiak rozgryza Włochy (1) – mag. kulin.
20.45 Kulisy wielkiej kuchni
21.40 Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia (7) – program rozrywkowy
22.35 Kuchenny recycling
23.30 Wszystkie smaki fermentacji (3) – dok.

TWN TURBO HD

9.35 Ciężarówką przez Stany
12.30 Wojny samochodowe
15.30 Zawodowi handlarze
17.00 Mobilni mechanicy (2, 4)
18.30 Nauka jazdy (21, 22)
19.30 Prawko na świecie. Jazda bez zasad (2) – rozr.
20.15 Z drugiej ręki (10) – mag.
21.00 Naprawy nie do naprawy (3) – mag.
21.45 Moto kombat (6) – mag.
22.25 Zawodowi handlarze (11) – program rozrywkowy
23.10 Wojny samochodowe (6)
0.10 Duda kontra Szafrański (10) – program rozrywkowy
0.55 Niebezpieczne dzielnice (1) – serial dok., Polska 2024

NOVA TV

6.20 TV okazje (88, 89)
6.55 Wehikuł czasu (704, 705)
7.30 Interwencja – taka jest Polska (561) – mag.
8.20 Frieren. U kresu drogi
9.30 Dragon Ball Super (58-64)
13.00 One Punch Man (11, 12)
14.00 Co ludzie powiedzą? 2 (9-11) – serial komediowy
16.00 Miodowe lata (71-74)
19.45 Poirot (5, 6) – serial krym.
21.50 Poirot 3 (7, 8) – serial krym.
0.00 Ślad (74) – krym., Pol. 2019
1.00 łowca pedofiliów
3.00 TV okazje (89, 90)
3.50 Wehikuł czasu (704, 703)
4.00 Sala operacyjna (5, 7)
5.00 Pod lupą MIGACZ (9, 10)

METRO

8.00 Klan z Alaski – serial dok.
10.00 The Floor (7, 8) – telet.
11.15 Ziomowisko PL 6 (1, 2)
13.15 Gwiazdy lumpeksów (7)
14.15 Makłowicz w Polsce (5)
14.50 No to lecę! (3) – pr. rozr.
15.50 Niezwykłe Stany Prokopa 6 (8) – pr. rozr.
16.50 Jestem z Polski 2 (5)
17.50 Kryminalni 2 (6, 7) – krym.
20.00 Jak boss – komedia, USA
FILM 2020, 120 min
22.00 Na zabójczej ziemi – film sens., USA 1994, 125 min
0.05 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5 (3) – dok.
1.05 Szpital (773) – paradok.
2.05 Szkoła (526, 527)

ANTENA HD

9.00 Wojny kontenerowe
14.00 Australijscy poszukiwacze złota 2 (4)
15.00 Australijscy poszukiwacze złota 3
18.00 Polska. Największe tajemnice (2) – pr. rozr.
19.00 77 TV 5 (17) – pr. rozrywk.
20.00 Morderstwa we Francji – Plaża Omaha – film krym., Fr./Bel. 2018, 120 min
22.00 Zabójca z autostrady
FILM 1-5 – thriller, Kanada 2011, reż. Allan Kroeker, 115 min
23.55 Helen nie żyje
FILM – komediodramat, USA 2023, 105 min
1.40 Zagłada Ziemi – film dok.

WP

13.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (20) – dok.
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4 (6)
15.00 Policjanci z sąsiedztwa 4 (14, 15)
16.55 Pogoda
17.05 Policjanci z sąsiedztwa 4 (16) – dok.
18.00 Strażacy z sąsiedztwa 2 (1) – serial dok., Polska 2026
18.55 Policjanci w akcji (8)
20.00 Kabaretowa noc pod gwiazdami (1, 2) – pr. rozr.
21.55 Pogoda
22.05 Kabaretowa noc pod gwiazdami (3, 4) – pr. rozr.
0.05 Kabaret na żądanie (28)

C+ DOMO HD

14.10 Wielkie projekty: Australia 11 (1)
15.15 Wielkie projekty: Nowa Zelandia (5) – serial dok.
16.10 Przekopiemy Ci ogródek (1) – serial dok.
16.40 Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie 8 (8)
17.05 Mam zamek 3 (1) – dok.
17.35 Dom w miesiąc 2 (9)
18.00 Daleko od miasta 12
18.55 Podzielni M2 4 (1, 2)
20.00 Adres: rezydencje marzeń (5) – serial dok.
21.00 Wielkie projekty: Australia 12 (1) – dok.
22.00 Generalna odbudowa 2
22.55 Luksusowa ucieczka 6

HGTV HD

10.30 Uratuj swój ogród 8 (14)
11.30 Wymarzony dom za granicą (1, 2) – pr. rozrywk.
12.35 Będzie pięknie (8) – rozr.
13.35 Weekendowa metamorfoza 3 (1, 2)
15.30 Kamera, akcja, wypadki!
17.05 House Hunters – Poszukiwacze domów 4 (6-8) – pr. rozr.
18.45 Złoty remont 4 (4) – rozr.
19.45 Weekendowa metamorfoza 4 (8) – rozr.
20.40 Weekendowa metamorfoza 2 (7) – rozr.
21.40 Mieszkanie na miarę 2
22.35 Mieszkanie na miarę (1)
23.35 Usterka 11 (9, 3, 5, 7)

POLSAT 2 HD

- 5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (297) – reality show
7.30 Ewa gotuje (562, 563) – magazyn kulinarny
8.30 Z klimatem i z pasją (249) – program publicystyczny
9.00 Dlaczego ja? (1388-1392) – serial paradokumentalny, Polska 2024
14.00 Sekrety rodziny (152) – serial paradokument., Pol. 2020
15.05 Więzienie kobiet (114-116) – serial dokumentalny, Polska
16.30 Nasz nowy dom (364) – reality show
17.45 Polsat Hit Festiwal 2026 (1) – koncert

KOMEDIA MUZYCZNA



- 20.20 Pitch Perfect 3 (FILM) – USA/Chiny 2017, reż. Trish Sie, 100 min

Chłonkowie Belas kończą kolędę. Jednak Amy, Becca i inne artystki pragną ponownie razem zaśpiewać. Postanawiają udać się na tournée.

- 22.00 Wojna żeńsko-męska – komedia, Polska 2011, 135 min

- 0.15 Zyczenie śmierci (FILM) – film sensacyjny, USA 2018, 140 min

- 2.35 Interwencja – mag.
2.50 Wydarzenia
3.30 Ewa gotuje (546)
4.00 SuperLudzie (33, 34)

POLSAT PLAY HD

- 6.00 Dorwać tuńczyka (12-14)
8.55 Poszukiwacze historii
9.55 Łowcy nazistów (10-13)
14.15 Zakochana w Hitlerze
15.35 Tajna historia XX wieku
16.00 Pociągi (1, 2) – serial dok.
16.55 Polacy za granicą (153)
18.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (22-24, 223)
20.05 Wakacje z Bałtykiem (51-54) – serial dokum., Pol.
22.00 Polacy za granicą (155, 143) – serial dok., Pol.
0.00 Łowca pedofilów (159, 166) – serial dokum.
2.05 Jedziemy na ryby! (14, 15) – serial dokum., Pol.
4.05 Starożytni kosmici

Kobieta

- 13.00 Karolina Lanckorońska. Polka z wyboru – dok.
14.00 Rodzinka.pl (144, 145)
15.00 Tańcząca ze światem – Oman (4) – magazyn
15.40 Ojciec Mateusz 34 (45, 446) – krym., Pol. 2026
17.25 Karolina Lanckorońska. Polka z wyboru – dok.
18.30 Justyna Steczkowska na dobry wieczór
19.30 Miłość i nadzieja (294)
20.30 Wichrowe wzgórza (275) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 Cztery pory roku w Hawanie (5) – krym.
22.30 Milionerzy – czarna kom., Francja 2024, 115 min

SUPER POLSAT DVB T2

- 6.05 Wydarzenia
6.40 SuperLudzie (38) – serial dok., Pol. 2019
7.15 Była sobie Ziemia (23-26) – anim., Francja
9.30 Kupiliśmy zoo (FILM) – komediobudowa, USA 2011, reż. Cameron Crowe, wyk. Matt Damon, Scarlett Johansson, 145 min
11.55 Świat według Kiepskich (541-546) – serial kom., Pol. 2019
15.25 Złomiarze (20, 21) – serial dok., Pol. 2024
17.25 Świat według Kiepskich (547-549) – serial kom., Pol. 2019
18.55 Kolacja w ciemno (10, 11) – program rozrywkowy

KOMEDIA SENSACYJNA



- 21.00 Wydział zabójstw, Hollywood – USA 2003, 150 min

Joe i Calden prowadzą dochodzenie w sprawie morderstwa. Policjanci partnerzy nie są zbyt zainteresowani śledztwem, ponieważ pochłaniają ich prywatne sprawy.

- 23.30 Gran Turismo (FILM) – dramat przyg., USA/Japonia 2023, 155 min

- 2.05 Backdoor. Wyjście awaryjne (10) – kom.
2.35 Świat według Kiepskich (378, 379)
3.45 Nasz nowy dom (243, 244)

FOOD NETWORK HD

- 8.55 Dziwaczne potrawy (5)
9.50 MasterChef (9) – pr. rozr.
11.25 Wakacyjny turniej wypieków 2 (1)
12.25 Kuchnia jak u mamy
13.35 Tradycyjne smaki Palermo (2, 3) – mag. kulin.
14.40 Molly gotuje na farmie
15.45 Kobieta na Dzikim Zachodzie (9, 10) – mag.
16.50 Gotowanie z miłości
17.50 Elitarny turniej wypieków (2)
19.20 Dziwaczne potrawy (4)
19.25 Człowiek kontra jedzenie (11, 12) – mag.
21.15 Kuchenne rewolucje
23.25 Jedzenie w trasie (2, 3)

E! ENTERTAINMENT HD

- 8.50 Tyler Henry – medium z Hollywood – pr. rozrywk.
10.40 Plastikczna fuszarka
12.30 Z kamerą u Kardashianów (20)
14.20 Tyler Henry – medium z Hollywood (19) – pr. rozr.
16.10 Plastikczna fuszarka
18.00 Tylko dla celebrytów
18.30 Z kamerą u Kardashianów (4, 5)
20.30 Tyler Henry – medium z Hollywood (21) – pr. rozr.
22.30 Plastikczna fuszarka
0.30 Tylko dla celebrytów
1.00 Z kamerą u Kardashianów (20)
3.00 Plastikczna fuszarka

TV 6 DVB T

- 6.00 Jeźdźcy smoków – serial animowany
7.20 Przygodny Tintina (FILM) – film animowany, USA/Nowa Zelandia 2011, reż. Steven Spielberg, 135 min
9.35 Cobra Kai (23-25) – serial przygodowy, USA 2018
11.55 Strażnik Teksasu (7, 8) – serial sens., USA 1998-1999
13.45 Poirot (7, 8) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
15.55 Columbo (17, 18) – serial kryminalny, USA 1973
20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (43, 44) – serial krym., USA 2003-2004

KRYMINALNY



- 21.55 Kości (107, 108) – USA 2010

Zespół Jeffersonian Institute przestał istnieć, ale dr Camille postanawia go reaktywować. Bones, Booth i pozostali zajmują się sprawą zniknięcia dwuletniego Logana.

- 23.50 S.W.A.T.: Miasto w ogniu – film sensacyjny, USA 2011, reż. Benny Boom, wyk. Gabriel Macht, 110 min

- 1.40 Kochane pieniądze (79, 80, 1, 2) – serial paradokument., Polska
5.45 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.

POLSAT RODZINA HD

- 11.55 Rodzina zastępcza (148-151) – kom., Pol. 2003
14.10 Tajna historia Białego Domu – film dokum., USA
15.05 Tajna historia Air Force One – film dokumentalny
15.55 Świat z góry 4 (8-10)
17.45 Śledzi (10, 28) – anim.
18.05 Pingwiny z Madagaskaru (39)
18.35 Pingwiny z Madagaskaru 3 (1)
19.00 Co ludzie powiedzą? (33-35) – serial komediowy
21.00 Miodowe lata (54) – kom.
22.00 Gonitwa – dramat obycz., USA
22.00 Australia 2011, 130 min
0.10 Ostatni spisak Stalina

TV TRWAM DVB T

- 17.00 Wybierz więc życie
17.30 Przelamując bariery
17.55 Poczet wielkich Polaków – program hist.
18.00 Anioł Pański
18.15 W Naszej Rodzinie
19.30 Manna z Nieba
19.45 Modlitwa – religijny
20.00 Informacja dnia
20.20 Różaniec
20.50 Śladami historii (3) – dok.
21.50 Apel Jasnogórski
21.20 Informacja dnia
21.40 Polski punkt widzenia
22.00 Warto być ojcem – mag.
22.15 Głos serca (134)
23.00 Odpowiedzialni za Kościół – cykl reportaży

BBC FIRST HD

- 6.00 Z pamiętnika położnej 10 (6, 7) – serial obyczajowy, Wielka Brytania 2021
8.00 Co ludzie powiedzą? 2 (10) – serial kom., Wlk. Bryt.
8.40 McDonald i Dodds 2 (2) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2021
10.30 Morderstwa w Midsomer 24 (4) – krym., Wlk. Bryt. 2023
12.20 Ojciec Brown 6 (3-5) – krym., Wlk. Bryt. 2018
15.30 My Life is Murder 4 (7, 8) – serial kryminalny, Australia/Nowa Zelandia 2024
17.35 Ulica nadziei 5 (7) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2026

KRYMINALNY



- 18.35 Śmierć z dala od palm (2)

Humphrey z zespołem zajmują się sprawą tajemniczego zniknięcia całej rodziny. Martha szykuje się do otwarcia swojej kawiarni.

- 19.50 Śmierć pod palmami 15 (8)
21.00 Annika (2) – krym.
22.05 Miłczący świadek 22 (5, 6)

- 0.20 Śmierć z dala od palm (2) – serial krym.
1.25 Śmierć pod palmami 15 (8)
2.35 Z pamiętnika położnej 10 (7)

BBC LIFESTYLE HD

- 6.00 Jak mądrze schudnąć? 3 (5) – serial dok., Wlk. Bryt.
6.45 Niezwykłe hotele bez tajemnic 3 (1-6) – dok.
13.10 Niezwykłe hotele bez tajemnic 4 (1-6) – dok.
19.40 Wielkie australijskie wypieki 3 (7, 8) – pr. rozr.
22.00 Joanna Lumley: sekrety pięknych miast (3) – dok.
23.00 Niebezpieczny seks (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 2016
0.00 Wstydliwe choroby: Nastolatki 2 (1, 2) – dok.
1.50 Niezwykłe hotele bez tajemnic 3 (1-4) – dok.
5.35 Masterchef: nowe pokolenie (1) – mag. kulin.

BBC BRIT HD

- 9.05 Top Gear 6 (1) – mag.
10.05 Allo, allo! 5 (5-7) – kom.
11.50 Dym i stal (5, 6) – dok.
13.50 Ikony motoryzacji 2 (3, 4)
15.50 Cuda inżynierii kolejowej (2) – serial dok.
17.00 Top Gear 9 (3) – mag.
18.00 Ikony motoryzacji (3, 10)
20.00 Ikony motoryzacji 2 (3)
21.00 Cuda inżynierii kolejowej (2, 3) – dok.
23.00 Bolsonaro: chłopczy z Brazylji (3) – serial dok.
0.05 USA kontra Chiny: starcie supermocarstw
1.20 Cuda inżynierii kolejowej (2) – serial dok.
2.15 Top Gear 5 (7-9) – mag.

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

- 7.05 Agatka (2, 3) – anim.
7.30 Małe i duże przygody Miffy (8)
7.40 Prys i Bill (9) – anim.
7.50 Czarodziejskie miasteczko Pinokia
8.10 Piotruś Królik
8.35 Wegeazury 2 (8)
8.40 Świnka Peppa
9.00 Tygrysek Percy i jego opowieści
9.30 Studio Stodoła (3)
10.00 Kocie kalamburki (4, 5) – pr. dla dzieci
10.20 Bolek i Lolek na wakacjach (6, 7)
10.45 Rodzina Trefików 2 (15, 16) – serial anim.
11.10 Odo (22-24) – anim.
11.35 Stacykowo
11.55 Pszczołka Maja (8)
12.25 Domisie – dla dzieci

MAGAZYN KULINARNY



- 13.00 Go-tu-jemy (5)

Szefowa kuchni i jej mali pomocnicy przygotowują m.in. pyszne i uniwersalne naleśniki.

- 13.20 Tru i Tęczowe Królestwo (8) – anim.
13.45 Świnka Peppa 6
14.10 Pająk Lucas 2 (15, 16)
14.30 Oli i Luna (15, 16)
14.55 Oktonauci (15, 16)
15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (8) – mag.
15.40 Billy – chomik, który został kowbojem
16.05 Pat i Świat (22-24)
16.35 Rev i Roll
17.05 Pszczołka Maja
17.30 Petronix: Obrońcy...

NICK JR. HD

- 16.10 Świnka Peppa 3 (4)
16.15 Świnka Peppa (10-12)
16.40 Psi Patrol 4 (5) – anim.
17.00 Rubble i jego ekipa 2 (20)
17.30 Pan Krokodyl (1) – anim.
18.00 Barbapapa i jego rodzinka (23) – serial anim.
18.30 Tim Rex wśród gwiazd 2 (2) – anim., Wlk. Bryt./Dania
18.55 Przygody Misia Paddingtona 2 (26)
19.25 Przygody Misia Paddingtona (22, 2)
20.01 Świnka Peppa (19-23)
20.30 Małe Królestwo Bena i Holly (8) – serial anim.
21.00 Barbapapa i jego rodzinka 2 (23-25) – anim.

MINI MINI+ HD

- 13.21 Kicia Kocia 2 (6, 7) – anim.
13.37 Robotkowo (1, 2) – anim.
13.55 Moje urodziny – dla dzieci
14.00 Bing (28, 29) – serial anim.
14.20 Strażak Sam 16 (1, 2)
14.45 Looloo Kids (27) – anim.
15.01 Gazu, piskiel, gazul (21)
15.28 Kicia Kocia 2 (13, 1)
15.45 Jeżyk Happy (8, 9) – anim.
16.02 Marta mówi (10) – anim.
16.30 Zouk (1, 2) – anim., Fr. 2021
16.56 Ciekawski George 7
17.50 Moje urodziny – dla dzieci
17.55 Dora i przyjaciele 2 (9-12)
19.40 Smerfy (9) – serial anim.
20.08 Cloudy & Stormy (1-4)
20.35 Dolina Muminków 2 (9)
21.01 Wierszki domowe (8)

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

- 6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
9.50 Kadr na Kino – mag.
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
16.00 Fakty po południu – program inform.
18.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
18.30 Serwis informacyjny
19.05 Kadr na Kino – mag.
19.15 Serwis informacyjny
19.25 Fakty po Faktach – program informacyjny
Ciekawe rozmowy reporterów z ważnymi gośćmi, którzy komentują najbardziej interesujące wydarzenia z kraju oraz z całego świata.

MAGAZYN REPORTERÓW



- 20.00 Superwizjer

Program przybliża pracę dociekliwych dziennikarzy śledczych, którzy zajmują się tropieniem nieprawdowoci w życiu publicznym.

- 21.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
22.00 Szkło kontaktowe
23.00 Dzień po dniu – mag.
0.00 Fakty po Faktach
0.40 Superwizjer – mag.
1.45 Nic do zgłoszenia
2.30 Nowa Maja w ogrodzie – mag.
2.50 Akademia ogrodnika – mag.
Fakty po Faktach
2.55

POLSAT NEWS HD

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

TVP 3 DVB T2

- 13.25 Lato na ROD'os – dok.
14.00 Rączka gotuje – mag.
14.30 Program lokalny
15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – program religijny
15.20 Program lokalny
19.30 Lato na ROD'os – dok.
20.00 Dziennik regionów – inf.
20.10 Pogoda
20.13 Gość Regionów – pr. publ.
20.30 Piosenka od Ciebie
21.00 Program lokalny
22.00 Dziennik regionów – inf.
22.20 Pogoda
22.30 Kryminalna siódemka
22.30 Piosenka od Ciebie
23.30 Regiony na TAK – mag.
23.55 Panorama

Warto zobaczyć

11.30
POLSAT
Sing 2
ANIMOWANY Koala z ekipą pragną, by ich widowisko wystawiono w Redshore City. Muszą przekonać do współpracy legendę rocka. Reż.: Garth Jennings, Christophe Lourdelet, D: Modest Ruciński, Anna Apostolakis Japonia/USA 2021 135 min ► do godz. 13.45

13.05
SUPER POLSAT
Kupiliśmy zoo
KOMEDIODRAMAT Benjamin razem z dziećmi przenosi się do domu na terenie starego zoo. Pragnie przywrócić miejscu dawną świetność. Reż.: Cameron Crowe, A: Matt Damon, Scarlett Johansson, Colin Ford USA 2011 170 min ► do godz. 15.55

16.10
POLSAT
Piraci z Karaibów: Zemsta Salazara
PRZYGDOWY Jack musi pokrzyżować zbrodniczy plan upiornego wroga. Zyskuje nowych sojuszników. Reż.: Joachim Ronning, Espen Sandberg, A: Johnny Depp, Javier Bardem USA 2017 160 min ► do godz. 18.50

16.30
STOPKLATKA
Czego dusza zapagnie
KOMEDIA SF Nauczyciel Neil odkrywa w sobie magiczne moce. Przekonuje się, że niezwykle zdolności mają swoją cenę. Reż.: Terry Jones, A: Simon Pegg, Kate Beckinsale, Sanjeev Bhaskar Wlk. Bryt. 2015 110 min ► do godz. 18.20

18.20
KINO POLSKA
Na układy nie ma rady
KOMEDIA Marek usiłuje rozkręcić nowy biznes. Ma poważne problemy finansowe. Dawny wykładowca proponuje mu intratną posadę w rządzie. Reż.: Christoph Rurka, A: Grzegorz Molecki, Katarzyna Glinka, Piotr Polk Polska 2017 100 min ► do godz. 20.00

18.45
POLSAT FILM
Liga niezwykłych dzientelmenów
PRZYGDOWY Fantom grozi, że zatopi Wenecję. Brytyjski wywiad powołuje grupę do walki z przestępcą. Reż.: Stephen Norrington, A: Sean Connery, Naseeruddin Shah, Peta Wilson USA/Niemcy 2003 135 min ► do godz. 21.00

20.00
PULS 2
Zabójcze mokradała
HORROR Ocalali z katastrofy samolotu utykają na dzikich mokradłach Luizjany. Muszą walczyć o życie, gdyż czyhają na nich aligatory. Reż.: Brad Watson, Taneli Mustonen, A: Andonis Anthony, Athena Strates Wlk. Bryt. 2025 120 min ► do godz. 22.00

22.50
STOPKLATKA
Family Man
KOMEDIODRAMAT Bogaty, ale samotny Jack budzi się w innej rzeczywistości. Niechętnie gra rolę męża i ojca. Z czasem się w nich odnajduje. Reż.: Brett Ratner, A: Nicolas Cage, Don Cheadle, Jeremy Piven USA 2000 165 min ► do godz. 1.35

→ filmowe

Patrizia kocha luksus i władzę. Ambicja z czasem popycha ją do zbrodni.

20.00 Dom Gucci

POLSAT **KRYMINALNY** Opowieść o żonie dziedzica imperium mody, którą skazano za zlecenie morderstwa.

HIT DNIA Mediolan, 1978 r. Wnuk założyciela domu mody Gucci, Maurizio, poślubia kochającą luksus kelnerkę Patrizię Reggiani. Udaje się jej zdobyć sympatię teścia, Rodolfo, który na początku nie krył oburzenia decyzją syna. Z czasem nabiera ona przekonania, że w sposobie zarządzania słyn-

ną firmą powinny nastąpić gruntowne zmiany. Dzięki nim wróciłaby jej dawna świetność. Napotyka jednak zdecydowany opór ze strony członków rodziny. W tej sytuacji zaczyna kierować decyzjami męża, pozbawionego instynktu biznesmena. Gdy po śmierci ojca to Maurizio przejmuje większość udziałów,

ich małżeństwo trawi poważny kryzys. W końcu mężczyzna odchodzi do dużo młodszej kochanki. Wyznacza żonie za niskie – jej zdaniem – alimenty. Kobieta podejmuje drastyczne kroki. **HD 200 min ► do godz. 23.20**

Kanada/USA 2021 Reż.: Ridley Scott
Wyst.: Lady Gaga, Adam Driver, Al Pacino, Jeremy Irons, Jared Leto

**19.45** Transformers

TVN **SCIENCE FICTION** Ziemia staje się areną walki potężnych maszyn z kosmosu, szlachetnych Autobotów i groźnych Deceptikonów. W środek konfliktu trafia para nastolatków, Sam (Shia LaBeouf) i Mikaela (Megan Fox).

Reż.: Michael Bay Wyst.: Josh Duhamel USA 2007 **HD 190 min ► do godz. 22.55**

**20.00** Niezgodna

STOPKLATKA **SCIENCE FICTION** W utopijnym państwie obowiązuje system selekcjonowania ludzi na podstawie cech. Nastoletnia Beatrice (Shailene Woodley) pasuje do wszystkich frakcji. Grozi jej niebezpieczeństwo.

Reż.: Neil Burger Wyst.: Theo James USA 2014 **HD 170 min ► do godz. 22.50**

**20.00** Krytyczna decyzja

TVN 7 **SENSACYJNY** Grupa terrorystów uprowadza samolot pasażerski. W akcji odbicia maszyny, którą dowodzi pułkownik Travis, bierze udział m.in. agent David Grant (Kurt Russell). Pomaga mu stewardesa Jean.

Reż.: Stuart Baird Wyst.: Halle Berry USA 1996 **HD 175 min ► do godz. 22.55**

**21.10** Wszystko na sprzedaż

TVP HISTORIA **PSYCHOLOGICZNY** Ekipa filmowa nie może rozpocząć zdjęć, gdyż na planie nie zjawił się aktor główny. Żona aktora Ela (Elżbieta Czyżewska) i partnerka reżysera próbują go odnaleźć.

Reż.: Andrzej Wajda Wyst.: Beata Tyszkiewicz Polska 1968 110 min ► do godz. 23.00

**20.00** Reguła milczenia

TVP KULTURA **OBYCZAJOWY** Funkcjonariusze FBI tropią członków radykalnej organizacji, którzy przed trzydziestu laty napadli na bank. Reporterowi udaje się odkryć tożsamość jednego z przestępców, Jima Granta (Robert Redford).

Reż.: Robert Redford Wyst.: Susan Sarandon USA 2012 **HD 130 min ► do godz. 22.10**

**22.00** Pole rażenia

TV PULS **THRILLER** Pittsburgh. Policjant z patrolu rzeczno- Tom Hardy (Bruce Willis) na własną rękę tropi seryjnego mordercę, którego ofiarami padają kobiety. W śledztwie pomaga mu Jo Christman (Sarah Jessica Parker).

Reż.: Rowdy Herrington Wyst.: Dennis Farina USA 1993 **HD 125 min ► do godz. 0.05**

→ filmowe hity



Aktor Nicolas Cage zostaje zwerbowany przez CIA. Tym razem musi grać swoją rolę bez scenariusza...

22.55 Nieznośny ciężar wielkiego talentu

TVN

KOMEDIA SENSACYJNA Artysta zostaje uwikłany w ryzykowną grę. Hollywoodzki gwiazdor Nicolas Cage przechodzi życiowy kryzys. Leci na Majorce, by uświetnić urodziny tajemniczego milionera Gutierrez. Niebawem kontaktują się z nim agenci CIA. Informują aktora, że jego fan to gangster, który zbił fortunę na nielegalnych interesach. Prawdopodobnie stoi też za porwaniem córki katalońskiego polityka. Funkcjonariusze proszą Cage'a o pomoc w jej odnalezieniu. Ten podejmuje się ryzykownej misji. **HD 125 min ▶ do godz. 1.00**

USA 2022 **Reż.:** Tom Gormican **Wyst.:** Nicolas Cage, Pedro Pascal, Jacob Scipio, Demi Moore, Ike Barinholtz



20.00 Ostatni ślad

TV PULS

THRILLER Lisa jedzie z mężem Willem (Gerard Butler) do rodziców. Gdy zatrzymują się na stacji benzynowej, kobieta znika. Detektyw Paterson rozpoczyna śledztwo, w którym jednym z podejrzanych jest mąż.

Reż.: Brian Goodman **Wyst.:** Jaimie Alexander **USA 2022 HD 120 min ▶ do godz. 22.00**



22.55 Oszukać przeznaczenie 5

TVN 7

HORROR Sam (Nicholas D'Agosto) ma wizję walącego się mostu. Przekonuje towarzyszy, by uciekli z autobusu. Dzięki niemu cudem uchodzą oni z życiem. To jednak dopiero początek koszmaru.

Reż.: Steven Quale **Wyst.:** Emma Bell **USA/Kan. 2011 HD 110 min ▶ do godz. 0.45**



20.00 Sisu: Droga do zemsty

HBO

WOJENNY Aatami (Jorma Tommila) rozbiera dom, w którym zamordowano jego rodzinę. Chce go odbudować w innym miejscu. Plany krzyżuje mu odpowiedzialny za zbrodnię radziecki dowódca.

Reż.: Jalmari Helander **Wyst.:** Stephen Lang **Wlk. Bryt. 2025 HD 90 min ▶ do godz. 21.30**



23.20 Pięćdziesiąt twarzy Greya

POLSAT

MELODRAMAT Studentka Ana (Dakota Johnson) przeprowadza wywiad z aroganckim miliarderem Christianem. Wkrótce bogacz wciąga naiwną dziewczynę do świata mrocznych namiętności.

Reż.: Sam Taylor-Johnson **Wyst.:** Jamie Dornan **USA 2015 HD 165 min ▶ do godz. 2.05**

→ sport



15.55

SUPER POLSAT

Grand Prix Wielkiej Brytanii

FORMUŁA 1 LIVE

Wygrając GP Katalonii, Lewis Hamilton pokazał, że może namieszać w rywalizacji o mistrzostwo. Dziewiąta runda sezonu odbędzie się w Silverstone, gdzie Brytyjczyk ma szansę odnieść już dziesiąty triumf w karierze. **HD 150 min ▶ do godz. 18.25**



16.45

C+ SPORT

Motor Lublin – Stal Gorzów

ŻUZEL LIVE

Koziołki pragną odzyskać twarz po bolesnej porażce z PRES-em Toruń. Pomoże im w tym pokonanie Stali, która również celuje w ukończenie sezonu zasadniczego w ścisłej czołówce Ekstraligi. **HD 150 min ▶ do godz. 19.15**



19.15

C+ SPORT

GKM Grudziądz – PRES Toruń

ŻUZEL LIVE

Revelacja fazy zasadniczej podejmuje urzędującego mistrza Polski w hicie 11. kolejki Ekstraligi. W poprzednim spotkaniu tych drużyn górą byli Torunianie, którzy pokonali GKM wynikiem 48:42. **HD 135 min ▶ do godz. 21.30**



21.50

TVP 1

Mistrzostwa świata 2026

PIŁKA NOŻNA LIVE

Kibice Canarinhos na tytuł mistrzowski swoich ulubieńców czekają od 2002 roku. Teraz nie są wymieniani w gronie ścisłych faworytów, ale awans do czwójkowej ósemki to ich obowiązek. **HD 160 min ▶ do godz. 0.30**

→ rozrywka



12.15

TVN

Niezwykłe Stany Prokopa 4

PODRÓŻE

Magda Wośńska organizuje sesje zdjęciowe na pustyni w Kalifornii. Przed jej obiektywem stają aktorzy, muzycy i modelki. Artystka opowie Marcinowi Prokopowi, jak zdołała się odnaleźć w świecie zdominowanym przez mężczyzn. **HD 35 min ▶ do godz. 12.50**



17.35

TVP 1

Zona dla Polaka

REALITY SHOW

Mieszkańcy Chicago kontynuują poszukiwania partnerki. Mariusz zabiera dziewczyny na piknik polonijny. Mateusz spotyka się na randkach z Nicolą i Olą. Sebastian umawia się z Sandrą, co rozczarowuje Andżelikę. **HD 65 min ▶ do godz. 18.40**



21.25

TVP 2

Wielka sława to żart – Benefis Wiesława Ochmana

WIDOWISKO Wybitny tenor słynie z muzycznego kunsztu, poczucia humoru i scenicznych anegdot. Benefis artysty uświetnił m.in. wnuk i Eleni. Wydarzenie prowadził Filip Jaślar. **HD 125 min ▶ do godz. 23.30**

→ dokument



10.20

ALE KINO+

Bruce Lee, wejście smoka

BIOGRAFIA

Film z 1973 r. był przełomem w karierze aktora. Burząc rasowe stereotypy, utorował on drogę na ekrany kolejnym pokoleniom Azjatów i odmienił Hollywood. **HD 75 min ▶ do godz. 11.35**

TVP 1 HD DV3 T2

- 5.25 **Sprawa dla reportera** – magazyn interwencyjny
 6.20 **Słownik polsko@polski** (681) – talk-show prof. Jana Miodka
 6.55 **Słowo na niedzielę**
 7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie-Łagiewnikach**
 8.00 **Tydzień** – magazyn rolniczy
 8.35 **Stawka większa niż życie** (8, 9) – serial wojenny, Polska
 10.55 **Ojciec Mateusz 15** (192) – serial kryminalny, Polska 2016
 11.55 **Między ziemią a niebem** – magazyn
 12.00 **Anioł Pański**
 12.15 **Między ziemią a niebem** – magazyn
 12.45 **Portret kapłana** – cykl reportaży, Polska 2026
 13.10 **BBC w Jedyne: Planeta Ziemia 3** (3) – serial dokumentalny, Wielka Brytania
 14.10 **Dom** (23): Kolejka do życia – serial obyczajowy, Polska 2000
 16.00 **Dziedzictwo** (969) – serial obyczajowy, Turcja 2020
 17.00 **Teleexpress, pogoda**
 17.35 **Żona dla Polaka** (5) – reality show
 18.40 **Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
 19.30 **Program informacyjny** 19.30
 19.55 **Pytanie dnia** – program publicystyczny
 20.05 **Sport, pogoda**
 20.25 **Prokurator** (7) – serial kryminalny, Polska 2015
 21.20 **Piłka nożna: Mistrzostwa Świata 2026** – studio

TVP 2 HD DV3 T2

- 4.40 **Barwy szczęścia** (3344-3346) – serial obyczajowy, Polska 2026
 6.25 **M jak miłość** (1918) – serial obyczajowy, Polska 2026
 7.30 **Pytanie na śniadanie** – pobudka – magazyn
 7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
 11.20 **Dzień z życia artysty** (9): Adam Nowak – talk-show
 11.55 **Lato z Radiem i Telewizją Polska**: Zakopane – widowisko
 14.00 **Familiada** – teleturniej
 14.35 **Koło fortuny** (1881) – teleturniej
 15.10 **Szansa na sukces. Opole 2026** (10): Kobranocka – widowisko
 16.15 **Tak to leciało!** (66) – teleturniej muzyczny
 17.15 **Maxima. Droga na tron** (2) – serial biograficzny, Holandia 2024
 Máxima staje się celem paparazich w Nowym Jorku. Sytuacja pogarsza się, gdy media dowiadują się, że ojciec Zorreguiety w przeszłości był ministrem rolnictwa w rządzie dyktatora Jorge Videli.
 18.05 **Przepis dnia** (89) – magazyn kulinarny
 18.20 **Pan Mama** (60-ost.): Mistrz tantry – serial komediowy, Polska 2026
 Sylwester obawia się zbliżenia z Patrycją. Zamiast porozmawiać, postanawia udawać znawcę tantry. Bruno i Miras tworzą pieśń ku czci patrona szkoły.
 18.55 **Kocham Cię, Polsko!** (4) – program rozrywkowy
 20.20 **Postaw na milion** – teleturniej

polsat 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
 11.30 **Sing 2** – film animowany, Japonia/USA 2021, reż. Garth Jennings, 135 min
 Koala Buster Moon i jego ekipa pragną, by przygotowane przez nich widowisko zostało wystawione w światowej stolicy rozrywki. W tym celu muszą przekonać do współpracy gwiazdora rocka, Callowaya, który obecnie jest pustelnikiem.
 13.45 **Policja zastępcza** – komedia sensacyjna, USA 2010, reż. Adam McKay, wyk. Mark Wahlberg, Will Ferrell, Samuel L. Jackson, Dwayne Johnson, 145 min
 Sławy nowojorskiej policji giną podczas akcji. Nieudacznicy Terry i Allen postanawiają się wykazać. Wpadają na trop afery z udziałem bogacza.
 16.10 **Piraci z Karaibów: Zemsta Salazara** – film przygodowy, USA 2017, reż. Joachim Ronning, wyk. Johnny Depp, Javier Bardem, Geoffrey Rush, Brenton Thwaites, 160 min
 Złowrogi Salazar chce zemścić się na piratach. Aby go powstrzymać, Sparrow musi zdobyć mityczny Trójzab Posejdon, który daje władzę nad morzami.
 18.50 **Wydarzenia**
 19.15 **Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
 19.35 **Sport, pogoda**

tvn TVN HD DV3 T2

- 5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
 5.55 **Ukryta prawda** (1689) – serial paradokumentalny, Polska 2025
 6.50 **Kuchenne rewolucje** (1): Włocławek – Biały Kredens – program rozrywkowy
 7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
 11.30 **Co za tydzień** – magazyn kulturalny
 12.15 **Niezwykłe Stany Prokopa 4** (2) – program rozrywkowy
 12.50 **Ugotowani** (5) – program kulinarno-rozrywkowy
 14.00 **Bella i Sebastian 3** – film familijny, Francja 2017, reż. Clovis Cornillac, wyk. Félix Bossuet, Tchény Karyo, Clovis Cornillac, Thierry Neuvic, 110 min
 W wiosce zjawia się nieznaną. Twierdzi, że jest prawowitym właścicielem Belli i chce ją zabrać wraz ze sześcioletnią. Sebastian nie zamierza do tego dopuścić. Ucieka z psią rodziną w góry.
 15.50 **Akademia policyjna** – komedia, USA 1984, reż. Hugh Wilson, wyk. Steve Guttenberg, Kim Cattrall, G.W. Bailey, Bubba Smith, 125 min
 Burmistrz znosi wszelkie wymagania stawiane kandydatom na policjantów. W efekcie o przyjęcie do akademii stara się m.in. niezdyscyplinowany złodziejaszek Mahoney. Porucznik Harris usiłuje zniechęcić kandydatów do służby.
 17.55 **Kuchenne rewolucje** (4): Mroków – Bistro Kociolek – program rozrywkowy
 19.00 **Fakty, sport i pogoda**

20

PIŁKA NOŻNA

21.50 **Mistrzostwa Świata 2026**
LIVE – mecz 1/8 finału

Ćwierćfinał mundialu – to najgorszy, ale i najczęstszy wynik Brazylijczyków na MŚ od 1990 roku. Kibice Canarinhos na tytuł mistrzowski swoich ulubieńców czekają aż od 2002 roku. Teraz nie są oni wymieniani w gronie ścisłych faworytów, ale awans do czołowej ósemki to ich obowiązek.

0.30 **Morderstwa w Chartres**
FILM – film kryminalny, Francja 2025, reż. Sandrine Cohen, wyk. Alexia Barlier, Gil Alma, Nathan Gruffy, Florence Coste, 105 min
 W katedrze, w której miał odbyć się ślub, dochodzi do zbrodni. W krypcie zostają znalezione zwłoki jednego ze świadków. Sprawą zajmują się policjanci Victoire i Pierre.

2.15 **Hondo** – western, USA 1953, reż. John Farrow, wyk. John Wayne, Geraldine Page, Ward Bond, Michael Pate, 85 min

3.40 **Sędziowie pod presją** – film dokumentalny, Polska 2021

4.35 **Sprawdzamy** – magazyn
 4.50 **Zakończenie**

WIDOWISKO

21.25 **Wielka sława to żart – Benefis Wiesława Ochmana** (1, 2)

Wybitny tenor Wiesław Ochman słynie nie tylko z muzycznego kunsztu, lecz także z poczucia humoru i scenicznych anegdot. Podczas benefisu artysty widzowie poznają również jego pasję do malarstwa. Wieczór uświetnią m.in. Eleni i Grażyna Brodzińska. Wydarzenie poprowadzi Filip Jaślar.

23.30 **Na przekór losowi** (1, 2) – serial obyczajowy, Włochy/Francja/Niemcy 2024, wyk. Francesco Zenga, Mattia Basciani
 Rok 1941. Żydowska nauczycielka Ida Ramundo samotnie wychowuje syna, Nina. Zostaje zgwałcona przez niemieckiego żołnierza Günthera. Po jakimś czasie udręczona kobieta odkrywa, że jest w ciąży. W czasie gdy Nino jest na obozie, na świat przychodzi Uessepe.

1.35 **Piłka nożna: Mistrzostwa Świata 2026** – studio

1.50 **Piłka nożna: Mistrzostwa Świata 2026** – mecz 1/8 finału

4.20 **Zakończenie**

KRYMINALNY

20.00 **Dom Gucci** – Kanada/USA 2021, 200 min

HIT DNIA
 Włochy, 1978 r. Maurizio Gucci, wnuk założyciela domu mody, poślubia ambitną i kochającą luksus Patrizię Reggiani. Kobieta kieruje decyzjami męża, który pozabawiony jest instynktu biznesmena, przez co ich związek trawi kryzys. Gdy zostaje porzucona, podejmuje drastyczne kroki.

23.20 **Pięćdziesiąt twarzy Greya** – melodramat, USA 2015, reż. Sam Taylor-Johnson, wyk. Dakota Johnson, Jamie Dornan, Jennifer Ehle, Eloise Mumford, 165 min
 Studentka Anastasia przeprowadza wywiad z milionerem Christianem Greyem. Wkrótce znów się spotykają. Bogacz zaczyna wciągać naiwną dziewczynę do swojego świata. Proponuje podpisanie kontraktu, na mocy którego zostanie jego kochanką.

2.05 **Ucieczka z piekła** – thriller, USA/Tajlandia 2015, reż. John Erick Dowdle, wyk. Owen Wilson, Lake Bell, Claire Gear, Pierce Brosnan, 135 min

4.20 **Kabaretowa Ekstraklasa**

SCIENCE FICTION

19.45 **Transformers**
FILM – USA 2007, 190 min

Od dziesięciu milionów lat dwa gatunki inteligentnych robotów: szlachetne Autoboty i bezwzględne Deceptikony, walczą o przejęcie zaginionego źródła wielkiej mocy. Okazuje się, że znajduje się ono na Ziemi. Roboty ruszają na planetę. W centrum ich wojny trafiają nastoletni Sam i jego ukochana.

22.55 **Nieznośny ciężar wielkiego talentu** – komedia sensacyjna, USA 2022, reż. Tom Gormican, wyk. Nicolas Cage, Pedro Pascal, Jacob Scipio, Demi Moore, 125 min

1.00 **Prime Time** – thriller, Polska 2021, reż. Jakub Piątek, wyk. Bartosz Bielenia, Magdalena Popławska, Andrzej Klak, Małgorzata Hajewska-Krzysztofik, 115 min

2.55 **Największe polskie katastrofy** (3) – serial dokum.

3.45 **Uwaga!** – magazyn reporterów

4.05 **Detektywi** (104) – serial fabularno-dokum., Polska 2024

5.05 **Recepta na stary dom 3** (8) – program rozrywkowy

TVN 7 HD DVBT2

TV PULS HD DVBT2

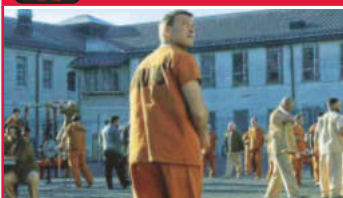
PULS 2 HD DVBT2

NETFLIX

- 5.10 **Szkoła** (773) – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 6.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie** (2) – program rozrywkowy
- 6.55 **Nowe Zwariowane Melodie** (43, 44) – serial animowany, USA 2018
- 7.25 **Alvin i wiewiórki** – film familijny, USA 2007, reż. Tim Hill, wyk. Jason Lee, David Cross, Cameron Richardson, Jane Lynch, 110 min
- 9.15 **Ukryta prawda** (1430-1434) – serial paradokumentalny, Polska 2022
- 14.20 **Szpital św. Anny** (19, 20) – serial obyczajowy, Polska 2025
- 16.20 **Detektywi** (330): Tylko śmierć nas rozłączy, cz. 2. – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 17.25 **Jupiter: Intronizacja** – film s.f., USA/Wielka Brytania 2015, reż. Andy Wachowski, wyk. Mila Kunis, Channing Tatum, Sean Bean, Eddie Redmayne, 155 min

- 5.50 **Taki jest świat 11** (27) – program informacyjny
- 6.15 **Kobra – oddział specjalny** (5, 6) – serial sensacyjny, Niemcy 2017
- 8.10 **Don Matteo: Boski detektyw 14** (17, 18) – serial kryminalny, Włochy 2024
- 10.10 **Kurierzy** (25, 26) – serial fab.-dok., Polska 2023
- 12.15 **Złote dziecko** – komedia przygodowa, USA 1986, reż. Michael Ritchie, wyk. Eddie Murphy, Charles Dance, Charlotte Lewis, Victor Wong, 105 min
- 14.00 **Agent XXL: Rodzinny interes** – komedia, USA 2011, reż. John Whitesell, wyk. Martin Lawrence, Brandon T. Jackson, Jessica Lucas, Michelle Ang, 150 min
- 16.30 **Jumper** – film przygodowy, USA/Kanada 2008, reż. Doug Liman, wyk. Hayden Christensen, Samuel L. Jackson, Diane Lane, Jamie Bell, 110 min
- 18.20 **Polowanie na prezydenta** – film sensacyjny, Finlandia/Wielka Brytania/Niemcy 2014, reż. Jalmari Helander, wyk. Samuel L. Jackson, Onni Tommila, Ray Stevenson, Victor Garber, 100 min

- 6.00 **Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej** (10) – program rozrywkowy
- 7.00 **Taki jest świat 11** (27) – program informacyjny
- 7.30 **Aukcja w ciemno** (2, 3) – serial dokumentalny, USA 2011-2012
- 8.35 **Wojciech Cejrowski. Boso – Meksyk/Paragwaj** (12) – serial dokumentalny, Pol. 2015
- 9.10 **Wojciech Cejrowski. Boso – Luizjana** (1, 2) – serial dokum.
- 10.40 **Gamoń** – komedia, Francja/Włochy/Hiszpania 1965, reż. Gérard Oury, wyk. Bourvil, Louis de Funes, Venantino Venantini, Henri Génès, 135 min
- 12.55 **Człowiek orkiestra** – komedia, Francja/Włochy 1970, reż. Serge Korber, wyk. Louis de Funes, Noëlle Adam, Olivier de Funes, Paul Préboist, 115 min
- 14.50 **Najpiękniejsze baśnie: Duch gór** – baśń filmowa, Niemcy/Czechy 2017, reż. Stefan Büthing, wyk. Sabin Tambrea, Henriette Confurius, Catherine Flemming, Amelie Ploas-Link, 120 min
- 16.50 **Najpiękniejsze baśnie: Poszukiwacze skarbu** – baśń filmowa, Czechy 2012, reż. Vít Karas, wyk. Jana Pidrmanová, Adam Kraus, David Švehlík, Markéta Frösslová, 115 min
- 18.45 **Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Stańcowane pantofelki** – baśń filmowa, Niemcy 2011, reż. Wolfgang Eissler, wyk. Inez Björg David, Janina Fliieger, Ruth Gloss, Dieter Hallervorden, 75 min



ZA WSZELKĄ CENĘ
Ojciec (Sam Worthington) zostaje niesłusznie skazany na dożywocie za zabójstwo syna. Niespodziewanie otrzymuje nowe dowody sugerujące, że jego dziecko mogło przeżyć. Zdeterminowany, by poznać prawdę i oczyścić się z zarzutów, podejmuje ryzykowną próbę wydobycia się z więzienia.
►serial krym. (8 odc.), USA 2026



SŁODKIE MAGNOLIE 5
Maddie (JoAnna Garcia Swisher) przenosi się do Nowego Jorku i zaczyna pracę w branży wydawniczej. Mimo odległości przyjaciółki wciąż się wspierają, a ich więź dojrzała wraz z kolejnymi życiowymi decyzjami. Helen (Heather Headley) i Erik rozważają ślub. Dana Sue (Brooke Elliott) rozwija się zawodowo.
►serial obycz. (10 odc.), USA 2026

SENSACYJNY



- 20.00 **Krytyczna decyzja** – USA 1996, 175 min
- Boeing 747 zostaje porwany przez Hassana. Terrorysta chce wykorzystać trujący gaz, który znajduje się na pokładzie. Zapada decyzja o odbiciu pasażerów. W akcji dowodzonej przez pułkownika Travisa bierze udział m.in. współpracujący z wywiadem Grant. Pomaga mu stewardesa Jean.
- 22.55 **Oszukać przeznaczenie 5** – horror, USA/Kanada 2011, reż. Steven Quale, wyk. Nicholas D'Agosto, Emma Bell, Miles Fisher, Ellen Wroe, 110 min
- 0.45 **Push** – thriller s.f., USA/Kanada/Wielka Brytania 2009, reż. Paul McGuigan, wyk. Colin Ford, Joel Gretsche, Dijimon Hounsou, Dakota Fanning, 125 min
- 2.50 **Żyjąc z potworem 9** (1) – serial dokumentalny, USA 2024
- 3.40 **Fachowcy** (7) – serial paradokumentalny, Polska 2017
- 4.15 **Usterka 11** (4) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019
- 4.50 **Dorota was urządzi!** (9) – program rozrywkowy

THRILLER



- 20.00 **Niedziela z gwiazdami: Ostatni ślad** – USA 2022, 120 min
- W drodze do rodziców Lisa i Will zastrzelają się na stacji benzynowej. Kobieta znika bez śladu. Zdezorientowany mąż zawiadamia policję. Informuje też o zaginięciu teściów. Detektyw Paterson rozpoczyna śledztwo. Will postanawia działać na własną rękę. Gdy desperacko bada kolejne tropy, sam staje się głównym podejrzanym.
- 22.00 **Pole rażenia** – thriller, USA 1993, reż. Rowdy Herrington, wyk. Bruce Willis, Sarah Jessica Parker, Dennis Farina, Tom Sizemore, 125 min
- W Pittsburghu dochodzi do morderstw kobiet. O popełnienie tych przestępstw oskarżono wódcę. Policjant Tom nie wie, w jego winę. Sam prowadzi śledztwo w tej sprawie.
- 0.05 **Zatopieni** – film sensacyjny, Bułgaria/Wielka Brytania 2005, reż. Anthony Hickox, wyk. Steven Seagal, Christine Adams, William Hope, Nick Brimble, 120 min
- 2.05 **Zobacz to!** – pr. powtórkowe

HORROR



- 20.00 **Zabójcze mokrada** – Wielka Brytania 2025, 120 min
- Kyle wraz z grupą innych ocalałych z katastrofy samolotu osób utyka na dzikich mokradłach Luizjany. Bagniste, podmokłe grunty kryją wiele zagrożeń. Odcięci od cywilizacji robotnikowie próbują przetrwać na terenie, w którego mętnych wodach czują się wygłodniałe aligatory. Każdy krok może być śmiertelnie groźny. Mimo to Kyle i jego przyjaciele podejmują dramatyczną walkę o przetrwanie.
- 22.00 **Dzielnica strachu 9** (403-407) – serial kryminalny, Polska 2025
- Dziewczyna umiera po kłótni ze swoim chłopakiem, który trafia do aresztu pod zarzutem zabójstwa. Lokalna społeczność piętnuje jego rodzinę. Walicki usiłuje zapobiec linczowi.
- 3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 2** – serial obyczajowy, Polska 2018
- 4.00 **Lombard. Życie pod zastaw 4** (189) – serial obyczajowy, Polska 2019
- 5.00 **Lombard. Życie pod zastaw 10** (501) – serial obyczajowy, Polska 2022



ZA DUŻY NA BAJKI 3
Waldek (Maciej Karas) nie radzi sobie z rozpadem swojej drużyny gamingowej. W emocjach zamieszcza uszczypliwą 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

PREMIERA



SPARKS OF TOMORROW
W alternatywnym Kioto z początku XX wieku samotny chłopiec, który stracił brata, poznaje osieroconą dziewczynkę. Wspólnie znajdują tajemniczy „Katalog elektryczny XX wieku”. To odkrycie budzi w nich nadzieję na przyszłość i pozwala zmierzyć się z przeszłością. Przyjaciele zamierzają realizować swoje marzenia.
►anime (20 odc.), Japonia 2026

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.30 Angry Birds 2 Film
FILM – film animowany, Finlandia/Kanada/USA 2019, reż. Thurop Van Orman, 100 min

8.10 Zabójcza broń 3
(12, 13) – serial sensacyjny, USA 2018

10.10 MacGyver 2 (11-15) – serial akcji, USA 2017-2018

15.05 FBI: Most Wanted 3 (19-22) – serial kryminalny, USA 2020

19.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (1) – serial kryminalny, USA/Kanada 2010, wyk. Laurence Fishburne, George Eads, Jorja Fox, Eric Szmanda

TVP SERIALE

5.30 Na sygnale (863) – serial fab.-dok., Pol.

6.10 Czerdziesiątolatek (15-17) – serial obyczajowy, Polska

9.35 U Pana Boga w ogródku (7, 8) – serial kom., Pol. 2008

11.20 Cztery pancerni i pies (2, 3) – serial wojenny, Polska 1966

13.35 Ojciec Mateusz 29 (378, 379) – serial kryminalny, Pol. 2023

15.30 Komisarz Alex 24 (304) – serial kryminalny, Pol. 2025

16.30 Ranczo 8 (100) – serial obycz., Polska

17.30 Cztery pancerni i pies (4, 5) – serial wojenny, Polska 1966

TVP KULTURA

10.00 Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem (1)

10.55 Spotkanie sztuk – sztuka spotkania. Malta Festival 2026

11.25 Kosmos 1999 (10)

12.30 Opole – koncertowe wspomnienia (10)

12.45 Opole na bis

13.55 Chiński syndrom – thriller, USA 1979, 130 min

16.05 Noce i dnie (3)

17.15 Niedziela z... – kult.

18.10 Niedziela z...: Porwać się na życie – spektakl teatralny, Polska 2017

19.20 Kantor i Jarema. Powrót do Wenecji

ALE KINO+ HD

6.30 Polska z góry 5 (5) – serial dok., Pol. 2020

7.00 Miss mokrego podkoszulka – kom., Polska 2002, 60 min

8.00 Minari – dramat obyczajowy, USA 2020, 140 min

10.20 Bruce Lee, wejście smoka – film dokum., USA 2025

11.35 The Office PL 3 (4-6) – serial kom., Pol. 2023

13.20 Morderstwo w Orient Expressie – film kryminalny, Wlk. Bryt. 1974, 150 min

15.50 Karen Pirie (1) – krym., Wlk. Bryt. 2022

17.45 Pokuta – melodramat, Wielka Brytania/Fr./USA 2007, 145 min

CANAL+ PREMIUM HD

9.55 Imagine Dragons: Live at the Hollywood Bowl – koncert

12.10 Ekstremalnie opady: niszczycielski żywioł – film dokum., USA 2026

13.15 Kawalek po kawalku – film animowany, USA/Dania 2024, 95 min

14.50 Kopnieć w czasie – komedia, Francja/Belgia 2025, 100 min

16.30 Tożsamość Bourne'a – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, 115 min

18.25 LARP: Miłość, trolle i inne kwesty – kom., Polska 2025, 95 min

HBO HBO HD

7.35 Wdowa Clicquot – dramat obyczajowy, USA 2023, 90 min

9.05 O psie, który wrócił do domu – film familijny, Chiny/USA 2019, reż. Charles Martin Smith, 95 min

10.40 Jeszcze piękniej – komediodramat, Niemcy 2025, 140 min

13.00 Lombard – dramat obyczajowy, USA 2024, 90 min

14.30 Bird – dram. obycz., Wielka Brytania/USA/Francja 2024, 115 min

16.25 Vinci 2 – kom. krym., Polska 2025, 115 min

18.20 Blue Moon – dramat biograficzny, USA/Irlandia 2025, 100 min



20.00 Londyn w ogniu
FILM – Wielka Brytania/USA/Bulgaria 2016, 120 min

Terrorystyci atakują Londyn w czasie pogrzebu premiera Wielkiej Brytanii. Agent Banning musi zapewnić bezpieczeństwo prezydentowi USA.

22.00 Świat w ogniu – film sensacyjny, USA/Wlk. Bryt./Portugalia 2019, 140 min

0.20 Obłądny rycerz – komedia przyg., USA 2001, 175 min

3.15 Spider-Man: Uniwersum – anim., USA 2018, 120 min



19.40 Ojciec Mateusz 29 (380, 381) – Pol. 2023

Ksiądz zostaje oskarżony o morderstwo. Mieszkańcy Sandomierza domagają się surowego ukarania proboszcza. Natalia postanawia udowodnić jego niewinność.

21.35 Ojciec Mateusz 30 (382) – krym., Pol. 2023

22.30 Ranczo 8 (101, 102) – serial obycz., Polska

0.20 Rodzinka.pl (294, 295) – kom., Pol.

1.30 Korona królów. Jagiellonowie (9, 10)

2.30 Erynie (6) – krym., Pol.

3.30 Londyńczyk (2)



20.00 Reguła milczenia
FILM – USA 2012, 130 min

Stateczny prawnik ukrywa swoją niechlubną przeszłość. Dociekliwy dziennikarz burzy jego spokojne życie.

22.10 Kulturalni (25) – mag.

23.05 Wygodniałe dusze w wielkim mieście. Legenda „Nocnego kowboja” – film dokum., USA 2022

1.00 Afonia – krótkometr.

1.10 Tego się nie robi kotu – krótkometraż.

1.40 Whiplash – dram. obycz., USA 2014, 115 min



20.10 Niezwykłe miejsce na śmierć (1)

Anais Mallory, detektyw wydziału zabójstw w Sydney, wraca do Queenstown na Wyspie Południowej. Musi wyjaśnić, co stoi za tragediami, które dotknęły jej rodzinę.

22.05 Bestie – thriller, Hiszpania/Francja 2022, 160 min

0.45 Daaaaaali! – komediodramat, Francja 2023, 105 min

2.30 Król (1) – serial sens.

3.40 Żurek – film obycz., Polska 2003, 75 min

4.55 Meduzy – krótkometr.



20.00 Barry Seal: Król przemytu – USA/Japonia/Kanada 2017, 110 min

Rok 1978. Pilot Barry zostaje zrekrutowany przez CIA. Swoimi działaniami zwraca uwagę członków kartelu z Medellin. Escobar proponuje mu współpracę.

21.50 Wujów dwór – komedia, Wielka Brytania/USA 2025, 95 min

23.25 Kill Bill: Vol. 1 – film sensacyjny, USA 2003, reż. Quentin Tarantino, 110 min



20.00 Sisu: Droga do zemsty – Wielka Brytania/Finlandia/USA 2025, 90 min

Aatami rozbiera dom, w którym podczas wojny zamordowano jego rodzinę. Chce go odbudować gdzie indziej. Planuje krzyżuje mu odpowiedzialny za zbrodnię dowódca.

21.30 Zniknięcia – horror, USA 2025, reż. Zach Cregger, wyk. Julia Garner, 125 min

23.35 The Order: Ciche braterstwo – thriller, USA/Wielka Brytania/Kanada 2024, 110 min

AXN WHITE

6.00 Paddington 2 – film familijny, 2017, 105 min

7.45 Napisala: Morderstwo 5 (16-20) – serial kryminalny

13.10 Unforgettable: Zapisane w pamięci 4 (9-13) – krym. – serial kryminalny, USA

18.00 Dowody zbrodni (21-23) – serial kryminalny, USA

21.00 Dowody zbrodni 2 (1, 2) – serial kryminalny, USA

23.00 Domek na święta – film obyczajowy, 2019, 105 min

0.45 Autor widmo – thriller, FILM 2010, 165 min

3.30 Paddington 2 – film familijny, 2017, 110 min

5.20 Blok promocyjny AXN White

WARNER TV

13.10 Superman 2: Wersja reżyserska Richarda Donnera – film przyg., Wlk. Bryt./USA 2006, 180 min

16.10 Głupi i głuszy 2: Kiedy Harry poznał Lloyda – komedia, USA 2003, reż. Troy Miller, 95 min

17.45 Psy i koty 3: Łapa w łapę – komedia sensacyjna, USA 2020, 100 min

19.25 Invictus: Niepokonany – dramat biograficzny, USA 2009, 155 min

22.00 Yellowstone 2 (7, 8)

0.05 Co się wydarzyło w Madison County – melodram., 1995, 160 min

CANAL+ FILM HD

6.00 Łapu capu – pr. rozrywk.

6.15 Kiler-ów 2-óch – komedia, Polska 1999, 115 min

8.10 Mikolaj i ekipa – anim., Hiszpania/Kan. 2024, 90 min

9.40 Chopin. Chopin! – dramat biograf., Pol. 2025, 130 min

11.50 Łapu capu – pr. rozrywk.

12.05 Sigourney Weaver. Ikona kina akcji – film dokumentalny, Niem. 2024

13.00 Saga „Zmierzc’h”: Przed świtem. Część 2 – film fantasy, USA 2012, 110 min

14.50 Zgred – dramat obycz., Polska 2025, 85 min

16.15 Peacock – thriller, USA 2010, reż. Michael Lander, wyk. Cillian Murphy, 90 min

17.45 Jason Bourne – thriller, FILM USA 2016, reż. Paul Greengrass, wyk. Matt Damon, 120 min

19.45 Łapu capu – pr. rozrywk.

20.00 Pies 51 – thriller, Francja 2025, reż. Cédric Jimenez, 100 min

21.40 Namierzony – dramat sensacyjny, USA/Włochy 2025, 105 min

23.25 Franz Kafka – dramat biograficzny, 2025, 125 min

1.30 To nie mój film – komediodramat, Polska 2024, 95 min

3.05 Moje miasto – serial dok.

4.05 Pornografia – film obycz., Pol./Fr. 2003, 115 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 Naruto 3 (3-5) – serial anime, Japonia 2003-2004

11.20 Wszystkie kolory świata 5 (6) – serial dokumentalny, Francja 2024

12.20 To nie jest zagadka kryminalna (1, 2) – serial kryminalny, Belgia 2025

14.20 Making of CANAL+ – magazyn filmowy

14.30 Premiera: Naruto 3 (6-8) – serial anime, Japonia 2003-2004

16.00 Mały Grand Hotel (8) – serial komedijowy, Polska 2019

16.25 Cat's Eyes (1, 2) – serial przygodowy, Francja 2024

18.30 The Office PL 5 (7-9) – serial komedijowy, Polska 2025

20.00 Coldwater (1, 2) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2025

22.00 Czarownic Mayfair (7) – serial fantasy, USA 2023

23.35 Algorytm miłości (6-10) – serial komedijowy, Polska 2024

2.30 Luis Enrique: Nie macie k** pojęcia** (1-3) – serial dokumentalny, Hiszpania 2024

4.50 Premierowa jazda – magazyn

5.10 Miasta rytm (1) – serial dokumentalny, Polska 2020

CANAL+ 360 HD

6.00 Na pierwszym planie (2)

6.35 Polska z góry: Stadion (4) – serial dok., Polska 2024

7.00 Chwila prawdy (5) – dok.

8.00 Okręty wojenne (7) – dok.

9.00 Porzucone konstrukcje (5) – serial dok., Wlk. Bryt.

10.00 Wykrzykacze historii 6 (4)

11.10 Haaland podbija Anglię

12.05 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech – Legia

14.10 Polska z góry: Stadion (1) – serial dok., Polska 2024

14.45 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (4) – serial dok., Niem. 2023

15.50 Speedshop: warsztat marzeń (1) – serial dokum.

17.05 Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie 2 (4) – pr. rozr.

18.00 Sung Kang – szybki i dociekliwy (5) – dok.

19.00 Co poszło nie tak 3 (2)

20.00 Porzucone konstrukcje (6) – serial dok., Wlk. Bryt.

21.00 Projekt Fighter (1)

22.00 Prawo ojca – dramat sens., Polska 1999, 120 min

0.50 Kryptonim Polska (3)

0.50 Cztery pory igi (4) – dok.

2.00 Mam zamek (1) – dok.

2.35 Ludzie morza (10) – dok.

3.40 Polska z góry: Stadion 2 (7, 8) – dok.

4.55 Pogotowie remontowe Wieśka (8, 9) – mag.

HBO 2 HBO 2 HD

13.05 Siła naszych marzeń – dramat obyczajowy, Francja/Kan. 2022, 105 min

14.50 Królestwa wystawa – komedia romantyczna, USA 2025, 85 min

16.15 Pingwiny z Madagaskaru – film animowany, 2014, 90 min

17.45 Eddie zwany Oriem – film biograf., Wlk. Bryt./Niemcy/USA 2016, 105 min

19.30 Kompletnie nieznyany – dramat biograficzny, USA 2024, 135 min

21.45 Nasienie świętej figi – thriller, Francja/Niemcy/Iran 2024, 165 min

AXN BLACK

6.00 Renegat 5 (8) – serial sens.

6.45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6 (7, 8) – serial kryminalny, USA/Kan. 2005

8.15 S.W.A.T. 5 (13-16) – sens.

12.05 Gwiezdne wrota 2 (14-18) – serial s.f., USA/Kan.

17.05 Rekrut 4 (16-19) – serial kryminalny, USA 2022

21.00 S.W.A.T. 5 (13-16) – serial sensacyjny, USA 2021-2022

0.30 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6 (7, 8) – serial kryminalny, USA/Kan. 2005

2.25 Rekrut 4 (16-19) – serial kryminalny, USA 2022

5.50 Blok promocyjny AXN Black

POLSAT SERIALE HD

6.00 Gliniarze (142-144) – serial paradokumentalny, Polska

9.00 Niania (95-100) – kom., Pol.

12.05 Miódowe lata (24-27) – serial komedijowy, Polska

14.50 Co ludzie powiedzą? (17-19) – serial komedijowy

16.50 Świat według Kiepskich (206-208, 50, 51) – serial komedijowy, Polska

20.00 Poirot (1, 2) – serial kryminalny, Wielka Brytania

0.25 Columbus (19, 20) – serial kryminalny, USA

3.35 Święty (199) – serial komedijowy, Polska 2022

4.05 48h. Zaginięni (95, 96) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ SERIALE HD

13.30 Anakonda – komedia przygodowa, 2025, 95 min

15.05 Alita: Battle Angel – film s.f., USA 2019, 115 min

17.00 Focus – komedia kryminalna, USA/Argentyna 2015, 105 min

18.45 Ta inna siostra Bennet (2) – kostium., Wlk. Bryt. – serial komedijowy, USA

20.00 Ród smoka 3 (2) – fantasy

21.00 Krzesła (1) – serial kom.

21.35 Życie, Larry i pogon za nieszczęściem (2) – kom.

22.05 Stamtąd 4 (8)

23.00 Bliziej – dramat obyczajowy, 2004, 100 min

HBO 3 HBO 3 HD

13.30 Anakonda – komedia przygodowa, 2025, 95 min

15.05 Alita: Battle Angel – film s.f., USA 2019, 115 min

17.00 Focus – komedia kryminalna, USA/Argentyna 2015, 105 min

18.45 Ta inna siostra Bennet (2) – kostium., Wlk. Bryt. – serial komedijowy, USA

20.00 Ród smoka 3 (2) – fantasy

21.00 Krzesła (1) – serial kom.

21.35 Życie, Larry i pogon za nieszczęściem (2) – kom.

22.05 Stamtąd 4 (8)

23.00 Bliziej – dramat obyczajowy, 2004, 100 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT HD FILM	COMEDY CENTRAL HD CENTRAL	TVN HD FABUŁA	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA DVS 12
6.00 Twoja Twarz Brzmi Znajomo (171) – rozr.	6.00 Tata ma plan 2 (4-8) – serial komediowy	5.10 Szkoła (777) – serial paradokum.	6.15 Follow (5) – serial sensacyjny, Fr. 2023	7.55 Miś Kudłatek (3, 4)	6.00 Komisarz Rex 2 (9-12) – serial krym., Niemcy/Austria
8.00 Sąsiedzi (27, 28)	8.30 Teoria wielkiego podrywu 6 (5-16) – kom., USA 2012-2013	6.00 Kino w drodze (4)	7.00 Na granicy: Miłość do ojczyzny – film kryminalny, Niemcy 2019, reż. Christian Bach, wyk. Lucas Gregorowicz, Marcin Piętownski, Maria Simon, Anna König, 115 min	8.15 Bolek i Lolek na wakacjach (3, 4)	10.00 Hudson i Rex 8 (6-8) – serial krym., Kanada
8.20 Byli sobie podróżnicy (20-22)	13.30 Przyjaciele 6 (2-5) – kom., USA 1999-2000	6.30 Seriaale: rozmyw 2 (2) – mag.	FILM	8.50 Nibylandex – film krótkometraż., 2026	13.00 Top Dog. Ameryka (2) – serial dok., USA
10.10 Jęzdzcy smoków na końcu świata (35-38) – serial anim.	15.30 Tata ma plan (21, 22) – serial komediowy	7.10 Najpiękniejsza muzyka filmowa (6)	8.55 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (17-20) – serial sensacyjny, USA 2023	9.30 Jęsi serce masz bijące – dramat psychologiczny, 1980, 120 min	14.20 Kryptonim Panda – komedia sensacyjna, Chiny 2024, reż. Luan Zhang, wyk. Jackie Chan, 130 min
12.00 Krudowie – anim., USA 2013, 120 min	16.30 Tata ma plan 2 (1) – serial komediowy	11.30 Happy Feet: Tupot małych stóp – film animowany, Australia/USA 2006, 135 min	12.35 Chicago P.D. 11 (8-13) – serial kryminalny, USA 2024	11.30 1920 Bitwa Warszawska – dramat wojenny, 2011, 140 min	16.30 Czego dusza zapagnie – komedia s.f., Wielka Brytania/USA 2015, 110 min
14.00 Gruby i chudy 2: Rodzina Klumpów – komedia, USA 2000, 140 min	17.00 Duchy (1, 2) – serial fantasy, USA/Wlk. Bryt.	13.45 Wakacje w krzywym zwierciadle – kom., USA 1983, 125 min	18.05 Niewidomy Detektyw (4) – serial kryminalny, Niemcy/Austria 2020	13.50 Stara baśń – film kostiumowy, 2003, reż. Jerzy Hoffman, 150 min	18.20 Czyszciciel – komedia sensacyjna, USA 2007, reż. Les Mayfield, wyk. Cedric the Entertainer, Lucy Liu, 100 min
16.20 Jumanji: Przygoda w dżungli – film przyg., USA/Australia/Indie 2017, 145 min	18.00 Naga broń 33 1/3: Ostateczna zniewaga – komedia, USA 1994, reż. Peter Segal, wyk. Leslie Nielsen, George Kennedy, O.J. Simpson, Priscilla Presley, 120 min	15.50 Zatańczył z mną – komedia romant., USA 2004, 135 min		16.20 Poszukiwany, poszukiwana – kom., 1972, 120 min	
18.45 Liga niezwykłych dzentelmenów – przyg., USA/Niemcy/Czechy 2003, 135 min		18.05 Grawitacja – thriller s.f., USA/Wielka Brytania 2013, 115 min		18.20 Na układy nie ma rady – komedia, 2017, 100 min	
HORROR SF	KOMEDIA	KOMEDIA ROMANT.	KRYMINALNY	BIOGRAFICZNY	SCIENCE FICTION
21.00 Obcy – ósmy pasażer „Nostromo” – Wielka Brytania/USA 1979, 135 min	20.00 Nawrót depresji gangstera – USA 2002, 120 min	20.00 Jak stracić chłopaka w 10 dni – USA/Niemcy 2003, 145 min	20.00 Morderstwa w Tours – Francja 2018, 120 min	20.00 Anna German. Tajemnica białego anioła (1, 2) – Rosja/Ukraina/Polska 2012	20.00 Niezgodna – USA 2014, 170 min
Transportowiec ładuje na nieznaną planetę. Załoga znajduje wrak pojazdu z obcą formą życia. Bestia dostaje się na pokład statku. Ripley i jej koleżdy walczą o przetrwanie.	Przebywający w więzieniu Paul Vitti dziwnie się zachowuje. Może cierpieć na zaburzenia osobowości. Do postawienia diagnozy zostaje wezwany doktor Sobel.	Dziennikarka Andie chce uwieść mężczyźną, a potem sprawić, by ją porzucił. Trafia na Benjaminia, który też ma plan. Założył się z szefem, że stworzy stały związek.	Komendantka policji Louise Chaland wraz z synem, księdzem Sylvainem Chalandem, prowadzi śledztwo w sprawie zabójstwa rzeźbiarza.	Lata 30 XX w. Niemiecycy koloniści, Germanowie, żyją w ciągłym strachu przed aresztowaniem. W końcu ojciec rodziny, Eugen, zostaje uznany za wroga ludu.	Przyszłość. Odważna Beatrix buntuje się przeciwko bezdusznej dyktatorce swojego państwa, w którym przeprowadzana jest selekcja mieszkańców.
23.15 Jak ukradłem 100 milionów – komedia kryminalna, Polska 2024, 120 min	22.00 The Office PL 2 (9, 10) – serial kom.	22.25 Zwyczajna przysługą – komedia kryminalna, USA/Kanada 2018, 145 min	22.00 Morderstwo w Miribel – krym., Francja 2024, 120 min	21.00 Horror Story – czarna komedia, 2023, 115 min	22.50 Family Man – komediomedramat, USA 2000, reż. Brett Ratner, wyk. Nicolas Cage, Don Cheadle, 165 min
1.15 Ślad (30, 31) – krym.	23.05 Comedy Club 5 (9, 10) – pr. rozrywk.	0.50 List w butelce – melodramat, USA 1999, reż. Luis Mandoki, 140 min	0.00 Morderstwo w koronkach – dram. krym., Francja/Bel. 2025, 120 min	0.05 Ekstradycja 3 (3, 4) – serial sensacyjny	1.35 Ciało – komedia, Polska 2003, 130 min
3.15 Gliniarze (347, 348)	0.35 Miasteczko South Park 2 (2-4)		2.00 Kobra – oddział specjalny (5, 6) – sens., Niem. 2021	3.35 Mój dług – dramat krym., 2021, 125 min	3.45 Pieczono gołąbki – komedia, Polska 1966, 135 min
5.20 Na ratunek 112 (860)	2.05 Pracoholicy 3 (2-6)			5.40 High Life	
CINEMAX HD	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD	SCI FI	FX HD	FILMBOX+ HD	ROMANCE TV HD
10.10 Chmurka – krótkometraż.	8.30 Świat według Kiepskich (3-8) – serial kom., Pol. 2008	6.00 SurrealEstate (5)	6.50 Agenci NCIS 10 (5, 6)	10.45 Komedia małżeńska – komedia obyczajowa, Polska 1993, 120 min	16.15 Inga Lindström: W twoim życiu – melodramat, Niemcy 2015, 110 min
10.20 Dziewczyna z Kolonii – biograf., 2025, 115 min	11.30 Bob kocha Abisholę 2 (4-9) – kom., USA 2020-2021	7.30 Kroniki Shannary (5-10)	8.40 FBI 4 (4, 6, 7) – serial krym.	12.45 Przypadkowy bohater – komediomedramat, USA 1992, 145 min	18.05 Dr Nice – Z ręką na sercu – komediomedram., Niemcy 2023, 115 min
12.15 Barry Seal: Król przemytu – biograf., USA/Japonia/Kan. 2017, 110 min	14.30 Święty (26-30) – kom., Pol.	14.20 Bibliotekarz 3: Kłątwa – film przygodowy, 2008, 110 min	11.25 CSI: Kryminalne zagadki Miami (2, 3) – serial krym.	15.10 RoboCop – film s.f., USA 2014, 155 min	20.00 Dr Nice – Stare rany – komediomedramat, Niemcy 2023, 115 min
14.05 Trudny zakład – komedia, Francja 1997, 100 min	17.00 Świat według Kiepskich (4-10, 1) – serial komediowy	16.10 Most do Terabithii – film familijny, USA 2007, reż. Gaboř Csupo, 115 min	13.15 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (13, 14)	17.45 Wysiąc – film sensacyjny, USA/Kanada/Australia 2001, reż. Renny Harlin, 135 min	21.55 Dr Nice – Słodkie kłamstwa – komediomedramat, Niemcy 2024, 115 min
15.45 Diuna – film s.f., USA 1984, reż. David Lynch, 135 min	21.00 Co ludzie powiedzą? 5 (2, 3) – kom., Wlk. Bryt. 1995	18.05 Saga „Zmierzch”: Przed świtem. Część 1 – film fantasy, USA 2011, 140 min	15.05 Z archiwum X 2 (18, 19)	20.00 Projekt Koliber – thriller, Iran/Belgia 2018, 150 min	23.50 Rosamunde Pilcher: Zagębiona, zakochana, zagębiona – film obyczajowy, 2011, 110 min
18.00 Aniołki Charliego – sens., USA/Niemcy 2019, 120 min	22.25 Jedną nogą w grobie 2 (4-6) – serial kom., Wlk. Bryt.	20.25 Saga „Zmierzch”: Przed świtem. Część 2 – film fantasy, USA 2012, 135 min	17.00 Spider-Man – film przygodowy, 2002, 145 min	22.30 Uprawdazona – film sens., Francja 2008, 130 min	
20.00 Tenet – thriller s.f., USA/Wlk. Bryt. 2020, 150 min	3.35 Śmiesznie nie będzie 6 (9) – program rozrywkowy	22.40 Zapowiedź – thriller, FILM 2009, 150 min	19.25 Krokwostwo niebieskie – dram. hist., USA/Hiszp./Wlk. Bryt. 2005, 185 min	0.40 Nim diabeł dowie się, że nie żyjesz – dramat sensacyjny, 2007, 150 min	
22.30 Gangi Nowego Jorku – dramat sens., USA/Niem./Włochy 2002, 165 min	4.00 Spadkobiercy (9) – rozr.	1.10 SurrealEstate (6-10)	0.45 Rambo 3 – film sensacyjny, USA 1988, 115 min		
1.15 Fargo 3 (5, 6) – serial krym.	4.45 Comedy Club 2 (8) – rozr.		2.40 Zabójcze umysły (7, 8) – serial kryminalny, USA		
CINEMAX 2 HD	VIASAT EPIC DRAMA HD	NOVELAS+ HD	FX COMEDY HD	FILMBOX+ HD	PARAMOUNT NETWORK HD
13.55 Dźwięki miłości – dramat obycz., Hiszp. 2025, 105 min	6.00 Lekarze na start (24-28) – serial obycz., Polska 2017	5.00 Historia Juany (36-40) – telenowela, Meksyk 2024, wyk. Camila Valero	7.40 Genialna Morgane (3-6)	11.55 Delikatność – komedia romant., Fr. 2011, 120 min	11.25 Fantastyczny Pan Lis – film anim., 2009, 105 min
15.40 Niekończąca się opowieść – film fantasy, RFN/USA 1984, 95 min	9.35 Poirot 3 (10) – serial krym.	10.00 Otchłań namiętności (109-113) – telenowela, Meksyk 2012	10.55 Diabli nadal 8 (10-13)	13.55 Opowieści z ławeczki – kom., Fr. 2009, 125 min	13.10 Step Up: Taniec zmysłów – film muzyczny, USA 2006, 140 min
17.15 Uciekające kurczaki – film animowany, Wlk. Bryt./USA/Fr. 2000, 85 min	10.40 Poirot 4 (1, 2) – serial krym.	15.00 Róże i grzechy (8-12) – telenowela, Turcja 2025, wyk. Murat Yildirim	12.55 Sposób użycia 5 (20-24)	16.00 Scenariusz na miłość – komedia romantyczna, USA 2014, 120 min	15.30 Pompeje – film katastroficzny, Kanada/Niemcy/USA 2014, 135 min
18.40 Duma i uprzedzenie – musical, USA/Wielka Brytania/Indie 2004, reż. Gurinder Chadha, 110 min	15.05 Zatraceni w miłości (26-30) – telen., Turcja 2023	20.00 Rubi (104, 105) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori	15.25 Wszyscy kochają Raymonda 5 (3-8) – kom.	18.00 Wrzawa – dramat obyczajowy, Nowa Zelandia 2023, 120 min	17.45 Mission: Impossible – film sens., 1996, 135 min
20.30 Erin Brockovich – dramat obyczajowy, 2000, 130 min	20.00 Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (4) – serial krym., Australia	22.00 Za wszelką cenę (79-83) – telenowela, Brazylia 2025, wyk. Paolla Oliveira	18.25 Dorwać ją! – komedia romant., USA 2010, 135 min	20.00 Rozdzielne światy – melodramat, Grecja 2015, reż. Christopher Papakaliatis, 115 min	20.00 Mission: Impossible 2 – film sensacyjny, USA/Niemcy 2000, 155 min
22.40 Duse – film obyczajowy, Wł./Francja 2025, 130 min	4.10 Poirot 3 (10) – serial krym.	3.00 Rubi (104, 105) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori	20.40 Agenci bardzo specjaliści – komedia kryminalna, USA 2004, 135 min	22.25 Granica – dramat fantasy, 2018, 120 min	22.35 Immortals. Bogowie i herosi – film fantasy, USA 2011, 120 min
0.50 Imię – komedia, Francja/Belgia 2012, 110 min	5.05 Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (4) – serial krym., Australia		22.55 Johnny English: Reaktywacja – komedia przygodowa, 2011, 125 min	0.25 Winner – dramat biograf., Kanada/USA 2024, 115 min	0.35 Ojciec chrzestny 2 – film sensacyjny, 1974, 225 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD	POLSAT SPORT 1 HD	CANAL+ SPORT HD	TVP SPORT TVP SPORT DVST2	ELEVEN SPORTS 1 HD	Discovery DISCOVERY CHANNEL HD
8.45 Formula e: ePrix Chin – 2. wyścig LIVE 10.15 Wspinaczka: Zawody World Series w Krakowie – speed par mieszanych – finały 11.15 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w La Thuile – zjazd kobiet i zjazd mężczyzn 12.30 Kolarstwo: Tour de France – 1. etap 13.30 Kolarstwo: Tour de France – 2. etap 18.00 Cycling Essential Stories – mag. 18.15 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w La Thuile – cross-country kobiet i cross-country mężczyzn	6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy 9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski 10.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy 11.00 Halo, tu Wimbledon – magazyn tenisowy 12.00 Kronika Wimbledonu – magazyn tenisowy 13.00 Tenis: Turniej Wimbledon – studio 14.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 16.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej	6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Jagiellonia Białystok – KGHM Zagłębie Lubin 8.30 Premier League Review – magazyn piłkarski 10.25 Witaj w akademii (2) – dok., Pol. 11.00 Liderzy. W centrum gry (2) – dok., Pol. 12.10 Turbokozak – magazyn piłkarski 13.20 Turbokozak – magazyn piłkarski 14.30 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA 15.35 Liderzy. W centrum gry (2) – dok., Pol. 16.45 Zużel: PGE Ekstraliga – mecz: Motor Lublin – Gezet Stal Gorzów	10.15 Piłka nożna: MŚ 2026 – 1/8 finału 12.35 Strongman: Super Series – Świebodzin 2026 13.35 Polska Liga Żeglarska – mag. 14.05 Wioślarstwo: PŚ w Lucernie – finały 15.10 Mundial. Teatr emocji – reportaż, Pol. 16.15 Koszykówka mężczyzn: Eliminacje MŚ: Austria – Polska U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026 – podsumowanie fazy grupowej 19.30 Dzień na mundialu (24) – mag. piłkarski	7.50 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii 9.20 Formula 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii LIVE 10.40 F2: Chasing the Dream – mag. motor. 10.55 F1 Academy: Grand Prix Wielkiej Brytanii LIVE 12.10 Formula 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii LIVE 13.20 GP Confidential LIVE 14.00 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii – parada kierowców LIVE 14.30 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii – studio 15.55 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii LIVE 18.00 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii – studio	8.00 Fantastyczne zwierzęta z Forresterem Galante – serial dok. 9.00 Złomowisko PL 3 (1, 2) – serial dokum. 11.00 Kamperem przez świat (6) – dok., Pol. 12.00 Przygody truckerki (5) – serial dokum., Pol. 13.00 Cieężarówka przez Afrykę (4) – dok., Pol. 14.00 Gończąca złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 – serial dok. 15.00 Specjalistki (5, 6) 17.00 Nic do ukrycia (9) – serial dok., Pol. 2021 18.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (7) – dok. 19.00 Celnicy na straży Niemiec (1) – dok.
20.15 Zawody World Series w Krakowie – speed par – finały Pierwsza w sezonie rywalizacja duetów. Polskę reprezentować będą m.in. Aleksandra Mirosław z Patrycją Chudziak. 21.15 Kolarstwo górskie: Zawody Pucharu Świata w La Thuile 22.30 Kolarstwo: Tour de France – 2. etap: Tarragona – Barcelona 0.00 Snooker: Turniej Northern Ireland Open w Belfastcie: J. Lisowski – J. Trump 1.30 Kolarstwo	18.30 Turniej Wimbledon LIVE – mecz 4. rundy gry pojedynczej Hubert Hurkacz nie wystąpił w ubiegłorocznym Wimbledonie, a jego największym sukcesem na londyńskich kortach pozostaje udział w półfinale w 2021 roku. 21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej 23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej 1.00 Boks	19.15 PGE Ekstraliga: GKM Grudziądz – PRES Grupa Deweloperka Toruń W poprzednim spotkaniu tych zespołów mistrzostwo Polski zwyciężyli 48:42. 21.30 Magazyn PGE Ekstraliga – mag. 23.15 Boks: BKFC Liberty Brawl: Philadelphia 0.30 Piłka nożna: W centrum gry (2) – dok., Pol. 1.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Raków – Arka Gdynia 4.15 Magazyn PGE Ekstraliga – mag.	21.00 Mistrzostwa świata LIVE 2026 – mecz 1/8 finału Dla Viniciusa Juniora i jego kolegów z reprezentacji Brazylia awans do tej fazy turnieju to obowiązek. 1.00 Piłka nożna: LIVE Mistrzostwa świata 2026 – studio 1.50 Piłka nożna: LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału 5.00 Boks: Walka o pas WBA w Montrealu – waga superpółśrednia: Mary Spencer – Mikaela Mayer	19.00 GP Wielkiej Brytanii W poprzednim sezonie z wygranej cieszył się Lando Norris. Przekonamy się, jak kierowca McLarena poradzi sobie tym razem. 21.05 Formula 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii 22.15 Formula 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii 23.35 Made in Italy (12) 0.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (4-6) 2.00 Piłka nożna: Liga włoska: Pisa – Juventus 4.00 Werder Double – film dokum.	20.00 Akta ekspedycji 2: Dziwne, ale prawdziwe Historia dziecka, która stała się inspiracją dla filmu „Egzorcysta” i odpowiedź na pytanie, czy halucynogeny mógł mieć wpływ na wynik starożytnej bitwy. 21.00 Gończąca złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 – serial dok. 22.00 W oku cyklonu: Łowcy burz (2): 5 w skali EF – serial dok. 23.00 Celnicy na straży Niemiec (1) – serial dokumentalny
13.00 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w La Thuile – short track kobiet 13.15 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w La Thuile 15.15 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w La Thuile 17.30 FIM World Endurance Championship: Wyścig 8-godzinny w Suzuce 19.00 Golf: John Deere Classic – finał 0.00 Kolarstwo: Tour de France – 2. etap: Tarragona – Barcelona 1.30 FIM World Endurance Championship: Wyścig 8-godzinny w Suzuce	8.00 Lekkoatletyka: Diamentowa Liga w Eugene 10.00 Minisiatkówka: Finał mistrzostw Polski w Gliwicach 12.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy 14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 18.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 1.00 Sporty walki: FEN	10.45 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg 13.00 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg 15.15 Wyścigi konne: Tor Służewiec 2026 – Gala Derby 17.45 8 wspaniałych (4) – serial dokum., Polska 2025-2026 18.30 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg 21.00 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg 23.30 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg 2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lech Poznań – Zagłębie Lubin	6.00 Action Sports World (5, 6) – magazyn sportowy 8.00 KPW Kombat TV (9) – program sportowy 9.00 WWE Classic Gold (77) – program sportowy 9.40 WWE Highlights (7) 10.00 AEW Dynamite (2626) 12.00 AEW Collision 2 (2626) 14.00 AEW PPV (10) 19.00 AEW Dynamite (2529) – program sportowy 21.00 PTW Wrestling (29, 12) – program sportowy 2.30 WWE Highlights (1) – program sportowy 3.00 Action Sports World (6-8) – magazyn sportowy	14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Parma Calcio 1913 – Inter 16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Bayern – TSG 1899 Hoffenheim 18.00 Formula 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii 19.00 Formula 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii 20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Bologna FC 22.00 Ligue 1 Show (35) – mag. 22.40 Bundesliga Special (21) – magazyn piłkarski 23.45 Bundesliga Clubs – mag. 0.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – Lille OSC	6.00 Beauty ekspert 6.30 Szpital (381-384) 10.30 Pojedynek na modę (1) 11.15 Megasknery 2 (5-7) – dok. 12.45 Klinika bez tajemnic 15.45 Jak to robią zwierzęta? 16.15 Misja ratunkowa (9, 10) 17.45 Wycieczkowiec (5) 18.45 W czym do słońca? (5, 6) 19.45 Salon sukien słubnych: Indie (5, 6) – pr. rozrywk. 20.45 Dziecko czy oszustka. Przypadek Natalii Grace 21.45 Rodzina wielkiej wagi 22.45 Historie wielkiej wagi 0.45 Sekrety lekarzy (6) 1.45 Sekrety chirurgii (1) 2.35 Szpital (335, 336)
12.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 18.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 20.00 Sporty walki: Babilon MMA 49 w Radomiu: P. Polityto – B. Majdan 20.50 Boks: Rocky Boxing Night w Kościelnie – waga ciężka: K. Meyna – A. Wright 23.05 Sporty walki: First Step Championship 12 w Kolużkach – walka: Michał Milek – Gabriel Ruiz	11.00 Siatkówka plażowa: Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Lebie – mecz półfinałowy kobiet 12.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 18.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 20.00 Sporty walki: Babilon MMA 49 w Radomiu: P. Polityto – B. Majdan 20.50 Boks: Rocky Boxing Night w Kościelnie – waga ciężka: K. Meyna – A. Wright 23.05 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 1.00 Sporty walki: Babilon MMA	12.30 Zużel: Metalkas LIVE 2. Ekstraliga – mecz: Orzeł – Hunters PSZ Poznań 15.00 Zużel: Metalkas LIVE 2. Ekstraliga – mecz: Polonia Piła – Cellfast Wilki Krosno 17.45 Wyścigi konne: Tor Służewiec 2026 – Gala Derby 20.05 Liderzy. W centrum gry (2) – serial dok., Polska 2026 21.10 Franz (5) – serial dokum. 22.00 Boks: BKFC Liberty Brawl: Philadelphia 23.15 Magazyn PGE Ekstraliga – magazyn żużlowy 1.00 Ligomistrzostwo historie (3) – magazyn piłkarski	14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Werder 16.00 Piłka nożna: Liga francuska: Toulouse – Lens 18.00 Ligue 1 Show (35) – mag. 18.30 Bundesliga Monthly Special #22 (22) – mag. 19.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (3, 4) – mag. 20.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Sporting CP – Casa Pia AC 22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Sassuolo – Juventus 0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: 1. FC Köln – 1. FSV Mainz 05	14.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Olympique Marsylia – Lens 16.00 Ligue 1 Show (35) – mag. 16.30 Bundesliga Special (22) 17.00 Made in Italy (12-15) 18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Lazio – Napoli 20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: 1. FC Köln – VfL Wolfsburg 22.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Lille OSC – RC Strasbourg 0.00 Bundesliga Special (12) 0.30 Podróż do świata Calcio – magazyn piłkarski 1.00 Birds of paradise – dok.	12.30 Gwałdelupa. Od szczytów do głębin oceanu – film dok. 13.30 Rozmowa z kinem: Charlie Chaplin: duch włości – film dokum. 16.10 Bojownicy! One walczyły w getcie warszawskim – film dok. 17.50 W stronę słońca – dok. 19.30 W smartfonach prezydentów – film dok. 20.30 Mark Zuckerberg: od kłopotów geeków do technologicznego guru – film dokum., Francja 21.30 Czy AI zabija internet? 22.30 Yintah – film dok., Kan.

STACJE POPULARNONAUKOWE

SD	DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB T2	HISTORIA HD	HISTORIA HD	
6.00	Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny	6.00	Zbrodnie z pierwszych stron gazet 8 – serial dokumentalny, 2024	6.00	Wehikuł czasu (705) – program inform.	6.00	Przyłbice i kaptury (8) – przyg., Pol. 1985
8.00	Poszukiwawcze dinozaurów – serial dokumentalny, USA	8.00	Ciało w piwnicy – serial dokumentalny	6.05	48h. Zaginięci (37) – serial krym., Polska	10.15	Starożytne mocarstwa (4) – dok.
10.00	Jak to jest zrobione? – serial dok., Wielka Brytania	10.00	Mój sąsiad morderca 3 – dok., USA/Wlk. Bryt.	7.00	Rolnicy. Podlasie (41, 42) – serial dok.	11.10	Jackecy Cygan. Życie jest sztuką – film dokum., Polska 2025
12.00	Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2 – serial dokumentalny, USA	12.00	Podejrzany przy telefonie (1) – serial dokumentalny, USA	9.00	Niezwykły świat ryb – film dokum., Niemcy 2020	12.15	Wszystkie kolory świata – dok., Francja
14.00	Czy jest z nami inżynier? (3, 4) – serial dok., Wlk. Bryt.	14.00	W sieci kłamstw – serial dokumentalny	10.00	Podglądacze przyrody (5, 6) – serial dok., Pol. 2025	13.20	Góry Europy (1): Ardeny – cykl dokum.
16.00	Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny	16.00	Zbrodnia w sąsiedztwie 2 – serial dokumentalny, USA 2011-2012	11.00	Z klimatem i z pasją (7) – program publicyst.	14.25	Narodziny narodu – dramat historyczny, USA 1915, 195 min
18.00	Jak to jest zrobione? – serial dok., Wielka Brytania	18.00	Żyjąc z potworem – serial dokumentalny	11.30	Wojny magazynowe (17-21) – reality show	17.40	Blisko, coraz bliżej (11) – obycz., Pol. 1986
	DOKUMENTALNY	20.00	Wywiad z mordercą – serial dokumentalny	14.00	Gwiazdy lombardu 25 (13) – reality show	19.05	Nieznana wojna na Północy (1) – dok.
			DOKUMENTALNY	15.00	Technologie jutra (5, 6) – serial dokum.	20.10	II wojna światowa: Droga do zwycięstwa (1): Dunkierka – serial dok.
			DOKUMENTALNY		DOKUMENTALNY		DOKUMENTALNY
20.00	Wyprawa w nieznanie 10 – USA	21.00	Dusiciel z Wichita Dennis Rader, znany jako BTK, był seryjnym mordercą. Terroryzował Wichita w stanie Kansas przez trzy dekady. Policji udało się go schwycić dopiero w 2005 r.	20.00	CIA: Tajemnice i szpiegdy (3) – USA	21.10	Wszystko na sprzedaż – Polska 1968, reż. Andrzej Wajda, wyk. Beata Tyskiewicz, 110 min
21.00	Wyprawa w nieznanie 9 – serial dokumentalny, USA	23.00	Boysbandy: mroczna strona sławy – film dokum.	21.00	Największe katastrofy budowlane (1) – dok.		21.00 II wojna światowa: wysięg zbrojny (3)
22.00	Dolina Królów: ostatni sekret faraonów – film dok.	1.00	Dusiciel z Wichita – film dok., USA 2019	22.00	Katastrofa w przestworzach (1, 2, 9) – serial dokum.		22.00 Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2 (16) – dok.
0.00	Jak działa wszechświat? – dok.	2.50	Mroczne piętno 3 – serial dokumentalny	2.00	Alaska: Następne pokolenie (1, 2)		23.00 Starożytni kosmiczni 17 (1, 2) – serial dokumentalny
2.00	NASA – archiwum tajemnic – serial dok.	3.40	Autostrada do piekła – serial dok.	4.00	Wielkie konstrukcje III Rzeszy – dok.		0.50 Tom Hanks: II wojna światowa (10) – dok.
	DISCOVERY HISTORIA HD	5.15	Żyjąc z potworem – serial dok., USA		POLSAT VIASAT NATURE HD		1.50 Jak Hitler przegrał wojnę (1, 3) – dok.
8.00	Na tropach tajemnic (8)	13.35	Cały rok z pandą (2)	14.00	Dzika przyroda Indii (1)	10.00	Najpiękniejsze trasy spacerowe (3) – dok.
9.00	Wysięgi po antyki – dok.	14.40	Supermoce roślin – dok.	15.00	Dzikie Indie (1) – dok.	11.00	Słynne indyjskie tygrysy
10.00	Skarby z szopy – klasyki	15.50	Gusta Eiffel. Nie tylko wieża – film dokumentalny	16.00	Bertie Gregory: bliskie spotkanie z motowatami – dok.	12.05	W okowach mrozu 3 (8)
12.00	Łowcy staroci (9) – dok.	17.00	Ginąc zemrosta Korei (3) – dok., Korea Południowa	17.00	Uwaga! Rekin! (1) – dok.	13.05	Indie z Alexandrem Armstrongiem (1) – dok.
13.00	Walka o bagaż (5, 6)	18.00	Dokąd dzieje 4 (63, 64)	18.00	Księżycowe rekiny	14.05	Najpiękniejsza droga Wielkiej Brytanii (3, 4)
14.00	Tajemnice starożytnych mumii – serial dok., USA	18.40	Mam zamiek 2 (4, 5) – dok.	19.00	Przedziwna planeta Ziemia (10) – serial dok.	16.10	Zdrowa zmiana 2 (9, 10)
15.00	Mistrzowie oręża – dok.	19.45	Jimmy Somerville.	20.00	Europa z powietrza (1)	17.20	David Attenborough i cuda natury 2 (9) – dok.
17.00	Tajemnice ziemi – Hiszpania (5) – dok.	20.45	„I Feel Love” – film dok.	21.00	Najgroźniejsi mieszkańcy Alaski (2)	17.50	W okowach mrozu 3 (9)
18.00	Pogromca mitów w akcji – serial dok., USA	20.45	Niezwykłe życie Buffy Saint-Marie – film dok.	22.00	Olsniwiająca Ameryka: Południowy Zachód (3)	18.50	Mroźna planeta (5, 6)
19.00	Na ratunek starociom (12, 13) – serial dok., USA	22.30	Sekta (3) – serial dok., Fr.	23.00	Gorongosa: odzyskać raj – film dokumentalny, USA	21.00	Słynne indyjskie tygrysy
20.00	Podziemne sekrety	23.10	Syndrom hawański. Kto pierze umysły Amerykanów? (1) – dok.	0.00	Najgroźniejsze zwierzęta świata (8)	22.05	W okowach mrozu 3 (10)
23.00	Nawiedzona Irlandia	0.20	Jak oligarchowie korumpują Zachód (1)		POLSAT VIASAT EXPLORE HD	23.05	Ben Fogle na Cyprze
1.00	Wielki zwindel – dok.			6.20	Drwal z Vancouver Island (5-9) – reality show	23.25	Zdrowa zmiana 2 (9, 10)
2.00	Seryjni mordercy	13.20	Kolaboranci Hitlera (1)	11.00	Kowboje z zimnych wód 2 (1-5) – serial dok.	1.35	W okowach mrozu 3
	TVP DOKUMENT HD	14.30	Zaginione złoto II wojny światowej (5) – serial dok.	16.00	Australijscy poszukiwacze złota 7 (11-15) – dok., Australia		CI POLSAT HD
15.00	Skrzydła i sieci. Niezwykły taniec w powietrzu (1) – dok.	15.00	Poszukiwacze historii	21.00	Special Ops: Prawda (5, 6) – serial dokumentalny	16.00	Akta Fajbusiewicz (4)
16.00	Sekrety dzikich kwiatów (5) – serial dok.	15.50	I wojna światowa w liczbach (5) – serial dok.	22.10	Materia. Lwie serce (1) – film dokum., Polska 2023	16.30	Nastoletnie polskie zabójczynie (1) – dok.
17.05	Kultura miejska (5)	16.55	Hitlerowscy poszukiwacze skarbów	23.05	Militarny ranking (5) – serial dok., Wlk. Bryt. 2016	17.00	Zbrodnia: oszukać prawdę (5) – serial dokum.
18.05	Sanatorium miłości 4 (5)	17.50	Skonowanie historii (5)	0.15	Czarodziej z kanadyjskich złomowisk 2 (10-12)	18.00	Kobiety, które zabijają: wyznania zła (krat (6))
19.00	Tischner – film dok., Pol.	18.55	Koszty wojny (5) – dok.	2.40	Łowcy samochodów z Australii (1-4) – dok.	19.00	Sprawa Iwony Wieworek (3) – film dok.
20.10	The Beatles na Stadionie Shea: tamte słowa, tamten dzień – dok., Fr./Rumunia	20.05	Najsłynniejsze napady 22.00 Kosmos – niewyjaśnione tajemnice starożytności (9) – serial dokumentalny			20.00	Chippendales: mroczne sekrety (3) – serial dok.
21.45	Tajemnice kulturowych seriali (2) – serial dokum.	22.55	Sekrety Biblii (5) – dok.			21.00	Nastoletni mordercy (4)
22.45	Tamte lata, tamte dni	23.55	Kroniki Hitlera (9) – dok.			22.00	Najbardziej szokujące pojedynki 2 (13, 14) – dok.
23.25	Jak przejadamy naszą przyszłość – film dokum.					23.00	Dowody zbrodni: krwawy Zachód (1)
0.50	Sanatorium miłości 4 (4)					23.55	Spowiedź seryjnego mordercy (1) – serial dok.

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TWN STYLE HD
14.20 Janosik (13-ost.) - serial przyg., Polska	13.40 Prywatne życie zwierząt 14 (8)	6.00 Komisarz Mama (19, 20) - serial krym.	7.00 Ewa gotuje (474)	12.10 Zakup w ciemno 3 (36) - reality show	5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (3)
15.10 Joanna Kołaczowska - królowa kabaretu - program rozrywkowy	14.10 Prywatnik na tropie (37) - dok.	8.00 Bogaty dom - biedny dom (139)	7.30 Nieznane zdjęcia Hitlera (4) - serial dok.	13.10 Zakup w ciemno extra (30)	5.55 Rajska posiadłość Pameli Anderson (6) - dok., Kanada/Niemcy
16.15 Niedziela Z... - kult.	14.45 Olga Lipińska zaprasza (9)	9.00 Rolniczki (13, 14) - serial dok., Pol. 2025	8.30 Kultowe pociągi - najwspanialsze podróże koleją	13.40 Damy i wieszczki. PL 5 (1) - fab-dok.	6.50 Będzie pięknie (5)
17.05 Ja wam pokażę! (10) - serial obycz., Polska	15.30 Program rozrywkowy	11.00 Działkowcy (5) - dok.	9.40 Galileo (1178, 1179)	14.40 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (11)	7.45 Dzień dobry wakacje - magazyn
17.55 Teleexpress	15.45 Moje przeboje (11)	12.00 Najpiękniejsze domy na wsi (1) - serial dok., Pol. 2024	11.40 Mini Galileo (106)	15.45 Express - pr. inform.	11.30 Kuchenne rewolucje (2) - rozr.
18.15 Kabaretomanicy (65) - pr. rozrywk.	16.20 Omnibus - szybcy i mądrzy (3) - telet.	13.00 Bogaty dom - biedny dom (140)	11.55 Czasy ostateczne: Pozostawiny - film sensacyjny, USA/Kanada 2014, 135 min	16.05 Idź na całość 2 (11)	12.30 Bawski biznes (5)
19.10 63. KFPP w Opolu - Kiedy mnie już nie będzie... W hołdzie Magdzy Umer i Agnieszce Osieckiej (1) - koncert	16.50 Omnibus - szybcy i mądrzy - dogrywka (3)	14.00 Nasz nowy dom (319) - reality show	14.10 Doktor Dolittle - komedia, USA 1998, 110 min	17.10 Życie na kredycie 8 (7) - reality show	13.30 Jestem z Polski 16 (18, 15, 19) - dok., Pol.
20.10 Program informacyjny 19.30	17.10 Omnibus - szybcy i mądrzy (4) - telet.	15.05 Demakijaż (220, 221) - program rozrywkowy	16.00 Jaś Fasola: Nadciągają totalny kataklizm - komedia, Wielka Brytania/USA 1997, 115 min	17.45 Express - pr. inform.	16.35 Bitwa o gości (9) - reality show
20.40 Pogoda	17.35 Omnibus - szybcy i mądrzy - dogrywka (4)	16.00 Bogate dzieciaki bez kasy (1, 2) - reality show	17.55 Uroczysko (171-174) - serial krym., Polska	18.00 Pogoda, sport	17.35 Do zobaczenia (8) - mag. poradnikowy
	18.00 Koło fortuny (2046)	18.00 Nasz nowy dom (320, 321) - reality show, Polska		18.10 Życie na kredycie 8 (8) - reality show	18.10 Ugotowani (9) - pr. kulin.-rozrywk.
	18.40 Szansa na sukces. Opole 2026 (3)			18.45 Żony Podlasia 3 (5)	19.10 Kuchenne rewolucje (6, 7) - program rozrywkowy



20.50 Komisarz Alex 23 (284) - Polska 2025
Licealistka Pola ginie pod kołami pociągu. Alex zauważa w pobliżu miejsca zdarzenia zakapturzoną postać. Wraz z Kozarą ruszają w pościg.

21.40 Łato z Radiem i Telewizją Polską - widowisko

23.40 N jak Neo-Nówka (1)
0.40 Ja wam pokażę! (10)
1.30 Program informacyjny 19.30

2.00 Pogoda
2.05 Zatoka szpiegów (8)
2.55 Łato z Radiem i Telewizją Polską



19.45 N jak Neo-Nówka (1)
Członkowie wrocławskiego kabaretu bawią się improvizacją, wcielając się w prezenterów telewizyjnych. Przedstawia najbardziej absurdalne doniesienia z kraju.

20.50 Kocham Cię, Polsko! (6) - program rozrywk.

22.25 Postaw na milion
0.20 Koło fortuny (2046)
1.00 Omnibus - szybcy i mądrzy (3) - telet.

1.30 Omnibus - szybcy i mądrzy - dogrywka (3)
1.45 Omnibus - szybcy i mądrzy (4) - telet.



20.00 Bogate dzieciaki bez kasy (34) - Polska
Nastoletnia Roksana korzysta z indywidualnego toku nauczania, pomaga mamie w prowadzeniu butik i zarabia przez afiliację. Zamieszka u samotnej matki Beaty.

21.00 Gry małżeńskie (210) - reality show

22.00 Kolacja w ciemno (87) - pr. rozrywk.

23.00 Gry małżeńskie (148, 149)
1.00 Kolacja w ciemno (10, 11) - pr. rozrywk.

3.05 Wieszienie kobiet (9, 10) - serial dokum.



20.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (1004-1007) - Pol. 2026
Kalicka i Rosa prowadzą dochodzenie dotyczące śmierci nastoletniej Natalii, której ciało znaleziono w stajni podczas zawodów jeździeckich.

0.05 STOP Drogowka
1.05 Polowanie na Hitlera (3, 4) - dok.

3.05 Interwencja - mag.
3.25 Lubię disco! (275)
4.25 Top 10 - lista przebojów - pr. muz.

5.30 Telezakupy TV Okazje



22.00 Żony Podlasia 3 (6) - Polska 2025
Smutna Benia pomaga przy żniwach. Marcin i jego synowie postanawiają ją rozweselić. Aldona wybiera się z bliskimi na ryby. Gała z Krysią jadą do Michałowa po grzałkę.

23.00 Nic do zgłoszenia 5 (4) - serial dokum., Pol.

0.00 Damy i wieszczki. PL 6 (17) - fab-dok.

1.00 Kanapowcy 5 (4)
2.00 SOS. Ekipy w akcji (9, 10) - paradok., Pol.

3.35 Sędzia Anna Maria Wesołowska (513)
4.20 Szpital (602)



21.05 Kate. Narodziny księżnej (1/3) - 2025
Autorzy prezentują szczegóły życia Kate Middleton, od czwastoletniego aż po związek z księciem Williamem. Ujawniają m.in., gdzie zdobywała wykształcenie.

22.10 EuroPOLKI studentki (2) - rozr.

0.10 Coby jej świat (9)
Świata (2) - dok., Pol.

1.10 Domy z potencjałem: Nowa odsłona (1)

2.15 Nieoczywiste miejsca (2, 11) - dok.

8.55 Ojciec Mateusz 20 (258, 259) - krym., Pol. 2018
10.45 Czy wiesz, że? (285)
11.20 Na sygnale (646, 647)
12.25 Ojciec Mateusz 6 (74)
13.20 Komisarz Alex 3 (38)

14.15 Ranczo 6 (75, 76) - obycz.

16.10 Postaw na milion - telet.

17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 25 (317)
19.20 Ranczo 7 (82-84) - obycz.

22.20 Czarny mercedes - film kryminalny, Polska 2019, 135 min

0.35 Jan Serce (1, 2) - obycz.
3.00 Poddzwonienia z Paryża - sens., Fr. 2010, 100 min

8.05 Przy muzyce po Śląsku
8.35 Muzyczne dzieło dobry
9.35 Przy muzyce po Śląsku
10.45 Klaczy i Lachy - pr. rozr.
11.15 Spotkanie z balladą
12.20 Hansi Hinterseer zaprasza - pr. rozrywk.

14.30 Śląska karuzela - muz.

16.00 Koncert życzeń
17.50 Szlagierowa lista - muz.
19.45 Koncert w TVS - pr. muz.

21.45 Rosamunde Pilcher: Upragnione dziecko Amy - dramat obyczajowy, Niemcy 2023, 110 min

23.35 Śląska karuzela - muz.
1.20 Program kulinarny
2.50 Pasma ciekawostek

9.35 Wojciech Cejrowski - bosy przez świat
11.45 Cztery pancerni i pies (1, 2) - wojenny, Pol. 1966
14.30 Gang Olseña nigdy się nie poddaje - komedia sens., Dania 1979, 140 min

16.50 DYNAMO: Więcej niż magia (3, 4) - serial dokum.

18.50 Kabaretowe przeboje 4
20.00 Hity polskiego kabaretu 7 (7, 10, 9) - rozr.

23.00 Magia nagości. Najsmaczniejsze kaski
0.00 Adam szuka Ewy. Niemcy (3) - pr. rozrywk.

1.00 Magia nagości. Finlandia 4 (4) - pr. rozr.

11.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5
13.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporanymi - reality show

14.00 Włoskie zdrady (19, 20)
15.00 Miłość za granicą
16.00 Wiza na miłość: ostatnia szansa 2 - reality show

17.00 Wiza na miłość: ostatnia szansa - reality show

18.00 100 kucharzy
19.00 Megaknery: Brazylia
20.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 - reality show

21.00 Wiza na miłość 12
23.00 Skórka na ratunek 8
0.00 Dr Pryszczyla - kulisy

16.35 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2
16.50 Z pola na stół (5) - dok.
17.15 U sąsiadów w kuchni 16 (9, 10) - serial dok., Niemcy

18.25 Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę (7, 8) - serial dok., Pol. 2023

19.20 Jakubiak rozgryza Wietnam (1) - mag. kulin.

19.45 Dzień dobry, obiad 2
20.40 M jak mięso 4 (1, 2) - dok.

21.30 Wszystkie smaki fermentacji (4) - dok.

22.05 Podróż przez smaki Chin 2 (1) - serial dokum.

23.00 Anthony Bourdain - miejsca nieznane 8 (2)

9.30 Jeździć, obserwować (7)
10.15 Z drugiej rejki (3, 4) - mag.
11.45 Naprawy nie do naprawy (3) - mag.

12.30 Wojny samochodowe
14.30 Zawodowy handlarz (8)

15.15 Cieżarówka przez Chile
16.15 Moto Kombatt (1, 2)

17.45 Raport końcowy (825)
18.10 Cieżarówka przez Stany
21.10 Wojny samochodowe (7)

22.10 Z drugiej rejki (3) - mag.
22.55 Naprawy nie do naprawy (3) - mag.

23.40 Cieżarówka przez Chile (2) - program rozrywkowy

0.40 Prawko na świecie. Jazda bez zasad (2) - rozr.

8.20 Frieren. U kresu drogi
9.30 Dragon Ball Super (65-71)
13.00 One Punch Man (1, 2)
14.00 Kabaret na dobry wieczór. Paranie-normalni Show

16.00 Nowa Rewia Kabaretowa (16, 17)

18.00 Kabaret na żywo. Przystanek Radość (4)

20.00 Nowa Rewia Kabaretowa (13) - pr. rozr.

21.00 Zdrady (80-83) - paradok.
1.00 łowca pedofiliów
3.00 TV okazje (91, 92)
3.50 Wehikuł czasu (705, 704)
4.00 Sala operacyjna (9, 6)
5.00 Pod lupą MIGAC (1, 2)

9.50 The Floor (9, 10) - telet.
11.10 Footloose - film muz., USA 2011, 140 min

13.30 Diagnosta (6, 7) - obycz.

15.30 Kryminalni 2 (8-10)
18.00 Milionierzy (621, 622)
20.50 Yellowstone (4, 5)

22.00 Millerowie - komedia kryminalna, USA/Wielka Brytania 2013, 125 min

0.05 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5 (4) - dok.
1.10 Szpital (774) - paradok.
2.10 Szkoła (527, 528)
3.40 Nowa Maja w ogrodzie 4 (25, 26)
4.30 Osadzone. Blok F (2)
4.55 Złomowisko PL 6 (2)

8.15 Papież: Najpotężniejszy człowiek w historii (4)
9.10 Co Polak potrafi na drodze? (7) - pr. rozr.
10.15 Nostradamus: prorocтва na XXI wiek

12.05 Polska. Największe tajemnice (7, 8) - pr. rozr.

14.05 Łowcy skarbów 3 (2-5)
18.00 77 TV 5 (18) - pr. rozrywk.
19.00 77 TV 4 (18) - pr. rozrywk.

20.00 Alex Hugo - górski detektyw (27, 28) - krym.

0.10 Zabójca z autostrady - thriller, Kanada 2011, reż. Allan Kroeker, 105 min
1.55 Nostradamus: prorocтва na XXI wiek

11.00 Pogoda
11.05 Whitney Houston: rodzinna tragedia - dok.
13.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4 (7)

14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (17) - dok.

15.00 Strażacy z sąsiedztwa 2
15.55 Policjanci w akcji (7)

16.55 Pogoda
17.00 Policjanci z sąsiedztwa 2 (3-7)

22.00 Pogoda
22.05 Mistrzowie Kabaretu 10 (4) - program rozrywkowy
23.05 Mistrzowie Kabaretu 11 (1) - program rozrywkowy
0.05 Przebojowe kabarety (3)

12.30 Uczeczka na wieś 24
10.10 Wielkie projekty: Australia 12 (1) - dok.
15.15 Luksusowa uczeczka 6
16.15 Adres: rezydencje marzeń (5) - serial dok.

17.15 Bitwa o wnętrza (1)
18.10 Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 7 (8)

18.35 Daleko od miasta 13 (10)
19.00 Uczeczka na wieś 22

21.00 Pomocy! Kupiliśmy wioskę (17, 18) - dok.

22.50 Cudotwórcy: zachokaj się w swoim domu na nowo (1, 2) - dok., Kan.
0.35 Kupiliśmy sobie zamek - damy radę (1) - dok.

12.05 Polowanie na ogród 4 (4)
12.40 Letnia chata na lata 3
14.30 Złoty remont 4 (4) - rozr.
15.30 Będzie pięknie (8) - rozr.

16.35 Weekendowa metamorfoza 5 (7) - rozr.

17.35 Kamera, akcja, wpadka! (13-15) - program rozrywk.

19.15 Kolekcjonerski obłęd wart miliony (1, 2) - rozr.

20.20 House Hunters - Poszukiwacze domów 5 (1, 2) - pr. rozr.
21.25 Dorota inspiruje (1, 2)
23.20 Najgorętsze nieruchomości pod słońcem (9, 10) - dok.
0.25 Sprzątaczk (10-12)

POLSAT 2 HD	
5.50	Wydarzenia
6.30	Sekrety rodziny (153) – serial paradokum., Pol. 2020
7.30	Z klimatem i z pasją (248) – program publicystyczny
8.00	Sekrety rodziny (154) – serial paradokum., Pol. 2020
9.00	Trudne sprawy (982-986) – serial paradokum., Pol. 2020
14.00	Sekrety rodziny (155) – serial paradok.
15.05	Więzenie kobiet (117-119) – serial dokumentalny, Polska
16.30	Nasz nowy dom (365) – reality show
17.40	Awantura o kasę – teleturniej



SENSACYJNY	
20.00	Życzenie śmierci (FILM) – USA 2018, 130 min
Żona i córka doktora Paula Kerseyja zostają napadnięte w domu. Wobec bezsilności policji lekarz postanawia sam wymierzyć sprawiedliwość.	
22.10	Strzelce wyborowy (FILM) – sens., USA/Rumunia 2005, 130 min
0.20	#Jesteśmy dla dzieci – magazyn
0.45	Kabaretowa Ekstraklasa (65)
1.05	Wydarzenia
1.45	Oblicza Mamy
2.10	Komisarz Artyka (4)
3.10	SuperLudzie (35)

SUPER POLSAT DVB T2	
6.05	Wydarzenia
6.40	SuperLudzie (39) – serial dok., Pol. 2019
7.15	Była sobie Ziemia (1-5) – serial anim., Fr.
9.50	SuperMocni (4) – magazyn sportowy
10.25	Małe kobiety – melodramat, USA 2019, reż. Greta Gerwig, 160 min
13.05	Kupiliśmy zoo – komediodramat, USA 2011, reż. Cameron Crowe, 170 min
15.55	Formula 1 : Grand Prix Wielkiej Brytanii
18.25	Świat według Kiepskich (550) – serial kom., Pol. 2019
19.00	Randka w ciemno (3, 4) – pr. rozrywk.



DRAMAT SENSACYJNY	
21.00	Na linii ognia (FILM) – USA 1993, 150 min
Był ochroniarz Kennedy'ego, Frank Horrigan, dowiaduje się, że zawodowy zabójca Mitch Leary planuje zamach na prezydenta. Postanawia zatrudnić się w obstawie polityka.	
23.30	Boogeyman – horror, Kanada/USA 2023, reż. Rob Savage, 135 min
1.45	Backdoor. Wyjście awaryjne (1) – kom.
2.15	Świat według Kiepskich (380-382) – serial kom., Pol. 2012
3.50	Nasz nowy dom (245, 246)

TV 6 DVB T	
6.00	Columbo (17, 18) – serial kryminalny, USA 1973
10.05	Poirot (7, 8) – serial kryminalny, Wielka Brytania 1991
12.25	Teoria spisku – film sensacyjny, USA 1997, reż. Richard Donner, wyk. Mel Gibson, Julia Roberts, Patrick Stewart, Cyk Cozart, 155 min
15.00	Policjanci i Policjanci (233-235) – serial obyczajowy, Polska
18.00	Strażnik Teksasu (9, 10) – serial sensacyjny, USA 1998-1999



KRYMINALNY	
20.00	CSI: Kryminalne zagadki Miami (45, 46) – USA
Na plaży w Miami rozbija się mały samolot. Ginie pilot. Horatio znajduje ślady substancji używanej przy produkcji kokainy. Próbuje sprawdzić, czy był to sabotaż.	
21.55	Kości (109, 110) – serial kryminalny
23.50	Resident Evil: Zaświaty – horror, Niemcy/Francja/Wielka Brytania 2010, 125 min
1.55	Krejzli patrol (27)
2.25	Kochane pieniądze (3-5) – serial paradok.

BBC FIRST HD	
6.00	Ojciec Brown 6 (6, 7) – krym., Wlk. Bryt. 2018
7.35	Detektyw z Chelsea (4) – serial kryminalny
8.35	Śmierć z dala od palm (2) – serial krym.
9.40	Lewis 9 (5, 6) – krym.
11.45	Duchy (1-3) – kom.
13.45	Śmierć pod palmami 15 (8) – serial kryminalny
14.55	Ojciec Brown 11 (2) – krym., Wlk. Bryt. 2024
15.55	Tajemnice Brokenwood 12 (1) – krym., Nowa Zelandia
17.50	Ulica nadziei 5 (8) – krym., Wlk. Bryt. 2026
18.50	Detektyw z Chelsea (4) – serial kryminalny
19.50	Śmierć pod palmami (1) – krym.



KRYMINALNY	
21.00	Tajemnice Brokenwood 12 (2)
Grupa detektywów zajmuje się śledstwem dotyczącym śmierci małżonki nowego pastora, który niedawno objął parafię w Brokenwood.	
22.55	Annika (2) – serial krym., Wlk. Bryt. 2021
0.00	Na niebieskich świątłach 3 (3, 4) – krym., Wlk. Bryt. 2025
2.15	Tajemnice Brokenwood 12 (2) – krym., Nowa Zelandia
4.10	Ulica nadziei 5 (8) – krym., Wlk. Bryt. 2026
4.55	Duchy (1, 2) – kom.

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2	
7.05	Agatka (4, 5) – anim.
7.30	Małe i duże przygody Miffy (9)
7.40	Ptyś i Bill (10) – anim.
7.50	Czarodziejskie miasteczko Pinokia (8) – serial animowany
8.10	Piotruś Królik
8.35	Wegezaury 2 (9)
8.40	Świnka Peppa
9.00	Tygryszek Percy i jego opowieści
9.30	Ziarno – pr. dla dzieci
10.00	Go-tu-jemy (6, 8)
10.20	Bolek i Lolek na wakacjach (8, 9)
10.45	Rodzina Trefików 2 (17, 18) – serial anim.
11.10	Odo (25-27) – anim.
11.35	Stacyjkowo
11.55	Pszczółka Maja (9)
12.25	Studio Stodola (4)



EDUKACYJNY	
13.00	Zwierzaki Czytali (172)
Szymek odczuwa wieki głód czytelniczy. Michał otwiera bibliotekę w Jagodowie.	
13.20	Tru i Tęczowe Królestwo (9) – anim.
13.45	Świnka Peppa 6 (25, 26) – serial anim.
13.55	Świnka Peppa 7
14.10	Pająk Lucas 2 (17, 18)
14.30	Olif i Luna (17, 18)
14.55	Oktonauci (17, 18)
15.20	Czeszć, czy mogę Cię zjeść? (9) – mag.
15.40	Billy – chomik, który został kowbojem
16.05	Pat i świat (25-27)

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 lawę – magazyn
11.55	Łoża prasowa – program publicyst.
12.50	Ewa Ewart poleca: Dokument w TVN 24
14.00	Serwis informacyjny, Prognoza pogody
15.45	Kadr na Kino – mag.
16.00	Fakty po południu – program inform.
18.00	Serwis informacyjny, Prognoza pogody
19.10	Serwis informacyjny
19.25	Fakty po Faktach – program inform.



INFORMACYJNY	
20.00	W kuluarach
Prowadzący program: Agata Adamek, Piotr Kraśko oraz Radomir Wit, podsumowują najważniejsze wydarzenia minionego tygodnia.	
21.30	Serwis informacyjny, Prognoza pogody
22.00	Szkoło kontaktowe
23.00	Dzień po dniu – mag.
0.00	Fakty po Faktach
0.50	Kawa na lawę
2.05	Nowa Maja w ogrodzie – mag.
2.25	Szkoło kontaktowe
3.10	Nic do zgłoszenia – serial dok., Pol. 2019
3.55	Fakty po Faktach

POLSAT PLAY HD	
6.00	Dorwać tuńczyka
8.55	Kołowrotek (234) – mag.
9.25	Taaaka ryba (118) – mag.
10.00	Jedziemy na ryby!
12.05	Chłopaki do wzięcia
13.00	Zawód glina (1) – dok.
13.55	Budowlaniec (55, 56)
15.00	Ziomiarze (53) – dok., Pol.
16.00	Polacy za granicą
18.05	Górale (162-166, 236)
21.05	Chłopaki do wzięcia (469, 470) – serial dokum.
22.00	Drwale i inne opowieści Bieszczad (233) – dok.
22.30	Łowca pedofilów (244)
23.00	Więzenie (229, 218) – dok.
0.05	Tajna historia XX wieku
4.05	Starożytni kosmici

FOOD NETWORK HD	
8.55	Wakacyjny turniej wypieków (1)
9.55	Dieta czy cud? (6) – mag.
10.40	Wiem, co jem na diecie
11.45	24/24 (1) – maraton kulin.
13.45	Kuchenne rewolucje
15.00	Kuchnia jak u mamy
17.00	Symon gotuje w ogrodzie (5, 6) – mag.
18.10	MasterChef (9) – pr. rozr.
19.35	Dziwne potrawy (1)
20.10	Pojedynek na grille (1)
21.40	Miasto smaków Guya Fleriego (2) – reality show
22.45	Najlepszy smak w mieście (1) – serial dok.
23.45	Perfekcyjni gospodarze 9 (30, 31)

POLSAT RODZINA HD	
11.25	Tajemnice zamków (1)
12.30	Co ludzie powiedzą? (33-35) – serial komedowy
14.30	Niezwykłe pociągi
16.30	Świat z góry 6 (1, 2)
17.50	Sąsiedzi (29) – serial anim.
18.05	Pingwiny z Madagaskaru 3 (2, 3)
19.00	Ania z Zielonego Wzgórza (1/2) – film obyczajowy, Kanada/RFN/USA 1985, 120 min
21.00	Miodowe lata (78) – kom.
22.00	Twoja Twarz Brzmi znajomo (176) – pr. rozr.
0.00	Tajemnice zamków (1)
1.00	Walka o światową dominację – film dokum.

BBC LIFESTYLE HD	
6.00	Jak mądrze schudnąć? 4
6.50	Najlepsze hotele Indii
8.50	Najbardziej luksusowe wakacje świata (1, 2)
10.50	Mistrzowie ceramiki 4
14.00	Wielkie amerykańskie wypieki 6 (6, 7) – pr. rozr.
16.45	Winnice Australii i Gary Barlow (2, 3) – serial dokum.
18.45	Najpiękniej ukryte hotele 2 (4) – serial dokum.
19.45	Mistrzowie szycia 11
22.00	Oblicza seksu 2 (2, 3)
0.00	Wystydliwe choroby: Nastolatki (2, 3, 4) – dok.
2.00	Mistrzowie szycia 11
3.50	Wielkie amerykańskie wypieki 6 (6, 7) – pr. rozr.

NICK JR. HD	
16.00	Świnka Peppa 5 (5)
16.10	Świnka Peppa 3 (5)
16.15	Świnka Peppa (13-15)
16.40	Psi Patrol 4 (6) – anim.
17.00	Rubbe i jego ekipa 2 (21)
17.30	Pan Krokodyl (2) – anim.
18.00	Barbapapa i jego rodzinka (24) – serial anim.
18.30	Tim Rex wśród gwiazd
18.55	Przygodzie Misia Paddingtona 2 (27)
19.25	Przygodzie Misia Paddingtona (23, 3)
20.01	Świnka Peppa
20.30	Małe Królestwo Bena i Holly (9) – serial anim.
21.00	Barbapapa i jego rodzinka (2-4) – anim., Fr.

POLSAT NEWS HD	
15.30	Sport, pogoda
15.50	Wydarzenia 15:50
16.30	W rytmie dnia – serwis informacyjny
17.30	Z drugiej strony – publ.
18.35	Debatą polityczną – publ.
19.15	Gość „Wydarzeń” – publ.
19.40	Sniadanie
	Rymanowski
	w Polsat News i Interii
20.45	Pogoda
21.00	Polsat News ujawnia
21.50	Wydarzenia wieczorne
22.30	Dzień na świecie – pr. inf.
23.30	Obraz dnia – serwis informacyjny
0.00	Czysta Polska – pr. inf.
0.50	Wydarzenia wieczorne

TVP KOBIETA DVB T2	
13.00	63. KFPP w Opolu – Autobiografia.
	Jubileusz Bogdana Owlewicza – koncert
14.00	Rodzinka.pl (146, 147)
15.00	Podróże Małej i Dużej 6
15.30	Ojciec Mateusz (1, 2)
17.25	Tajemnice kulturowych seriali (5) – serial dokum.
18.30	Daję słowo – Maciej Orłós (6) – talk-show
19.30	Miłość i nadzieja (295)
20.30	Wichrowe wzgórze (276) – serial obycz., Turcja 2024
21.30	Cztery pory roku w Hawanie (6) – krym.
22.30	Eiffel – dramat biograf., Fr./Bel./Niemcy 2021, 120 min

E! ENTERTAINMENT HD	
8.50	Tyler Henry – medium z Hollywood (19) – pr. rozr.
10.40	Plastyczna fuszerka
12.30	Z kamerą u Kardashianów (21, 1)
14.20	Tyler Henry – medium z Hollywood (21) – pr. rozr.
16.10	Plastyczna fuszerka
18.00	Tylko dla celebrytów
18.30	Z kamerą u Kardashianów (6, 7)
20.30	Tyler Henry – medium z Hollywood – pr. rozrywk.
22.30	Plastyczna fuszerka
0.30	Tylko dla celebrytów
1.00	Z kamerą u Kardashianów (21, 1)
3.00	Plastyczna fuszerka

TV TRWAM DVB T	
17.00	Natura et Homo
17.30	Sól ziemi – program kult.
17.55	Poczet wielkich Polaków – program hist.
18.00	Polonijna Pielgrzymka Rodziny Radia Maryja do Amerykańskiej Czystochowy – religijny
20.00	Informacje dnia
20.20	Różaniec
20.50	Od Lutra do Marxa – Historia Kościoła (1)
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

BBC BRIT HD	
15.00	Top Gear: Najlepsze z najlepszych (1) – mag.
16.00	Cuda inżynierii kolejowej (3) – serial dok.
17.00	Paddy i Chris: wyprawa po długie życie (1) – dok.
18.05	Najbardziej luksusowe linie lotnicze – film dok.
19.05	Najbardziej luksusowe więzienie na świecie – film dok., Wielka Brytania
20.00	Tajne bunkry (1) – dok.
21.00	Cuda inżynierii kolejowej (3) – serial dok.
22.00	Top Gear: Najlepsze z najlepszych (2) – mag.
23.05	Najbardziej luksusowe linie lotnicze – film dok.

MINI MINI+ HD	
13.21	Kicia Kocia 2 (8, 9) – anim.
13.37	Robotkowo (3, 4) – anim.
13.55	Moje urodziny – dla dzieci
14.00	Bing (30, 31) – serial anim.
14.20	Strażak Sam 16 (3, 4)
14.45	Looloo Kids (28) – anim.
15.01	Gazu, pieski, gazu! (22)
15.28	Kicia Kocia 2 (2, 3) – anim.
15.45	Jeżyk Happy (10, 11)
16.02	Marta mówi (11) – anim.
16.30	Ziuk (3, 4) – anim., Fr. 2021
16.50	Ciekawski George 7
17.50	Moje urodziny – dla dzieci
17.55	Dora i przyjaciółki
19.40	Smerfy (10) – serial anim.
20.08	Cloudy & Stormy (5-8)
20.35	Dolina Muminków (2)</

Warto zobaczyć

→ filmowe hity

13,45 **Szybcy i wściekli 10**
SENSACYJNY Przed laty ekipa Toretto doprowadziła do ruiny imperium bossa narkotykowego. Teraz czeka ich odwet ze strony jego syna. Reż.: Louis Leterrier, A: Vin Diesel, Jordana Brewster, Tyrese Gibson USA/Chiny/Jap. 2023 175 min ► do godz. 16.40

14,00 **Tatami**
THRILLER W Tbilisi trwają mistrzostwa świata w judo. Irańska pretendentka do złota otrzymuje ultimatum, które zaważy na jej przyszłości. Reż.: Zar Amir Ebrahimi, Guy Nattiv, A: Arienne Mandi, Zar Amir Ebrahimi USA/Wlk. Bryt. 2023 125 min ► do godz. 16.05

16,05 **Czas mroku**
HISTORYCZNY Churchill usiłuje odeprzeć ataki politycznych wrogów. Musi zdecydować – negocjować z Hitlerem czy wezwać naród do walki. Reż.: Joe Wright, A: Lily James, Gary Oldman, Kristin Scott Thomas Wlk. Bryt./USA 2017 125 min ► do godz. 18.10

18,05 **Kiedy nadchodzi jesień**
OBYCZAJOWY Michelle pragnie odnowić kontakt z bliskimi. Podczas obiadu przez pomyłkę podaje trujące grzyby. Reż.: François Ozon, A: Héloïse Vincent, Josiane Balasko, Pierre Lottin Francja 2024 100 min ► do godz. 19.45

18,30 **Godziny szczytu**
KOMEDIA SENSACYJNA Powściągliwy chiński policjant i wygadany detektyw z USA szukają porwanej córki konsula. Rozpoczynają wyścig z czasem. Reż.: Brett Ratner, A: Jackie Chan, Chris Tucker, Ken Leung USA 1998 105 min ► do godz. 20.15

19,10 **Kosmiczna apokalipsa**
SCIENCE FICTION Naukowcy badają próbki z Proximy b, które okazują się żywymi organizmami. Tajemnicze istoty stanowią zagrożenie dla Ziemi. Reż.: Adrian Avila, A: Michael Paré, Paul Logan, Christina Rose USA 2023 110 min ► do godz. 21.00

20,00 **Historia mojego życia**
OBYCZAJOWY Kpt. Störr zaręcza się z Lizzy. W trakcie rejsu targają nim wątpliwości, czy ukochana jest mu wierna. Reż.: Ildikó Enyedi, A: Léa Seydoux, Gábor Naber, Louis Garrel Węgry/Niem./Fr. 21 180 min ► do godz. 23.00

20,00 **Ocean's Eleven: Ryzykowna gra**
KOMEDIA SENSACYJNA Złodziej planuje napad na skarbiec kasyn w Las Vegas. Stawka to fortuna i zemsta. Reż.: Steven Soderbergh, A: George Clooney, Brad Pitt, Bernie Mac USA/Australia 2001 155 min ► do godz. 22.35



Mistrz kierowcy pragnie zapewnić dostatek swoim bliskim.

20.00 Szybcy i wściekli 5

POLSAT SENSACYJNY Ekipa kierowców wyścigowych organizuje skok w Brazylii. Gra toczy się o fortunę i wolność.

HIT DNIA Dominic Toretto ma spędzić w celi 25 lat. Na szczęście może liczyć na pomoc zakochanego w jego siostrze byłego policjanta Briana O'Connera, z którym połączyła go pasja do nielegalnych wyścigów samochodowych. Troje amatorów mocnych wrażeń przygotowuje plan wyjazdu do

Rio de Janeiro. Choć z powodzeniem docierają na miejsce, nie dane im jest cieszyć się spokojem. W ślad za nimi podąża bowiem nieustępliwy Luke Hobbs. Na domiar złego wchodzi w drogę bossowi narkotykowemu, Hernanowi Reyesowi. Aby zapewnić sobie bezpieczeństwo, wolność oraz dostatek



nie życie, planują zuchwały skok. Postanawiają okraść samego Reyesa, który rzekomo zgromadził 100 milionów dolarów. Podczas akcji mogą liczyć na wsparcie między innymi Parkera. **HD 170 min ► do godz. 22.50**

USA 2011 Reż.: Justin Lin Wyst.: Vin Diesel, Paul Walker, Dwayne Johnson, Jordana Brewster, Tyrese Gibson



20,00 Thelma i Louise
SENSACYJNY Zależna od brutalnego męża Thelma (Geena Davis) i jej przyjaciółka Louise (Susan Sarandon) jadą na weekend w góry. Krwawy incydent w barze zmienia podróż w desperacką ucieczkę przed policją.

Reż.: Ridley Scott Wyst.: Harvey Keitel USA/Fr. 1991 **HD 140 min ► do godz. 22.20**



20,00 Człowiek zasad
SENSACYJNY Alexander Coates (Steven Seagal) ma zlikwidować afgańskiego bossa narkotykowego, zamieszanego w handel żywym towarem. Podczas akcji ratuje jedną z dziewczyn. Swoim działaniem naraża się na zemstę.

Reż.: Keoni Waxman Wyst.: Vinnie Jones USA 2015 **HD 120 min ► do godz. 22.00**



20,00 Ninja
SENSACYJNY Casey (Scott Adkins) uczy się w Japonii ninjutsu. Jakiś czas później mistrz Takeda prosi go o ukrycie legendarnej broni. Niebawem ginie. Amerykanin pragnie wypełnić ostatnią wolę swojego mentora.

Reż.: Isaac Florentine Wyst.: Tsuyoshi Ihara USA 2009 **HD 110 min ► do godz. 21.50**



22,00 Komando
SENSACYJNY Córka Johna (Arnold Schwarzenegger), 11-letnia Jenny, zostaje uprowadzona na zlecenie obalonego dyktatora. Ojciec porwanej dziewczynki, były żołnierz do zadań specjalnych, spieszy jej na pomoc.

Reż.: Mark L. Lester Wyst.: Vernon Wells USA 1985 **HD 115 min ► do godz. 23.55**



22,50 Metro strachu
SENSACYJNY Nowy Jork. Bandyci pod wodzą Rydera uprowadzają pociąg. Żądają wysokiego okupu. Powstrzymać ich może tylko Garber (Denzel Washington), były dyrektor metra, który zna się na podziemnych korytarzach.

Reż.: Tony Scott Wyst.: John Travolta USA 2009 **HD 135 min ► do godz. 1.05**



22,55 Złoto dezertersów
KOMEDIA WOJENNA Dowództwo AK chce zakupić broń i amunicję od Włochów. Polscy żołnierze nie mają jednak na to pieniędzy. Wynajmują kasiarza, Kanię (Marek Kondrat) i jego kompanię, którzy wykradną złoto Niemcom.

Reż.: Janusz Majewski Wyst.: Bogusław Linda Polska 1998 **HD 125 min ► do godz. 1.00**

→ filmowe hity



Kapitan Tyne podejmuje najgorszą decyzję w swoim życiu...

20.00 **Gniew oceanu**

TVN 7 **PRZYGODOWY** Na Atlantyku powstaje potężny sztorm. Załoga kutra musi stoczyć walkę z niszczycielskim żywiołem.

HIT DNIA Rok 1991. Okolice Bermudów nawiedza potężny sztorm. W tym czasie pięciorosobowa załoga kutra pod wodzą kapitana Billy'ego Tyne'a po raz ostatni w tym sezonie łowi mieczniki. Ponieważ nie dopisuje im szczęście, zamierzają wypłynąć daleko poza uczęszczane wody. Decyzja okazuje się trafiona – po-

łów jest obfity. Niestety, psują się zainstalowane na kuterze chłodzarki. Chcąc ocalić cenny ładunek, rybacy muszą jak najszybciej wracać do portu. Nie wiedzą, że ruszają na spotkanie szalejącego żywiołu. **HD 160 min ▶ do godz. 22.40**

Niemcy/USA 2000 **Reż.:** Wolfgang Petersen **Wyst.:** George Clooney, Mark Wahlberg, John C. Reilly, William Fichtner

20.10 **Agent**

ALE KIND+ **SENSACYJNY** Żona Benjamina Malloya (Aaron Eckhart), kierownika placówki CIA w Budapeszcie, ginie w zamachu. Mężczyzna zamierza dotrzeć do sprawców. Razem z agentką Krystyną Kowerski wpada na trop spisku.

Reż.: Jesse V. Johnson **Wyst.:** Olga Kurylenko **USA 2024 HD 125 min ▶ do godz. 22.15**

22.00 **Saga „Zmierzch”: Książyc w nowiu**

TVN **FANTASY** Wampir Edward nie chce narażać ukochanej Belli (Kristen Stewart). Dla jej dobra wyjeżdża. Zrozpaczoną dziewczynę wspiera Jacob (Taylor Lautner), który skrywa pewną tajemnicę.

Reż.: Chris Weitz **Wyst.:** Robert Pattinson **Australia 2009 HD 160 min ▶ do godz. 0.40**

23.05 **Sisu**

TV 4 **WOJENNY** Rok 1944, Łaponia. Były żołnierz Korpi (Jorma Tommila) znajduje na pustkowiu złoto. Skarb próbują mu odebrać naziści. Aby go ochronić, weteran gotowy jest rozprawić się z każdym, kto stanie mu na drodze.

Reż.: Jalmari Helander **Wyst.:** Aksel Hennie **Finlandia 2022 HD 115 min ▶ do godz. 1.00**

23.40 **Głowa rodziny**

TVN 7 **OBYCZAJOWY** Skupiony na pracy i walce o awans Dane Jensen (Gerard Butler) zaniedbuje bliskich. Gdy u jego dziesięcioletniego syna zostaje zdiagnozowany rak, mężczyzna zmuszony jest dokonać trudnego wyboru.

Reż.: Mark Williams **Wyst.:** Gretchen Mol **USA/Kan. 2016 HD 140 min ▶ do godz. 2.00**

→ sport

12.00 **Tour de France**

EUROSPORT 1 **KOLARSTWO LIVE** Uczestnicy Wielkiej Pętli żegnają Katalonię w kolejnych dniach kontynuować wyścig na terenie Francji. Na mecie w Angles znajdują się po przejechaniu 195 kilometrów. Profil trasy przypadnie do gustu specjalistom od górskich wspinaczek. **HD 330 min ▶ do godz. 17.30**

14.30 **Turniej Wimbledon**

POLSAT SPORT 1 **TENIS LIVE** Pora na decydujące mecze 4. rundy londyńskiej imprezy. Wśród singlistów rywalizujących o awans do ćwierćfinału nie powinno zabraknąć Alexandra Zverewa, niedawnego zwycięzcy French Open. **HD 120 min ▶ do godz. 16.30**

17.55 **Polska – Holandia Koszykówka**

TVP SPORT **LIVE** Meczem z Pomarańczowymi w Krakowie Biało-Czerwoni zwyciężą pierwszą rundę eliminacji do mistrzostw świata. Rywale przybywają do stolicy Małopolski żądni rewanżu za grudniową porażkę 83:85. **HD 130 min ▶ do godz. 20.05**

20.50 **Mistrzostwa świata 2026 Piłka nożna**

TVP 1 **LIVE** Hiszpania to jeden z faworytów mundialu. Jeśli La Furia Roja stanie na wysokości zadania w początkowych fazach turnieju, powinniśmy ją dziś zobaczyć w meczu 1/8 finału w Arlington. **HD 160 min ▶ do godz. 23.30**

→ rozrywka

18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?**

TV 4 **REALITY SHOW** Maksymilian przywiezie do programu ręcznie malowaną figurkę indyków z 1918 roku, natomiast Damian oferuje kredens z 1968 roku projektu Rajmunda Teofila Hałasa. Paulina ma kryształowy telefon z końca lat 90. **HD 60 min ▶ do godz. 19.00**

22.05 **Siły specjalne – Polska**

POLSAT PLAY **REALITY SHOW** Osiemnastka cywili rozpoczyna kurs oparty na selekcji do wojsk specjalnych. Pierwszym sprawdzianem będzie upadek do wody z helikoptera. Drugim – wydotanie się z tonącego auta. **85 min ▶ do godz. 23.30**

22.40 **Bez kompleksów**

TVN 7 **LIFESTYLE** Małgorzata Rozenek-Majdan poznaje Martynę, która niedawno ważyła 117 kg. Schudła dzięki determinacji. Zmaga się jednak z problemem obwisłej skóry i nie potrafi w pełni cieszyć się sukcesem. Pomogą jej eksperci. **HD 60 min ▶ do godz. 23.40**

→ dokument

20.00 **Baleary: Cztery piękne siostry**

C+ DOKUMENT **NATURA** Majorka, największa z Balearów, od lat przyciąga turystów. Z dala od kurortów, w górach Tramuntana, żyją zagrożone wyginięciem sępy kasztanowate. **HD 60 min ▶ do godz. 21.00**

TVP 1 HD DV3 T2

- 5.00 Złoty chłopak** (326) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 5.50 Akacjaowa 38** (890) – telenowela, Hiszpania 2015
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Studio Raban** – mag.
- 8.00 Serwis Info** – program inform.
- 8.10 Pogoda Info**
- 8.15 Janosik** (5) – przyg., Polska 1973
- 9.15 Ranczo 6** (74): Sztuka translacji – serial obyczajowy, Polska 2012
- 10.10 Komisarz Alex 7** (82) – serial kryminalny, Polska 2015
- 11.05 Ojciec Mateusz 15** (193) – serial kryminalny, Polska 2016
- 12.00 Serwis Info** – program inform.
- 12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda** – program inform.
- 12.40 Rok w ogrodzie extra** – mag.
- 12.55 BBC w Jedynce: Planeta Ziemia 3** (3) – dok., Wlk. Bryt.
- 14.00 Złoty chłopak** (327) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 15.00 Serwis Info** – program inform.
- 15.10 Pogoda Info**
- 15.25 Gra słów. Krzyżówka** (1060) – teleturniej
- 16.00 Dziedzictwo** (970) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – telet. muz.
- 18.05 Reporterzy** – mag. reporterów
- 18.25 Akacjaowa 38** (905) – telenowela, Hiszpania 2015
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – pr. publicyst.
- 20.10 Sport, pogoda**
- 20.25 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026** – studio

LIVE PIŁKA NOŻNA



20.50 Mistrzostwa świata 2026

LIVE – mecz 1/8 finału
 Reprezentacja Hiszpanii rozpoczęła czempionat od kompromitującego remis z mundialowym debiutantem, Republiką Zielonego Przylądka (0:0). Czy był to tylko fałstart i dziś zobaczymy mistrzów Europy w meczu 1/8 finału na Dallas Stadium?

23.30 Świat bez fikcji: Przy Planty 7/9

– film dokumentalny, Polska/USA 2016
 Opowieść o wydarzeniach z 4 lipca 1946 roku. W Kielcach zamordowano ponad 40 ocalałych z Holocaustu Żydów.

1.10 Carte Blanche – dramat obyczajowy, Polska 2015, reż. Jacek Lusinski, wyk. Andrzej Chyra, Arkadiusz Jakubik, Urszula Grabowska, Tomasz Ziętek, 115 min

3.05 Amok – film psychologiczny, Polska 1998, reż. Natalia Koryncka-Gruz, wyk. Mirosław Baka, Rafał Mackowiak, Magdalena Cielecka, Ewa Gorzelak, 105 min

4.50 Zakończenie

TVP 2 HD DV3 T2

- 5.00 Rodzinka.pl** (188): Na dwa fronty – serial komediowy, Polska 2016
- 5.30 M jak miłość** (1787) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 6.25 Rodzina (nie od) święta** – magazyn religijny
- 6.55 Barwy szczęścia** (3347) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
- 7.55 Pytanie na śniadanie** – magazyn
- 11.25 Okrasa lamie przepisy** – magazyn kulinarny
- 12.00 Wyższa Szkoła Jazdy** (5) – magazyn motoryzacyjny
- 12.35 Koło fortuny** (1881) – teleturniej
- 13.15 Panna młoda** (137) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** (1005) – teleturniej
- 14.35 Na sygnale** (869) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (426) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
- 16.00 Koło fortuny** (1882) – teleturniej
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (138) – serial obyczajowy, Turcja 2024
 Yasemin zaczyna podejrzewać, że Beyza nie mówi prawdy i coś ukrywa. Razem z Enginem organizuje spotkanie Cihana z Hancer. Liczy na to, że wyjaśnią sobie nieporozumienia. Beyza podstępem odurza Mukadder, by zyskać przewagę.
- 18.15 Va banque** (1006) – teleturniej
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej

OBYCZAJOWY



19.25 Barwy szczęścia

(3347) – Polska 2026
 Mimo sprzeciwu Asi Daniel ponownie zabiera Emila na strzelnicę. Obecność Lucyny w domu zaczyna dobrze działać na Huberta. Wracają do niego najlepsze wspomnienia z czasów, gdy mieszkali tam z mamą i babcią.

20.05 Omnibus – szybcy i mądrzy

(15) – teleturniej

20.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka

(15) – teleturniej

20.55 Postaw na milion

– teleturniej

21.50 Na sygnale

(861, 862): Powrót do przeszłości; Gdzie drwa rąbią – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026

22.55 Złoto dezertów – komedia wojenna, Polska 1998, reż. Janusz Majewski, wyk. Marek Kondrat, Wiktor Zborowski, Bogusław Linda, Jan Englert, 125 min

1.00 Rodzinka.pl (298): Sroda – serial komediowy, Polska 2025

1.35 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio

1.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału

4.25 Zakończenie

POLSAT HD DV3 T2

- 4.40 Disco Gramy**
- 5.25 Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News**
- 8.30 Malanowski i partnerzy** (319, 320): Fucha na boku; Umarli żyją dłużej – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
- 9.30 Trudne sprawy** (1249, 1250) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 11.35 Gliniarze** (866, 867) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 13.40 Dłaczego ja?** (1496, 1497) – serial paradokumentalny, Polska 2025
 Seniorka trafia do szpitala po udarze, a w jej organizmie wykryta zostaje podejrzana substancja. Uwagę śledczego Mateckiego przykuwa pielęgniarka, której syn wymaga kosztownej operacji za granicą. Okazuje się, że sędziwa pacjentka przepisała jej cały majątek.
- 15.50 Wydarzenia, pogoda**
- 16.25 Interwencja** – magazyn reporterów
- 16.40 Gliniarze** (1063, 1064) – serial paradokumentalny, Polska 2025
 Natalia i Kuba wyjaśniają okoliczności pobicia dziennikarza. Znajdują zgromadzone przez niego materiały dotyczące lokalnego przedsiębiorcy. Odkrywają też, że relacje między pracownikami redakcji nie są najlepsze.
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.35 Sport, pogoda**

SENSACYJNY



20.00 Megahit: Szybcy i wściekli 5

– USA 2011, 170 min
HIT DNIA
 Skazany na więzienie Dominic z pomocą byłego policjanta Briana i siostry odzyskuje wolność. Cała trójka udaje się do Rio de Janeiro. Ich tropem podąża agent Hobbs. Aby zapewnić sobie dostatnie życie, przajaciele postanawiają obrabować narkotykowego bossa.

22.50 Metro strachu

– film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2009, reż. Tony Scott, wyk. Denzel Washington, John Travolta, Luis Guzman, Victor Gojcaj, 135 min
 Nowy Jork. Bandyci wprowadzają jeden z pociągów metra. Żądają okupu. Powstrzymać ich może tylko Garber, pracownik centrum kontroli ruchu, który zna sieć podziemnych korytarzy.

1.05 Siła rażenia

– film sensacyjny, Rumunia/USA/Wielka Brytania 2006, reż. Michael Keusch, wyk. Steven Seagal, Lisa Lovbrand, David Kennedy, 130 min

3.15 Nasz nowy dom

(372) – reality show

TVN HD DV3 T2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1690) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- 6.50 Kuchenne rewolucje** (5): Gdynia – Worek mąki – program rozrywkowy
- 7.45 Dzień dobry wakacje** – magazyn
- 11.20 Doradca smaku** (18) – magazyn kulinarny
- 11.25 Kuchenne rewolucje** (4): Mroków – Bistro Kociołek – program rozrywkowy
- 12.35 Ukryta prawda** (1469, 1470, 1721) – paradok., Polska
- 15.45 Detektywi** (105) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
- 16.50 Szpital św. Anny** (61) – serial obyczajowy, Polska 2025
 Kaska usiłuje przekonać do właściwego leczenia nieufną matkę pięcioletniego pacjenta, która jest zwolenniczką medycyny naturalnej. Po dyżurze lekarka zgłasza swoją kandydaturę na ordynatorkę oddziału pediatrii. Marta zauważa, że ktoś ją śledzi.
- 17.55 Młode giny** (14) – serial kryminalny, Polska 2026
 Maturzystka Julia twierdzi, że jej chłopak został porwany przez nieznaną sprawców. W pustostanie policjanci znajdują jego rannego kolege. Trop prowadzi do złodziei ukrywających się w ruinach skradzionych biżuterię.
- 19.00 Fakty, sport i pogoda**
- 19.55 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 20.15 Na Wspólnej** (4240) – serial obyczajowy, Polska 2026

REALITY SHOW



20.50 Bitwa o gości (1)

Na Mazurach Agata i Patryk zapraszają do otoczonych naturą kazachskich jurt. Pod Warszawą Karolina i Janek proponują pobyt w przeznaczonych wyłącznie dla dorosłych domkach na drzewach. Finał rywalizacji odbywa się w Łodzi, gdzie Ola i Darek prezentują mieszczący się w zabytkowej kamienicy hotel przyciągający uwagę filmowymi akcentami.

22.00 Saga „Zmierzcch”: Księżyc w nowiu

– film fantasy, Australia/USA 2009, reż. Chris Weitz, wyk. Kristen Stewart, Robert Pattinson, Taylor Lautner, Ashley Greene, 160 min

0.40 Transformers

– film s.f., USA 2007, reż. Michael Bay, wyk. Shia LaBeouf, Megan Fox, Josh Duhamel, Tyrese Gibson, 160 min

3.20 Uwaga!

– magazyn reporterów

3.35 Co za tydzień

– magazyn kulturalny

4.10 Detektywi

(105) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024

5.10 Recepta na stary dom 3

(9) – program rozrywkowy



- 5.30 Ten moment** (51) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (774-776) – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 8.45 Ukryta prawda** (1334, 1437, 1438) – serial paradokumentalny, Polska 2013
- 11.50 W-11 – Wydział Śledczy** (1087-1089): Krwawy Iwan; Rysiek; Domówka – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
- 13.55 Kryminalni** (1): Okularnik – serial kryminalny, Polska 2004
- 15.00 Szpital** (774, 775) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (502): Kuple – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
- 18.00 SOS Ekipy w akcji** (14) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Patrol udaje się do wyższej uczelni, gdzie podczas egzaminu doszło do próby gwałtu. Zespoły pogotowia udzielają pomocy młodej dziewczynie wychowankom świetlicy środowiskowej. Wychodzą na jaw zaskakujące fakty.
- 19.00 Ukryta prawda** (1525) – serial paradokumentalny, Polska 2023
19-letnia Basia przyprowadza do domu swojego partnera, Marcela. Wybraniek córki przypada matce do gustu. Pragnie ona koniecznie poznać jego bliskich. Wkrótce dochodzi do spotkania dwóch rodzin. Ma ono zaskakujący przebieg.

DRAMAT PRZYGODOWY



- 20.00 Gniew oceanu** – Niemcy/**FILM** USA 2000, 160 min
Rok 1991, październik. Okolice Bermudów nawiedza sztorm. W tym czasie nieświadoma zagrożenia załoga kutra „Andrea Gail”, dowodzonego przez kapitana Billy’ego Tyne’a, łowi mieczniki. Niestety, psują się chłodziarki. W tej sytuacji jednostka musi wracać do portu, by ocalić bezcenny ładunek. Załoga nie przypuszcza, że rusza wprost na spotkanie potężnego żywiołu.
- 22.40 Bez kompleksów** (1) – program rozrywkowy
- 23.40 Głowa rodziny** – dramat obyczajowy, USA/Kanada 2016, reż. Mark Williams, wyk. Gerard Butler, Gretchen Mol, Alison Brie, Anupam Kher, 140 min
- 2.00 Millerowie** – komedia kryminalna, USA/Wielka Brytania 2013, reż. Rawson Marshall Thurber, wyk. Jennifer Aniston, Jason Sudeikis, Emma Roberts, Will Poulter, 110 min
- 3.50 Fachowcy** (8) – serial paradokumentalny, Polska 2017
- 4.25 Dorota was urządzi!** (10, 11) – program rozrywkowy

Następny odcinek obejrzyj na:



- 6.00 Policjanci z Miami 3** (2, 3): Wojna Stone’a; Zabójczy rzut – serial kryminalny, USA 1986
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (6, 7): Miłość bez granic; Summer i Sharky – serial sensacyjny, Niemcy 2017
- 10.00 Maria z przedmieścia** (47, 48) – telenowela, Meksyk 1995
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (110) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
Onelia przeprosza Marichuy. Omar wychodzi z Blanką. Cecilia, Patricia i Estefania przychodzą na pogrzeb i spotykają Marichuy. Dziewczyna potwierdza że zamierza wyjść za mąż.
- 13.00 Wspañiale stulecie** (44) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 Kurierzy** (29) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw** 10 (530, 531) – serial obyczajowy, Polska 2022
- 17.00 Kurierzy** (30) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Jan jest przekonany, że żona coś przed nim ukrywa. Postanawia zainstalować aplikację szpiegowską i prosi o pomoc Romana. Justynę odwiedza matka. Wizyta ta nie należy do udanych.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw** 18 (967, 968) – serial obyczajowy, Polska 2026
Chrustowski nie chce przyznać przed żoną, że stracił dobrze płatną posadę. W lombardzie zwierza się Kázimierzowi z problemów. Chrustowska zauważa przyniesiony przez męża laptop.

SENSACYJNY



- 20.00 Człowiek zasad****FILM** – Rumunia/USA 2015, 120 min
Coates ma zlikwidować afgańskiego handlarza narkotyków, zamieszanego w handel żywym towarem. Podczas akcji ratuje z rąk przestępców jedną z dziewczyn. Tym samym naraża się na gniew bossa podziemia.
- 22.00 Komando** – film sensacyjny, **FILM** USA 1985, reż. Mark L. Lester, wyk. Arnold Schwarzenegger, Rae Dawn Chong, Dan Hedaya, Vernon Wells, 115 min
- 23.55 Legionista** – film przygodowy, **FILM** USA 1998, reż. Peter MacDonald, wyk. Jean-Claude Van Damme, Adewale Akinnuoye-Agbaje, Nicholas Farrell, Steven Berkoff, 125 min
- 2.00 Dzielnica strachu 9** (400) – serial kryminalny, Polska 2025
- 3.00 Lombard. Życie pod zastaw** 18 (963) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 4.00 Taki jest świat** 11 (27) – program informacyjny
- 4.30 Menu na miarę** (4) – pr. kulin.
- 5.00 Dzielnica strachu 9** (403) – serial kryminalny, Polska 2025



- 5.50 Ale numer! 20** (11) – pr. rozrywk.
- 6.20 Cosie-Ktosie** (6) – anim., Fr. 2022
- 6.30 Kajko i Kokosz 2** (6) – serial animowany, Polska 2021
- 6.45 Smerfy 2** (48) – serial anim.
- 7.00 Blaze i megamaszyny 6** (15) – serial animowany, USA 2020
- 7.30 Psi Patrol** (20) – serial anim.
- 7.50 Superkoty** (13) – serial anim.
- 8.30 Wielkie przygody małego rekina** (6) – serial dla dzieci, Korea Południowa/USA 2020
- 8.50 Masza i Niedźwiedź 2** (15, 16) – serial animowany, Rosja 2014
- 9.20 Straszne historie Maszy** (6) – serial animowany, Rosja 2016
- 9.25 Świnka Peppa** (42-44) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
- 9.45 Bing** (1, 2) – serial animowany
- 10.00 Język i Przyjaciele** (7, 6) – anim.
- 10.35 Spidey i superkumple 2** (42, 41) – serial anim., USA 2022
- 11.35 Gusz. Mały – wielki rycerz** (41, 42) – serial anim., Fr. 2021
- 12.00 Psi Patrol 8** (3) – serial anim.
- 12.35 Marta mówi** (13) – serial anim.
- 13.00 Smerfy** (168, 167) – serial anim.
- 14.00 Monster High** (24, 25) – anim.
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot** (23, 24) – anim., Francja/Korea Południowa/Jap.
- 16.00 Fineasz i Ferb 2** (7, 8) – serial animowany, USA 2007-2011
- 17.00 Smerfy** (169, 170) – serial anim.
- 18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2** (21, 22) – serial animowany, USA
- 19.00 Kacze opowieści** (1, 2) – serial animowany, USA 1987
- 20.00 Lombard. Życie pod zastaw** 18 (955) – serial obyczajowy, Polska 2026

KRYMINALNY



- 21.00 Dzielnica strachu 9** (407): Napad – Polska 2025
Podczas rozboju w salonie jubilerskim giną ekspedientka i ochroniarz, a próbująca powstrzymać napastników dzielnicowa Majcher zostaje postrzelona. Dagmara i Lubecki pracują nad ustaleniem tożsamości agresorów. Próbuja również przewidzieć, do jakich miejsc zgłoszą się z żądaniem pomocy.
- 22.00 Dzielnica strachu 10** (438): Chwila przed spaleniem – serial kryminalny, Polska 2025
- 23.00 Wstydlive choroby 7** (1, 2) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2013
- 1.00 Dzielnica strachu 9** (403): Nie ma litości – serial kryminalny, Polska 2025
- 2.00 Lombard. Życie pod zastaw** 12 (638) – serial obyczajowy, Polska 2023
- 3.00 Lombard. Życie pod zastaw** 4 (194) – serial obyczajowy, Polska 2019
- 3.55 Niesamowite!** (2, 3) – serial dokumentalny, Polska 2014
- 5.00 Lombard. Życie pod zastaw** 10 (502) – obycz.



WYKOPALISKA
Rok 1939, Suffolk. Edith Pretty (Carey Mulligan) zatrudnia archeologa samouka Basila Browna (Ralph Fiennes), aby zajął się tajemniczymi kurhanami na terenie jej posiadłości. Mężczyzna natrafia na znalezisko o dużym znaczeniu historycznym, które wywołuje poruszenie nie tylko w środowisku naukowym.
►biograf., Wlk. Bryt. 2021; 112 min



SUPER SUBBU
Nieśmiały nauczyciel (Sundeep Kishan) chce się wyrwać spod władzy apodyktycznego ojca. Podejmuje pracę w odległej wiosce, gdzie ma prowadzić lekcje z edukacji seksualnej. Problem w tym, że sam nie ma żadnego doświadczenia. W miejscu kipiących od plotek i napiętności czeka go wiele zabawnych przygód.
►serial kom. (7 odc.), Indie 2026



PAMELA, A LOVE STORY
Twórcy dokumentu przybliżają sylwetkę jednej z najbardziej rozpoznawalnych blondynek w show-biznesie. Pamela Anderson przeżyła długą i skomplikowaną drogę, aby stać się międzynarodową gwiazdą. Zaczynała jako zwykła dziewczyna z prowincji. Z czasem stała się ikoną seksu i aktorką.
►dokumentalny, USA 2023; 112 min



KOBIETA Z PORTU
Barcelona. Anna Ripoll (Candela Pena) prowadzi dochodzenie w sprawie odnalezienia w porcie związanej i zakneblowanej kobiety (Ana Rujas), która cierpi na amnezję. W szpitalu dochodzi do zamachu na życie poszkodowanej. Śledczy usiłują odkryć prawdę o jej tożsamości i motywie napastników.
►thriller, Hiszpania 2026; 109 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM HD	HBO HBO HD
6.00 FBI: Most Wanted 3 (14, 15) – serial krym.	5.20 Rodzinka.pl (99, 100) – serial kom., Pol. 2013	8.35 Ślimak Niecnota – film anim., Pol. 1951	6.30 Polska z góry 5 (6) – serial dok., Pol. 2020	10.05 Lilly i kangurek – film familijny, Australia 2025, reż. Kate Woods, 105 min	10.15 Blue Moon – dramat biograficzny, USA/Irlandia 2025, 100 min
7.30 Agenci NCIS: Hawaje 3 (7, 8) – serial kryminalny	6.20 Na sygnale (482, 483)	8.45 Słońce – anim., Polska	7.00 Mother Dear – film krótkometraż.	11.50 Miss kokrego podkoszulka – kom., Polska 2002, 60 min	11.55 Ben nie ma lekko – film animowany, Czechy 2024, 80 min
9.15 Castle 2 (21, 22) – serial kryminalny	7.30 Ojciec Mateusz 3 (32) – krym., Pol. 2010	9.00 Siedem życzeń (7-ost.) – serial przyg.	7.35 Nadzieja – dramat sensacyjny, Polska/Niemcy 2006, 115 min	12.50 To nie jest zagadka kryminalna (1)	13.15 Po prostu uwierz – dramat obyczajowy, USA 2024, 100 min
11.15 MacGyver 2 (16, 17) – serial akcji, USA 2017-2018	8.25 Komisarz Alex 2 (21)	10.00 Czarna suknia – dramat wojenny, Polska 1967, 60 min	9.30 Wyraj – film krótkometraż.	13.50 Larger than Life: Złota era boysbandów – film dokum., USA 2024	14.55 Assassin's Creed – film przygodowy, USA/Francja/Wielka Brytania 2016, 110 min
13.10 Agenci NCIS: Hawaje 3 (9, 10) – serial kryminalny	9.25 Rodzinka.pl (101)	11.00 Mary Quant. Królowa brytyjskiej mody – film dokum., USA 2021	12.05 Vera 5 (4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.	15.25 Balony – film krótkometraż.	16.45 Sypiając z innymi – komediodramat, USA 2015, reż. Leslye Headland, 100 min
15.10 Agenci NCIS 10 (18, 19) – serial sensacyjny, USA 2012	10.00 Klan (1448, 1449)	12.40 Kosmos 1999 (9) – s.f.	14.00 Tatami – thriller, USA/Wielka Brytania/Gruzja 2023, reż. Zar Amir Ebrahimi, 125 min	15.55 Zmierzch – film fantazyjny, USA 2008, 120 min	18.25 Karate Kid: Legendy – film przygodowy, USA/Kan. 2025, 95 min
17.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (17, 18) – serial krym., USA/Kanada 2002	10.55 Rancho 8 (99, 100)	13.40 Lawrence z Arabii – dram. przyg., Wielka Brytania 1962, 225 min	16.05 Opera! – dramat obyczajowy, Francja/Włochy 2024, 130 min	17.55 Łąpu capu – pr. rozr.	20.00 Ród smoka 3 (3) – serial fantasy, USA
19.05 Castle 2 (23, 24) – serial kryminalny	12.35 Komisarz Alex 2 (22)	17.25 Stawiam na Tolka Banana (1) – obycz.	18.15 Vera 6 (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.		
	13.35 Ojciec Mateusz 3 (383, 384) – krym., Pol.	18.10 Dźwięk Nowego Jorku (6) – serial dok.			
	15.35 Komisarz Alex 2 (23)	18.55 Rawhide (1) – serial przygodowy, USA 1959			
	16.20 Na sygnale (484, 485) – serial fab.-dokum.				
	17.30 Rancho 8 (101, 102) – serial obycz., Polska				
	19.30 Ojciec Mateusz 3 (385) – krym., Pol. 2023				
	20.30 Ojciec Mateusz 3 (33) – krym., Pol. 2010				



KRYMINALNY	OBYCAJOWY	DRAMAT SENSACYJNY	SENSACYJNY	THRILLER	KOMEDIOWY
21.05 FBI: International 4 (12) – USA 2024-2025 Zabójstwo 6-letniego Dillona Portillo w Baltimore sprawa, że agentka FBI Riley Quinn dołącza do Fly Team. Chce odnaleźć rodzinną chłopca, która uciekała do Stambułu.	21.30 Rancho 8 (103, 104) – Polska 2014 Książd wraca do Wilkowyj po nagłym wezwaniu do kurii. Postanawia zachować temat spotkania w tajemnicy. Michałowa bez skutku próbuje nakłonić go do zwierzeń.	20.00 Thelma i Louise – film USA/Wielka Brytania/Francja 1991, 140 min Przyjaciółki jadą na weekend w góry. Krwawy incydent w barze zmusza je do dramatycznej ucieczki przed policją.	20.10 Premiera: Agent – film USA 2024, 125 min Żona Benjaminia Malloya, kierownika placówki CIA w Budapeszcie, ginie w zamachu. Wdowiec rusza tropem sprawców. Łączy się z rosyjską agentką Krystyną Kowerski.	20.00 Shadow Force – film USA 2025, 100 min Kyrah i Isaac zakochali się w sobie i odeszli z elitarnej grupy rządowych zabójców. Zjają w ukryciu i wychowują syna. Dawny szef nie zamierza darować im zdrady.	21.00 Miniaturowa żona (3) – USA 2026 Les rozważa eksperymentalną kurację. Jego rywal knuje plan uwolnienia zmniejszonej Lindy. Sytuacja komplikuje się jeszcze bardziej, gdy niespodziewanie wraca córka.
22.05 FBI: Most Wanted 4 (15) – serial kryminalny	23.20 Ojciec Mateusz 30 (386) – krym., Pol. 2023	22.20 Reguła milczenia – dramat obyczajowy, USA 2012, 130 min	22.15 Eskorta – dramat obyczajowy, USA/Francja 2014, 145 min	21.40 Być kochaną – dramat obyczajowy, Norwegia/Szwecja 2024, 105 min	21.45 Prawdy w ból – komediodramat, USA 2024, 90 min
23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (17, 18) – serial krym.	0.20 U Pana Boga w Królowym Moście (1) – obycz.	0.30 Sibelius. Siedem symfonii – serial dok.	0.40 Zużel – film obycz.	23.25 21 gramów – dramat obyczajowy, USA 2003, 120 min	23.15 Holland – thriller, USA 2025, reż. Mimi Cave, 105 min
0.45 Castle 2 (23, 24)	1.20 Ratownicy (13-ost.)	1.45 Kulturalni (25) – mag.	2.45 Król (2) – serial sensacyjny, Pol. 2020	1.25 Ludzie – dramat wojenny, Polska 2023, 120 min	1.00 The Royal Hotel – thriller, Australia/Wielka Brytania 2023, reż. Kitty Green, 90 min
2.40 FBI: International 4 (12) – serial kryminalny	2.20 Londyńczyk (1)	2.40 Kameleon – sens., Polska 2001, 130 min	3.55 Moje miasto – film obyczajowy, Polska 2002, 60 min		
3.35 FBI: Most Wanted 4 (15) – serial kryminalny	3.20 Stulecie Winnych (3)	4.50 Podróże z historią (42) – dok., Pol. 2017			
	4.10 Klan (1448) – telen.	5.30 Teledyski			
	4.40 Pan Mama (21)				

AXN WHITE	WARNER TV	CANAL+ FILM HD	CANAL+ SERIALE HD	CANAL+ 360 HD	HBO 2 HBO 2 HD
7.20 Unforgettable: Zapisane w pamięci 4 (13) – krym.	9.30 Bajer z Bel-Air 4 (26)	6.00 Łąpu capu – pr. rozrywk.	9.50 Planeta Singli. Osiem historii (1) – serial komediowy, Polska 2021	8.00 Porzucone konstrukcje (4) – serial dok., Wlk. Bryt.	12.25 I tak po prostu 2 (9)
8.10 Szpital nadziei 4 (5)	10.00 Bajer z Bel-Air 5 (1)	6.15 Benek – komediodramat, Polska 2007, 100 min	10.45 Łąpu capu – program rozrywkowy	9.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2 (5) – serial dok., Niem. 2014	13.10 Kaskader – komedia sensacyjna, 2024, 120 min
9.10 Blondynka 2 (11, 12)	10.30 Prawo Agaty 2 (11)	7.55 Długi weekend – film obycz., Polska 2004, 75 min	11.00 Naruto 3 (6-8) – serial anime, Japonia 2003-2004	10.05 Co poszło nie tak 3 (5)	15.10 Doktor Larsen 2 (22)
11.15 Agenci NCIS 20 (1-3)	12.30 Teraz albo nigdy! (7, 8)	9.10 Dziki robot – film animowany, 2024, 100 min	12.30 The Office PL 5 (7-9) – serial komediowy, Polska 2025	12.50 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (1) – serial dok., Niem. 2023	15.55 Po drugiej stronie globu – musical, USA 2007, reż. Julie Taymor, 130 min
14.10 Szpital nadziei 4 (6)	14.30 Bajer z Bel-Air 4 (26)	10.50 The Holiday – komedia romant., USA 2006, 135 min	14.00 Hollywood Buzz – magazyn filmowy	13.50 Wykrwawcz historii 4 (1)	18.05 Teściowie 3 – komedia, Polska 2025, 85 min
15.10 Niłość na Gwiazdce – film obycz., 2017, 110 min	15.00 Bajer z Bel-Air 5 (1-3)	13.05 Masz ci los! – komedia, Polska 2023, 85 min	14.30 Naruto 3 (3-5) – serial anime, Japonia 2003-2004	15.00 Grip – w świecie supersamochodów (3)	19.30 Bez hitu – komedia, Niemcy 2025, 115 min
17.00 W poszukiwaniu Świętego mikołaja – komedia romantyczna, USA 2022, 120 min	18.30 Godziny szczytu – kom. sens., USA 1998, 105 min	14.30 Mamma Mia! Here We Go Again – komedia muz., USA/Wielka Brytania/Chiny 2018, 115 min	16.00 Łąpu capu – program rozrywkowy	16.00 Supersamoloty bojowe 11 (2) – serial dok.	21.25 Królowa Kości – horror, USA 2024, reż. Robert Budreau, 85 min
19.00 Dr House 3 (6) – obycz.	20.15 Godziny szczytu 2 – kom. sens., USA 2001, 105 min	16.25 Listy do Julii – komedia romantyczna, USA 2010, reż. Gary Winick, 100 min	16.20 Wszystkie drogi świata 4 (1, 2) – serial dokumentalny, Francja 2023	16.55 Zholowani: ciężarówk w opalach 8 (20) – dok.	22.50 Manodrom – thriller, USA/Wlk. Bryt. 2023, 90 min
20.00 Dowody zbrodni 2 (3, 4)	22.00 Upadek – dramat sensacyjny, 1993, 130 min	18.05 Kiedy nadchodzi jesień – dramat obyczajowy, Francja 2024, 100 min	18.15 13 posterunek 2 (4-6) – serial komediowy, Polska 2020	17.00 Porzucone konstrukcje (5) – serial dok., Wlk. Bryt.	0.20 Wciąż tu jestem – dramat obyczajowy, 2024, 135 min
20.00 Rekrut (1) – serial krym.	0.10 Co się wydarzyło w Madison County – melodramat, USA 1995, 155 min	19.45 Łąpu capu – pr. rozrywk.	20.00 Koniec lata (5, 6) – serial kryminalny, Szwecja 2023	19.00 Wykrwawcz historii 3 (5)	
22.55 Agenci NCIS 20 (1-3)		20.00 Zabójcza orka – horror, Australia/USA/Wielka Brytania 2026, reż. Jo-Anne Brechin, 85 min	22.00 El Inmortal. Gangi Madrytu 2 (3, 4) – serial sensacyjny, Hiszpania 2024	19.50 Zholowani: ciężarówk w opalach 9 (1) – dok.	
1.40 Dowody zbrodni 2 (3, 4)		21.25 Niebezpieczne zwierzęta – thriller, Australia/Kanada 2025, reż. Sean Byrne, 100 min	23.50 Kruk. Szeptyszyłach po zmroku (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2018	20.50 Co poszło nie tak (1)	
3.25 Zaklinacze koni 2 (6, 7)		23.05 Balkańska vendetta 2 – film sens., 2024, 85 min	4.00 Byłem królem (1) – serial dokumentalny, Polska 2022-2025	21.50 Speedshow: warsztat marzeń (1) – serial dokum.	

AXN BLACK	POLSAT SERIALE HD				HBO 3 HBO 3 HD
9.45 Gwiezdne wrota 3 (16-18) – s.f., USA/Kan. 2000	6.00 Gliniarze (145-147) – serial paradokum, Polska 2017				14.40 Sąsiedzi 2 – komedia, USA/Chiny 2016, 90 min
12.45 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (6) – serial sens.	9.00 Cobra Kai (31-33, 35, 34, 36) – serial przygodowy				16.10 Batman Arteków: Starcie imperiów – film animowany, USA/Meksyk 2025, reż. Juan José, 90 min
13.45 Renegat 5 (9) – serial sens.	13.05 Kowalscy kontra Kowalscy (37-40) – obycz.				17.40 Te dni – komedia, USA 2025, 95 min
14.45 Drużyna A 2 (21) – sens.	15.05 Świat według Kiepskich (373-376) – kom., Pol. 2011				19.15 Ktoś gdzieś (5, 6) – kom.
15.50 Nieustraszoney (13)	17.05 Columbo (1, 2) – krym.				20.05 Rzym (10) – serial hist.
16.55 Zagadki z przeszłości 2 (2) – przyg., Fr./Niemcy/Kan.	21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (123)				21.00 Ród smoka 3 (3) – fantasy
17.55 Gwiezdne wrota 3 (19-21) – s.f., USA/Kan. 2000	21.55 Malanowski i partnerzy (632-635) – serial fab.-dok.				22.45 Wichrowe wzgórze – dramat obyczajowy, USA/Wlk. Bryt. 2026, 135 min
21.00 Maksimum ryzyka – film sensacyjny, 1996, 125 min	23.55 Ślad (39-41) – serial krym.				1.00 Blue Valentine – melodram., 2010, 110 min
23.05 Escape room – horror, USA 2019, 115 min	2.55 Święty (200, 201) – kom.				
1.00 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (6) – serial sens.	4.00 48h. Zaginięci (97, 98) – serial kryminalny, Polska				
2.00 Nieustraszoney (13)					

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD	COMEDY CENTRAL HD	TVN FABUŁA HD	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA STOPKLATKA DV3 12
6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (136-138) – dok., Pol.	6.00 Tata ma plan 2 (9, 10) – serial komediowy, USA 2017	5.10 Szkoła (778) – serial paradokum.	6.15 Bianca 2 (11, 12) – serial kryminalny, Wł.	6.00 Zwierzęta Wajraka 3 (4, 5) – dok.	6.00 Kabaretowe hity (7)
7.30 Doktor Martin (32) – serial obyczajowy	7.00 Dwóch i pół 4 (23, 24) – serial komediowy, USA 2007	6.00 Filmowe duety (1)	8.30 Na granicy: Przepaść – film kryminalny, Niemcy 2022, reż. Stephan Rick, 115 min	6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dok.	6.50 Wojciech Celrowski – bosy przez świat
8.30 Przyjaciółki (127, 128) – obycz., Pol.	7.55 Dwóch i pół 5 (1, 2) – serial komediowy, USA 2007-2008	6.45 Zakochni po uszy (85, 86) – telen., Polska	10.25 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (17-20) – serial sensacyjny, USA 2023	7.15 Bolek i Lolek (7, 8)	7.50 Robert Makłowicz (181, 151) – mag. kulin.
10.30 Świat według Kiepskich (165, 166, 230, 22, 23, 50) – serial komediowy, Polska	8.55 Przyjaciele 6 (20-25) – kom., USA 1999-2000	7.45 Detektywi (69-72) – serial fab.-dok., Pol.	14.05 Bianca 3 (1, 2) – serial kryminalny, Wł. 2025	7.35 Reksio (18, 21)	9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher (4)
13.45 Szybcy i wściekli 10 – sens., USA/Chiny/Japonia 2023, 175 min	11.55 Teoria wielkiego podrywku 6 (11-16) – kom., USA 2012-2013	9.50 Prawo Agaty 3 (10) – serial obycz., Polska	16.20 Morderstwo w Ramatuelle – film kryminalny, Francja 2022, wyk. Florence Pernel, Lola Dewaere, 120 min	10.35 Akademia Pana Kleksa (1/2) – przyg., Pol./ZSRR 1983, 95 min	10.55 Górski lekarz (2, 3) – serial obycz., Niemcy
16.40 Pacific Rim: Rebelia – film s.f., Wielka Brytania/Chiny/Japonia 2018, 135 min	14.30 Dwóch i pół 5 (3-6) – kom., USA 2007-2008	11.55 Miłość czy pomyłka? (31, 32)	18.20 Mentalista (1-4) – serial kryminalny, USA 2008	12.10 To nie ze mną (4, 5)	12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher (5)
18.55 Plan lotu – thriller, USA 2005, reż. Robert Schwentke, wyk. Jodie Foster, 125 min	16.30 Przyjaciele 7 (1-6) – serial komediowy, USA 2001	13.55 Prawo Agaty 3 (9)	DRAMAT SENSACYJNY	15.40 Motylem jestem, czyli romans czterdziestolatka – komedia obyczajowa, 1976, 120 min	14.00 Katastrofy w przestworzach (7, 4) – serial dok., Kan.
HORROR SF	19.30 Duchy (3, 4) – serial fantasy, USA/Wielka Brytania 2021	14.55 Detektywi – fab.-dok.	KRYMINALNY	17.00 MacGyver 4 (5) – sens., USA/Kan. 1988	17.00 MacGyver 4 (5)
KOMEDIOWY	KOMEDIA SENSACYJNA	16.45 Happy Feet: Tupot małych stóp – film animowany, Australia/USA 2006, 135 min	DRAMAT SENSACYJNY	18.00 Wojny magazynowe: Kanada – reality show	18.00 Wojny magazynowe: Kanada
21.00 Intrygujący poniedziałek: Life – USA 2017, 140 min	20.00 Reyan's Eleven: Rzyzykowna gra – USA/Australia 2001, 155 min	19.00 Szpital św. Anny (68) – serial obycz., Polska	22.00 Bellefond (1) – Francja 2022	17.40 Cztery pancerni i pies (5, 6) – wojenny	19.10 Aukcja w ciemno 2 (5, 6) – serial dok., USA
Rory Adams i inni astronauta badają próbki z Marsa. Mierzą się z inteligentną i zabójczą formą życia. Nie mogą dopuścić, by dotarła na Ziemię.	Danny przygotowuje napad na skarbice kasyn w Las Vegas. Przy okazji chce się zemścić na ich właścicielu.	Prokurator Antoine Bellefond po tragedii zawiesza karierę. Siostrzenica prosi go o pomoc. Były oskarżyciel wraca w rodzinne strony, by rozwikłać zagadkę.	22.05 Niewidomy detektyw (4) – serial krym., Niemcy/Austria	20.00 Prawo ojca – 1999, 125 min	20.00 Pogromcy poniedziałków: Ninja – USA 2009, 110 min
23.20 Dracula: Historia nieznaną – horror, USA/Japonia 2014, reż. Gary Shore, 100 min	22.00 The Office PL 2 (11, 12) – serial kom.	23.25 Dziewczyna w czerwonej pelerynie – film fantasy, USA/Kanada 2011, 120 min	2.00 Morderstwo w Ramatuelle – film kryminalny, Francja 2022, wyk. Florence Pernel, 120 min	22.05 Kroll – sens., 1991, wyk. Bogusław Linda, 145 min	Casey w Japonii uczy się ninjutsu. Mistrz prosi go o ukrycie legendarnej broni i niebawem ginie. Amerykanin postanawia wypełnić ostatnią wolę swego mentora.
1.00 Gliniarze (347, 348) – serial paradokum-mentalny, Pol. 2019	23.05 Comedy Club 5 (11, 13) – pr. rozrywk.	0.35 Zanim odejda wody – komedia, USA 2010, 110 min	4.00 Bianca 3 (1, 2) – serial kryminalny, Wł. 2025	0.30 Symetria – dramat obycz., 2003, 130 min	21.50 Honor zabójcy – film sens., Kanada/Wielka Brytania 1996, 115 min
3.00 Fala zbrodni (74, 75)	0.05 Miasteczko South Park 2 (7, 8) – serial anim. dla dorosłych	2.25 Zawieruchy przepis na kino (21)	0.05 Niewidomy detektyw (4) – serial krym., Niemcy/Austria	2.40 Zwolnieni z policy – dram. obycz., Złota/Fr. 1992, 125 min	23.45 Nieśmiertelny 3: Czarnoksiężnik – film fantasy, Kanada/Francja/Wielka Brytania 1994, 130 min
5.00 Na ratunek 112 (860, 861) – paradok.	1.00 Pracocholizj 3 (7, 8)		4.45 Leben – krótkometraż.	5.30 Tama – etiuda film.	
14.25 Zabić mongolskiego konia – film obyczajowy, Malezja 2024, 100 min	13.25 Święty (31, 32) – kom., Pol.	8.00 SurrealEstate 2 (1, 2)	9.00 Z archiwum X 2 (19) – s.f.	11.00 Panna Marple. Noc w bibliotece – film kryminalny, 2004, 125 min	8.30 Górski lekarz (138, 139)
16.05 Czas mroku – dramat historyczny, Wielka Brytania/USA 2017, 125 min	14.25 Spadkobierca (4) – rozr.	10.00 Kroniki Shannary (9, 10)	10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (8, 9) – serial krym.	13.05 Poirot (2) – serial krym.	10.25 Diagnoza Betty (159, 160)
18.10 Dopóki miłość nas nie rozdzieli – melodramat, Chiny 2022, 110 min	15.25 Co ludzie powiedzą? 5 (3) – serial kom., Wlk. Bryt.	13.40 Malpa kontra Mechamaipa – horror s.f., USA 2023, 110 min	11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (19, 20)	15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (8) – krym.	12.20 Rzeka życia: Zaginiona na Amazonce – melodram., 2013, 115 min
20.00 Sepy – thriller, Francja 2025, reż. Peter Douaroutiz, wyk. Sami Bouajila, 105 min	16.55 Czarna Żmija 3 (6) – kom.	15.30 Kroniki Shannary 2 (1, 2)	13.45 Agenci NCIS 10 (6, 7)	16.40 Panna Scarlet i komisarz 2 (6) – krym.	14.15 Blizniaczka miłość – kom. romant., USA 2021, 120 min
21.45 Suche utonienie – dramat obyczajowy, Litwa/Lotwa 2024, 90 min	17.35 Bob kocha Abisłóę 2 (10-12) – serial komediowy	17.20 Zagubiona tożsamość 2 (8, 9) – s.f., Kan. 2011-2012	15.35 Skymed 2 (3) – obycz.	17.50 Poirot (7, 8) – serial krym.	16.15 Statek marzeń – Dolina Rzeki Hudson – film obycz., Niem. 2024, 110 min
23.15 Diagnoza: Dysydent – film obycz., 2023, 120 min	19.00 Dwóch i pół 4 (23, 24)	19.10 Kosmiczna apokalipsa – film s.f., USA 2023, reż. Adrian Avila, 110 min	18.20 Z archiwum X 2 (20) – s.f.	20.00 Obóz integracyjny – komedia sensacyjna, Portoryko/USA/Wielka Brytania 2013, 120 min	18.05 Górski lekarz (140, 141)
13.30 50 pierwszych randek – komedia romantyczna, USA 2004, 100 min	21.00 Dwóch i pół 5 (1, 2)	21.00 Człowiek widmo – thriller, USA/Niemcy 2000, 135 min	20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (21, 22)	22.00 Aż do śmierci – thriller, FILM 2021, 115 min	20.00 Wielka prawdziwa miłość – komedia, USA 2022, 110 min
15.10 Imię – komedia, Francja/Belgia 2012, 115 min	22.30 Co ludzie powiedzą? 5 (4) – serial kom., Wlk. Bryt.	23.15 Człowiek widmo 2 – horror, USA 2006, 115 min	22.00 Tropiciel (21) – serial krym.	23.55 Pocałunek śmierci – dramat kryminalny, USA 1995, 130 min	21.50 Bella Vita – kom. romant., Niemcy 2010, 115 min
17.05 Lepiej później niż wcale – komediodramat, USA 2023, 95 min	23.05 Jedną nogą w grobie 3 (1) – serial kom., Wlk. Bryt.		23.55 Resident Evil 2: Apokalipsa – horror s.f., 2004, 115 min		23.45 Górski lekarz (140, 141) – obycz., Niemcy/Austria
18.40 Nomadland – dramat obyczajowy, 2020, 110 min	23.50 Czarna Żmija 4 (1) – kom.	10.00 Cud miłości (28) – telen.	9.10 Simpsonowie 36 (11, 12)	14.40 Ambasador w Bernie – dramat historyczny, Węgry 2014, 90 min	10.00 Jądro Ziemi – dramat s.f., 2003, 180 min
20.30 Książę – thriller, Austria 2024, reż. Kurdwim Ayub, wyk. Andrea Tayeh, 95 min	9.05 Poirot 4 (2) – serial krym.	11.00 Otchłań namiętności (113) – telen., Meksyk 2012	10.10 Diabli nadali 8 (14-17)	16.10 Gorzko-słodki – komedia romantyczna, USA/Tajlandia 2009, reż. Jeff Hare, 120 min	13.00 Czarodziejki 3 (7, 8) – serial fantasy, USA
22.05 Pożyteczny duch – komediodramat, 2025, 130 min	13.25 Agenci NCIS 18 (7, 8)	12.00 Za wszelką cenę (83)	12.00 Jim wie lepiej 7 (11, 12)	18.10 Książę i ja: Królewskie wesela – komedia romant., USA 2006, 110 min	15.00 Pingwin z Madagaskaru (5) – serial animowany, USA 2008-2010
0.15 Loteria – komedia sensacyjna, 2024, 105 min	15.15 Lekarze na start (29, 30)	13.00 Różę i grzechy (12)	13.00 Sposób użycia 6 – kom.	20.00 Historia mojego życia – dramat obycz., Węgry/Niemcy/Fr. 2021, 180 min	15.25 Pompeje – film katastroficzny, Kanada/Niemcy/USA 2014, 125 min
	16.45 Poirot 4 (3) – serial krym.	14.00 Historia Juany (40, 41)	14.00 Wszyscy Kochają Raymonda 5 (17-20)	23.00 Barczo grzeczne dziewczynki – dramat obyczajowy, 2013, 100 min	17.30 Dzień zagłady – film katastroficzny, USA 1998, reż. Mimi Leder, 150 min
	21.00 Projekt Błękitna Księga (7) – serial s.f., Kanada/USA	16.00 Różę i grzechy (13)	16.00 Simpsonowie 36 (11-14)	0.40 Morze Czarne – thriller, Wielka Brytania/USA/Rosja 2014, 125 min	20.00 Złap mnie, jeśli potrafisz – komedia kryminalna, USA/Kanada 2002, 180 min
	21.55 Morderstwo to nic trudnego (3) – serial krym.	17.00 Za wszelką cenę (84)	18.00 Jak poznałem waszą matkę (9-11) – kom., USA		23.00 Ojciec chrzestny – dram. sens., 1972, 210 min
	23.00 Sprawy pana Booka (1, 2) – serial kryminalny	18.00 Otchłań namiętności (114) – telen., Meksyk 2012	19.30 Współczesna rodzina 7 (10-12) – serial komediowy		
	1.10 Zatraceni w miłości (31, 32) – telen., Turcja 2023	19.00 Macocho (23) – telenowela	21.00 Family Guy: Głowa rodziny 18 (10, 11)		
	2.50 Projekt Błękitna Księga (7) – serial s.f., Kanada/USA	20.00 Cud miłości (29) – telen.	22.00 Rok pierwszy – komedia przygodowa, 2009, 115 min		
		21.00 Historia Juany (41)	23.55 Simpsonowie 36 (3, 8)		
		22.00 Różę i grzechy (13)	0.55 Family Guy: Głowa rodziny 18 (4-7)		
		23.00 Za wszelką cenę (84)			
		0.00 Otchłań namiętności (114) – telen., Meksyk 2012			
		1.00 Macocho (23) – telenowela			

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD

8.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Krakowie – speed kobiet – mecz 4. rundy – finały

9.00 Jeździectwo: Global Champions Tour w Monako

11.00 Kolarstwo: Tour de France – 2. etap

12.00 Kolarstwo: Tour de France – 3. etap

17.30 Kolarstwo górskie: Zawody PS w La Thuile – cross-country kobiet i cross-country mężczyzn

19.30 FIM World Endurance Championship: Wyścig 8-godzinny w Suzuce

POLSAT SPORT 1 HD

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy

9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski

10.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy

11.00 Halo, tu Wimbledon – magazyn tenisowy

12.00 Kronika Wimbledonu – magazyn tenisowy

13.00 Tenis: Turniej Wimbledon – studio

14.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy

16.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej

CANAL+ SPORT HD

6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: GKS Katowice – Raków Częstochowa

8.45 Wyścigi konne: Tor Służewiec 2026 – Gala Derby

11.15 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Atletico Madryt – Real Sociedad

13.30 Magazyn PGE Ekstraliga – magazyn żużlowy

15.10 Premier League Stories (46) – magazyn piłkarski

15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Celta – Real Madryt CF

18.00 Liderzy. W centrum gry (2) – dok., Pol.

TVP SPORT HD

6.00 Strongman: Puchar Polski – Zmigród 2026

7.00 Koszykówka mężczyzn: Eliminacje mistrzostw świata – mecz: Włochy – Litwa

9.00 Mundialowy poranek (25) – magazyn piłkarski

10.15 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału

12.35 Kamera TVP Sport

13.20 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału

15.45 Dzień na mundialu (25) – mag. piłkarski Eksperti zapowiedzą nadchodzące spotkania i przybliżą taktyki zespołów.

ELEVEN SPORTS 1 HD

6.45 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski

7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – TSG 1899 Hoffenheim

9.00 Piłka nożna: Liga włoska: Udinese – Inter

11.00 Formula 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii

12.30 Formula 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii

13.40 Made in Italy (16)

14.00 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii

16.00 Piłka nożna: Liga włoska: US Sassuolo Calcio – Inter

18.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Borussia Dortmund – Bayern

20.00 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii

Discovery CHANNEL HD

7.00 Budowa na końcu świata – serial dok.

8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie – serial dok.

9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 7

10.00 Klan z Alaski – dok.

11.00 Przetraw nad Jukonem – dok., USA

12.00 Włoska kontrola celna (5) – dok., Wł.

13.00 Ed Stafford: inicjacja – serial dok.

14.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita 3

15.00 Złomowisko PL 6 (4) – serial dok., Pol. 2018

16.00 Celnicy na straży Niemiec (1) – dok.

17.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (7) – dok.

20



21.00 Turniej Northern Ireland Open – finał: J. Lisowski – J. Trump

Decydujący pojedynek dziesiątej edycji zmagania w Irlandii Północnej. Zwycięzca zabierze do domu 100 tysięcy funtów.

22.00 Kolarstwo: Tour de France – 3. etap: Granollers – Les Angles

0.00 Snooker: Turniej UK Championship – finał: M. Selby – J. Trump

1.30 Kolarstwo: Tour de France – 3. etap

3.00 FIM WEC: Wyścig 24-godzinny w Le Mans



18.30 Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej

Rok temu Alexander Zverev odpadł w 1. rundzie. Teraz, po triumfie we French Open, będzie chciał poprawić swój rezultat w Londynie.

21.00 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii

22.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej

23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy

1.00 Boks



19.00 PGE Ekstraliga – mecz: Motor Lublin – Gezet Stal Gorzów

Bartosz Zmarzlik i jego koledzy liczą na udany rewanż za porażkę 44:46 w poprzednim starciu z Gorzowianami.

22.00 Boks: Gala w El Paso – waga lekka: S. Han – H. Holm

0.15 Liga+ Extra – magazyn piłkarski

2.20 Ligomistrzowe historie (5) – magazyn piłkarski

3.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech Poznań – Cracovia



17.20 Eliminacje MŚ: Polska – Holandia

Biało-Czerwoni tę część kwalifikacji kończą startem z Oranje. Polacy już dużo wcześniej zapewnili sobie awans do kolejnej rundy.

20.05 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału

0.05 Quiz TVP Sport – teleturniej

1.00 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału

5.00 Boks: Gala w Las Vegas: Sebastian Fundora – Tim Tszyu



20.40 Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Pisa

Wicemistrz Włoch kontra beniaminek Serie A. Główni konkurenci Interu w walce o scudetto liczyli na spotkanie zespołu Cristiana Chivu.

22.40 Serie A – mag.

23.45 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2)

1.00 Bundesliga Special (22) – mag. piłkarski

1.30 Bundesliga Goal Special (18) – mag.

2.00 Piłka nożna: Liga włoska: Pisa – Atalanta

4.00 Magazyn piłkarski



18.00 Bracia Collins biorą się do roboty (12)

Podróż Collinsów po Indiach dobiega końca. Ich ostatnie zadanie okazuje się jednym z najgorszych. Rafał nie znosi zapachu ryb, z kolei Grzesiek cierpi na chorobę morską.

19.00 Nagi instynkt przetrwania 12

21.00 Nic do ukrycia (10)

22.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (8) – dok.

23.00 Celnicy na straży Niemiec (2) – dok.

0.00 Od samochodu do domu 2 (1) – mag.

1.00 Hot rod wg Kindiga

EUROSPORT 2 HD

12.00 Snooker: Turniej Northern Ireland Open w Belfaście: J. Lisowski – J. Trump

15.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Krakowie – speed kobiet i mężczyzn

16.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Krakowie – speed par mieszanych – finały

18.00 Jeździectwo: Global Champions Tour w Monako

20.00 Kolarstwo: Tour de France – 3. etap: Granollers – Les Angles

22.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria sław Barcelona 1992 – magazyn sportowy

POLSAT SPORT 2 HD

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej

8.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy

11.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy

14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy

16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy

18.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy

21.00 Lekkoatletyka: Diamentowa Liga w Eugene

23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy

1.00 Sporty walki: FEN

CANAL+ SPORT 2 HD

11.00 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg

13.30 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg – mecz finałowy gry pojedynczej

16.00 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg – 1. runda: Clara Tauson – Diana Sznajder

18.30 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg – mecz 1. rundy gry pojedynczej: Solana Sierra – Zheng Qinwen

21.00 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg – mecz 1. rundy: V. Williams – I. C. Begu

23.30 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg – mecz 1. rundy: A. Eala – E. Mertens

EXTREME CHANNEL HD

10.00 AMA Motocross Series Highlights (10)

11.00 X Games – Aspen 2020

12.00 Blue World 2 (1, 2)

13.00 Action Sports World (10)

14.00 WWE Classic Gold (80)

15.15 WWE Highlights (8, 12)

17.00 KPW Komбат TV (14)

18.00 WWE Highlights (94)

18.45 WWE Classic Gold (8, 1)

20.00 AEW Collision 2 (2626)

22.00 Low – Legacy of Wrestling (5)

1.00 New Japan Wrestling – Highlights (19)

1.30 WWE Highlights (1)

2.00 AMA Motocross Series Highlights (10)

ELEVEN SPORTS 2 HD

12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Werder – Bayern

14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Cremonese – Inter

16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Bayern – TSG 1899 Hoffenheim

18.00 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii

20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Udinese – Inter

22.00 Ligue 1 Show (36) – mag.

23.05 Made in Italy (13, 12, 11)

0.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Le Havre AC – Paris Saint-Germain

2.00 Magazyn piłkarski

2.40 Magazyn piłkarski

life DISCOVERY LIFE HD

10.15 Nowa Maja w ogrodzie 5 (32, 33)

11.15 Idealna niania 2 (11)

12.00 Idealna niania 3 (2)

12.45 Klinika bez tajemnic

14.45 Szpital (514, 515)

16.45 Idealna niania 2 (10, 11)

18.15 Idealna niania 3 (2, 3)

19.45 Zrób coś z tym dzieckiem (3, 4) – mag.

20.45 Skórce na ratunek 3 (10)

21.45 Dr Pryszycka 3 (12)

22.45 Nie do uwierzenia!

1.45 Bez tabu (4) – magazyn

2.15 Ostatnia szansa (4) – rozr.

3.00 Druga twarz 2 (1, 2) – rozr.

3.45 Szpital (336, 337)

5.15 Pojedynek na modę (3)

POLSAT SPORT FIGHT HD

12.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy

14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy

16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy

18.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy

20.00 Boks: Babilon Boxing Show & K1 w Nowym Sączu – waga półciężka: R. Dudek – K. Kalinowski 2

20.35 Sporty walki: UFC Fight Night: Belal Muhammad – Gabriel Bonfim

22.55 Boks: Rocky Boxing Night w Sopocie: Nikodem Jeżewski – Marko Calic

POLSAT SPORT 3 HD

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy

8.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy

10.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy

14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy

16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy

18.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy

21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy

CANAL+ SPORT 5 HD

6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech – Cracovia

9.00 Żużel: PGE Ekstraliga: Motor Lublin – Stal Gorzów

12.00 Snooker: Championship League – 1. runda

16.45 Premier League Stories

17.30 Snooker: Championship League – 1. runda

22.15 Boks: BKFC Liberty Brawl: Philadelphia z Zabrze (1) – serial dok.

0.30 Górnik Chelonia

1.30 Ligomistrzowe historie

2.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: GKS Katowice – Raków Częstochowa

4.30 Przerwa techniczna

ELEVEN SPORTS 4 HD

13.00 Made in Italy

14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Bayern

16.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: RC Strasbourg – RC Lens

18.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (5, 6) – mag.

19.00 Ligue 1 Show (35, 33)

20.00 Piłka nożna: Liga portugalska: Sporting – Estoril

22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Roma – Milan

0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: FC Augsburg – 1. FC Köln

ELEVEN SPORTS 3 HD

12.00 Piłka nożna: Liga włoska: AC Milan – US Lecce

14.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: FC Nantes – Olympique Lyon

16.00 Bundesliga Special (22)

16.30 Ligue 1 Show (35) – mag.

17.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2) – mag.

18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Parma – Juventus

20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Köln – Lipsk

22.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: RC Strasbourg – RC Lens

0.00 Werder Double – dok.

CANAL+ DOKUMENT HD

11.55 Cztery pory roku w Japonii (3, 4) – dok., Jap.

13.55 Ocean, nasz dom – dok.

15.35 Koralowa oaza archipelagu Tuamotu

16.35 Wszystko o Marii, Matce Bożej (1, 2) – dok.

18.35 Kwiat ośmiu gór – dok.

20.00 Baleary: Cztery piękne siostry (1) – serial dokum.

21.00 Aria di bravura – dok.

22.30 Świat zwierząt: zaskakujące pokrewieństwo – dok.

23.30 Igrając ze śmiercią. Alaska – życie na krawędzi – film dok.

0.25 Lili – film dokum., Pol. 2021

STACJE POPULARNONAUKOWE

SD DISCOVERY SCIENCE HD	ID ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB T2	TEMP HISTORIA TVP HISTORIA DVB T2	H HISTORY HD
6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 11 – dok., Wlk. Bryt.	6.00 Viralowe zbrodnie 2 – dok., USA 2021	12.00 Przetrawianie w kanadyjskiej dzicy (5) – dok., Kan.	8.00 Byli sobie wynalazcy (1, 2)	8.30 Czterdziestolatek (14) – obycz., Pol. 1976	14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (4) – serial dok., USA
6.30 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki (1-3) – serial dok., Wlk. Bryt.	6.30 Viralowe zbrodnie – serial dok., 2023	13.00 Wojenna szkoła przetrawiania (3) – serial dok.	8.55 Wheikul czasu (706)	9.20 Ex Libris – magazyn	14.50 Największe tajemnice świata 6 (14) – serial dok., USA
8.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny	7.00 Viralowe zbrodnie 2 – serial dokum., USA	14.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (6) – serial dok., Wlk. Bryt.	9.00 Starożytni kosmici (15) – serial dok., USA	9.50 Ostatni Mazurzy	15.45 Gwiazdy lombardu 13 (3)
11.00 Pomoc drogowa na Alasce – film dokumentalny	7.30 Viralowe zbrodnie 4 – serial dokumentalny	12.00 I wojna światowa w liczbach (1) – dok.	10.00 Gwiazdy lombardu (7, 8) – reality show	10.45 Arsenal. Magazyn militarno-historyczny – mag.	16.15 Wykute w ogniu 4 (10) – reality show
13.00 Podziemne sekrety (8) – serial dok., USA	8.00 Przerwana sielanka	15.00 Alarm na lotnisku: Peru (8, 9) – serial dok.	12.00 Poszukiwacze historii (11, 12) – dok.	11.15 Krainy cudów natury (3) – cykl dok.	17.10 II wojna światowa: wysięg zbrojeń (3) – serial dokumentalny
15.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok.	10.00 Spowiedź mordercy: akta strażnika z Teksasu	17.00 Pompeje w ogniu – film dok., USA 2023	14.00 Tajne akta nazistów (1, 2) – dok., Wlk. Bryt.	12.25 Początki amerykańskiej niepodległości (2)	18.10 Największe tajemnice świata 6 (5) – serial dok., USA
18.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki (6, 8-12) – serial dokumentalny	12.00 Wyrok do podważenia	18.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Atak z powietrza – film dokum., USA 2022	16.00 Dorwać tuńczyka 3 (8, 9) – serial dok., USA	13.15 Polskie parki narodowe – dok., Pol.	19.05 Starożytni kosmici 13 (21) – dok.
DOKUMENTALNY	14.00 Morderstwo na prowincji 6 – dok.	19.00 Wojna widziana z powietrza (2) – dok.	18.00 Rolnicy. Podlasie (10, 11) – serial dok.	13.45 Królowie (51) – hist.	20.00 Starożytni kosmici 14 (19) – dok.
	16.00 Morderstwo na bagnach – dok.	20.00 Katastrofa w przestworzach (2) – serial dok., Kan.	20.00 Galileo (23)	14.25 Czterdziestolatek (15) – obycz., Pol. 1976	21.00 Starożytni kosmici 17 (6) – dok.
DOKUMENTALNY	18.00 Ostatnie wakacje – serial dokumentalny	DOKUMENTALNY	21.00 Inżynierowie Hitlera: budowniczości III Rzeszy (5) – dok.	15.45 Sensacje XX wieku	DOKUMENTALNY
	20.00 Sekrety zbrodni – serial dok., USA		DOKUMENTALNY	17.45 Powstanie (12)	
DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	18.45 Z otchłani pradziejów	DOKUMENTALNY
					
21.00 Tajemnice ładowania na Księżycu (3, 4)	21.00 Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2	21.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (1)	22.00 Zaginione złoto II wojny światowej (1, 2) – USA 2018	20.00 Officer (6) – Polska 2005	22.00 Największe tajemnice świata 7 (12) – USA
Utajnione raporty CIA opowiadają o kosmicznej zimnej wojnie. Specjaliści próbują dowiedzieć się więcej o szpiegowskiej aktywności w programie Apollo.	Randy jest ambitnym youtuberem. Całą energię poświęca budowaniu wizerunku w internecie, lecz w prawdziwym życiu nie potrafi nawiązywać bliskich relacji.	Medialna wrzawa utrudnia badanie przyczyn wypadków. Tak było w trakcie dochodzenia dotyczącego lotu Amerykańskich Linii 77. Maszyna uderzyła w Pentagon.	Według legendy pod koniec II wojny światowej Japończycy mieli zakopać w filipińskiej dżungli rzeczy o ogromnej wartości. Badacze ruszają na poszukiwania skarbu.	Policja aresztuje Topora i jego pomocnika. Kruszon i Rys zatrzymują też Jubego, lecz podczas przesłuchania przestępcy uparcie milczy. Aldona natrafia na wyjaśnienie skrótu MAG.	Wikingowie przemierzali Europę, zdobywając ogromne ilości złota i cennych przedmiotów. Eksperti badają, czy ich legendarne skarby przetrwały do naszych czasów.
23.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok.	22.00 Ciała w wodzie	22.00 Ostatni lot: Anatomia katastrofy (1) – dok.	0.00 Starożytni kosmici (7) – serial dokumentalny, USA 2011	21.05 Wojny Rosji (1/3) – film dok., Niem. 2023	23.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 2 (8) – serial dok., USA
1.00 Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem – serial dokumentalny, USA	23.00 Morderca z kregu przyciół – dok., USA	23.00 Katastrofa w przestworzach (9)	1.00 Rolnicy. Podlasie (9-12) – serial dokumentalny, Polska	22.05 II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa (1): Dunkierka – serial dok.	23.55 David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (4) – dok., USA 2026
4.00 Podziemne sekrety (8) – serial dok., USA	0.00 Szokująca prawda 14 – dok.	0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (10) – serial dokum.	5.00 Kolowrotek (9, 10) – magazyn wędkarski	23.15 Sensacje XX wieku	0.50 Starożytni kosmici 14 (19) – dok.
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
6.00 Na ratunek starociom	13.45 Ocalić raj (4) – serial dok.	8.00 Oko w oko z dziką naturą (3) – dok., Wlk. Bryt.	11.15 Najgroźniejsze rekiny	13.40 Mroźna planeta 2 (3)	13.00 Irwinowie – następne pokolenie 4 – serial dok.
7.00 Zoom na architekturę	14.50 Zaginione światy (1)	9.00 Niezwykły dr Pol	12.15 Zwierzęta: mistrzowie survivalu 2 (5) – serial dok.	14.45 W okowach mrozu 3 (3)	14.00 Resocjalizacja z pitbulliem – serial dok.
9.00 Tajemnice wraków Bałtyku (2) – serial dok.	15.50 Niezwykłe podróże koleją 8 (6) – serial dok., Fr.	12.00 Najgroźniejsze zwierzęta Afryki (3)	13.30 Zabójcza pogoda 2 (13)	15.45 Życie na pustkowiu: powroty 3 (8) – serial dok.	15.00 Kot z piekła rodem 8
10.00 Wstęp wzbroniony (5, 6)	16.55 Świat zawarty w obrazie (1) – serial dok.	13.00 Dzikie miejsca Europy	14.30 Wielkie rzeki (4) – dok.	16.45 Indie z Alexandrem Armstrongiem (1) – dok.	17.00 Dwa oblicza survivalu 3
11.00 Wyprawa w nieznanne	17.55 Dokąd dzisiaj? 4 (65)	14.00 Najdziwniejsze cuda ewolucji (1) – serial dok.	15.35 Ochrona przyrody: od Yellowstone do Jukonu	17.40 Dziewicze zakątki Ziemi (4) – serial dok., Wlk. Bryt.	18.00 Weterynarz z Gór Skalistych 6 – serial dok.
13.00 Podziemne sekrety	18.10 Polska z góry 10 (1, 2)	15.00 Walki zwierząt (5) – dok.	16.45 Najbardziej znane zwierzęta Afryki (1)	18.45 Malownicze trasy kolejowe 3 (2) – serial dok.	19.00 Mieszkaniec na pniu
14.00 Łowcy staroci: Renowacja (13, 14) – dok.	19.10 Mam zamek 2 (3) – dok.	16.00 Dziewicza Ameryka (4)	17.50 Lista drapieżników (1)	19.45 Tajemnice wulkanów (2) – film dok., Wielka Brytania	20.00 Na tropie legendarnych potworów – serial dok.
16.00 Skarby z szopy – klasyki	19.45 Zapomniane królowe epoki żelaza – dok., Niem.	17.00 Zjednoczone Stany Zwięrcze (1, 2) – dok.	18.55 Wielkie rzeki (4) – dok.	20.40 Potega ssaków: kulisy	21.00 Weterynarz z Alaski
18.00 Łowcy staroci (3, 4) – dok.	20.50 Osiroczone Dzieci i wojna (1) – film dok., Fr.	18.00 Dzikie Indie (1) – dok.	20.00 W okowach mrozu 4 (1)	20.55 W okowach mrozu 3	22.00 Projekt akwarium (19)
20.00 Nawiedzona Irlandia	22.00 Tutanchamon: wielkie odkrycie – film dokum., Fr.	19.00 Królestwo drapieżników: Rebelia	21.00 Ochrona przyrody: od Yellowstone do Jukonu	22.55 Indie z Alexandrem Armstrongiem (1) – dok.	23.00 Resocjalizacja z pitbulliem – serial dok.
22.00 Tajemnice Alaski – dok.	23.10 Strefa nagoci (3) – dok.	20.00 Dzika konfrontacja (9)	22.15 Rekiny: wojna płci – dok.	23.55 Paryż-Stambuł z Sue Perkins (1) – serial dokum.	0.00 Rekinotopia – film dokum.
0.00 Wyprawa w nieznanne	0.20 Niezwykłe podróże koleją 8 (7) – serial dok., Fr.	21.00 Niezwykły dr Pol	23.20 Zabójcza pogoda 2 (13)		1.00 Irwinowie – następne pokolenie 4 – serial dok.
2.00 Pasja – sposób na życie		2.00 Dzikie miejsca Europy	1.25 Wielkie rzeki (4) – dok.		
3.25 Profesjonalisci – cykl dok.					
4.35 Europejskie bazyry (3)					
5.10 Łowcy staroci (8) – dok.					
TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
12.35 Ludzie z mikroplastiku	13.05 Poszukiwacze historii	13.05 Samochody marzeń (6)	13.30 Titanic w kolorze (1, 2)	15.05 Ferie, impreza, morderstwo (2) – dok.	12.15 Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń. Zanzibar – pr. rozrywk.
13.40 Najwspanialsze drzewo Australii (1) – film dokum.	14.00 Laponia – opowieść o śpiących olbrzymach	14.10 Australijscy poszukiwacze złota 5	15.35 Jak inżynieria zmieniała świat (1) – serial dok., USA	16.00 Pogrzebani za domem 3	13.20 Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń. Dubaj
14.50 Rajskie zakątki Europy	15.10 Poszukiwacze historii	16.05 Drwal z Vancouver Island (10) – reality show	16.30 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze (6)	17.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (1) – dok.	14.20 Człowiek kontra czelowiec (33) – mag. kulin.
15.40 Neon – film dok., Pol. 2012	15.35 Świat z góry. Zamki (1)	17.00 Australijscy polawiacze homarów 5 (10) – dok.	17.35 Punkty zwrotne II wojny światowej (4)	18.00 Z archiwum 997 (9, 10)	14.55 Kulinarne podróże z Guyem Fierim (3-6)
16.45 Magiczny Adriatyk (1)	16.50 Militarny top 10 (5) – dok.	18.00 Kłątwa umarłaka: W poszukiwaniu zaginionego złota 3 (3)	18.50 Historia sprawiedliwości (1)	20.00 Dowody zbrodni: ślady DNA (8) – serial dok., USA	17.00 Pojedyunki Eda Stafforda
17.45 Sanatorium miłości 4 (6)	17.55 Polowanie na Hitlera	18.55 Australijscy poszukiwacze złota 7	19.40 Cesarstwo Rzymskie: mity i fakty (1) – dok., Fr.	21.00 Pogrzebani za domem 6 (10) – serial dokumentalny	19.05 Kamperem przez świat
18.45 Jacek Cygan. Życie jest sztuką – film dokum., Pol.	18.55 Moja żona i ja – życie w Chinach pod cyfrowym nadzorem	21.00 Złoto Jukonu 5 (4) – dok.	20.50 Świta Hitlera (2) – dok.	22.00 Psy na służbie z Jimem Belushim (1, 2) – dok., USA	21.00 Sprawa dla medium i detektywa (9, 10) – dok.
20.00 Kości na handel – dok.	20.00 Wielkie uczciwiec z amerykańskich więzień – film dok., USA	22.10 Special Ops: Prawda	22.00 1776: niepodległość USA (1) – serial dokumentalny	23.00 Zbrodnie: oszukać prawdę (5) – serial dokum.	23.10 Kobieta na krańcu świata (6-8) – serial dok.
21.05 W krainie niedźwiedzia	22.00 Miłość i seks w Japonii	23.05 Za kratami: najcięższe więzienia na świecie 2	22.55 Naziści: ściśle tajna nauka (2) – serial dok., USA	23.55 Kobiety, które nosły śmierć (11) (5) – serial dok.	0.55 Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń. Zanzibar – pr. rozrywk.
22.10 Niebezpieczne drogi (1)	23.20 Ludzie na wojnie – rok w Ukrainie (6) – serial dok.	0.15 Poszukiwacze klejnotów: Australia 2	23.55 Wojna o wieżę Eiffa		
23.15 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn	0.20 Brudne sekrety tajskiej sekturystyki – film dok.				
23.25 Naddniestrze, Abchazja i Osetia – fantomowe państwa – film dokum., Fr.					
0.30 Sanatorium miłości 4 (5)					

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

14.10 **Kulturalni**
15.00 **Słowo daje!** – mag.
15.10 **Kiedys to było...**
15.40 **62. KFPP w Opolu** – Zróbmy więc prywatkę...
16.00 **Zaraz wracam 2** (105) – serial obycz.
16.30 **Barwy szczęścia** (3336) – serial obycz.
17.00 **Gra słów. Krzyżówka** (1055)
17.30 **Telexpress**
17.50 **Telexpress Extra**
18.15 **Słownik polsko|polski** (682)
18.45 **Świętokrzyskie krajobrazy**
19.15 **Laskowik & Malicki** – program rozrywkowy
20.10 **Program informacyjny 19.30**

TVP ROZRYWKA

8.45 **Va banque** (937)
9.20 **Koło fortuny** (2046)
9.55 **Program rozrywkowy**
10.05 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Matki, żony i kochanki** (17)
14.15 **Rodzinka.pl** (192, 193) – kom., Pol.
15.20 **Niepewne sytuacje 3** (5) – rozr.
15.50 **Kocham Cię, Polsko!** (6) – program rozrywk.
17.25 **Va banque** (938)
18.00 **Koło fortuny** (2047)
18.35 **Okrasa lamie przepisy** – mag. kulin.
19.40 **Makłowicz w podróży** – mag.

POLSAT CAFÉ

6.00 **Przyjaciółki** (63, 64) – serial obyczajowy, Polska 2015
8.00 **Co ludzie powiedzą** (5, 6) – serial kom., Wielka Brytania 1990
9.20 **Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia** (41, 42) – reality show
12.30 **Bogaty dom - biedny dom** (141, 142) – reality show, Polska
14.30 **10 lat młodsza w 10 dni** (7, 8) – program rozrywkowy
16.30 **Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia** (46) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (322, 323) – reality show, Polska

TV 4

6.00 **Strażnik Teksasu** (4, 5) – sens., USA 1999
7.55 **Bogaty dom - biedny dom** (71)
8.55 **Policjantki i Policjanci** (502, 503) – serial obycz., Polska
10.55 **Na ratunek 112** (1160, 1161) – paradok.
11.55 **Dlaczego ja?** (1529, 1530) – paradok.
13.55 **Trudne sprawy** (1346-1348) – paradok.
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1395) – serial obycz., Polska
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (490) – reality show
19.00 **Policjantki i Policjanci** (1396) – serial obycz., Polska

TTV HD

7.10 **Express** – pr. inform.
7.35 **DeFacto 13** (7, 8)
8.30 **Kartoteka** (6, 7)
10.35 **Detektywi** (19, 20)
12.35 **Zakup w ciemno 7** (28, 29) – reality show
14.35 **Nic do zgłoszenia** (4)
15.35 **Złomowisko PL 5** (2)
16.45 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, sport**
17.05 **Gogglebox. Przed telewizorem 21** (3)
18.05 **Zakup w ciemno extra** (36)
18.40 **Niezwykłe Stany Prokopa 5** (7) – rozr.
19.45 **Express** – pr. inform.
20.05 **Zakup w ciemno 7** (34) – reality show
21.05 **Zakup w ciemno extra** (31)
21.45 **Express** – pr. inform.

TWN STYLE HD

5.20 **Damy i wieśniaczki. PL 9** (1) – serial fab.-dok., Polska 2025
6.15 **Anatomia piękna 2** (1) – program rozrywk.
7.10 **Co za tydzień** – magazyn kulturalny
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn – pr. kulin.-rozrywk.
11.20 **Ugotowani** (3, 4) – pr. kulin.-rozrywk.
13.30 **Kuchenne rewolucje** (10, 9) – program rozrywkowy
15.35 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (7, 8) – reality show
17.05 **W czym do ślubu?** (4) – program rozrywk.
17.40 **Kuchenne rewolucje** (4, 9, 10) – program rozrywkowy



20.50 Czas honoru. Powstanie (7) – Pol. Michał dostaje rozkaz przedostania się do Kampinusu. Oddział Bronka udaje się do magazynu na Stawkach po zaopatrzenie. Do wyprawy dołącza Karkowski.

21.45 **Królowa Bona** (6)
22.45 **To jest grane - wakacyjnie** (94)
23.15 **Dzienniki regionów**
23.40 **Tajemnice kultowych seriali** (1)
0.30 **Andrzej Wajda - Notatki**
0.40 **Zaraz wracam 2** (105) – 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** (25) – pr. rozrywk.
22.10 **Rodzinka.pl** (54)
22.50 **Lato z Radiem i Telewizją Polską**
0.55 **Koło fortuny** (2047, 2039) – telet.
2.20 **Kabaret Letnią Porą** (3, 33) – pr. rozrywk.
4.25 **Hity wszech czasów** (56) – mag.



20.00 Kolacja w ciemno (66) – Polska Szukająca miłości kobieta otrzymuje menu w pięciu wersjach, przygotowanych przez samotnych mężczyzn. Wybiera trzy propozycje i spotyka się z ich autorami.

21.05 **Wieżenie kobiet** (134, 135) – dok., Pol.
22.00 **Walka o życie** (6)
23.00 **Gry małżeńskie** (150, 151)
1.00 **Kolacja w ciemno** (12, 13) – pr. rozrywk.
3.05 **Wieżenie kobiet** (11, 12) – serial dok.
4.00 **Zdrady** (151, 152)



20.00 Uroczysko (197, 198) – Polska 2025 Śledczy znajdują ciało Roberta w lesie, a Czarek znika bez śladu. Niebawem rolnik zgłasza kolejne morderstwo. Makabryczna scena przywołuje legendę o Leszym.

21.00 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (125)
22.00 **Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny** (1008)
23.05 **Sisu** – dram. wojenny, Finlandia/Wlk. Bryt./USA 2022, 115 min
1.00 **Love Island. Wyspa miłości** (27)



22.00 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (3)
Dominik Abus i Krzysztof Radzikowski komentują wybrane programy telewizyjne. Okaże się, co ich irytuje, a co ekscytuje. Nie zabraknie okazji do śmiechu i wzruszeń.

23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 23** (2)
0.00 **Damy i wieśniaczki. PL 11** (6) – fab.-dok.
1.00 **Ciężarówka przez Wietnam** (1) – rozr.
2.00 **Wyburzacz 8** (5, 6)
3.10 **Sędzia Anna Maria Wesołowska 7** (30, 1) – fab.-dok., Pol.



20.50 Jestem z Polski (16, 10) – Polska 2023 Od ponad 20 lat Monika mieszka w Szwecji. Opro-wadza ekipę po Sztokholmie. Widzowie zobaczą m.in. naj-większą uliczkę i najmniejszy pomnik w mieście.

22.50 **Hotel Paradise 6** (22) – reality show
23.50 **Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9**
1.35 **Dorota was urządzi!** (4) – program rozrywk.
2.20 **Nieoczywiste miejsca** (3) – dok., Pol.
2.55 **Dieta czy cud?** (1, 2)

TVP HD

13.20 **Komisarz Alex 3** (39)
14.15 **Ranczo 6** (77, 78) – obycz.
16.10 **Gwiazdowska kuchnia Ani 3** (29) – magazyn kulin.
16.40 **Tańcząca ze światem** – Malta (3) – magazyn
17.10 **Okrasa lamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 25** (318)
18.20 **Ranczo 7** (85) – obycz., Pol.
20.10 **Rodzinka.pl** (306, 307)
21.25 **Ojciec Mateusz 32** (410)
22.20 **Pojedynk na głosy**
FILM – komediadramat, Wielka Brytania 2019, 125 min
0.25 **Czarny mercedes** – film
FILM – kryminalny, Polska 2019, 130 min

TVP 3 HD

15.45 **Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział**
16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel** – krym., Austria
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział**
18.50 **Doktor Kleist - lekarz rodziny** – serial obycz.
19.50 **Rosamunde Pilcher - Niech zdecyduje miłość** – film obyczajowy, Niemcy 2009, 120 min
21.50 **Rosamunde Pilcher: Przytulmy miłość** – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2009, 105 min
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział**

ZOOM

8.05 **Strażnik Teksasu 9** (5, 6)
9.55 **Macgyver 3** (2, 3) – sens.
12.05 **Pułapki umysłu** (1) – dok.
13.15 **Wojny magazynowe: Kanada 2** (13, 14)
14.25 **Pod pokładem: Morze Śródziemne 9** (3)
15.30 **Sensacje XX wieku** (6, 7)
17.50 **Wojciech Cejrowski - bosy przez świat**
20.00 **Kobra - oddział specjalny 23** (18, 19)
22.00 **Pod pokładem: Morze Śródziemne 9** (4)
23.00 **Magia nagości 5** (6) – rozr.
0.05 **Magia nagości 4** (9) – rozr.
1.10 **Adam szuka Ewy VIP. Holandia 2** (5) – pr. rozr.

TLC HD

12.00 **Mali ludzie, wielka rodzina 11** – serial dok.
13.00 **Wiza na miłość: znowu do wzięcia 3**
15.00 **Wiza na miłość: pościelowe rozmowy 11** – reality show
16.00 **Historie wielkiej wagi**
18.00 **Pokonać tyłość** (5)
19.00 **Wiza na miłość: Romans na Karabach 3**
20.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
21.00 **Wiza na miłość 12**
23.00 **Koleżanki na zabój**
0.00 **Dr Pryszczyla - kulisy**
1.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show

C+ KUCHNIA HD

13.25 **Kulinarne szlaki: Południowa Afryka** (1)
13.55 **Podróż przez smaki Chin 3** (1) – serial dok.
14.50 **U sąsiadów w kuchni 12**
15.45 **Z pola na stół 2** (5) – dok.
16.15 **Jelita w móżg** (4) – mag.
16.40 **Jamie Oliver - łatwe przepisy na co dzień**
18.30 **Maximum Foodie 4** (9)
18.55 **M jak mięso** (1, 2) – dok.
19.50 **Nie bój ryby!** (1) – mag.
20.15 **Jamie Oliver - łatwe przepisy na co dzień**
21.15 **Anthony Bourdain - miejsca nieznanne 11**
23.00 **Anthony Bourdain - miejsca nieznanne 8** (5)

TWN TURBO HD

12.15 **Jeździć, obserwować** (2)
13.00 **Mobilni mechanicy** (7, 8)
14.30 **Zawodowi handlarze**
16.00 **Wojny samochodowe**
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Jeździć, obserwować** (7)
19.00 **Prawko na świecie. Jazda bez zasad** (2) – rozr.
19.45 **Usterka 16** (13) – fab.-dok.
20.15 **Naprawy nie do naprawy** (3) – mag.
21.00 **Wojny samochodowe** (4)
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Jeździć, obserwować**
23.45 **Z drugiej ręki** (4) – mag.
0.30 **Nauka jazdy** (23) – pr. rozr.
1.00 **101 gadzettoz motoryzacyjnych** (3)

NOVA TV

9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (15) – kom., Pol.
10.00 **Miodowe lata** (14) – kom.
10.30 **Wieżenie** (119) – dok., Pol.
11.00 **Poirot 13** – serial krym.
14.30 **Świat według Kiepskich** (53) – serial kom., Polska
15.00 **Świat według Budyńch 8** (166-171)
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (12) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (20-23)
21.00 **Zdrady** (6) – paradok., Pol.
22.50 **Ślad** (40, 41, 105) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **Tv okazje** (93, 94)
3.50 **Wehikuł czasu** (706, 705)
4.00 **Sala operacyjna** (10)

METRO

8.30 **Szpital** (782, 783)
10.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (351, 352)
12.30 **SOS Ekipy w akcji** (28)
13.30 **Bryzdyła** (27, 28) – kom.
14.35 **Kiedy ktoś kocha bardziej** (13) – obycz.
15.45 **The Floor** (1, 2) – telet.
17.00 **Fani czterech kółek 17**
18.00 **Prawo Agaty 7** (2)
19.00 **Kartoteka 2** (5, 6)
21.05 **Kryminalni 3** (1, 2) – krym.
23.15 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** 11 (6) – krym.
0.20 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5** (5) – dok.
1.15 **Szpital** (775) – paradok.
2.15 **Szkola** (528, 529)

ANTENA HD

11.55 **Kłątwa Wyspy Dębów 6**
13.50 **Australijski poszukiwacz złota 3**
15.50 **Wojny kontenerowe 2**
16.50 **77 TV 4** (14, 15) – pr. rozr.
18.55 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Genuski** (7) – serial kryminalny
20.00 **Alex Hugo - górski detektyw** (9) – serial krym.
22.05 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Genuski** (3) – serial kryminalny
23.10 **Detektywi z Bordeaux 4** (10) – serial krym., Fr/Belgia
0.25 **Polska. Największe tajemnice 2** (6-8) – pr. rozr.
3.40 **Poprawczak** (1, 2) – dok.

WP

12.00 **Wariaci za kierownicą 5**
13.00 **Makłowicz w podróży**
14.00 **Pokochoj lub sprzedaż Vancouver 3** (23-25) – dok.
16.55 **Pogoda**
17.00 **Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 5** (2) – serial kryminalny, Fr 2021
19.00 **Strażacy z sąsiedztwa**
20.00 **Whitney Houston: rodzinna tragedia** – dok.
21.50 **Pogoda**
22.00 **Mistrzowie Kabaretu 5**
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 12** (2) – program rozrywkowy
0.00 **Mistrzowie Kabaretu 3**
1.00 **Kabaretowy śmiech grupowy** (2) – pr. rozrywk.

C+ DOMO HD

14.05 **Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu**
15.00 **Napoc no** (3) – dok., Kan.
15.55 **Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie 9** (5, 6)
16.50 **Gardeners' World** 14 (5)
18.00 **Ucieczka na wieś** 22 (10)
19.00 **Wielkie projekty: Szwecja 3** (2) – serial dok.
20.00 **Daleko od miasta**
21.00 **Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu**
21.55 **Wielkie projekty: Australia 12** (1) – dok.
23.00 **Wielkie projekty: Australia 11** (1) – dok.

HGTV HD

10.00 **Widok, na który cię stać**
11.05 **Usterka 11** (10, 11) – serial fab.-dok., Polska 2019
12.35 **Moje miasto, mój dom 8**
14.35 **Mieszkanie na miarę**
16.35 **Polowanie na ogród 2**
18.15 **Weekendowa metamorfoza 3** (4, 5)
20.05 **Zgłoś remont 4** (4) – rozr.
21.05 **Dorota was urządzi!**
22.35 **House Hunters - Poszukiwacze domów 8** (11, 12) – pr. rozr.
23.35 **House Hunters - Poszukiwacze domów 9** (1, 2) – pr. rozr.
0.45 **Kupujemy dom na plaży** 29 (11, 12) – dok.

POLSAT 2 HD

- 5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (298) – reality show
7.30 Na ratunek 112 (921, 922) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 Sekrety rodziny (375-377) – serial paradokum., Pol. 2024
11.30 Trudne sprawy (947) – serial paradokum., Pol. 2020
12.30 Dlaczego ja? (1344, 1345) – serial paradokum., Pol. 2024
14.30 Świat według Kiepskich (519-523) – serial komediowy, Polska 2017-2018
17.00 48h. Zaginieni (151, 152) – serial kryminalny, Pol. 2022

PARADOKUMENTALNY



- 19.00 Gliniarze (993) – Polska 2024

Ciężarna zostaje pobita w pobliżu swojego domu. Natalia i Kuba odkrywają, że niedawno została się z mężem i wyznała zdradę. W toku śledztwa wychodzi na jaw, że kobieta prowadziła podwójne życie.

- 20.00 Ślad (69) – krym., Pol.
21.00 Gliniarze (788)
22.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (113, 114) – dok., Pol.
23.00 Świat według Kiepskich (355, 356)
0.00 Ślad (91) – krym., Pol.
1.00 Zdrady II (10)

POLSAT PLAY HD

- 6.00 Budowlaniacy (4) – dok.
6.30 Kolowrotek (199) – mag.
7.00 Dorwać tuńczyka (2, 3)
9.00 Wojny magazynowe
10.00 Wojny kontenerowe (6, 7) – serial dokumentalny
11.00 Hardkorowy lombard (29, 28, 30-33) – serial dok.
14.05 Polacy za granicą (145, 146) – serial dokum.
16.05 Złomiarze (29, 30) – dok.
18.10 Poszukiwacze historii (151-154) – serial dok., Pol.
20.05 Złomiarze (39, 53) – dok.
22.05 Siły specjalne – Polska (1, 2) – reality show
1.00 Kolowrotek (188-193)
4.05 Starożytni kosmicz (2, 1)

Kobieta

- 13.00 Na dobre i na złe (576)
13.50 Kiedyś to było... – mag.
14.25 Okrasa łamie przepisy
15.00 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka (61)
15.20 Ojciec Mateusz (3, 4)
17.35 Najspanialsze ikony natury (2) – serial dokum.
18.30 Hity wszech czasów (6)
19.30 Miłość i nadzieja (296) – telenowela, Turcja 2022
20.30 Wichrowe wzgórza (277) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 La Promesa – pałac tajemnic (267) – obycz.
22.30 Miłość i turbulencje – komedia romantyczna, Francja 2013, 100 min

SUPER POLSAT DVB T2

- 6.05 Wydarzenia
6.45 SuperLudzie Extra (24) – magazyn
7.00 Na ratunek 112 (706, 707) – paradok.
8.00 Doktor Martin (51, 52) – serial obycz.
10.00 Wydarzenia
10.30 SuperLudzie (33, 34)
11.30 Świat według Kiepskich (443, 444, 353, 354)
13.35 Bitwa o palety (1)
14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6 (59)
16.05 Ninja Warrior Polska (33)
18.00 Świat według Kiepskich (458, 459, 551, 552)
20.00 Złomiarze (5) – dok.

KOMEDIA KRYMINALNA



- 21.00 21 Jump Street – USA 2012, 130 min

Policjanci Schmidt i Jenko biorą udział w tajnej akcji na terenie liceum. Udając uczniów, mają dotrzeć do przestępców rozprowadzających nowy narkotyk.

- 23.10 Detonator – film sensacyjny, USA/Rumunia 2006, 130 min
1.20 Świat według Kiepskich (383-387) – serial kom., Pol. 2012
3.55 Nasz nowy dom (247, 248) – reality show, Polska 2021

FOOD NETWORK HD

- 11.30 10 zadań specjalnych Michela Morana 3 (6-8)
13.15 Apetyt na miłość (2, 3)
14.15 Akcja: Restauracja! (13)
15.15 Elitarny turniej wypieków (3)
16.15 Kuchenne rewolucje (5)
17.15 Sexy kuchnia Magdy Gessler (6) – mag. kulin.
17.50 Miłość od kuchni (5)
18.50 Dziecięce mistrzostwa wypieków 11 (6)
19.50 Bójka na plaży 2 (8)
20.50 Pojedynek na grille (4)
21.55 Pyszne miejscówki (3)
22.55 Akcja: Restauracja! (13)
23.55 Człowiek kontra jedzenie (10-12) – mag.

E! ENTERTAINMENT HD

- 8.50 Tyler Henry – medium z Hollywood (21) – pr. rozr.
10.40 Plastikarna fuszarka
12.30 Z kamera u Kardashianów (2, 3)
14.20 Tyler Henry – medium z Hollywood – pr. rozrywk.
16.10 Plastikarna fuszarka
18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
18.30 Z kamera u Kardashianów (8, 9)
20.30 Tyler Henry – medium z Hollywood – pr. rozrywk.
22.30 Plastikarna fuszarka
0.30 Tylko dla celebrytów
1.00 Z kamera u Kardashianów (2, 3)

TV 6 DVB T

- 6.00 Więzienie (154, 155)
6.55 Policjanci i Policjanci (701, 702) – serial obycz., Polska
8.55 Kobra – oddział specjalny (20, 21) – serial sens., Niemcy
10.55 48h. Zaginieni (136-138) – krym., Pol.
13.55 Policjantki i Policjanci (1196) – serial obycz., Polska
14.55 Uroczysko (37, 38)
15.55 Kobra – oddział specjalny (22, 23) – serial sens., Niemcy
18.00 Strażnik Teksasu (6, 7) – sens., USA 1999
20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (189, 190) – krym., USA/Kanada

KRYMINALNY



- 21.55 Czarna lista (21) – USA 2013

Liz nie chce współpracować z Redem, odkąd zna prawdę o śmierci ojca. Mężczyzna próbuje zadośćuczynić wyrządzoną krzywdę. Podsuwa FBI nową sprawę.

- 22.55 Łowca pedofilów (181-184) – dok., Pol.
0.55 Więzienie (203, 205, 204, 206)
2.55 Cobra Kai (25) – serial przygodowy, USA 2018
3.40 Septagon (94, 95) – serial krym., Polska
5.45 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.

POLSAT RODZINA HD

- 9.35 Jeźdźcy smoków na końcu świata (7, 6, 5)
11.00 Podglądając przyrodę
12.00 Bogaty dom – biedny dom (134) – reality show
13.00 Rodzina zastępcza (215, 216) – kom., Pol. 2005
14.55 Wielkie wycieczkowce
15.55 Świat z gory (7, 8) – dok.
17.05 Pingwiny z Madagaskaru 3 (7-10)
19.00 Rodzina zastępcza (304)
20.00 Miodowe lata (13, 1, 95)
22.00 Nasz nowy dom
0.05 Tajna historia Białego Domu – film dokum., USA
1.05 Tajna historia Air Force One – film dokumentalny

TV TRWAM DVB T

- 15.50 Ma się rozumieć
16.00 Informacja dnia
16.10 Sanktuarium polskie
16.30 Porady medyczne bonifratrów (37) – med.
17.00 Świadkowie
17.30 Spotkanie Rodziny Radia Maryja – pr. religijny
20.00 Informacja dnia
20.20 Różaniec
20.50 Śladami historii (4) – dok.
21.00 Apel Jasnogórski
21.20 Informacja dnia
21.40 Polskie punkty widzenia
22.00 Z wędką nad wodę w Polskę i świat – rozr.
22.30 Starowiejski profesor Józef Bielawski – dok.

BBC FIRST HD

- 7.00 Śledztwa siostry Bonifaci 3 (7, 8)
8.35 Lewis 4 (1) – krym.
9.40 My Life is Murder 4 (8) – serial kryminalny
10.40 Śmierć pod palmami (1) – krym.
11.45 Zagadki doktora Blake'a 3 (2) – krym.
12.55 Śledztwa siostry Bonifacji: odcinek Świąteczny 2024 (1, 2) – film krym., Wlk. Bryt. 2024, 125 min
15.00 Ojciec Brown 7 (5)
16.00 Lewis 4 (7) – krym.
17.00 My Life is Murder 2 (9) – serial kryminalny
18.00 Morderstwa w Midsomer 21 (1)
19.55 Śmierć pod palmami (2) – krym.

KRYMINALNY



- 21.00 My Life is Murder 5 (1)

Znany influencer, który zajmuje się branżą fitness, nieoczekiwanie umiera podczas transmisji na żywo. Alexa lepiej poznał świat profesjonalnych drużyn cziriliferek.

- 22.00 Diabelski szczyt (1, 2) – serial krym.
0.10 Harry Wild 4 (4)
1.05 Śmierć pod palmami (2) – krym.
2.15 Morderstwa w Midsomer 21 (1)
4.00 My Life is Murder 2 (9) – serial kryminalny
4.45 Moja rodzinka 2 (8)

BBC LIFESTYLE HD

- 11.30 Mistrzowie szycia 10
13.45 Bake off: zawodowcy 3
14.40 Wielkie brytyjskie wypieki 13 (2) – pr. rozr.
16.00 Zapraszam do stołu: Wielka porcja 19 (4)
17.50 Wymarzone domy 2 (1)
18.50 Mistrzowie ceramiki 4
19.50 Wielkie brytyjskie wypieki 13 (3) – pr. rozr.
20.10 Najpiękniej ukryte hotele 2 (5) – serial dokum.
22.00 Kurorty sławnych i bogaczy (5) – serial dok.
23.00 Wstydliwie choroby: Otyłość 2 (2) – serial dok.
0.00 Kuchenne koszmary USA 8 (9, 10) – serial dok.

BBC BRIT HD

- 12.30 Top Gear 7 (6) – mag.
13.35 Warsztat Hammonda 5
14.35 Cuda inżynierii 6 (9)
15.40 Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 4 (20)
16.50 Najdłuższe bufety świata – dok., Wlk. Bryt.
17.50 Top Gear 8 (1) – mag.
18.55 Cuda inżynierii 6 (9)
20.00 Brytyjskie fabryki jedzenia (1) – serial dok.
21.00 Kolekcja aut Goldberga
22.00 Czy elektryka są bezpieczne? – film dok.
23.00 Top Gear 7 (6) – mag.
0.05 Top Gear 19 (2) – mag.
1.15 Cuda inżynierii 6 (9)

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

- 8.10 Piotruś Królik
8.35 Wegezaury 2 (10)
8.40 Świnka Peppa (3, 4)
8.50 Świnka Peppa 4 (1)
9.00 Tygrysek Percy i jego opowieści
9.30 Domisie – dla dzieci
10.00 Zwierzaki Czytaki (173) – program eduk.
10.20 Bolek i Lolek na wakacjach
10.45 Rodzina Treflików 2 (19, 20) – serial anim.
11.10 Odo (28-30) – anim.
11.35 Stacyjkowo
11.55 Pszczółka Maja (10)
12.25 Domisie – dla dzieci
13.00 Figu Migu na planecie Czochras (35)
13.20 Tru i Tęczowe Królestwo (10)

ANIMOWANY



- 13.45 Świnka Peppa (8, 9) – Wielka Brytania 2016

Peppa i jej przyjaciele budują w piaskownicy bezładną wyspę. Mają jednak na niej las, jezioro, domy oraz sklepy.

- 13.55 Świnka Peppa 7 (1)
14.10 Pajak Lucas 2 (19, 20)
14.30 Oli i Luna (19, 20)
14.55 Oktonauci (19, 20)
15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (10) – mag.
15.40 Billy – chomik, który został kowbojem
16.05 Pat i Świat (28-30)
16.35 Rev i Roll (47, 48)
17.05 Pszczółka Maja
17.30 Petronix: obrońcy...

NICK JR. HD

- 15.05 Rogata ekipa 2 (13)
15.34 Świnka Peppa 2
16.16 Świnka Peppa 5 (1-3)
16.35 Psi Patrol 4 (8) – anim.
17.05 Rubble i jego ekipa 2 (22)
17.30 Pan Krokodyl 2 (5, 3)
17.55 Barabapa – szczęśliwa rodzinka (1) – serial anim.
18.10 Barabapa i jego rodzinka (25) – serial anim.
18.40 Dora 2 (1) – serial anim.
19.00 Przygody Misia Paddingtona (1, 24, 3)
20.07 Świnka Peppa (30-33)
20.30 Małe Królestwo Bena i Holly (6) – serial anim.
20.55 Barabapa i jego rodzinka (8-10) – anim., Fr.

MINI MINI+ HD

- 10.00 Baranek Shaun (33-40, 1)
11.25 Baczne oczka (7-10)
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 (1-5) – serial anim.
15.10 Kicia Kocia 2 (2-6) – anim.
15.55 Blaze i megamaszyny
17.20 Staś i fajna Babcia
17.50 Moje urodziny – dla dzieci
17.57 Staś i fajna Babcia (17)
18.15 Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia (6, 7) – serial anim., Japonia
18.40 Dora i przyjaciele (9, 10)
19.35 Kicia Kocia (3-7) – anim.
20.25 Mały Charlie (2-6) – anim.

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

- 7.30 Rozmowa Piaseckiego – publ.
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

PUBLICYSTYCZNY



- 20.00 Kropka nad i

Monika Olejnik prowadzi rozmowy z najważniejszymi postaciami polskiej sceny politycznej na temat bieżących wydarzeń w kraju.

- 20.20 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
1.20 Kropka nad i – publ.
1.50 Tak jest – pr. publ.
2.35 Nowa Maja w ogrodzie – mag.
3.00 Akademia ogrodnika – mag.

POLSAT NEWS HD

- 14.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny
14.55 Pogoda
15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny
15.30 Sport, pogoda
15.50 Wydarzenia 15:50
16.10 Więcej „Wydarzeń” – inf.
16.30 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.
18.00 Najważniejsze pytania
19.15 Gość „Wydarzeń” – publ.
19.50 Debata Gozdyry – publ.
21.50 Wydarzenia wieczorne
22.30 Dzień na świecie – pr. inf.
23.30 Obraz dnia – serwis informacyjny
0.00 Najważniejsze pytania

TVP 3 DVB T2

- 12.10 Całkiem niezła historia
12.30 Okrasa łamie przepisy
13.00 Agrobiznes
13.30 Rozmowy (nie)wygodne
14.10 Całkiem niezła historia
15.00 Koronka do Miłosterdzia 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 (188)
23.30 Kryminalna siódemka

Warto zobaczyć

→ filmowe hity

14,00
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 **135 min ▶ do godz. 16.15**

14,50
TVP KULTURA
Jańcio Wodnik
OBYCZAJOWY Wiejski filozof odkrywa w sobie cudowną moc. Rusza w świat, by leczyć ludzi wodą. Niektóre osoby chcą wykorzystać jego dar. Reż.: Jan Jakub Kolski, A: Franciszek Pieczka, Grażyna Błęcka-Kolska Polska 1993 **120 min ▶ do godz. 16.50**

15,45
KINO POLSKA
Rozmowy nocą
KOMEDIA ROMANTYCZNA Singielka chce zostać matką. Szuka mężczyzny, z którym mogłaby zająć w ciąży. Na jej anons odpowiada Bartek. Reż.: Maciej Żak, A: Marcin Dorociński, Roma Gąsiorowska Polska 2008 **125 min ▶ do godz. 17.50**

17,55
WARNER TV
Przygoda Felicity
FAMILIJNY Dziesięcioletka znajduje klacz należącą do okrutnego i znęcającego się nad zwierzęciem garbarza. Postanawia ją uwolnić. Reż.: Nadia Tass, A: Shailene Woodley, Marcia Gay Harden USA 2005 **105 min ▶ do godz. 19.40**

18,10
FILMBOX+ HITS
Pokonać górę
PRZYGODOWY Donald zabiera dzieci na wybieczkę. 12-letni Donn oddziela się swojej od rodziny. Musi przetrwać w dziczy. Reż.: Andrew Kightlinger, A: Caitlin Fitzgerald, Ethan Slater, Paul Sparks USA 2024 **110 min ▶ do godz. 20.00**

19,10
SCI FI
Małpa i Mechamałpa: Nowy porządek
SCIENCE FICTION Światowi przywódcy budzą starożytną istotę. Los Ziemi spoczywa w rękach gigantycznej małpy. Reż.: Marc Gottlieb, A: Ashley Ahlquist, Sean Young, Jared Rivet USA 2024 **110 min ▶ do godz. 21.00**

20,00
TV PULS
Zakon
SENSACYJNY W ręce uczonego Oscara trafia rękopis, w którym XI-wieczny rycerz opisał swoje objawienie. Niebawem naukowiec znika. Reż.: Sheldon Lettich, A: Jean-Claude Van Damme, Vernon Dobtcheff USA/Aruba 2001 **115 min ▶ do godz. 21.55**

20,00
C+ PREMIUM
Zima pod znakiem wrony
THRILLER Rok 1981. Prof. Joan Andrews przyjeżdża do Warszawy na kongres. Staje się świadkiem śmierci opozycjonisty. Reż.: Kasia Adamik, A: Lesley Manville, Zofia Wichtlacz, Sascha Ley Pol./Wlk. Bryt. 2025 **110 min ▶ do godz. 21.50**



Wade musi znaleźć sojuszników, którzy staną wraz z nimi do bohaterskiej walki.

20.00 Player One

TVN 7 **SCIENCE FICTION** Uczestnicy gry próbują ocalić wirtualny świat. Stawka jest wysoka.

HIT DNIA Rok 2045. Ziemia została wyniszczona konfliktami i zmianami klimatycznymi. Panuje chaos, a jedyną formą ucieczki od ponurej rzeczywistości jest gra OASIS. Pełen możliwości wirtualny świat oferuje szansę spełnienia marzeń. Użytkownik może wcielić się w dowolnie wybraną istotę.

Pewnego dnia umiera James Halliday, twórca cybernetycznego imperium. Ogłoszony zostaje konkurs na jego zastępcę. Mieszkający w ubogiej dzielnicy, pozbawiony perspektyw Wade Watts podejmuje wyzwanie. Do rozgrywki, polegającej na odnalezieniu w fantastycznym uniwersum trzech kluczy,



wraca jako Parzival. Stawką są pieniądze i władza. W trakcie swoich poszukiwań poznaje między innymi Art3mis. Niebawem oboje odkrywają, że wirtualnej rzeczywistości grozi zagłada. **HD 180 min ▶ do godz. 23.00**

USA/Indie 2018 Reż.: Steven Spielberg
Wyst.: Tye Sheridan, Olivia Cooke, Ben Mendelsohn, T.J. Miller, Simon Pegg



20,00
POLSAT
Niezniszczalni
SENSACYJNY Najemnicy pod wodzą Barneya Rossa (Sylvester Stallone) ruszają na południowoamerykańską wyspę, aby obalić dyktatora. Na miejscu poznają informatorkę z ruchu oporu, która okazuje się córką ich wroga. Reż.: Sylvester Stallone Wyst.: Jason Statham USA 2010 **HD 130 min ▶ do godz. 22.10**



20,00
STOPKLATKA
Podły, okrutny, zły
BIOGRAFICZNY Ted Bundy (Zac Efron) zostaje oskarżony o dokonanie serii brutalnych zbrodni. W czasie procesu nie przyznaje się do winy. Jego partnerka Liz Kendall (Lily Collins) nie potrafi uwierzyć w to, że jest on zabójcą. Reż.: Joe Berlinger Wyst.: Angela Sarafyan USA 2019 **HD 135 min ▶ do godz. 22.15**



20,50
TVN
Dziewczyna z pociągu
KRYMINALNY Rozwódka Rachel (Emily Blunt) każdego dnia obserwuje zza okna pociągu parę zajmującą mijany po drodze dom. Pewnego razu staje się świadkiem niepokojących wydarzeń. Reż.: Tate Taylor Wyst.: Haley Bennett USA 2016 **HD 145 min ▶ do godz. 23.15**



21,55
TV PULS
Krwawy biznes
SENSACYJNY Był agentem sił specjalnych Deacon (Jean-Claude Van Damme) pada ofiarą handlarzy organami. Traci nerkę, która była przeznaczona do przeszczepu dla jego siostrzenicy. Zaczyna poszukiwania przestępców. Reż.: Ernie Barbarash Wyst.: John Ralston Kanada 2015 **HD 125 min ▶ do godz. 0.00**



22,10
POLSAT
Kryzys
SENSACYJNY W Stanach trwa epidemia uzależnień od opioidów. Agent Kelly (Armie Hammer) tropi przestępcę, który organizuje przemyt fentanylu. W tym czasie zmagająca się z nałogiem Claire (Evangeline Lilly) szuka syna. Reż.: Nicholas Jarecki Wyst.: Gary Oldman Kan./Bel. 2021 **HD 160 min ▶ do godz. 0.50**



23,05
TV 4
Czasy ostateczne: Pozostawieni
SENSACYJNY Ziemia zagrożona się w chaosie. Ludzie stają się świadkami spełnienia proroctwa biblijnego, które zwiastuje koniec świata. Wśród nich są pilot Rayford (Nicolas Cage) i jego córka. Reż.: Vic Armstrong Wyst.: Lea Thompson USA/Kan. 2014 **HD 140 min ▶ do godz. 1.25**

→ sport



13.00 **Tour de France**
KOLARSTWO LIVE Michał Kwiatkowski i spółka mierzą się z trudami czwartego etapu francuskiego touru. Trasa z Carcassonne do Foix liczy niespełna 182 kilometrów. Po drodze na kolarzy czekają cztery kategoryzowane premie górskie. **HD** 300 min ▶ do godz. 18.00



14.00 **Turniej Wimbledon**
TENIS LIVE Singlistki, które pożegnają się z turniejem na etapie ćwierćfinału, otrzymają na pocieszenie po 480 tys. funtów. Na więcej z pewnością liczy między innymi Maja Chwalińska. **HD** 120 min ▶ do godz. 16.00



21.50 **Mistrzostwa świata 2026**
PIŁKA NOŻNA LIVE Mecz w Vancouver wyłoni kolejnego ćwierćfinalistę tegorocznego mundialu. Wiele wskazuje na to, że o awans powalczy dziś faworyzowana reprezentacja Portugalii. **HD** 160 min ▶ do godz. 0.30



4.45 **Turcja – Polska**
SIATKÓWKA LIVE Kadrowiczka Stefana Lavariniego muszą postawić kropkę nad i w walce o przepustkę do turnieju finałowego LN. Zmagania w Osace rozpoczną meczem z bardzo dobrze dysponowaną Turcją. **HD** 135 min ▶ do godz. 7.00

→ rozrywka



21.00 **Rolnicy w akcji**
REALITY TV Codzienne perypetie rolników z czterech hiszpańskich gospodarstw. Na farmie każdy dzień przynosi nowe wyzwania – od wycieków wody, przez zakłócenia w produkcji mleka, po ucieczkę byka, którego trzeba niezwłocznie sprowadzić do zagrody. **HD** 60 min ▶ do godz. 22.00



21.00 **Królowie smaku: Big Zuu & AJ Tracey**
PODRÓŻE Raperzy przemierzają stolicę Korei Południowej. Poznają lokalnych milionerów, spotykają się z docenianym szefem kuchni i próbują bardzo kosztownej potrawy z grilla. **HD** 60 min ▶ do godz. 22.00



23.15 **Kuba Wojewódzki**
TALK-SHOW Prowadzący zaprosił stand-upera Kacpra Rucińskiego, który zdradził kulisy satyrycznych występów na scenie. Kolejnym gościem była Ewa Gawryluk. Aktorka poruszyła m.in. temat pracy na planie serialu „Na Wspólnej”. **HD** 65 min ▶ do godz. 0.20

→ dokument



21.50 **Triumf i upadek. Historia Michaela Jacksona**
BIOGRAFIA Losy króla popu – od statusu dziecięcej gwiazdy przez późniejsze triumfy aż po skandale, zarzuty dotyczące molestowania i procesy sądowe. **HD** 65 min ▶ do godz. 22.55

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.



5 wydań za
21,45 zł
lub 26 wydań za
111,54 zł

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 TVP 1 HD DV3 T2

- 5.00 Złoty chłopak** (327) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 5.50 Akacjaowa 38** (891) – telenowela, Hiszpania 2015
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Kościół z bliska** – mag. religijny
- 8.00 Serwis Info** – program inform.
- 8.10 Pogoda Info**
- 8.20 Janosik** (6) – przyg., Polska 1973
- 9.15 Ranczo 6** (75) – obycz., Pol. 2012
- 10.10 Komisarz Alex 7** (83) – serial kryminalny, Polska 2015
- 11.05 Ojciec Mateusz 15** (194): Pałac – serial kryminalny, Polska 2016
- 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: Rzeki Chorwacji** – film dokumentalny, Chorwacja/Hiszpania 2020
- 14.00 Złoty chłopak** (328) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 15.00 Serwis Info** – program inform.
- 15.10 Pogoda Info**
- 15.25 Gra słów. Krzyżówka** (1061)
- 16.00 Dziedzictwo** (971) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – telet. muz.
- 18.05 Reporterzy** – mag. reporterów
- 18.25 Akacjaowa 38** (906) – telenowela, Hiszpania 2015
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – pr. publicyst.
- 20.10 Sport, pogoda**
- 20.30 Prokurator** (8) – krym., Pol. 2015
- 21.25 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio

TVP 2 TVP 2 HD DV3 T2

- 5.00 Rodzinka.pl** (189): Domowe zapęlenie – serial komediowy, Polska 2016
- 5.35 M jak miłość** (1788) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 6.25 Eleos znaczą miłosierdzie** – reportaż, Polska 2026
- 6.55 Barwy szczyścia** (3348) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
- 7.55 Pytanie na śniadanie** – magazyn
- 11.30 Rodzinka.pl** (32, 33) – serial komediowy, Polska 2011
- 12.35 Koło fortuny** (1882) – teleturniej
- 13.15 Panna młoda** (138) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** (1006) – teleturniej
- 14.35 Na sygnale** (870): Medyczna pola walki – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- Romek i Ela przeżywają dramatyczne chwile w lesie, gdzie dochodzi do starcia między myśliwymi a kłusownikami. Jedna osoba wpada w sidła, a dwie kolejne zostają ranne.
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (427) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
- Martina ma żal do matki, że zbyt szybko pogodziła się ze śmiercią męża i zaczęła układać sobie życie na nowo. Z kolei Catalina i Pelayo podejmują próby ocalenia upadającego interesu.
- 16.00 Koło fortuny** (1883) – teleturniej
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.15 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio

polsat POLSAT HD DV3 T2

- 4.40 Disco Gramy**
- 5.25 Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News**
- 8.30 Malanowski i partnerzy** (321, 322): Tajemnica męża; Bez wyjścia – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
- 9.30 Trudne sprawy** (1251, 1252) – paradak., Polska 2024
- W gabinecie rehabilitantki Pauliny zjawia się 17-letni Kacper. Kobieta uważa, że to jej syn, który został uprowadzony, gdy był niemowlęciem. Rozpoznaje znanie na plecach chłopaka.
- 11.35 Gliniarze** (868, 869) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 13.40 Dlaczego ja?** (1498, 1499) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- Julia trafiła do szpitala po upadku w parku. Policja podejrzewa, że ktoś ją popchnął. W jej rzeczach matka znajduje cenny wisior. Okazuje się, że kupił go ojciec przyjacielki Julii.
- 15.50 Wydarzenia, pogoda**
- 16.25 Interwencja** – magazyn reporterów
- 16.40 Gliniarze** (1065, 1066) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- Na warszawskim osiedlu dochodzi do śmiertelnego potrącenia samochodem kobiety. Kluczem do rozwiązania sprawy okazuje się przeszłość ofiary.
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.35 Sport, pogoda**

tvn TVN HD DV3 T2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1691) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- 6.50 Kuchenne rewolucje** (6): Magnuszew – Stara Kuznia – program rozrywkowy
- 7.45 Dzień dobry wakacje** – magazyn
- 11.20 Doradca smaku** (14) – magazyn kulinarny
- 11.25 Kuchenne rewolucje** (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy
- 12.35 Ukryta prawda** (1471, 1472, 1722) – paradak., Polska
- 15.45 Detektywi** (106) – serial fab.-dok., Polska 2024
- 16.50 Szpital św. Anny** (62) – serial obyczajowy, Polska 2025
- Marta i Krystyna spędzają wieczór u matki Tomka. Gdy dowiadują się o napaści, wstrząśnięte jadą na oddział ratunkowy. Lekarze decydują o wprowadzeniu pobitego mężczyzny w sypialkę farmakologiczną.
- 17.55 Młode gliny** (15) – serial kryminalny, Polska 2026
- Nad stawem zostają znalezione ciało zamordowanej pary. Policjanci ustalają, że to taksówkarz Radosław i Adriana, partnerka właściciela motelu Edwarda. Zdradzyni mężczyzna jest pierwszym podejrzanym. Kolejny trop prowadzi śledczych do kobiety uwikłanej w piramidę finansową.
- 19.00 Fakty, sport i pogoda**
- 19.55 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 20.15 Na Wspólnej** (4241) – serial obyczajowy, Polska 2026

20 PIŁKA NOŻNA

**21.50 Mistrzostwa świata 2026**
LIVE – mecz 1/8 finału

Na stadionie BC Place w Vancouver w meczu, którego stawką jest awans do ćwierćfinału, najprawdopodobniej zobaczymy reprezentację Portugalii. Zespół Rúbena Nevesa, napędzany w tym roku jedną z najlepszych linii pomocy, liczy na lepszy wynik niż w 2022 roku. Wówczas Portugalczycy zakończyli swoją przygodę w ćwierćfinale, przegrywając z Marokiem 0:1.

0.30 Zwycięstwo za wszelką cenę – film dokumentalny, Francja 2024

1.35 Warszawa – film obyczajowy, Polska 2003, reż. Dariusz Gajewski, wyk. Łukasz Garlicki, Dominika Ostalowska, Lech Mackiewicz, Agnieszka Grochowska, 110 min

3.25 Wykrywacz kłamstw – program publicystyczny**3.45 Pytanie dnia** – program publicystyczny**4.05 Reporterzy** – magazyn reporterów**4.15 Oko na świat** – magazyn**4.35 Zakończenie**

PIŁKA NOŻNA

**17.50 Mistrzostwa świata 2026:**
LIVE – mecz 1/8 finału

Jeśli Argentyńcy zagrają w pierwszych dwóch fazach turnieju zgodnie z przewidywaniami, powinni przystąpić do boju o ćwierćfinał na Mercedes-Benz Stadium w Atlancie. Ich rywalem może być wicemistrz grupy D lub G.

20.40 Omnibus – szybcy i mądrzy (16) – teleturniej**21.15 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (16) – teleturniej**21.35 Program rozrywkowy****23.00 Na sygnale** (863): Kto pyta, nie błądzi – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026**23.30 Berlin Ku'damm 56** (1) – serial obyczajowy, Niemcy 2016, wyk. Sonja Gerhardt, Claudia Michelsen**0.25 PitBull** (5) – serial sensacyjny, Polska 2005**1.20 Karol, władca Hiszpanii** (4) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015**2.15 Nasz dom w górach** (11) – serial obyczajowy, Niemcy 2020**3.15 Brunei. Królestwo do potęgi** – film dokumentalny, Fr. 2024**4.10 Zakończenie**

SENSACYJNY

**20.00 Niezniszczalni** – USA/
FILM Bułgaria/Hiszpania 2010, 130 min

Barney Ross wyrusza z grupą najemników na południowoamerykańską wyspę, by obalić dyktatora Garzę. W misji bierze udział m.in. nożownik Lee Christmas. Na miejscu komandosi poznają informatorkę z ruchu oporu. Okazuje się, że jest ona córką Garzy.

22.10 Kryzys – dramat sensacyjny, Kanada/Belgia 2021, reż. Nicholas Jarecki, wyk. Gary Oldman, Armie Hammer, Evangeline Lilly, Greg Kinnear, 160 min

W USA trwa epidemia uzależnień od opioidów. Agent Jake Kelly tropi przestępcę, który organizuje operację przemytu fentanylu. Profesor Tyrone przeciwstawia się działaniom potężnego koncernu farmaceutycznego.

0.50 Alfa – film przygodowy, USA/
FILM Kanada/Chiny 2018, reż. Albert Hughes, wyk. Kodi Smit-McPhee, Johannes Haukur Jóhannesson, Jens Hultén, 125 min**2.55 Nasz nowy dom** (289) – reality show**4.00 Kabaretowa Ekstraklasa** (82)

DRAMAT KRYMINALNY

**20.50 Dziewczyna z pociągu**
FILM – USA 2016, 145 min

Nadużywająca alkoholu rozwódka Rachel codziennie podróżuje kolejką do Nowego Jorku. Obserwuje z okna mijane domy i mieszkających w nich ludzi. Przygląda się szczególnie jednej z par, Megan i Scottowi. Pewnego dnia jest świadkiem zaskakującej sytuacji. Kiedy w mediach pojawia się informacja o zniknięciu Megan, prowadzący śledztwo detektywi odkrywają fakty, które sugerują, że Rachel jest zamieszana w tę sprawę.

23.15 Kuba Wojewódzki (13) – talk-show**0.20 Nostalgia anioła** – dramat obyczajowy, USA/Wielka Brytania/Nowa Zelandia 2009, reż. Peter Jackson, wyk. Mark Wahlberg, Susan Sarandon, Stanley Tucci, Saoirse Ronan, 145 min**2.45 Uwaga!** – magazyn reporterów**3.00 Wallander 3** (7) – serial kryminalny, Wielka Brytania/Szwecja/Niemcy 2014**4.35 Nauka jazdy 5** (15) – program rozrywkowy**5.00 Recepta na stary dom 3** (10) – program rozrywkowy

7 TVN 7 HD DVBT2

- 5.30 Ten moment** (52) – paradok., Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła (777-779)** – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 8.45 Ukryta prawda** (1335, 1439, 1440) – paradok., Polska
- 11.50 W-11 – Wydział Śledczy** (1090-1092): Po godzinach; Alkoholiczka; To jeszcze dzieci – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
- 13.55 Kryminalni** (2): Wspólnicy – serial kryminalny, Polska 2004
- 15.00 Szpital** (776, 777) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (503): Randka w ciemno ze zmarłym – fab.-dok., Polska 2009-2010
Stylistka Lena jest oskarżona o morderstwo aktora, z którym się spotykała. Gdy mężczyzna zakończy związek, zadaje mu kilka ciosów popielniczka.
- 18.00 SOS Ekipy w akcji** (15) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 19.00 Ukryta prawda** (1526) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Bartosz spotyka licealną koleżankę. Gdy dowiaduje się, że odeszła z klasztoru, postanawia stworzyć z nią związek. Nie podoba się to jego matce, która swata syna z córką sąsiadki.

TV PULS TV PULS HD DVBT2

- 6.00 Policjanci z Miami 3** (3, 4): Zabójczy rzut; Zawsze solo – serial kryminalny, USA 1986
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (7, 8): Summer i Sharky; Uwzięzieni – serial sensacyjny, Niemcy 2017
- 10.00 Maria z przedmieścia** (49, 50) – telenowela, Meksyk 1995
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (111) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
- 13.00 Wspomnienia stulecie** (45) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 Kurierzy** (30) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10** (532, 533) – serial obyczajowy, Polska 2022
- 17.00 Kurierzy** (31) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Dorota dostarcza przesyłkę do gabinetu samozwającego doktora. Zaintrygowana Krystyna postanawia umówić się na konsultację. Jan się temu sprzeciwia, ale żona go nie słucha.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (968, 969) – serial obyczajowy, Polska 2026
Ania skrywa tajemnicę o pragnieniu korekty płci. Zastawia biżuterię i inwestuje w kryptowaluty. Andżelika nie radzi sobie z Igorkiem, który ciągle pyta o ojca. Zwierza się Romanowi.

PULS 2 HD DVBT2

- 5.50 Ale numer! 20** (12) – pr. rozrywk.
- 6.20 Cosie-Ktosie** (7) – anim., Fr. 2022
- 6.30 Kajko i Kokosz 2** (7) – serial animowany, Polska 2021
- 6.45 Smerfy 2** (49) – serial anim.
- 7.00 Blaze i megamaszyny 6** (16) – serial animowany, USA 2020
- 7.30 Psi Patrol** (21) – serial anim.
- 7.50 Superkoty** (14) – serial anim.
- 8.30 Wielkie przygody małego rekina** (7) – serial dla dzieci, Korea Południowa/USA 2020
- 8.50 Masza i Niedźwiedź 2** (17, 18) – serial animowany, Rosja 2014
- 9.20 Straszne historie Maszy** (7) – serial animowany, Rosja 2016
- 9.25 Świnka Peppa** (45-47) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
- 9.45 Bing** (3, 4) – serial animowany
- 10.00 Język i Przyjaciele** (8, 7) – anim.
- 10.35 Spidey i superkumple 2** (43, 42) – serial anim., USA 2022
- 11.35 Gus. Mały – wielki rycerz** (43, 44) – serial anim., Fr. 2021
- 12.00 Psi Patrol 8** (4) – serial anim.
- 12.35 Marta mówi** (14) – serial anim.
- 13.00 Smerfy** (169, 170) – serial anim.
- 14.00 Monster High** (25, 26) – anim.
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot** (24, 25) – anim., Francja/Korea Południowa/Jap.
- 16.00 Fineasz i Ferb 2** (8, 9) – serial animowany, USA 2007-2011
- 17.00 Smerfy** (171, 172) – serial anim.

NETFLIX



CARAMELO
Pedro (Rafael Vitti) jest młodym szefem kuchni. Niespodziewanie zostaje opiekunem kundelka. Zwierzę pomaga Pedrovi przetwać trudne chwile po usłyszeniu druzgocącej diagnozy.
►komediodramat, Brazylia 2025



KASZTANOWY LUDZIK: ZABAWA W CHOWANEGO
Znika ofiara stalkera. Śledczy Naia (Danica Curčić) i Mark (Mikkel Boe Fogsgaard) niebawem odnajdują jej zwłoki. Dochodzi do kolejnych zbrodni.
►serial krym. (6 odc.), Dania 2026

REKLAMA

W APTEKACH I ZIELARNIACH

Reutter CUKIERKI ŻENŻENOWO-IMBIROWE – ZŁAP SIŁĘ I ODPORNOŚĆ!

- 20.00 Player One** – film s.f., USA/Indie 2018, 180 min
FILM
Rok 2045. Na wyniszczzonej Ziemi ludzie spędzają większość czasu w wirtualnym świecie. Gdy umiera twórca cybernetycznego uniwersum, zostaje ogłoszony konkurs na jego następcę. Bierze w nim udział m.in. Wade. Steven Spielberg przeniósł na ekran powieść Ernesta Cline'a.
- 23.00 Oszukać przeznaczenie 5** – horror, USA/Kanada 2011, reż. Steven Quale, wyk. Nicholas D'Agosto, Emma Bell, Miles Fisher, Ellen Wroe, 110 min
FILM
- 0.50 Drużyna potępionych** – film sensacyjny, USA/Francja 2010, reż. Sylvain White, wyk. Evan Mirand, Mike Burnham, Jeffrey Dean Morgan, Zoe Saldana, 110 min
FILM
- 2.40 Zgłoś remont 11** (5) – program rozrywkowy
- 3.30 Fachowcy** (9) – serial paradokumentalny, Polska 2017
- 4.05 Usterka 11** (5) – serial fab.-dokum., Polska 2019
- 4.40 Dorota was urządzi!** (12) – program rozrywkowy

SENSACYJNY

- 20.00 Zakon** – USA/Aruba 2001, 115 min
FILM
XI wiek. Flamandzki rycerz przeżywa w Jerozolimie objawienie. Opisuje je w księdze, której ostatni rozdział ginie w tajemniczych okolicznościach. Tak powstaje nowa sekta religijna. Mijają wieki. Rękopis trafia w ręce archeologa Oscara Cafmeyer. Wyjeżdża on do Izraela, gdzie znika bez śladu. Jego syn Rudy rozpoczyna poszukiwania.
- 21.55 Krwawy biznes** – film sensacyjny, Kanada 2015, reż. Ernie Barbarash, wyk. Jean-Claude Van Damme, John Ralston, Leonard Gonzales, Charlotte Peters, 125 min
FILM
- 0.00 Kickboxer: Zemsta** – film sensacyjny, USA 2016, reż. John Stockwell, wyk. David Bautista, Alain Moussi, Gina Carano, Georges St-Pierre, 120 min
FILM
- 2.00 Dzielnica strachu 9** (401): Weekend przetrwania – serial kryminalny, Polska 2025
- 3.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (964) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 4.00 Zobacz to!** – pr. powtórkowe

ANIMOWANY

- 18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2** (23, 24) – USA 2010-2012
Wujek Szeregowego składa nietłom wizytę. Skipper, Rico i Kowalski dość szybko mają dość gościa. Innym razem Szeregowy znajduje porzucone komiksy. Skipper każe je zniszczyć.
- 19.00 Kacze opowieści** (2, 3) – anim.
- 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (956) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 21.00 Dzielnica strachu 10** (438, 439) – serial kryminalny, Polska 2025
- 23.00 Miasto odkupienia** – film sensacyjny, USA 2014, reż. Keith Parmer, wyk. Lennie James, Jean-Claude Van Damme, Mindy Robinson, Alfred Molina, 120 min
FILM
- 1.00 Dzielnica strachu 9** (404) – serial kryminalny, Polska 2025
- 2.00 Lombard. Życie pod zastaw 12** (639) – serial obyczajowy, Polska 2023
- 3.00 Lombard. Życie pod zastaw 4** (195, 196) – obycz., Polska 2019
- 5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10** (503) – serial obyczajowy, Polska 2022



AMERYKAŃSKI EKSPERYMENT
Z okazji 250. rocznicy powstania USA filmowcy przedstawiają narodziny amerykańskiej demokracji. Dzięki wsparciu polityków, historyków i ekspertów ukażą drogę od rewolucji do konstytucji i prezydentury. Przybliżą kluczowe spory o wolność i prawa obywatelskie, które kształtowały to państwo.
►serial dokum. (5 odc.), USA 2026



LATO SUMMER 2
Summer Torres (Sky Katz) po powrocie do Rockaway Beach cały czas tęskni za Shorehaven. Gdy ponownie zjawia się w Australii, Poppy, Marlon i Bodhi nie kryją radości, z kolei Ari (Kai Lewins) wydaje się zdystansowany. Kiedy Summer dostaje się do drużyny surferskiej, zyskuje również wielkiego wroga.
►dla młodzieży (10 odc.) 2023

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM HD	HBO HD
6.00 FBI: Most Wanted 3 (16, 17) – serial kryminalny, USA 2020	5.20 Rodzinka.pl (100, 101) – kom., Pol.	9.45 Światła wielkiego miasta – komedia, USA 1931, 105 min	6.30 Polska z góry 5 (7) – serial dok., Pol. 2020	8.45 MTV Unplugged: Maryla Rodowicz	9.15 Hobbit: Niezwykła podróż – film fantasy, USA/Nowa Zelandia 2012, 165 min
7.30 Agenci NCIS: Hawaje 3 (9, 10) – serial kryminalny	6.20 Na sygnale (483, 484) – serial fab.-dokum.	11.30 Cyrograf dojrzałości – film obyczajowy, Polska 1967, 65 min	7.00 Wyraj – film krótkometraż.	10.05 Elfy rozbawiacz – film animowany, Niemcy 2024, 75 min	12.00 Przełagd tygodnia: Wiewiór z Johnem Oliverem 13 (17) – talk-show
9.15 Castle 2 (23, 24) – serial kryminalny	7.30 Ojciec Mateusz 3 (33) – krym., Pol. 2010	12.35 Władysław Szpilman 1911-2000 – własnymi słowami – film dokum., Polska 2004	7.35 Benek – komediodramat, Polska 2007, 120 min	11.20 Masz ci los! – kom., Polska 2023, 90 min	12.45 Potworki kontra obcy: Dynie mutanty z kosmosu – film anim., USA 2009
11.10 Macgyver 2 (18, 19) – serial akcji, USA 2017-2018	8.25 Komisarz Alex 2 (22) – serial krym., Polska	13.45 Kosmos 1999 (10) – serial s.f.	9.35 Problem – film krótkometraż.	12.50 To nie jest zagadka kryminalna (2)	15.05 Potworki kontra obcy: Dynie mutanty z kosmosu – film anim., USA 2009
13.10 Dowody zbrodni (1, 2) – serial krym.	9.25 Rodzinka.pl (102)	14.50 Jańcio Wodnik – dramat obyczajowy, Polska 1993, 120 min	10.00 Grantchester 10 (5, 6) – krym., Wlk. Bryt.	13.45 Maria Callas. Nieznane lata – film dokum., Grecja 2024	15.30 Król jestwie – dramat hist., USA/Hiszp./Wlk. Bryt. 2005, 140 min
15.10 Agenci NCIS 10 (20, 21) – serial sensacyjny, USA 2012	10.00 Klan (1449, 1450)	16.50 Stawiam na Tolka Banana (2, 3) – obycz.	12.05 Vera 6 (1) – krym.	15.30 Saga „Zmierzchni”: Książeczka w nowiu – film fantasy, Australia/USA 2009, 130 min	17.50 Twórcza – thriller s.f., USA 2023, 130 min
17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (19, 20) – serial krym., USA/Kanada 2002	10.55 Ranczo 8 (100, 101)	18.20 Poszukiwacze zaginionych dzieł sztuki (6) – serial dok.	14.00 Ostatni mistrz – dramat obyczajowy, USA 2020, 135 min	18.10 Listy do Julii – komedia romant., USA 2010, 105 min	20.00 Stamtąd 4 (9)
19.05 Castle 3 (1, 2) – serial kryminalny, USA 2010	12.35 Komisarz Alex 2 (23)	18.55 Rawhide (2) – przyg.	16.15 Klub wtorkowy – komediodramat, Szwecja 2022, rez. Annika Appelín, 120 min		
	13.30 Ojciec Mateusz 3 (384, 385) – krym., Pol.		18.15 Vera 6 (2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.		



21.05 **Premiera: Recrut 8** (13, 14) – USA 2026

Po wygranej na loterii funkcyjariusz z komisariatu Shangri-La odchodzi z służby. Tim, Lucy, Celina i Miles organizują nabór. Bailey i John zostają porwani podczas akcji ratunkowej.

23.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3** (19, 20) – serial krym.

0.45 **Castle 3** (1, 2) – serial kryminalny, USA 2010

2.45 **Rekrut 8** (13, 14) – serial kryminalny

4.35 **Walker: Strażnik Teksasu** (10) – krym.



20.30 **Ojciec Mateusz 3** (34) – Polska 2010

W okolicach hotelu zostają znalezione zwłoki jego kierownika, Bielskiego. Tymczasem do księdza zwraca się o pomoc Ewa, narzeczoną właściciela budynku.

21.30 **Ranczo 8** (104)

22.25 **Ranczo 9** (105)

23.25 **Ojciec Mateusz 30** (387) – krym., Pol. 2023

0.20 **U Pana Boga w Królowym Moście** (2) – obycz.

1.20 **Polowanie na cmy** (4, 5) – hist., Pol. 2023

3.20 **Stulecie Winnych** (4)



20.00 **Teatr Telewizji: Piór w kuchni** – Polska 1976

Laura Collins i jej córka Cynthia prowadzą pensjonat. Skrywają mroczne tajemnice.

21.25 **Stan wyjątkowy** – komediodramat, Chorwacja/Polska/Serbia 2018, 130 min

23.35 **Nocny dokument: Naświetlając Muybridge'a** – film dok., USA 2021

1.15 **Thelma i Louise** – dram. sens., USA/Wlk. Bryt./Fr. 1991, 140 min



20.10 **Niebo Montany** – USA 2007, 125 min

Przyrodnie siostry Willa, Tess i Lily, które nigdy wcześniej się nie spotkały, dziedziczą ranczo. Muszą spędzić na nim rok. Zaczynają działać się tu niepokojące rzeczy.

22.15 **WASP. Sieć szpiegów** – thriller, Francja/Brazylia/Hiszp. 2019, 155 min

0.50 **Zabić, jak to łatwo powiedzieć** – thriller, USA 2012, rez. Andrew Dominik, wyk. Brad Pitt, 120 min

2.50 **Król** (3) – serial sens.



20.00 **Zima pod znakiem wrony** – Pol./Wielka Brytania/Luksemburg 2025, 110 min

12 grudnia 1981 roku. Profesor Joan Andrews z Londynu przyjeżdża do Warszawy na gościnne wykłady. Gdy wybucha stan wojenny, kobieta znajduje się w pułapce.

21.50 **Triumf i upadek. Historia Michaela Jacksona** (1) – dok.

22.55 **Wyrwa** – thriller, Polska 2023, 100 min

0.35 **Potępony** – thriller, USA 2007, rez. Scott Wiper, 110 min



21.00 **Ta inna siostra Bennet** (3) – Wlk. Bryt.

Po bolesnej tragedii, która wstrząsnęła rodziną Bennetów, Mary dręcząc poczucie strąty i niepewność jutra. Niespodziewanie pojawia się jednak dla niej nadzieja.

21.30 **Życie, Larry i pogon za nieszczęściem** (2) – serial komedii

22.00 **Blade Runner 2049** – film s.f., USA/Wielka Brytania/Węgry 2017, 155 min

0.35 **Zaginiona zaginiona** – thriller, USA 2014, 145 min

AXN WHITE
7.20 Rekrut (1) – serial krym.
8.10 Szpital nadziei 4 (6)
9.05 Błondynka 2 (13) – obycz.
10.10 Błondynka 3 (1) – obycz.
11.10 Agenci NCIS 20 (4-6)
14.10 Szpital nadziei 4 (7)
15.10 Świąteczne tarapaty – komedia romantyczna, USA 2021, 120 min
17.10 Zimowa dziewczyna – film obycz., 2013, 110 min
19.00 Dr House 3 (7) – obycz.
20.00 Dowody zbrodni 2 (5, 6) – serial kryminalny, USA
22.00 Rekrut (2) – serial krym.
23.00 Agenci NCIS 20 (4-6)
1.45 Dowody zbrodni 2 (5, 6)
3.35 Zaklinacze koni 2 (8, 9)

WARNER TV
8.05 Teraz albo nigdy! (7)
9.05 Bajer z Bel-Air 5 (2, 3)
10.05 Prawo Agaty 2 (12)
11.05 Pełna chata 8 (5, 6) – kom.
12.05 Teraz albo nigdy! (8, 9)
14.05 Bajer z Bel-Air 5 (2-5)
16.05 Pełna chata 8 (5-8) – kom.
17.55 Prygodka Felicity – film familijny, USA 2005, rez. Nadia Tass, 105 min
19.40 Rodzinne rewolucje – kom., USA 2014, 140 min
22.00 Płonący wieżowiec – film katastroficzy, USA 1974, 145 min
0.25 Yellowstone 2 (7, 8)
3.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (7, 8) – krym.

CANAL+ FILM
6.00 Łąpu capu – pr. rozrywk.
6.05 Fuks – komedia sens., Polska 1999, 85 min
7.30 Moje pieczenie kurczaki – film obycz., 2002, 65 min
8.35 Gru i Minionki: Pod przykrywką – film animowany, 2024, 90 min
10.05 Łąpu capu – pr. rozrywk.
10.10 Riepenstahl – dok., 2024
12.05 Nadzieja – dramat sens., Pol./Niemcy 2006, 100 min
13.45 Jutro będzie nasze – komediodramat, Włochy 2023, 115 min
15.40 Wolna krowa
16.10 Zapalety. Historia polskiego filmu animowanego
17.35 Piękna ląka kwietna – film krótkometraż., Pol.
18.05 Ultimatum Bourne'a – film sensacyjny, USA/Niemcy 2007, 110 min
19.55 Łąpu capu – pr. rozrywk.
20.00 Uciekinier – film s.f., Włochy 2017, 100 min
22.10 Maria Callas – dramat biograficzny, 2024, 120 min
0.10 Królestwo – dramat sensacyjny, 2007, 105 min
1.55 Luzdie – dramat wojenny, Polska 2023, 115 min
3.50 Premierowa jazda – mag.
4.05 Julia wraca do domu – dramat obycz., Niem./Kan./Polska 2002, 115 min

CANAL+ SERIALE
9.50 Naruto 2 (23-25) – serial anime, Japonia 2003
11.20 13 posterunek 2 (4-6) – serial komediodramat, Polska
13.05 Chwilę szczęścia (2) – serial dokumentalny, Pol.
14.05 Łąpu capu Extra – program rozrywkowy
14.35 Naruto 2 (26) – serial anime, Japonia 2003
15.05 Naruto 3 (1, 2) – serial anime, Japonia 2003-2004
16.05 Hollywood Buzz – magazyn filmowy
16.35 Planeta Singli. Osem historii (3, 4) – serial komediodramat, Polska 2022
20.05 Belfer 3 (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2023
22.00 Blizna (6) – serial sensacyjny, Hiszpania 2024
22.55 Łąpu capu – program rozrywkowy
23.00 Spartakus: Krew i piach (13) – serial historyczny, USA 2010
0.00 Rodzinny takie jak nasza (1, 2) – serial obyczajowy, Dania/Szwecja/Wielka Brytania 2024
1.55 Maly Zgon (3, 4) – serial kryminalny, Polska 2020
4.15 Byłem królem – serial dokum., Polska 2022-2025
5.05 Miasta rytm (1) – serial dokumentalny, Polska 2020

CANAL+ 360 HD
8.00 Porzucone konstrukcje (5) – serial dok., Wlk. Bryt.
9.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (1) – serial dok., Niem. 2023
10.00 Co poszło nie tak 3 (6)
11.00 Złombol (5, 6) – dok., Pol.
12.50 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (2) – serial dok., Niem. 2023
13.50 Wykrywacz historii 4 (2)
14.50 Grip – w świecie supersamochodów (4)
15.50 Supersamochody bojowe 11 (3) – serial dok.
16.45 Zholowani: ciężarówka w opalach 9 (1) – dok.
17.45 Porzucone konstrukcje (6) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.40 Wykrywacz historii 4 (1)
19.50 Zholowani: ciężarówka w opalach 9 (2) – dok.
20.50 Co poszło nie tak (2)
22.00 Grip – w świecie supersamochodów (5)
23.00 Supersamochody bojowe 11 (1) – serial dok.
0.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata (5) – serial dok., Niem. 2011
1.00 Moscow Noir (5) – krym.
2.00 Mam zamek (3) – dok.
2.35 Cztery pory igr (2) – dok.
3.45 Survivalowa rodzina (1, 2) – serial dok., Pol. 2019

HBO 2 HD
14.30 Nim nadejdzie czwartek – komediodramat, Finlandia 2024, 100 min
16.10 Horton słyszy Ktosia – film anim., 2008, 85 min
17.35 Świąteczny w tunelu – komediodramat, USA 2024, rez. Kelly O'Sullivan, 115 min
19.30 Tripped Up – komedia, USA 2023, 90 min
21.00 Jedna bitwa po drugiej – thriller, USA 2025, 160 min
23.40 Obecność 4: Ostatnie namiętności – horror, 2025, 130 min
1.50 Queer – dramat obycz., Włochy/USA 2024, 130 min

AXN BLACK
9.45 Gwiezdne wrota 3 (19-21) – s.f., USA/Kan. 2000
12.45 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (7) – serial sens.
13.45 Renegat 5 (10) – sens.
14.45 Drużyna A 2 (22) – sens.
15.50 Nieustraszone (14)
16.55 Zagadki z przeszłości 2 (3) – przyg., Fr./Niemcy/Kan.
17.55 Gwiezdne wrota 3 (22)
18.55 Gwiezdne wrota 4 (1, 2)
21.00 S.W.A.T.: Obłężenie – film sensacyjny, 2017, 115 min
22.55 Maksimum ryzyka – film sensacyjny, 1996, 115 min
0.50 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (7) – serial sens.
1.50 Nieustraszone (14)

POLSAT SERIALE HD
6.00 Kabaretowa Ekstraklasa (55) – pr. rozr.
6.05 Gliniarze (148-150) – serial paradoksm., Polska 2017
9.05 Co ludzie powiedzą? (15-17, 19, 20, 18) – kom.
13.00 Kowalscy kontra Kowalscy (41-44) – obycz.
15.00 Świat według Kiepskich (377-380) – serial kom., Pol.
17.00 Columbo (1) – serial krym.
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (124-127) – serial krym., USA/Kanada
0.45 Ślad (42, 43) – krym., Pol.
3.00 Święty (202, 203) – kom.
4.00 48h. Zaginięci (99, 100) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ SERIALE HD
6.00 Łąpu capu – pr. rozrywk.
6.05 Fuks – komedia sens., Polska 1999, 85 min
7.30 Moje pieczenie kurczaki – film obycz., 2002, 65 min
8.35 Gru i Minionki: Pod przykrywką – film animowany, 2024, 90 min
10.05 Łąpu capu – pr. rozrywk.
10.10 Riepenstahl – dok., 2024
12.05 Nadzieja – dramat sens., Pol./Niemcy 2006, 100 min
13.45 Jutro będzie nasze – komediodramat, Włochy 2023, 115 min
15.40 Wolna krowa
16.10 Zapalety. Historia polskiego filmu animowanego
17.35 Piękna ląka kwietna – film krótkometraż., Pol.
18.05 Ultimatum Bourne'a – film sensacyjny, USA/Niemcy 2007, 110 min
19.55 Łąpu capu – pr. rozrywk.
20.00 Uciekinier – film s.f., Włochy 2017, 100 min
22.10 Maria Callas – dramat biograficzny, 2024, 120 min
0.10 Królestwo – dramat sensacyjny, 2007, 105 min
1.55 Luzdie – dramat wojenny, Polska 2023, 115 min
3.50 Premierowa jazda – mag.
4.05 Julia wraca do domu – dramat obycz., Niem./Kan./Polska 2002, 115 min

CANAL+ SERIALE HD
9.50 Naruto 2 (23-25) – serial anime, Japonia 2003
11.20 13 posterunek 2 (4-6) – serial komediodramat, Polska
13.05 Chwilę szczęścia (2) – serial dokumentalny, Pol.
14.05 Łąpu capu Extra – program rozrywkowy
14.35 Naruto 2 (26) – serial anime, Japonia 2003
15.05 Naruto 3 (1, 2) – serial anime, Japonia 2003-2004
16.05 Hollywood Buzz – magazyn filmowy
16.35 Planeta Singli. Osem historii (3, 4) – serial komediodramat, Polska 2022
20.05 Belfer 3 (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2023
22.00 Blizna (6) – serial sensacyjny, Hiszpania 2024
22.55 Łąpu capu – program rozrywkowy
23.00 Spartakus: Krew i piach (13) – serial historyczny, USA 2010
0.00 Rodzinny takie jak nasza (1, 2) – serial obyczajowy, Dania/Szwecja/Wielka Brytania 2024
1.55 Maly Zgon (3, 4) – serial kryminalny, Polska 2020
4.15 Byłem królem – serial dokum., Polska 2022-2025
5.05 Miasta rytm (1) – serial dokumentalny, Polska 2020

CANAL+ 360 HD
8.00 Porzucone konstrukcje (5) – serial dok., Wlk. Bryt.
9.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (1) – serial dok., Niem. 2023
10.00 Co poszło nie tak 3 (6)
11.00 Złombol (5, 6) – dok., Pol.
12.50 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (2) – serial dok., Niem. 2023
13.50 Wykrywacz historii 4 (2)
14.50 Grip – w świecie supersamochodów (4)
15.50 Supersamochody bojowe 11 (3) – serial dok.
16.45 Zholowani: ciężarówka w opalach 9 (1) – dok.
17.45 Porzucone konstrukcje (6) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.40 Wykrywacz historii 4 (1)
19.50 Zholowani: ciężarówka w opalach 9 (2) – dok.
20.50 Co poszło nie tak (2)
22.00 Grip – w świecie supersamochodów (5)
23.00 Supersamochody bojowe 11 (1) – serial dok.
0.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata (5) – serial dok., Niem. 2011
1.00 Moscow Noir (5) – krym.
2.00 Mam zamek (3) – dok.
2.35 Cztery pory igr (2) – dok.
3.45 Survivalowa rodzina (1, 2) – serial dok., Pol. 2019

HBO 3

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD	COMEDY CENTRAL HD	TVN FABUŁA HD	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPLATKA STOPLATKA DVS12
6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (139-141) – dok., Pol.	6.00 Tata ma plan 2 (11, 12) – serial komediowy, USA 2017	5.10 Szkoła (779) – serial paradokum.	6.00 Blanca 3 (1, 2) – serial kryminalny, Wł. 2025	6.00 Zwierzęta Wajraka 3 (5, 6) – dok.	6.00 Kabaretowe hity (8)
7.30 Doktor Martin (33) – serial obyczajowy	7.00 Dwóch i pół 5 (3-6) – serial komediowy, USA 2007-2008	6.00 Top 100: filmy wszech czasów (3)	8.15 Morderstwo w Ramatuelle – film kryminalny, Francja 2022, wyk. Florence Pernel, 120 min	6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dok.	6.50 Wojciech Cejrowski – bosco przez świat
8.30 Przyjaciółki (129, 130) – obycz., Pol.	8.55 Przyjaciele 7 (1-6) – serial komediowy, USA 2001	6.30 Serieale Top 5 (1)	10.15 Mentalista (1-4) – serial kryminalny, USA 2008	7.15 Bolek i Lolek (9, 10)	7.50 Robert Makłowicz (149, 139) – mag. kulin.
10.25 Świat według Kiepskich (167, 168, 232, 233, 166, 79, 225) – serial kom., Polska	11.55 Teoria wielkiego podrywu 6 (17-22) – serial komediowy, USA 2012-2013	6.45 Zakochnani po uszy (87, 88) – telen., Polska	14.00 Blanca 3 (3, 4) – serial kryminalny, Wł. 2025	7.45 Reksio (22, 25)	9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher (5)
14.35 Nadchodzi Polly – komedia romant., USA 2004, 115 min	14.30 Dwóch i pół 5 (7-10) – kom., USA 2007-2008	7.45 Detektywi (74-76) – serial fab.-dok., Pol.	16.20 Morderstwo w Larzac – film kryminalny, Francja 2020, reż. Marwen Abdallah, wyk. Florence Pernel, 120 min	8.05 Siedem życzeń (5, 6) – serial przygodowy	10.55 Górski lekarz (3, 4) – serial obycz., Niemcy
16.30 Liga niezwykłych dżentelmenów – przyg., USA/Niemcy/Czechy 2003, 135 min	16.30 Przyjaciele 7 (7-12) – serial komediowy, USA 2001	9.50 Prawo Agaty 3 (11)	18.20 Mentalista (5-8) – serial kryminalny, USA 2008	10.50 Akademia Pana Kleksa (2-ost.) – film przygodowy, Polska/ZSRR 1983, 95 min	12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher (6)
18.45 Nie zadzieraj z fryzjerem – komedia, USA 2008, 135 min	19.30 Teoria wielkiego podrywu 6 (23, 24) – serial komediowy, USA 2012-2013	11.55 Miłość czy pomyłka? (33, 34)		12.25 To nie ze mną (5, 6) – serial obyczajowy	14.00 Katastrofy w przestworzach (8, 5) – serial dok., Kan.



21.00 Jak ukradłem 100 milionów

FILM – Pol. 2024, 115 min
Księgowiec Ed przywłaszcza sobie fortunę i trafia do więzienia. Ukrywając prawdę przed narzeczoną, usiłuje przetrwać za kratkami.

22.55 Jeszcze dłuższe zaręczyny – komedia romantyczna, USA 2012, reż. Nicholas Stoller, 155 min

1.30 Fala zbrodni (74-77) – serial sens., Pol. 2006

5.25 Na ratunek 112 (862) – serial paradokum-mentalny, Polska 2023



20.25 Teoria wielkiego podrywu 7 (1-4)

Bernadette i Amy wyjeżdżają razem na konferencję naukową. W barze zwracają na nich uwagę dwaj mężczyźni. Każdy z nich przypomina partnera... tej drugiej.

22.00 The Office PL 3 (1, 2)

23.05 Comedy Club 5 (14, 15) – pr. rozrywk.

0.05 Miasteczko South Park 2 (9, 10)

1.00 Pracoholicy 3 (9, 10)

2.00 Śmiesznie nie będzie 6 (13, 14, 12)

3.15 Miasteczko South Park 2 (6-8)



20.00 Ocean's Twelve: Dogrywka

– USA/Australia 2004, 165 min
Minęły trzy lata, odkad Danny i jego kompani okradli Terry'ego Benedicta. Bogacz stawia im ultimatum.

22.45 Ciekawy przypadek Benjaminina Buttona

FILM – film fantasy, USA 2008, 195 min

2.00 Grawitacja – thriller s.f., USA/Wielka Brytania 2013, 90 min

3.30 Ukryta prawda (1365, 1366) – serial paradok., Polska 2022



22.00 Flashback (3)

– Francja 2024
Mimo rosnących podejrzeń, Josselin decyduje się skorzystać z pomocy Elsy podczas śledztwa w sprawie utonięcia kobiety, która romansowała, używając Minitela.

23.10 Kobra – oddział specjalny (5, 6) – serial sens., Niemcy

1.10 Morderstwo w Larzac – film kryminalny, Francja 2020, reż. Marwen Abdallah, 120 min

3.10 Blanca 3 (2-4) – serial kryminalny, Wł. 2025



20.00 Historie miłosne

FILM – 1997, 115 min
Losy kilku mężczyzn. Adjukt odkrywa, że studentka darzy go uczuciem. Książę dowiaduje się, że ma córkę. Pulownik musi wybrać między uczuciem a karierą.

21.55 Słodko-gorzki

FILM – dramat obyczajowy, 1996, 115 min

23.50 Trick – komedia sensacyjna, 2010, reż. Jan Hryniak, 130 min

2.00 Mniejsze zło – film obyczaj., 2009, 160 min

4.40 Końce i początki – film krótkometraż.



20.00 Podły, okrutny, zły

FILM – USA 2019, 135 min
Liz jest w związku z Tedem oskarżonym o dokonanie serii zbrodni. Kobięcie trudno uwierzyć, że przez tak długi czas żyła z psychopatą. Staje przed trudnym wyborem.

22.15 Dobre zabijanie

FILM – dramat obyczajowy, USA 2014, 135 min

0.30 Falszery – thriller, USA 2014, 125 min

2.35 Ostatnie dni

FILM – film wojenny, Polska 1969, 115 min

4.30 Chłopi (2) – obycz., Polska 1973, 90 min

13.10 Sępy – thriller, Francja 2025, 105 min

14.55 E.T. – film s.f., USA 1982, 115 min

16.50 Czerwone pantofle – dramat obyczajowy, Wł./Meksyk 2022, 80 min

18.10 Wybuchowa para – komedia sensacyjna, USA 2010, 110 min

20.00 Tenet – thriller s.f., USA/Film. Bryt. 2020, 145 min

22.25 Foxcatcher – dramat biograficzny, 2014, 130 min

0.35 Wakacje – thriller, Włochy 2023, 100 min

2.15 Zła kobieta – komedia, USA 2011, 95 min

13.25 Święty (33, 34) – kom., Pol. 2012

14.25 Spadkobiercy 4 (2) – rozr. 2012

15.25 Co ludzie powiedzą? 5 (4) – serial kom., Wlk. Bryt.

16.05 Jedną nogą w grobie 3 (1) – serial kom., Wlk. Bryt.

16.55 Czarna Żmija 4 (1) – kom. 2012

17.35 Bob kocha Abisłohę 2 (13-15) – serial komediowy

19.00 Dwóch i pół 5 (3-6) – kom. 2007

21.00 Świat według Kiepskich (5-7) – serial kom., Pol. 2009

22.30 Co ludzie powiedzą? 5 (5) – serial kom., Wlk. Bryt.

23.05 Jedną nogą w grobie 3 (2) – serial kom., Wlk. Bryt.

23.50 Czarna Żmija 4 (2) – kom. 2012

0.30 Comedy Club 3 (4) – rozr. 2012

10.00 Kroniki Shannary 2 (1, 2)

11.50 Zagubiona tożsamość 2 (8, 9) – s.f., Kan. 2011-2012

13.40 Kosmiczna apokalipsa – film s.f., 2023, 110 min

15.30 Kroniki Shannary 2 (3, 4)

17.20 Zagubiona tożsamość 2 (10, 11) – serial s.f., Kanada

19.10 Małpa i Mechamalp: Nowy porządek – film s.f., USA 2024, reż. Marc Gottlieb, 110 min

21.00 Transformers – film s.f., USA 2007, 180 min

0.00 Most do Terabitii – film s.f., USA 2007, 110 min

1.50 Maszyna – thriller s.f., Wlk. Bryt. 2013, 100 min

9.00 Z archiwum X 2 (20) – s.f. 2012

10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (10, 11) – krym.

11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (21, 22)

13.45 Agenci NCIS 10 (7, 8)

15.35 Skymed 2 (4) – obycz.

16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (12, 13) – krym.

18.20 Z archiwum X 2 (21) – s.f. 2012

19.15 FBI 4 (8) – serial kryminalny

20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (1, 2)

22.00 9-1-1 (8) – serial obycz.

22.55 Z archiwum X 2 (21) – s.f. 2012

23.50 Resident Evil: Zagłada – horror, 2007, 115 min

1.45 Matlock (13) – serial krym.

9.50 Panna Scarlet i komisarz 2 (6) – krym.

11.00 Panna Marple: Morderstwo na plebanii – film krym., 2004, 125 min

13.05 Poirot – serial kryminalny

15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher (1) – krym.

16.40 Panna Scarlet i komisarz 3 (1) – serial kryminalny, USA 2022-2023

17.50 Poirot (9, 10) – serial krym. sensacyjny, 2001, 125 min

22.05 Patriota – film sensacyjny, USA 1998, 110 min

23.55 Nieuchwytny cel – film sensacyjny, 1993, 130 min

12.25 Toni – akuszer. Klasa dla siebie – kom. romant., Niemcy 2023, 115 min

14.20 Najlepsze na koniec – komedia, Niemcy 2024, reż. Markus Sehr, 115 min

16.15 Tego tylko brakowało! – komedia, Niemcy 2024, 110 min

18.05 Górski lekarz (142, 143)

20.00 Rosamunde Pilcher: Mężczyzna moich marzeń – obycz., Niemcy/Austria 2007, 110 min

21.50 Käthe i ja: Śpiąca Królowna – dramat obycz., Niem. 2019, 115 min

23.45 Górski lekarz (142, 143)

13.20 Zapach kobiety – dramat obyczajowy, 1992, 155 min

15.55 Małe miłości – dramat obyczajowy, Hiszpania/Francja 2024, 95 min

17.30 Od marca do maja – film obyczajowy, Czechy 2023, 100 min

18.55 Ośma klasa – komediodramat, USA 2018, 95 min

20.30 Ad Astra: Ku gwiazdom – film przyg., USA/Chiny/Brazylia 2019, 120 min

22.30 Pewnego razu... w Hollywood – komediodramat, USA/Wlk. Bryt./Chiny 2019, 160 min

9.05 Poirot 4 (3) – serial krym.

11.20 Zatraceni w miłości (31, 32) – telen., Turcja 2023

13.20 Agenci NCIS 18 (9, 10) – serial sensacyjny, USA

15.15 Lekarze na start (31, 32)

16.45 Poirot 5 (1, 2) – serial krym.

19.00 Zatraceni w miłości (33, 34) – telen., Turcja 2023

1.20 Hiszpańska księżniczka (1) – serial kostiumowy, USA

10.00 Cud miłości (29) – telen.

11.00 Otchłań namiętności (114) – telen., Meksyk 2012

12.00 Za wszelką cenę (84)

13.00 Róże i grzechy (13)

14.00 Historia Juany (41, 42)

16.00 Róże i grzechy (14)

17.00 Za wszelką cenę (85)

18.00 Otchłań namiętności (115) – telen., Meksyk 2012

9.10 Simpsonowie 36 (13, 14)

10.10 Diabli nadali 8 (16-19)

12.00 Jim wie lepiej 7 (13, 14)

13.00 Sposób użycia 6 – kom.

14.00 Wszyscy Kochają Raymondę 5 (21-24)

16.00 Simpsonowie 36 (13-16)

18.00 Jak poznałem waszą matkę 2 (12-14) – kom.

19.30 Współczesna rodzina 7 (13-15) – serial komediowy

13.15 Wampirzyce – horror komediowy, 2012, 105 min

15.00 Ostatnia rzecz – dramat obyczajowy, 2018, 105 min

16.45 10 rzeczy do zrobienia, zanim zerwiemy – kom. romant., USA 2020, 85 min

18.10 Pokonać górę – dramat przygodowy, 2024, 110 min

20.00 Szukając prawdy – dramat kryminalny, USA 2020, 110 min

21.50 Kapitan Hook: Kłątwa mórz – film przyg., Wielka Brytania 2025, 105 min

23.35 Ostre słówka – komediodramat, 2005, 125 min

10.25 Pingwin z Madagaskaru (6)

10.55 Pokój Marvina – dramat psychologiczny, 1996, 125 min

13.00 Czardziejki 3 (9, 10) – serial fantasy, USA 2001

15.00 Jądro Ziemi – dramat s.f., Wielka Brytania/USA 2003, reż. Jon Amiel, 175 min

17.55 Sonic. Szybki jak błyskawica – film familijny, USA/Japonia/Kanada 2020, 125 min

20.00 Szeregowiec Ryan – dramat wojenny, USA 1998, 210 min

23.30 Ojciec chrzestny 2 – film sensacyjny, 1974, 240 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD	POLSAT SPORT 1 HD	CANAL+ SPORT HD	TVP SPORT TVP SPORT DVST2	ELEVEN SPORTS 1 HD	Discovery DISCOVERY CHANNEL HD
12.00 Kolarstwo: Tour de France – 3. etap: Granollers – Les Andes 12.45 Cycling Essential Stories – mag. 13.00 Kolarstwo: Tour de France – 4. etap: Carcassonne – Foix LIVE 18.00 Kolarstwo górskie: Zawody PS w La Thuile – cross-country kobiet i cross-country mężczyzn 19.30 Motocross: Mistrzostwa świata w Johannesburgu – 2. wyścig w klasie MX2 i w klasie MXGP 20.30 Endurance Uncovered: Racing for Excellence – magazyn sportowy	6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 8.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii 9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski 10.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 11.00 Halo, tu Wimbledon – magazyn tenisowy 12.00 Kronika Wimbledonu – mag. 14.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej LIVE 16.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej LIVE	6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lechia Gdańsk – Lech Poznań 8.20 Premier League Stories (24) – magazyn piłkarski 9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Sevilla FC 11.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lechia Gdańsk – Lech Poznań 13.30 Liderzy. W centrum gry (2) – dok., Pol. 14.45 Premier League Stories – mag. 15.30 Wyścigi konne: Tor Służewiec 2026 – Gala Derby 18.00 Żużel: PGE Ekstraliga: BAYERSYSTEM GKM Grudziądz – KS Toruń	6.00 Strongman: Mistrzostwa Polski – Międzysdroje 2026 7.00 Koszykówka mężczyzn: Eliminacje mistrzostw świata – mecz: Polska – Holandia 9.00 Mundialowy poranek (26) – magazyn piłkarski 10.15 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału 12.35 Polska Liga Żeglarska – magazyn sportowy 13.05 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału 15.30 Dzień na mundialu (26) – mag. piłkarski	6.00 Najlepsi napastnicy Bundesligi lat 90. – magazyn piłkarski 6.45 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski 7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Werder Brema – Bayern 9.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Pisa SC 11.00 Formuła 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii 12.30 Formuła 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii 13.40 Made in Italy (17) – magazyn piłkarski 14.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii 16.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Udinese Calcio – Inter	9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 7 – dok., USA 10.00 Klan z Alaski (7) 11.00 Przetwać nad Jukonem – dok., USA 12.00 Włoska kontrola celna (6) – dok., Wł. 13.00 Ed Stafford: inicjacja – dok. 14.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita 3 15.00 Złomowisko PL 6 (5) – serial dok., Pol. 2018 16.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dok. 17.00 Na straży duńskiego lotnictwa 2 (3) – dok. 18.00 Bracia Collins biorą się do roboty (13) – program rozrywkowy
FORMUŁA E 	TENIS 	DOKUMENTALNY 	PIŁKA NOŻNA 	PIŁKA NOŻNA 	DOKUMENTALNY 
21.00 ePrix Chin – podsumowanie Na torze Shanghai International ponownie odbyły się dwa wyścigi. O drugie z rzędu zwycięstwo na nim walczył Nick Cassidy. 22.00 Kolarstwo: Tour de France – 4. etap: Carcassonne – Foix 0.00 Snooker: Turniej Scottish Open 1.30 Kolarstwo: Tour de France – 4. etap: Carcassonne – Foix 3.00 FIM WEC: Wyścig 8-godzinny w Spa-Francorchamps	18.30 Turniej Wimbledon – ćwierćfinał LIVE Daniil Miedwediew to podwójny półfinalista Wimbledonu, jednak przed rokiem niespodziewanie zakończył rywalizację już w 1. rundzie. 21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej 23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej 1.00 Boks 4.45 Siatkówka kobiet: LN: Turcja – Polska LIVE	21.00 Liderzy. W centrum gry (2): Rifet Kapić Bośniak był jedną z kluczowych postaci Lechii Gdańsk w minionym sezonie. W trudnych momentach pomocnik klubu z Trójmiasta pokazał siłę charakteru. 22.15 Boks: BKFC Fight Night: Hammond – walka: C. Vancamp – G. Cisneros 23.25 Premier League Stories (46) – mag. 0.00 Liga+ Extra – mag. 2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Arka Gdynia – Radomiak	17.05 Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału LIVE Leo Messi już w pierwszym meczu na mundialu strzelił hat-tricka. Czy jego znakomita celność doprowadzi Argentynę do medalu? 21.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału LIVE 1.00 Boks: Gala w Nowym Jorku – podsumowanie 3.00 Boks: Gala w Los Angeles: Badou Jack – Noel Micaelian 4.05 Boks: Gala w Montrealu	18.00 Liga niemiecka: Bayern – Hoffenheim Die Roten chcieli jak najszybciej powrócić do właściwej tory po serii gorszych wyników. Czekalo ich starcie z Hoffenheim. 20.00 Made in Italy (18, 13) 20.40 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii 22.40 Ligue 1 Season Review (36) – mag. 23.45 Ligue 1 Show (35) 0.25 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (3, 4) 1.35 Podróż do świata Calcio	19.00 Nagi instynkt przetrwania 10 Dwoje byłych narkomanów usiłuje wytrwać w gorących gorach Black Hills w RPA. Czekają ich spotkanie z krokodylami ludojadami, głodnymi lwami i jadowymi węzami. 21.00 Rolnicy w akcji (1) 22.00 W oku cyklonu: Lowcy burz (3) – dok. 23.00 Bimbrowyny 14 0.00 Od samochodu do domu 2 – mag. 1.00 Hot rod wg Kindiga – serial dok., USA 2.00 Najszybsze pościgi Ameryki – serial dok.
EUROSPORT 2 HD	POLSAT SPORT 2 HD	CANAL+ SPORT 2 HD	EXTREME CHANNEL HD	ELEVEN SPORTS 2 HD	life DISCOVERY LIFE HD
13.00 Snooker: Turniej UK Championship 15.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Innsbrucku – bouldering kobiet i mężczyzn – finały 17.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Innsbrucku – prowadzenie kobiet i mężczyzn – finały 18.00 Snooker: Turniej UK Championship – finał: Mark Selby – Judd Trump 20.00 Kolarstwo: Tour de France – 4. etap 22.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Sydney 2000 – magazyn sportowy	6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 8.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 11.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej kobiet LIVE 16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał kobiet 18.30 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał 21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał 23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał 1.00 Sporty walki: FEN	11.00 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg – 2. runda: Naomi Osaka – Elise Mertens 13.30 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg – mecz 2. rundy gry pojedynczej: L. Samsonowa – E. Switolina 16.00 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg 18.30 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg 21.00 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg 23.30 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg 2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Legia Warszawa	9.00 Summer X Games (2) 10.00 AMA Motocross Series Highlights (11) 11.00 X Games – Aspen 2020 12.00 Blue World 2 (3, 4) 13.00 Action Sports World (11) 14.00 WWE Classic Gold 16.30 WWE Highlights (18) 17.00 KPW Kombat TV (15, 26) 19.00 WWE Classic Gold (4, 8) 20.00 AEW Collision 2 (2627) 22.30 PTW Wrestling (13) 1.00 WWE Highlights (2) 1.30 New Japan Wrestling – Highlights (20) 2.00 AMA Motocross Series Highlights (11) 3.00 Summer X Games (2)	12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Eintracht 14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Sassuolo – Inter 16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Werder – Bayern Wielkiej Brytanii 18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Cremonese – Inter 22.00 Serie A – mag. piłkarski 23.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2) – mag. 0.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – Olympique Marsylia	7.15 Nowa Maja w ogrodzie 8.15 Szpital (516, 517) 10.15 Nowa Maja w ogrodzie 5 (33, 34) 11.15 Idealna niania 3 (2, 3) 12.45 Klinika bez tajemnic 14.45 Szpital (515, 516) 16.45 Idealna niania 2 (11) 17.30 Idealna niania 3 (2-4) 19.45 Zrób coś z tym dzieckiem (5) – mag. 20.15 Wyścizkowiec (6) 21.15 Moje koszarne stopy 22.15 Historie wielkiej wagi 0.15 Sekrety lekarzy (11) 1.15 Szpital (338) – paradok. 2.15 Ostatnia szansa (5) – rozr. 3.00 Szpital (339) – paradok.
POLSAT SPORT FIGHT HD	POLSAT SPORT 3 HD	CANAL+ SPORT 5 HD	ELEVEN SPORTS 4 HD	ELEVEN SPORTS 3 HD	CANAL+ DOCUMENTARY HD
14.55 Sporty walki: FEN 54 w Pile: Gracjan Wyrosłak – Maksim Grabovich 17.05 K.O. TV Classics (24) 17.55 Boks: Babylon Boxing Show w Nowym Dworze Mazowieckim: Lukasz Stanioch – Robert Talarek 19.15 Sporty walki: UFC Fight Night: Sean Strickland – Anthony Hernandez 20.00 Strzelnica Navala (9, 10) 20.55 Sporty walki: Babylon MMA 51 w Ciechanowie: S. Kolecki – P. Mysiała 23.15 Boks: Rocky Boxing Night 19 w Karlinie: Jan Łodzik – Mateusz Polski 2	6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 8.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 10.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał LIVE 16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał LIVE 18.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał LIVE 21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał 23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał 1.00 Sporty walki: Babylon MMA	6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Arka Gdynia – Radomiak Radom 9.00 Żużel: PGE Ekstraliga: GKM Grudziądz – KS Toruń 12.00 Snooker: Championship League – 1. runda 16.45 Premier League Stories 17.30 Snooker: Championship League – 1. runda LIVE 22.15 Górnik. Chłopcy z Zabrza (2) – serial dok. 23.15 Ligomistrzowe historie (5) – magazyn piłkarski 0.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lechia Gdańsk – Lech Poznań 3.00 Przerwa techniczna	10.00 Piłka nożna: Liga portugalska: Porto – Arouca 12.00 Made in Italy 13.00 Bundesliga Special 14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Köln – Lipsk 16.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Lyon 18.00 Bundesliga Special (21) 19.00 Ligue 1 Season Review 20.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: SL Benfica – AVS Futebol SAD 22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Bologna – Milan 0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Bayern	11.00 Made in Italy – mag. 12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Parma – Genoa 14.00 Piłka nożna: Liga francuska: Paris FC – Lens 16.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (3, 4) – mag. 17.00 Serie A – mag. piłkarski 18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Napoli – Fiorentina 20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Wolfsburg – BVB 22.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: FC Nantes – Olympique Lyon 0.00 Birds of paradise – dok.	15.55 Lasy Atlantyckie Brazylii 16.55 Tragedia Titana – ostatnia wyprawa do wraku Titanica – dok. 17.55 Broń ostateczna. Od Oppenheimera do Hiroszymy – film dok. 18.55 W poszukiwaniu piękna 20.30 Larger than Life: Złota era boysbandów – dok. 22.10 Depp kontra Heard. Sprawiedliwość według social mediów – film dok. 23.10 Wcienie zła: Akta Epstein – film dok. 2026 0.50 Wielkie sławy i luksus. Historia Marrakeszu 1.45 O co biega? (22) – mag.

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB T2	TEMP HISTORIA TVP HISTORIA DVB T2	HISTORY HD
6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki (6, 8-10) – serial dok., Wlk. Bryt.	6.00 Morderstwo na prowincji 6 – serial dokumentalny	9.00 Tajemnice zaginionych miast (3) – serial dok., USA	6.00 Wehikuł czasu (707) – program inform.	6.45 Był taki dzień – felieton, Polska	13.05 Starożytni kosmiczni 16 (5) – dok.
8.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny	8.00 Morderstwo na bagnach – serial dokumentalny, USA	10.00 Mega Metro (1)	6.05 48h. Zaginięci (61) – serial krym., Polska	6.50 Odnaleźć zaginione (13-15) – serial dok.	14.00 Niewyjaśnione tajemnice wszechświata (1)
10.00 Autostrada spotkań z UFO: UFO i przemoc – serial dokumentalny	10.00 Ostatnie wakacje – serial dokumentalny	11.00 Plemienna szkoła przetrwania: Ekstremalne safari	7.00 Byli sobie wynalazcy (1-4)	8.30 Czterdziestolatek (15) – obycz., Pol. 1976	14.50 Największe tajemnice świata 6 (19) – serial dok., USA
11.00 Kosmiczna mapa skarbów – serial dok.	12.00 Krótkie życie, niewyjaśniona śmierć – serial dokumentalny, 2020	12.00 Przetrwanie w kanadyjskiej dzicy (6) – dok., Kan.	8.55 Wehikuł czasu (707) – program inform.	9.40 Z matką w sercu – film dok., Pol. 1999	15.45 Gwiazdy lombardu 13 (4)
13.00 Podziemne sekrety – serial dokumentalny	14.00 Mroczne piętno 3 – serial dokumentalny	13.00 Wojenna szkoła przetrwania (2)	9.00 Starożytni kosmiczni (1) – serial dok., USA	10.40 Piaze Europy (1) – cykl dok., Niem.	16.15 Gwiazdy lombardu 25 (3) – reality show
15.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok., Wielka Brytania	16.00 Żyjąc z potworem – serial dokumentalny	14.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (3)	10.00 Gwiazdy lombardu (9, 10) – reality show	12.40 Wojny Rosji (1/3) – film dok., Niem. 2023	17.10 Jak Hitler przegrał wojnę (1) – serial dok.
18.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki (13, 15, 17-19, 1) – serial dok., Wielka Brytania	18.00 8 martwych kobiet (1) – serial dokumentalny, USA	15.00 Alarm na lotnisku: Peru (10, 11) – dok.	12.00 I wojna światowa w liczbach (2) – dok.	13.40 Królowie (52) – hist.	18.10 Największe tajemnice świata 6 (4) – serial dokum.
	20.00 Sekrety zbrodni – serial dokumentalny, USA 2017	17.00 Zatopione grobowce Nilu	13.00 Poszukiwacze historii (1, 2) – dok.	14.15 Czterdziestolatek (16) – obycz., Pol. 1976	19.05 Starożytni kosmiczni 13 (20) – dok.
		18.00 Sztuka obrony: Wojny w Europie (5): Francja – serial dokum.	14.00 Tajne akta nazistów (3, 4) – dok., Wlk. Bryt.	15.10 Film dokumentalny Sensacje XX wieku – program historyczny	20.00 Starożytni kosmiczni 16 (1) – dok.
			16.00 Dorwać tuńczyka 3 (10, 11) – serial dok.	18.05 Tajemnica twierdzy szczyfów (1) – wojenny	
			18.00 Rolnicy. Podlasie (12, 13) – serial dok.		



21.00 **Czy jest z nami inżynier?** (5, 6) – Wielka Brytania 2015

Justin jest na turbinie wiatrowej na Morzu Północnym. Przygląda się, jak ekipa inżynierów naprawia usterkę, przez którą konstrukcja może runąć do morza.

23.00 **Wybuchowy program** – program rozrywkowy

1.00 **NASA – archiwum tajemnic** – serial dok., Wielka Brytania

4.00 **Podziemne sekrety** – serial dokumentalny, USA 2017

DISCOVERY HISTORIA HD

7.00 **Zoom na architekturę** (8)

9.00 **Tajemnice wraków Bałtyku** (3) – serial dok.

10.00 **Wstęp uzbrojony** (7, 8)

11.00 **Wyprawa w nieznanne**

13.00 **Podziemne sekrety**

14.00 **Łowcy staroci: Renowacje** (15, 16) – dok.

16.00 **Skarby z szopy – klasyki**

18.00 **Łowcy staroci** (5, 6) – dok.

20.00 **Legendarne miejscowości**

22.00 **Wielki szwindel** – dok.

23.00 **Kwatery Hitlera** (1) – dok.

0.00 **Wyprawa w nieznanne**

2.00 **Pasja – sposób na życie**

3.35 **Profesjonaliści** – cykl dok.

4.25 **Europejskie bazy** (4)

5.10 **Łowcy staroci** (9) – dok.

TVP DOKUMENT HD

13.45 **Najwspanialsze drzewo Australii** (2) – film dokum.

15.00 **Rajskie zakątki Europy**

15.55 **Wielkie misie kosmiczne Artemis 2**

16.45 **Magiczny Adriatyk** (2)

17.50 **Sanatorium miłości** (4, 7)

18.50 **Sadeck – gwiazda choreografii, choreograf gwiazd** – film dokum., Fr.

20.00 **Kto rządzi światem?** (1)

21.05 **Mieszkańcy Skandynawskich wód**

22.10 **Niebezpieczne drogi** (2)

23.15 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn

23.20 **Dzieci w niewoli Iajków** – film dokumentalny, Fr.



21.00 **Tajemnice jeziora Erie** – USA 2018

Joan Giambra zostaje znaleziona martwa pod swoją nieprzymotną córką. Śledczy mają nadzieję, że dziewczynka zdoła odtworzyć precyzyjny rysopis zлочyńcy.

22.00 **Boysbandy: mroczna strona sławy** – film dokum.

0.00 **Influencyjny śmierci: jak zabijają social media 2** – dok.

1.00 **Tajemnice jeziora Erie** – dok., USA 2018

2.00 **Sekrety zbrodni** – serial dokumentalny

PLANETE+ HD

13.45 **Targowiska świata** (1)

14.50 **Zaginione światy** (2)

15.50 **Niezwykłe podróże koleją** (8, 7) – serial dok., Fr.

16.55 **Świat zawarty w obrazie** (2) – serial dok.

18.00 **Dokąd dzisiaj?** 4 (66, 67)

18.40 **Związani z ziemią. Dzieje życia na wsi** (1)

19.45 **Zagadka pustynnych latawców** – film dokum.

20.50 **Oumuamua, przybysz z gwiazd** – film dokum., Fr.

22.00 **Szeptki dawnej Ziemi** – film dokum., Francja 2025

23.10 **Strefa nagoci** (4) – dok.

0.20 **Niezwykłe podróże koleją** 9 (1) – serial dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

8.00 **Oko w oko z dziką naturą** (4) – dok., Wlk. Bryt.

9.00 **Niezwykły dr Pol**

12.00 **Najgroźniejsze zwierzęta Afryki** (1)

13.00 **Dzikie miejsca Europy**

14.00 **Najdziwniejsze cuda ewolucji** (2) – serial dok.

15.00 **Walki zwierząt** (6) – dok.

16.00 **Amerykańska Amazonia**

17.00 **Świat kolibrów** – dok.

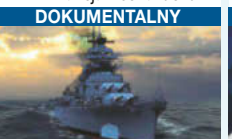
18.00 **Dzikie Indie** (2) – dok.

19.00 **Królestwo drapieżników** (1) – dok.

20.00 **Dzika konfrontacja** (10)

21.00 **Niezwykły dr Pol** (14, 16, 18, 19, 17) – serial dok., USA

2.00 **Dzikie miejsca Europy**



19.00 **Wojna widziana z powietrza** (1)

W maju 1941 roku Bismarck wyruszył na misję. HMS Hood, okręt flagowy brytyjskiej floty, nie mógł pozwolić, aby pancernik dotarł na Atlantyk.

20.00 **Katastrofa w przestworzach** (10) – dok., Kan. 2022

21.00 **Służby ratownicze: Jukon** (3, 4) – dok.

23.00 **Procesy czarnownic: Prawdziwe historie** (2) – dok., USA 2026

0.00 **Katastrofa w przestworzach** (3)

POLSAT VIASAT NATURE HD

11.25 **Boss Shark: Battle of the Sexes** – film dokum.

12.35 **W okowach mrozu** 4 (1)

13.25 **Zabójcza pogoda** 2 (1)

14.35 **Wielkie rzeki** (5) – dok.

15.40 **Ochrona przyrody: od Yellowstone do Jukonu**

16.50 **Najbardziej znane zwierzęta Afryki** (2)

18.55 **Wielkie rzeki** (5) – dok.

20.00 **W okowach mrozu** 4 (2)

21.00 **Ochrona przyrody: od Yellowstone do Jukonu**

22.15 **Atak rekina-samuraja**

23.20 **Lista drapieżników** (2)

0.25 **Zabójcza pogoda** 2 (1)

1.25 **Wielkie rzeki** (5) – dok.

POLSAT VIASAT HISTORY HD

15.40 **Jak inżynieria zmieniała świat** (2) – serial dok., USA

16.35 **Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze** (7)

17.40 **Punkty zwrotne II wojny światowej** (5)

18.50 **Historia sprawiedliwości** (2)

19.40 **Cesarstwo Rzymskie: mity i fakty** (2) – dok., Fr.

20.50 **Świat Hitlera** (3) – serial dok.

22.00 **1776: niepodległość USA** (2) – serial dokumentalny

22.55 **Naziści: ściśle tajna nauka** (3) – serial dok., USA

23.55 **Piramidy w Gizie: sięgnąć do gwiazd** – dok.



20.00 **Galileo** (24)

Widzowie poznają różne rodzaje frytek, nie tylko ziemniaczanych. Twórcy programu szukają odpowiedzi na pytanie, na czym polega kwantowy internet.

21.00 **Inżynierowie Hitlera: budowniczo III Rzeszy** (6) – dok.

22.00 **Zaginione złoto II wojny światowej** (3, 4) – serial dok., USA

0.00 **Starożytni kosmiczni** (8) – serial dok., USA

1.00 **Rolnicy. Podlasie** (13-16) – serial dok.

BBC EARTH HD

13.20 **Mroźna planeta** 2 (4)

14.30 **W okowach mrozu** 3

16.25 **Pociągami przez starożytną Grecję** (2)

17.40 **Dziewicze zakątki Ziemi** (5) – serial dok., Wlk. Bryt.

18.45 **Malowicze trasy kolejowe** 3 (3) – serial dok.

19.45 **Słynne indyjskie tygrysy** – film dok., Wielka Brytania

20.55 **W okowach mrozu** 3 (13, 14) – serial dok., USA

22.55 **Superchirurg: szansa na życie** 2 (3) – serial dok.

23.55 **W 80 kilo dookoła świata** (1) – dok., Wlk. Bryt.

1.00 **Dziewicze zakątki Ziemi** (5) – serial dok., Wlk. Bryt.

CI POLSAT HD

15.05 **Ferie, impreza, morderstwo** (3) – dok.

16.00 **Pogrzebani za domem** 3

17.00 **I nie opuścisz mnie aż do śmierci** 5 (2) – dok.

18.00 **Z archiwum 997 2** (1, 2)

19.00 **Dowody zbrodni: ślady DNA** (9) – serial dok., USA

20.00 **Kobiety, które niosły śmierć** 12 (1) – serial dok.

21.00 **Dowody zbrodni: Morderstwa na bagnach** (1) – dok.

22.00 **Seryjni mordercy: zło z bliska** (3) – serial dokum.

23.00 **Dzieci, które zabijają** 3

23.55 **Kobiety, które niosły śmierć** 11 (6) – serial dok.



19.00 **Było sobie miasteczko**

Okoliczności zagłady Kisielina na Wołyniu. W 1943 r. Ukraińcy zamordowali ponad 600 mieszkańców. Historię tę udokumentował w swojej książce Włodzimierz Ślawosz Dębski.

20.00 **Oficer** (7) – sens., Pol.

21.05 **Starożytny Egipt – kroniki imperium** (1) – serial dok.

22.10 **Nieznana wojna na Północy** (1) – dok.

23.15 **Sensacje XX wieku**

1.20 **Encyklopedia II wojny światowej** – serial dok., Pol. 1991

ANIMAL PLANET HD

13.00 **Irwinowie – następne pokolenie** 4 – serial dok.

14.00 **Resocjalizacja z Pit Bullem** 4 – serial dok., USA

15.00 **Kot z piekła rodem** 8

17.00 **Dwa oblicza survivalu** 3

18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych** 6 – serial dok.

19.00 **Mieszkanie na pnju**

20.00 **Alaska: Ostatni przystanek** – serial dok.

21.00 **Weterynarz z Alaski**

22.00 **Baseny z rozmachem** 2

23.00 **Resocjalizacja z pitbullem** – serial dok.

0.00 **Rewir rekinów** – dok.

1.00 **Irwinowie – następne pokolenie** 4 – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

12.15 **Małżeństwo w dżungli**

14.20 **Człowiek kontra jedzenie** (34) – mag. kulin.

14.55 **Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta**

17.00 **Szukajcie potrawy** (3, 4)

19.00 **Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń. Zanzibar** – pr. rozrywk.

20.00 **Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń. Dubaj**

21.00 **Nagi instynkt przetrwania** (10) – dok.

22.55 **Kobieta na krańcu świata** (9, 10, 1) – dok., Pol.

0.40 **Małżeństwo w dżungli** (8, 9) – serial dokumentalny

2.35 **Szukajcie potrawy** (3, 4)

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TWN STYLE HD
15.00 Myśliciele – sylwetki polskie	8.20 Familiada – telet.	6.00 Przyjaciółki (65, 66) – serial obycz., Polska	6.00 Strażnik Teksasu (6, 7) – sens., USA 1999	7.10 Express – pr. inform.	5.15 I nie opuścę Cię aż do ślubu (4) – reality show	
15.10 To działa. Polskie innowacje bez granic (6) – dok., Pol.	8.50 Va banque (938)	8.00 Co ludzie powiedzą (7, 8) – kom., Wlk. Bryt.	7.55 Bogaty dom – biedny dom (72)	7.35 DeFacto 13 (9, 10)	5.50 Damy i wieśniaczki. PL 9 (2) – serial fab.-dok., Polska 2025	
16.00 Zaraz wracam 2 (106) – serial obycz.	9.25 Kolo fortuny (2047)	9.25 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (43, 44) – reality show	8.55 Policjanci i Policjanci (504, 505)	8.30 Kartoteka (8, 9)	6.50 Pogromcy chaosu (6) – program rozrywk.	
16.30 Barwy szczęścia (3337) – serial obycz.	10.05 Makłowicz w podróży – mag.	12.30 Bogaty dom – biedny dom (143, 104) – reality show, Polska	10.55 Na ratunek 112 (1162, 1163) – paradok.	10.35 Detektywi (21, 22)	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	
17.00 Gra słów. Krzyżówka (1056)	10.45 Postaw na milion	14.30 10 lat młodsza w 10 dni (9, 10) – program rozrywkowy	11.55 Dłaczego ja? (1531, 1532) – paradok.	12.35 Zakup w ciemno 7 (30, 31) – reality show	11.20 Ugotowani (5, 6) – program kulinarno-rozrywkowy	
17.30 Telexpress	12.35 Familiada – telet.	16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (47) – reality show	13.55 Trudne sprawy (1349-1351) – paradok.	14.35 Nic do zgłoszenia (5)	13.30 Kuchenne rewolucje (12, 11) – program rozrywkowy	
17.50 Telexpress Extra	13.15 Matki, żony i kochanki (18)	18.00 Nasz nowy dom (324, 325) – reality show, Polska	16.55 Policjanci i Policjanci (1396)	15.35 Złomowisko PL 5 (3)	15.35 I nie opuścę Cię aż do ślubu (1, 2) – reality show	
18.15 Oko na Wschód	14.15 Rodzinka.pl (194, 195) – kom., Pol.	20.05 Kolacja w ciemno (67) – pr. rozrywk.	18.00 Łowcy skarbow. Kto da więcej? (514)	16.45 Express – pr. inform.	17.05 W czym do ślubu? (1) – program rozrywkowy	
18.45 Info Wilno – pr. inf.	15.25 Va banque (939)		19.00 Policjanci i Policjanci (1397)	16.58 Pogoda, sport		
19.05 Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny (127) – program inform.	18.00 Kolo fortuny (2048)		20.00 Uroczysko (199, 200) – serial krym., Polska	17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 21 (1)		
19.15 Laskownik & Malicki	18.35 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin.			18.05 Zakup w ciemno extra (39)		
20.10 Program informacyjny 19.30	19.40 Makłowicz w podróży – mag.			18.40 Niezwykłe Stany Prokopa 5 (8) – rozr.		
	20.10 Postaw na milion			19.45 Express – pr. inform.		
	21.10 Kabaret Letnią Porą (24) – pr. rozrywk.			20.05 Zakup w ciemno 7 (35) – reality show		
				21.05 Zakup w ciemno extra (32)		
				21.45 Express – pr. inform.		

20



FANTASY	KOMEDIOWY	DOKUMENTALNY	KRYMINALNY	DOKUMENTALNY	ROZRYWKOWY
20.50 Wiedźmin (6) – Polska 2001-2002	22.10 Rodzinka.pl (55) – Polska 2012	21.05 Wzięnie kobiet (136, 137)	21.05 Sprawiedliwi. Trójmiasto (126)	22.00 Nic do zgłoszenia 6 (8) – Polska 2025	17.40 Kuchenne rewolucje (11-13)
Geralt ratuje królową Cintry i jej córkę Pavette. Na dwór przybywają pretendenci do ręki księżniczki. Jeden z nich twierdzi, że została mu obiecana.	Tomek i Magda wybierają się na koncert. Z planów jednak nic nie wychodzi, gdyż muszą zająć się Kacprem. Natalia zastanawia się, co się dzieje z Marią. Przyjaciółka wcale się do niej nie odzywa.	Codziennie życie kobiet osadzonych w zakładzie karnym. Widzowie poznają ich zajęcia, marzenia na przyszłość i sposoby radzenia sobie z poczuciem winy.	Do Osicy zgłasza się dawna przyjaciółka i prosi o pomoc w odnalezieniu partnera, lokalnego deliera. Policjantka zaczyna prywatnie śledztwo.	Funkcjonariusze KAS z Wrocławia zamknęli lokal, w którym miejsce miał nielegalny hazard i handel narkotykami. W Terespolu rozpracowano przemytników papierosów.	Magda Gessler próbuje ocalić przed zamknięciem bistro 43 300 w Bielsku-Białej. Ponieważ właścicielom brak doświadczenia w gastronomii, lokal kiepsko prosperuje.
21.45 Ojciec Mateusz 2 (25) – krym., Pol. 2009	22.50 Tak to leciało! (66)	22.00 Bogaty dom – biedny dom (126)	22.05 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1009)	23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 22 (5)	20.50 Jestem z Polski (13, 8) – serial dokum.
22.40 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (9) – pr. rozr.	23.50 Gabi Drzewiecka zaprasza (5)	23.00 Gry małżeńskie (152, 153)	23.05 Czas ostateczne: Pozostawieni – film sensacyjny, USA/ Kanada 2014, 140 min	0.00 Fachowcy 2 (11)	22.50 Hotel Paradise 6 (23)
23.15 Dziennik regionów – program inform.	0.50 Kolo fortuny (2048, 2040) – telet.	1.00 Kolacja w ciemno (14, 16) – pr. rozrywk.	1.25 Love Island. Wyspa miłości (28)	0.45 Żony Podlasia 3 (6)	23.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9
23.40 Jerzy Stuhr. Sam ze sobą – dok., Pol. 2014	2.10 Kabaret Letnią Porą (4, 32) – pr. rozrywk.	3.05 Wzięnie kobiet (13, 14) – serial dok.	2.30 Hardcorowy lombard 3 (20)	1.45 Niebezpieczne dzielnice (5) – dok.	1.35 Dorota was urządzi! (5) – program rozrywk.
	4.20 Hity wszech czasów (1) – mag.	4.00 Zdrady (153, 154) – serial paradokum.		2.20 Nauka jazdy 5 (7)	2.20 Nieoczywiste miejsca (4) – dok.

TVP HD	TVS	ZOOM	TLC	C+ KUCHNIA	TVN TURBO
8.55 Ojciec Mateusz 20 (262, 263) – krym., Pol. 2018	15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	8.05 Strażnik Teksasu 9 (6, 7)	11.00 Wiza na miłość 12	13.55 Podróż przez smaki Chin 3 (2) – serial dokum.	12.15 Jeździć, obserwowac (3)
10.45 Gra słów. Krzyżówka Na sygnale (650, 651)	16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel – krym., Austria	9.55 Macgyver 3 (3, 4) – sens.	13.00 Klinika bez tajemnic	14.50 U sąsiadów w kuchni 12	13.00 Mobilni mechanicy
11.25 Ojciec Mateusz 6 (76)	17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	12.05 Pułapki maguszy (2) – dok.	15.00 Wiza na miłość: poświęceń rozmowy 11	15.45 Z pola na stół 2 (6) – dok.	14.30 Zawodowi handlarze
13.20 Komisarz Alex 4 (40)	18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz.	13.15 Wojny magazynowe: Kanada 2 (14, 15)	16.00 Historie wielkiej wagi	16.15 Jelita vs mózg (5) – mag.	16.00 Wojny samochodowe
14.15 Ranczo 7 (79, 80) – obycz.	19.50 Rosamunde Pilcher. Węże w rajju – melodramat, Niemcy 2013, 120 min	14.25 Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (4)	18.00 Pokonać otyłość (6)	16.40 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień	18.00 Raport Turbo – mag. inf.
15.10 Górna półka smaku (17)	21.50 Rosamunde Pilcher. Pożegnanie nad rzeką – film obyczajowy, Niemcy 2007, 105 min	15.30 Sensacje XX wieku (7, 8)	19.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach 3	18.25 Maximum Foodie 4 (10)	18.15 Zawodowi handlarze (8)
16.40 Przystanek słow food 3	23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	17.50 Wojciech Cejrowski – bosy przez świat	20.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11 – serial dok.	18.55 M jak mięso (2, 3) – dok.	19.00 Moto kombat (2) – mag.
17.10 Okrasa lamie przepisy		20.00 Kobra – oddział specjalny 23 (19) – sens.	21.00 Rodzina 10+ 8 (12) – rozr.	19.50 Nie bój ryby! (2) – mag.	19.45 Duda kontra Szafrański
17.45 Makłowicz w podróży		21.00 Kobra – oddział specjalny 24 (1) – sens.	22.00 Kiedy dzieci mają dzieci 7 (12) – serial dok.	20.15 Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia (7) – program rozrywkowy	20.30 Prawko na świecie.
18.20 Ojciec Mateusz 25 (319)		22.00 Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (5)	23.00 Klinika koszarnej stopy – serial dokum., USA	21.10 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 11	21.15 Jazda bez zasad (3) – rozr.
19.20 Ranczo 7 (86) – obycz., Pol.		23.00 Magia nagości. Polska	0.00 Dr Pyszczylla – kulisy 1.00 Mal ludzie, wielka rodzina 11 – serial dok.	23.00 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 8 (4)	22.00 Raport Turbo – mag. inf.
20.10 Rodzinka.pl (285, 286)		0.00 Magia nagości 5 (6) – rozr.		0.50 Top Chef 22 (5)	22.15 Jeździć, obserwowac 23.45
21.25 Ojciec Mateusz 32 (411)					22.15 Naprawy nie do naprawy (3) – mag.
22.20 Zdrada – thriller, USA 1997, FILM, reż. Alan J. Pakula, 120 min					0.30 Nauka jazdy (24) – pr. rozr.
0.20 Syn (6) – serial obyczajowy					1.00 101 gadzettoz motoryzacyjnych (4)

NOVA	METRO	ANTENA HD	WP	C+ DOMO	HGTV
9.30 Calkiem nowe lata miodowe (16) – kom., Pol.	8.30 Szpital (784, 785)	11.55 Kłątwa Wyspy Dębów 6	13.00 Makłowicz w podróży	14.05 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo (4) – dok., Kan.	9.00 Remontujemy dom na plaży 10 (6) – pr. rozr.
10.00 Miodowe lata (15) – kom.	10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (353, 354)	13.50 Australijski poszukiwacz złota 3	14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (26) – dok.	15.00 Kupcie sobie zamek! 2	10.00 Najgroźsze nieruchomości pod słońcem (11, 12) – dok.
10.30 Wiedzenie (120) – dok., Pol.	12.30 SES Ekipy w akcji (29)	15.50 Wojny kontenerowe 2	15.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (1, 2) – dok.	15.55 Porządek musi być (7, 8)	11.05 Usterka 11 (12, 13)
11.00 Poirot 13 – serial krym.	13.30 Brzydula (29, 30) – kom.	16.50 77 TV 2 (15) – pr. rozrywk.	16.50 Pogoda	16.50 Gardeners' World 14 (6)	12.35 Mój miasto, mój dom 8
14.30 Świat według Kiepskich (354) – serial kom., Polska	14.35 Kiedy ktoś kocha bardziej (14) – obycz.	17.50 77 TV 4 (22) – pr. rozrywk.	17.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 5 (3)	18.00 Ucieczka na wieś 22 (11)	14.35 Mieszkanie na miarę 4
15.00 Świat według Bunch 8 (169-174)	15.45 The Floor (3, 4) – telet.	18.45 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (8) – serial kryminalny	19.00 Strażacy z sąsiedztwa	19.00 Wielkie projekty: Szwecja 3 (3) – serial dok.	16.30 Polowanie na ogród 2
18.00 Calkiem nowe lata miodowe (13) – kom., Pol.	18.00 Prawo Agaty 7 (3)	20.00 Alex Hugo – górski detektyw (10) – krym., Fr.	20.00 Policjanci z sąsiedztwa 5 (23, 24)	20.00 Daleko od miasta 10 (9, 10) – serial dokum., Pol.	18.10 Będzie pięknie (8) – rozr.
18.30 Miodowe lata (20-27)	19.05 Kartoteka 2 (7, 8)	22.05 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (4) – serial kryminalny	21.50 Pogoda	21.00 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo (5) – dok., Kan.	19.50 Złoty remont 4 (4) – rozr.
21.00 Zdrady (7) – paradok., Pol.	23.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (7) – krym.	23.15 Detektywi z Bordeaux 4 (11) – serial krym., Fr./Belgia	22.00 Mistrzowie Kabaretu 13 (2) – program rozrywkowy	21.55 Wielkie projekty: Australia 10 (4) – dok.	20.05 Dorota inspiruje (3)
22.00 Ślad (41, 42) – parok., Pol.	0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5 (6) – dok.	0.25 Polska. Największe dylematy (1-3) – pr. publ.	23.00 Mistrzowie Kabaretu 15 (8) – program rozrywkowy	22.55 Wakacyjne domy na wynajem (9, 10) – dok.	21.00 Dorota was urządzi! 23.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 9 (3-6) – pr. rozr.
1.00 Łowca pedofilów	1.15 Szpital (777) – paradok.		0.00 Mistrzowie Kabaretu 7		0.40 Kupujemy dom na plaży 29 (13) – dok.
3.00 TV okazje (95, 96)	2.15 Szkoła (529, 530)		0.55 Mistrzowie Kabaretu 5		

Warto zobaczyć

→ filmowe hity

10.30
PARAMOUNT NETWORK
Chłopięcy świat
OBYCZAJOWY Caroline bierze ślub. Mąż okazuje się alkoholiczkiem. Upokarzany przez niego przybrany syn chce uciec z domu. Reż.: Michael Caton-Jones, A: Robert De Niro, Leonardo DiCaprio, Ellen Barkin USA 1993 **150 min ▶ do godz. 13.00**

15.20
TVP KULTURA
Ludzie Wisły
MELODRAMAT Ojciec Anny jest właścicielem barki. Jej ukochany obiecuje, że wezmą ślub i kupią berlinkę. By dotrzymać słowa, musi kraść. Reż.: Aleksander Ford, Jerzy Zarzycki, A: Stanisława Wysocka, Ina Benita Polska 1938 **90 min ▶ do godz. 16.50**

16.15
ALE KINO+
Alfa.
PRZYGODOWY Po śmierci matki instruktor snowboardu przeprowadza się do wioski w Alpach. Jego spokój zakłóca przybycie ojca. Reż.: Jan-Willem van Ewijk, A: Reinout Scholten van Aschat, Pia Amofa-Antwi Szwajcaria 2024 **120 min ▶ do godz. 18.15**

16.45
TVN FABUŁA
Nowe przygody Aladyna
KOMEDIA Rabusie muszą zabawić maluchy w galerii handlowej. Czytając bajkę o Aladynie, przenoszą się do Bagdadu. Reż.: Arthur Benzaquen, A: Kev Adams, William Lebghil, Vanessa Guide Francja/Belgia 2015 **135 min ▶ do godz. 19.00**

17.40
HBO
Kompletnie nieznaný
BIOGRAFICZNY Rok 1961. Aspirujący muzyk i tekściarz Bob Dylan zaczyna występować w klubach. Charyzma i talent wiodą go na szczyt. Reż.: James Mangold, A: Timothée Chalamet, Monica Barbaro USA 2024 **140 min ▶ do godz. 20.00**

18.35
POLSAT FILM
Logan Lucky
KOMEDIA KRYMINALNA Nad rodziną Loganów ciąży klątwa. Bracia Jimmy i Clyde chcą odmienić los. Szykują napad. To początek kłopotów. Reż.: Steven Soderbergh, A: Farrah Mackenzie, Channing Tatum., Jim O'Heir USA/Chiny 2017 **145 min ▶ do godz. 21.00**

20.00
TVN FABUŁA
Ocean's Thirteen
KOMEDIA SENSACYJNA Gang Danny'ego zamierza okraść właściciela kasyn. Potrzebują pomocy Terry'ego Benedicta, który jest ich wrogiem. Reż.: Steven Soderbergh, A: George Clooney, Al Pacino, Andy Garcia USA 2007 **160 min ▶ do godz. 22.40**

22.30
TVP KOBIEȘA
Zwerbowana miłość
SENSACYJNY Rok 1989. prostytutka Anna staje się pionkiem w grze esbeka i jego kompania. Gdy odkrywa prawdę, postanawia się zemścić. Reż.: Tadeusz Król, A: Joanna Orleańska, Robert Więckiewicz Polska 2009 **100 min ▶ do godz. 01.10**



Zespół naukowców stawia czoło grupie sięgających zniszczenie bestii.



20.50 Godzilla II: Król potworów

SCIENCE FICTION Zmutowane supergatunki rozpoczynają walkę o dominację. Pięć lat po tragicznych wydarzeniach w San Francisco dr Emma Russell, która zajmuje się badaniami Tytanów, jest świadkiem narodzin larwy zwanej Mothra. Grupa ekoterrorystów pod wodzą Alana Jonaha atakuje bazę i uprowadza panią doktor oraz jej córkę. W tym samym czasie Mothra ucieka i przepoczwarza się pod pobliskim wodospadem. Naukowcy Ishiro Serizawa i Vivienne Graham zwracają się z prośbą o pomoc do byłego męża porwanej badaczki. Zespół Monarch podąża na Antarktydę, gdzie Jonah zamierza

wolnić trójgłowego Tytana. Godzilla staje do starcia z Mothrą, Rodanem oraz największym wrogiem, Królem Ghidorahem. Zaczyna się pojedynek o supremację. **HD 165 min ▶ do godz. 23.35**
Jap./USA 2019 Reż.: Michael Dougherty
Wyst.: Kyle Chandler, Vera Farmiga, Millie Bobby Brown, Ken Watanabe



19.55
POLSAT
Słyszeliście o Morganach?
KOMEDIA ROMANTYCZNA Będący w separacji Meryl (Sarah Jessica Parker) i Paul (Hugh Grant) stają się świadkami morderstwa. FBI ukrywa skłóconą parę na prowincji. To szansa na ocalenie ich związku. Reż.: Marc Lawrence Wyst.: Natalia Klimas USA 2009 **HD 135 min ▶ do godz. 22.10**



20.00
TV PULS
Jacht
THRILLER Po wyjściu na wolność Bella dowiaduje się, że odziedziczyła łódź. Spędza na niej noc. Gdy się budzi, odkrywa, że stała się zakładniczką najemników. Meeser (Frank Grillo) i inni bandyci szukają ukrytego majątku. Reż.: Declan Whitebloom Wyst.: Ruby Rose USA 2021 **HD 120 min ▶ do godz. 22.00**



20.00
STOKPŁATKA
Najlepsi z najlepszych
SENSACYJNY Frank trenuje pięciu reprezentantów USA na mistrzostwa w taekwondo. Praca ze sportowcami nie jest łatwa. Alex (Eric Roberts) często opuszcza ćwiczenia, by spotykać się z synkiem. Reż.: Bob Radler Wyst.: Phillip Rhee USA 1989 **HD 120 min ▶ do godz. 22.00**



22.00
TV PULS
Negocjator
SENSACYJNY Policjny mediator Danny Roman (Samuel L. Jackson) wpada na trop afery korupcyjnej. Zostaje wrobiony w zbrodnię. Bierze zakładników i żąda sprowadzenia negocjatora. Chce dowieść swojej niewinności. Reż.: F. Gary Gray Wyst.: Kevin Spacey USA 1998 **HD 175 min ▶ do godz. 0.55**

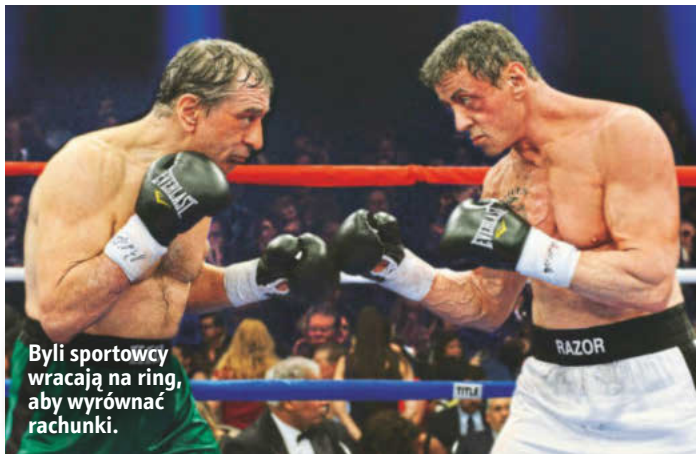


22.10
POLSAT
Sąsiedzi
KOMEDIA Mac (Seth Rogen) i Kelly (Rose Byrne), którzy właśnie zostali rodzicami Stelli, przenoszą się na przedmieścia. Do domu obok wprowadzają się imprezowi studenci. Wkrótce między sąsiadami wybuchą wojna. Reż.: Nicholas Stoller Wyst.: Zac Efron USA 2014 **HD 135 min ▶ do godz. 0.25**



23.00
TV 4
Patriota
HISTORYCZNY Rok 1776. Amerykanie walczą z Anglikami. Wdowiec Martin (Mel Gibson) chce być neutralny. Osobista tragedia zmienia go w bojownika o wolność. Razem z najstarszym synem wyrusza na wojnę. Reż.: Roland Emmerich Wyst.: Heath Ledger USA 2000 **HD 200 min ▶ do godz. 2.20**

→ filmowe hity



Byli sportowcy wracają na ring, aby wyrównać rachunki.

20.00 Legendy ringu

TVN 7 **KOMEDIA** Weterani boksu podejmują wyzwanie. Po latach stają do pojedynku, którzy położyli kres konfliktowi.

HIT DNIA Pittsburgh. Emerytowani bokserzy, Billy „The Kid” McDonnen i Henry „Razor” Sharp, nigdy ze sobą nie konkurowali. Rywalizację miało zakończyć starcie w 1983 r., ale do niego nie doszło. Po latach zyskują szansę, aby udowodnić, który z nich zasługuje na miano najlepszego. Menedżer Dante namawia

ich do ponownego skrzyżowania rękawic. Sharp pod okiem trenera przygotowuje się do pojedynku z przeciwnikiem, pragnąc ostatecznie rozstrzygnąć spór. Ponadto w jego życiu pojawia się dawna miłość. **HD 155 min ▶ do godz. 22.35**

USA 2013 **Reż.:** Peter Segal **Wyst.:** Robert De Niro, Sylvester Stallone, Kevin Hart, Alan Arkin, Kim Basinger



21.05 Ikar. Legenda Mietka Kosza

BIOGRAFICZNY Niewidomy pianista Mieczysław Kosz (Dawid Ogrodnik) odnosi sukces. Kariera nie przynosi mu jednak spełnienia. Przez nałóg alkoholowy zaczyna on niweczyć artystyczny dorobek.

Reż.: Maciej Pieprzyca **Wyst.:** Jowita Budnik
Polska 2019 **HD 130 min ▶ do godz. 23.15**



23.15 Korczak

BIOGRAFICZNY Warszawa. Janusz Korczak (Wojciech Pszoniak) zajmuje się sierotami żydowskiego pochodzenia. Po wkroczeniu Niemców zostaje zamknięty w getcie wraz z dziećmi. Wszyscy trafiają do obozu.

Reż.: Andrzej Wajda **Wyst.:** Ewa Dałkowska
Polska 1990 **HD 130 min ▶ do godz. 1.25**



21.30 Tożsamość zdrajcy

SENSACYJNY CIA zatrzymuje mężczyznę podejrzewanego o zaplanowanie ataku. Agentka Racine (Noomi Rapace) ma uczestniczyć w przesłuchaniu. Odkrywa, że wśród jej kolegów po fachu znajduje się zdrajca.

Reż.: Michael Apter **Wyst.:** Orlando Bloom
USA/Fr. 2017 **HD 105 min ▶ do godz. 23.15**



23.35 Legion samobójców

SCIENCE FICTION Obdarzeni supermocami antyherosi, m.in. Harley Quinn (Margot Robbie), zyskują szansę odkupienia win. Mogą liczyć na zredukowanie wyroków, jeśli wypełnią misję.

Reż.: David Ayer **Wyst.:** Will Smith, Jared Leto
USA 2016 **HD 155 min ▶ do godz. 2.10**

→ sport



8.15

POLSAT SPORT 2

Tajlandia – USA

SIATKÓWKA LIVE Jedne z głównych faworytek do wygrania całych tegorocznych rozgrywek Ligi Narodów, reprezentantki Stanów Zjednoczonych, nie powinny mieć problemów z pokonaniem znacznie niżej notowanej drużyny z południowo-wschodniej Azji. **HD 230 min ▶ do godz. 12.05**



12.05

POLSAT SPORT 2

Japonia – Brazylia

SIATKÓWKA LIVE Starcie zespołów, które poważnie liczą się w grze o strefę medalową Ligi Narodów. Siatkarki z Kraju Kwitnącej Wiśni z pewnością będą trudnymi przeciwniczkami dla zdecydowanie bardziej utytułowanych Brazylijek. **HD 115 min ▶ do godz. 14.00**



13.45

EUROSPORT 1

Tour de France

KOLARSTWO LIVE Piąty etap słynnej Wielkiej Pętli rozpocznie się u podnóża Pirenejów, a trasa będzie stopniowo się obniżać. Na finałowych kilometrach kolarze zmierzą się z pofałdowanym terenem, co powinno uatrakcyjnić zawody. **HD 270 min ▶ do godz. 18.15**



17.20

TVP SPORT

ME U-19 – Walia 2026

PIŁKA NOŻNA LIVE W najlepszej czwórce młodzieżowych rozgrywek, które wyłonią najsilniejszą drużynę Starego Kontynentu, nie powinno zabraknąć ubiegłorocznych wicemistrzów Europy – Hiszpanów. **HD 135 min ▶ do godz. 19.35**

→ rozrywka



21.50

WP

Przebojowe kabarety

SATYRA Artyści z Kabaretu pod Wyrwigroszem zaprezentują „Casting do Neandertalii”, w którym sparodiują aktorów podczas przesłuchania do roli. Katarzyna Skrzynecka i Piotr Gąsowski pojawiają się w scenkach łączących skecze. **HD 60 min ▶ do godz. 22.50**



22.00

DISCOVERY CHANNEL

Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata

REALITY SHOW Rywale usiłują przetrwać w dziczy. Ich zadania to m.in. rozpalenie ognia na wilgotnym podłożu i skonstruowanie łuku. Legendzie survivalu grozi odpadnięcie z gry. **HD 120 min ▶ do godz. 0.00**



22.00

ZOOM

Pod pokładem: Morze Śródziemne 9

REALITY SHOW Cierpliwość Aeshy wyczerpuje się, gdy stewardesy popełniają błędy i nie wywiązują się z obowiązków. Dochodzi do poważnej awarii. Atmosfera staje się napięta. **HD 60 min ▶ do godz. 23.00**

→ dokument



23.10

PLANETE+

Adonis

SPOŁECZEŃSTWO Przyjmowanie sterydów jest popularne wśród mężczyzn uprawiających kulturystykę. Eksperti omówią fizyczne i psychiczne konsekwencje obsesji na punkcie muskularnego ciała. **HD 70 min ▶ do godz. 0.20**

TVP 1 HD DV3 T2

- 5.00 **Złoty chłopak** (328) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 5.50 **Akacja 38** (892) – telenowela, Hiszpania 2015
- 7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 **Rodzina (nie od) święta** – magazyn religijny
- 8.00 **Serwis Info** – program inform.
- 8.10 **Pogoda Info**
- 8.20 **Janosik** (7) – przyg., Polska 1973
- 9.15 **Ranczo 6** (76) – serial obyczajowy, Polska 2012
- 10.10 **Komisarz Alex 7** (84) – serial kryminalny, Polska 2015
- 11.05 **Ojciec Mateusz 15** (195) – serial kryminalny, Polska 2016
- 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: Borneo – cudowna dżungla** – film dokumentalny, Fr./Niemcy 2025
- 14.00 **Złoty chłopak** (329) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 15.00 **Serwis Info** – program inform.
- 15.10 **Pogoda Info**
- 15.25 **Gra słów. Krzyżówka** (1062) – teleturniej
- 16.00 **Dziedziectwo** (972) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 **Telexpress, pogoda**
- 17.25 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
- 18.05 **Reporterzy** – mag. reporterów
- 18.25 **Akacja 38** (907) – telenowela, Hiszpania 2015
- 19.30 **Program informacyjny 19.30**
- 19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
- 20.10 **Sport, pogoda**

TVP 2 HD DV3 T2

- 4.35 **Na dobre i na złe** (899): Sukcesja – serial obyczajowy, Polska 2023
- 5.30 **M jak miłość** (1789) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 6.25 **Pożyteczni.pl** – magazyn
- 6.55 **Barwy szczęścia** (3349) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
- 7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
- 11.30 **Rodzinka.pl** (34, 35): Jaki masz zawód?; Koniec świata – serial komediowy, Polska 2011
- 12.35 **Koło fortuny** (1883) – teleturniej
- 13.15 **Postaw na milion** – teleturniej
- 14.05 **Va banque** (1007) – teleturniej
- 14.35 **Na sygnale** (871) – serial fabularno-dokum., Polska 2026
- 15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (428) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
- 16.00 **Koło fortuny** (1884) – teleturniej
- 16.35 **Familiada** – teleturniej
- 17.20 **Panna młoda** (139) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- Beyza uniemocniłiwa Hancer rozmowę z Cihanem. Oboje podpisują pozew rozwodowy. Yasemin, podejrzewając podstęp, nakłania Beyzę do badań.
- 18.15 **Va banque** (1008) – teleturniej
- 18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 **Barwy szczęścia** (3349) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 20.05 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (17) – teleturniej
- 20.35 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (17) – teleturniej
- 20.55 **Postaw na milion** – teleturniej

POLSAT HD DV3 T2

- 4.40 **Disco Gramy**
- 5.25 **Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
- 6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
- 8.30 **Malanowski i partnerzy** (323, 324): Między młotem a kowadłem; Na skrajach nadziei – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
- 9.30 **Trudne sprawy** (1253, 1254) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 11.35 **Gliniarze** (870, 871) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 13.40 **Dlaczego ja?** (1500, 1501) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- Postrzegany jako nieudacznik Jan zostaje porzucony przez Zuzię. Niebawem dowiaduje się, że otrzymał spadek po niejakim Biernackim. Na wieść o majątku dziewczyna postanawia wrócić do byłego chłopaka.
- 15.50 **Wydarzenia, pogoda**
- 16.25 **Interwencja** – magazyn reporterów
- 16.40 **Gliniarze** (1067, 1068) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- Policjanci wyjaśniają sprawę uprowadzenia córki biznesmena. Zrozpaczony ojciec oskarża byłą żonę, która straciła prawa rodzicielskie. Detektywi podejrzewają jednego z kontrahentów przedsiębiorcy, który ma powiązania z półświatkiem.
- 18.50 **Wydarzenia**
- 19.15 **Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.30 **Sport, pogoda**

TVN HD DV3 T2

- 5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 **Ukryta prawda** (1692) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- 6.50 **Kuchenne rewolucje** (7): Turek – program rozrywkowy
- 7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
- 11.20 **Doradca smaku** (22) – magazyn kulinarny
- 11.25 **Kuchenne rewolucje** (10): Łapy, Chicken Flow – program rozrywkowy
- 12.35 **Ukryta prawda** (1473, 1474, 1723) – paradok., Polska
- 15.45 **Detektywi** (107) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
- 16.50 **Szpital św. Anny** (63) – serial obyczajowy, Polska 2025
- Na oddziale Żyty pojawia się mężczyzna z podejrzeniem nowotworu jądra. Nie chce podać się operacji ratującej życie. Nieprzystomny Tomek pozostaje pod opieką Marty i Krystyny.
- 17.55 **Młode gliny** (16) – serial kryminalny, Polska 2026
- Mikołaj ginie od ciosów siekiery. Ciało odnajdują jego dawni koledzy z liceum. Na miejscu policjanci spotykają księdza, kościelnego i leśnika, którzy oddają hołd zabitej córce ostatniego z nich. Sprawców zbrodniowego gwałtu na dziewczynie i jej morderstwa dotąd nie odnalezione.
- 19.00 **Fakty, sport i pogoda**
- 19.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów
- 20.15 **Na Wspólnej** (4242) – serial obyczajowy, Polska 2026

20 KRYMINALNY



20.30 Prokurator (9) – Polska 2015
Ciało prezesa firmy zostaje znalezione w mieszkaniu hodowcy pajaków, który zniknął bez śladu. Proch i jego ludzie muszą ustalić, co spowodowało biznesmena do tego lokalu. Kolejne odkrycie przynosi przełom w śledztwie.

21.30 Tożsamość zdrajcy – film sensacyjny, Czechy/Szwajcaria/Wielka Brytania 2017, reż. Michael Apted, wyk. Noomi Rapace, Orlando Bloom, Toni Collette, John Malkovich, 105 min

23.15 Wiedźza z Mistrzem. Andrzej Wajda: Korczak – film biograficzny, Polska/Niemcy/Wielka Brytania 1990, reż. Andrzej Wajda, wyk. Wojciech Pszoniak, Ewa Dałkowska, 130 min

1.25 Carte Blanche – dramat obyczajowy, Polska 2015, reż. Jacek Lusiniński, wyk. Andrzej Chyra, Arkadiusz Jakubik, Urszula Grabowska, 135 min

3.40 Wykrywacz kłamstw – publ.

3.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.

4.15 Reporterzy – mag. reporterów

4.30 Oko na świat – magazyn

4.50 Zakończenie

FAB.-DOKUM.



21.50 Na sygnale (864, 865): Ostatni rzut oka; Złamane serca – Polska 2026

Róża i Romek oraz ich zespół zmagają się z agresywnym nastoletnim narkomanem. Ratownicy zajmują się też aktorem ukrywającym chorobę. Piotr musi zmierzyć się z oskarżeniem o brutalność. Banach naraża się na konsekwencje po zabraniu chorego na raka pacjenta na wycieczkę.

22.55 Berlin Ku'damm 56 (2) – serial obyczajowy, Niemcy 2016

Monika po napaści seksualnej nie może dojść do siebie. Ma myśli samobójcze. Pomaga jej Assmann, wspólnik matki.

23.50 PiBull 2 (6) – serial sensacyjny, Polska 2007

0.50 Karol, wiadca Hiszpanii (5) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015

1.45 Nasz dom w górach (12): Nowy start, część 2 – serial obyczajowy, Niemcy 2020

2.40 Jak zostać Japończykiem – film dokumentalny, Japonia/USA/Finlandia 2023

4.20 Zakończenie

KOMEDIA ROMANTYCZNA



19.55 Komediodowa środa: Słyszeliście o Morganach? – USA 2009, 135 min

Meryl i Paul, którzy są w separacji, stają się świadkami morderstwa. Agenci FBI ukrywają skłóconą parę w spokojnym miasteczku Ray w stanie Wyoming. Daje to małżonkom szansę na naprawę relacji. Paul robi wszystko, by odzyskać zaufanie żony.

22.10 Sąsiedzi – komedia, USA 2014, reż. Nicholas Stoller, wyk. Seth Rogen, Rose Byrne, Zac Efron, Elise Vargas, 135 min

Mac i Kelly zostają rodzicami. Przeprowadzają się na przedmieście. Wciąż czują się młodzi, dlatego są zachwyceni, gdy obok zamieszkuje studenci. Szalone imprezy z czasem stają się jednak uciążliwe.

0.25 Zła kobieta – komedia, USA 2011, reż. Jake Kasdan, wyk. Cameron Diaz, Lucy Punch, Jason Segel, Justin Timberlake, 120 min

2.25 Boski żigolo – komedia, USA 1999, reż. Mike Mitchell, wyk. Rob Schneider, William Forsythe, Eddie Griffin, Oded Fehr, 135 min

SCIENCE FICTION



20.50 Godzilla II: Król potworów – Japonia/USA 2019, 165 min

Ludzkości grozi zagłada, kiedy pojawia się grupa siejących zniszczenie potworów. Agencja kryptozoologiczna o nazwie Monarch musi stawić czoło gigantom. W sprawie angażuje się także Mark, mąż doktor Russell, która została uprowadzona przez ekoterorystów pod wodzą Alana Jonaha. W obronie świata staje Godzilla. Czekają ją konfrontacja z Mothrą, Rodanem oraz Królem Ghidorahem.

23.35 Legion samobójców – film s.f., USA 2016, reż. David Ayer, wyk. Will Smith, Jared Leto, Margot Robbie, Joel Kinnaman, 155 min

Antybohaterowie zyskują szansę na odkupienie win. Biorą udział w ryzykownej misji.

2.10 Uwaga! – magazyn reporterów

2.25 Wallander 3 (8) – serial kryminalny, Wielka Brytania/Szwajcaria/Niemcy 2014

4.00 Detektywi (107) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024

5.00 Nauka jazdy 5 (16) – program rozrywkowy



- 5.30 Ten moment** (53) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (780-782) – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 8.45 Ukryta prawda** (1336, 1441, 1442) – serial paradokumentalny, Polska
- 11.50 W-11 – Wydział Śledczy** (1093-1095): Obciach; Kret; Śmierć jubilera – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
- 13.55 Kryminalni** (3) – serial kryminalny, Polska 2004
- 15.00 Szpital** (778, 779) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (504): Ukochany brat – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
- 18.00 SOS Ekipy w akcji** (16) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Patrol dostaje zgłoszenie o kradzieży zwłok z zakładu pogrzebowego. Policjanci wyjaśniają również okoliczności zniknięcia psa oraz napadci na właścicielkę hodowli. Ponadto ratownicy udzielają pomocy nastolatce, która spadła z konia.
- 19.00 Ukryta prawda** (1527) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Gabriela jest w związku z Włodkiem. Pewnego dnia, gdy się u niego zjawia, zastaje zamkniętę mieszkankę. Nie może się też dozvonić do mężczyzny. Stara się namierzyć wybranka. Okazuje się, że znalazł on sobie nową partnerkę.

KOMEDIA

**20.00 Legendy ringu**

FILM – USA 2013, 155 min

Emerytowani bokserzy Billy „The Kid” McDonnen i Henry „Razor” Sharp niedługo zaciekle ze sobą konkurowali. Konflikt miała zakończyć walka w 1983 roku, jednak nigdy do niej nie doszło. Po latach obaj zyskują szansę, aby udowodnić, kto jest lepszym pięściarzem. Menedżer namawia ich do ponownego wystąpienia na ringu.

22.35 Godziny szczytu 2 – komedia sensacyjna, USA 2001, reż. Brett Ratner, wyk. Chris Tucker, Jackie Chan, John Lone, Ziyi Zhang, 120 min

0.35 Jak Boss – komedia, USA 2020, reż. Miguel Arteta, wyk. Tiffany Haddish, Rose Byrne, Salma Hayek, Jennifer Coolidge, 95 min

2.10 Żyjąc z potworem 9 (2) – serial dokumentalny, USA 2024

3.00 Fachowcy (10) – serial paradokumentalny, Polska 2017

3.35 Usterka 11 (6) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019

4.10 Dorota was urządzi! (1, 2) – program rozrywkowy

Następny odcinek obejrzysz na:



- 6.00 Policjanci z Miami 3** (4, 5): Zawsze solo; Udana akcja – serial kryminalny, USA 1986
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (8, 9): Uwzięni; Królobójca – serial sensacyjny, Niemcy 2017
- 10.00 Maria z przedmieścia** (51, 52) – telenowela, Meksyk 1995
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (112) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
Isabel jeszcze raz telefonuje do Blanki. Podaje się za Ivette. Juan Miguel prosi Marichuy o pozostanie. Nie będzie próbował odebrać jej dziecka. Ona odmawia. Cecilią zależy na wybaczeniu córki.
- 13.00 Wspañiale stulecie** (46) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 Kurierzy** (31) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10** (534, 535) – serial obyczajowy, Polska 2022
- 17.00 Kurierzy** (32) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Roman dostarcza paczkę do domu na przedmieściach. Zostaje obezwładniony przez policję. Wiktoria stara się rozbić związek Justyny i Romana. Michał potrzebuje pomocy Gabi w opiece nad dziećmi.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (969, 970) – serial obyczajowy, Polska 2026
Prawnik Kanicki odkrywa, że jego szef molestuje sekretarkę. Mimo sprzeciwu ojca decyduje się działać. Łąka wspiera go w poszukiwaniu innych ofiar.

THRILLER

**20.00 Jacht**

FILM – USA 2021, 120 min

Po warunkowym wyjściu na wolność buntownicza Bella dowiaduje się, że odziedziczyła po ojcu jacht. Spędza na nim noc. Gdy się budzi, odkrywa, że stała się zakładniczką trzech najemników. Meeser i jego kumple szukają ukrytego majątku. Bella w swojej walce o przetrwanie wykorzystuje spryt.

22.00 Negocjator – film sensacyjny, USA/Niemcy 1998, reż. F. Gary Gray, wyk. Samuel L. Jackson, J.T. Walsh, Kevin Spacey, David Morse, 175 min

0.55 Krwawa gra – film sensacyjny, Kolumbia 2015, reż. Ken Sanzel, wyk. Mickey Rourke, Freida Pinto, Ryan Kwanten, Jason Gibson, 125 min

3.00 Dzielnica strachu 9 (402): Mścicielka – serial kryminalny, Polska 2025

4.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (965) – serial obyczajowy, Polska 2026

5.00 Dzielnica strachu 9 (405): Niewygodny świadek – serial kryminalny, Polska 2025



- 5.50 Ale numer! 20** (13) – program rozrywkowy
- 6.20 Cosie-Ktosie** (8) – anim., Fr. 2022
- 6.30 Kajko i Kokosz 2** (8) – serial animowany, Polska 2021
- 6.45 Smerfy 2** (50) – serial anim.
- 7.00 Blaze i megamaszyna 6** (17) – serial animowany, USA 2020
- 7.30 Psi Patrol** (22) – serial anim.
- 7.50 Superkoty** (15) – serial anim.
- 8.30 Wielkie przygody małego rekina** (8) – serial dla dzieci, Korea Południowa/USA 2020
- 8.50 Masza i Niedźwiedź 2** (19, 20) – serial animowany, Rosja 2014
- 9.20 Straszne historie Maszy** (8) – serial animowany, Rosja 2016
- 9.25 Świnka Peppa** (48-50) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
- 9.45 Bing** (5, 6) – serial animowany
- 10.00 Jeżyk i Przyjaciele** (9, 8) – serial animowany, Polska 2025
- 10.35 Spidey i superkumple 2** (44, 43) – serial anim., USA 2022
- 11.35 Gus. Mały – wielki rycerz** (45, 46) – serial anim., Fr. 2021
- 12.00 Psi Patrol 8** (5) – serial anim.
- 12.35 Marta mówi** (15) – serial anim.
- 13.00 Smerfy** (171, 172) – serial anim.
- 14.00 Monster High** (26, 14) – serial animowany, USA 2022
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot** (25, 26) – anim., Francja/Korea Południowa/Jap.
- 16.00 Fineas i Ferb 2** (9, 10) – serial animowany, USA 2007-2011
- 17.00 Smerfy** (173, 174) – serial anim.
- 18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2** (25, 26) – serial animowany, USA
- 19.00 Kacze opowieści** (3, 4) – serial animowany, USA 1987

OBYCZAJOWY

**20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (957) – Polska 2026

Andżelika martwi się przed badaniami, a Mariusz próbuje ją uspokoić. Przyjaciele organizują dla niej przyjęcie niespodziankę, w którym udział bierze m.in. Kazimierz. Po powrocie do domu kobieta nie zastaje ukochanego. Widzi jedynie list, obrączkę i telefon. Jest bardzo zaskoczona całą tą sytuacją.

21.00 Dzielnica strachu 10 (439, 440): Czarna księga; Życiowa rozgrywka – serial kryminalny, Polska 2025

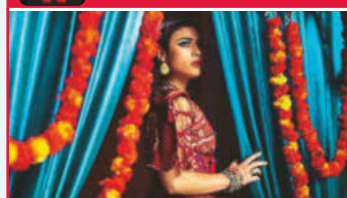
23.00 Kasyno – dramat kryminalny, USA/Francja 1995, reż. Martin Scorsese, wyk. Robert De Niro, Joe Pesci, Sharon Stone, James Woods, 210 min

2.30 Dzielnica strachu 9 (405): Niewygodny świadek – serial kryminalny, Polska 2025

3.25 Lombard. Życie pod zastaw 12 (640) – serial obyczajowy, Polska 2023

4.20 Niesamowite! (4) – serial dokumentalny, Polska 2014

5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (504) – serial obyczajowy, Polska 2022



INFAMIA

Dorastająca Romka Gita (Zofia Jarstębska) powraca do Polski po latach spędzonych w Wielkiej Brytanii. Próbuje odnaleźć się w nowym środowisku. Marzy o karierze w branży muzycznej i sprzeciwia rodzicom, którzy próbują ją zmusić do aranżowanego małżeństwa, by spłacić swoje długi.

►serial obycz. (8 odc.), Polska 2023

PREMIERA



AŻ PO KRES

Największym marzeniem Jady (Nawell Madani) było zostanie matką. Droga do macierzyństwa była jednak trudna i wyboista. Pewnego dnia u syna kobiety zostaje zdiagnozowana białaczka. Zdesperowana matka nie cofnie się przed niczym, aby znaleźć dawcę szpiku i uratować życie jedynego dziecka.

►komediodram., Fr. 2026; 99 min

PREMIERA



NIE BOJĘ SIĘ

Łato 1986 roku. Dziesięcioletni Miguel żyje w odizolowanej od świata wiosce. Pewnego dnia spotyka w głębi lasu chłopca imieniem Felipe, który uważa się za ducha. Zaprzyjaźniają się. Pewnego dnia Miguel odkrywa, że jego nowy przyjaciel został porwany. W dodatku oprawcami Felipe'a mogą być jego bliscy.

►serial kryminalny, Meksyk 2026



THE WONDERFOOLS

Rok 1999. Grupa uchodzących za dziwaków przyjaciół odkrywa w sobie nadprzyrodzone zdolności. Pozbawieni wsparcia z zewnątrz łączą siły, by wspólnie stawić czoło złoczyńcom, którzy chcą zakłócić porządek świata. Problem w tym, że nie do końca potrafią kontrolować swoje moce.

►przyg. (8 odc.), Korea Płd. 2026

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM HD	HBO HD
6.00 FBI: Most Wanted 3 (18, 19) – serial kryminalny, USA 2020	5.20 Rodzinka.pl (101, 102) – kom., Pol.	7.30 Rawhide (2) – przyg.	6.30 Polska z góry 5 (8) – serial dok., Pol. 2020	9.45 Peacock – thriller, USA 2010, 90 min	6.00 Pierwsza sprawa – film obyczajowy, Francja 2023, 100 min
7.30 Ostry dyżur (1, 2) – serial obyczajowy	6.25 Na sygnale (484, 485)	8.35 Rzeczą Polska	7.00 The Hero – film krótkometraż.	11.15 Nadzieja – dramat sensacyjny, Polska/Niemcy 2006, 100 min	7.40 Harry Potter i więzień Azkabanu – film przyg., USA/Wlk. Bryt. 2004, 135 min
9.25 Castle 3 (1, 2) – serial kryminalny, USA 2010	7.35 Ojciec Mateusz 3 (34) – krym., Pol. 2010	9.00 Stawiam na Tolka Banana (2, 3) – obycz.	7.45 Królowa chmur – film obyczajowy, Polska 2003, 100 min	12.55 To nie jest zagadka kryminalna (3)	9.55 Harry Potter i Czarna Opłonia – film przyg., USA/Wielka Brytania 2005, 155 min
11.15 MacGyver 2 (20, 21) – serial akcji, USA 2017-2018	8.30 Komisarz Alex 2 (23)	10.35 Jańcio Wodnik – dramat obyczajowy, Polska 1993, 115 min	9.25 Wolna krowa – film krótkometraż.	13.55 Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego – film dokum., Polska 2024	12.30 P.S. Kocham Cię – melodramat, USA 2007, reż. Richard LaGravenese, 125 min
13.10 Dowody zbrodni (3, 4) – serial kryminalny, USA 2003	9.25 Rodzinka.pl (103)	12.30 Tajemnice kultowych seriali (2)	10.00 Grantchester 10 (7, 8) – krym., Wlk. Bryt.	15.25 Call me lala	14.35 Pan Popper i jego pingwiny – komedia, USA 2011, reż. Mark Waters, 95 min
15.10 Agenci NCIS 10 (22, 23) – serial sensacyjny, USA 2012	10.00 Klan (1450, 1451)	14.05 Film i dnie	12.05 Vera 6 (2) – krym.	15.50 Saga „Zmierzch”	16.10 Lombard – dramat obyczajowy, USA 2024, 90 min
17.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (21, 22) – serial krym., USA/Kanada 2002	10.55 Ranczo 8 (101, 102)	15.20 Ludzie Wisły – melodramat, Polska 1938, 90 min	14.00 Pod Starym Dębem – dramat obycz., Belgia/Fr./Wielka Brytania 2023, 135 min	17.50 David Lowery jechał	
19.05 Castle 3 (3, 4) – serial kryminalny, USA 2010	12.35 Komisarz Alex 2 (24)	16.50 Stawiam na Tolka Banana (4, 5) – obycz.	16.15 Alfa – dramat przyg., Szwajcaria/Holandia/Słowenia, 120 min	18.05 Łapu capu – pr. rozr.	
	13.35 Ojciec Mateusz 3 (385, 386) – krym., Pol.	18.10 Muzeum Polskiej Piosenki (3) – pr. rozr.	18.15 Vera 6 (3) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2015	18.10 Mamma Mia! Here We Go Again – kom. muz., USA/Wlk. Bryt./Chiny 2018, 110 min	



SENSACYJNY	OBYCAJOWY	KRYMINALNY	KRYMINALNY	WOJENNY	DRAMAT BIOGRAFICZNY
21.05 Zabójcza broń 3 (14, 15) – USA 2018	21.30 Ranczo 9 (105, 106) – Polska 2015	20.00 Powrót Sherlocka Holmesa (6)	20.10 Premiera: Karen Pirie (2) – Wielka Brytania 2022	20.00 Kontyngent (2) – Szwecja 2025	17.40 Kompletnie nieznanzy – USA 2024, 140 min
Wbrew ostrzeżeniom Murtaugh Cole prosi Barnesa o pomoc w prywatnej sprawie. Wywołuje to napięcie między partnerami.	Książd pod czujnym okiem Michałowej przegrytuje się do pracy w kraju. Jest zdenerwowany i obawia się, że nie poddała nowym obowiązkom.	Holmes poszukuje niewiernego męża pewnej kobiety. Mogł zostać zamordowany przez jednego z zebraków.	Śledztwo Karen znacznie się komplikuje, gdy podejrzani stają się celem ataków. Doceklawa detektyw zastanawia się, czy ich motywem może być zemsta.	Do żołnierzy docierają wieści o zamieszkach. Nie mogą jednak podjąć interwencji. Gdy na drugi dzień w końcu wracają do akcji, staje się jasne, że przybyli zbyt późno.	Rok 1961. Aspirujący muzyk i tekściarz Bob Dylan zaczyna występować w nowojorskich klubach folkowych. Charyzma i talent wiodą go na szczyt sławy.
23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (21, 22) – serial krym., USA/Kanada 2002	23.25 Ojciec Mateusz 3 (388) – krym., Pol. 2023	21.05 Ikar. Legenda Mietka Kosza – dramat biograficzny, Polska 2019, 130 min	22.00 Ucieczka z Pretorii – thriller, Australia/Niemcy/RPA 2020, reż. Francis Annan, 130 min	20.45 Smashing Machine – dramat biograficzny, USA 2025, reż. Benny Safdie, 120 min	20.00 Sisu: Droga do zemsty – dramat wojenny, Wielka Brytania/Finlandia/USA 2025, 90 min
0.50 Castle 3 (3, 4) – serial kryminalny, USA 2010	0.20 U Pana Boga w Królowym Moście (3) – obycz.	23.15 Informacje kulturalne	0.10 Django (3, 4) – serial przyg., Francja/Włochy	22.45 Protector – dramat sensacyjny, USA 2025, 95 min	21.30 Ród smoka 3 (3) – serial fantasy, USA
2.45 Zabójcza broń 3 (14, 15) – serial sens.	1.20 Erynie (6, 7) – krym.	23.50 Stan wyjątkowy – komediodramat, Chorwacja/Polska/Serbia 2018, 130 min	2.25 Krol (4) – serial sens.	0.20 Franz Kafka – dramat biograf., Czechy/Pol./Niem. 2025, 125 min	22.30 Agentka – komedia, USA 2015, 120 min
4.40 Walker: Strażnik Teksasu (11) – serial kryminalny, USA 2021	4.05 Klan (1450) – telen.	2.00 Rawa Blues Silesian Sound	3.35 Fuks – komedia sens., Polska 1999, 90 min		

AXN WHITE	WARNER TV	CANAL+ FILM	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 2 HD
7.20 Rekrut (2) – serial krym.	8.30 Bajer z Be-Air 5 (4, 5)	6.00 Łapu capu – pr. rozrywk.	9.50 Cztery pory lgi (4) – serial dokumentalny, Polska 2022	8.00 Porzucone konstrukcje (6) – serial dok., Wlk. Bryt.	13.30 Dotknięci miłością – dramat obycz., Wlk. Bryt./Irlandia 2024, 105 min
8.10 Szpital nadziei 4 (7)	9.30 Prawo Agaty 2 (12, 13)	6.05 Królowa chmur – film obycz., Polska 2003, 80 min	10.45 Mały Grand Hotel (4) – serial komediowy, Polska 2019	9.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (2) – serial dok., Niem. 2023	15.15 Kochanek królowej – dramat historyczny, Dania/Szwecja/Czechy 2012, 135 min
9.10 Blondynka 3 (2, 3)	11.30 Pełna chata 8 (7, 8) – kom.	7.25 Wszyscy święci – film obycz., Polska 2002, 75 min	11.05 Naruto 3 (3-8) – serial anim. Japonia 2003-2004	10.00 Co poszło nie tak (1)	17.30 Kolejna zwyciężajna przysługa – czarna komedia, USA 2025, reż. Paul Feig, 120 min
11.15 Agenci NCIS 20 (7-9)	12.25 Teraz albo nigdy! (9, 10)	8.40 Lily i kangurek – film familijny, 2025, 105 min	14.05 Hollywood Buzz – magazyn filmowy	11.00 Kolegium żużlowe	19.30 Kraina Lovecrafta (7, 8)
14.10 Szpital nadziei 4 (8)	15.25 Bajer z Be-Air 5 (4-7)	10.25 Kiler – komedia sens., Polska 1997, 100 min	14.35 13 posterunek 2 (10-12) – serial komediowy, Polska	12.55 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (3) – serial dok., Niem. 2023	21.25 Nocna suka – komediodramat, USA 2024, 95 min
15.10 W poszukiwaniu świętego mikołaja – komedia romantyczna, USA 2022, 115 min	16.20 Pełna chata 8 (7-10)	12.05 Łapu capu – pr. rozrywk.	16.20 Łapu capu – program rozrywkowy	14.00 Wykrzywacz historii 4 (3)	23.00 Zaulek koszarów – dram. psycholog., Kanada/Meksyk/USA 2021, 145 min
17.05 Domek na święta – film obyczajowy, USA/Kanada 2019, 115 min	18.20 Jackie Chan: Pierwsze uderzenie – film sensacyjny, USA/Hongkong/Ukraina 1996, 100 min	12.10 Charlie Chaplin: duch włości – film dok., 2024	16.25 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 4 (5, 6) – serial dokumentalny, Niemcy 2024	15.00 Grip – w świecie supersamochodów (5)	
19.00 Dr House 3 (8) – obycz.	22.10 Lśnienie – horror, Wielka Brytania/USA 1980, 175 min	13.40 W kogo ja się wrodziłem? – film obycz., Polska 2001, 60 min	18.25 The Office PL 2 (4-6) – serial komediowy, Polska 2022	16.00 Supersamoloty bojowe 11 (4) – serial dok.	
20.00 Dowody zbrodni 2 (7, 8)	14.40 L.A.R.P. Miłość, trolle – film obycz., Polska 2025, 100 min	16.20 Morderstwo w ambasadzie – krym., Wlk. Bryt. 2025, 85 min	20.00 Emigracja XD (5-8) – serial komediowy, Polska 2023	17.00 Zholowani: ciężarówka w opalach 9 (2) – dok.	
21.55 Rekrut (3) – serial krym.	17.45 Hollywood Buzz – mag.	17.45 Wrooklyn Zoo – dramat obycz., Pol. 2024, 125 min	21.55 Making of CANAL+ – magazyn filmowy	18.00 Porzucone konstrukcje (7) – serial dok., Wlk. Bryt.	
22.55 Agenci NCIS 20 (7-9)	18.10 Kopnięci w czasie – komedia, Francja/Belgia 2025, 105 min	2.45 Skrzyżowanie – dramat obycz., Pol. 2024, 100 min	22.00 Oddział dla zwuchwałcy 2 (1, 2) – serial wojenny, Wielka Brytania 2024	18.55 Wykrzywacz historii 4 (2)	
1.35 Dowody zbrodni 2 (7, 8)	19.55 Łapu capu – pr. rozrywk.	4.25 Dwie siostry – dramat obyczajowy, 2024, 95 min	0.05 Prosta sprawa (3, 4) – serial kryminalny, Polska 2024	19.50 Zholowani: ciężarówka w opalach 9 (3) – dok.	
3.20 Zaklinacze koni 2 (10, 11)	20.00 Kupu kapu – czarna komedia, USA 2024, 100 min		2.10 Mały Zgon (5, 6) – serial kryminalny, Polska 2020	20.50 Co poszło nie tak (3)	

AXN BLACK	POLSAT SERIALE	HBO 3 HD
8.45 Zagadki z przeszłości 3 (3) – przyg., Fr./Niemcy/Kan.	6.00 Kabaretowa Ekstraklasa (108) – rozr.	12.45 Na planie 23 (25) – mag.
9.45 Gwiezdne wrota 3 (2, 2)	6.10 Gliniarze (151-153) – serial paradokum., Polska 2017	13.10 Geneza planety małp – film s.f., 2011, 100 min
10.45 Gwiezdne wrota 4 (1, 2)	9.10 Strażnik Teksasu (1-4) – serial sensacyjny, USA	14.50 Wojna o planetę małp – film s.f., USA/Kan./Nowa Zelandia 2017, 140 min
12.45 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (8) – serial sens.	13.00 Kowalscy kontra Kowalscy (1-4) – obycz.	17.10 Ewolucja planety małp – film s.f., USA/Wielka Brytania/Kan. 2014, 130 min
13.45 Renegat 5 (11) – sens.	15.00 Świat według Kiepskich (381-384) – kom., Pol. 2012	19.20 Ktoś, gdzie 2 (2, 3) – serial komediowy, USA
14.50 Drużyna A 2 (23) – sens.	17.00 Columbo (1, 9) – krym.	20.10 Rzym (12) – serial hist.
15.45 Nieustraszone (15)	21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (128-131) – serial krym., USA/Kanada	21.00 To: Witajcie w Derry (1) – krym.
16.55 Zagadki z przeszłości 2 (4) – przyg., Fr./Niemcy/Kan.	0.45 Ślad (44, 45) – krym., Pol.	21.55 Tokyo Vice (1) – krym.
17.55 Gwiezdne wrota 4 (3-5) – serial s.f., USA/Kan. 2000	2.45 Święty (204, 205) – kom.	22.55 Przymierze – dramat wojenny, 2023, 120 min
21.00 Terminator: Ocalenie – thriller s.f., USA/Niemcy/Wlk. Bryt. 2009, 135 min	4.00 48h. Zaginięci (101, 102) – serial kryminalny, Polska	0.55 Zycie, Larry i pogoń za nieszczęściem (2) – kom.
23.15 S.W.A.T.: Obieźnienie – film sensacyjny, 2017, 110 min		

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD	COMEDY CENTRAL HD	TVN FABUŁA HD	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA DVS T2
6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (142-144) – dok., Pol.	6.00 Tata ma plan 2 (13, 14) – serial komediowy, USA 2017	5.10 Szkoła (780) – serial paradokum.	6.05 Blanca 3 (3, 4) – serial kryminalny, Wł. 2025	6.00 Zwierzęta Wajraka 3 (6, 7) – dok.	6.00 Złoty interes (7)
7.30 Doktor Martin (34) – serial obyczajowy	7.00 Dwóch i pół 5 (7-10) – serial komediowy, USA 2007-2008	6.00 Superbohaterowie (6) – program kult.	8.25 Morderstwo w Larzac – film kryminalny, Francja 2020, reż. Marwen Abdallah, 120 min	6.55 Polska Kronika Filmowa – serial dok.	6.50 Wojciech Czajkowski – bosy przez świat
8.30 Przyjaciółki (131, 132) – obycz., Pol.	8.55 Przyjaciele 7 (7-12) – serial komediowy, USA 2001	6.30 Numerok z Dorotą	10.25 Mentalista (5-8) – serial kryminalny, USA 2008	7.25 Bolek i Lolek (12)	7.50 Robert Makłowicz (220, 147) – mag. kulin.
10.25 Świat według Kiepskich (169, 170, 234, 235, 92, 185) – serial kom., Polska	11.55 Teoria wielkiego podrywu 6 (23, 24) – serial komediowy, USA 2012-2013	6.45 Zakochani po uszy (89, 90) – telen., Polska	14.05 Blanca 3 (5, 6) – serial kryminalny, Włochy 2025	7.45 Reksio (31, 33)	9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher (6) – serial krym., Australia
14.05 Pacific Rim: Rebelia – film s.f., Wielka Brytania/Chiny/Japonia 2018, 145 min	12.50 Teoria wielkiego podrywu 7 (1-4) – serial komediowy, USA 2013-2014	7.45 Detektywi (77-80) – serial fab.-dok., Pol.	16.15 Morderstwo na Archipelagu Frioul – film kryminalny, Francja 2021, reż. Sylvie Ayme, wyk. Francis Huster, 125 min	8.05 Siedem życzeń (6, 7) – serial przygodowy	10.55 Górski lekarz (4, 5) – serial obycz., Niemcy
16.30 Plan lotu – thriller, USA 2005, reż. Robert Schwentke, 125 min	14.30 Dwóch i pół 5 (11-14) – kom., USA 2007-2008	9.50 Prawo Agaty 3 (12)	15.55 Jeśli serce masz bijące – dramat psychologiczny, 1980, 125 min	10.45 Podróż za jeden uśmiech – film przyg., 1972, 100 min	12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher (7)
18.35 Logan Lucky – komedia kryminalna, USA/Chiny 2017, 145 min	16.30 Przyjaciele 7 (13-18) – serial komediowy, USA 2001	11.55 Miłość czy pomyłka? (35, 36)	15.55 Jeśli serce masz bijące – dramat psychologiczny, 1980, 125 min	12.25 To nie ze mną (6, 7) – serial obyczajowy	14.00 Katastrofy w przestworzach (9, 6) – serial dok., Kan.



21.00 Dracula: Historia nieznaną – USA/Japonia 2014, 115 min

Rok 1462. Transylwanią rządzą mądry i sprawiedliwy Vlad Tepes. Chcąc ratować rodzinę i poddanych przed sułtanem, decyduje się oddać duszę demonowi.

22.55 Zakładnik z Wall Street – film kryminalny, USA 2016, 120 min

0.55 Fala zbrodni (76, 77) – serial sens., Pol. 2006

2.55 Ślad (32, 33) – krym.

4.50 Na ratunek 112 (862, 863) – paradok.



19.30 Teoria wielkiego podrywu 7 (5-10)

Amy zostaje zatrudniona w instytucji, w którym pracuje również Sheldon. Sprawia to, że musi on przemyśleć, jak mają teraz wyglądać ich relacje.

22.00 The Office PL 3 (3, 4) – serial kom., Pol. 2023

23.05 Comedy Club 6 (1, 2)

0.05 Miasteczko South Park 2 (11, 12)

1.00 Prochocichy 3 (11, 12)

2.00 Śmiesznie nie będzie 6 (15, 16, 14)

3.15 Miasteczko South Park 2 (8-10)



20.00 Ocean's Thirteen – USA 2007, 160 min

Danny i jego gang planują kolejną kradzież kasyn oraz hoteli. By ich akcja się udała, potrzebują pomocy swojego wroga, Terry'ego Benedicta.

22.40 Liść w butelce – melodramat, USA 1999, 150 min

1.10 Stacja Warszawa – film obyczajowy, Polska 2013, 100 min

2.50 Szkoła (746) – serial paradokum.

3.35 Ukryta prawda (1367, 1368) – paradok.



22.00 Niedwimy detektywy (5) – Austria/Niemcy 2021

Byli komendant Alex Haller zostaje poproszony o przeprowadzenie śledztwa w sprawie morderstwa powiązanego z atakiem, w którym stracił wzrok.

23.55 Bellefond (1) – serial kryminalny, Fr. 2022

2.00 Morderstwo na Archipelagu Frioul – film kryminalny, Francja 2021, 125 min

4.05 Blanca 3 (5, 6) – serial kryminalny, Wł. 2025



20.00 Ekstradycja 3 (5, 6) – 1998

Minister ujawnia nazwiska urzędników, których podpisy są potrzebne, by przejąć Geobank. Sumar ma ich zlikwidować. Halski opuszcza mieszkanie Krystyny.

22.20 Misja Afganistan (10) – serial wojenny

23.30 Dzień świra – komediodramat, 2002, 125 min

1.35 Supermarket – thriller, 2012, 95 min

3.10 Obudź się – dramat obycz., 2022, 110 min

5.00 Moja – krótkometraż.



20.00 Najlepsi – USA 1989, 120 min

Tommy trenuje z reprezentacją USA do mistrzostw w taekwondo. Mierzy się z koszmarnym po śmierci brata. W dniu zawodów dochodzi do komplikacji.

22.00 Czas zemsty – film sensacyjny, USA/Aruba 2003, 110 min

23.50 Naczelny dowódca – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania/Filipiny 2019, 120 min

1.50 Konsul – kom. krym., Polska 1989, 150 min

13.45 Kuchenna rewolucja – horror komediowy, USA 2023, 100 min

15.25 Czworo do tanga – kom. przyg., Hiszp. 2022, 100 min

17.05 Commando – film sensacyjny, 1985, 90 min

18.35 Wielkie Nic – komedia kryminalna, Wielka Brytania/Kan. 2006, 85 min

20.00 Pamięć – dramat obycz., Meksyk/USA 2023, 100 min

21.40 Dwóch mężczyzn w mieście – film obyczajowy, Francja/Belgia/Algeria 2014, 115 min

23.35 Pięć minut nieba – dram. psycholog., 2009, 90 min

13.25 Święty (35, 36) – kom., Pol. 2023

14.25 Spadkobiercy 4 (3) – rozr. 2023, 100 min

15.25 Co ludzie powiedzą? (5) – serial kom., Wlk. Bryt.

16.05 Jedną nogą w grobie 3 (2) – serial kom., Wlk. Bryt.

16.55 Czarna Żmija 4 (2) – kom. 2016

17.35 Bob kocha Abisłolę 2 (16-18) – serial komediowy

19.00 Dwóch i pół 5 (7-10)

21.00 Świat według Kiepskich (8-10) – serial kom., Polska

22.30 Co ludzie powiedzą? (6) – serial kom., Wlk. Bryt.

23.05 Jedną nogą w grobie 3 (3) – serial kom., Wlk. Bryt.

23.50 Czarna Żmija 4 (3) – kom. 2016

0.30 Comedy Club 3 (5) – rozr.

11.50 Zagubiona tożsamość 2 (10, 11) – serial s.f., Kanada

13.40 Malpa i Mechamalpa: Nowy porządek – film s.f., USA 2024, 110 min

15.30 Kroniki Shannary 2 (5, 6)

17.20 Zagubiona tożsamość 2 (12, 13) – serial s.f., Kanada

19.10 Arctyczny Armagedon – film katastroficzny, USA 2023, 110 min

21.00 Bibliotekarze: Nowy rozdział (6) – s.f., USA 2025

22.00 Bibliotekarz 3: Kłątwa kielicha Judasza – film przygodowy, 2008, 110 min

23.50 183 metry strachu – thriller, USA 2016, 110 min

9.00 Z archiwum X 2 (21) – s.f. 2011

10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (12, 13) – krym.

11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (1, 2)

13.45 Agenci NCIS 10 (8, 9)

15.35 Skymed 2 (5) – obycz.

16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (14, 15) – krym.

18.20 Z archiwum X 2 (22) – s.f. 2011

19.15 FBI 4 (9) – serial kryminalny

20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (3, 4)

22.00 Matlock (14) – serial krym.

22.55 Z archiwum X 2 (22) – s.f. 2011

23.55 Twierdza – thriller, USA 1996, 155 min

9.50 Panna Scarlet i komisarz 3 (1) – krym.

11.00 Panna Marple: 4:50 – film kryminalny, 2004, 125 min

13.05 Poirot – serial kryminalny

15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher (2) – krym.

16.40 Panna Scarlet i komisarz 3 (2) – krym.

17.50 Poirot (1, 2) – serial krym.

20.00 Porachunki – komedia, USA/Francja 2013, 135 min

22.15 American Pie – komedia, USA 1999, 115 min

0.10 Carrie – horror, USA 2013, reż. Kimberly Peirce, 150 min

12.25 Toni – akuszer. Władza i cięża – film obyczajowy, Niemcy 2023, 115 min

14.20 Rosamunde Pilcher: Pomyłki serca – kom. obycz., Niem. 1997, 115 min

16.15 Lena Lorenz: Kruche szczyście – dramat obycz., Niemcy 2021, 110 min

18.05 Górski lekarz (144, 145)

20.00 Zabójstwo nad Morzem Władowym – komedia krym., Niem. 2023, 115 min

21.55 Pokój ze stajnią: Teściowa na horyzoncie – komedia, Niemcy 2021, 115 min

23.50 Górski lekarz (144, 145)

11.15 Ad Astra: Ku gwiazdom – film przyg., 2019, 120 min

13.15 Dwóch gniewnych ludzi – kom., USA 2003, 105 min

15.00 Fremont – dramat obyczajowy, 2023, 95 min

16.35 Życie i miłość – film obyczajowy, 2024, 125 min

18.40 Whiplash – dramat obyczajowy, 2014, 110 min

20.30 Dźwięki miłości – dramat obyczajowy, Hiszpania 2025, 100 min

9.05 Poirot 5 (1, 2) – serial krym.

11.20 Zatraceni w miłości (33, 34) – telen., Turcja 2023

13.25 Agenci NCIS 18 (11, 12) – serial sensacyjny, USA

15.15 Lekarze na start (33, 34)

16.45 Poirot 5 (3, 4) – serial krym.

19.00 Zatraceni w miłości (35, 36) – telen., Turcja 2023

10.00 Cud miłości (30) – telen.

11.00 Otchłań namiętności (115) – telen., Meksyk 2012

12.00 Za wszelką cenę (85)

13.00 Róże i grzechy (14)

14.00 Historia Juany (42, 43)

16.00 Róże i grzechy (15)

12.00 Jim wie lepiej 7 (15, 16)

13.00 Sposób użycia 6 – kom.

14.00 Wszyscy kochają Raymonda 5 (25) – kom.

14.30 Wszyscy kochają Raymonda 6 (1-3) – kom.

16.00 Simpsonowie 36 (15-18)

18.00 Jak poznałem waszą matkę 2 (15-17) – kom.

14.15 Ostatnia rzecz – dramat obyczajowy, 2018, 105 min

16.00 Wykretasy – komedia romantyczna, Rosja 2010, 115 min

17.55 Robin Hood: Początek – film przygodowy, USA/Hongkong/Chorwacja 2018, reż. Otto Bathurst, 125 min

20.00 Druga strona miasta – dramat obyczajowy, USA 2020, 105 min

21.45 Niewygodna prawda – dramat biograficzny, Australia/USA 2015, reż. James Vanderbilt, 135 min

0.00 Jazda bez zasad – thriller, USA 2018, 90 min

13.00 Czarodziejski 3 (11, 12) – serial fantasy, USA 2001

15.00 Pingwin z Madagaskaru (7) – serial animowany, USA 2008-2010

15.30 Szpiedzy tacy jak my – komedia sensacyjna, USA 1985, 140 min

17.50 Szybki jak blyskawica – dramat sensacyjny, USA 1990, 130 min

20.00 Cast Away: Poza światem – dramat przygodowy, 2000, 185 min

23.05 Ojciec chrzestny: Epilog – Śmierć Michaela Corleone – dramat kryminalny, 2020, 190 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD

9.45 Cycling Essential Stories – mag.

10.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – bouldering kobiet – finały

11.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – prowadzenie kobiet i mężczyzn – finały

12.00 Kolarstwo górskie: Zawody PS w La Thuile – cross-country mężczyzn

13.00 Kolarstwo: Tour de France – 4. etap: Carcassonne – Foix

13.45 Kolarstwo: Tour de France – 5. etap

18.15 Race bikes – mag.

18.45 Formuła E: ePrix Chin – podsumowanie

POLSAT SPORT 1 HD

7.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: Turcja – Polska

9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski

10.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: Turcja – Polska

11.00 Halo, tu Wimbledon – magazyn tenisowy

12.00 Kronika Wimbledonu – magazyn tenisowy

14.30 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał

16.30 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał

CANAL+ SPORT HD

6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – Arka

8.20 Premier League Stories (25) – mag.

9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt – Atletico

11.15 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Sevilla – Valencia CF

13.30 Magazyn PGE Ekstraliga – mag.

15.05 Ligomistrzowe historie (3) – magazyn piłkarski

16.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt – Atletico

18.15 Magazyn PGE Ekstraliga – magazyn żużlowy

TVP SPORT HD

6.00 Strongman: PP – Polkowice 2026

7.00 Koszykówka mężczyzn: Eliminacje MS: Francja – Finlandia

9.00 Mundialowy poranek (27) – mag.

10.15 Piłka nożna: MS 2026 – 1/8 finału

12.30 Piłka nożna kobiet: ME U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026 – półfinał

14.35 Piłka nożna kobiet: ME U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026 – półfinał

16.35 Dzień na mundialu (27) – mag. piłkarski

17.20 Piłka nożna: ME U-19 – Walia 2026 – półfinał

19.35 Sportowe ABC

ELEVEN SPORTS 1 HD

6.00 Najlepsi pomocnicy Bundesligi lat 90. – magazyn piłkarski

6.45 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski

7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – Eintracht

9.00 Piłka nożna: Liga włoska: US Cremonese – Inter Mediolan

11.00 Formuła 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii

12.30 Formuła 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii

13.40 Made in Italy (18) – magazyn piłkarski

14.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii

16.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Pisa SC

Discovery DISCOVERY CHANNEL HD

9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 7 – serial dok., USA 2024

10.00 Klan z Alaski – dok.

11.00 Przetwac nad Jukonem – serial dok.

12.00 Włoska kontrola celna (7) – dok., Wł.

13.00 Pojedynki Eda Stafforda (1) – dok.

14.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita 3

15.00 Złomowisko PL 6 (6) – serial dok., Pol. 2018

16.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dok.

17.00 Na straży duńskiego lotniska (2) – dok., Wł.

18.00 Bracia Collins biorą się do roboty (14) – program rozrywkowy

20

SNOKER

19.45 Turniej Scottish Open: Chris Wakelin – Chang Bingyu

Chris Wakelin stoi przed szansą na pierwszy w karierze triumf w Edynburgu.

21.00 Biegi górskie: GT World Series – Quebec – podsumowanie

21.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – prowadzenie kobiet i mężczyzn – finały

22.00 Kolarstwo: Tour de France – 5. etap

0.00 Snooker: Turniej Masters w Londynie: K. Wilson – J. Higgins

TENIS

18.30 Turniej Wimbledon – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

Jelena Rybakina ma w doboru triumf na Wimbledonie z 2022 roku. W ubiegłorocznej edycji nie zaprezentowała się jednak najlepiej. Tenisistka z Kazachstanu odpadła już w 3. rundzie.

21.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: Turcja – Polska

23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

1.00 Boks

MAGAZYN PIŁKARSKI

20.00 Premier League Stories (48)

Historie piłkarzy, trenerów, zespołów, legend, a także sędziów jednej z największych lig na świecie.

20.45 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: KRONO-PLAST Włocławek – Częstochowa – Stelmet Falubaz Zielona Góra

23.50 Liga+ Extra – magazyn piłkarski

2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lech Poznań – Górnik Zabrze

PIŁKA NOŻNA

19.50 Mistrzostwa Europy U-19 – Walia 2026 – mecz półfinałowy

W ubiegłym roku do najlepszej czwórki awansowała reprezentacja Hiszpanii.

22.10 Piłka nożna: MŚ 2026 – podsumowanie 1/8 finału

23.05 Boks: Gala w Las Vegas – podsumowanie

1.15 Boks: Gala w Las Vegas – podsumowanie

3.15 Boks: Gala w Leeds: S. Hickey – A. Venko

PIŁKA NOŻNA

18.00 Liga niemiecka: Werder – Bayern

W trzech ostatnich potyczkach z Bayernem ekipa Werderu straciła łącznie 12 goli, nie strzelając przy tym nawet jednej bramki.

20.00 Made in Italy (19, 12)

20.40 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii

22.40 Bundesliga Special (21) – mag. piłkarski

23.45 Bundesliga Original Series (5, 6) – mag.

1.00 Bundesliga Special Udinese

1.35 Najbardziej polski klub we Włoszech

DISCOVERY LIFE

19.00 Złomowisko PL 3 (3-5) – Pol. 2016

Krzykacz i Edek powodują pożar. Wszystko ze względu na chęć zarobku na starej maszynie rolniczej. Kasia chce ofiarować domowi opiekę magi prezent.

22.00 Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata – reality show

0.00 Od samochodu do domu 2 – mag.

1.00 Hot rod wg Kindiga – serial dokumentalny

2.00 Najszybsze pociski Ameryki – serial dok.

EUROSPORT 2 HD

13.00 Snooker: Turniej Scottish Open: Chris Wakelin – Chang Bingyu

15.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze

18.00 FIA WEC

18.30 Snooker: Turniej Scottish Open – finał: Chris Wakelin – Chang Bingyu

19.30 Race bikes – mag. kolarski

20.00 Kolarstwo: Tour de France: Lannemezan – Pau

22.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Pekin 2008 – magazyn sportowy

23.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Londyn 2012 – magazyn sportowy

POLSAT SPORT 2 HD

5.15 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: Belgia – Dominikana

8.15 Siatkówka kobiet: Liga Narodów: Tajlandia – USA

12.05 Siatkówka kobiet: Liga Narodów: Japonia – Brazylia

14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał kobiet

16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał kobiet

18.30 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał

21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał

23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał

1.00 Sporty walki: FEN

CANAL+ SPORT 2 HD

8.30 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg

11.00 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg

13.30 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg

16.00 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg

18.30 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg

21.00 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg – finał

23.30 Tenis: Turniej WTA w Berlinie – 2. runda: Linda Nosková – Diane Parry

2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – Lechia Gdańsk

EXTREME CHANNEL HD

9.00 Summer X Games (3)

10.00 AMA Motocross Series Highlights (12)

11.00 X Games – Aspen 2020

12.00 Blue World 2 (5, 6)

13.00 Action Sports World (12)

14.00 WWE Highlights

16.00 WWE Classic Gold (4)

16.40 WWE Highlights (27)

17.00 KPW Kombit TV (16)

18.00 WWE Classic Gold

20.00 AEW Dynamite (2626)

22.00 PTW Wrestling (14)

1.00 New Japan Wrestling – Highlights (22, 25)

2.00 AMA Motocross Series Highlights (12)

3.00 Summer X Games (3)

ELEVEN SPORTS 2 HD

12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Bayern

14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Udinese – Inter

16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Bayern – Eintracht Frankfurt

18.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii

20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Sassuolo – Inter

22.00 Made in Italy (14-17)

23.00 Bundesliga Special (22)

23.30 Ligue 1 Show (35) – mag.

0.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Stade Rennais – PSG

2.00 Magazyn piłkarski

DISCOVERY LIFE

6.45 Klinika urody gwiazd

7.15 Nowa Maja w ogrodzie (517, 518)

8.15 Szpital (517, 518)

10.15 Nowa Maja w ogrodzie 5 (34) – mag.

10.45 Nowa Maja w ogrodzie 11.15 Idealna niania 3 (3, 4)

12.45 Klinika bez tajemnic

14.45 Szpital (516, 517)

16.45 Idealna niania 3 (2-5)

19.45 Zrób coś z tym dzieckiem (6) – mag.

20.15 Chirurgia otyłości (13)

21.15 Nie do uwierzenia! (20)

23.15 Intruz w moim ciele (1)

0.15 Sekrety lekarzy (2)

1.15 Druga twarz 7 (7) – rozr.

2.15 Ostatnia szansa (6) – rozr.

POLSAT SPORT FIGHT HD

10.35 Boks: Rocky Boxing Night w Koszalinie: K. Meyna – A. Kownacki

13.05 Sporty walki: Game Changer MMA 5 w Krakowie: Mariusz Wach – Kamil Bielecki

15.10 Sporty walki: FEN 56 we Wrocławiu – walka: Tomasz Ostrowski – Łukasz Stanek

17.30 Boks: Babylon Boxing Show w Chojnicach – waga półciężka: Paweł Stepien – Sierżod Chusanow

20.10 Sporty walki: UFC 328 – walka: Khamzat Chimaev – Sean Strickland

23.15 Strzelnica Navala (9)

POLSAT SPORT 3 HD

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał

8.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał

10.45 Siatkówka kobiet: Liga Narodów: Ukraina – Włochy

14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry podwójnej

16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry podwójnej

19.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał

21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał

23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał

1.00 Sporty walki: Babylon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD

6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech – Górnik

9.00 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: Włocławek – Częstochowa – Stelmet Falubaz Zielona Góra

12.00 Snooker: Championship League – 1. runda

16.45 Premier League Stories (7) – magazyn piłkarski

17.30 Snooker: Championship League – 1. runda

22.15 Górnik. Chłopcy z Zabra (3) – serial dok.

23.15 Boks: Gala w El Paso: Stephanie Han – Holly Holm

0.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia – Arka

ELEVEN SPORTS 4 HD

12.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1-4) – mag.

14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Wolfsburg – BVB

16.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: RC Strasbourg – RC Lens

18.00 Serie A – mag. piłkarski

19.00 Made in Italy (5-8) – mag.

20.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: FC Porto – FC Arouca

22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Parma – Juventus

0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Köln – Lipsk

ELEVEN SPORTS 3 HD

14.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Olympique Lyon – OGC Nice

16.00 Ligue 1 Show (36) – mag.

17.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (5, 6) – mag.

18.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: AC Milan – Como 1907

20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: VfB Stuttgart – 1. FC Köln

22.00 Piłka nożna: Liga francuska: Paris FC – Lens

0.00 Bundesliga Dino – dok.

0.45 Najlepsi obrońcy Bundesligi lat 90. – mag.

CANAL+ DOKUMENT HD

8.30 Zakonnice (5, 6)

10.20 Polska z gry (3-7-9)

11.50 Karl Lagerfeld. Objawienie (1-4) – dok., Fr.

15.05 Wyspa obłądników – dok.

16.05 Bałtyk – film dokum., Pol.

17.15 Wiraz – film dokumentalny

18.45 Dahomej – film dokum.

20.00 Franz Beckenbauer. Ostatni cesarz – film dok.

21.35 Sekrety japoński Billet Vert 1941 – film dok., Fr.

22.40 Copa 71 – dok., Wlk. Bryt.

0.15 Girl Climber. Wspinaczka – film dokum.

1.45 O co biega? (23) – mag.

2.20 Przyrywkowcy. Podwójna gra (5, 6) – dok.

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB T2	HISTORIA DVB T2	HISTORIA HD
6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki (13, 15, 17, 18) – serial dok., Wielka Brytania	6.00 Mroczne piętno 3 – serial dokumentalny	12.00 Przetrawianie w kanadyjskiej dzicy (7) – dok., Kan.	6.00 Wehikuł czasu (708)	6.25 Był taki dzień – felieton, Polska	13.05 Starożytni kosmicci 16 (6) – dok.
8.00 Autostrada spotkań z UFO – serial dok.	8.00 Żyjąc z potworem – serial dokumentalny, USA 2018	13.00 Wojenna szkoła przetrwania (6) – serial dokum.	6.05 48h. Zaginieni (62) – serial krym., Polska	6.30 Wojownicy czasu – cykl reportaży, Pol.	14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (6) – serial dok., USA
11.00 Kosmiczna mapa skarbów – serial dok.	10.00 8 martwych kobiet (1) – serial dokumentalny, USA	14.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (4) – dok., Wlk. Bryt.	7.00 Byli sobie wynalazcy (3-6)	8.30 Czterdziestolatek (16) – obycz., Pol. 1976	14.50 Największe tajemnice świata 6 (16) – serial dok., USA
13.00 Podziemne sekrety – serial dokumentalny	12.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 8 – serial dokumentalny, 2024	15.00 Alarm na lotnisku: Peru (12, 13) – dok.	8.55 Wehikuł czasu (708)	9.50 Z otchłani pradziejów	15.45 Gwiazdy lombardu 13 (5)
15.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok., Wielka Brytania	14.00 Krąg podejrzanych – serial dokumentalny	17.00 Tajemnicze mumie z Sakary (1) – film dokum., USA 2020	9.00 Starożytni kosmicci (2) – serial dok., USA	10.55 Legenda	16.15 Gwiazdy lombardu 25 (4) – reality show
18.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki (2) – serial dok., Wielka Brytania	16.00 Krwawy Dziłk Zachód – reality show	18.00 Sztuka obrony: Wojny w Europie (1): Finlandia – serial dok.	10.00 Gwiazdy lombardu (11, 12) – reality show	11.55 Wszystkie kolory świata – dok., Francja	17.10 Jak Hitler przegrał wojnę (2) – dok.
18.30 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki 16 – serial dok., Wielka Brytania	18.00 W sieci kłamstw: Siatka szpiegów – serial dokumentalny	19.00 Wojna widziana z powietrza (6) – dok.	12.00 I wojna światowa w liczbach (3) – dok.	13.00 Starożytny Egipt – kroniki imperium (1) – serial dok.	18.10 Największe tajemnice świata 6 (5) – serial dok., USA
	20.00 Sekrety zbrodni: Nieopisana tragedia – serial dokumentalny	20.00 Katastrofa w przestworzach (9) – serial dok.	13.00 Poszukiwacze historii (3, 4) – dok.	14.00 Królowie (53) – hist.	19.05 Starożytni kosmicci 17 (9) – dok.
			14.00 Tajne akta nazistów (5, 6) – dok., Wlk. Bryt.	14.35 Czterdziestolatek (17) – obycz., Pol. 1977	20.00 Starożytni kosmicci 16 (2) – dok.
			16.00 Dorwać tuńczyka 3 (12, 13) – serial dok.	15.35 Sensacje XX wieku – program historyczny	
			18.00 Rolnicy. Podlasie (14, 15) – serial dok.		
			20.00 Galileo (25) – program popularnonaukowy		



DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	WOJENNY	DOKUMENTALNY
19.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki (4-6, 8)	21.00 Premiera: Ciała w wodzie: Horror na rzece Hudson – USA 2024	21.00 Ukryte pod miastami (6) – Kan.	21.00 Premiera: Symbole zła – Niemcy 2020	18.10 Tajemnicza twierdza szczyrów (2)	21.00 David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (5)
W tym odcinku widzowie dowiedzą się m.in., na czym polegają testy zderzeniowe i jak montowany jest skomplikowany mechanizm kieszonkowego parasola.	W rzece Hudson policja odnajduje ciało kobiety w ciąży. Wstrząsająca zbrodnia urchamia intensywnie śledztwo, a detektywi krok po kroku odzwierają jej ostatnie dni.	Włoscy naukowcy badają tunele. W Niemczech robotnicy trafiają na groby ofiar dżumy, głodu i obłączeń. W Londynie archeolodzy odsłaniają fundamenty bazyliki.	Historia emblematów, które pierwotnie miały pozytywne znaczenie, a z czasem zostały przejęte przez ideologie totalitarne do szerzenia nieświadomości i przemocy.	Rok 1939. NKWD wydaje gestapo więźniów. Przyjmuje ich Sauer. Kapitan Jorg, przedstawiciel MSZ, żąda przekazania mu oficera polskiego wywiadu lotniczego.	Aktor przedstawia najbardziej niezwykle pomysły militarne w historii. Przygląda się m.in. amerykańskiemu projektowi uzbrojenia nietoperzy w ładunki z napalmem.
21.00 Śladami Wielkiej Stopy – serial dok.	22.00 Podejrzany przy telefonie – serial dok.	22.00 Inżynieria po katastrofie (2) – dok.	22.00 Zaginione złoto II wojny światowej (5, 6) – serial dokumentalny, USA	20.05 Oficer (8) – sens., Pol.	22.00 Jak to wyjaśnić? 5 (18) – serial dok., USA
23.00 Zaginione miejsca (3) – serial dok., USA	0.00 Ciała w wodzie	23.00 Najniebezpieczniejsze drogi Europy (2) – dok.	0.00 Starożytni kosmicci (9) – serial dok., USA	21.10 Zapomniane agenci II wojny światowej (2) – hist.	23.00 Niewyjaśnione tajemnice wszechświata (1)
1.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok., Wielka Brytania	2.00 Sekrety zbrodni	0.00 Katastrofa w przestworzach (2) – serial dok.	1.00 Rolnicy. Podlasie (17-20) – serial dokum.	22.10 Czarnobyl. Polska perspektywa	23.55 Jak to wyjaśnić? 5 (12) – serial dok., USA
4.00 Podziemne sekrety – serial dokumentalny	2.50 W sieci kłamstw	1.00 Ciemna strona świata (5): Meta	5.00 Kołowrotek (3, 4) – magazyn wędkarski	23.20 Sensacje XX wieku	0.50 Starożytni kosmicci 16 (2) – dok.
	4.30 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 8 – dok.			1.30 Encyklopedia II wojny światowej	

DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
6.00 Na ratunek starociom (10, 11) – serial dok., USA	12.35 Dzikie iberyjskie opowieści (1) – serial dok.	8.00 Oko w oko z dziką naturą (5) – dok., Wlk. Bryt.	10.15 Ochrona przyrody: od Yellowstone do Jukonu	11.10 Skarby przeszłości i ich tajemnice (2) – serial dok.	13.00 Irwinowie – następane pokolenie 4 – serial dok.
7.00 Brudne skarby – dok.	13.45 Targowiska świata (2)	9.00 Niezwykły dr Pol	11.25 Atak rekina-samuraja	12.10 Malownicze trasy kolejowe 2 (6) – serial dok.	14.00 Resocjalizacja z Pit Bullem 4 – serial dok., USA
15.00 Skarby z szopy – klasyki (3, 8) – serial dok., Wlk. Bryt.	14.45 Zaginione światy (3)	12.00 Najgroźniejsze zwierzęta Afryki (2)	12.35 W okowach mrozu 4 (2)	13.10 Mroźna planeta 2 (5)	15.00 Kot na piekło rodem 8
17.00 Brudne skarby – dok.	15.50 Niezwykłe podróże koleją 9 (1) – serial dok., Fr.	13.00 Dzikie miejsca Europy	13.25 Zabójcza pogoda 2 (2)	14.15 W okowach mrozu 3	17.00 Dwa oblicza survivalu 3
18.00 Łowcy staroci (2, 7) – dok.	16.55 Świat zawarty w obrazie (3) – serial dok.	14.00 Najdziwniejsze cuda ewolucji (3) – serial dok.	14.35 Wielkie rzeki (6) – dok.	16.20 Cywilizacje: rozkwit i upadek (4) – serial dok.	18.00 Weterynarz z Gór Skalistych 6 – serial dok.
20.00 Legendarne miejscówki – serial dokumentalny, USA	18.00 Dokąd dzisiaj? 4 (68, 69)	15.00 Walki zwierząt (7) – dok.	15.40 Ochrona przyrody: od Yellowstone do Jukonu	17.40 Dziewicze zakątki Ziemi	19.00 Mieszkanie na pnju
22.00 Wyscigi po antyki – dok.	18.40 Związani z ziemią. Dzieje życia na wsi (2)	16.00 Parki narodowe Stanów Zjednoczonych (1) – dok.	16.50 Najbardziej znane zwierzęta Afryki (3)	18.45 Malownicze trasy kolejowe 3 (4) – serial dok.	20.00 Kot na drzewie – dok.
23.00 Kwaterna Hitlera (2) – dok.	19.45 Ogólnicza rewolucja	17.00 Zimowa szkoła życia	17.50 Lista drapieżników (3)	19.45 Pociąg przez starożytną Grecję (3)	21.00 Weterynarz z Alaski
0.00 Wyprawa w nieznane – serial dokumentalny, USA	20.50 O wolny Tybet. Głosy wynaganych – film dokum.	18.00 Dzikie Indie (3) – dok.	18.55 Wielkie rzeki (6) – dok.	20.55 W okowach mrozu 3	22.00 Baseny z rozmachem 2
2.00 Pasja – sposób na życie (11, 12) – serial dokum., Pol.	21.55 Czy warto poświęcić? – dok.	19.00 Królestwo drapieżników (2) – dok.	20.00 W okowach mrozu 4 (3)	22.55 Człowiek: historia ewolucji (1) – serial dok.	23.00 Resocjalizacja z pitbullem – serial dok.
3.35 Profesjonalści – cykl dok.	23.10 Adonis – film dok., Kan.	20.00 Dzika konfrontacja (11)	21.00 Ochrona przyrody: od Yellowstone do Jukonu	0.10 Skarby przeszłości i ich tajemnice (2) – serial dok.	0.00 Supernome malch stworzeń (17, 18) – dok.
4.25 Europejskie bazyry (5)	0.20 Niezwykłe podróże koleją 9 (2) – serial dok., Fr.	21.00 Niezwykły dr Pol	22.15 Rekiny kontra orki – dok.		1.00 Irwinowie – następane pokolenie 4 – serial dok.
5.10 Łowcy staroci (10) – dok.		2.00 Dzikie miejsca Europy	23.05 Lista drapieżników (3)		
			0.15 Zabójcza pogoda 2 (2)		

TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
13.40 Zagadkowe życie ptaków miejskich (1)	8.05 48h. Zaginieni (122, 123)	13.10 Samochody marzeń (8)	15.40 Jak inżynieria zmieniała świat (3) – serial dok., USA	16.00 Pogrzebani za domem 3 (6) – serial dokumentalny	8.05 Niezwykłe Stany Prokopa (8, 1-3) – pr. rozr.
14.45 Rajskie zakątki Europy	10.05 Polacy za granicą (17, 18)	14.10 Australijscy poszukiwacze złota 6	16.35 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze (8)	17.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (3) – dok.	10.10 Kobieta na krańcu świata (8, 1-3) – króć. Pol.
15.40 Fale gorąca – film dokum.	12.05 Wojny kontenerowe	16.10 Drwale z Kolumbii Brytyjskiej 2 (2) – dok.	17.40 Punkty zwrotne II wojny światowej (6)	18.00 Z archiwum 997 2 (3, 4)	12.30 Ciezarówka przez Stany
16.40 Magiczny Adriatyk (3)	13.10 Poszukiwacze historii	17.05 Ostatni kapitanowie (1)	18.50 Historia sprawiedliwości (3)	19.00 Dowody zbrodni: ślady DNA (10) – serial dok., USA	14.55 Brazylijskie uczty uliczne z Andym Batesem (11-14) – dok.
17.45 Sanatorium miłości 4 (8)	14.05 Wielkie ucieczki z amerykańskich więzień – film dok., USA	18.00 Kłątwa umarłaka: W poszukiwaniu zaginionego złota 3 (5)	19.40 Cesarstwo Rzymskie: mity i fakty (3) – dok., Fr.	20.00 Kobiety, które nosły śmierć 12 (6) – serial dok.	17.00 Dania wysokich lotów
18.45 Bohdan Smoleń. W cieniu sceny – dok.	16.00 Najsłynniejsze napady	18.55 Australijscy poszukiwacze złota 7 (6) – dok.	20.55 Świta Hitlera (4) – dok.	21.00 Chippendales: mroczne sekrety (2) – serial dok.	18.00 Najlepsze drinki z Shay Mitchell (1) – serial dok.
20.00 Kto rządzi światem? (2)	17.55 Twoja twarz należy do nas – film dok., Fr. 2023	21.00 Złoto Jukonu 5 (6) – dok.	22.00 Światy Hitlera (4) – dok.	22.00 Spowiedź seryjnego mordercy (4) – serial dok.	19.00 Malżeństwo w dzungli
21.05 Podróż pelikanów – tajemnica australijskiego outbacku – film dokum.	19.15 Policjanci (33) – dok., Pol.	22.00 Australia: polowanie na złoto (1) – serial dokum.	22.00 1776: niepodległość USA (3) – serial dokumentalny	23.00 Kroniki seryjnych morderców – Zimny chirurg (1) – film dok., Pol.	21.10 Kobieta na krańcu świata (2-4) – serial dok.
22.05 Niebezpieczne drogi (3)	20.55 Piekiło na Ziemi (6) – dok.	23.00 Special Ops: Prawda	23.00 Naziszi: ściśle tajna nauka (4) – serial dok., USA	23.55 Kobiety, które nosły śmierć 11 (7) – serial dok.	0.55 Dania wysokich lotów
23.10 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn	22.00 Potęga i mit hitlerowskiego SS (2)	0.10 Australijscy poszukiwacze złota: na ratunek kopalniom			2.00 Najlepsze drinki z Shay Mitchell (1) – serial dok.
23.15 Tajwan. Niewidzialny naród – dok., Tajwan/USA	23.05 Ostatnie dni nazistów (5) – serial fab.-dokum., USA				
	0.10 Kroniki Hitlera (11) – dok.				

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TWN STYLE HD
15.10 Zachodź się w Polsce (197)	6.40 Gra słów. Krzyżówka (1069)	6.00 Przyjaciółki (67, 68) – serial obyczajowy, Polska 2015	6.00 Strażnik Teksasu (8, 9) – sens., USA 1999	7.10 Express – pr. inform.	5.15 I nie opuścę Cię aż do ślubu (5) – reality show
15.35 20 x 20 lat TVP Kultura – cykl fel.	7.10 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin.	8.00 Co ludzie powiedzą (9, 10) – serial komediowy	7.55 Bogaty dom – biedny dom (73) – reality show	7.35 DeFacto 13 (11, 12)	5.50 Damy i wieśniaczki. PL 9 (3) – serial fab.-dok., Polska
16.00 Zaraz wracam 2 (107) – serial obycz.	8.20 Familiada – telet.	9.25 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (45, 46) – reality show	8.55 Policjantki i Policjanci (506, 507) – serial obycz., Polska	8.30 Kartoteka (10, 11)	6.45 Śluby marzeń (3) – program rozrywkowy
16.30 Barwy szczęścia (3338) – serial obycz.	8.50 Va banque (939)	12.30 Bogaty dom – biedny dom (105, 106)	10.55 Na ratunek 112 (1164, 1165) – serial paradokum.	10.35 Detektywi (23, 24)	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
17.00 Gra słów. Krzyżówka (1057)	9.25 Koło fortuny (2048)	14.30 10 lat młodsza w 10 dni (11, 12) – program rozrywkowy	11.55 Dlaczego ja? (1533, 1534) – serial paradokum.	12.35 Zakup w ciemno 7 (32, 33) – reality show	11.20 Ugotowani (7, 8) – pr. kulin.-rozr.
17.30 Telexpress	10.05 Makłowicz w podróży – mag.	16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (48) – reality show	13.55 Trudne sprawy (752-754) – paradok.	14.35 Nic do zgłoszenia (6)	13.30 Kuchenne rewolucje (2, 1) – program rozrywkowy
17.50 Telexpress Extra	10.45 Postaw na milion	W odcinku pojawiają się gwiazdy „Powiedz TAK” – Sylwia Gliwa i Mikołaj Roznerski.	16.55 Policjantki i Policjanci (1397) – serial obycz., Polska	15.35 Złomowisko PL 5 (4)	15.35 I nie opuścę Cię aż do ślubu (3, 4) – reality show
18.15 Mały kawalek Polski – film dokum., Polska 2017	12.35 Familiada – telet.		18.00 Kto da więcej? (515) – reality show	16.45 Express – pr. inform.	17.05 W czym do ślubu? (2)
18.45 Info Wilno – pr. inf.	13.15 Matki, żony i kochanki (19)			16.58 Pogoda, sport	
19.05 Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny (128)	14.15 Rodzinka.pl (196)			17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 21 (2)	
19.15 Laskowik & Malicki	14.45 Program rozrywkowy			18.05 Zakup w ciemno extra (40)	
20.10 Program informacyjny 19.30	15.20 Lato z Radiem i Telewizją Polską			18.40 Niezwykłe Stany Prokopa 6 (1) – rozr.	
	17.25 Va banque (940)			19.45 Express – pr. inform.	
	18.00 Koło fortuny (2049)			20.05 Zakup w ciemno 7 (36) – reality show	
	18.35 Okrasa lamie przepisy (353) – mag.			21.05 Zakup w ciemno extra (33)	
				21.45 Express – pr. inform.	



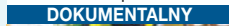
OBYCZAJOWY	MAGAZYN KULINARNY	REALITY SHOW	OBYCZAJOWY	ROZRYWKOWY	ROZRYWKOWY
20.50 Miłość nad rozlewiskiem (4, 5) Kaśka trafia do szpitala. Najbliżsi i znajomi oddają dla niej krew. Małgosia jedzie do Warszawy szukać pomocy u znanego profesora. Janusz nawiązuje romans z Mirką.	19.40 Makłowicz w podróży Wizyta w Bremie. Prowadzący opowiada o mieście, jego historii i wspaniale zachowanej architekturze. Na tarasie restauracji raczy się gładzicą. Sam ugotuje zupę krem.	18.00 Nasz nowy dom (326, 327) – Pol. 2024 Danuta adoptowała dwóch swoich wnuków. Niestety, babcia i jej podopieczni mieszkają w fatalnych warunkach. Pomoże im Elżbieta Romanowska wraz z ekipą.	19.00 Policjantki i Policjanci (1398) Mikołaj i Miłosz zajmują się sprawą egzaminatora potrąconego na placu manewrowym. Sprawca ucieka, a poszkodowany umiera w szpitalu.	22.00 Idź na całość 2 (11) Uczestnicy mogą wygrać niemal trzy miliony złotych. W każdym odcinku podejmują ryzyko i próbują unikać zgonka. Prowadzą Zygmunta Chajzer i Robert Motyka.	17.05 W czym do ślubu? (2) Influencerka Katarzyna chciała na swój ślub założyć suknię, w której będzie wyglądać jak prawdziwa gwiazda. Prowadząca szuka odpowiedniej dla niej kreacji.
22.35 Rozmowy (nie) wygodne – pr. publ.	20.10 Postaw na milion	20.00 Kolacja w ciemno (75) – pr. rozrywk.	20.00 Uroczyso (201, 202)	23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (3)	17.40 Kuchenne rewolucje (14, 1, 2)
23.25 Diennik regionów	21.10 Kabaret Letnią Porą (23) – pr. rozrywk.	21.05 Wzięcie kobiet (138, 139) – dok., Pol.	21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (127)	0.00 Nic do zgłoszenia 6 (8) – serial dokum., Pol.	20.50 Jestem z Polski (14) – serial dok., Pol. 2023
23.50 Tamte lata, tamte dni – magazyn kult.	22.10 Rodzinka.pl (56)	22.00 Rolniczek (15) – dok.	22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1010)	1.00 Życie na kredycie 8 (7, 8) – reality show	21.50 Jestem z Polski 16 (22) – serial dokum.
0.20 63. KFPP w Opolu – Autobiografia. Jubileusz Bogdana Olewicza – skrót koncertu	22.50 Tak to leciało! (67)	23.00 Gry małżeńskie (154, 155) – reality show, Polska	23.00 Patriota – dramat historyczny, USA/ Niemcy 2000, 200 min	2.10 Dobra robota (10)	22.50 Hotel Paradise 6 (24)
	23.50 Gabi Drzewiecka zaprasza (6)	1.00 Kolacja w ciemno (17, 18) – pr. rozrywk.	2.20 Hardkorowy lombard 3 (21)	3.00 Detektywi. Na zlecenie 2 (26, 27) – serial fab.-dokum.	23.50 Ślub od pierwszego wzięcia: Australia 9

TVP HD	TVP HD	ZOOM	TLC	C+ KUCHNIA HD	TWN TURBO HD
12.25 Ojciec Mateusz 6 (77)	15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	8.05 Strażnik Teksasu 9 (7, 8)	11.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporam – reality show	13.55 Podróż przez smaki	11.15 101 napraw 5 (1, 2) – mag.
13.20 Komisarz Alex 4 (41)	16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel – krym., Austria	9.55 MacGyver 3 (4, 5) – sens.	13.00 Dr Przyszczyła 4 – dok.	14.50 U sąsiadów w kuchni 12	12.15 Jeździć, obserwować (4)
14.15 Rancko 7 (81, 82) – obycz.	17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	12.05 Pułapki umysłu (3) – dok.	15.00 Wiza na miłość 11	15.45 Z pola na stół 2 (7) – dok.	13.00 Mobilni mechanicy
16.10 Polska śródziemnomorska (1)	18.50 Doktor Kleist – lekarz rodziny – serial obycz.	13.15 Wojny magazynowe: Kanada 2 (15, 16)	16.00 Historie wielkiej wagi	16.15 Jelita w móżg (6) – mag.	14.00 Zawodowi handlarze
16.40 Operacja zdrowie (80)	19.50 Rosamunde Pilcher. Melodia miłości – film obyczajowy, Niemcy 2008, rez. Dieter Kehler, 120 min	14.25 Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (5)	18.00 Pokonać otłość (7)	16.40 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień	16.00 Wojny samochodowe
17.10 Okrasa lamie przepisy	21.50 Rosamunde Pilcher. Niespodziewana miłość – film obyczajowy, Niemcy 2015, 105 min	15.30 Sensacje XX wieku (8, 9)	19.00 Wiza na miłość: rajski romans 4 – reality show	18.30 Tajemnice indyjskich smaków (1) – serial dok.	18.00 Raport Turbo – mag. inf.
17.45 Makłowicz w podróży	23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	17.50 Wojciech Cejrowski – bosso przez świat	20.00 Twarz od nowa – dok.	18.55 M jak mięso (3, 4) – dok.	18.15 Z drugiej ręki (3, 4) – mag.
18.20 Ojciec Mateusz 25 (320)		20.00 Kobra – oddział specjalny 24 (1, 2) – sens.	21.00 Skórze na ratunek 8	19.50 Nie bój ryby! (3) – mag.	19.45 Moto Kombat (2) – mag.
19.20 Rancko 7 (87) – obycz., Pol.		22.00 Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (6)	22.00 Moje paranoje – wydanie specjalne 2	20.15 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień	20.30 Zawodowi handlarze (8)
20.10 Rodzinka.pl (287, 288)		23.00 Adam szuka Ewy VIP. Holandia 2 (6) – pr. rozr.	23.00 Moje koszarne stopy 2 – serial dok., USA	21.20 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 8	21.15 Naprawy nie do naprawy (3) – mag.
21.25 Ojciec Mateusz 32 (412)		0.00 Magia nagości. Polska	0.00 Dr Przyszczyła – kulisy	21.50 Twarz od nowa – dok.	22.00 Raport Turbo – mag. inf.
22.20 Człowiek w żelaznej masce – film kostium., Wlk. Bryt./USA 1998, 145 min		1.05 Magia nagości (9) – rozr.	1.00 Twarz od nowa – dok.	22.00 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 8	22.15 Jeździć, obserwować
0.45 Pojedynek na głosy – komediodramat, Wielka Brytania 2019, 120 min			2.00 Skórze na ratunek 8	23.45 Duda kontra Szafrański (1) – program rozrywkowy	23.45 Duda kontra Szafrański (1) – program rozrywkowy

NOVA	METRO	ANTENA HD	WP	C+ DOMO HD	HGTV HD
9.30 Całkiem nowe lata miodowe (17) – kom., Pol.	8.30 Szpital (786, 787)	11.05 77 TV 2 (4) – pr. rozrywk.	12.00 Wariaci za kierownicą 3	15.00 Kupcie sobie zamek! 1	11.05 Usterka 11 (14, 15) – serial fab.-dokum., Polska 2019
10.00 Miodowe lata (16) – kom.	10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (355, 356)	12.00 Co Polak potrafi na drodze? (14) – pr. rozr.	14.05 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (3) – dok.	15.55 TkaniNowie kreacje (6)	12.31 Moje miasto, mój dom 8
10.30 Wieżenie (121) – dok., Pol.	12.50 SOS Ekipy w akcji (30)	13.00 Ciejąrowka przez śniegi 2 (1) – serial dokum.	15.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (3) – dok.	16.20 Mam zamek 3 (1) – dok.	14.30 Mieszkanie na miarę 4
11.00 Poirot 13 – serial krym.	13.30 Brzydula (31, 32) – kom.	14.00 Kłątwa Wyspy Dębów 6	16.50 Pogoda (66) – pr. inform.	16.50 Gardeners' World 14 (7)	16.30 Polowanie na ogród 2 (8)
14.30 Świat według Kiepskich (355) – serial kom., Polska	14.35 Kiedy ktoś kocha bardziej (15) – obycz.	15.00 Wojny kontenerowe 2	17.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 5 (4)	19.00 Wielkie projekty: Szwecja 3 (4) – serial dok.	17.00 Polowanie na ogród 3
15.00 Świat według Byndych 8 (172-177)	15.45 The Floor (5, 6) – telet.	15.55 Australijscy poszukiwacze złota 3	19.00 Strażacy z sąsiedztwa	20.00 Daleko od miasta 11	18.10 Złoty remont 4 (4) – rozr.
18.00 Całkiem nowe lata miodowe (14) – kom., Pol.	17.50 Fani czterech kółek 17	17.55 77 TV 4 (21) – pr. rozrywk.	20.00 Policjanci z sąsiedztwa 5 (25, 27)	21.00 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo (6) – dok., Kan.	19.05 Będzie pięknie (8) – rozr.
18.30 Miodowe lata (28-31)	18.00 Prawo Agaty 7 (4)	19.00 77 TV 5 (1) – pr. rozrywk.	21.45 Pogoda (66) – pr. inform.	22.00 Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie 8 (8)	20.05 Dorota inspiruje (4)
21.00 Zdrady (8) – paradok., Pol.	19.05 Kryminalni 3 (5, 6) – krym.	20.00 Alex Hugo – górski detektyw (11) – krym., Fr.	22.50 Przebojowe kabarety (5)	22.30 Przekopieni Ci ogródki (1) – serial dok.	21.00 Dorota wasz urządzi!
22.00 Ślad (42, 43, 107) – krym.	23.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (8) – krym.	22.05 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Grynski (5, 6) – serial kryminalny	22.50 Mistrzowie Kabaretu 13 (8) – program rozrywkowy	22.55 Daleko od miasta 14 (9)	22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 9 (7, 8) – pr. rozr.
1.00 Łowca pedofiliów	0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5 (7) – dok.	0.30 Co Polak potrafi na drodze? (3-5) – pr. rozr.	23.55 Tajemnice polskich morderstw (4-6) – dok.	23.20 Podzielić M2 2 (4) – mag.	23.35 House Hunters – Poszukiwacze domów 10 (1, 2) – pr. rozr.
3.00 TV okazje (97, 98)	1.15 Szpital (779) – paradok.			23.45 TkaniNowie kreacje (7)	0.45 Kupujemy dom na plaży 20 (2, 3) – dok.
3.50 Wielki czas (708, 707)	2.15 Szkola (530, 531)				
4.00 Sala operacyjna 4 (1, 4)					



- 5.50 Wydarzenia**
6.30 Nasz nowy dom (300) – reality show
7.30 Na ratunek 112 (925, 926) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 Sekrety rodziny (381-383) – paradok.
11.30 Trudne sprawy (949) – serial paradokum.
12.30 Dlaczego ja? (1348, 1349) – paradok.
14.30 Świat według Kiepskich (529-533) – kom., Pol. 2017-2018
17.00 48h. Zaginieni (155, 156) – krym., Pol.
19.00 Gliniarze (995) – serial paradokum.
20.00 Ślad (71) – krym., Pol.
21.00 Gliniarze (790) – serial paradokum.




- 22.00 Ambulans** (6) – Polska 2025

Praca ratownika medycznego to codzienna walka ze stresem i ekstremalnymi sytuacjami, wymagająca przede wszystkim odwagi, szybkiego działania i empatii.

- 23.00 Świat według Kiepskich** (359, 360)
0.00 Ślad (93) – krym., Pol.
1.00 Zdrady II (12)
2.05 Wydarzenia
2.50 Ewa gotuje (549, 550)
4.00 Atleci – mag.
5.10 Drzewale (6) – dok., Pol.
5.30 Teżakupy TV Okazje – mag. rekl.



- 6.05 Wydarzenia**
6.45 SuperLudzie Extra (26) – magazyn
6.55 Na ratunek 112 (710, 711) – paradok.
7.55 Doktor Martin (55, 56) – serial obycz.
10.00 Wydarzenia
10.30 SuperLudzie (37, 38)
11.30 Świat według Kiepskich (359-362) – serial kom., Pol. 2011
13.30 Bitwa o palety (3)
14.30 Hell's Kitchen – **Pieknielna Kuchnia** (61) – reality show
16.05 Ninja Warrior Polska (35)
18.00 Świat według Kiepskich (462, 463, 554, 555)
20.00 Złomiarze (7) – dok.




- 21.00 Gran Turismo – USA/FILM** Japonia 2023, 170 min

Jann jest mistrzem w grze wideo będącej symulacją wyścigów samochodowych. Niespodziewanie dostaje szansę sprawdzenia swoich umiejętności na prawdziwym torze.

- 23.50 Kod 7500** – thriller, Niemcy/Austria/USA 2019, reż. Patrick Vollrath, 110 min
1.40 Świat według Kiepskich (394-397) – serial kom., Pol. 2012
3.50 Nasz nowy dom (251, 252) – reality show, Polska 2021



- 6.00 Więzienie** (158, 159) – serial dok., Pol. 2023
6.55 Policjantki i Policjanci (705, 706) – serial obyczajowy, Polska 2020
8.55 Kobra – oddział specjalny (24, 25) – serial sens., Niemcy
10.55 48h. Zaginieni (142-144) – serial kryminalny, Pol. 2022
13.55 Policjantki i Policjanci (1198) – serial obycz., Polska
14.55 Uroczysko (41, 42) – serial kryminalny, Polska 2023-2024
16.00 Kobra – oddział specjalny (26, 27) – serial sensacyjny, Niemcy 1997




- 18.05 Strażnik Teksasu** (10, 11) – USA 1999

Policja podejrzewa, że naczelnik więzienia w Arkansas organizuje walki osadzonych. Walker zostaje umieszczony w zakładzie jako więzień, a Trivette jako strażnik.

- 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (193, 194)
21.55 Czarna lista 2 (23)
22.55 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (707, 708) – krym., Pol.
1.00 Kości (107, 108)
3.00 Cobra Kai (27)



- 6.00 Zagadki doktora Blake'a 3** (4) – krym.
6.55 Death Valley (1, 2) – serial kom., Wlk. Bryt.
8.35 Lewis 5 (1) – krym.
9.40 Ojciec Brown (2) – krym., Wlk. Bryt. 2013
10.40 Śmierć pod palmami (3) – krym.
11.45 Zagadki doktora Blake'a 3 (4) – krym.
12.55 Death Valley (3, 4)
15.00 Ojciec Brown (7)
16.00 Lewis 5 (1) – krym.
17.00 My Life is Murder 3 (1) – serial kryminalny
18.00 Morderstwa w Midsomer 21 (3)
Billy – chmiel, który został kowbojem (19, 20) – serial anim.
19.55 Śmierć pod palmami (4) – krym.



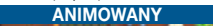

- 21.00 McDonald i Dodds 2** (3) – Wlk. Bryt.

Znana z mediów społecznościowych Rose Boleyn decyduje się na operację plastyczną w klinice planującej się rozjeść pary. Dochodzi do tragicznych wydarzeń.

- 22.55 Na niebieskich świątlach 3** (3, 4) – krym., Wlk. Bryt. 2025
1.05 Death Valley (4)
2.05 Morderstwa w Midsomer 21 (3)
4.00 My Life is Murder 3 (1) – serial kryminalny
4.45 Moja rodzinka 2 (10)
5.15 Ojciec Brown (7)



- 10.20 Bolek i Lolek wyruszają w świat** (1, 2) – anim., Pol. 1968
10.45 Rodzina Treflików 2 (23, 24) – serial anim.
11.10 Odo (34-36) – anim.
11.35 Stacyjkowo (3, 4)
11.55 Pszczółka Maja (12)
12.25 Domisie – dla dzieci
13.00 Przyjaciele (3) – widowisko
13.20 Tru i Tęczowe Królestwo (12)
13.45 Świnka Peppa 7
14.10 Pająk Lucas 2 (23, 24)
14.30 Oli i Luna (23, 24)
14.55 Oktonauca (23, 24)
15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (12) – mag.
Billy – chmiel, który został kowbojem (19, 20) – serial anim.




- 16.05 Pat i świat** (34-36) – Francja/Włochy/Belgia 2017

Lola organizuje imprezę urodzinową. Tymczasem gołębie znajdują ludzako podobnego do Pata bezdomnego psa.

- 16.35 Rev i Roll** (51, 52)
17.05 Pszczółka Maja
17.30 Petroni: Obrońcy zwierząt (23, 24)
18.00 Mała Marinette (1, 2)
18.30 Leo da Vinci 2
19.00 Płyś i Bill
19.15 Czarodziejskie miasteczko Pinokia
19.25 Piotruś Królik
19.50 Wegezaury 2



- 6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
7.30 Rozmowa Piaseckiego – publ.
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**

Andrzej Morozowski podsumowuje informacje dnia, a także zaprasza gości, z którymi dyskutuje o bieżących problemach w Polsce.

- 19.15 Serwis informacyjny**
19.30 Fakty po Faktach – program inform.
20.00 Kropka nad i – publ.
20.20 Fakty o świecie
21.00 Polska i świat – inf.
22.00 Szkló kontaktowe
23.00 Dzień po dniu – mag.
0.25 Biznes – pr. publicyst.
0.45 Fakty po Faktach
1.20 Kropka nad i – publ.
1.50 Tak jest – pr. publ.



- 6.00 Budowlancy** (6) – dok.
6.30 Kolowrotek (201) – mag.
7.00 Dorwać tuńczyka (6, 7)
9.00 Wojny magazynowe
9.55 Wojny kontenerowe (10, 11) – serial dok., USA
10.55 Hardkorowy lombard (40-45) – serial dokum., USA
14.00 Polacy za granicą
16.00 Złomiarze (33, 34) – dok.
18.05 Poszukiwacze historii (159-162) – serial dokum.
20.00 Nawód glina (1) – dok.
21.00 Złomiarze (54) – dok., Pol.
22.00 Więzienie (219) – dok.
22.30 Łowca pedofilów (244)
23.00 Więzienie (190-199) – dok.
4.00 Starożytni kosmicy (5, 6)



- 9.15 Gotowanie na ranczu z Guyem** (2-4) – mag. kulin.
10.55 Sztuka mięsa (9-12)
13.10 Apetyt na miłość (4)
14.10 Akcja: Restauracja! (2)
15.10 24/24 (3) – maraton kulin.
16.15 Kuchenne rewolucje (7)
17.15 Sexy kuchnia Magdy Gessler (8) – mag. kulin.
17.50 Miłość od kuchni (6)
18.50 Dziecięce mistrzostwa wypieków 11 (8)
19.50 Napad na kuchnię (2)
20.50 Ogniem i patelnią 3 (9)
21.55 Pyszne miejsówki (5)
23.00 Akcja: Restauracja! 20
0.00 Człowiek kontra jedzenie (16-18) – mag.



- 9.35 Jeźdźcy smoków na końcu świata** (9, 8, 7)
11.00 Bajeczne zabawy – film dok.
12.00 Bogaty dom – biedny dom (136) – reality show
13.00 Rodzina zastępcza (219, 220) – kom., Pol. 2005
14.50 Wielkie wycieczkowce
15.50 Świat z góry (2, 3) – dok.
17.05 Pingwiny z Madagaskaru 3 (11-14)
19.00 Rodzina zastępcza (306)
19.55 Miodowe lata (4, 5, 95)
22.00 Nasz nowy dom
23.55 Broń w hollywoodzkich filmach (1, 2) – serial dokumentalny, USA 2017
0.50 Historia czołgów (2)



- 11.20 Wymarzone domy 2**
13.25 Bake off: zawodowcy 3
14.30 Wielkie brytyjskie wypieki 13 (4) – pr. rozr.
15.50 Zapraszam do stołu: Wielka porcja 19 (6)
17.50 Wymarzone domy 2 (3)
18.50 Mistrzowie ceramiki 4 (8) – reality show
19.50 Wielkie brytyjskie wypieki 13 (5) – pr. rozr.
21.00 Mistrzostwa sycia 11 (8)
22.00 Zapraszam do stołu: profesjonalni (6) – rozr.
23.00 Wstydlive choroby: Otyłość 2 – dok., Wlk. Bryt.
0.00 Kuchenne koszmary USA 9 (3, 4) – serial dok.



- 16.00 Świnka Peppa 5** (8)
16.11 Świnka Peppa 2 (3)
16.16 Świnka Peppa 5
16.35 Psi Patrol 4 (11) – anim.
17.05 Rubble i jego ekipa 2 (24)
17.30 Pan Krokodyl 2 (6, 4)
17.55 Barbapapa – szczęśliwa rodzinka 2 – serial anim.
18.10 Barbapapa i jego rodzinka 2 (1) – anim., Fr.
18.40 Dora 2 (3) – serial anim.
19.00 Przygody Misia Paddingtona (3, 26, 4)
19.50 Świnka Peppa (41-44)
20.30 Małe Królestwo Bena i Holly (8) – serial anim.
20.55 Barbapapa i jego rodzinka (18, 20, 21)



- 14.55 Pogoda**
15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny
15.30 Sport, pogoda
15.50 Wydarzenia 15:50
16.10 Więcej „Wydarzeń” – inf.
16.30 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.
18.00 Punkt widzenia Szubartowicza – pr. publ.
19.15 Gość „Wydarzeń” – publ.
19.50 Debatą 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.



- 13.00 Na dobre i na złe** (578)
14.00 Omnibus – szycy i mądrzy (16) – teleturniej
14.35 Omnibus – szycy i mądrzy – dogrywka
15.00 Piękno, zgłoś się! (2)
15.30 Ojciec Mateusz 7 (8)
17.25 Najwspanialsze ikony natury (4) – serial dokum.
18.30 Gabi Drzewiecka zaprasza (5) – talk-show
19.30 Miłość i nadzieja (298)
20.30 Wichrowe wzgórce (279) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 La Promesa – pałac tajemnic (269) – obycz.
22.30 Zwerbowana miłość – sens., Pol. 2009, 100 min



- 8.50 Tyler Henry** – medium z Hollywood – pr. rozrywk.
10.40 Plastikczna fuszarka
12.30 Z kamera u Kardashianów (6, 7)
14.20 Tyler Henry – medium z Hollywood – pr. rozrywk.
16.10 Plastikczna fuszarka (19)
18.00 Tylko dla celebrytów
18.30 Z kamera u Kardashianów (12, 13)
20.30 Tyler Henry – medium z Hollywood – pr. rozrywk.
22.30 Plastikczna fuszarka
0.30 Tylko dla celebrytów
1.00 Z kamera u Kardashianów (6, 7)
3.00 Plastikczna fuszarka



- 17.00 Po stronie prawdy** – Pol.
17.55 Poczet wielkich Polaków – program hist.
18.00 Anioł Pański
18.05 Informacje dnia
18.15 Rozmowy niedokończone – pr. publ.
19.20 Odnalazł siebie (33)
19.30 Bóg z nami (2) – 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 – program publicystyczny
22.00 Przetrawiliśmy – cykl reportaży, Polska 2024



- 11.25 Brytyjskie fabryki jedzenia** (2) – serial dok.
12.30 Top Gear 8 (2) – mag.
13.35 Nadzwyczajne maszyny
14.35 Cuda inżynierii (1) – dok.
15.40 Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 4 (2) – telet.
16.45 Brytyjskie fabryki jedzenia (2) – serial dok.
17.50 Top Gear 8 (3) – mag.
18.55 Cuda inżynierii (1) – dok.
20.00 Brytyjskie fabryki jedzenia (3) – serial dok.
21.00 Trump i big techy – dok.
22.00 Putin i Zachód (1) – dok.
23.15 Top Gear 8 (2) – mag.
0.15 Top Gear 19 (5) – mag.



- 10.00 Baranek Shaun** (11-19)
11.25 Baczne oczka (2-5)
11.55 Marta mówi (1, 2) – anim.
12.50 Moje urodziny – dla dzieci
12.59 Marta mówi (3, 4) – anim.
13.55 Moje urodziny – dla dzieci
14.00 Basia (11-13, 1, 2) – anim.
15.10 Kicia Kocia 2 (12, 13, 1-3)
15.55 Blazie i megamaszyny
17.20 Staś i fajna Babcia
17.50 Moje urodziny – dla dzieci
17.57 Staś i fajna Babcia (23)
18.15 Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia (10, 11) – serial anim., Jap.
18.40 Dora i przyjaciele (11, 12)
19.35 Kicia Kocia (13, 1-4)
20.25 Mały Charlie (12, 13, 1-3)



- 12.30 Górna półka smaku**
13.00 Agrobiznes
13.20 Agropogoda
13.30 Daję słowo – Maciej Orłós 2 – talk-show
15.00 Koronka do Miłosterdzia Bożego – program religijny
15.20 Serwis Info Dzień – inf.
15.30 Program lokalny
19.30 Z indeksem w rękę (3)
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 (190) – serial obycz., Turcja 2022

Warto zobaczyć

→ **filmowe hity**

13,00
CINEMAX **Pamięć**
OBYCZAJOWY Sylvia uczęszcza na spotkania anonimowych alkoholików. Saul cierpi na demencję. Oboje spotykają się na zjeździe absolwentów. Reż.: Michel Franco, A: Jessica Chastain, Brooke Timber, Alan Nehama Meksyk/USA 2023 105 min ► do godz. 14.45

14,00
ALE KINO+ **Na pustyni nie ma cienia**
OBYCZAJOWY Ori spotyka francuską pisarkę Annę. Sądzi, że to z nią 20 lat temu miał romans, ale ona go nie poznaje. Reż.: Yossi Aviram, A: Valeria Bruni Tedeschi, Yona Rozenkier Francja/Izrael 2023 135 min ► do godz. 16.15

14,45
TVP KULTURA **Chce się żyć**
OBYCZAJOWY Cierpiący na porażenie mózgowie Mateusz dorasta otoczony miłością. Nikt jednak nie wie, że chłopak jest sprawny umysłowo. Reż.: Maciej Pieprzycza, A: Dawid Ogrodnik, Kamil Tkacz, Dorota Kolak Polska 2013 125 min ► do godz. 16.50

14,50
FILMBOX+ HITS **Melodia wiatru**
OBYCZAJOWY Ośmioletni mieszkaniec Boliwii gubi się na ulicach La Paz. Będąc setki kilometrów od domu, przeżywa wiele przygód. Reż.: Yvette Paz Soldan, A: Sebastian Carrasco, Francisco Miranda Bolivia 2019 90 min ► do godz. 16.20

16,40
C+ FILM **Ida**
OBYCZAJOWY Młoda zakonnica zgodnie z wolą matki przełożonej odwiedza jedyną żyjącą krewną. Poznaje tragiczną historię swojej rodziny. Reż.: Paweł Pawlikowski, A: Agata Kulesza, Agata Trzebuchowska, Jerzy Trela Pol./Wlk. Bryt. 2013 80 min ► do godz. 18.00

16,55
TVN FABULA **Wakacje w krzywym zwierciadle**
KOMEDIA Griswoldowie wybierają się na wycieczkę do Kalifornii. Wakacyjna podróż jest pełna niespodzianek. Reż.: Harold Ramis, A: Chevy Chase, Beverly D'Angelo, Imogene Coca USA 1983 125 min ► do godz. 19.00

20,00
STOPKLATKA **Podwodna pułapka**
THRILLER Kate i jej siostra nurkują w klatce do obserwowania rekinów. Gdy dochodzi do awarii, mają godzinę na wydostanie się z pułapki. Reż.: Johannes Roberts, A: Mandy Moore, Claire Holt, Yani Gellman Wlk. Bryt./USA 2017 115 min ► do godz. 21.55

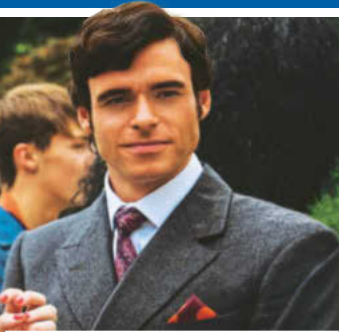
20,10
ALE KINO+ **Gorący temat**
BIOGRAFICZNY Dziennikarki Fox News ujawniają, że były molestowane. Medialna burza stawia kilka kobiet w obliczu trudnych decyzji. Reż.: Jay Roach, A: Charlize Theron, Nicole Kidman, Margot Robbie USA/Kanada 2019 135 min ► do godz. 22.25



Wraz ze sławą w życiu piosenkarza pojawiają się poważne problemy z uzależnieniem.

22,00
TVN **Rocketman**
BIOGRAFICZNY Artysta zdobywa światowy rozgłos. W jego życiu wzloty przeplatają się z upadkami.

HIT DNIA Elton John przyszedł na świat w niedużym angielskim miasteczku jako Reginald Dwight. Już jako dziecko wykazywał talent, choć jego rodzice nie wierzyli, że osiągnie sukces w show-biznesie. Odejsie surowego i gwałtownego ojca od zapatrzonej w siebie matki odcisnęło piętno na dalszym życiu przyszłego piosenkarza. Mimo problemów szkolił swoje umiejętności w Królewskiej Akademii Muzycznej. Karierę rozpoczął od występów z soulowymi zespołami. Przełomem w drodze na szczyt list przebojów był utwór „Your Song”, który napisał z przyjacielem, autorem tekstów Berniem



Taupinim. Wraz z pieniędzmi i sławą w życiu artysty pojawiły się używki, przelotne relacje, w końcu apatia, burzliwy związek z menedżerem Johnem Reidem, napady szału oraz autodestrukcja. **150 min ► do godz. 0.30**
Wlk. Bryt./Kan./USA 2019 Reż.: Dexter Fletcher Wyst.: Taron Egerton, Jamie Bell, Richard Madden, Gemma Jones



20,00
POLSAT **Wpadka**
KOMEDIA ROMANTYCZNA Dziennikarka Alison (Katherine Heigl) wybiera się do klubu. Po ośmiu tygodniach orientuje się, że zaszła w ciążę. Postanawia odszukać Bena (Seth Rogen), z którym przeżyła namiętne chwile. Reż.: Judd Apatow Wyst.: Paul Rudd USA 2007 **170 min ► do godz. 22.50**



20,00
TVN 7 **Stażyści**
KOMEDIA Czterdziestoletni Nick (Owen Wilson) i Billy (Vince Vaughn) tracą pracę. Przyjaciele szukają innego zajęcia. Udaje im się dostać na prestiżowy staż. Rywalizują o posadę ze znacznie młodszymi od siebie ludźmi. Reż.: Shawn Levy Wyst.: Rose Byrne USA 2013 **165 min ► do godz. 22.45**



20,00
TV PULS **Kula w łeb**
KRYMINALNY Nowy Orlean. Zawodowy zabójca Bonomo (Sylvester Stallone) i policjant zawierają przymierze przeciwko wspólnemu wrogowi. Wpadają na trop spisku, w który zamieszany jest prawnik (Christian Slater). Reż.: Walter Hill Wyst.: Jason Momoa USA 2012 **115 min ► do godz. 21.55**



21,55
TV PULS **Pitbull. Ostatni pies**
SENSACYJNY Policjanci prowadzą śledztwo w sprawie zabójstwa kolegi po fachu. Despero (Marcin Dorociński) wnika w szeregi ludzi gangstera Gawrona. Żona mafiosa dochodzi do wojny przestępców. Reż.: Władysław Pasikowski Wyst.: Rafał Mohr Polska 2018 **145 min ► do godz. 0.20**



21,55
STOPKLATKA **Taśmy Watykanu**
HORROR Angela (Olivia Taylor Dudley) sprowadza cierpienie i śmierć na innych. Miejscowy ksiądz zwraca się o pomoc do Stolicy Apostolskiej. Egzorcyci nie zdają sobie sprawy z tego, że czeka ich walka z potężnym demonom. Reż.: Mark Neveldine Wyst.: Michael Pena USA 2015 **105 min ► do godz. 23.40**



22,30
TVP KOBIEȘA **Powrót do tamtych dni**
OBYCZAJOWY Alek (Maciej Stuhr) wraca z USA, gdzie pracował. Chce nadrobić stracony czas z żoną (Weronika Książkiewicz) oraz synem (Teodor Koziar). Pograża się jednak w nałogów. Reż.: Konrad Aksinowicz Wyst.: Szymon Ożga Polska 2021 120 min ► do godz. 0.30

→ filmowe hity



Wzorowa pani domu pomaga policji wytropić zabójcę.

23.00 **W jak morderstwo**

TV 4 KOMEDIA KRYMINALNA Spokój mieszkańców sielskiej miejscowości burzy zagadkowa zbrodnia.

HIT DNIA W Podkowie Leśnej ginie młoda kobieta, która wracała z przyjęcia zorganizowanego przez kandydata na senatora. Zwłoki znajduje Magda, miłośniczka kryminałów, która na co dzień zajmuje się domem. Policja wszczyna dochodzenie. Niestety, komisarz Jacek Sikora jest pozbawiony instynktu śled-

czego. Na szyi denatki znajduje się naszyjnik z literą „W”, należący prawdopodobnie zaginionej przed laty przyjaciółki Magdy. Wzorowa pani domu angażuje się w wyjaśnienie intrygującej ją zagadki. **HD 140 min ▶ do godz. 1.20**

Polska 2021 **Reż.:** Piotr Mularuk **Wyst.:** Anna Smołwik, Paweł Domagała, Szymon Bobrowski, Piotr Adamczyk

→ sport



5.45 **USA – Polska**

SIATKÓWKA LIVE Przed Biało-Czerwonymi niezwykle wymagający sprawdzian. Amerykanki są jednymi z głównych faworytek do złota w tej edycji Ligi Narodów. Przekonamy się, jak na tle bardzo mocnych rywali zaprezentują się podopieczne Stefano Lavariniego. **HD 165 min ▶ do godz. 8.30**



14.00 **Turniej Wimbledon**

TENIS LIVE W poprzednim sezonie Iga Świątek po raz pierwszy w swojej karierze sięgnęła po tytuł na słynnych trawiastych kortach. Powtórzenie tego sukcesu byłoby ogromnym sukcesem Raszynianki. **HD 120 min ▶ do godz. 16.00**

→ rozrywka



20.50 **Kuchenne rewolucje**

REALITY SHOW Pizzeria La Farina w Mysłowicach mierzy się z problemami. Właścicielka wkłada w działalność serce i energię, ale czasem to za mało, by osiągnąć sukces. Magda Gessler próbuje przywrócić lokalowi dawny blask. **HD 70 min ▶ do godz. 22.00**



20.55 **Kocham Cię, Polsko!**

WIDOWISKO W drużynie Michała Koterskiego wystąpi m.in. Miss Polonia 2025 Maja Todd. W ekipie Filipa Gurłacza zobaczymy Antoniego Królikowskiego, Liroya i Kazimierza Mazura. Gościem będzie Lanberry. **HD 90 min ▶ do godz. 22.25**



20.05 **Wielki Tydzień**

WOJENNY Rok 1943, trwa powstanie w getcie. Jan spotyka dawną narzeczoną błagającą się po ulicach Warszawy. Poponuje jej schronienie. Sąsiadka (Bożena Dykiel) postanawia donieść o tym właścicielowi kamienicy.

Reż.: Andrzej Wajda **Wyst.:** Wojciech Malajkat **Polska 1995 HD 110 min ▶ do godz. 21.55**



21.35 **Powrót do Silent Hill**

HORROR James (Jeremy Irvine) próbuje rozwiązać zagadkę miasteczka, którego mieszkańcy zapadli na tajemniczą chorobę. Brutalne istoty zrobią wszystko, by nie odnalazł on dawnej ukochanej.

Reż.: Christophe Gans **Wyst.:** Robert Strange **Fr./USA2026 HD 105 min ▶ do godz. 23.20**



21.50 **Mistrzostwa świata 2026**

PIŁKA NOŻNA LIVE W walce o strefę medalową nie powinno zabraknąć Francuzów. Jeśli Trójkolorowym we wcześniejszych fazach nie przytrafi się wpadka, zobaczymy ich na stadionie w Bostonie. **HD 160 min ▶ do godz. 0.30**



21.00 **Kłątwa Wyspy Dębów 13**

REALITY SHOW Badacze zauważają związek między starożytnymi budowlami na Azorach a Wyspą Dębów. Rozpoczynają kolejne prace w rejonie Money Pit, gdzie odnaleziono tropy sugerujące ukrycie skarbu. **HD 60 min ▶ do godz. 22.00**



22.45 **Walentynki**

KOMEDIA ROMANTYCZNA Mozaika miłosnych historii. Julia (Jennifer Garner) marzy o życiu u boku Harrisona (Patrick Dempsey). Nie ma pojęcia, że jest on żonaty i nie wiąże z ich znajomością żadnych planów.

Reż.: Garry Marshall **Wyst.:** Julia Roberts **USA 2010 HD 155 min ▶ do godz. 1.20**



22.50 **Mój chłopak się żeni**

KOMEDIA ROMANTYCZNA Julianne (Julia Roberts) przyjaźni się z Michaeliem (Dermot Mulroney). Gdy mężczyzna zaprasza ją na ślub, uświadamia sobie, że go kocha. Postanawia nie dopuścić do ceremonii.

Reż.: P.J. Hogan **Wyst.:** Cameron Diaz **USA 1997 HD 130 min ▶ do godz. 1.00**



22.00 **ISCO Championship**

GOLF LIVE W klubie golfowym Hurstbourne Country Club w Louisville w stanie Kentucky odbędzie się kolejna edycja zawodów zaliczanych do cyklu PGA Tour oraz DP World Tour. Tytułu broni William Mouw. **HD 180 min ▶ do godz. 1.00**

→ dokument



23.20 **Wieczne Wartości: Kult piękna**

REPORTAŻ Model Hoyt Richards w latach 80. dołączył do wspólnoty kierowanej przez Fredericka von Mierersa. Dokument ukazuje z różnych perspektyw życie w tej grupie. **HD 55 min ▶ do godz. 0.15**

TVP 1 HD **DVB T2**

- 5.00 Złoty chłopak** (329) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 5.50 Akacja 38** (893) – telenowela, Hiszpania 2015
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Pełnia wiary** – magazyn religijny
- 8.00 Serwis Info** – program inform.
- 8.10 Pogoda Info**
- 8.20 Janosik** (8) – przyg., Polska 1973
- 9.15 Ranczo 6** (77) – obycz., Pol. 2012
- 10.10 Komisarz Alex 7** (85) – serial kryminalny, Polska 2015
- 11.05 Ojciec Mateusz 15** (196) – serial kryminalny, Polska 2016
- 12.00 Serwis Info** – program inform.
- 12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda** – program inform.
- 12.40 To się oplaca** – magazyn
- 13.00 Sprawa dla reportera** – mag.
- 14.00 Złoty chłopak** (330) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 15.00 Serwis Info** – program inform.
- 15.10 Pogoda Info**
- 15.25 Gra słów. Krzyżówka** (1063) – teleturniej
- 16.00 Dziedzictwo** (973) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – telet. muz.
- 18.05 Reporterzy** – mag. reporterów
- 18.25 Akacja 38** (908) – telenowela, Hiszpania 2015
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – pr. publicyst.
- 20.10 Sport, pogoda**
- 20.30 Ojciec Mateusz 30** (388) – serial kryminalny, Polska 2023
- 21.25 Piłka nożna: Mistrzostwa Świata 2026** – studio

TVP 2 HD **DVB T2**

- 4.30 Na dobre i na złe** (900): Ile jestem w stanie dać – serial obyczajowy, Polska 2023
- 5.30 M jak miłość** (1790) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 6.20 Operacja zdrowie** (75) – magazyn medyczny
- 6.55 Barwy szczęścia** (3350) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
- 7.55 Pytanie na śniadanie** – magazyn
- 11.30 Rodzinka.pl** (36, 37): Czy siedzi z nami pilot?; Pierwsza praca Tomka – serial komediowy, Polska 2011
- 12.35 Koło fortuny** (1884) – teleturniej
- 13.15 Panna młoda** (139) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** (1008) – teleturniej
- 14.35 Na sygnale** (872) – serial fabularno-dokum., Polska 2026
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (429) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
- 16.00 Koło fortuny** (1885) – teleturniej
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (140) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 18.15 Va banque** (1009) – teleturniej
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 Barwy szczęścia** (3350) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 20.05 Omnibus – szybcy i mądry** (18) – teleturniej
- 20.35 Omnibus – szybcy i mądry – dogrywka** (18) – teleturniej

POLSAT HD **DVB T2**

- 4.40 Disco Gramy**
- 5.25 Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News**
- 8.30 Malanowski i partnerzy** (325, 326): Marnotrawny mąż; Zdradzony – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
- 9.30 Trudne sprawy** (1255, 1256) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 11.35 Gliniarze** (872, 873) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 13.35 Diaczego ja?** (1502, 1503) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Maria spiera się z Barbarą o spadek. Twierdzi, że siostra została adoptowana i powinna zrzec się domu. Tymczasem przyjaciółka jej zmarłej matki zostaje zaatakowana. Giną stare listy, które mogą zawierać tajemnice z przeszłości.
- 15.50 Wydarzenia, pogoda**
- 16.25 Interwencja** – magazyn reporterów
- 16.40 Gliniarze** (1069, 1070) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Nastolatka wracająca do domu przez park zostaje zgwałcona. Nieprzytomna, walczy o życie w szpitalu. Śledczy kierują uwagę na mężczyznę, który w wieczór napaści zaciepiał ofiarę w bistro. Wkrótce pojawia się też kolejny podejrzany.
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.35 Sport, pogoda**

TVN HD **DVB T2**

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1693) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- 6.50 Kuchenne rewolucje** (8): Cieszyń – EkoTradycja – program rozrywkowy
- 7.45 Dzień dobry wakacje** – magazyn
- 11.20 Doradca smaku** (28) – magazyn kulinarny
- 11.25 Kuchenne rewolucje** (11): Jasienica, Bistro na Drzewiarzu – program rozrywkowy
- 12.35 Ukryta prawda** (1475, 1476, 1724) – paradok., Polska
- 15.45 Detektywi** (108) – serial fab.-dok., Polska 2024
Partner Weroniki zostaje zatrzymany pod zarzutem handlu narkotykami. Dziewczyna i jej matka proszą śledczych o udowodnienie jego niewinności. Detektyw ustala, że chłopak pobił się z kimś w klubie.
- 16.50 Szpital św. Anny** (64) – serial obyczajowy, Polska 2025
Na kardiologię trafia emerytowany strażak. Zachowanie dzieci mężczyzny sprawia, że jego stan się pogarsza.
- 17.55 Młode gliny** (17) – serial kryminalny, Polska 2026
Ciężarna Wiktoria doznaje poważnych obrażeń podczas napadu rabunkowego. Funkcjonariusze poszukują sprawcy – osiemnastoletniego Jarka. Odkrywają, że ma on dług u niebezpiecznego lichwiarza.
- 19.00 Fakty, sport i pogoda**
- 19.55 Uwaga!** – magazyn reporterów

20 PIŁKA NOŻNA



21.50 Mistrzostwa Świata 2026
LIVE – mecz ćwierćfinałowy

Wielu kibiców nie wyobraża sobie, by w walce o awans do strefy medalowej mogło zabraknąć reprezentacji Francji. Trójkolorowi zagraли w finale dwóch poprzednich mundiali – w 2018 roku triumfowali, a cztery lata później musieli przekonać gorycz porażki.

0.30 Morderstwa w Cantal
FILM – film kryminalny, Francja 2023, reż. Sandrine Cohen, wyk. Jean Fornerod, Alexandre Varga, Joséphine Jobert, 110 min
Nad jeziorem Cézallier ktoś znajduje zwłoki znanego restauratora. Wkrótce dochodzi do kolejnej zbrodni.

2.20 Korczak – film biograficzny, Polska/Niemcy/Wielka Brytania 1990, reż. Andrzej Wajda, wyk. Wojciech Pszoniak, Ewa Dalkowska, Teresa Budzisz-Krzyżanowska, 120 min

- 4.20 Wykrywacz kłamstw** – program publicystyczny
- 4.35 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 4.45 Zakończenie**

ROZRYWKOWY



20.55 Kocham Cię, Polsko! (5)

W drużynie Michała Koterskiego tym razem wystąpią II Wicemiss Świata 2025 Maja Klajda, Miss Polonia 2023 Ewa Jakubiec oraz Miss Polonia 2025 Maja Todd. W ekipie Filipa Gurlacza zobaczymy Antoniego Królikowskiego, Liroya i Kazimierza Mazura. Gościem muzycznym będzie Lanberry. Program prowadzi Marzena Rogalska.

22.25 Daleko od szosy (5): Pod prąd – serial obyczajowy, Polska 1976

23.50 PiłBull 2 (7) – serial sensacyjny, Polska 2007

0.45 Krytyczna godzina
FILM – film kryminalny, Wielka Brytania/USA 2019, reż. Steven C. Miller, wyk. Aaron Eckhart, Courtney Eaton, Ben McKenzie, Giancarlo Esposito, 105 min
Policjant Frank Penny zabija porywacza dziewczynki, czym zaprzepuszcza szansę na jej uratowanie. Zamierza sam odnaleźć dziecko.

- 2.30 Kruk 2. Czorny Woron nie śpi** (3, 4) – serial kryminalny, Polska 2021
- 4.30 Zakończenie**

KOMEDIA ROMANTYCZNA



20.00 Wpadka
FILM – USA 2007, 170 min

Ambitna Alison wybiera się z siostrą do klubu, by uczcić sukces zawodowy. Po ośmiu tygodniach orientuje się, że zaszła w ciążę. Postanawia odszukać Bena, z którym przeżyła tamtej nocy namiętne chwile. Nie jest on jednak najlepszym materiałem na ojca.

22.50 Mój chłopak się żeni
FILM – komedia romantyczna, USA 1997, reż. P.J. Hogan, wyk. Julia Roberts, Cameron Diaz, Dermot Mulroney, Rupert Everett, 130 min
Julianne, autorka poradników, od lat przyjaźni się z dziennikarzem Michaeliem. Dowiaduje się, że za cztery dni żeni się on z Kimberly. Uświadamia sobie, że sama jest w nim zakochana. Postanawia zrobić wszystko, by nie dopuścić do ceremonii.

- 1.00 Pitch Perfect 2** – komedia muzyczna, USA 2015, reż. Elizabeth Banks, wyk. Anna Kendrick, Rebel Wilson, Hailee Steinfeld, Brittany Snow, 155 min
- 3.35 Nasz nowy dom** (290) – reality show

OBYCZAJOWY



20.15 Na Wspólnej (4243)
player – Polska 2026

Smolny trafia na trop Jana Ryby, pośrednika w sprzedaży fałszywych dyplomów. Rozważa prowokację z udziałem Marceliny. Krystyna wraca z sanatorium odmieniona dzięki znajomości z Januszem.

20.50 Kuchenne rewolucje (5) – program rozrywkowy

22.00 Rocketman – dramat biograficzny, Wielka Brytania/Kanada/USA 2019, reż. Dexter Fletcher, wyk. Taron Egerton, Jamie Bell, Richard Madden, Bryce Dallas Howard, 150 min

0.30 OSS 117: Rio nie odpowiada
FILM – komedia, Francja 2009, reż. Michel Hazanavicius, wyk. Jean Dujardin, Louise Monot, Rüdiger Vogler, Alex Lutz, 115 min

- 2.25 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 2.40 Największe polskie katastrofy** (4) – serial dokum.
- 3.30 Detektywi** (108) – serial fabularno-dokum., Polska 2024
- 4.15 Nauka jazdy 5** (17) – pr. rozrywk.
- 4.40 Recepta na stary dom 3** (11) – program rozrywkowy

TVN 7 HD DVBT2

- 5.30 Ten moment** (54) – serial paradok., Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (783-785) – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 8.45 Ukryta prawda** (1337, 1443, 1444) – paradok., Polska
- 11.50 W-11 – Wydział Śledczy** (1096-1098) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
- 13.55 Kryminalni** (4): Jubiler – serial kryminalny, Polska 2004
- 15.00 Szpital** (780, 781) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (505): Prawdziwy mężczyzna – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
- 18.00 SOS Ekipy w akcji** (17) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- Policjanci przyjmują zgłoszenie o blaknącej się bez opieki sześciolatce. Dziewczynce towarzyszył tajemniczy mężczyzna. Strażacy udają się do mieszkania, z którego ulatnia się gaz. Zarządzona zostaje ewakuacja.
- 19.00 Ukryta prawda** (1528) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- Michał nie informuje rodziców o ślubie i nie przedstawia im swojej wybranki. Wkrótce ulega wypadkowi, po którym zapada w śpiączkę. Do szpitala przychodzi Ada, która podaje się za żonę.

TV PULS HD DVBT2

- 6.00 Policjanci z Miami 3** (5, 6): Udana akcja; Cień w mroku – serial kryminalny, USA 1986
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (9, 10): Królóbójca; Zespół B – serial sensacyjny, Niemcy 2017
- 10.00 Maria z przedmieścia** (53, 54) – telenowela, Meksyk 1995
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (113) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
- 13.00 Wspañiale stulecie** (47) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 Kurierzy** (32) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10** (536, 537) – serial obyczajowy, Polska 2022
- 17.00 Kurierzy** (33) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- Pracownicy przyjmują paczkę, która dziwnie wibruje. Podejrzewają, że w środku znajduje się erotyczna zabawka. Dorota zdaje egzamin na prawo jazdy. Adam proponuje, by to uczcił.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (970, 971) – serial obyczajowy, Polska 2026
- Dariusz i jego ojciec Jan prowadzą myjnie samochodowe. Córka Dariusza choruje na nowotwór, a Jan jest zadłużonym hazardzistą. Rodzina stara się zebrać pieniądze na leczenie.

PULS 2 HD DVBT2

- 5.50 Ale numer! 20** (14) – pr. rozrywk.
- 6.20 Cosie-Ktosie** (9) – anim., Fr. 2022
- 6.30 Kajko i Kokosz 2** (9) – anim.
- 6.45 Smerfy 2** (51) – serial anim.
- 7.00 Blaze i megamaszyny 6** (18) – serial animowany, USA 2020
- 7.30 Psi Patrol** (23) – serial anim.
- 7.50 Superkoty** (16) – serial anim.
- 8.30 Wielkie przygody małego rekina** (9) – serial dla dzieci, Korea Południowa/USA 2020
- 8.50 Masza i Niedźwiedź 2** (21, 22) – serial animowany, Rosja 2014
- 9.20 Straszne historie Maszy** (9)
- 9.25 Świnka Peppa** (51, 52) – anim.
- 9.35 Świnka Peppa 2** (1) – anim.
- 9.45 Bing** (7, 8) – serial animowany
- 10.00 Jeżyk i Przyjaciele** (10, 9)
- 10.35 Spidey i superkumple 2** (45, 44) – serial anim., USA 2022
- 11.35 Gus. Mały – wielki rycerz** (47, 48) – serial anim., Fr. 2021
- 12.00 Psi Patrol 8** (21) – serial anim.
- 12.35 Marta mówi** (16) – serial anim.
- 13.00 Smerfy** (173, 174) – serial anim.
- 14.00 Monster High** (14, 15) – anim.
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot** (26) – serial anim.
- 15.35 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2** (27) – serial anim.
- 16.00 Fineasz i Ferb 2** (10, 11) – anim.
- 17.00 Smerfy** (175, 176) – serial anim.
- 18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2** (27, 28) – serial animowany, USA

NETFLIX



TU ZDARZY SIĘ COŚ STRASZNEGO

Przyszła panna młoda (Camila Morrone) podejrzewa, że posiadłość rodziny jej wybranka skrywa sekret. Przekonuje się, że łączy ją z tym miejscem przeszłość.
▶serial grozy (8 odc.), USA 2026



TA NOC

Podczas wakacji na Dominikanie Elena (Clara Galle) potrąca autem mężczyznę. Prosi o wsparcie siostry, Paulę i Cris (Paula Usero). Wspólna tajemnica wystawia ich relację na trudną próbę.
▶serial krym. (6 odc.), Hiszp. 2026

REKLAMA



W APTEKACH I ZIELARNIACH



NA PROBLEMY GARDŁOWE DLA CAŁEJ RODZINY – DOBRY WYBÓR!

20.00 Stażyści

FILM – komedia, USA 2013, 165 min
Czterdziestoletni Billy i Nick tracą pracę. Po długich poszukiwaniach nowego zajęcia trafiają na staż do potężnej firmy informatycznej. W walce o posadę muszą pokonać najlepszych studentów z USA, którzy są od nich nie tylko dwukrotnie młodszy, lecz także bystrzejsi.

22.45 Walentynki – komedia romantyczna, USA 2010, reż. Garry Marshall, wyk. Julia Roberts, Ashton Kutcher, Jamie Foxx, Anne Hathaway, 155 min
Mieszkańcy Miasta Aniołów świętują dzień zakochanych. Reed oświadcza się dziewczynie. Seniorzy Edgar i Estelle mierzą się z kryzysem po wielu latach małżeństwa.

1.20 Za duży na bajki – film familijny, Polska 2022, reż. Kristoffer Rus, wyk. Maciej Karas, Amelia Fijałkowska, Patryk Siemek, Dorota Kolak, 115 min

3.15 Zgłoś remont 11 (5) – program rozrywkowy

4.05 Dorota was urządzi! (3, 4) – program rozrywkowy

KRYMINALNY



20.00 Kula w łeb – USA/Indie/Szwajcaria 2012, 115 min

Platny zabójca James Bonomo i jego partner zabijają skorumpowanego policjanta. Oszczędzają tylko towarzyszącą mu prostytutkę. Wkrótce James wraz ze swą córką ratują życie nowojorskiemu stróżowi prawa Kwonowi. Będący po przeciwnych stronach barykady mężczyźni łączą siły przeciw wspólnemu wrogowi. Wpadają na trop spisku.

21.55 Pitbull. Ostatni pies **FILM** – film sensacyjny, Polska 2018, reż. Władysław Pasikowski, wyk. Marcin Dorociński, Krzysztof Stroiński, Rafał Mohr, Dorota Rabczewska, 145 min

0.20 Wściekłe psy **FILM** – film sensacyjny, USA 1992, reż. Quentin Tarantino, wyk. Harvey Keitel, Tim Roth, Michael Madsen, Chris Penn, 120 min

2.20 Dzielnica strachu 9 (403): Nie ma litości – serial kryminalny, Polska 2025

3.20 Lombard. Życie pod zastaw 18 (966) – serial obyczajowy, Polska 2026

4.20 Zobacz to! – pr. powtórkowe

ANIMOWANY



19.00 Kacze opowieści (4, 5) – USA 1987

Sknerus McKwacz jest przywiązany do swojej fortuny. Chcą mu ją wykraść różni wrogowie, tacy jak Granit Forsant czy przebiegły bracia Be. Bogacz i jego siostrzeńcy stawiają im czoło.

20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (958) – serial obyczajowy, Polska 2026

21.00 Dzielnica strachu 10 (440, 441): Życiowa rozgrzywka; Nie umiem zapomnieć – serial kryminalny, Polska

23.00 Jak upolować faceta **FILM** – komedia romantyczna, USA 2012, reż. Julie Anne Robinson, wyk. Katherine Heigl, Jason O'Mara, Daniel Sunjata, John Leguizamo, 110 min

0.50 Dzielnica strachu 9 (406) – serial kryminalny, Polska 2025

1.50 Lombard. Życie pod zastaw 12 (641) – serial obyczajowy, Polska 2023

3.00 Lombard. Życie pod zastaw 5 (197, 198) – obycz., Polska 2019

5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (505) – obycz.

PREMIERA



DOMEK NA PRERII

Laura (Alice Halsey) wraz z rodziną i siostrami walczy o przetrwanie na odludnych stepach amerykańskiego pogranicza. Pionierzy uczą się życia w zgodzie z naturą. Poznają rządzące nią surowe prawa. Najnowsza ekranizacja autobiograficznego cyklu książek autorstwa Laury Ingalls Wilder.
▶serial obycz. (8 odc.), USA 2026

PREMIERA



THUNDER 3

Po obejrzeniu tajemniczej płyty CD otrzymanej od nauczyciela grupa chłopców nieświadomie otwiera przejście do innego wymiaru, które wciąga młodszą siostrę jednego z nich. Zderzeni w nastoletkowemu przemierzają obce światy, mierząc się z osobliwymi istotami, by odnaleźć zaginioną.
▶serial anime, Japonia 2026

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN	HD
6.25	FBI: Most Wanted 3 (21) – serial kryminalny
7.10	Ostry dyżur (3, 4) – serial obyczajowy
9.10	Castle 3 (3, 4) – krym.
11.10	MacGyver 2 (22, 23) – serial akcji, USA
13.10	Dowody zbrodni (5, 6) – serial krym.
15.10	Agenci NCIS 10 (24) – serial sensacyjny
16.10	Agenci NCIS: Hawaje (1) – serial kryminalny, USA 2021
17.05	CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (23) – krym., USA/Kan.
18.05	CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (1) – krym., USA/Kan.
19.05	Castle 3 (5, 6) – serial kryminalny, USA 2010

TVP	SERIALE
5.25	Rodzinka.pl (102, 103) – kom., Pol.
6.25	Na sygnale (485, 486)
7.35	Ojciec Mateusz 3 (35) – krym., Pol. 2010
8.30	Komisarz Alex 2 (24)
9.30	Rodzinka.pl (104)
10.05	Klan (1451, 1452)
11.00	Rodzinka.pl (102, 103)
12.40	Komisarz Alex 2 (25)
13.35	Ojciec Mateusz 30 (386, 387) – krym., Pol.
15.35	Komisarz Alex 2 (26) – serial krym., Polska
16.20	Na sygnale (487, 488) – serial fab.-dokum.
17.30	Ranczo 8 (104) – serial obycz., Polska
18.30	Ranczo 9 (105) – serial obycz., Polska
19.30	Ojciec Mateusz 30 (388) – krym., Pol. 2023

TVP	KULTURA
8.30	Informacje kulturalne
9.00	Stawiam na Tolka Banana (4, 5) – obycz. Ludzie Wisły – melodramat, Polska 1938, 90 min
12.00	Reżyserzy (4) – dok.
12.55	Na kredyt – film obycz., Polska, 45 min
13.40	Noce i dnie (3)
14.45	Chce się żyć – dramat obyczajowy, Polska 2013, 125 min
16.50	Stawiam na Tolka Banana (6, 7-ost.)
18.15	Dzień, w którym umarła gwiazda rocka – serial dokum.
18.55	Rahwidę (4) – przyg.
20.00	Czwartkowy klub filmowy – mag. film.

ALE	KINO+	HD
6.30	Polska z góry 5 (9) – serial dok., Pol. 2020	
7.00	Wolna krowa – film krótkometraż.	
7.45	Długi weekend – film obyczajowy, Polska 2004, 100 min	
9.25	The Hero – film krótkometraż.	
10.00	Patience (1, 2) – serial kryminalny	
12.05	Vera 6 (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.	
14.00	Na pustyni nie ma cienia – dramat obyczajowy, Francja/ Izrael 2023, 135 min	
16.15	Exodus – dramat obyczajowy, Szwecja 2023, 120 min	
18.15	Vera 6 (4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.	

CANAL+	PREMIUM	HD
9.55	Jutro będzie nasze – komediodramat, Włochy 2023, 115 min	
11.50	Wszyscy święci – film obyczajowy, Polska 2002, 80 min	
13.10	To nie jest zagadka kryminalna (4) – serial krym., Belgia	
14.10	Ocean, nasz dom – film dokumentalny, Szwajcaria 2024	
15.45	Saga „Zmierzyć”: Przed świtem – film fantasy, USA 2011, 115 min	
17.40	Hollywood Buzz – magazyn filmowy	
18.10	Łapu capu – pr. rozr.	
18.15	Niania w Nowym Jorku – kom. romant., USA 2007, 105 min	

HBO	HBO	HD
9.40	Happy Feet: Tupot małych stóp 2 – film animowany, Australia 2011, 100 min	
11.20	Green Book – dramat obyczajowy, USA 2018, reż. Peter Farrelly, 130 min	
13.30	Nierozłączni – film anim., Bel./Francja/ Hiszp. 2023, 90 min	
15.00	Pan Aznavour – dramat biograficzny, Francja 2024, 130 min	
17.10	Bambi: Opowieść leśna – film familijny, Francja 2024, reż. Michel Fessler, 75 min	
18.25	Jane Austen zjełowała mi życie – komedia romant., Francja 2024, 95 min	



21.05 **Premiera: Agenci NCIS 20** (21) – USA 2022

Zabójstwo w archiwach marynarki wojennej okazuje się powiązane z rosyjskimi szpiegami. Trop prowadzi śledczych do informacji o planowanym ataku.

- 22.05 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (10) – krym.
- 23.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3** (23) – krym., USA/Kan.
- 23.45 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4** (1) – krym., USA/Kan.
- 0.45 **Castle 3** (5, 6) – krym.



20.25 **Komisarz Alex 24** (305) – Polska 2025

Pożar domu, w którym ginie kobieta, okazuje się próbą zarcia śladów morderstwa. Gu-staw podejrzewa o zbrodnię byłego męża ofiary, ale Monika zaczyna wątpić w jego winę.

- 21.30 **Ranczo 9** (106, 107)
- 23.25 **Ojciec Mateusz 30** (389) – krym., Pol. 2023
- 0.20 **U Pana Boga w Królowym Moście** (4) – obycz.
- 1.20 **PitBull** (19, 20) – sens.
- 3.20 **Stulecie Winnych** (6)
- 4.10 **Klan** (1451) – tel.
- 4.40 **Pan Mama** (24)



20.05 **Wielki Tydzień** – Polska 1995, 110 min

Rok 1943, Warszawa. W getcie trwa powstanie. Jan proponuje byłej narzeczonej, Żydówce, schronienie.

- 21.55 **Genesis – suma talentów** – film dok., Wlk. Bryt. 2022
- 23.35 **Ikar. Legenda Mietka Kosza** – dramat biograficzny, Polska 2019, 135 min
- 1.50 **Wesele** – dramat obyczajowy, Polska/ Łotwa 2021, 115 min
- 3.45 **Informacje kulturalne**



20.10 **Gorący temat** – USA/ Kanada 2019, 135 min

Gwiazda Fox News, Gretchen Carlson, oskarża dyrektora stacji Rogera Ailesa o molestowanie seksualne. Inne kobiety muszą zdecydować, czy ujawnić swoje historie.

- 22.25 **Wind River** – thriller, Wielka Brytania/Kanada/USA 2017, 130 min
- 0.35 **Pokusa** – thriller, USA 2012, reż. Lee Daniels, 120 min
- 2.35 **Król** (5) – serial sensacyjny, Pol. 2020



20.00 **Aftermath. Most w ogniu** – USA 2024, 95 min

Uzbrojeni byli żołnierze, oskarżeni o zabicie cywili, blokują most. Weteran Eric Daniels musi ocenić swoją nastoletnią siostrę Maddie i pozostałych zakładników.

- 21.35 **Powrót do Silent Hill** – horror, Francja/ Wielka Brytania/ Niemcy 2026, 105 min
- 23.20 **Piła 2** – thriller, USA 2005, 90 min
- 0.50 **Maipa** – horror, USA/ Wielka Brytania/ Kanada 2025, 95 min



20.00 **Miasto złodziei** – USA 2010, 120 min

Doug jest bezwzględny przestępcą napadającym na banki. Sprawy komplikują się, kiedy męcząca zakochuje się w dyrektorce okradzionej placówki.

- 22.00 **Macierzyństwo inaczej** – film dokum., Węgry 2024
- 23.20 **Wieczne Wartości: Kult piękna** (1) – film dokum., USA 2026
- 0.15 **Assassin's Creed** – film przygodowy, USA/Francja/Wielka Brytania 2016, 115 min

AXN	WHITE
6.30	Napisała: Morderstwo 5 (18) – serial kryminalny
7.20	Rekrut (3) – serial krym.
9.10	Szpital nadziei 4 (8)
8.10	Blondynka 3 (4, 5)
11.15	Agenci NCIS 20 (10-12)
14.15	Szpital nadziei 4 (9)
15.15	Zimowa dziewczyna – film obycz., 2013, 115 min
17.10	Miłośność na gwiazdce – film obycz., 2017, 110 min
19.00	Dr House 3 (9) – obycz.
20.00	Dowody zbrodni 2 (9, 10) – serial kryminalny, USA
22.00	Rekrut (4) – serial krym.
23.00	Agenci NCIS 20 (10-12)
1.45	Dowody zbrodni 2 (9, 10)
3.35	Zaklinacze koni 2 (12, 13)

WARNER	TV
8.05	Teraz albo nigdy! (9)
9.05	Bajer z Bel-Air 5 (6, 7)
10.05	Prawo Agaty 3 (1)
11.05	Pełna chata 8 (9, 10)
12.05	Teraz albo nigdy! (10, 11)
14.10	Bajer z Bel-Air 5 (6-9)
16.05	Pełna chata 8 (9-12)
19.55	Stosunki międzynarodowe – kom. romant., USA 2010, 125 min
22.00	Czerwona Planeta – film s.f., 2000, 120 min
0.00	Płonący wieżowiec – film katastroficzny, USA 1974, 195 min
3.15	CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (12) – serial kryminalny, USA/Kan. 2010

CANAL+	FILM	HD
6.00	Łapu capu – pr. rozrywk.	
6.05	Pan Tadeusz – kostium., Pol./Francja 1999, 150 min	
8.35	Super pies i kot lotr – film anim., 2025, 90 min	
10.05	O psie, który jeździł koleją 2 – film familijny, Polska 2025, 90 min	
11.35	Zgred – dramat obycz., Polska 2025, 85 min	
13.00	Liza Minnelli. niesamowita historia absolutnie prawdziwa – film fantasy, USA 2008, 115 min	
16.35	Łapu capu – pr. rozrywk.	
16.40	Ida – dram. obycz., Polska/ Dania/Fr. 2013, 80 min	
18.00	Tożsamość Bourne'a – thriller, USA/Niemcy/ Czechy 2002, 115 min	
19.55	Łapu capu – pr. rozrywk.	
20.00	Siedem zasłon – dramat psychologicz., Kan./Finlandia/ USA 2023, 105 min	
21.45	Wecielenie zła – horror, Wlk. Bryt. 2024, 85 min	
23.10	30 dni mroku – horror, 2007, 105 min	
0.55	Utrata równowagi – dramat psychologiczny, Polska 2024, 95 min	
2.30	Polana pośród brzozy – dram. obycz., Francja/ Polska/Niem. 2003, 90 min	
4.00	Pani od polskiego – dramat obyczajowy, Polska 2025, 120 min	

CANAL+	SERIALE	HD
9.50	Mozart. Narodziny geniusza (2) – film dokumentalny, Wielka Brytania 2024	
11.00	Naruto 3 (6-8) – serial anime, Japonia 2003-2004	
12.30	Cat's Eyes (3, 4) – serial przygodowy, Francja 2024	
14.35	To nie jest zagadka kryminalna (1, 2) – serial kryminalny, Belgia 2025	
16.30	Łapu capu – program rozrywkowy	
16.45	Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć (4-6) – serial komediowy, Francja 2022	
18.35	Łapu capu – program rozrywkowy	
18.40	Captain Tsubasa (16-18) – serial anime, Japonia 2018	
20.00	Brygada (5, 6) – serial sensacyjny, Francja 2023	
21.55	Łapu capu – program rozrywkowy	
22.00	Yellowjackets (7, 8) – serial grozy, USA 2021	
23.55	Minuta ciszy (3, 4) – serial obyczajowy, Polska 2022	
1.55	Maly Zgon (7, 8) – serial kryminalny, Polska 2020	
3.55	Byłem królem (4) – serial dokumentalny, Polska 2022-2025	
4.45	Premierowa jazda – magazyn	
5.05	Miasta rytm (11) – serial dokumentalny, Polska 2020	

CANAL+	360	HD
8.00	Porzucone konstrukcje (7) – serial dok., Wlk. Bryt.	
9.00	Hot Roads – Najniebezpieczniej drogi świata 3 (3) – serial dok., Niem. 2023	
10.00	Co poszło nie tak (2) – dok., Pol.	
11.00	Rekruci (1, 2) – dok., Pol.	
13.00	Hot Roads – Najniebezpieczniej drogi świata 3 (4) – serial dok., Niem. 2023	
14.00	Wykrywacz historii 4 (4)	
15.00	Grip – w Świecie supersamochodów (6)	
16.00	Supersamoloty bojowe 11 (5) – serial dok.	
17.00	Zholowani: ciężarówka w opalach 9 (3) – dok.	
18.00	Porzucone konstrukcje (8) – serial dok., Wlk. Bryt.	
18.55	Wykrywacz historii 4 (3)	
19.50	Zholowani: ciężarówka w opalach 9 (4) – dok.	
20.50	Koleją przez świat 4 (3)	
22.00	Grip – w Świecie supersamochodów (7)	
23.00	Supersamoloty bojowe 11 (3) – serial dok.	
0.00	Hot Roads – Najniebezpieczniej drogi świata 2 (2) – serial dok., Niem. 2014	
1.00	Moscow Noir (7) – krym.	
2.00	Mam zamek (5) – dok.	
4.40	Cztery pory Ig (4) – dok.	
3.50	Survivalowa rodzina (3, 4) – serial dok., Pol. 2019	

HBO 2	HBO 2	HD
14.25	Witajcie w Marwen – film biograficzny, USA/ Japonia 2018, 110 min	
16.15	I.S.S. – thriller s.f., USA 2023, reż. Gabriela Cowperthwaite, 95 min	
17.50	Życie – dram. obycz., Wielka Brytania/Japonia/ Szwecja 2022, 100 min	
19.30	Na rauszu – komediodramat, Dania/ Hol./Szwecja 2020, 115 min	
21.25	Ostatni wiking – komediodramat, Dania/ Szwecja 2025, 110 min	
23.15	Ta inna siostra Bennet (3) – kostium., Wlk. Bryt.	
23.45	Stamtąd 4 (9)	

AXN	BLACK
8.45	Zagadki z przeszłości 2 (4) – przyg., Fr./Niemcy/Kan.
9.45	Gwiazdne wrota 4 (3-5)
12.45	JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (9) – serial sens.
13.45	Renegat 5 (12) – sens.
14.45	Drużyna A 3 (1) – sens.
15.45	Nieustraszone (16)
16.50	Zagadki z przeszłości 2 (5) – przyg., Fr./Niemcy/Kan.
17.55	Gwiazdne wrota 4 (6-8)
21.00	Adrenalina – sens., USA/ Wlk. Bryt. 2006, 115 min
22.55	Terminator: Ocalenie – thriller s.f., 2009, 125 min
1.00	JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (9) – serial sens.
2.00	Nieustraszone (16)

POLSAT	SERIALE	HD
6.00	Gliniarze (154-156) – serial paradokumentalny, Polska	
9.00	48h. Zaginieni (189-192) – serial kryminalny, Polska	
13.00	Kowalscy kontra Kowalscy (5-8) – obycz.	
15.00	Świat według Kiepskich (385-388) – kom., Pol. 2012	
17.00	Columbo (2, 11) – serial kryminalny, USA	
21.00	CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (132-135) – serial krym., USA/Kanada	
0.45	Ślad (46, 18) – krym., Pol.	
2.45	Święty (206, 207) – serial komediowy, Polska 2022	
4.00	48h. Zaginieni (103, 104) – serial kryminalny, Polska	

HBO 3	HBO 3	HD
13.45	Tajemnica złotnika – dramat obyczajowy, Hiszpania 2025, 100 min	
15.25	Jak wytresować smoka – film anim., 2010, 95 min	
17.00	Jumanji: Przygoda w dżungli – film przygodowy, USA/Australia/ Indie 2017, 120 min	
19.00	Ktoś, gdzie 2 (4, 5) – serial komediowy, USA	
20.00	Rzym 2 (1) – serial hist.	
21.00	Przełagd tygodnia: Wieczór z Jhonem Oliverem (13)	
21.50	The Pitt (13) – serial obycz.	
22.35	Ród smoka 3 (3) – fantasy	
23.35	Miniaturowa żona (3)	

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (145-147) – dok., Pol.

7.30 Doktor Martin (35) – serial obyczajowy

8.30 Przyjaciółki (133, 134) – obycz., Pol.

10.25 Świat według Kiepskich (171, 172, 236, 237, 170, 22, 23)

14.30 Gruby i chudszy 2: Rodzina Klumpów – komedia, USA 2000, 130 min

16.40 Nie zadzieraj z fryzjerem – kom., USA 2008, 135 min

18.55 Moja dziewczyna wychodzi za mąż – kom. romant., USA/Wielka Brytania 2008, 125 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 Tata ma plan 2 (15, 16) – serial komediowy, USA 2017

7.00 Dwóch i pół 5 (11-14) – serial komediowy, USA 2007-2008

8.55 Przyjaciele 7 (13-18) – serial komediowy, USA 2001

11.55 Teoria wielkiego podrywku 7 (5-10) – serial komediowy, USA 2013-2014

14.30 Dwóch i pół 5 (15-18) – serial komediowy, USA 2007-2008

16.30 Przyjaciele 7 (19-24) – kom., USA 2001

Do Moniki przyjeżdża kuzynka Cassie, która budzi zainteresowanie Rossa i Chandlera.

TVN FABUŁA HD

5.10 Szkoła (781)

6.00 Top 100: filmy w szachach (8)

6.30 Kino Zucki Top 5 (3)

6.45 Zakochani po uszy (91, 92) – telen., Polska

7.45 Detektywi (81-84)

9.50 Prawo Agaty 3 (13)

10.55 Szpital św. Anny (70)

11.55 Miłość czy pomyłka? (37, 38)

13.55 Prawo Agaty 3 (12)

14.55 Detektywi – fab.-dok.

16.00 Seriale: rozmowy (2) – magazyn

16.50 Alfabet filmowy (32)

16.55 Wakacje w krzywym zwierciadle – kom., USA 1983, 125 min

19.00 Szpital św. Anny (71) – serial obycz., Polska

13 ULICA

6.05 Blanca 3 (5, 6) – serial kryminalny, Wł. 2025

8.15 Morderstwo na Archipelagu Frioul – film kryminalny, Francja 2021, reż. Sylvie Ayme, wyk. Francis Huster, 125 min

10.20 Mentalista (9-12) – serial kryminalny

14.00 Blanca 3 (7, 8) – serial kryminalny, Włochy 2025

16.15 Morderstwo w Guilvinec – film kryminalny, Francja 2024, reż. Jean-Marc Thérin, wyk. Evelyne Bouix, 125 min

18.20 Mentalista (13-16) – serial krym., USA

KINO POLSKA

7.25 Bolek i Lolek (13, 1)

7.55 Reksio (37, 38)

8.20 Siedem życzeń (7)

9.20 Stawiam na Tolka Banana (1, 2) – obycz.

11.05 Podróże Pana Kleksa (1/2) – film przygodowy, Polska/ZSRR 1986, 115 min

13.00 To nie ze mną (7, 8)

14.30 Ranking najpolskiego kina (3)

15.15 Syn szczęścia

15.35 Halo Szczepiółka, czyli ostatni występ króla kasiarzy – komedia kryminalna, 1978, 130 min

17.45 Cztery pancerni i pies (8) – wojenny

18.50 Stawka większa niż życie (2) – wojenny

STOPKLATKA DVS 12

6.00 Złoty interes (8)

6.50 Wojciech Cejrowski – bosco przez świat

7.50 Robert Makłowicz (162, 188) – mag. kulin.

9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher (7) – serial krym., Australia

10.55 Górski lekarz (5, 6) – serial obycz., Niemcy

12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher (8)

14.00 Katastrofy w przestworzach (10, 7) – serial dokum.

17.00 MacGyver 4 (8) – sens., USA/Kan. 1989

18.00 Wojny magazynowe: Kanada (9)

19.10 Aukcja w ciemno 2 (8, 9) – serial dok., USA



KOMEDIA ROMANT.

21.00 Jeszcze dłuższe zaręczyny – USA 2012, 160 min

KOMEDIOWY

19.30 Teoria wielkiego podrywku 7 (11-16)

KOMEDIA KRYMINALNA

20.00 Ocean's 8 – USA FILM 2018, 145 min

SENSACYJNY

22.00 Kobra – oddział specjalny (7, 8) – Niemcy 2021

CZARNA KOMEDIA

20.00 Horror Story – 2023, 125 min

THRILLER

20.00 Podwodna pułapka – Wielka Brytania/USA/Dominikana 2017, 115 min

Violet oraz Tom rozpoczynają przygotowania do wymarzonego ślubu. Muszą zmierzyć się z oczekiwaniami pomyślowej rodziny i licznymi niespodziankami losu.

Sheldon wyjeżdża do Teksasu. Reszta przygotowuje je w mieszkaniu świąteczną dekorację. Przy okazji uswiadamią sobie, jak wiele Cooper zmienił w ich życiu.

Złodziejka Debbie, młodsza siostra Danny'ego, gotowa jest zrealizować największy skok w życiu. Jej celem jest zdobycie naszyjnika o wartości 150 milionów dolarów.

Vicky potrzebuje pilnego przeszczep nerki. Jej dawcą ma być Marc. Semir prowadzi ważne poszukiwania. Max zaczyna walczyć w służbie swoich wyborów.

Tomek, absolwent bankowości, nie może znaleźć pracy. Swoimi rozterkami dzieli się ze współlokatorami, wśród których jest m.in. skora do kłótni Marta.

Kate i jej siostra Lisa nurkują w klatce do obserwacji rekinów. Gdy niespodziewanie dochodzi do awarii, mają godzinę na wydostanie się ze śmiertelnej pułapki.

23.40 King's Man: Pierwsza misja – komedia sensacyjna, USA/Wielka Brytania 2021, 160 min

22.00 The Office PL 3 (5, 6)

23.05 Comedy Club 6 (3, 4)

0.05 Miasteczko South Park 2 (13, 14)

22.25 Jak stracić chłopaka w 10 dni – kom. romant., USA/Niemcy 2003, 140 min

0.45 Zakonnica 2 – horror, USA/Wielka Brytania 2023, 135 min

0.00 Flashback (3) – serial kryminalny, Fr. 2024

1.10 Morderstwo w Guilvinec – film kryminalny, Francja 2024, reż. Jean-Marc Thérin, 125 min

22.05 Ostatnia misja – film sens., 1999, 140 min

0.25 Wesele – dramat obyczajowy, Polska/Łotwa 2021, 155 min

21.55 Taśmy Watykanu – horror, USA 2015, 105 min

23.40 Obrońca – film sens., USA/Niemcy/Rumunia 2004, 125 min

2.20 Ślad (9, 34, 35) – krym., Pol. 2018-2019

5.20 Na ratunek 112 (864) – serial paradokum.

1.00 Pracocholizy 3 (13, 14)

2.00 Śmieszniej nie będzie 6 (17, 18, 16)

3.15 Miasteczko South Park 2 (10-12)

4.20 Comedy Club 7 (12)

3.00 Top 100: filmy w szachach (5)

3.30 Szkoła (747)

3.15 Blanca 3 (7, 8) – serial kryminalny, Wł. 2025

3.00 7 uczuć – komediodramat, 2018, 165 min

5.45 Szumy i fonie – film krótkometraż., 2024

1.45 Ciało – komedia, Polska 2003, 130 min

CINEMAX HD

13.00 Pamięć – dramat obycz., Meksyk/USA 2023, 105 min

14.45 Profesor – komediodram., Argentyna/Wł./Niemcy 2023, 110 min

16.35 Pierwsza krowa – western, USA 2019, reż. Kelly Reichardt, 120 min

18.15 Miesiąc miodowy – thriller, Ukraina 2024, reż. Zhanna Oziroma, 85 min

20.00 Fargo 3 (7, 8) – serial krym.

21.35 Parachunki – film sens., Wł. Bryt. 1998, 105 min

23.20 Trzydzieści siedem – thriller, Fr. 2024, 95 min

0.55 Wiedźma – thriller, Francja 2023, 95 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 Święty (37, 38) – kom., Pol.

14.25 Spadkobiercy 4 (4) – rozr.

15.25 Co ludzie powiedzą? 5 (6) – serial kom., Włk. Bryt.

16.05 Jedną nogą w grobie 3 (3) – serial kom., Włk. Bryt.

16.55 Czarna Żmija 4 (3) – kom.

17.35 Bob kocha Abishole 3 (1-3) – kom., USA 2021-2022

19.00 Dwóch i pół 5 (11-14)

21.00 Świat według Kiepskich (11-13) – serial kom., Polska

22.30 Co ludzie powiedzą? 5 (7) – serial kom., Włk. Bryt.

23.05 Jedną nogą w grobie 3 (4) – serial kom., Włk. Bryt.

23.50 Czarna Żmija 4 (4) – kom.

0.30 Comedy Club 3 (6) – rozr.

SCI FI

10.00 Kroniki Shannary 2 (5, 6)

11.50 Zagubiona tożsamość 2 (12, 13) – serial s.f., Kanada

13.40 Arctyczny Armagedon – film katastroficzny, USA 2023, 110 min

15.30 Kroniki Shannary 2 (7, 8)

17.20 Zagubiona tożsamość 2 (14, 15) – serial s.f., Kanada

19.10 Podziemny wstrząs – film katastroficzny, Wielka Brytania/USA 2024, 110 min

21.00 iZombie 4 (12, 13) – serial grozy, USA 2018

23.00 iZombie 5 (1, 2)

1.00 Saga „Zmierzczeni”: Przed świtem. Część 2 – film fantasy, USA 2012, 135 min

FX HD

9.00 Z archiwum X 2 (22) – s.f.

10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (14, 15) – krym.

11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (3, 4)

13.45 Agenci NCIS 10 (9, 10)

15.35 Skymed 2 (6) – obycz.

16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (16, 17) – krym.

18.20 Z archiwum X 2 (23) – s.f.

19.15 FBI 4 (10) – serial krym.

20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (5, 6)

22.00 Zakłamanie (1) – obycz.

23.00 Z archiwum X 2 (23) – s.f.

0.00 Speed: Niebezpieczna prędkość – film sensacyjny, 1994, 140 min

FILMBOX+ ONE HD

9.50 Panna Scarlet i komisarz 3 (2) – krym.

11.00 Panna Marple: Morderstwo odbędzie się... – krym., 2005, 125 min

13.05 Poirot – serial kryminalny

15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher (3) – krym.

16.40 Panna Scarlet i komisarz 3 (3) – krym.

17.50 Poirot (3, 4) – serial krym.

20.00 Missisipi w ogniu – dramat kryminalny, USA 1988, 165 min

22.45 12 godzin – film sensacyjny, 2012, 120 min

0.45 Honor zabójcy – film sensacyjny, 1996, 125 min

ROMANCE TV HD

12.30 Stracona szansa – kom. romant., 2024, 110 min

14.20 Przyjaziń to coś więcej – film sens., Niem. 2022, 115 min

16.15 Rejs ku szczęściu – Podróż poślubna do Toskanii – film obycz., Niemcy 2021, 110 min

18.05 Górski lekarz (146, 147)

20.00 Inga Lindström: Pisarz i ja – film obyczajowy, Niemcy 2022, 115 min

21.55 Toni akuszer – Szczęście innych – film obyczajowy, Niemcy 2024, 115 min

23.50 Górski lekarz (146, 147) – obycz., Niemcy/Austria

CINEMAX 2 HD

12.45 Dźwięki miłości – dramat obycz., Hiszp. 2025, 100 min

14.25 Zabić wspomnienia – dramat obyczajowy, USA 2007, 125 min

16.30 Zielone algi – thriller, Francja/Bel. 2023, 110 min

18.20 Dla niej wszystko – dramat kryminalny, USA/Francja 2010, 130 min

20.30 Krucjata Bourne'a – thriller, USA/Niemcy 2004, reż. Paul Greengrass, wyk. Matt Damon, 110 min

22.20 Kingsman: Złoty krag – kom. sens., 2017, 140 min

0.40 Django – western, USA 2012, 165 min

VIASAT DRAMA HD

9.05 Poirot 5 (3, 4) – serial krym.

11.20 Zatraceni w miłości (35, 36) – telen., Turcja 2023

13.30 Agenci NCIS 18 (13, 14)

15.10 Lekarze na start (35, 36)

16.45 Poirot 5 (5, 6) – serial krym.

19.00 Zatraceni w miłości (37, 38) – telen., Turcja 2023

21.00 Detektywi Murdoch 19 (4) – krym., Kan./Włk. Bryt.

21.55 Agenci NCIS 17 (1, 2)

23.45 Morderstwo to nie trudnego (3) – serial krym.

0.50 Zatraceni w miłości (37, 38) – telen., Turcja 2023

2.25 Detektywi Murdoch 19 (4) – krym., Kan./Włk. Bryt.

3.10 Agenci NCIS 17 (1, 2)

NOVELAS+ HD

10.00 Cud miłości (31) – telen.

11.00 Otchłań namiętności (116) – telen., Meksyk 2012

12.00 Za wszelką cenę (86)

13.00 Róże i grzechy (15)

14.00 Historia Juany (43, 44)

16.00 Róże i grzechy (16)

17.00 Za wszelką cenę (87)

18.00 Otchłań namiętności (117) – telen., Meksyk 2012

19.00 Macocha (26) – telenowela

20.00 Cud miłości (32) – telen.

21.00 Historia Juany (44)

22.00 Róże i grzechy (16)

23.00 Za wszelką cenę (87)

0.01 Otchłań namiętności (117) – telen., Meksyk 2012

1.00 Macocha (26) – telenowela

FX COMEDY HD

10.10 Diabli nadali 8 (20-22)

11.30 Diabli nadali (23) – kom.

12.00 Jim wie lepiej 7 (17, 18)

13.00 Sposób użycia 6 – kom.

14.00 Wszyscy Kochają Raymonda 6 (4-7) – kom.

16.00 Simpsonowie 36 (17, 18)

17.00 Simpsonowie 31 (1, 2)

18.00 Jak poznałem waszą matkę 2 (18-20) – kom.

19.30 Współczesna rodzina 7 (19-21) – serial komediowy

21.00 Family Guy: Głowa rodziny 18 (16, 17)

22.00 Jackass 3D – dok., 2010

23.40 Simpsonowie 36 (13, 14)

0.40 Family Guy: Głowa rodziny 18 (10-13)

FILMBOX+ HITS HD

14.50 Melodia wiatru – dramat obycz., Boliwia 2019, 90 min

16.20 Książę i ja: Królewskie wesela – komedia romant., USA 2006, 110 min

18.10 Magik z Nowego Jorku – komediodramat, USA 2014, 110 min

20.00 Powodzenia, Leo Grande! – komediodramat, Wielka Brytania/USA 2022, reż. Sophie Hyde, 110 min

21.50 Wyspa śmierci – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2023, 100 min

23.30 Ostatni giniarz – komedia kryminalna, Niemcy 2019, 110 min

PARAMOUNT NETWORK HD

11.00 Zostanę przyjaciółmi – komedia romant., Niem./USA/Kan. 2005, 120 min

13.00 Czarodziejki 3 (13, 14) – serial fantasy, USA 2001

15.00 Mission: Impossible – film sens., 1996, 140 min

17.20 Mission: Impossible 2 – film sensacyjny, USA/Niemcy 2000, 160 min

20.00 Forrest Gump – komediodramat, USA 1994, reż. Robert Zemeckis, wyk. Tom Hanks, 180 min

23.00 Pszczelarz – thriller, USA/Włk. Bryt. 2024, 120 min

1.00 Złap mnie, jeśli potrafisz – kom. krym., 2002, 160 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
6.30 Snooker: Turniej Masters w Londynie: K. Wilson – J. Higgins
8.30 Kolarstwo: Tour de France – 5. etap
9.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Pekin 2008 – magazyn sportowy
10.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Londyn 2012 – magazyn sportowy
11.00 Kolarstwo: Tour de France – 5. etap
12.15 Kolarstwo: Tour de France – 6. etap
18.15 Biegi górskie: GT World Series – Quebec – podsumowanie
18.45 FIA WEC: Wyścig 6-godzinny w Imoli

POLSAT SPORT 1 HD
5.45 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: USA – Polska
8.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz: czwórcińtalowy gry pojedynczej
11.00 Halo, tu Wimbledon – magazyn tenisowy
12.00 Kronika Wimbledonu – mag.
13.00 Tenis: Turniej Wimbledon – studio
14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz: półfinałowy gry pojedynczej kobiet
16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – półfinał gry pojedynczej kobiet
18.00 Tenis: Turniej Wimbledon – studio

CANAL+ SPORT HD
6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lechia Gdańsk – Motor Lublin
8.20 Premier League Stories (48) – mag.
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Atletico Madryt – FC Barcelona
11.15 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Valencia – Celta Vigo
13.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026
14.35 Ligomistrzowe historie (5) – mag.
15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Atletico Madryt – FC Barcelona
18.00 Żużel: PGE Ekstraliga: Unia Leszno – Sparta

TVP SPORT HD
7.00 Retro TVP Sport (45) – magazyn sportowy
9.00 Mundialowy poranek (28) – mag.
10.15 Piłka nożna: Mistrzostwa Świata 2026 – mecz 1/8 finału
12.35 Jeździectwo: WKW Strzegom Horse Trials 2026
13.55 Piłka nożna: ME U-19 – Włalia 2026 – półfinał
16.00 Piłka nożna: ME U-19 – Włalia 2026 – półfinał
18.05 Piłka nożna: Mistrzostwa Świata 2026 – podsumowanie 1/8 finału
19.00 Dzień na mundialu (28) – mag. piłkarski
20.30 Piłka nożna: MŚ 2026 – studio

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 Najlepsi obrońcy Bundesligi lat 90. – magazyn piłkarski
6.45 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski
7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Borussia Dortmund – Bayern
9.00 Piłka nożna: Liga włoska: US Sassuolo Calcio – Inter
11.00 Formula 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii
12.30 Formula 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii
13.40 Made in Italy (19) – magazyn piłkarski
14.00 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
16.00 Piłka nożna: Liga włoska: US Cremonese – Inter Mediolan

Discovery CHANNEL HD
9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 7
10.00 Klan z Alaski (11)
11.00 Przetwać nad Jukonem – serial dok.
12.00 Włoska kontrola celna (8) – dok., Wł.
13.00 Pojedynki Eda Stafforda (2) – dok.
14.00 Nagi instyntyk przetrwania: Elita 3
15.00 Ziomowisko PL 6 (7) – serial dok., Pol. 2018
16.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dok.
17.00 Na straży duńskiego lotniska 2 (5) – dok.
18.00 Lotnisko (1) – dok.
19.00 Nagi instyntyk przetrwania 10 – serial dokum., USA



20.15 Turniej Masters w Londynie – finał

Decydujący pojedynek imprezy, w której uczestniczyli elitarni gracze snookerowi. Wśród graczy snookerowego rankingu.

- 22.00 Kolarstwo:** Tour de France – 6. etap
- 23.45 Cycling Essential Stories** – mag.
- 0.00 Snooker:** Turniej Players Championship
- 1.30 Kolarstwo:** Tour de France – 6. etap
- 3.00 FIA WEC:** Wyścig 6-godzinny w Spa-Francorchamps



19.45 Liga Narodów – mecz: Serbia – Francja

Ostatnie starcie pomiędzy Trójkolorowymi a Serbkami obfitowało w sporą dawkę emocji. Po pięciostetym meczu górą były ostatecznie Francuzki. Reprezentacja Serbii na pewno będzie chciała zrewanżować się za tę porażkę przed własną publicznością w Belgradzie.

- 22.00 Tenis:** Turniej Wimbledon
- 23.00 Tenis:** Turniej Wimbledon
- 1.00 Boks**



20.45 Premier League Stories (48)

Podsumowanie poszczególnych kolejek ligi angielskiej, a w nim obszerna skrótowa przeglądu spotkań.

- 21.20 Wyścigi konne:** Tor Służewiec 2026 – Gala Derby
- 0.00 Liga+ Extra** – magazyn piłkarski
- 2.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Arka Gdynia – Pogoń Szczecin
- 4.20 Magazyn PGE Ekstraliga** – magazyn żużlowy



21.50 Mistrzostwa Świata 2026 – mecz: czwórcińtalowy

W dwóch ostatnich mundialach Francja grała w finale. Trójkolorowi liczą na kolejną walkę o złote medale.

- 1.15 Boks:** Gala w Las Vegas – podsumowanie
- 3.15 Boks:** Gala w Los Angeles – waga lekka: Jonny Mansour – Marco Antonio Juarez
- 4.00 Boks:** Gala w Las Vegas – podsumowanie



18.00 Liga niemiecka: Bayern – Eintracht

W poprzedniej rundzie Bayern pokonał Eintracht 3:0. Celem liderujących w tabeli Bundesligi Bawarczyków było powtórne zwycięstwo.

- 20.00 Made in Italy (20, 11)**
- 20.40 Formula 1:** Grand Prix Wielkiej Brytanii
- 22.40 Serie A** – mag.
- 23.45 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2)**
- 1.00 Bundesliga Special (22)** – mag. piłkarski
- 1.30 Bundesliga Goal Special**



21.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5

Gdy w kopalni usytuowanej na obiecującym terenie dochodzi do awarii, pracownicy buntują się. Freddy i Juan postanawiają rozdzielić siły, by opanować kryzys.

- 23.00 Akta ekspedycji 2**
- 0.00 Od samochodu do domu 2** – mag.
- 1.00 Hot rod wg Kindiga**
- 2.00 Mistrzowie logistyki (1)** – dok.
- 2.50 Alarmowcy 091 – policjanci z Hiszpanii (6)** – dok.

EUROSPORT 2 HD
13.00 Snooker: Turniej Masters w Londynie: Kyren Wilson – John Higgins
15.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Rio 2016
16.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Tokio 2020 – magazyn sportowy
17.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Paryż 2024 – magazyn sportowy
18.00 Snooker: Turniej Masters w Londynie – finał: Kyren Wilson – John Higgins
20.00 Kolarstwo: Tour de France – 6. etap
22.00 Golf: ISCO Championship – 1. runda

POLSAT SPORT 2 HD
6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz: czwórcińtalowy gry pojedynczej
8.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów
10.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów
12.05 Siatkówka kobiet: LN – mecz: Japonia – Tajlandia
14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz: półfinałowy gry podwójnej kobiet
16.30 Siatkówka kobiet: Liga Narodów
18.30 Tenis: Turniej Wimbledon
21.00 Tenis: Turniej Wimbledon
23.00 Tenis: Turniej Wimbledon
1.00 Sporty walki: FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
11.00 Tenis: Turniej WTA w Berlinie – mecz 2. rundy: A. Eala – J. Rybakina
13.30 Tenis: Turniej WTA w Berlinie – czwórcińtal: J. Pegula – M. Keys
16.00 Tenis: Turniej WTA w Berlinie – czwórcińtal: L. Nosková – P. Badosa
18.30 Tenis: Turniej WTA w Berlinie – czwórcińtal: A. Sabalenka – N. Bartůňková
21.00 Tenis: Turniej WTA w Berlinie – czwórcińtal: E. Switolina – A. Eala
23.30 Tenis: Turniej WTA w Berlinie – półfinał: Aryna Sabalenka – Jessica Pegula

EXTREME CHANNEL HD
9.00 Summer X Games (4)
10.00 AMA Motocross Series Highlights (13)
11.00 X Games – Aspen 2020
12.00 Blue World 2 (7) – przyrod.
12.30 Blue World 3 (1) – przyrod.
13.00 Action Sports World (13)
14.00 WWE Highlights (19, 16)
14.55 WWE Classic Gold (85)
15.40 New Japan Wrestling – Highlights (23)
16.00 EFC – Extreme Fighting Championship 135 (1)
19.30 WWE Classic Gold (26)
20.00 AEW Collision 2 (2627)
22.30 PTW Wrestling (15)
2.00 AMA Motocross Series Highlights (13)

ELEVEN SPORTS 2 HD
10.00 Piłka nożna: Liga francuska: Le Havre AC – PSG
12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Bayern – TSG 1899 Hoffenheim
14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Pisa SC
16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Bayern
18.00 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Udinese – Inter
22.00 Ligue 1 Show (36) – mag.
23.05 Made in Italy (13, 12, 11)
0.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – FC Metz

DISCOVERY LIFE HD
7.15 Nowa Maja w ogrodzie
8.15 Szpital (518, 519)
10.15 Nowa Maja w ogrodzie
11.15 Idealna niania 3 (4, 5)
12.45 Klinika bez tajemnic
14.45 Szpital (517, 518)
16.45 Idealna niania 3 (3-6)
19.45 Zrób coś z tym dzieckiem (7) – mag.
20.15 Ostatnia szansa (2) – rozr.
21.15 Wycieczkowiec (6)
22.15 Urodzeni z albinizmem
23.15 Intruz w moim ciele (2)
0.15 Sekrety lekarzy (1)
1.15 Śmierć Diany: dwa śledztwa (3) – serial dok.
2.15 Eks-tra zmiana (1, 3)
3.45 Szpital (342, 343)

POLSAT SPORT FIGHT HD
13.00 Boks: Babilon Boxing Show w Raszynie: J. Łodzik – J. Rikhsiev
15.35 Sporty walki: NOC MMA 14: Turcja
17.25 Sporty walki: FEN 57 w Piotrkowie Trybunalskim – walka: Damian Rzepecki – Marcin Jabłoński
19.25 K.O. TV Weekly (28)
19.55 Boks: Rocky Boxing Night w Koszycy – waga ciężka: Kacper Meyna – Anthony Wright
22.00 Sporty walki: Babilon MMA 53 w Międzyzdrojach – walka: Szymon Kolecki – Marcin Łazarz

POLSAT SPORT 3 HD
6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – czwórcińtal
8.00 Tenis: Turniej Wimbledon – czwórcińtal
10.45 Siatkówka kobiet: Liga Narodów: Belgia – Kanada
14.15 Siatkówka kobiet: Liga Narodów: Chiny – Ukraina
16.15 Siatkówka kobiet: LN – mecz: Czechy – Holandia
19.00 Tenis: Turniej Wimbledon – półfinał gry pojedynczej
21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – półfinał gry pojedynczej
23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – półfinał gry pojedynczej
1.00 Sporty walki: Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – GKS Katowice
9.00 Żużel: PGE Ekstraliga: FOGO Unia Leszno – Sparta
12.00 Snooker: Championship League – 1. runda
16.45 Premier League Stories
17.30 Snooker: Championship League – 1. runda
22.15 Górnik: Chłopy z Zabrza (4) – serial dok.
23.20 Ligomistrzowe historie (4) – magazyn piłkarski
0.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – GKS Katowice
3.00 Przerwa techniczna

ELEVEN SPORTS 4 HD
14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: VfB Stuttgart – 1. FC Köln
16.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: FC Nantes – Olympique Lyon
18.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (5, 6) – mag.
19.00 Ligue 1 Show (35, 33)
20.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: FC Porto – Sporting CP
22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Napoli – Fiorentina
0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Wolfsburg – BVB

ELEVEN SPORTS 3 HD
12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Napoli
14.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Marsylia – Olympique Lyon
16.00 Bundesliga Special (22)
16.30 Ligue 1 Show (35) – mag.
17.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2) – mag.
18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Lazio
20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Mainz
22.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Olympique Lyon – OGC Nice
0.00 Werder Double – dok.

CANAL+ DOKUMENT HD
10.20 Polska z góry 3 (10-12)
11.50 Maledivy. Wodne królestwo Oceanu Indyjskiego (1-3)
14.35 Salwador – kraj plaż i wulkanów – dok., Niem.
15.35 Czułe oblicze szarym
16.30 Obłężenie – film dok., Wł.
17.30 Naturalna dzikość serca – film dok., Norwegia 2024
19.00 Katastrofy z góry (8, 9)
21.00 II wojna światowa. Z perspektywy globalnej – dok., Wlk. Bryt.
22.00 2000 metrów do Andriiwi – film dok.
23.55 Aborcja. Polski paradoks – film dok., Fr.

STACJE POPULARNONAUKOWE

SD DISCOVERY SCIENCE HD	ID ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB T2	HISTORIA TVP HISTORIA DVB T2	HISTORIA HISTORY HD
6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki (2) – dok.	6.00 Krag podejrzanych – serial dokumentalny	12.00 Przetrawianie w kanadyjskiej dzicy (3) – dok., Kan.	6.00 Wehikuł czasu (709) 48h. Zaginieni (63) – serial krym., Polska	8.30 Czterdziestolatek (17) – obycz., Pol. 1977	13.05 Starożytni kosmiczni 16 (7) – dok.
6.30 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki 16 – dok.	8.00 Krwawy Dzik Zachód – reality show	13.00 Wojenna szkoła przetrwania (4) – serial dok.	7.00 Byli sobie wynalazcy (5-8)	9.40 Korona Gór Polski – cykl dok., Pol. 2022	14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (7) – serial dok., USA
7.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki (4, 5)	10.00 W sieci kłamstw: Siatka szpiegów – serial dokumentalny	14.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (5) – dok., Wielka Brytania	8.55 Wehikuł czasu (709) 9.00 Starożytni kosmiczni (3) – serial dok., USA	10.20 Wszystkie kolory świata – dok., Francja	14.50 Największe tajemnice świata 6 (17) – serial dok., USA
8.00 Autostrada spotkań z UFO – serial dok.	12.00 Ciało w piwnicy – serial dokumentalny	15.00 Alarm na lotnisku: Peru (14, 15) – dok.	10.00 Gwiazdy lombardu (13, 14) – reality show	11.20 Ex Libris – magazyn (6): Bergamo	15.45 Gwiazdy lombardu 13 (6)
11.00 Kosmiczna mapa skarbów – serial dok.	14.00 Podejrzany przy telefonie – serial dokumentalny, USA	17.00 Tajemnicze mumie z Sakkary (2) – film dokum., USA 2020	12.00 I wojna światowa w liczbach (4) – dok.	12.50 Zapomniane agentki II wojny światowej (2) – hist.	16.15 Gwiazdy lombardu 25 (5) – reality show
13.00 Podziemne sekrety NASA – archiwum tajemnic (16) – dok.	16.00 Tajemnice jeziora Erie 2 – serial dokumentalny, USA	18.00 Sztuka obrony: Wojny w Europie (3): Polska – serial dokum.	13.00 Poszukiwacze historii (5, 6) – dok.	13.50 Królowie (54) – hist.	17.10 Jak Hitler przegrał wojnę (3) – serial dok.
17.00 The Ocean Race: Żeglarska obsesja (1)	18.00 Zbrodnia w sąsiedztwie 2 – serial dokum., USA 2011-2012	19.00 Wojna widziana z powietrza (3) – dok.	14.00 Tajne bazy nazistów (1, 2) – dok.	14.30 Czterdziestolatek (18) – obycz., Pol. 1977	18.10 Największe tajemnice świata 6 (10) – serial dok., USA
18.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki – dok.	20.00 Sekrety zbrodni: Jekyll i Hyde – serial dokumentalny, USA	20.00 Katastrofa w przestworzach (7) – serial dokumentalny	16.00 Dorwać tuńczyka 3 (14, 15) – serial dok.	15.40 Sensacje XX wieku – program historyczny	19.05 Ex Libris – magazyn
DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	SENSACYJNY	REALITY SHOW
					
21.00 Jak to jest zrobione? Program przedstawia proces produkcyjny m.in. sprzętu do grillowania, drabin strażackich, robotów edukacyjnych, pasów bokserskich i boksów startowych do rodeo.	21.00 Szukająca prawda 14 – USA Młoda kobieta przygotowuje się do romantycznej kolacji walentynkowej, lecz jej plany nagle przerywa brutalne morderstwo. Śledczy zabezpieczają miejsce zbrodni.	21.00 Katastrofy pod lupą (2): Droga na skrót W Nowym Jorku dochodzi do zawalenia dźwigu, we Włoszech runie fragment mostu, a w Korei – centrum handlowe. Eksperti analizują wady konstrukcji.	21.00 Poszukiwacze historii (7-10) Lotnisko w Toruniu zostało zbudowane przed I wojną światową. Po zakończeniu kampanii wrześniowej Niemcy przejęli je i wykorzystywali przez cały okres walk.	20.00 Officer (9) – Polska 2005 Kruszon spędza noc z Malwiną. Uświadamia sobie, że ją kocha. Chce wycofać się z akcji, lecz Aldona odmawia. Kolektywa Granda sprawdzają wiarygodność Tomka.	21.00 Premiera: Kłątwa Wyspy Dębów 13 (26) – USA 2025 Badacze dostrzegają związek między budowlami na Azoarach i Wyspie Dębów. Zaintrygowani podobieństwami, rozpoczynają prace wykopaliskowe w rejonie Money Pit.
23.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2 – dok.	22.00 Moja druga, zła połowa – serial dok.	22.00 Jak oni to zbudowali? (10) – serial dok., Wlk. Bryt.	23.00 Oficer (9) – Polska 2005	21.05 Zbrodnie sprzed lat (6) – serial dok., USA	22.00 Wojny magazynowe 17 (6)
1.00 NASA – archiwum tajemnic (16) – dok.	23.00 Tajemnice jeziora Erie – dok., USA 2018	23.00 Mega Metro (2) – serial dok.	22.00 Fundusz Obrony Narodowej (1) – film dokum., Polska 2025	22.00 Fundusz Obrony Narodowej (1) – film dokum., Polska 2025	23.00 Absurdy przeszłości: historie pełne ryzyka (7)
3.00 The Ocean Race: Żeglarska obsesja (1) – film dokum., Wielka Brytania 2023	1.00 Szukająca prawda 14 – dok.	0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (5)	22.55 Sensacje XX wieku – program historyczny	22.55 Sensacje XX wieku – program historyczny	23.55 Jak to wyjaśnić? 5 (13) – serial dok., USA
4.00 Podziemne sekrety	2.00 Sekrety zbrodni	1.00 Ciemna strona świata (10) – dok.	1.05 Encyklopedia II wojny światowej – serial dok., Pol. 1993	1.05 Encyklopedia II wojny światowej – serial dok., Pol. 1993	0.50 Starożytni kosmiczni 16 (3) – dok.
2.50 Zbrodnia w sąsiedztwie 2	13.45 Targowiska świata (3)	9.00 Niezwykły dr Pol	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
13.45 Zaginione światy (4)	14.50 Zaginione światy (4)	12.00 Najgroźniejsze zwierzęta Afryki (3)	10.30 Ochrona przyrody: od Yellowstone do Jukonu	11.35 Skarby przeszłości i ich tajemnice (3) – serial dok.	13.00 Irwinowie – następne pokolenie 4 – serial dok.
15.50 Niezwykłe podróże koleją 9 (2) – serial dok., Fr.	15.50 Niezwykłe podróże koleją 9 (2) – serial dok., Fr.	13.00 Dzikie miejsca Europy	11.35 Rekiny kontra orki – dok.	12.35 Malownicze trasy kolejowe 2 (7) – serial dok.	14.00 Resocjalizacja z Pit Bullem 4 – serial dok., USA
16.55 Świat zawarty w obrazie (4) – serial dok.	16.55 Świat zawarty w obrazie (4) – serial dok.	14.00 Najdziwniejsze gatunki	12.30 W okowach mrozu 4 (3)	13.35 Mroźna planeta 2 (6)	15.00 Kot z piekła rodem 8
18.00 Dokąd dzisiaj? (4) (70, 71)	18.00 Dokąd dzisiaj? (4) (70, 71)	15.00 Walki zwierząt (8) – dok.	13.25 Zabójcza pogoda 2 (3)	13.40 W okowach mrozu 3	17.00 Dwa oblicza survivalu 3
18.40 Związani z ziemią. Dzieje życia na wsi (3)	18.40 Związani z ziemią. Dzieje życia na wsi (3)	16.00 Cuda Afryki (1) – dok., Hol.	14.30 Rzeczne potwory 3 (1)	14.40 W okowach mrozu 3	18.00 Weterynarz z Gór Skalistych 6 – serial dok.
19.45 Zydowski nazista (1)	19.45 Zydowski nazista (1)	17.00 Niedziwiedzi wysok, do zimy – film dok., RPA	15.35 Ochrona przyrody: od Yellowstone do Jukonu	16.35 Tajemnice wulkanów (2) – film dok., Wielka Brytania	19.00 Mieszkanie na pniu
20.50 Tutanchamon: wielkie odkrycie – film dokum., Fr.	20.50 Tutanchamon: wielkie odkrycie – film dokum., Fr.	18.00 Sekrety dzikich Indii: królowe dżungli (1)	16.40 Dawno temu w Tśavo (1)	17.40 Attenborough i morski smok – film dokumentalny	20.00 Julia kontra węż – dok.
22.00 Osieroczone. Dzieci I wojna (2) – film dok., Fr.	22.00 Osieroczone. Dzieci I wojna (2) – film dok., Fr.	19.00 Królestwo drapieżników (3) – dok.	17.55 Listo drapieżników (4)	18.45 Malownicze trasy kolejowe 3 (5) – serial dok.	21.00 Weterynarz z Alaski
23.10 Strefa nagosi (5) – dok.	23.10 Strefa nagosi (5) – dok.	20.00 Dzika konfrontacja (12)	20.00 Rzeczne potwory 3 (1)	19.45 Morze Śródziemne: przyroda w potrzasku	23.00 Resocjalizacja z Pit Bullem 4 – serial dok., USA
0.20 Niezwykłe podróże koleją 9 (3) – serial dok., Fr.	0.20 Niezwykłe podróże koleją 9 (3) – serial dok., Fr.	21.00 Niezwykły dr Pol	21.00 Ochrona przyrody: od Yellowstone do Jukonu	20.55 W okowach mrozu 3	0.00 Kot na drzewie – dok.
1.25 Polska z góry 2 (2) – dok.	1.25 Polska z góry 2 (2) – dok.	0.00 Niezwykły dr Pol (1)	22.15 Wielkie rekiny	22.55 Zdrowa zmiana 2 (11, 12)	1.00 Irwinowie – następne pokolenie 4 – serial dok.
		1.00 Niezwykły dr Pol (19)	23.20 Listo drapieżników (4)	0.05 Superchirurdzy: szansa na życie 2 (3) – serial dok.	2.00 Baseny z rozmachem 2
		2.00 Dzikie miejsca Europy	0.25 Zabójcza pogoda 2 (3)		6.00 Nowe życie w Meksyku
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
9.00 Tajemnice wraków Bałtyku (4) – serial dok.	13.45 Targowiska świata (3)	9.00 Niezwykły dr Pol	10.30 Ochrona przyrody: od Yellowstone do Jukonu	11.35 Skarby przeszłości i ich tajemnice (3) – serial dok.	13.00 Irwinowie – następne pokolenie 4 – serial dok.
10.00 Wstęp uzbrojony (1, 2)	14.50 Zaginione światy (4)	12.00 Najgroźniejsze zwierzęta Afryki (3)	11.35 Rekiny kontra orki – dok.	12.35 Malownicze trasy kolejowe 2 (7) – serial dok.	14.00 Resocjalizacja z Pit Bullem 4 – serial dok., USA
11.00 Wyprawa w nieznanne	15.50 Niezwykłe podróże koleją 9 (2) – serial dok., Fr.	13.00 Dzikie miejsca Europy	12.30 W okowach mrozu 4 (3)	13.35 Mroźna planeta 2 (6)	15.00 Kot z piekła rodem 8
14.00 Łowcy staroci: Renowacje (17, 18) – dok.	16.55 Świat zawarty w obrazie (4) – serial dok.	14.00 Najdziwniejsze gatunki	13.25 Zabójcza pogoda 2 (3)	13.40 W okowach mrozu 3	17.00 Dwa oblicza survivalu 3
16.00 Oldenby skarby – dok.	18.00 Dokąd dzisiaj? (4) (70, 71)	15.00 Walki zwierząt (8) – dok.	14.30 Rzeczne potwory 3 (1)	14.40 W okowach mrozu 3	18.00 Weterynarz z Gór Skalistych 6 – serial dok.
18.00 Łowcy staroci (8, 9) – dok.	18.40 Związani z ziemią. Dzieje życia na wsi (3)	16.00 Cuda Afryki (1) – dok., Hol.	15.35 Ochrona przyrody: od Yellowstone do Jukonu	16.35 Tajemnice wulkanów (2) – film dok., Wielka Brytania	19.00 Mieszkanie na pniu
20.00 Legendarne miejscówki	19.45 Zydowski nazista (1)	17.00 Niedziwiedzi wysok, do zimy – film dok., RPA	16.40 Dawno temu w Tśavo (1)	17.40 Attenborough i morski smok – film dokumentalny	20.00 Julia kontra węż – dok.
22.00 Tajemnice ziemi – Hiszpania (6) – dok.	20.50 Tutanchamon: wielkie odkrycie – film dokum., Fr.	18.00 Sekrety dzikich Indii: królowe dżungli (1)	17.55 Listo drapieżników (4)	18.45 Malownicze trasy kolejowe 3 (5) – serial dok.	21.00 Weterynarz z Alaski
23.00 Kwatery Hitlera (3) – dok.	22.00 Osieroczone. Dzieci I wojna (2) – film dok., Fr.	19.00 Królestwo drapieżników (3) – dok.	20.00 Rzeczne potwory 3 (1)	19.45 Morze Śródziemne: przyroda w potrzasku	23.00 Resocjalizacja z Pit Bullem 4 – serial dok., USA
0.00 Wyprawa w nieznanne	23.10 Strefa nagosi (5) – dok.	20.00 Dzika konfrontacja (12)	21.00 Ochrona przyrody: od Yellowstone do Jukonu	20.55 W okowach mrozu 3	0.00 Kot na drzewie – dok.
2.00 Bitwy żołnierza polskiego (2) – cykl dok.	0.20 Niezwykłe podróże koleją 9 (3) – serial dok., Fr.	21.00 Niezwykły dr Pol	22.15 Wielkie rekiny	22.55 Zdrowa zmiana 2 (11, 12)	1.00 Irwinowie – następne pokolenie 4 – serial dok.
3.35 Profesjonaliści – cykl dok.	1.25 Polska z góry 2 (2) – dok.	0.00 Niezwykły dr Pol (19)	23.20 Listo drapieżników (4)	0.05 Superchirurdzy: szansa na życie 2 (3) – serial dok.	2.00 Baseny z rozmachem 2
4.25 Europejskie bazy (6)		2.00 Dzikie miejsca Europy	0.25 Zabójcza pogoda 2 (3)		6.00 Nowe życie w Meksyku
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
13.40 Zagadkowe życie ptaków miejskich (2)	8.25 48h. Zaginieni (124, 125)	14.10 Australijskie poszukiwacze złota 6	15.35 Jak inżynieria zmieniała świat (4) – serial dok., USA	14.10 Morderca z internetu	6.00 Nowe życie w Meksyku
14.50 Rajskie zakątki Europy	10.25 Polacy za granicą (19, 20)	16.05 Ekstremalna pomoc drogową 2 (1) – serial dok.	16.35 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze (9)	15.05 Ferie, impreza, morderstwo (6) – dok.	8.05 Kobieta na krańcu świata (8, 1, 3, 4) – dok.
15.45 Pszczeli dyalekt – profity czy ochrona gatunku – dok., Szwajcaria	12.25 Wojny kontenerowe	17.05 Zabójczy półow (3) – dok.	17.40 Wojna światowa: 1914-1945 (1) – serial dok.	16.00 Pogrzebani za domem 3	10.10 Niezwykłe Stany Prokopa (2-5) – pr. rozr.
16.45 Magiczny Adriatyk (4)	13.20 Poszukiwacze historii	18.00 Kłątwa umarlaka: W poszukiwaniu zaginionego złota 3 (6)	18.50 Historia sprawiedliwości (4)	17.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (4) – dok.	14.20 Człowiek kontra jedzenie (35) – mag. kulin.
17.50 Sanatorium miłości 4 (9)	13.50 Kolaboranci Hitlera (2)	19.00 Australijskie poszukiwacze złota 7	19.40 Cesarstwo Rzymskie: mity i fakty (4) – dok., Fr.	18.00 Z archiwum 997 2 (5, 6)	14.55 Kobieta na krańcu świata (8, 1-3) – dok., Pol.
18.50 Lubię wracać tam, gdzie byłem – film dokumentalny	15.00 Zaginione złoto II wojny światowej (6) – serial dok.	21.00 Wielka wędzarska przygoda 3 (1) – serial dok.	22.00 1776: niepodległość USA (4) – serial dokumentalny	19.00 Dowody zbrodni 3 (12)	17.15 Baseny z rozmachem 2
20.00 Kto rządzi światem? (3)	15.55 Top Guns – SuperBroń	22.00 Internetowy seksbiznes (2) – serial dok., Wlk. Bryt.	22.55 Nazisci: ściśle tajna nauka (5) – serial dok., USA	20.00 Kobiety, które nosiły śmierć (12) (7) – serial dok.	19.15 Ciepłota przez Stany
21.05 Kerkini – grecka przysłań ptaków – dok.	16.50 Fabryki wojny (6) – dok.	23.00 Australijskie poszukiwacze złota: na ratunek kopalniom	23.55 Zaginione tajemnice piramid (1, 2) – serial dok.	21.00 Zbrodnia: oszukać prawdę (6) – serial dokum.	21.35 Duchy Morgan City (3, 4)
22.10 Niebezpieczne drogi (4)	17.50 Najpotężniejsze 2 (1, 2)			22.00 Pojawianie na podofia	23.40 Kobieta na krańcu świata (5-7) – serial dok.
23.15 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn	21.00 Hitlerowsy poszukiwacze skarbów (6) – serial dokum., Australia			23.00 Najbardziej szokujące posćigi 2 (13, 14) – dok.	1.25 Niezwykłe Stany Prokopa (4, 5) – pr. rozr.
23.20 Kim Jo Dzong. Czerwona księżniczka	22.00 Skonowanie historii (6)			23.55 Kobiety, które nosiły śmierć (11) (8) – serial dok.	3.05 Baseny z rozmachem
	23.00 Koszyki wojny (6) – dok.			0.50 Tajemnica mojej śmierci	4.45 Sukces nie zna granic (8)
	0.05 Piekło na Ziemi (7) – dok.				

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TWN STYLE HD
13.50 Daję słowo – Maciej Orłoś 2 (17)	7.05 Przepis dnia – mag.	6.00 Przyjaciółki (69, 70) – serial obycz., Polska	6.00 Przyjaciółki (69, 70) – serial obycz., Polska	6.00 Strażnik Teksasu (10, 11) – serial sens.	7.10 Express – pr. inform.	5.15 I nie opuścę Cię aż do ślubu (7) – reality show
14.40 Turystyczna jazda	7.15 Okrasa lamie przepisy (353) – mag.	8.00 halo tv polsat cafe (3) – mag. poradnikowy	8.00 halo tv polsat cafe (3) – mag. poradnikowy	7.55 Bogaty dom – biedny dom (74)	7.35 DeFacto 13 (13, 14)	5.50 Damy i wieśniaczki. PL 9 (4) – serial fab.-dok., Polska 2025
15.00 Słowo daję! – mag.	8.20 Familiada – telet.	11.00 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (47) – reality show	11.00 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (47) – reality show	8.55 Policjantki i Policjanci (508, 509)	9.35 Kartoteka 2 (1)	6.45 Śluby marzeń (1) – program rozrywkowy
15.10 Tamte lata, tamte dni – magazyn kult.	8.55 Va banque (940)	12.30 Bogaty dom – biedny dom (107, 108)	12.30 Bogaty dom – biedny dom (107, 108)	10.55 Na ratunek 112 (1166, 1167) – paradok.	10.35 Detektywi (25, 26)	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
15.40 Słownik polsko-polski (682)	9.30 Kolo fortuny (2049)	14.30 10 lat młodsza w 10 dni (1, 2) – pr. rozrywk.	14.30 10 lat młodsza w 10 dni (1, 2) – pr. rozrywk.	11.55 Dłaczego ja? (1535, 1536) – paradok.	12.35 Zakup w ciemno 7 (34, 35) – reality show	11.20 Ugotowani (9, 10) – pr. kulin.-rozrywk.
16.10 Rozrywka retro	10.10 Makłowicz w podróży – mag.	16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (49) – reality show	16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (49) – reality show	13.55 Trudne sprawy (755-757) – paradok.	12.35 Nic do zgłoszenia (7)	13.30 Kuchenne rewolucje (5, 4) – program rozrywkowy
16.30 Barwy szczęścia (3339) – serial obycz.	10.45 Postaw na milion	18.00 Kociaja w ciemno (76) – pr. rozrywk.	18.00 Kociaja w ciemno (76) – pr. rozrywk.	16.55 Policjantki i Policjanci (1398)	15.35 Złomowisko PL 5 (5)	15.35 I nie opuścę Cię aż do ślubu (5, 6) – reality show
17.00 Gra słów. Krzyżówka (1058)	12.35 Familiada – telet.	20.00 Kolacja w ciemno (76) – pr. rozrywk.	20.00 Kolacja w ciemno (76) – pr. rozrywk.	18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (516)	16.45 Express – pr. inform.	17.05 W czym do ślubu? (3) – program rozrywk.
17.30 Teleexpress	13.15 Matki, żony i kochanki (20)	21.05 Więzienie kobiet (140, 141) – dok., Pol.	21.05 Więzienie kobiet (140, 141) – dok., Pol.	19.00 Policjantki i Policjanci (1399)	16.58 Pogoda, sport	17.40 Kuchenne rewolucje (3-5) – rozr.
17.50 Teleexpress Extra	14.20 Pan Mama (35, 36)			20.00 Uroczysko (203, 204)	17.05 Goglebox. Przed telewizorem 23 (1)	
18.15 UNESCO: Skarby Polski – serial dokum.	15.30 Tak to leciało! (66)			21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (128)	18.05 Nauka jazdy 6 (2)	
18.45 Info Wilno – pr. inf.	16.30 Do śmiechu! (74)				18.40 Niezwykłe Stany Prokopa 6 (2) – rozr.	
19.05 Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny (129) – program inform.	17.25 Va banque (941)				19.45 Express – pr. inform.	
	18.00 Kolo fortuny (2050)				20.05 Zakup w ciemno 7 (37) – reality show	
	18.35 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin.				21.05 Zakup w ciemno extra (34)	
	19.40 Makłowicz w podróży – mag.				21.45 Express – pr. inform.	
	20.10 Postaw na milion					



19.15 Ranczo 3 (27) – Polska 2008

W wyniku pożaru Wioletka zostaje pozbawiona pracy. Michałowa nie chce dopuścić do odbudowy restauracji. Wójt popiera jej wysiłki.

20.10 Program informacyjny 19.30

20.40 Pogoda

20.50 Korona Gór Polski

21.20 Polonia 24 Tygodnik

22.25 Profilerka Jastrzę (10)

23.15 Dziennik regionów

23.40 Taniec z rosyjskim niedzwiedziem, część 6 – film dokumentalny, Polska

22.10 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (44)

Wybór najlepszych skeczy warszawskiej grupy. Kultowe scenki ukazują codzienną sytuację w krzywym zwierciadle i przypominają, za co widzowie kochają kabaret.

22.50 Kabaret Letnią Porą (11) – pr. rozrywk.

23.50 Do śmiechu! (76) – program rozrywkowy

0.45 Niepewne sytuacje 3 (5) – rozr.

1.10 Kolo fortuny (2050, 2042) – telet.

22.00 Ambulans (2) – Polska 2025

Praca ratownika medycznego to codzienna walka ze stresem i ekstremalnymi sytuacjami. Serial ukazuje również koordynację zgłoszeń przez dyspozytorów.

23.00 Gry małżeńskie (156, 157) – reality show, Polska

1.00 Kolacja w ciemno (19, 20) – program rozrywkowy

3.05 Więzienie kobiet (17, 18) – serial dok.

4.00 Zdrady (157, 158) – serial paradokum.

22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1011)

Walczak i Rosa badają sprawę męczyn, który podczas wieczoru kawalerskiego wypadł z okna. W mieszkaniu znajdują kobietę oślepioną po zatruciu metanolem.

23.00 W jak morderstwo – komedia kryminalna, Polska 2021, 140 min

1.20 Love Island. Wyspa miłości (29)

2.30 Interwencja – mag.

2.55 Śmierć na 1000 sposobów (12) – dok.

3.25 Lubię disco! (277)

22.00 Życie na kredycie 8 (9, 10) – Polska 2026

Wiesia zaskakuje przyjaciółki szczerymi wyznaniem o lekach dotyczących swojego małżeństwa. Jarek postanawia w końcu powiedzieć dzieckom o problemach.

23.05 Żony Podlasia 3 (6)

0.05 Ostre cięcie 12 (7)

1.05 Orzeł czy reszka? 3 (2) – pr. podróźniczy

2.05 Dobra robota 3 (21)

2.30 Osadzone. Blok F (19-21) – paradok., Pol.

3.45 Damy i wieśniaczki. Ukraina 8 (7)

4.40 Diabelnie boskie (2)

20.50 Jestem z Polski (11) – Polska 2023

Kasia od dwóch lat mieszka z mężem w Los Angeles. Zarabia na życie, pracując jako fizjoterapeutka w prywatnej klinice. Pokaze widzom m.in. słynne przepackie chmur.

21.50 Jestem z Polski 16 (21) – serial dokum.

22.50 Hotel Paradise 6 (25)

23.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9

1.35 Dorota was urządzi! (7) – program rozrywk.

2.20 Nieoczywiste miejsca (6) – dok.

10.45 Gra słów. Krzyżówka

11.20 Na sygnale (654, 655)

12.25 Ojciec Mateusz 6 (78)

13.20 Komisarz Alex 4 (42)

14.15 Ranczo 7 (83, 84) – obycz.

16.10 Tańcząca ze światem – Malta (3) – magazyn

16.40 Wyższa Szkoła Jazdy (5)

17.10 Okrasa lamie przepisy

17.45 Makłowicz w podróży

18.20 Ojciec Mateusz 25 (321)

19.20 Ranczo 7 (88) – obycz., Pol.

20.10 Rodzinka.pl (289, 290)

21.25 Komisarz Alex 25 (313)

22.20 Córka trenera – dramat

FILM obycz., Pol. 2018, 105 min

0.05 Wykapany ojciec

FILM – kom., USA 2013, 115 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: Mężczyzna moich marzeń – obycz., Niemcy/Austria 2007, 120 min

21.50 Rosamunde Pilcher: Serca na wietrze – film obyczajowy, Niemcy 2008, reż. Karl Kases, 105 min

23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

8.05 Strażnik Teksasu 9 (8, 9)

9.55 MacGyver (5, 6) – sens.

12.05 Pułapki umysłu (4) – dok.

13.15 Wojny magazynowe: Kanada 2 (16, 17)

14.25 Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (6)

15.30 Sensacje XX wieku

17.50 Wojciech Cejrowski – bosy przez świat

20.00 Kobra – oddział specjalny 24 (2, 3) – sens.

22.00 Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (7)

23.20 Magia nagości. Szwecja 0.0 Magia nagości 7 (1) – rozr.

1.05 Magia nagości. Dania (5)

1.55 I love kabaret (3-5) – rozr.

11.00 Wiza na miłość: Stephanie i Erika

12.00 Miłość bez tłumaczenia

13.00 Przyjaźń wielkiej wagi 2

15.00 Wiza na miłość 11

16.00 Historie wielkiej wagi

18.00 Pokonać otłość (8)

19.00 Wiza na miłość: rajski romans 4 (2) – reality show

20.00 Rodzina 10+ 8 (12) – rozr.

21.00 Wielkie lato małych ludzi – reality show

22.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 7

23.00 Skórze na ratunek 7 – serial dok., Wlk. Bryt. 2024

0.00 Dr Pryszczylla – kulisy

1.00 Rodzina 10+ 8 (12) – rozr.

14.50 U sąsiadów w kuchni 13

15.45 Z pola na stół 2 (8) – dok.

16.10 Kulinarne mapa Wielkiej Brytanii (1) – serial dokum.

16.40 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień

18.30 Tajemnice indyjskich smaków (2) – serial dok.

18.55 M jak mięso (4, 5) – dok.

19.50 Nie bój ryby! (4) – mag.

20.15 M jak mięso 10 (8) – mag.

20.40 M jak mięso 7 (1) – dok.

21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 8 (5)

22.05 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 7

23.55 Kolacja z Gavinem Rosdale'em (3) – dok.

10.15 Ciężarówką przez RPA

11.15 101 napraw 5 (3, 4) – mag.

12.15 Jeździć, obserwować (6)

13.00 Mobilni mechanicy

13.40 Zawodowi handlarze

16.00 Wojny samochodowe

18.00 Raport Turbo – mag. inf.

18.15 Wojny samochodowe

20.15 Moto kombat (2) – rozr.

21.00 Ciężarówką przez Chile (3) – program rozrywkowy

22.00 Raport Turbo – mag. inf.

22.15 Jeździć, obserwować (11, 12) – serial dokum., Pol.

23.45 Zawodowi handlarze (8)

0.30 Usterka 16 (1) – fab.-dok.

1.00 101 gadzettoz motoryzacyjnych (6)

9.30 Calkiem nowe lata miodowe (1) – kom., Pol.

10.00 Miodowe lata (17) – kom.

10.30 Wiązienie (122) – dok., Pol.

11.00 Poitort 13 – serial krym.

14.30 Świat według Kiepskich (356) – serial kom., Polska

15.00 Świat według Buncych 8 (175-180)

18.00 Calkiem nowe lata miodowe (15) – kom., Pol.

18.30 Miodowe lata (32-35)

21.00 Zdrady (9) – paradok., Pol.

22.00 Ślad (43, 44, 108) – krym.

1.00 Łowca pedofilów

3.00 TV okazje (99, 100)

3.50 Wehikuł czasu (709, 708)

4.00 Sala operacyjna 4 (5, 7)

8.30 Szpital (788, 789)

10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (357, 358)

12.30 SOS Ekipy w akcji (31)

13.30 Brzydula (33, 34) – kom.

14.35 Kiedy ktoś kocha bardziej (16) – obycz.

15.45 The Floor (7, 8) – telet.

17.00 Fani czterech kółek 17

18.00 Prawo Agaty 7 (5)

19.00 Kartoteka 2 (11, 12) – serial fab.-dok., Pol. 2012

21.05 Kryminalni 3 (7, 8) – krym.

23.15 Kuba Wojewódzki (7)

0.25 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5 (8) – dok.

1.25 Szpital (781) – paradok.

2.20 Szkoła (531, 532)

11.05 77 TV 2 (5) – pr. rozrywk.

12.00 Co Polak potrafi na drodze? (15) – pr. rozr.

13.05 Ciężarówką przez śniegi 2 (2) – serial dokum.

14.00 Kłątwa Wyspy Dębów 6

15.00 Wojny kontenerowe 2

15.55 Australijscy poszukiwacze złota 3

18.00 77 TV 5 (3, 2) – pr. rozrywk.

20.00 Alex Hugo – górski detektyw (12) – krym., Fr.

22.05 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (7, 8) – serial kryminalny

0.30 Nostradamus: prorocтва na XXI wiek

2.20 Celnicy 3 (5, 6) – dok.

13.00 Makłowicz w podróży

14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (25, 26)

16.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (1) – dok.

16.55 Pogoda

17.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 6 (1)

19.00 Strażacy z sąsiedztwa

20.00 Policjanci z sąsiedztwa 5 (29, 30)

21.55 Pogoda

22.00 Mistrzowie Kabaretu 10 (5) – program rozrywkowy

23.00 Mistrzowie Kabaretu 11 (3) – program rozrywkowy

0.00 Mistrzowie Kabaretu 4

0.55 Mistrzowie Kabaretu 15

11.55 Po pierwsze: lokalizacja! (8)

12.50 Gardeners' World 14

14.05 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo (6) – dok., Kan.

15.00 Kupcie sobie zamek! 2

15.55 Daleko od miasta 14

16.50 Gardeners' World 14 (8)

18.00 Ucieczka na wieś 22 (13)

19.00 Wielkie projekty: Szwecja 3 (5) – serial dok.

20.00 Daleko od miasta 11

21.00 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo (7) – dok., Kan.

22.00 Monty Don – brytyjskie ogrody (4) – dok., Wlk. Bryt.

9.05 Remontujemy dom na plaży 6 (3) – pr. rozr.

10.00 Poszukiwacze domów – domy nad wodą 4 (3, 4)

11.00 Usterka 11 (16, 17)

12.31 Moje miasto, mój dom 8

14.35 Mieszkanie na miarę

16.30 Polowanie na ogród 3

17.40 Polowanie na ogród 4 (1)

18.15 Weekendowa metamorfoza (7, 8)

20.05 Dorota was urządzi!

21.35 Złoty remont 4 (5) – rozr.

22.35 House Hunters – Poszukiwacze domów 10 (3-6) – pr. rozr.

0.45 Kupujemy dom na plaży 20 (4, 5) – dok.

POLSAT 2 HD

- 5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (301) – reality show
7.30 Na ratunek 112 (927, 928) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 Sekrety rodziny (384-386) – paradok.
11.30 Trudne sprawy (950) – serial paradokum.
12.30 Dlaczego ja? (1350, 1396) – paradok.
14.30 Świat według Kiepskich (534-538) – kom., Pol. 2017-2018
17.00 48h. Zaginieni (157, 158) – krym., Pol.
19.00 Gliniarze (996) – serial paradokum.
20.00 Ślad (72) – krym., Pol.
21.00 Gliniarze (791) – serial paradokum.



KRYMINALNY

22.00 Komisarz Mama (5) – Polska 2021
Zamordowano chorego na białaczkę Stefana. Podejrzanie pada na grupę nielegalnych pokerzystów. Tymczasem romans Marii i Łukasza kwitnie.

- 23.00 Świat według Kiepskich (361, 362) – serial kom., Pol. 2011
0.00 Ślad (94) – krym., Pol.
1.00 Zdrady II (13)
2.05 Wydarzenia
2.45 Ewa gotuje (551, 552)
3.45 Interwencja – mag.
4.00 SuperLudzie (36, 37)
5.10 Drwale (1) – dok., Pol.

POLSAT PLAY HD

- 6.00 Budowańcy (8) – dok.
6.30 Kolowrotek (202) – mag.
7.00 Dorwać tuńczyka (8, 9)
9.05 Wojny magazynowe
10.05 Wojny kontenerowe (12, 13) – serial dok., USA
11.00 Hardkorowy lombard
14.05 Polacy za granicą (39, 40)
16.05 Złomiarze (35, 36) – dok.
18.00 Poszukiwacze historii (164, 165) – serial dokum.
20.05 Drwale i inne opowieści Bieszczad (228-231)
22.00 Górale (237) – serial dok.
22.30 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (224, 160, 159, 162, 161, 163-168)
4.00 Starożytni kosmici (7, 8)

Kobieta

- 14.00 Omnibus – szycby i mądry (17) – teleturniej
14.35 Omnibus – szycby i mądry – dogrywka
15.00 Operacja zdrowie (58)
15.30 Ojciec Mateusz (9, 10)
17.25 Najwspanialsze ikony natury (5) – serial dokum.
18.30 Żona dla Polaka. Toronto (5) – reality show
19.30 Miłość i nadzieja (299)
20.30 Wichrowe wzgorze (280) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 La Promesa – pałac tajemnic (270) – obycz.
22.30 Powrót do tamtych dni – dramat obyczajowy, Polska 2021, 120 min

SUPER POLSAT DVB T2

- 6.05 Wydarzenia
6.45 SuperLudzie Extra (27) – magazyn
6.55 Na ratunek 112 (712, 713) – paradok.
7.55 Dक्टर Martin (57, 58) – serial obycz.
10.00 Wydarzenia
10.30 SuperMocni (4)
11.00 Świat według Kiepskich (363-367) – serial kom., Pol. 2011
13.30 Bitwa o palety (4)
14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (62) – reality show
16.00 Ninja Warrior Polska (36)
18.00 Świat według Kiepskich (464, 465, 556, 557)
20.00 Złomiarze (8) – dok.



DRAMAT HISTORYCZNY

21.00 Piotria – USA/FILM Niemcy 2000, 200 min
Rok 1776. Benjamin Martin nie chce walczyć o wolność kolonii USA. Zmienia zdanie, kiedy Anglicy zabijają jego syna. Rusza na wojnę razem z najstarszym potomkiem.

- 0.20 Wydział zabójstw, Hollywood – komedia sensacyjna, USA 2003, 145 min
2.45 Świat według Kiepskich (398, 399) – serial kom., Pol. 2012
3.55 Nasz nowy dom (253, 254) – reality show, Polska 2022

FOOD NETWORK HD

- 12.05 Sexy kuchnia Magdy Gessler (4, 5) – mag. kulin.
13.10 Apetyt na miłość (5)
14.10 Akcja: Restauracja! (3)
15.10 Ogniem i patelnią (3)
16.15 Kuchenne rewolucje (8)
17.15 Sexy kuchnia Magdy Gessler (2) – mag. kulin.
17.50 Miłość od kuchni (8)
18.50 Dziecięce mistrzostwa wypieków 11 (9)
19.50 Napad na kuchnię (3)
20.55 Miasto smaków Guya Fleriego (3) – reality show
22.00 Pyszne miejscówki (6)
23.00 Akcja: Restauracja! 20
0.30 Człowiek kontra jedzenie (19, 20) – mag.

E! ENTERTAINMENT HD

- 8.50 Tyler Henry – medium z Hollywood – pr. rozrywk.
10.40 Plastikarna fuszerka (19)
12.30 Z kamerą u Kardashianów (8, 9)
14.20 Tyler Henry – medium z Hollywood – pr. rozrywk.
16.10 Plastikarna fuszerka
18.00 Tylko dla celebrytów
18.30 Z kamerą u Kardashianów (14, 1)
20.30 Tyler Henry – medium z Hollywood (1) – pr. rozr.
22.30 Plastikarna fuszerka
0.30 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
1.00 Z kamerą u Kardashianów (8, 9)

TV 6 DVB T1

- 6.00 Więzienie (160, 161) – serial dokumentalny, Polska 2023
6.55 Policjantki i Policjanci (707, 708) – serial obyczajowy, Polska 2020
8.55 Kobra – oddział specjalny (26, 27) – serial sensacyjny, Niemcy 1997
10.55 48h. Zaginieni (145-147) – serial kryminalny, Polska 2022
13.55 Policjantki i Policjanci (1199) – serial obyczajowy, Polska 2024
14.55 Uroczysko (43, 44) – serial kryminalny, Polska 2023-2024



SENSACYJNY

16.00 Kobra – oddział specjalny (28, 29)
W niewielkim odstępse czasu dochodzi do kilku wypadków. Okazuje się, że kierowcy, którzy brali w nich udział, pili napoje, do których ktoś dodał barbituranów.

- 18.05 Strażnik Teksasu (12, 13) – serial sens.
20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (47, 48) – serial krym.
22.00 Czarna lista 2 (24)
23.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (709, 710) – krym., Pol.

POLSAT RODZINA HD

- 12.00 Bogaty dom – biedny dom (137) – reality show
13.00 Rodzina zastępcza (221, 222) – kom., Pol. 2005
14.55 Wielkie wyczyszczenie
15.55 Świat z góry (4, 5) – dok.
17.10 Pingwiny z Madagaskaru 3 (13-15)
18.40 Pingwiny z Madagaskaru (1)
19.00 Rodzina zastępcza (307) – serial komediowy, Polska
20.00 Miodowe lata (6, 7, 98)
21.55 Nasz nowy dom
23.50 Broń w hollywoodzkich filmach (3, 4) – serial dokumentalny, USA 2017
0.45 Historia czołgów (3)

TV TRWAM DVB T1

- 17.15 Muzyczne chwile
17.55 Poczet wielkich Polaków – pr. hist.
18.00 Anioł Pański
18.05 Informacje dnia
18.15 Rozmowy niedokończone – pr. publ.
19.30 Każdy maluch to potrafi – program dla dzieci
19.45 Modlitwa – religijny
20.00 Informacje dnia
20.20 Różaniec
20.50 Śladami historii (6) – dok.
21.00 Apel Jasnogórski
21.20 Informacje dnia
21.40 Polski punkt widzenia
22.00 Głos serca (135) – obycz.
22.45 Albertynki – film dokum.

BBC FIRST HD

- 6.00 Zagadki doktora Blake'a 3 (5) – krym.
6.55 Death Valley (3, 4) – serial kom., Wlk. Bryt.
8.40 Lewis 5 (2) – krym.
9.35 Ojciec Brown (3) – krym., Wlk. Bryt. 2013
10.40 Śmierć pod palmami (4) – krym.
11.45 Zagadki doktora Blake'a 3 (5) – krym.
12.55 Death Valley (5, 6)
15.00 Ojciec Brown 7 (8) – krym., Wlk. Bryt. 2019
16.00 My Life is Murder 3 (2) – serial kryminalny
18.00 Morderstwa w Midsomer 21 (4) – krym., Wlk. Bryt. 2019
19.50 Śmierć pod palmami (5) – krym.



KRYMINALNY

21.00 Na niebieskich świątach 3 (5, 6)
Grace i Sean zabierają George'a na przesłuchanie. Mężczyzna znajduje się w niebezpieczeństwie. Tymczasem Shane przeprowadza rutynową interwencję.

- 23.10 Lynley (3, 4) – krym.
1.10 Death Valley (6) – serial kom., Wlk. Bryt.
2.10 Morderstwa w Midsomer 21 (4) – krym., Wlk. Bryt. 2019
3.55 My Life is Murder 3 (2) – serial kryminalny
4.40 Moja rodzinka 2 (11)
5.10 Ojciec Brown 7 (8)

BBC LIFESTYLE HD

- 13.30 Bake off: zawodowcy 3
14.30 Wielkie brytyjskie wypieki 13 (5) – pr. rozr.
15.40 Zapraszam do stołu: Wielka porcja 19 (7)
17.50 Wymarzone domy 2 (4)
18.50 Mistrzowie ceramiki 4
19.50 Wielkie brytyjskie wypieki 13 (6) – pr. rozr.
21.00 Glukozowa Bogini: rewolucja na talerzu (2)
22.00 Kobiety, skalpel i liposukcja (2) – dok.
23.00 Wstydlive choroby: Otyłość – wizyta kontrolna 2 (1) – dok.
23.55 Kuchenne koszmary USA 9 (5, 6) – serial dok.

BBC BRIT HD

- 11.30 Brytyjskie fabryki jedzenia (3) – serial dok.
12.40 Top Gear 8 (3) – mag.
13.40 Nadzwyczajne maszyny
14.40 Cuda inżynierii (2) – dok.
15.40 Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 4 (3) – telet.
16.45 Brytyjskie fabryki jedzenia (3) – serial dok.
17.50 Top Gear 8 (4) – mag.
18.55 Cuda inżynierii (2) – dok.
20.00 Brytyjskie fabryki 2 (1)
21.00 Fenomeny współczesnego życia 2
22.00 Tajne bunkry (2) – dok.
23.05 Top Gear 8 (3) – mag.
0.05 Top Gear 19 (6) – mag.

STACJE DZIECIĘCE

- 10.20 Bolek i Lolek wyruszają w świat
10.45 Rodzina Treflików 2 (25, 26) – serial anim.
11.10 Odo (37-39) – anim.
11.35 Stacyjkowo (5, 6)
11.55 Pszczołka Maja (13)
12.25 Domisie – dla dzieci
13.00 Ugotuj nam bajkę
13.20 Tru i Tęczowe Królestwo (13)
13.45 Świnka Peppa 7
14.10 Pająk Lucas 2 (25, 26)
14.30 Oli i Lina (25, 26)
14.55 Oktonauci (25, 26)
15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (13) – mag.
15.40 Billy – chomik, który został wojakem (21, 22) – serial anim.
16.05 Pat i świat (37-39)
16.35 Dino Ranczo



ANIMOWANY

17.05 Pszczołka Maja (25, 26) – Niemcy/Francja 2012
Gucio niechętny zjada multiwitaminowy tort przeznaczony dla Królowej. Trzeba odtworzyć przepis i znaleźć wszystkie składniki.

- 17.30 Petronix: Obrońcy zwierząt (25, 26)
18.00 Mała Marinette (3, 4)
18.30 Leo da Vinci 2
19.00 Płtyś i Bill
19.15 Czarodziejskie miasteczko Pinokia
19.25 Piotruś Królik
19.50 Wegeazury 2
19.55 Lupin wśród bajek

NICK JR. HD

- 17.05 Rubble i jego ekipa 2 (25)
17.30 Pan Krokodyl 2 (7, 5)
17.55 Barabapapa – szczęśliwa rodzinka (2) – serial anim.
18.10 Barabapapa i jego rodzinka 2 (2) – anim., Fr.
18.40 Dora 2 (4) – serial anim.
19.00 Przygody Misia Paddingtona (4) – anim.
19.30 Przygody Misia Paddingtona 2 (1) – anim.
19.55 Przygody Misia Paddingtona (5) – anim.
20.07 Świnka Peppa (46-49)
20.30 Małe Królestwo Bena i Holly (9) – serial anim.
20.55 Barabapapa i jego rodzinka (24-26) – anim.

MINI MINI+ HD

- 10.00 Baranek Shaun (20-28)
11.25 Baczne oczka (6-9)
11.55 Marta mówi (5, 6) – anim.
12.50 Moje urodziny – dla dzieci
12.59 Marta mówi (7, 8) – anim.
13.55 Moje urodziny – dla dzieci
14.00 Basia (3-7) – serial anim.
15.10 Kicia Kocia 2 (4-8) – anim.
15.55 Blazie i megamaszyny
17.20 Staś i fajna Babcia
17.50 Moje urodziny – dla dzieci
17.57 Staś i fajna Babcia (26)
18.15 Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia (12, 13) – serial anim., Jap.
18.40 Dora i przyjaciele (12, 13)
19.35 Kicia Kocia (5-9) – anim.
20.25 Mały Charlie (4-8) – anim.

STACJE INFORMACYJNE

- 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
20.00 Kropka nad i – publ.
20.20 Fakty o świecie



MAGAZYN

21.00 Polska i świat
Program Marty Kuligowskiej, który podsumowuje wydarzenia, budzące szczególne zainteresowanie wśród obywateli naszego kraju.

- 22.00 Szkoła kontaktowe
23.00 Dzień po dniu – mag.
0.25 Biznes – pr. publicyst.
0.45 Fakty po Faktach
1.20 Kropka nad i – publ.
1.50 Tak jest – pr. publ.
2.35 Nowa Maja w ogrodzie – mag.
3.00 Akademia ogrodnika – mag.
3.02 Fakty po Faktach
3.30 Kropka nad i – publ.

POLSAT NEWS HD

- 14.55 Pogoda
15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny
15.30 Sport, pogoda
15.50 Wydarzenia 15:50
16.10 Więcej „Wydarzeń” – inf.
16.30 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.
18.00 Punkt widzenia Szubartowicza – pr. publ.
19.15 Gość „Wydarzeń” – publ.
19.50 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 3 DVB T2

- 13.00 Agrobiznes
13.20 Agropogoda
13.30 Bez trybu. Justyna Dobrosz-Orazc
14.20 Poznaj region
15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – program religijny
15.20 Serwis Info Dzień – inf.
15.30 Program lokalny
19.30 Calkiem 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 (191) – serial obycz., Turcja 2022

Warto zobaczyć

→ filmowe hity

10.25 **W 80 dni dookoła świata**
PRZYGODOWY Phileas Fogg zakłada się, że okrąży glob w niecałe trzy miesiące. Towarzyszy mu służący. Reż.: Michael Anderson, A: David Niven, Cantinflas, Charles Boyer
 USA 1956 **180 min ▶ do godz. 13.25**

14.00 **Między światami**
PSYCHOLOGICZNY Szczęście Corbettów burzy śmierć syna. Matka chłopca oddała się do męża. Nawiązuje znajomość ze sprawcą wypadku. Reż.: John Cameron Mitchell, A: Nicole Kidman, Aaron Eckhart
 USA 2010 **115 min ▶ do godz. 15.55**

14.40 **Talea**
OBYCZAJOWY Rodzina zastępcza Jaśminy niebawem jedzie na wakacje. Dziewczyna chce spędzić ten czas ze swoją prawdziwą mamą. Reż.: Katharina Mückstein, A: Lili Epply, Eva-Maria Gintsberg, Philipp Hochmair
 Austria 2013 **90 min ▶ do godz. 16.10**

15.00 **Wyścig z czasem**
THRILLER SF Nieśmiertelni bogacze żyją kosztem ubogich umierających młodo. Mieszkaniec getta postanawia obalić system. Reż.: Andrew Niccol, A: Justin Timberlake, Olivia Wilde, Colin McGurk
 USA 2011 **140 min ▶ do godz. 17.20**

17.45 **Rodzinne rewolucje**
KOMEDIA Samotni rodzice, Lauren i Jim, mają za sobą nieudaną randkę. Oboje już nigdy nie zamierzają się spotkać. Los jednak płata im figla. Reż.: Frank Coraci, A: Adam Sandler, Drew Barrymore, Kevin Nealon
 USA 2014 **135 min ▶ do godz. 20.00**

19.10 **Biała otchłań**
SENSACYJNY Diler wysłał ekipę, by odzyskała znajdujące się we wraku skrzynie. Kiedy próbują wydostać ładunek, pojawiają się rekiny. Reż.: Anthony C. Ferrante, A: Angela Cole, Ashton Leigh, Johnny Ramey
 USA 2025 **110 min ▶ do godz. 21.00**

20.05 **Szyfry wojny**
WOJENNY Amerykanie wykorzystują Indian Nawaho jako szyfrantów. Żołnierz Joe ma ochraniać jednego z nich. Zostaje wystawiony na próbę. Reż.: John Woo, A: Nicolas Cage, Adam Beach, Christian Slater
 USA 2002 **140 min ▶ do godz. 22.25**

22.10 **Doczekać zmroku**
THRILLER W wyniku zbiegu okoliczności do domu niewidomej Susy trafia lalka z paczką zawierającą heroinę. Zabawkę chcą przejąć bandyci. Reż.: Terence Young, A: Audrey Hepburn, Alan Arkin, Richard Crenna.
 USA 1967 **130 min ▶ do godz. 0.20**



Bilbo porzuca wygodny dom i rusza z krasnoludami w drogę. Ujawnia swoją odwagę.



19.55 **Hobbit: Niezwykła podróż**

FANTASY Grupa śmiałków bierze udział w misji, która pozwoli ocalić królestwo.

HIT DNIA Mieszkający w sielskim Shire Bilbo nie zdaje sobie sprawy z tego, że niebawem porzuci wszystko, co zna. Pewnego wiosennego dnia wizytę składa mu czarodziej Gandalf, proponując uczestnictwo w wyprawie. Nie czekając na szczegóły, gospodarz odma-

wia. Wieczorem jednak nchodzi go trzynastu krasnoludów. Po tych odwiedzinach życie hobbita gwałtownie się zmienia. Nieokrzesani goście pładrują jego dom, lecz co ważniejsze – zdradzają cel podróży. Thorin Dębowa Tarcza i jego towarzysze pragną odzyskać

Erebor, siedzibę swoich przodków, w której panoszy się smok Smaug. Liczą na pomoc. Będą musieli przejść przez zdradliwe ziemie, a także stawić czoło wrogom. **HD 235 min ▶ do godz. 23.50**

USA/Nowa Zelandia 2012 **Reż.:** Peter Jackson **Wyst.:** Ian McKellen, Martin Freeman, Richard Armitage, Ken Stott



20.00 **Dom nad jeziorem**
MELODRAMAT Rok 2004. Alex (Keanu Reeves) kupuje dom. Poprzednia właścicielka zostawia mu list. Prosi, by przesyłał jej korespondencję do Chicago. Okazuje się, że kobieta żyje w... 2006 r. Szukają sposobu, by się spotkać.

Reż.: Alejandro Agresti **Wyst.:** Sandra Bullock
 USA 2006 **HD 135 min ▶ do godz. 22.15**



21.50 **Niepokonani**
PRZYGODOWY Rok 1940, Syberia. Janusz (Jim Sturgess) trafia do łagru. Wrz z grupą współwięźniów, w tym Walkę (Colin Farrell), przedostaje się poza bramy obozu. Uciekinierzy decydują się na przeprawę do Indii.

Reż.: Peter Weir **Wyst.:** Saoirse Ronan
 USA/Pol. 2010 **175 min ▶ do godz. 0.45**



20.00 **Mary Reilly**
HORROR XIX wiek, Londyn. Wrażliwa Mary (Julia Roberts) pracuje jako służąca doktora Jekylla. Pewnego dnia w domu ekscentrycznego lekarza pojawia się tajemniczy pan Hyde – efekt mrocznego eksperymentu.

Reż.: Stephen Frears **Wyst.:** John Malkovich
 USA 1996 **HD 120 min ▶ do godz. 22.00**



22.05 **Wyspa strachu**
THRILLER Cydney (Milla Jovovich) i Cliff (Steve Zahn) spędzają miesiąc miodowy na Hawajach. Miły nastrój ustępuje miejsca przerażeniu, kiedy na wyspie dochodzi do zbrodni. Atmosfera nieufności i zagrożenia narasta...

Reż.: David Twohy **Wyst.:** Chris Hemsworth
 USA 2009 **HD 120 min ▶ do godz. 0.05**



20.00 **Pocałunek smoka**
SENSACYJNY Stróż prawa Liu Jian (Jet Li), prowadzący śledztwo we Francji, natrafia na dowody korupcji w policji. Wpływowy inspektor wrabia go w zabójstwo. Przyszyci pomagają Amerykanka zmuszana do prostytucji.

Reż.: Chris Nahon **Wyst.:** Bridget Fonda
 USA/Fr. 2001 **HD 120 min ▶ do godz. 22.00**



22.15 **Kolory miłości**
MELODRAMAT Taylor (Jessica Lowndes) powraca do rodzinnego miasta. Po drodze pomaga jej Joel (Chad Michael Murray). Na miejscu okazuje się, że to potentat branży hotelarskiej zagrażający interesom jej brata.

Reż.: Bradley Walsh **Wyst.:** Dennis Andres
 Kanada 2021 **HD 105 min ▶ do godz. 0.00**

→ filmowe hity



Bloodsport jego towarzysze są gotowi na wszystko, aby opuścić mury więzienia.

20.00 Legion Samobójców 2

PRZYGODOWY Grupa straceńców otrzymuje wymagające zadanie.

HIT DNIA W zakładzie Belle Reve odsiadują wyroki najwięksi złoczyńcy. Z kilkorga z nich zostaje utworzona jednostka uderzeniowa X. Ma ona wypełnić straczącą misję. Do grupy dołączają m.in. Kapitan Boomerang, Bloodsport, Peacemaker i Harley Quinn. Przestępcy trafiają na wy-

spę Corto Maltese, gdzie doszło do zamachu stanu. Pod dowództwem pułkownika Flaga więźniowie muszą przedrzeć się przez dżunglę i pokrzyżować plany partyzantów. **HD 175 min ▶ do godz. 22.55**

Kan./USA/Wik. Bryt. 2021 **Reż.:** James Gunn **Wyst.:** Idris Elba, Michael Rooker, Viola Davis, John Cena, Joel Kinnaman



20.00 Wampir w Brooklynie

STOPLATKA **HORROR KOMEDIOWY** Z Karaibów przypląwa do Nowego Jorku statek. Na pokładzie jednostki jest wampir (Eddie Murphy). Chce on odnaleźć Ritę (Angela Bassett), z którą łączy go więzy krwi.

Reż.: Wes Craven **Wyst.:** Allen Payne **USA 1995** **HD 125 min ▶ do godz. 22.05**



22.55 Reminiscencja

TVN **SCIENCE FICTION** Klienci Nicka (Hugh Jackman) w specjalnej kapsule przeżywają minionie chwile. Mężczyzna nawiązuje romans z Mae (Rebecca Ferguson), która zgłosiła się do niego z prośbą o pomoc. Wkrótce kobieta znika.

Reż.: Lisa Joy **Wyst.:** Thandive Newton **USA 2021** **HD 140 min ▶ do godz. 1.15**



21.00 Bestia **THRILLER** Doktor Samuels (Idris Elba) po śmierci żony pragnie naprawić relacje z córkami. Zabiera je do RPA – w oczyste strony ich matki. Za sprawą lwa safari zamienia się w dramatyczną walkę o przetrwanie.

Reż.: Baltasar Kormákur **Wyst.:** Sharlto Copley **USA 2022** **HD 115 min ▶ do godz. 22.55**



23.30 Ranczo Wilkowyje

TVP 1 **KOMEDIA** W podlaskiej wsi, którą rządzą wójt i proboszcz (Cezary Żak), zjawia się Louis. Szuka Lucy, która osiedliła się w dworku i wie dzie życie u boku malarza Kusego. Przybysz zamierza nakłonić ukochaną do powrotu.

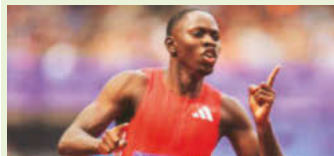
Reż.: Wojciech Adamczyk **Wyst.:** Grzegorz Wons **Polska 2007** **HD 105 min ▶ do godz. 1.15**

→ sport



12.05 Polska – Brazylia

SIATKÓWKA LIVE Przed Biało-Czerwonymi kolejny niezwykle trudny mecz w prestiżowych rozgrywkach LN. Brązowe medalistki ubiegłorocznej edycji mierzą się z utytułowanymi Brazylijkami. Czy Polki będą w stanie zaskoczyć czymś faworytki do końcowego triumfu? **HD 115 min ▶ do godz. 14.00**



20.00 Diamentowa Liga w Monako

LEKKOATLETYKA LIVE Dziesiąty w sezonie mityng prestiżowego cyklu. Na Stade Louis II kibicom zaprezentuje się m.in. złoty medalista mistrzostw świata z 2025 roku w sprincie Oblique Seville. **HD 120 min ▶ do godz. 22.00**



20.30 Polska – Niemcy

SIATKÓWKA LIVE W olśztyńskiej hali Urania ze spół prowadzony przez Nicolę Grbicą będzie miał okazję przetestować nowe ustawienia i warianty taktyczne. Przekonamy się, jak wypadnie na tle solidnej reprezentacji Niemiec. **HD 150 min ▶ do godz. 23.00**



20.50 Mistrzostwa świata 2026

PIŁKA NOŻNA LIVE Kibice spodziewali się, że na SoFi Stadium w Los Angeles zaprezentują się Belgowie. Czerwone Diabły napotkały jednak problemy już w grupie i od ćwierćfinału dzieliła ich bardzo daleka droga. **HD 160 min ▶ do godz. 23.30**

→ rozrywka



11.25 Babski biznes

LIFESTYLE Iza jest właścicielką obiektu noclegowego w Jugowicach. Jej biznes od pewnego czasu przynosi niskie dochody. Poza sezonem budynek stoi pusty, generując koszty utrzymania. Do spłacenia jest ponadto kredyt. Marta Klepka postara się zmienić sytuację. **HD 70 min ▶ do godz. 12.35**



20.00 Gwiazdy Kabaretu

SATYRA Grupa Rewers prezentuje scenki „Nauczyciel u lekarza”, „W markecie zakupy” czy „Psył psył”. Wykona również piosenkę „Love Żul Story”. Później wystąpi K2 ze skeczem „Manufaktura”. Gościem będzie Szymon Łątkowski. **HD 120 min ▶ do godz. 22.00**



21.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3

REALITY SHOW Charlotte wpada w złość, kiedy Johan nie pojawia się na ślubie. Tony jest gotowy przyznać, że popełnił błąd. Umiejętności konwersacyjne Sprite'a stają się przyczyną frustracji Johna. **HD 60 min ▶ do godz. 22.00**

→ dokument



21.00 Wojownicy wszech czasów

HISTORY **REPORTAŻ** Historia Navy SEALs. Formacja stawia na wymagające szkolenie. Jej początki sięgają II wojny światowej. Kolejnym ważnym etapem był konflikt w Wietnamie. **HD 60 min ▶ do godz. 22.00**

TVP 1 HD DV3 T2

- 4.55 Złoty chłopak** (330) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 5.50 Akacja 38** (894) – telenowela, Hiszpania 2015
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Welon, fura i brawura** (6)
- 8.00 Serwis Info** – program inform.
- 8.10 Pogoda Info**
- 8.20 Janosik** (9) – przyg., Polska 1973
- 9.15 Ranczo 6** (78) – obycz., Pol. 2012
- 10.10 Komisarz Alex 7** (86) – serial kryminalny, Polska 2015
- 11.05 Ojciec Mateusz 15** (197) – serial kryminalny, Polska 2016
- 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: Pelagos. Śródziemnomorskie sanktuarium** – dok., Fr. 2023
- 14.00 Złoty chłopak** (331) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 15.00 Serwis Info** – program inform.
- 15.10 Pogoda Info**
- 15.25 Gra słów. Krzyżówka** (1064) – teleturniej
- 16.00 Dziedzictwo** (974) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – telet. muz.
- 18.05 Reporterzy** – mag. reporterów
- 18.25 Akacja 38** (909) – telenowela, Hiszpania 2015
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – pr. publicyst.
- 20.10 Sport, pogoda**
- 20.25 Piłka nożna: Mistrzostwa Świata 2026** – studio

PIŁKA NOŻNA

**20.50 Mistrzostwa Świata 2026**

LIVE – mecz ćwierćfinałowy

Przed mundialem jednym z kandydatów do pojawienia się dziś na SoFi Stadium była Belgia. Czerwone Diabły nienajlepiej jednak rozpoczęły fazę grupową, notując w dwóch pierwszych starciach remisy. Ich dalsze losy stanęły pod znakiem zapytania.

23.30 Ranczo Wilkowyje

FILM Polska 2007, reż. Wojciech Adamczyk, wyk. Ilona Ostrowska, Cezary Żak, Marta Lipińska, Dorota Chotecka, 105 min

1.15 Tożsamość zdrajcy

FILM film sensacyjny, Czechy/Szwajcaria/Wielka Brytania 2017, reż. Michael Apted, wyk. Noomi Rapace, Orlando Bloom, Toni Collette, John Malkovich, 105 min

3.00 To był lipiec 1945

– film dokumentalny, Polska 2019

3.50 Wykrywacz kłamstw

– program publicystyczny

4.10 Pytanie dnia

– publ.

4.30 Reporterzy

– magazyn reporterów

4.40 Oko na świat

– magazyn

5.00 Zakończenie

TVP 2 HD DV3 T2

- 4.35 Na dobre i na złe** (901): Wiek to tylko liczba – serial obyczajowy, Polska 2023
- 5.30 M jak miłość** (1791) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 6.20 Anna Dymna – spotkajmy się:** Anna Dziaduś – talk-show
- 6.55 Barwy szczęścia** (3351) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
- 7.55 Pytanie na śniadanie** – magazyn
- 11.30 Operacja zdrowie** (75) – magazyn medyczny
- 12.00 Rodzinka.pl** (38): Dziadkowie – serial komediowy, Polska 2011
- 12.35 Koło fortuny** (1885) – teleturniej
- 13.15 Panna młoda** (140) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** (1009) – teleturniej
- 14.35 Na sygnale** (873) – serial fabularno-dokum., Polska 2026
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (430) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
- 16.00 Koło fortuny** (1886) – teleturniej
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (141) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- Beyza wpada w panikę na myśl, że prawdziwa przyczyna śmierci Yasemin może wyjść na jaw. Tymczasem ciężarna Yonca, w drodze na dworzec, dostaje nagłych skurczów. Cihan staje u boku załamane go Engina.
- 18.15 Va banque** (1010) – teleturniej
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 Barwy szczęścia** (3351) – serial obyczajowy, Polska 2026

ROZRYWKOWY

**20.05 Mazurska Noc Kabaretowa 2026. Muszkieterowie...** (1-3)

Kolejna edycja wydarzenia w Mrągowie nad jeziorem Czoss. Na scenie pojawiają się między innymi Ani Mru-Mru, Katarzyna Pakosińska, Andrzej Grabowski, Kabaret Chyba, Kabaret Małżeński oraz inne cenione grupy. Widowisko poprowadzą Marcin Daniec, Jerzy Kryszak i Marcin „Jabbar” Wójcik.

23.40 To jest grane – wakacyjnie

(96) – program muzyczny

Marek Sierocki prezentuje polskie i zagraniczne przeboje. Rozmawia z gośćmi i omawia premiery albumów.

0.15 Zawsze z Wami chciałbym być – 30 lat Ich Troje

– koncert

1.20 Varius Manx & Kasia Stankiewicz na dobry wieczór

– widowisko

2.25 Złoto dezerterów

– komedia wojenna, Polska 1998, reż. Janusz Majewski, wyk. Marek Kondrat, Wiktor Zborowski, 125 min

4.30 Rodzinka.pl

(190) – serial komediowy, Polska 2016

4.55 Zakończenie

polsat HD DV3 T2

- 4.55 Disco Gramy**
- 5.40 Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News**
- 8.30 Malanowski i partnerzy** (327, 328): Niebezpieczna miłość; Zakazany przyjaciel – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
- 9.30 Trudne sprawy** (1257, 1258) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 11.35 Gliniarze** (874, 875) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 13.40 Dlaczego ja?** (1504, 1505) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- Julia postanawia zniszczyć nową relację rozwiedzionej matki, Adrianni. Falszywie oskarża jej ukochanego, Wojciecha, o kradzież drogiego kołczyka. Pod wpływem silnego stresu Adrianna traci przytomność.
- 15.50 Wydarzenia, pogoda**
- 16.25 Interwencja** – magazyn reporterów
- 16.40 Gliniarze** (1071, 1072) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- Policjanci wyjaśniają sprawę zabójstwa instruktora strzelectwa. Podejrzenia padają na mężczyznę, który wcześniej pobił go, gdy odkrył, że spotyka on się z jego żoną. Ten jednak ma mocne alibi. Trop prowadzi także do handlarzy bronią.
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.30 Sport, pogoda**

FANTASY

**19.55 Hobbit: Niezwykła podróż**

FILM – USA/Nowa Zelandia 2012, 235 min

HIT DNIA Trzynastu krasnoludów bierze udział w wyprawie, która pozwoli ocalić królestwo Ereboru. Towarzyszy im hobbit Bilbo. Pierwsza część widowiskowej ekranizacji powieści „Hobbit, czyli tam i z powrotem” J.R.R. Tolkiena. Akcja toczy się 60 lat przed wydarzeniami z „Władcy Pierścieni”.

23.50 Niezniszczalni

– film sensacyjny, USA/Bulgaria/Hiszpania 2010, reż. Sylvester Stallone, wyk. Sylvester Stallone, Jason Statham, Jet Li, Dolph Lundgren, 135 min

Grupa najemników wyrusza na południowoamerykańską wyspę, by obalić dyktatora Garzę. Przebieg kinowy zrealizowany z udziałem największych gwiazd kina akcji lat 80. i 90.

2.05 Słyszełicie o Morganach?

FILM – komedia romantyczna, USA 2009, reż. Marc Lawrence, wyk. Sarah Jessica Parker, Hugh Grant, Natalia Klimas, Vincenzo Amato, 155 min

tvn TVN HD DV3 T2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1694) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- 6.50 Kuchenne rewolucje** (9): Zielona Góra – Hot Italian Pizza – program rozrywkowy
- 7.45 Dzień dobry wakacje** – magazyn
- 11.25 Babski biznes** (7) – program rozrywkowy
- 12.35 Ukryta prawda** (1477, 1478, 1725) – paradok., Polska
- 15.45 Detektywi** (109) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
- 16.50 Szpital św. Anny** (65) – serial obyczajowy, Polska 2025
- Zosia i Filip postanawiają adoptować Kalinę. Zgłaszają się do osrodka adopcyjnego. Z lekarką niespodziewanie kontaktuje się biologiczny ojciec dziewczynki. Marta czuwa przy Tomku. Zauważa poprawę jego stanu. Niestety, partner wciąż jej nie rozpoznaje.
- 17.55 Młode gliny** (18) – serial kryminalny, Polska 2026
- Policjanci przerywają mroczny rytuał na cmentarzu. Michalina i Kacper znajdują zwłoki Jadwigi, które członkowie sekty zamierzali podpalić. W domu ofiary policjanci zastają jej pozostawione bez opieki dzieci. Sekcja ujawnia, że kobieta zmarła wskutek krwotoku po porodzie. Rozpoczynają się dramatyczne poszukiwanie noworodka.
- 19.00 Fakty, sport i pogoda**
- 19.50 Uwaga!** – magazyn reporterów

PRZYGODOWY

**20.00 Legion Samobójców 2**

FILM – Kanada/USA/Wielka Brytania 2021, 175 min

W zakładzie Belle Reve odsiadują wyroki najwięksi złoczyńcy. Z kilkorga z nich zostaje utworzona jednostka uderzeniowa X. Ma ona wypełnić stracenią misję. Do grupy dołączają m.in. Kapitan Boomerang, Bloodsport, Peacemaker i Harley Quinn. Przestępcy trafiają na wyspę Corto Maltese, gdzie doszło do zamachu stanu. Pod dowództwem pułkownika Flaga muszą przedrzeć się przez dżunglę i pokrzyżować plany partyzantów.

22.55 Reminiscencja

– film s.f., USA 2021, reż. Lisa Joy, wyk. Thandiwe Newton, Hugh Jackman, Rebecca Ferguson, Cliff Curtis, 140 min

1.15 Godzilla II: Król potworów

FILM – film s.f., Japonia/USA 2019, reż. Michael Dougherty, wyk. Kyle Chandler, Vera Farmiga, Millie Bobby Brown, Ken Watanabe, 145 min

3.40 Uwaga!

– magazyn reporterów

3.55 Kuba Wojewódzki

(13) – talk-show

4.50 Nauka jazdy 5

(18) – program rozrywkowy



- 5.30 Ten moment** (55) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (786-788) – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 8.45 Ukryta prawda** (1338, 1445, 1446) – serial paradokumentalny, Polska
- 11.50 W-11 – Wydział Śledczy** (1099-1101): Problem Majki; Bizneswoman; Dużo do stracenia – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
- 13.55 Kryminalni** (5): Bagno – serial kryminalny, Polska 2004
- 15.00 Szpital** (782, 783) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (506): Spłacony dług – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
- 18.00 SOS Ekipy w akcji** (18) – serial paradokumentalny, Polska 2018 Strażacy udzielają pomocy pracownikowi hurtowni. Po odkryciu zaniedbań właściciela firmy konieczne jest wezwanie jednostki chemicznej. Tymczasem funkcjonariusze zauważają półprzymocowaną dziewczynę. Podejrzewają, że mogła zostać odurzona pigułką gwałtu.
- 19.00 Ukryta prawda** (1529) – serial paradokumentalny, Polska 2023 Karina opuszcza więzienie. W trakcie odbywania kary ciężko pracowała, zrobiła maturę, zdobyła zawód. Teraz wraca do domu, który obecnie należy do jej brata Marka. Wkrótce zostanie oskarżona o kradzież.

MELODRAMAT



- 20.00 Dom nad jeziorem**
FILM – USA/Australia 2006, 135 min
Rok 2004. Alex kupuje dom. Poprzednia właścicielka nieruchomości, Kate, zostawia mu list i prosi, żeby przesyłał jej korespondencję do Chicago. Pod podany adres dopiero trwa budowa. Kobieta żyje bowiem w 2006 roku. Ona i Alex zakochują się w sobie. Szukają sposobu, żeby się spotkać.
- 22.15 Kolory miłości** – melodramat, Kanada 2021, reż. Bradley Walsh, wyk. Jessica Lowndes, Chad Michael Murray, Dennis Andres, Michael Brown, 105 min
- 0.00 Kocha, lubi, szanuje** – komedia romantyczna, USA 2011, reż. Glenn Ficarra, wyk. Steve Carell, Ryan Gosling, Julianne Moore, Emma Stone, 145 min
- 2.25 Żyjąc z potworem** (3) – serial dokumentalny, USA 2024
- 3.15 Fachowcy** (11) – serial paradokumentalny, Polska 2017
- 3.50 Usterka 11** (7) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019
- 4.25 Dorota was urządzi!** (5) – program rozrywkowy

Następny odcinek obejrzysz na:



- 6.00 Policjanci z Miami 3** (6, 7): Cień w mroku; Dziadek – serial kryminalny, USA 1986
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (10, 11): Zespół B; Duchy przeszłości – serial sensacyjny, Niemcy 2017
- 10.00 Maria z przedmieścia** (55, 56) – telenowela, Meksyk 1995
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (114) – serial obyczajowy, Meksyk 2008 Candelaria radzi Marichuy, by walczyła o Juana Miguela. Omar proponuje ukochanej, by wzięli ślub w mieście i znaleźli tu mieszkanie. Elsa dowiadyuje się o planach Beatriz i Eduarda.
- 13.00 Wspiane stulecie** (48) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 Kurierzy** (33) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw** 10 (538, 539) – serial obyczajowy, Polska 2022
- 17.00 Kurierzy** (34) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023 Roman udaje się na wieś, by dostarczyć przesyłkę do Cwirów. Zostaje przyjęty bardzo gościnnie. Odkrywa, że członkowie rodziny są w konflikcie z sąsiadami. Zamierza ich pogodzić.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw** 18 (971, 972) – serial obyczajowy, Polska 2026 Klientka szuka prezentu dla partnera z kursu tanecznego. Uważa, że między nimi iskry. Tymczasem guru składa Andzelice propozycję udziału w duchowym wyjeździe.

DRAMAT SENSACYJNY



- 20.00 Pocałunek smoka**
FILM – USA/Francja 2001, 120 min
Liu Jian podczas tajnego śledztwa w Paryżu natrafia na dowody korupcji w policji. Inspektor Richard wrabia go w morderstwo kolegi po fachu. Oskarżony musi dowiedzieć, że jest niewinny. Wsparcia udziela mu Jessica, którą szantażem zmuszono do prostytucji. W zamian funkcjonariusz obiecuje jej pomoc w uwolnieniu porwanego dziecka.
- 22.00 Najwyższy wyrok** – film sensacyjny, USA 2012, reż. Keoni Waxman, wyk. Steven Seagal, Michael Paré, Steve Austin, Ian Robison, 120 min Grupa najemników napada na zakład karny. Strażnicy Cross i Manning robią wszystko, by odeprzeć ich atak.
- 0.00 Zakon** – film sensacyjny, USA/Aruba 2001, reż. Sheldon Lettich, wyk. Jean-Claude Van Damme, Vernon Dobtcheff, Charlton Heston, Sofia Milos, 115 min
- 1.55 Lombard. Życie pod zastaw** 18 (967) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 2.55 Zobacz to!** – pr. powtórkowe



- 5.50 Ale numer! 20** (15) – program rozrywkowy
- 6.20 Cosie-Ktosie** (10) – serial anim.
- 6.30 Kajko i Kokosz** 2 (10) – serial animowany, Polska 2021
- 6.45 Smerfy 2** (52) – serial anim., Belgia/USA/Fr. 2021
- 7.00 Blaze i megamaszyny** 6 (19) – serial animowany, USA 2020
- 7.30 Psi Patrol** (24) – serial animowany, Kanada/USA 2013
- 7.50 Superkoty** (17) – serial anim.
- 8.30 Wielkie przygody malego rekina** (10): Kraina Mroczka/Średniowieczne czasy – serial dla dzieci, Korea Południowa/USA 2020
- 8.50 Masza i Niedźwiedź 2** (23, 24) – serial animowany, Rosja 2014
- 9.20 Straszne historie Maszy** (10) – serial animowany, Rosja 2016
- 9.25 Świnka Peppa** 2 (2-4) – serial animowany, Wielka Brytania 2005
- 9.45 Bing** (9, 10) – serial animowany
- 10.00 Jeżyk i Przyjaciele** (11, 10) – serial animowany, Polska
- 10.35 Spidey i superkumple** 2 (46, 45) – serial anim., USA 2022
- 11.35 Gus. Mały – wielki rycerz** (49, 50) – serial anim., Fr. 2021
- 12.00 Psi Patrol** 8 (22) – serial animowany, USA/Kanada 2021
- 12.35 Marta mówi** (17) – serial anim.
- 13.00 Smerfy** (175, 176) – serial anim.
- 14.00 Monster High** (15, 16) – serial animowany, USA 2022
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot** 2 (27, 28) – anim., Fr./Jap./Korea Południowa 2017
- 16.00 Fineasz i Ferb** 2 (11, 12) – serial animowany, USA 2007-2011

ANIMOWANY



- 17.00 Smerfy** (177, 178) – Belgia 1988
Gargamel każe Nicponiowi wstąpić na służbę do Baltazara i zdobyć czarodziejską księgę zaklęć, która może wywabić go z długów. Smerf Dumalo trafia do zamku Baltazara. Zostaje schwytany wraz z innymi skrzatami.
- 18.00 Pingwiny z Madagaskaru** 2 (29, 30) – serial animowany, USA
- 19.00 Kacze opowieści** (5, 6) – anim.
- 20.00 Lombard. Życie pod zastaw** 18 (959) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 21.00 Dzielnica strachu** 10 (441, 442) – serial kryminalny, Polska 2025
- 23.00 Zabójcze morderstwo** – horror, Wielka Brytania 2025, reż. Brad Watson, wyk. Andonis Anthony, Athena Strates, 115 min
- 0.55 Małgosia i Jaś** – horror, Irlandia/Kanada/USA 2020, reż. Oz Perkins, wyk. Sophia Lillis, 95 min
- 2.30 Dzielnica strachu** 9 (407) – serial kryminalny, Polska 2025
- 3.30 Lombard. Życie pod zastaw** 12 (642) – serial obyczajowy, Polska 2023
- 4.25 Niesamowite!** (6) – serial dok.
- 5.00 Kręcimy z gwiazdami** (9)



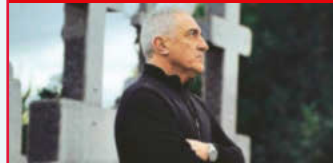
OAZA
Oaza to elegancki kurort dla bogaczy. Oferuje prywatne plaże i dyskretną, lecz skuteczną ochronę. Sielankowa atmosfera przyska jednak w jednej chwili, w której na teren ośrodka wkracza policja, by wyjaśnić sprawę zaginięcia gościa. Nikt nie może opuścić Oazy, dopóki porywacz nie zostanie ujęty.
►krym. (8 odc.), Hiszpania 2026

PREMIERA



ROZBITKOWIE: KOSZMARNY KATASTROFA
Rekonstrukcja wypadku wycieczkowca Costa Concordia. Do tragedii doszło 13 stycznia 2012 roku u wybrzeży wyspy Giglio w Toskanii, gdy statek uderzył w podwodne skały. Uszkodzona jednostka częściowo zatona i przechylała się na bok. Zginęły 32 osoby.
►film dokum., Wlk. Bryt. 2026

PREMIERA



MIGUEL ÁNGEL BLANCO: 48 GODZIN, KTÓRE ZMieniŁO HISZPANIE
Rok 1997. W trakcie dwóch tragicznych dni próbowano zapobiec zabójstwu polityka z Ermuy, porwanego przez separatystyczną organizację ETA. Po tym zdarzeniu Baskowie zdecydowanie sprzeciwili się działalności terrorystów.
►dokum., Hiszpania 2026; 93 min



ROZGRYWAJĄCA 2
Isla Gordon (Kate Hudson) stoi na czele Los Angeles Waves i chce udowodnić, że zastępuje na to stanowisko. Gdy Klub zaczyna wychodzić na prostą, jej brat Cam (Justin Theroux) postanawia odzyskać władzę. Isla musi stworzyć nową strategię, by zapewnić drużynie sukces i utrzymać kontrolę nad klubem.
►serial kom. (10 odc.), USA 2025

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM HD	HBO HD
6.00 FBI: Most Wanted 3 (22) – serial kryminalny	5.25 Rodzinka.pl (103, 104) – kom., Pol. USA 1956, 180 min	10.25 W 80 dni dookoła świata – film przyg., USA 1956, 180 min	6.30 Polska z góry 5 (10) – serial dok., Pol. 2020	11.30 Królowa chmur – film obyczajowy, Polska 2003, 80 min	6.00 Po prostu uwierz – dramat obyczajowy, USA 2024, 105 min
6.40 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (1) – serial kryminalny, USA/Kan.	7.35 Ojciec Mateusz 3 (36) – krym., Pol. 2010	13.25 Kim Novak – buntownicza z Hollywood – film dokum., Francja 2023	7.00 The Hero – film krótkometraż.	12.50 To nie jest zagadka kryminalna (5) – serial krym., Belgia	7.45 Pan Aznavour – dramat biograficzny, Francja 2024, 130 min
7.25 Ostry dyżur (5, 6) – serial obyczajowy	8.35 Komisarz Alex 2 (25) – serial krym., Polska	14.25 Zbigniew Wodecki – Niech nam się szczęści – koncert	7.40 Grzyby – thriller, POLSKA 2023, 100 min	13.45 Riefenstahl – film dokum., Niemcy 2024	9.55 Jane Austen zrujnowała mi życie – komedia romant., Francja 2024, 95 min
9.25 Castle 3 (5, 6) – serial kryminalny, USA 2010	9.30 Rodzinka.pl (105) – serial kom., Pol. 2013	14.55 Teatr STU. Benefis Zbigniewa Wodeckiego (2)	9.20 Wolna krowa – film krótkometraż.	15.40 Saga „Zmierzczeni”: Przed świtem	11.30 Na planie 23 (28)
11.25 MacGyver 3 (1, 2) – serial akcji, USA	10.05 Klan (1452, 1453) – telenowela, Pol. 2008	15.35 Kramarz – dramat obyczajowy, Polska 1990, 105 min	10.00 Patience (3, 4) – krym., Belgia/ Niemcy/Wlk. Bryt. 2025	17.30 Premierowa jazda Łąpu capu – pr. rozr.	11.55 Król rozrywk – musical, USA 2017, 105 min
13.20 Dowody zbrodni (7, 8) – serial krym.	11.05 Ranczo 8 (103, 104)	17.20 Szaleństwa panny Ewy (1) – film obycz., Polska 1984, 65 min	12.05 Vera 6 (4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.	17.50 Battleship: Bitwa o Ziemię – film s.f., USA/Japonia 2012, reż. Peter Berg, 130 min	13.40 Karate Kid – film przygodowy, USA/Chiny 2010, 135 min
15.25 Agenci NCIS: Hawaje (2, 3) – serial kryminalny, USA 2021	12.45 Komisarz Alex 2 (26)	18.25 Video Killed the Radio Star – dok.	14.00 Między światami – dramat psychologiczny, USA 2010, 115 min	20.00 Czarownice Mayfair 2 (6) – serial fantasy, USA 2025	15.55 Vinci 2 – kom. krym., POLSKA 2025, 120 min
17.20 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (2, 3) – serial krym.	13.40 Ojciec Mateusz 3 (387, 388) – krym., Pol.	18.55 Rawhide (5) – przyg.	15.55 Pokuta – melodramat, Wielka Brytania/Fr./USA 2007, 140 min	20.45 Premierowa jazda	17.55 Kaskader – komedia sensacyjna, USA 2024, 125 min
19.10 Castle 3 (7, 8) – serial kryminalny, USA 2010	15.40 Komisarz Alex 3 (27) – serial krym., Polska		18.15 Vera 7 (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.		

SENSACYJNY



21.05 Świat w ogniu – USA/Wielka Brytania/Portugalia 2019, 140 min

Prezydent USA pada ofiarą zamachu. W wyniku spisku oskarżony o zorganizowanie ataku zostaje agent Banning. Mężczyzna próbuje dowieść swojej niewinności.

23.25 Robin Hood: Początek – film przygodowy, USA/Hongkong/Chorwacja 2018, reż. Otto Bathurst, 145 min

1.50 Castle 3 (7, 8) – serial kryminalny, USA 2010

KRYMINALNY



19.35 Ojciec Mateusz 30 (389) – Polska 2023

Ginie para kochanków. Do redakcji gazety wpływa anonim. Tajemniczy zodiak ostrzega, że jeśli jego wiadomość nie zostanie wydrukowana w prasie, pojawią się kolejne ofiary.

20.30 Ojciec Mateusz 3 (37) – krym., Pol. 2010

21.30 Ranczo 9 (107, 108)

23.25 Ojciec Mateusz 30 (390) – krym., Pol. 2023

0.25 U Pana Boga w Królowym Moście (5) – obycz.

1.25 Oficerowie (6, 7)

3.25 Stulecie Winnych (7)

HORROR



20.00 Mary Reilly – 120 min

FILM USA 1996, 120 min

Doktor Jekyll przygotowuje się służąc do wyjawienia jej swojej mrocznej tajemnicy.

22.00 Powrót Sherlocka Holmesa (6) – krym.

23.05 Czekając na wyrok – dramat obycz., USA/Kanada 2001, 120 min

1.05 Czwartkowy klub filmowy – mag. film.

1.10 Wielki Tydzień – dramat wojenny, Polska 1995, 110 min

3.00 Afonia – film krótkometrażowy, Polska 2022, 10 min

SENSACYJNY



20.10 Sztuka zbrodni – Wielka Brytania/USA/ Niemcy 2020, 130 min

Psychopata pozbawia życia młode parę. Wśród ofiar są córka i zięć detektywa Jacoba Kanona. W śledztwie pomaga mu Dessie, która może być kolejnym celem zabójcy.

22.20 Brygada (1, 2) – serial sensacyjny, Fr. 2023

0.35 Anatomia zemsty – komedia kryminalna, USA 2013, 115 min

2.30 Król (6) – serial sens.

3.40 Ultima Thule – dramat obyczajowy, Polska 2023, 85 min

OBYCZAJOWY



21.00 Rok za rokiem (5) – Wielka Brytania 2019

Z dniem objęcia przez Viv Rook stanowiska premiera zmienia się oblicze Wielkiej Brytanii. Edith stara się zgłębić informacje dotyczące oszusta znikających bez śladu.

22.05 The Killer – thriller, USA/Kanada/Korea Pld. 2024, 125 min

0.10 Anora – komediodramat, USA 2024, 135 min

2.25 Dziewczyna z igłą – dram. obycz., Dania/Pol./Szwecja 2024, 120 min

HORROR



20.00 Ucieka! – Japonia/ USA 2017, 100 min

Czarnoskóry pasjonat fotografii Chris ma poznać rodziców ukochanej Rose. Choć ona zapewnia, że jej bliskim obce są uprzedzenia rasowe, napięcie coraz bardziej wzrasta.

21.40 Źródło – dramat psychologiczny, USA/Kanada 2006, 95 min

23.15 Oddaj ją – horror, Australia/Dania 2025, reż. Danny Philippou, 100 min

0.55 Ognie – thriller, Islandia 2025, reż. Uglu Hauksdóttir, 105 min

AXN WHITE

8.10 Szpital nadziei 4 (9)

9.10 Blondynka 3 (6, 7)

11.10 Agenci NCIS 20 (13-15)

14.05 Szpital nadziei 4 (10)

15.05 Świętece tarapaty – komedia romantyczna, USA 2021, 115 min

17.00 W poszukiwaniu Świętego mikołaja – komedia romantyczna, USA 2022, 120 min

19.00 Dr House 3 (10) – obycz.

20.00 Dowody zbrodni 2 (11, 12) – serial kryminalny

22.00 Rekrut (5) – serial krym.

22.55 Agenci NCIS 20 (13-15)

1.35 Dowody zbrodni 2 (11, 12) – serial kryminalny

WARNER TV

8.35 Bajer z Be!-Air 5 (8, 9)

9.35 Prawo Agaty 3 (2)

10.35 Pełna chaty 8 (11, 12)

11.35 Teraz albo nigdy! (11, 12)

13.35 Bajer z Be!-Air 5 (8-11)

15.35 Pełna chaty 8 (11-14)

17.45 Radziny rewolucje – komedia, USA 2014, reż. Frank Coraci, 135 min

20.00 Szeregowie Benjamin – kom., USA 1980, 130 min

22.10 Doczekać zmroku – thriller, USA 1967, 130 min

0.20 Upadek – dramat sensacyjny, 1993, 130 min

2.30 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (13, 14) – serial krym., USA/Kanada

CANAL+ FILM

6.00 Łąpu capu – pr. rozrywk.

6.05 Miss morkiego podkoszulka – komedia, Polska 2002, 55 min

7.00 Kiler-ów 2-óch – komedia, Polska 1999, 115 min

8.55 Dzik robot – film animowany, 2024, 100 min

10.35 Benek – komediodramat, Polska 2007, 100 min

12.15 Sigourney Weaver. Ikona kina akcji – film dokumentalny, Niem. 2024

13.10 Długi weekend – film obycz., Polska 2004, 70 min

14.20 Premierowa jazda – mag. 14.35 **Kiedy nadchodzi jesień** – dramat obyczajowy, Francja 2024, 100 min

16.15 Chopin, Chopin! – dramat biograf., Pol. 2025, 130 min

18.25 Peacock – thriller, USA 2010, reż. Michael Lander, wyk. Cillian Murphy, Ellen Page, 90 min

19.55 Łąpu capu – pr. rozrywk.

20.00 Wienny ogrodnik – thriller, Wielka Brytania/ Niemcy 2005, 125 min

22.05 Dziedzictwo Bourne'a – film sens., 2012, 130 min

0.15 Fiber – film krótkometraż.

0.35 Pornografia – film obycz., Pol./Fr. 2003, 115 min

2.30 Imago – dramat biograf., Polska 2023, 110 min

4.20 Tryz miłości – thriller erotyczny, Polska 2025

CANAL+ SERIALE

9.50 Siedem cudów świata z Bettany Hughes (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 2025

10.40 Łąpu capu – program rozrywkowy

11.00 Naruto 3 (3-5) – anime, Jap.

12.30 The Office PL 2 (4-6) – serial komediowy, Polska

14.15 Łąpu capu – pr. rozrywk.

14.30 Captain Tsubasa (16-18) – serial anime, Japonia 2018

16.00 Hollywood Buzz – magazyn filmowy

16.30 W sercu dzungli. Orangutany z bliska (1, 2) – film dok., Niem. 2025

18.25 The Office PL 3 (7-9) – serial komediowy, Polska

20.00 Wywiad z wampirem (7) – serial fantasy, USA 2022

20.55 Wywiad z wampirem 2 (1) – serial fantasy, USA

21.50 Łąpu capu – program rozrywkowy

22.00 The Walking Dead: Dead City (1, 2) – serial grozy, USA 2023

23.40 Kiedy ślub? (1, 2) – serial komediowy, Polska 2024

1.25 Premierowa jazda – magazyn

1.45 Mały Zgon (9, 10) – serial kryminalny, Polska 2020

3.45 Byłem królem (5) – serial dokum., Polska 2022-2025

4.45 Łąpu capu – pr. rozrywk.

5.05 Miasta rytm (3) – serial dokumentalny, Pol. 2020

CANAL+ 360 HD

8.00 Porzucone konstrukcje (8) – serial dok., Wlk. Bryt.

9.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (4) – serial dok., Niem. 2023

10.00 Co poszło nie tak (3)

11.00 Rekruci (3, 4) – dok., Pol.

13.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (5) – serial dok., Niem. 2023

14.00 Wykrzywc historii 4 (5)

15.00 Grip – w świecie supersamochodów (7)

16.00 Supersamoloty bojowe 11 (6) – serial dok.

17.00 Zholowani: ciężarówki w opalach 9 (4) – dok.

18.00 Porzucone konstrukcje (9) – serial dok., Wlk. Bryt.

18.55 Wykrzywc historii 4 (5) – serial dokumentalny, 2021

19.50 Zholowani: ciężarówki w opalach 9 (5) – dok.

20.50 Kolejaj przez świat 4 (4)

21.55 Projekt Fighter (1)

23.00 Supersamoloty bojowe 11 (4) – serial dok.

0.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2 (3) – serial dok., Niem. 2014

1.00 Moscow Noir (8) – krym.

2.00 Mam zamek (6) – dok.

3.45 Czarna domena (1) – dok.

2.40 Survivalowa rodzina (4, 5) – serial dok., Pol. 2019

HBO 2

12.40 I tak po prostu 3 (2)

13.25 Policja zastępca – kom. sens., 2010, 105 min

15.10 Saga „Zmierzczeni”: Księga w nowiu – film fantasy, Australia/USA 2009, reż. Chris Weitz, 130 min

17.20 La Grazia – dramat obycz., Włochy 2025, 130 min

19.30 Istoty fantastyczne – komediodramat, USA 2024, 100 min

21.10 Dzik kot – dramat biograficzny, 2023, 105 min

22.55 Macierzystwo inaczej – film dokumentalny, 2024

0.15 Wieczne Wartości: Kult piękna (1) – dok., 2026

10.15 Genialna przyjaźniółka 4 (8) – serial obycz., Wł./USA

11.10 Longaj – komediodramat, 2024, 110 min

13.00 Millerowie – komedia kryminalna, 2013, 110 min

14.50 Co będzie dalej? – komediodramat, USA 2023, 100 min

16.30 Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13 (4)


17.25 Nasz syn – dramat obyczajowy, 2023, 105 min

19.10 Ktoś, gdzie 2 (6, 7) – serial komediowy, USA

20.05 Rzym 2 (2) – serial hist.

21.00 Czysta krew 4 (1-6)

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD	COMEDY CENTRAL HD	TVN FABUŁA HD	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA STOPKLATKA DVS 12
<p>6.00 Jedziemy na ryby! (23) – serial dokum.</p> <p>6.55 Na ratunek 112 (861) – serial paradokum.</p> <p>7.25 Doktor Martin (36) – serial obyczajowy</p> <p>8.25 Przyjaciółki (135, 136) – obycz., Pol.</p> <p>10.25 Świat według Kiepskich (172, 174, 173, 191, 83, 238)</p> <p>13.55 Moja dziewczyna wychodzi za mąż – kom. romant., USA/Wielka Brytania 2008, 125 min</p> <p>16.00 Logan Lucky – komedia krym., USA/Chiny 2017, 150 min</p> <p>18.30 Jumanji: Następny poziom – film przyg., USA 2019, 150 min</p>	<p>6.00 Tata ma plan 2 (17, 18) – serial komediowy, USA 2017</p> <p>7.00 Dwóch i pół 5 (15-18) – serial komediowy, USA 2007-2008</p> <p>8.55 Przyjaciele 7 (19-24) – serial komediowy, USA 2001</p> <p>11.55 Teoria wielkiego podrywu 7 (11-16) – serial komediowy, USA 2013-2014</p> <p>14.30 Dwóch i pół 5 (19) – serial komediowy, USA 2007-2008</p> <p>15.00 Dwóch i pół 6 (1-3) – serial komediowy, USA 2008-2009</p> <p>16.30 Przyjaciele 8 (1-6) – serial komediowy, USA 2001-2002</p>	<p>5.10 Szkoła (782) – serial paradokum.</p> <p>6.00 Filmowe duety (5)</p> <p>6.30 Zakończ Top 5 (2)</p> <p>6.45 Zakończani po uszy (93, 94) – telen., Polska</p> <p>7.45 Detektywi (85-88) – serial fab.-dok., Pol.</p> <p>9.50 Prawo Agaty 4 (1) – serial obycz., Polska</p> <p>10.55 Szpital św. Anny (71)</p> <p>11.55 Miłość czy pomyłka? (39, 40)</p> <p>13.55 Prawo Agaty 3 (13)</p> <p>14.55 Detektywi – fab.-dok.</p> <p>16.00 Po drugiej stronie kamery (1) – dok., Pol.</p> <p>17.05 Bella i Sebastian 3 – film familijny, Francja 2017, 115 min</p> <p>19.00 Szpital św. Anny (72) – serial obycz., Polska</p>	<p>6.00 Bianca 3 (7, 8) – serial kryminalny, Włochy 2025</p> <p>8.10 Morderstwo w Guilvinec – film kryminalny, Francja 2024, reż. Jean-Marc Thérin, wyk. Evelyne Bouix, 125 min</p> <p>10.15 Mentalista (13-16) – serial krym., USA</p> <p>14.00 Bianca 3 (9, 10) – serial kryminalny, Włochy 2025</p> <p>16.20 Morderstwo w Wandei – film kryminalny, Francja 2023, reż. Christophe Lamotte, wyk. Léonie Simaga, 120 min</p> <p>18.20 Mentalista (17-20) – serial krym., USA</p>	<p>6.00 Zwierzęta Wajraka 3 (8, 9) – dok.</p> <p>6.55 Polska Kronika Filmowa – serial dok.</p> <p>7.25 Przygody Myszy (1, 2) – serial anim.</p> <p>7.50 Reksio (40, 42)</p> <p>8.15 Stawiam na Tolka Banana (2, 3) – obycz.</p> <p>9.55 Podróże Pana Kleksa (2-ost.) – film przygodowy, Polska/ZSRR 1986, 95 min</p> <p>11.30 To nie ze mną (8, 9) – serial obyczajowy</p> <p>12.55 Ranking najpolskiego kina (1)</p> <p>13.40 Chłopi (1/2, 2-ost.) – film obyczajowy, 1973, 240 min</p> <p>17.40 Stawka większa niż życie (1, 2) – wojenny</p>	<p>6.00 Złoty interes (9)</p> <p>6.50 Wojciech Ciejrowski – bosso przez świat</p> <p>7.50 Robert Makłowicz (122, 159) – mag. kulin.</p> <p>9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher (8) – serial krym., Australia</p> <p>10.55 Górski lekarz (6, 7) – serial obycz., Niemcy</p> <p>12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher (9)</p> <p>14.00 Katastrofy w przestworzach (1, 8) – serial dok., Kan.</p> <p>17.00 MacGyver 4 (9) – sens., USA/Kan. 1989</p> <p>18.00 Wojny magazynowe: Kanada (9, 10)</p> <p>19.10 Aukcja w ciemno 2 (9, 10) – serial dokum.</p>
<p>KRYMINALNY</p> 	<p>KOMEDIOWY</p> 	<p>KOMEDIA KRYMINALNA</p> 	<p>KRYMINALNY</p> 	<p>KOMEDIA</p> 	<p>HORROR KOMEDIOWY</p> 
<p>21.00 Gwiazdorski piątek: Zakładnik z Wall Street – USA 2016, 120 min</p> <p>Nadawany na żywo program o finansach przerywa uzbójny mężczyzna. Grozi, że zabije jego gospodarza Lee Gatesa, jeśli akcje, w które zainwestował, nie pójną w górę.</p> <p>23.00 Predator – film sensacyjny, USA 1987, reż. John McTiernan, 130 min</p> <p>1.10 Ślad (10-13) – serial krym., Pol. 2018-2019</p> <p>5.15 Na ratunek 112 (865) – serial paradokum.</p>	<p>19.30 Teoria wielkiego podrywu 7 (17-22)</p> <p>Howard zaprasza Sheldona na wycieczkę do Houston. Raj prosi Amy o poradę w sprawie poderwania dziewczyny. Penny dostaje rolę w podirzonym filmie.</p> <p>22.00 The Office PL 3 (7, 8)</p> <p>23.05 Comedy Club 6 (5, 6)</p> <p>0.05 Miasteczko South Park 2 (15, 16)</p> <p>1.00 Pracocholizy 3 (15, 16)</p> <p>2.00 Śmiech nie będzie (19, 20, 18)</p> <p>3.15 Miasteczko South Park 2 (12-14)</p> <p>4.20 Comedy Club 8 (2-5)</p>	<p>20.00 Zwyczajna przysługa – USA/Kanada 2018, 155 min</p> <p>Emily prosi Stephanie o odebranie dziecka ze szkoły, gdyż ma sprawę do załatwienia. Po kilku dniach okazuje się, że niknąc na jaw wychodzą jej kolejne sekrety.</p> <p>22.35 Polityka – film obycz., Polska 2019, 155 min</p> <p>1.10 Machocry Macho – dramat obyczajowy, USA 2021, 120 min</p> <p>3.10 Seriaale: rozmywacze 2 (1) – mag.</p> <p>3.45 Top 100: filmy wszech czasów (6)</p>	<p>22.00 Podróżnik (4) – Francja 2021</p> <p>Kierowca, który parkuje auto przed hotelem, zostaje oskarżony przez pewną kobietę o nękanie na drodze. Yann Kandinsky musi ustalić, kto mówi prawdę.</p> <p>0.00 Worricker – Ostateczna rozgrywka – dramat kryminalny, Wielka Brytania 2014, 120 min</p> <p>2.00 Morderstwo w Wandei – krym., Francja 2023, 120 min</p> <p>4.00 Bianca 3 (9, 10) – serial kryminalny, Wł.</p>	<p>20.00 Wtorek – 2001, 110 min</p> <p>Maniek, Dawid i Jerzy, zamiast spłacić swój dług zaściągnięty u gangstera, otwierają lokal ze striptizem o nazwie „Eden”. Wkrótce jednak wpadają w tarapaty.</p> <p>21.50 Niepokonani – dram. przyg., USA/Polska/ZEA 2010, 175 min</p> <p>0.45 Prawo ojca – dramat sensacyjny, 1999, 135 min</p> <p>3.00 Dom zły – dramat krym., 2009, 155 min</p> <p>5.35 Patrzę w niebo – film krótkometraż.</p>	<p>20.00 Wampir w Brooklynie – USA 1995, 125 min</p> <p>Z Karaibów przyplwają do Nowego Jorku frachtowiec wiozący na pokładzie wampira Maximilliana. Chce on odnaleźć detektywa Ritę Veder, z którą wiąże go więzy krwi.</p> <p>22.05 Nietykali – dramat kryminalny, USA 1987, 155 min</p> <p>0.40 Piła: Dziedzictwo – horror, Kanada/USA 2017, 125 min</p> <p>2.45 Przepaszm, czy tu biją? – film sens., Polska 1976, 95 min</p>
<p>CINEMAX HD</p> <p>13.15 Jak zostałam perliczką – komediodramat, 2024, 100 min</p> <p>14.55 Kundel – obycz., Tajwan/Singapur/Fr. 2024, 130 min</p> <p>17.05 Paprika – film anime, Japonia 2006, 90 min</p> <p>18.35 Jutro o świcie – dramat obyczajowy, Islandia/Hol./Chorwacja 2024, 85 min</p> <p>20.00 Niepowstrzymany – dramat biograficzny, USA 2024, 120 min</p> <p>22.00 Tenet – thriller s.f., USA/Wlk. Bryt. 2020, 150 min</p> <p>0.30 Conan Barbarzyńca – film fantasy, USA/Meksyk 1982, 130 min</p>	<p>POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD</p> <p>13.25 Święty (39, 40) – kom., Pol.</p> <p>14.25 Spadkobiercy 4 (5) – rozr.</p> <p>15.25 Co ludzie powiedzą? 5 (7) – serial kom., Wlk. Bryt.</p> <p>16.05 Jedną nogą w grobie 3 (4) – serial kom., Wlk. Bryt.</p> <p>16.55 Czarna Żmija 4 (4) – kom.</p> <p>17.35 Bob kocha Abisholę 3 (4-6) – kom., USA 2021-2022</p> <p>19.00 Dwóch i pół 5 (15-18)</p> <p>21.00 Świat według Kiepskich (14, 15, 1) – serial kom., Pol.</p> <p>22.30 Co ludzie powiedzą? 5 (8) – serial kom., Wlk. Bryt.</p> <p>23.05 Jedną nogą w grobie 3 (5) – serial kom., Wlk. Bryt.</p> <p>23.50 Czarna Żmija 4 (5) – kom.</p> <p>0.30 Comedy Club 3 (7) – rozr.</p>	<p>SCI FI</p> <p>10.00 Kroniki Shannary 2 (7, 8) – serial fantasy, USA 2017</p> <p>11.50 Zagubiona tożsamość 2 (14, 15) – serial s.f., Kanada</p> <p>13.40 Podziemny wstrząs – film katastroficzny, Wielka Brytania/USA 2024, 110 min</p> <p>15.30 Kroniki Shannary 2 (9, 10) – serial fantasy, USA</p> <p>17.20 Zagubiona tożsamość 2 (16, 17) – serial s.f., Kanada</p> <p>19.10 Biała otchłań – film sensacyjny, 2025, 110 min</p> <p>21.00 Push – thriller s.f., USA/Kanada/Wielka Brytania 2009, 135 min</p> <p>23.15 Balkańska vendetta – film sens., 2017, 115 min</p>	<p>FX HD</p> <p>9.00 Z archiwum X 2 (23) – s.f.</p> <p>10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (16, 17) – krym.</p> <p>11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (5, 6)</p> <p>13.45 Agenci NCIS 10 (10, 11)</p> <p>15.35 Skymed 2 (7) – obycz.</p> <p>16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (18, 19) – krym.</p> <p>18.20 Z archiwum X 2 (24) – s.f.</p> <p>19.15 FBI 4 (1) – serial krym.</p> <p>20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (7, 8)</p> <p>22.00 Grey's Anatomy: Chirurgi (17) – obycz.</p> <p>22.55 Bez twarzy – dramat sensacyjny, 1997, 165 min</p> <p>1.40 Z archiwum X 2 (24) – s.f.</p>	<p>FILMBOX+ ONE HD</p> <p>9.50 Panna Scarlet i komisarz 3 (3) – krym.</p> <p>11.00 Panna Marple: Uspione morderstwo – krym., Wlk. Bryt. 2006, 130 min</p> <p>13.10 Poirot – serial kryminalny</p> <p>15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher (4) – krym.</p> <p>16.40 Panna Scarlet i komisarz 3 (4) – krym.</p> <p>17.50 Poirot (5, 6) – serial krym.</p> <p>20.00 Fenomen – komediodram., USA 1996, 160 min</p> <p>22.40 Pocałunek śmierci – film dramat kryminalny, USA 1995, 125 min</p> <p>0.45 Za linią wroga – film sensacyjny, 2001, 135 min</p>	<p>ROMANCE TV HD</p> <p>16.15 Rosamunde Pilcher: Pralnik na śniadanie – film obyczajowy, Niemcy 2019, 110 min</p> <p>18.05 Górski lekarz (148, 149)</p> <p>20.00 Stątek marzeń – Coco Island – film obyczajowy, Niemcy 2022, 115 min</p> <p>21.55 Wydział zabójstw Stambul: Cena życia – film kryminalny, Niemcy/Turcja 2011, 115 min</p> <p>23.50 Wydział zabójstw Stambul: Więzy krwi – film krym., 2012, 115 min</p> <p>1.45 Wydział zabójstw Stambul: Tranzyt – film krym., Niem. 2012, 115 min</p>
<p>CINEMAX 2 HD</p> <p>13.15 Jerry Maguire – dramat obyczajowy, 1996, 140 min</p> <p>15.35 Witamy na Hawajach – komedia romantyczna, USA 2015, 105 min</p> <p>17.20 Twarz w twarz – film obyczajowy, Hiszpania/Belgia 2025, 95 min</p> <p>18.55 Jajo larwa motyli – film obycz., Cypr 2023, 95 min</p> <p>20.30 Niebiosa obiecane – film obyczajowy, Tunezja/Francja/Katar 2025, 95 min</p> <p>22.05 Dźwięki miłości – dramat obycz., Hiszp. 2025, 100 min</p> <p>23.45 Między słowami – komediodramat, USA/Japonia 2003, 105 min</p>	<p>VIASAT EPIC DRAMA HD</p> <p>9.05 Poirot 5 (5, 6) – serial krym.</p> <p>11.20 Zatraceni w miłości (37, 38) – telen., Turcja 2023</p> <p>13.25 Agenci NCIS 18 (15, 16)</p> <p>15.15 Lekarze na start (37, 38)</p> <p>16.45 Poirot 5 (7, 8) – serial krym.</p> <p>19.00 Zatraceni w miłości (39, 40) – telen., Turcja 2023</p> <p>21.00 Tajemnicza historia w Styles – film krym., Wlk. Bryt. 1990, 135 min</p> <p>23.15 Projekt Błękitna Księga (7) – serial s.f., Kanada/USA</p> <p>0.10 Zatraceni w miłości (39, 40) – telen., Turcja 2023</p> <p>2.00 Tajemnicza historia w Styles – film krym., Wlk. Bryt. 1990, 110 min</p>	<p>NOVELAS+ HD</p> <p>10.00 Cud miłości (32) – telen.</p> <p>11.00 Otchłań namiętności (117) – telen., Meksyk 2012</p> <p>12.00 Za wszelką cenę (87)</p> <p>13.00 Róże i grzechy (16)</p> <p>14.00 Historia Juany (44, 45)</p> <p>16.00 Róże i grzechy (17)</p> <p>17.00 Za wszelką cenę (88)</p> <p>18.00 Otchłań namiętności (118) – telen., Meksyk 2012</p> <p>19.00 Machocha (27) – telenowela</p> <p>20.00 Cud miłości (33) – telen.</p> <p>21.04 Historia Juany (45)</p> <p>22.00 Róże i grzechy (17)</p> <p>23.00 Za wszelką cenę (88)</p> <p>0.00 Otchłań namiętności (118) – telen., Meksyk 2012</p> <p>1.00 Machocha (27) – telenowela</p>	<p>FX COMEDY HD</p> <p>13.00 Sposób użycia 6 (9, 10)</p> <p>14.00 Wszyscy Kochają Raymonda 6 (8-11) – kom.</p> <p>16.00 Simpsonowie 31 (1-4)</p> <p>18.00 Jak poznałem waszą matkę 2 (21, 22) – kom.</p> <p>19.00 Jak poznałem waszą matkę 3 (1) – serial kom.</p> <p>19.30 Współczesna rodzina 7 (22) – kom., USA 2015-2016</p> <p>20.00 Współczesna rodzina 8 (1, 2) – serial komediowy</p> <p>20.00 Family Guy: Głowa rodziny 18 (18, 19) – serial animowany dla dorosłych</p> <p>22.00 Jackass – swiry w akcji – kom., USA 2002, 100 min</p> <p>23.40 Simpsonowie 36 (15, 16)</p>	<p>FILMBOX+ HITS HD</p> <p>13.10 10 rzeczy do zrobienia, zanim zerwiemy – kom. romant., 2020, 90 min</p> <p>14.40 Talea – dramat obycz., Austria 2013, 90 min</p> <p>16.10 Pokonać górę – dramat przygodowy, 2024, 110 min</p> <p>18.00 Wysięc do życia – dramat przygodowy, 2023, 120 min</p> <p>20.00 Granica – dramat fantasy, Szwecja/Dania 2018, reż. Ali Abbasi, 120 min</p> <p>22.00 Londyn w ogniu – film sensacyjny, 2016, 110 min</p> <p>23.50 Morze Czarne – thriller, 2014, 125 min</p> <p>1.55 Trzy dni w piekle – film przygodowy, 2023, 115 min</p>	<p>PARAMOUNT NETWORK HD</p> <p>10.25 Jak stracić chłopaka w 10 dni – komedia romant., 2003, 155 min</p> <p>13.00 Czarodziejki 3 (15, 16)</p> <p>15.00 Wysięc z czasem – thriller s.f., USA 2011, reż. Andrew Niccol, 140 min</p> <p>17.20 Terminator: Genisys – film sensacyjny, USA/Kanada 2015, 160 min</p> <p>20.00 Terminal – komedia romant., USA 2004, 170 min</p> <p>22.50 Immortalis. Bogowie i herosi – film fantasy, USA 2011, 125 min</p> <p>0.55 Szeregowiec Ryan – dramat wojenny, USA 1998, 180 min</p>

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
6.30 Snooker: Turniej Players Championship – mecz finałowy: John Higgins – Zhao Xintong
8.30 Kolarstwo: Tour de France – 6. etap
10.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Rio 2016 – mag.
11.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Tokio 2020 – magazyn sportowy
12.00 Kolarstwo: Tour de France – 6. etap
13.00 Kolarstwo: Tour de France – 7. etap
18.00 Kolarstwo górskie: Zawody PS w Vallnord/Pal-Arinsal – short track kobiet i short track mężczyzn

POLSAT SPORT 1 HD
5.45 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: USA – Turcja
9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski
10.00 Tenis: Turniej Wimbledon
11.00 Halo, tu Wimbledon – magazyn tenisowy
12.05 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: Polska – Brazylia
14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz półfinałowy gry pojedynczej mężczyzn
16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz półfinałowy gry pojedynczej mężczyzn
18.00 Tenis: Turniej Wimbledon – studio

CANAL+ SPORT HD
6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Wisła Płock – Legia Warszawa
8.20 Premier League Stories (26) – mag.
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Real Madryt CF – Girona FC
11.15 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Sevilla FC – Atletico Madryt
13.30 Premier League Stories (48) – mag.
14.15 Liderzy. W centrum gry (2) – dok., Pol.
15.30 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Real Madryt CF – Girona FC
17.45 Żużel: PGE Ekstraliga: BAYERSYSTEM GKM Grudziądz – KS Toruń

TVP SPORT HD
6.00 Karate tradycyjne: Mistrzostwa Polski Pruszków 2026
7.00 Retro TVP Sport (46) – magazyn sportowy
9.00 Mundialowy poranek (29) – mag.
10.15 Piłka nożna: MS 2026 – ćwierćfinał
12.35 Strongman: Super Series – Świebodzin 2026
13.35 Koszykówka mężczyzn: Eliminacje mistrzostw świata: Polska – Holandia
15.40 Piłka nożna: MS 2026 – ćwierćfinał
18.00 Dzień na mundialu (29) – mag. piłkarski
19.30 Piłka nożna: MS 2026 – studio

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 Najlepsi napastnicy Bundesligi lat 90. – magazyn piłkarski
6.45 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski
7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – TSG 1899 Hoffenheim
9.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Udinese Calcio – Inter
11.00 Formula 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii
12.30 Formula 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii
13.40 Made in Italy (20) – magazyn piłkarski
14.00 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
16.00 Piłka nożna: Liga włoska: US Sassuolo Calcio – Inter

Discovery CHANNEL HD
9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 7
10.00 Stacja Alaska – dok.
11.00 Przetwać nad Jukonem – serial dok.
12.00 Włoska kontrola celna (9) – dok., Wł.
13.00 Pojedynki Eda Stafford (3) – dok.
14.00 Nagi instytnyk przetwarzania: Elita 3
15.00 Złomowisko PL 6 (8) – serial dok., Pol. 2018
16.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dok.
17.00 Na straży duńskiego lotniska 2 (6) – dok.
18.00 Lotnisko (2) – dok.
19.00 Nagi instytnyk przetwarzania 10 – serial dokum., USA



18.45 PŚ w Vallnord/Pal-Arinsal – short track mężczyzn

W bieżącym sezonie bardzo dobre wyniki w tej konkurencji osiąga m.in. Luca Martin.

19.45 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w La Thuile

20.15 Snooker: Turniej Players Championship

22.00 Kolarstwo: Tour de France – 7. etap

23.00 Kolarstwo górskie: Zawody Pucharu Świata w Vallnord/Pal-Arinsal

0.00 Snooker: Turniej World Open – finał



20.30 Mecz towarzyski: Polska – Niemcy

Biało-Czerwoni zmierzą się z reprezentacją Niemiec w osztyrskiej Hali Urania. Kibice mogą liczyć na emocjonującą widowisko, ponieważ rywalizacja obu drużyn od lat jest wyrównana. Polscy siatkarze mają na koncie m.in. zwycięstwo 3:2 nad naszymi zachodnimi sąsiadami w ubiegłorocznym Memoriale Huberta Jerzego Wagnera.

23.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: Polska – Brazylia

1.00 Boks



20.30 Sporty walki: ONE Friday Fights 161

W walce wieczoru o pas MMA w wadze słomkowej zmierzą się Joshua Pacio i Mansur Malachiev.

23.45 Premier League Stories (48) – magazyn piłkarski

0.30 Liga+ Extra – magazyn piłkarski

2.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lech Poznań – Korona Kielce

5.00 Ligomistrzowe historie (5): Inter Mediolan 2009/2010



20.50 Mistrzostwa Świata 2026 – mecz ćwierćfinałowy

Hiszpanie to aktualni mistrzowie Starego Kontynentu. Jednak ostatnio w światowych czempionatach szło im gorzej. Ostatni raz do czołowej ósemki awansowali w 2010 roku.

0.30 Boks: Gala w Las Vegas – podsumowanie

2.35 Boks: Gala w San Juan – podsumowanie

4.35 Boks: Gala w Las Vegas – podsumowanie



18.00 Liga niemiecka – mecz: Borussia Dortmund – Bayern

Przezywając z Augsburgiem (1:2) i remisując z HSV (2:2), Bayern sprawił, że wycięgi o mistrzostwo nabrał rumieńców. Zadsydzę lidera z Monachium spróbuje wykorzystać ekipa BVB.

20.00 Calcio Masters...

20.40 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii

22.40 Ligue 1 Season Review (36) – mag.

23.45 Ligue 1 Show (35)

0.25 Bundesliga Original Series (3, 4)



21.00 Specjalistki (7) – Polska 2020

Kobiety coraz częściej próbują swoich sił w zawodach, które dawniej wykonywali tylko mężczyźni. Bohaterki programu wybrały właśnie taką drogę zawodową.

22.00 Bimbrownicy 14

23.00 Nagi instytnyk przetwarzania: Mistrzostwa świata

1.00 Hot rod w Kindiga

2.00 Mistrzowie logistyki (2) – dok.

2.50 Alarmowy 091 – policjanci z Hiszpanii (9) – dok.

EUROSPORT 2 HD
15.00 FIA WEC: Wyścig 6-godzinny w Spa-Francorchamps
17.00 Wspaniała: Zawody World Series w Krakowie – speed kobiet i mężczyzn – finały
18.00 Snooker: Turniej Players Championship – finał: John Higgins – Zhao Xintong
20.00 Kolarstwo: Tour de France – 7. etap
22.00 Golf: ISCO Championship – 2. runda
1.00 Kolarstwo: Tour de France – 7. etap
1.30 FIA WEC: Wyścig 24-godzinny w Le Mans

POLSAT SPORT 2 HD
6.00 Tenis: Turniej Wimbledon
8.00 Siatkówka kobiet: LN
10.00 Siatkówka kobiet: LN
12.00 Kronika Wimbledonu – magazyn tenisowy
13.00 Tenis: Turniej Wimbledon – studio
14.00 Siatkówka kobiet: LN
16.00 Siatkówka kobiet: LN
18.00 Siatkówka kobiet: LN
19.30 Mistrzostwa Polski – wielki finał Kinder Joy of Moving w Gliwicach
20.00 Lekkoatletyka: Diamentowa Liga w Monako
22.00 Siatkówka kobiet: LN
1.00 Sporty walki: FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
8.30 Tenis: Turniej WTA w Berlinie – finał: Jessica Pegula – Linda Nosková
11.20 8 wspaniałych (3, 2)
13.00 Dart: Elten Safety Shoes European Darts Open w Leverkusen – 1. runda
17.20 8 wspaniałych (5, 1) – serial dok., Pol. 2025-2026
19.00 Dart: Elten Safety Shoes European Darts Open w Leverkusen – 1. runda
23.15 Tenis: Turniej WTA w Linzu – finał: Mirra Andriejewa – Anastazja Potapowa
2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Legia Warszawa

EXTREME CHANNEL HD
7.00 Action Sports World
8.00 WWE Highlights
9.00 Summer X Games (5)
10.00 AMA Motocross Series Highlights (14)
11.00 X Games – Aspen 2020
12.00 Blue World 3 (2, 3)
13.00 Action Sports World (14)
14.00 WWE Highlights (26, 28)
15.20 WWE Classic Gold (6, 36)
17.00 KPW Kombat TV (18, 27)
19.00 WWE Classic Gold
20.00 AEW Dynamite (2626)
22.00 PTW Wrestling (16)
0.45 New Japan Wrestling – Highlights (21, 20)
2.00 AMA Motocross Series Highlights (14)

ELEVEN SPORTS 2 HD
14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Cremonese – Inter
16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Bayern – TSG 1899 Hoffenheim
18.00 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Pisa SC
22.00 Calcio Masters: Gody taktyka decyduje o losach – mag. piłkarski
22.55 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2) – mag.
0.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Le Havre AC – Paris Saint-Germain

DISCOVERY LIFE HD
6.45 Klinika urody gwiazd
7.15 Nowa Maja w ogrodzie
8.15 Szpital (519, 520)
10.15 Nowa Maja w ogrodzie
11.15 Idealna niania 3 (5, 6)
12.45 Klinika bez tajemnic
14.45 Szpital (518, 519)
16.45 Idealna niania 3 (4-7)
19.45 Zrób coś z tym dzieckiem (1) – mag.
20.15 De Frogers: przygoda na kółkach (1)
21.15 Dr Pryszytyla 3 (13)
22.15 Chirurgia otymie ciele (3)
23.15 Intruz w moim ciele (3)
0.15 Sekrety lekarzy (2)
1.15 Wycieczkowiec (6)
2.15 Eks-tra zmiana (2) – rozr.

POLSAT SPORT FIGHT HD
14.20 Boks: Rocky Boxing Night w Sopocie: Nikodem Jeżewski – Marko Calic
16.50 K.O. TV Weekly (28) – magazyn bokserski
17.20 Sporty walki: First Step Championship 11 w Bytowie – waga półśrednia: Rafał Blachuta – Wallison Henrique
18.55 Sporty walki: Gala Babilon MMA 54 w Grudziądzu – walka: Rafał Blachuta – Krystian Szczesny
20.50 Boks: Rocky Boxing Night w Żukowie: Mateusz Polski – Luis Romero Mendozza
23.50 Strzelnica Navala (10)

POLSAT SPORT 3 HD
6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – półfinał gry pojedynczej
8.00 Tenis: Turniej Wimbledon – półfinał gry pojedynczej
10.45 Siatkówka kobiet: LN: Ukraina – Dominikana
14.15 Siatkówka kobiet: Liga Narodów: Belgia – Włochy
16.15 Siatkówka kobiet: Liga Narodów: Bułgaria – Czechy
19.00 Tenis: Turniej Wimbledon – półfinał gry pojedynczej
19.45 Siatkówka kobiet: LN
LIVE – mecz: Niemcy – Holandia
22.30 Tenis: Turniej Wimbledon – półfinał gry pojedynczej
1.00 Sporty walki: Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech – Korona
9.00 Żużel: Metalaks – 2. Ekstraliga – mecz: Orzeł – Hunters PSZ Poznań
12.00 Snooker: Championship League – 2. runda
16.45 Premier League Stories
17.30 Snooker: Championship League – 2. runda
22.15 Górnik. Chłopcy z Zabrza (5) – serial dok.
23.15 Boks: BKFC Liberty Brawl: Filadelfia
0.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Wisła Płock – Legia Warszawa
3.00 Przerwa techniczna

ELEVEN SPORTS 4 HD
12.00 Made in Italy
13.00 Bundesliga Special
14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Mainz
16.00 Piłka nożna: Liga francuska: Paris FC – Lens
18.00 Bundesliga Special (21)
19.00 Ligue 1 Season Review
20.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: SL Benfica – FC Alverca
22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Milan – Como
0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: VfB Stuttgart – 1. FC Köln
2.00 HHH – Hamburger SV
2.45 Werder Double – dok.

ELEVEN SPORTS 3 HD
11.00 Made in Italy – mag.
12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Como 1907 – Torino FC
14.00 Piłka nożna: Liga francuska: RC Strasbourg – RC Lens
16.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (3, 4) – mag.
17.00 Serie A – mag. piłkarski
18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Genoa – Napoli
20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Lipsk – BVB
22.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Marsylia – Olympique Lyon
0.00 Birds of paradise – dok.

CANAL+ DOKUMENTALNY HD
14.25 Skandydavia. Nowa zimna wojna – film dok.
15.30 24 godziny na kole podbiegunowym – dok.
16.25 Mate Grande. Życie pod wulkanem – dok., Austria
17.25 Maternhor: Śmiercionośny szczyt
18.25 Odległości – film dokum.
20.00 Triumf i upadek. Historia Michaela Jacksona (1) – serial dok.
21.00 Wadzięca lat później: C.K.O.D.3 – film dok., Pol.
22.15 KarakoRun – film dokum.
23.15 Agnieszka Radwańska. Anatomia zwycięstwa
0.05 Prost (1-3) – serial dok., Fr.

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB T2	TVP HISTORIA DVB T2	HISTORY HD
6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki – dok.	6.00 Podjeźrzany przy telefonie – serial dok.	12.00 Przetrawianie w kanadyjskiej dziczce (1) – serial dok.	6.00 Wehikuł czasu (7/10)	6.00 Był taki dzień	13.05 Starożytni kosmici 16 (9) – dok.
8.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok.	8.00 Tajemnice jeziora Erie 2 – serial dok.	13.00 Wcielenia zła – dok.	6.05 48h. Zaginięci (64) – serial krym., Polska	6.10 W Polsce – magazyn	14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (8) – serial dok., USA
11.00 Poszukiwacze dinozaurów – dok.	10.00 Zbrodnia w sąsiedztwie 2 – serial dokumentalny	15.00 Alarm na lotnisku: Peru (16) – serial dok.	7.00 Byli sobie wynalazcy (7-10)	7.45 Flesz historii (769)	14.50 Największe tajemnice świata 6 (18) – serial dok., USA
13.00 Tajemnice ładowania na Księżycu (1, 2)	12.00 Taśmy zbrodni	16.00 Morski patrol: Hiszpania (2) – dok.	8.55 Wehikuł czasu (7/10)	8.20 Czterdziestolatek (18) – obycz., Pol. 1977	15.45 Gwiazdy lombardu 13 (7)
15.00 The Ocean Race: Żeglarska obsesja (2) – film dokum., Wielka Brytania 2023	14.00 Viralowe zbrodnie 2	17.00 Zagadka zaginionych grobowców – film dok., Wlk. Bryt. 2020	9.00 Starożytni kosmici (4) – serial dok., USA	9.35 Plaże Europy (2)	16.15 Jak to wyjaśnić? 5 (18) – serial dok., USA
16.00 Gwiezdne bitwy	14.30 Viralowe zbrodnie 4	18.00 Sztuka obrony: Wojny w Europie (2): Brytania – serial dok.	10.00 Gwiazdy lombardu (15, 16) – reality show	10.35 Tajemnice kulturowych seriali (3)	17.10 Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2 (16) – dok.
18.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki (19, 20) – serial dok., Wlk. Bryt.	15.00 Viralowe zbrodnie 2 – serial dokumentalny	19.00 Wojna widziana z powietrza (5) – dok.	12.00 I wojna światowa w liczbach (5) – dok.	11.30 Fenomen Fogga	18.10 Największe tajemnice świata 6 (7) – serial dok., USA
20.30 Zwykłe rzeczy, niezwykle wynalazki 15 – dok.	15.30 Viralowe zbrodnie 4 – serial dokum.	20.00 Katastrofa w przestworzach (8) – serial dok., Kan.	13.00 Poszukiwacze historii (7, 8) – dok.	12.35 Starożytne mocarstwa (5) – dok.	19.05 Starożytni kosmici 13 (25) – dok.
	16.00 Przerwana sielanka – serial dokumentalny	21.00 Korea Północna: Cyberprzestępcy	14.00 Tajne bazy nazistów (3, 4) – dok.	13.35 Królowie (55) – hist.	20.00 Starożytni kosmici 16 (4) – dok.
	18.00 Sповідь mordercy: akta strażnika z Teksasu – serial dokumentalny		16.00 Dorwać tuńczyka 3 (16) – serial dok., USA	14.10 Czterdziestolatek (19) – obycz., Pol. 1977	
	20.00 Sekrety zbrodni – serial dokumentalny		17.00 Dorwać tuńczyka (1) – serial dokumentalny	15.15 Sensacja XX wieku	
			18.00 Rolnicy. Podlasie (18, 19) – serial dok.	18.00 Tajemnica twierdzy szyfrów (4) – wojenny	
				18.50 Wolny – zapis zbrodni	
				19.30 Przed sierpniem był lipiec – dok., Pol. 2000	
DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DRAMAT WOJENNY	DOKUMENTALNY
21.00 Tajemnice starożytnych mumii (8, 6) – USA 2019	21.00 Premiera: Zabójczy blond 2 : Zabójstwo reżysera – USA 2025	22.00 Korea Północna: Reżim za zamkniętymi drzwiami – USA 2017	20.00 Największe wynalazki starożytności (7)	20.05 Szyfry wojny – USA 2002, reż. John Woo, wyk. Nicolas Cage, Adam Beach, 140 min	21.00 Wojownicy wszech czasów (1) – USA
Ramy Romany sprawdzi, czy mumią faraona Tutanchamona uległa spaleniemu wskutek zmian zachodzących w procesie mumifikacji, a może powodem jest coś zupełnie innego.	W 2007 r. w Dallas Township w Pensylwanii dochodzi do pożaru domu. W zgłiszczach strażacy odnajdują pozabawione głowy ciał reżysera filmów pornograficznych.	Kim Ir Sen doszedł do władzy w burzliwych latach po II wojnie światowej. Stworzył jeden z najbrutalniejszych reżimów w dziejach i zdołał całkowicie odizolować społeczeństwo.	Starożytni Grecy wynaleźli robotykę. Widzowie dowiedzą się, która z technologii, od promieni śmierci Archimedesesa po drzwi Herona, była najbardziej zaawansowana.	Kryptolodzy tworzą kod na podstawie języka Nawaho. Indianie stają się szyfrantami. Enders i Anderson nie mogą pozwolić, aby ich podopieczni wpadli w ręce wroga.	Ekspert przedstawia historię i ewolucję elitarniej jednostki Navy SEALs. Dzięki wymagającemu szkoleniu żołnierze tej formacji byli gotowi prowadzić operacje na morzu, lądzie oraz w powietrzu.
23.00 Kosmiczna mapa skarbów – serial dok.	22.00 Mroczne sekrety Playboya – serial dok.	23.00 Utracone bomby zimnej wojny (1)	21.00 Największe mity historii (5) – dok.	22.25 Historia w postaciach zapisana – cykl dok.	22.00 W poszukiwaniu potwora 5 (8)
1.00 The Ocean Race: Żeglarska obsesja (2) – film dokum., Wielka Brytania 2023	23.00 Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2 – dok.	0.00 Wcielenia zła – dok.	22.00 Apokalipsa – bitwa pod Verdun (1, 2)	0.35 Sensacja XX wieku – program historyczny	23.00 Jak to wyjaśnić: tajemnice UFO (1) – serial dokumentalny
2.00 Gwiezdne bitwy	0.00 Koleżanki na zabój – serial dok., USA 2023	1.00 Korea Północna: Cyberprzestępcy	0.00 Korea Północna: następny przywódca	2.45 Encyklopedia II wojny światowej – serial dok., Pol. 1993	23.55 Jak to wyjaśnić? 5 (18) – serial dok., USA
4.00 Poszukiwacze dinozaurów – dok.	1.00 Zabójczy blond 2	2.00 Plemienna szkoła przetrwania: Amazonia (1) – dok.	1.00 Rolnicy. Podlasie (25-28) – serial dok.		0.50 Starożytni kosmici 16 (4) – dok.
	2.00 Sekrety zbrodni				
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
7.00 Zoom na architekturę	13.45 Targowiska świata (4)	9.00 Niezwykły dr Pol	10.35 Nowa Anglia: cuda natury – film dokum., USA	13.25 Mroźna planeta II: kulisy 2 – dok., Wlk. Bryt.	13.00 Irwinowie – następne pokolenie – serial dok.
9.00 Tajemnice wraków Bałtyku (5) – serial dok.	14.50 Wiatr. Niewidzialna siła	12.00 Najgroźniejsze zwierzęta Afryki (1)	11.40 Wielkie rekiny z Australii – dok., Australia	14.30 W okowach mrozu 3 Londyn Davida Attenborough – film dok.	14.00 Resocjalizacja z Pit Bullem 4 – serial dok., USA
10.00 Wstęp uzbrojony (3, 4)	15.50 Niezwykłe podróże koleją 9 (3) – serial dok., Fr.	13.00 Dziki cuda Europy (1)	12.45 W okowach mrozu 4 (4)	16.25 Attenborough i olbrzymi dinozaur z Patagonii – film dokum.	15.00 Kot z piekła rodem
11.00 Wyprawa w nieznanne	16.55 Świat zawarty w obrazie (5) – serial dok.	14.00 Najdziwniejsze gatunki	13.40 Zabójcza pogoda 2 (4)	18.45 Malownicze trasy Malejowice 3 (6) – serial dok.	17.00 Dwa oblicza survivalu 3 – serial dokumentalny, USA
13.00 Podziemne sekrety	18.00 Dokąd dzisiaj? 4 (72, 73)	15.00 Królestwo drapieżników (1) – dok.	14.40 Rzeczne potwory 3 (2)	19.45 Indie z Alexandrem Armstrongem (2) – dok.	18.00 Weterynarz z Gór Skalistych 6 – serial dok.
14.00 Łowcy staroci: Renowacje (19, 20) – dok.	18.40 Związani z ziemią. Dzieje życia na wsi (4)	16.00 Cuda Afryki (2) – dok., Hol.	15.50 Nowa Anglia: cuda natury – film dokum., USA	20.35 Potęga ssaków: kulisy (2) – serial dok., Wlk. Bryt.	19.00 Mieszkanie na pniu
16.00 Brudne skarby – dok.	19.45 Evangelia dobrobytu. Historia kapitalizmu (1)	17.00 Niedzwiedzia zima	16.55 Dawno temu w Tsavo (2)	20.55 W okowach mrozu 3 (2) – serial dok., Wlk. Bryt.	20.00 Michael Phelps oswaja rekiny – film dokum.
18.00 Łowcy staroci (10, 11)	20.50 Berlusconi. Początki imperium (2) – serial dok.	18.00 Nilgiri: błękitne góry Indii – film przyrod., Indie	18.00 Rzeczne potwory 4 (5)	22.55 Na krawędzi katastrofy (2) – serial dok., Wlk. Bryt.	21.00 Weterynarz z Alaski
20.00 Legendarne miejscówki	22.00 Wytwórzyć i wysyłać (4)	19.00 Królestwo drapieżników (4) – dok.	20.00 W okowach mrozu 4 (5)	23.20 Drapieżniki – serial dok.	22.00 Baseny z rozmachem 2
22.00 Klub odkrywców – dok.	23.10 Strefa nagoci (6) – dok.	20.00 Dziki, sprytnie i zabójcze (1) – serial dok.	21.00 Nowa Anglia: cuda natury – film dokum., USA	0.10 Zabójcza pogoda 2 (4)	23.00 Resocjalizacja z Pit Bullem 4 – serial dok., USA
0.00 Wyprawa w nieznanne	0.20 Niezwykłe podróże koleją 9 (4) – serial dok., Fr.	21.00 Niezwykły dr Pol (4, 5)	22.15 Rekin alfa – film dokum.		0.00 Alaska: Ostatni przystanek – serial dok.
2.00 Bitwy żołnierza polskiego (4) – cykl dok.	1.25 Polska z góry 2 (3) – dok.	23.00 Niezwykły dr Pol (2, 3)	23.20 Drapieżniki – serial dok.		
3.35 Pasja – sposób na życie		1.00 Niezwykły dr Pol (15)			
4.25 Europejskie bazyry (7)					
5.10 Łowcy staroci (2) – dok.					
TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
12.35 Kto rządzi światem? (3)	10.05 Polacy za granicą (21, 22)	16.05 Ciężarówka po lepsze życie (2) – serial dokum.	15.35 Jak inżynieria zmieniała świat (7) – serial dok., USA	13.15 Zbrodnia prawie doskonała 4 (1) – dok.	8.05 Walka o bagaż
13.35 Zagadkowe życie ptaków miejskich (3)	10.55 Wojny kontenerowe	17.05 Bohaterowie z St. John's (10) – serial dok.	16.30 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze	14.10 Morderca z internetu	10.10 Kulinarne podróże z Guyem Fierim (7-10)
14.45 Rajskie zakątki Europy	13.10 Poszukiwacze historii	18.00 Kłątwa umarlaka: W poszukiwaniu zaginionego złota 3 (7)	17.35 Wojna światowa: 1914-1945 (2) – serial dok.	15.05 Ferie, impreza, morderstwo (7) – dok.	12.15 Kamperem przez świat
15.40 Woda na świecie – wysychające źródło	14.00 I wojna światowa w liczbach (6) – serial dok.	18.50 Australijski poszukiwacze złota 7	18.50 Historia sprawiedliwości (5)	16.00 Pogrzebani za domem 3	14.20 Człowiek kontra jedzenie (36) – mag. kulin.
16.45 Magiczny Adriatyk (5)	15.05 Hitlerowscy poszukiwacze skarbów	21.00 Złoto Jukonu 5 (8) – dok.	19.40 Szewcowski: historia zaginionych zwojów	17.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (5) – dok.	14.55 Niezwykłe Stany
17.45 Sanatorium miłości 4	16.05 Skanowanie historii (6)	22.00 Australijski poszukiwacze złota 10 (8) – serial dokum., Australia	20.55 Świata Hitlera (6) – dok.	18.00 Z archiwum 997 2 (7, 8)	17.00 Ślady Wielkiej Stopy (9, 10) – serial dokum., USA
18.45 Bob Fosse: show czas zacząć! – film dokum.	17.05 Koszty wojny (6) – dok.	23.00 Katastrofy w przestworzach 3 (5)	22.00 1776: niepodległość USA (5) – serial dokumentalny	19.00 Dowody zbrodni 3 (14)	19.00 Niezwykłe Stany
20.00 Kto rządzi światem? (4)	18.10 Podglądacze przyrody	0.00 Australijski poszukiwacze złota: na ratunek kopalniom	22.55 Naziści: ściśle tajna nauka (6) – serial dok., USA	20.00 Kobiety, które niosły śmierć 12 (9) – serial dok.	21.05 Nagi instynkt przetrwania (12) – dok.
21.05 Loara, dzika kraina	19.50 Tajemnice Bałtyku i Morza Północnego (2)		23.55 Wielkie budowie Rzymian (1-3) – serial dok.	21.00 Psy na służbie z Jimem Belushim (3, 4) – dok., USA	23.00 Kobieta na krańcu świata (8, 1, 2) – dok., Pol.
22.10 Niebezpieczne drogi (5)	20.55 David Attenborough i cuda natury (3, 4) – dok.			22.00 Fentanyl: Morderca gwiazd (1) – film dokum.	0.45 Kamperem przez świat
23.15 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn	22.00 Niezwykły świat ryb			23.55 Kobiety, które niosły śmierć 11 (9) – serial dok.	2.35 Ślady Wielkiej Stopy
23.20 Adopcje zagraniczne – światowy skandal	23.05 Świat z góry. Parki narodowe (6) – serial dok.				
0.30 Sanatorium miłości 4 (9)	0.05 Kroniki Hitlera (12) – dok.				

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TWN STYLE HD
15.10 Wszystko przed nami (94) – obycz.	6.10 Zakochaj się w Polsce (253) – mag.	6.00 Przyjaciółki (71, 72)	8.00 halo tu polsat cafe (4) – mag. poradnikowy	6.00 Strażnik Teksasu (12, 13) – serial sens.	6.00 24 godziny (23) – inf.	5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (8) – reality show
15.40 Gwiazdy opolskich kabaretów – rozr.	6.40 Gra słów.	8.00 Hell's Kitchen	11.00 Hell's Kitchen	7.55 Bogaty dom – biedny dom (75)	7.10 Express – pr. inform.	5.50 Damy i wieśniaczki. PL 9 (5) – serial fab.-dok., Polska 2025
16.00 Jerzy Stuhr. Sam ze sobą – dok., Pol. 2014	7.10 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin.	11.00 Hell's Kitchen	12.30 Bogaty dom – biedny dom (109, 110)	8.55 Policjantki i Policjanci (510, 511) – serial obycz., Polska	8.30 Kartoteka 2 (2, 3)	6.50 Będzie pięknie (5) – program rozrywkowy
17.00 Gra słów. Krzyżówka (1059)	8.20 Familiada – telet.	12.30 Bogaty dom – biedny dom (109, 110)	14.30 10 lat młodsza w 10 dni (3) – pr. rozrywk.	10.55 Na ratunek 112 (1168, 1169) – paradok.	10.35 Detektywi (27, 28)	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
17.30 Teleexpress	8.50 Va banque (941)	15.30 Drugie życie sukni ślubnej (32) – pr. rozr.	16.00 Hell's Kitchen	11.55 Dlaczego ja? (1537, 1538) – paradok.	12.35 Zakup w ciemno 7 (36, 37) – reality show	11.25 Ugotowani (11, 12) – program kulinarno-rozrywkowy
17.50 Teleexpress Extra	9.25 Koło fortuny (2050)	16.00 Hell's Kitchen	18.00 Nasz nowy dom (330, 331)	16.55 Policjantki i Policjanci (1399) – serial obycz., Polska	14.35 Nic do zgłoszenia (8)	13.30 Kuchenne rewolucje (7, 6) – program rozrywkowy
18.15 Stacja Arktyka	10.05 Makłowicz w podróży – mag.	18.00 Nasz nowy dom (330, 331)	20.00 Kolacja w ciemno (77) – pr. rozrywk.	18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (517) – reality show	15.35 Złomowisko PL 5 (6)	15.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (7, 8) – reality show
18.45 Info Wilno – pr. inf.	10.45 Postaw na milion	20.00 Kolacja w ciemno (77) – pr. rozrywk.	21.05 Więzienie kobiet (142, 143) – dok., Pol.	19.00 Policjantki i Policjanci (1400) – serial obycz., Polska	16.45 Express – pr. inform.	17.05 W czym do ślubu? (4) – program rozrywkowy
19.05 Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny (130) – program inform.	12.35 Familiada – telet.				16.58 Pogoda, sport	
19.15 Wyspa dzieci, czyli muzycni spadkobiercy zespołu 2 plus 1 (1)	13.15 Matki, żony i kochanki (21)				17.05 Usterka 14 (10)	
20.10 Program informacyjny 19.30	14.15 Pan Mama (36, 37)				17.45 Życie na kredytach 8 (9, 10) – reality show	

OBYCZAJOWY



20.50 Echo serca (6) – Polska 2019

Podczas wyścigu Krzysiek doznaje poważnych obrażeń. Jan, by go ratować, usuwa mu nerke. Rodzina pacjenta oskarża go o handel organami. Magda wspiera lekarza.

21.40 Na sygnale (651, 652) – serial fab.-dokum.

22.40 Moje przeboje (5)

23.15 Dziennik regionów

23.40 Matki, żony i kochanki (17)

0.40 Rodzinka.pl (268)

1.10 Szlakiem miejsc niezwykłych: Pomniki historii (3)

MAGAZYN KULINARNY



18.35 Okrasa lamie przepisy

Prowadzący wybierze się do nadleśnictwa Rytel. Znajduje się tam stara wysuszczarna nasion. Karol podzieli się m.in. przepisem na placzek z mąki zoledziowej.

19.40 Makłowicz w podróży – mag.

20.15 Postaw na milion

22.10 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (45) – pr. rozr.

22.50 Kabaret Letnią Porą (12) – pr. rozrywk.

23.50 Do śmiechu! (77)

REALITY SHOW



22.00 Gry małżeńskie (21, 158, 159)

Tym razem widzowie zobaczą poczynania Wiktorii, która szuka swojej drugiej połówki. Na randki zaproszą ją Karol, Jan i Filip. Dziewczyna musi odgadnąć, który z nich wciąż jest singlem.

1.00 Kolacja w ciemno (21, 22) – program rozrywkowy

3.05 Więzienie kobiet (19, 20) – serial dokumentalny, Polska

4.00 Zdrady (159, 160) – serial paradokum., Polska 2021

ROZRYWKOWY



20.00 Gwiazdy Kabaretu (175, 164) – program

Artyści z Kabaretu Rewers zaprezentują skecze: „Nauczyciel u lekarza”, „W markecie zakupy” i „Psył psył”. Wykonają piosenkę „Love Zł Story”.

22.05 Wyspa strachu (FILM) – thriller, USA 2009, 120 min

0.05 STOP Drogowka

1.05 Love Island. Wyspa miłości (30)

2.05 Hardkorowy lombard 3 (22) – dok.

2.40 Interwencja – mag.

2.55 Śmierć na 1000 sposobów (1)

ROZRYWKOWY



22.00 Ostre cięcie 12 (8)

Matka i córka, Gabriela i Graziella, wspólnie prowadzą salon w stolicy Dolnego Śląska. Dzieli je ognisty temperament. Prowadzący są świadkami pełnych napięcia sytuacji.

23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 21 (6)

0.00 Gogglebox. Przed telewizorem 18 (1)

1.00 Diabelnie boskie 2 (9, 10) – reality show

1.55 Damy i wieśniaczki. Za granicą 2 (3, 4)

3.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (514)

4.20 Szpital (606)

ROZRYWKOWY



17.40 Kuchenne rewolucje (6, 5, 7)

Magda Gessler szuka pomysłu na przyciągnięcie gości do restauracji Izzy w Grodzisku Wielkopolskim. Współpracą z macedońskimi przyjaciółmi nie zapewnili jej sukcesu.

20.50 Jestem z Polski (15) – serial dok., Pol. 2023

21.50 Jestem z Polski 16 (20) – serial dokum.

22.50 Hotel Paradise 6 (26)

23.50 Ślub od pierwszego wejścia: Australia 9

1.35 Dorota was urządzi! (8) – program rozrywk.

TVP HD

8.55 Ojciec Mateusz 21 (268, 269) – krym., Pol. 2019

10.45 Gra słów. Krzyżówka

11.20 Na sygnale (656, 657)

12.25 Ojciec Mateusz 6 (79)

13.20 Komisarz Alex 4 (43)

14.15 Ranczo 7 (85, 86) – obycz.

16.10 Postaw na milion – telet.

17.10 Okrasa lamie przepisy

17.45 Makłowicz w podróży

18.20 Ojciec Mateusz 25 (322)

19.20 Ranczo 7 (89) – obycz., Pol.

20.10 Rodzinka.pl (291, 292)

21.25 Ojciec Mateusz 34 (437)

22.20 Pole rażenia – thriller, USA 1993, reż. Rowdy Harrington, 115 min

0.15 Profilerka (10-12)

TVS

5.30 Pasma ciekawostek

6.00 Telesprzedaż

10.05 Działaj w regionie – inf.

10.15 Pogoda

10.20 Przy muzyce po Śląsku

10.50 Wochenblatt TV – pr. inf.

11.10 Działaj w regionie – inf.

11.15 Pogoda

11.25 Muzyczne dzień dobry

12.45 Klaczy i Lachy – pr. rozr.

14.15 Spotkanie z balladą

16.45 Muzyczne podróże

17.50 Weekend z TVS – pr. rozr.

18.00 Koncert żywcem

19.05 Weekend z TVS – pr. rozr.

19.15 Koncert w TVS – pr. muz.

23.05 Szlagierowa lista – muz.

ZOOM

8.00 Strażnik Teksasu 9 (9, 10) – serial sensacyjny, USA

10.00 Macgyver 3 (6, 7) – sens.

12.05 Pułapki umysłu (5) – dok.

13.15 Wjemy magazynowe: Kanada 2 (17, 18)

14.25 Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (7)

15.30 Sensacje XX wieku

17.50 Wojciech Czerwowski – bosko przez świat

20.00 Kobra – oddział specjalny 24 (3, 4) – sens.

22.00 Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (8)

23.00 Magia nagości. Niemcy – reaktywacja (8) – rozr.

0.00 Magia nagości. Szwecja

TLC

11.00 Rodzina 10+ 8 (12) – rozr.

12.00 Wielkie lato małych ludzi – reality show

13.00 Cztery żony i mąż 12

15.00 Wiza na miłość 11

16.00 Historie wielkiej wagi

18.00 Wiza na miłość: rajski romans 4 (3) – reality show

19.00 Mega-życie – serial dok.

20.00 Baylen – życie na głos 3 (5) – serial dokumentalny

21.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show

22.00 Sekta Mary (1/3) – dok.

23.00 Dr Pryszczyla 5 – dok.

0.00 Dr Pryszczyla – kulisy

1.00 Baylen – życie na głos 3 (5) – serial dokumentalny

C+ KUCHNIA

14.55 U sąsiadów w kuchni 13

15.55 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2 (1)

16.10 Kulinarne mapa Wielkiej Brytanii (2) – serial dokum.

16.40 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień

18.30 Tajemnice indyjskich smaków (3) – serial dok.

18.55 M jak mięso (5, 6) – dok.

19.50 Nie bój ryby! (5) – mag.

20.15 Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków

21.10 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 7

23.50 Kolacja z Gavinem Rossdale'em (4) – dok.

TVN TURBO

8.20 Nic do zgłoszenia (3)

9.15 Samochód marzeń – kup i zrób 7 (2) – mag.

10.15 Ciężarówka przez RPA

11.15 101 napraw 5 (5, 6) – dok.

12.15 Jeździć, obserwować (8)

13.00 Mobilni mechanicy

14.00 Zawodowi handlarze

16.00 Wojny samochodowe

18.00 Raport Turbo – mag. inf.

18.15 Naprawy nie do naprawy (1-5) – mag.

22.00 Raport Turbo – mag. inf.

22.15 Wojny samochodowe

0.10 Niebezpieczne dzielnice (3, 4) – serial dok., Pol. 2024

1.40 Najpopularniejsze auta świata (9) – mag. motor.

NOWA TV

9.30 Calkiem nowe lata miodowe (2) – kom., Pol.

10.00 Miodowe lata (18) – kom.

10.30 Wiązienie (123) – dok., Pol.

11.00 Poirot 13 – serial krym.

12.55 Poirot 11 – serial krym.

14.00 Świat według Kiepskich (357, 358) – kom., Pol. 2011

15.00 Świat według Bundych 8 (178-183)

18.00 Calkiem nowe lata miodowe (16) – kom., Pol.

18.30 Miodowe lata (36-39)

21.00 Zdrady (10) – paradok., Pol.

22.00 Ślad (44, 45, 109) – krym.

1.00 Łowca pedofilów

3.00 TV okazje (113, 114)

3.50 Wehikuł czasu (710, 709)

METRO

12.30 SOS Ekipy w akcji (32)

13.30 Brzydula (35, 36) – kom.

14.35 Kiedy ktoś kocha bardziej (17) – obycz.

15.45 The Floor (9, 10) – telet.

17.00 Fani czterech kółek 17

18.00 Prawo Agaty 7 (6)

19.00 Kartoteka 2 (13)

20.05 Akademia policyjna (FILM) – kom., USA 1984, 120 min

22.05 Oszukac (FILM) – przestępstwo 5 – horror, USA/Kanada 2011, reż. Steven Quale, 115 min

0.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5 (9) – dok.

1.00 Formula E: ePrix Chin – podsumowanie

ANTENA HD

12.00 Co Polak potrafi na drodze? (16) – pr. rozr.

13.05 Ciężarówka przez śniegi 2 (3) – serial dokum.

14.00 Kłątwa Wyspy Dębów

15.00 Wojny kontenerowe 2

16.00 Australijscy poszukiwacze złota 3

18.00 77 TV 5 (5) – pr. rozrywk.

20.00 Morderstwa we Francji (FILM) – Lille – film kryminalny, Francja 2018, 125 min

22.05 Morderstwa we Francji (FILM) – Cordeze – film krym., Francja 2019, 120 min

0.05 Zabójca z autostrady (FILM) – 1-5 – thriller, Kanada 2011, reż. Allan Kroeker, 110 min

WP

12.00 Wariaci za kierownicą 6

13.00 Makłowicz w podróży

14.05 Pokochaj lub sprzedaj

16.00 Pokochaj lub sprzedaj

16.50 Pogoda

17.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpac 6 (2)

19.00 Strażacy z sąsiedztwa

20.50 Policjanci w akcji (9, 10)

21.55 Pogoda

22.00 Mistrzowie Kabaretu 2

23.00 Przebojowe kabarety (3)

0.00 Mistrzowie Kabaretu 17 (6) – program rozrywkowy

1.00 Mistrzowie Kabaretu 7

2.00 Mistrzowie Kabaretu (4)

C+ DOMO

14.05 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu

15.00 Kupcie swoje zamki! 2

POLSAT 2 HD

- 5.50 Wydarzenia**
6.30 Nasz nowy dom (302) – reality show
7.30 Na ratunek 112 (929, 930) – serial paradokum, Pol. 2024
8.30 Sekrety rodziny (387-389) – paradok.
11.30 Trudne sprawy (951) – serial paradokum.
12.30 Dlaczego ja? (1352, 1353) – paradok.
14.30 Świat według Kiepskich (539-543) – serial kom., Polska
17.00 48h. Zaginieni (159, 160) – krym., Pol.
19.00 Gliniarze (997) – serial paradokum.
20.00 Ślad (73) – krym., Pol.
21.00 Gliniarze (792) – serial paradokum.

DRAMAT SENSACYJNY


22.00 Na linii ognia
FILM – USA 1993, 165 min
 Były ochroniarz Frank dowiaduje się, że zawodowo zabójca planuje zamach na prezydenta. Zatrudnia się w obszarze polityki. Nawiązuje romans z agentką Lilly.

- 0.45 Sąsiedzi** – komedia, **FILM** USA 2014, 120 min
2.45 Wydarzenia
3.25 Ewa Gojule (553) – magazyn kulinarny
4.00 Strzelnica Navala (7) – magazyn sportowy
5.10 Drwale (2) – dok., Pol.
5.30 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.

POLSAT PLAY HD

- 6.00 Budowlancy** (9) – dok.
6.30 Kołowrotek (203) – mag.
7.00 Dorwać tunczyka (10, 11)
9.05 Wojny magazynowe
10.00 Wojny kontenerowe (14, 15) – serial dok., USA
10.55 Hardkorowy lombard (52-57) – serial dokum., USA
14.00 Polacy za granicą (41, 42)
16.00 Złomiarze (37, 38) – dok.
18.05 Poszukiwacze historii (249, 250, 245, 246) – dok.
20.05 Chłopaki do wzięcia (491, 492, 469, 470) – dok.
22.00 Zawód gлина (2) – dok.
22.55 Łowca pedofilów (168, 170, 211, 190, 187-189)
4.00 Starożytni kosmici (9, 10)

Kobieta TVP KOBIECI DVB-T2

- 14.35 Omnibus** – szczybki i madrzyki – dogrywka
15.00 Po prostu na wieś 2 (1)
15.30 Ojciec Mateusz (11, 12)
17.25 Najwspanialsze ikony natury (6) – serial dokum.
18.30 63. KFPP w Opolu – Autobiografia.
Jubileusz Bogdana Olewicza – koncert
19.30 Miłość i nadzieja (300)
20.30 Wichrowe wzgórze (281) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 La Promesa – pałac tajemnic (271) – obycz.
22.30 Czego pragną kobiety – komedia, USA 2000, reż. Nancy Meyers, 140 min

SUPER POLSAT DVB-T2

- 6.45 SuperLudzie Extra** (28) – magazyn
6.55 Na ratunek 112 (714, 715) – paradok.
7.55 Doktor Martin (59, 60) – serial obycz.
10.00 Wydarzenia
10.30 Świat według Kiepskich (368, 369)
11.35 Twoja Twarz Brzmi Znajomo (194) – rozr.
13.30 Bitwa o palety (5)
14.30 Hell's Kitchen – **Piekielna Kuchnia** (63) – reality show
16.00 Ninja Warrior Polska (37)
17.55 Świat według Kiepskich (466, 467)
19.00 Rolniczki (13) – dok.
20.00 Kolacja w ciemno (12) – pr. rozrywk.

THRILLER


21.00 Bestia – Islandia/Jap./USA 2022, reż. Baltasar Kormákur, 115 min

Doktor Nate Samuels po śmierci żony chce naprawić relacje z córkami. Zabiera je do RPA. Wyprawa zamienia się w walkę o przetrwanie, gdy stają się oni celem lwa.

FOOD NETWORK HD

- 13.10 Apetyt na miłość** (6)
14.10 Akcja: Restauracja (4)
15.10 Miasto smaków Guya Fieriego (3) – reality show
16.15 Kuchenne rewolucje (9)
17.15 Sexy kuchnia Magdy Gessler (3) – mag. kulin.
17.50 Miłość od kuchni (9)
18.50 Dziecięce mistrzostwa wypieków 11 (10)
19.50 Napad na kuchnię (4)
20.50 Elitarny turniej wypieków (4)
21.55 Pyszne miejscówki (7)
22.55 Akcja: Restauracja! 20 (5) – reality show
23.55 Człowiek kontra jedzenie (22-25) – mag.

E! ENTERTAINMENT HD

- 10.40 Plastikzna fuzzerka**
12.30 Z kamerą u Kardashianów (10, 11)
14.20 Tyler Henry – medium z Hollywood (1) – pr. rozr.
16.10 Plastikzna fuzzerka
18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
18.30 Z kamerą u Kardashianów (2, 3)
20.30 Tyler Henry – medium z Hollywood (2, 3) – rozr.
22.30 Plastikzna fuzzerka
0.30 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
1.00 Z kamerą u Kardashianów (10, 11)
3.00 Plastikzna fuzzerka

TV 6 DVB-T

- 6.00 Więzienie** (162, 163) – serial dok., Pol. 2023
6.55 Policjantki i Policjanci (709, 710) – serial obycz., Polska
8.55 Kobra – oddział specjalny (28, 29) – serial sens., Niemcy
10.55 48h. Zaginieni (148-150) – serial kryminalny, Pol. 2022
13.55 Policjantki i Policjanci (1200) – serial obycz., Polska
14.55 Uroczysko (45, 46) – krym., Pol. 2023-2024
16.00 Kobra – oddział specjalny (30, 31) – serial sens., Niemcy
18.05 Strażnik Teksasu (14, 15) – serial sensacyjny, USA 1999

KRYMINALNY


20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (49, 50) – USA 2004

W most uderza jacht ze zwłokami jednego z najbogatszych ludzi w Miami. Okazuje się, że syn ofiary został uprowadzony. Zespół rozpoczyna poszukiwania.

POLSAT RODZINA HD

- 12.05 Bogaty dom – biedny dom** (138) – reality show
13.00 Rodzina zastępcza (223, 224) – kom., Pol. 2006
15.00 Wielkie wycieczkowe
16.00 Świat z góry (6, 7) – dok.
17.15 Pingwin z Madagaskaru 3 (15)
17.45 Pingwin z Madagaskaru (1-3)
19.10 Rodzina zastępcza (308) – serial komediowy, Polska
20.05 Miodowe lata (8, 9, 9e)
22.05 Gonitwa – dramat obycz., Australia 2011, 135 min
0.20 Broń w hollywoodzkich filmach (5, 6) – serial dokumentalny, USA 2017

TV TRWAM DVB-T

- 16.30 Szusznia walka**
17.30 Łączy nas historia
17.55 Poczet wielkich Polaków – program hist.
18.00 Anioł Pański
18.05 Informacja młodych
18.15 Westerplatte młodych
19.00 Msza święta
20.00 Informacja dnia
20.20 Różaniec
20.50 Śladami historii (7) – dok.
21.00 Apeł Jasnogórski
21.20 Informacja dnia
21.40 Polski punkt widzenia
22.00 Opowiedzieć taki pontyfikat.
22.00 Dziennikarze o Janie Pawle II – film dok., Pol.

BBC FIRST HD

- 6.00 Zagadki doktora Blake'a 3** (6) – krym.
6.55 Death Valley (5, 6) – serial kom., Wlk. Bryt.
8.40 Lewis 5 (3) – krym.
9.40 Ojciec Brown (4)
10.40 Śmierć pod palmami (5) – krym.
11.45 Zagadki doktora Blake'a 3 (6) – krym.
12.55 Zabójca arcydzieła (1, 2) – krym., Irlandia
15.00 Ojciec Brown 7 (9) – krym., Wlk. Bryt. 2019
16.00 Lewis 5 (3) – krym.
17.00 My Life is Murder 3 (3) – serial kryminalny
18.00 Morderstwa w Midlands 22 (1) – krym., Wlk. Bryt. 2020
19.50 Śmierć pod palmami (6) – krym.

KRYMINALNY


21.00 Lynley (5, 6) – Irlandia/Wielka Brytania 2025

Thomas postanawia spędzić dzień wolny od pracy w parku krajobrazowym Norfolk Broads. Nieoczekiwanie znajduje tam ciało mężczyzny. Rozpoczyna śledztwo.

BBC LIFESTYLE HD

- 12.30 Najdroższe bufety świata** – dok., Wlk. Bryt.
13.30 Bake off: zawodowcy 3
14.30 Wielkie brytyjskie wypieki 13 (6) – pr. rozr.
15.40 Zapraszam do stołu: Wielka porcja 19 (8)
17.50 Wymarzone domy 2 (5)
18.50 Mistrzowie ceramiki 4
19.50 Wielkie brytyjskie wypieki 13 (7) – pr. rozr.
21.00 Kobiety, skąpel i liposukcja (2) – dok.
22.00 Oblicza seksu 2 (3) – dok.
23.00 Wystylidne choroby: online (1) – serial dokum.
23.55 Kuchenne koszmary USA 9 (7, 8) – serial dok.

BBC BRIT HD

- 9.25 The Best of Top Gear 2021/2022** (4) – mag.
10.30 Nadzwyczajne maszyny
11.25 Brytyjskie fabryki 2 (1)
12.30 Top Gear 8 (4) – mag.
13.30 Nadzwyczajne maszyny
14.35 Cuda inżynierii (3) – dok.
15.40 Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 4 (4) – telet.
16.45 Brytyjskie fabryki 2 (1)
17.50 Top Gear 8 (5) – mag.
18.55 Cuda inżynierii (3) – dok.
20.00 Brytyjskie fabryki 2 (2)
21.00 Inżynierowie Hitlera: budowa III Rzeszy (1, 2)
23.00 Top Gear 8 (4) – mag.
0.00 Top Gear 19 (7) – mag.

STACJE DZIECIĘCE
TVP ABC DVB-T2

- 11.10 Odo** (40-42) – anim.
11.35 Stacyjkowo (7, 8)
11.55 Pszczółka Maja (14)
12.25 Domisie – dla dzieci
13.00 Kocie kalamburki (6, 7) – pr. dla dzieci
13.20 Tru i Tęczowe Królestwo (14)
13.45 Świnka Peppa 7
14.10 Pająk Lucas 2 (27, 28)
14.30 Oli i Luna (27, 28)
14.50 Oktonauci (27, 28)
15.20 Cześć, czy mogę Ci zjeść? (14) – mag.
15.40 Billy – chomik, który został kowbojem (23, 24) – serial anim.
16.10 Pat i świat (40-42)
16.35 Dino Ranczo
17.05 Pszczółka Maja
17.30 Petronix: Obrońcy zwierząt (27, 28)

ANIMOWANY


18.00 Mała Marinette (5, 6) – Francja 2017

We wsi nadszedł czas zbiorów. Marinette chce, by Jakec pomógł im w pracy, ale dziadek, który nie lubi chłopca, nie zgadza się na to.

NICK JR. HD

- 17.30 Pan Krokodyl 2** (7, 5)
17.55 Barabapa – szczęśliwa rodzinka (3) – serial anim.
18.10 Barabapa i jego rodzinka 2 (3) – anim., Fr.
18.40 Dora 2 (5) – serial anim.
19.00 Przygody Misia Paddingtona (5) – anim.
19.30 Przygody Misia Paddingtona 2 (2) – anim.
19.55 Przygody Misia Paddingtona (5) – anim.
20.07 Świnka Peppa (51, 52)
20.17 Świnka Peppa 2 (1, 2)
20.30 Małe Królestwo Ben i Holly (10) – serial anim.
20.55 Barabapa i jego rodzinka 2 (3-5) – anim.

MINI MINI+ HD

- 10.00 Baranek Shaun** (29-37)
11.25 Babcine oczka (10-13)
11.50 Marta mówi (9, 10)
12.50 Moje urodziny – dla dzieci
12.59 Marta mówi (11, 12)
13.55 Moje urodziny – dla dzieci
14.00 Basia (8-12) – serial anim.
15.10 Kicia Kocia 2 (9-13)
15.55 Blazie i megaszusznicy 3
17.20 Staś i fajna Babcia
17.50 Moje urodziny – dla dzieci
17.57 Staś i fajna Babcia (29)
18.15 Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia (1, 2) – serial anim., Japonia
18.40 Dora i przyjaciele (13, 14)
19.35 Kicia Kocia (10-13, 1)
20.25 Mały Charlie (9-13)

STACJE INFORMACYJNE
TVN 24 HD

- 7.30 Jeden na jeden**
8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
9.55 Biznes – pr. publicyst.
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
10.55 Biznes – pr. publicyst.
11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
11.55 Biznes – pr. publicyst.
12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
13.55 Biznes – pr. publicyst.
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
14.55 Biznes – pr. publicyst.
15.00 15 na żywo – inf.
16.00 Fakty po południu
18.00 Tak jest – pr. publ.
19.15 Serwis informacyjny
19.25 Fakty po Faktach – program inform.

PUBLICYSTYCZNY


20.00 Bez kitu

Przy jednym stole spotkają się przedstawiciele różnych ugrupowań, instytucji i urzędów, aby prowadzić dyskusje dotyczące polityki, społeczeństwa i gospodarki.

POLSAT NEWS HD

- 14.00 W rytmie dnia** – serwis informacyjny
14.55 Pogoda
15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny
15.50 Sport, pogoda
16.10 Wydarzenia 15:50
16.10 Więcej „Wydarzeń” – inf.
16.30 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.
18.00 Najważniejsze pytania
19.15 Gość „Wydarzeń” – publ.
19.50 Debata Gozdry – publ.
21.50 Wydarzenia wieczorne
22.30 Dzień na świecie – pr. inf.
23.30 Obraz dnia – serwis informacyjny
0.00 Najważniejsze pytania

TVP 3 TVP 3 DVB-T2

- 12.30 Rączka gotuje**
13.00 Agrobiznes
13.20 Agropogoda
13.30 Niebezpieczne związki
14.20 Niezwykłe miejsca
15.00 Koronka do Miłosterdzia 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 (192)

USTAWIENIA TELEFONU, KTÓRE WARTO WŁĄCZYĆ

TWÓJ OSOBISTY LEKTOR



Wejść w „Ustawienia”, przewiń ekran do sekcji „Ułatwienia dostępu”, a następnie wybierz „Skrót: Przeczytaj na głos” – i zezwól na działanie usługi. Otwórz ponownie „Skrót: Przeczytaj na głos” i zaznacz opcję „Przycisk ułatwień dostępu”. Aby lektor odczytał tekst, kliknij ikonę głośnika,

która od tej pory będzie widoczna na ekranie – następnie zaznacz treść SMS-a lub fragment artykułu, którego chcesz posłuchać. Możesz ustawić szybkość i ton mowy oraz wybrać głos jednego z 7 lektorów dostępnych w języku polskim.

UKRYTE MOCE SMARTFONA

➔ Android skrywa funkcję, które po włączeniu w Ustawieniach zwiększą twoje bezpieczeństwo i komfort korzystania z telefonu. Pozwalają też uruchomić lektora odczytującego SMS-y i artykuły ze stron www. Pokażemy, jak to zrobić, na przykładzie Motoroli Edge 40 Neo – w innych modelach nazwy opcji mogą się różnić, ale warto poszukać ich na własną rękę.

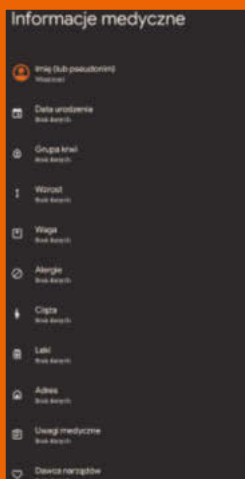
NA RATUNEK

Smartfon może automatycznie zadzwonić na numer alarmowy lub wysłać SMS-a z lokalizacją do wybranych osób po 5-krotnym naciśnięciu przycisku zasilania. Aby włączyć tę funkcję, wejdź w „Ustawienia”, wybierz „Bezpieczeństwo i tryb alarmowy”, potem „Otwórz aplikację Bezpieczeństwo osobiste”. Zaloguj się do konta Google, na dole ekranu kliknij „Funkcja”, w sekcji „Połączenia alarmowe” wybierz „Zarządzaj ustawieniami” i włącz „Połączenia alarmowe”. Kontakty dodasz tak jak w ramce „Na wszelki wypadek”.

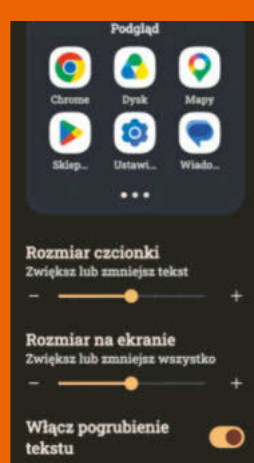


NA WSZELKI WYPADEK

W „Ustawieniach” otwórz „Bezpieczeństwo i tryb alarmowy”, a następnie wybierz „Informacje medyczne”. Możesz tam wpisać m.in. przyjmowane leki, alergię oraz inne ważne dane zdrowotne – ratownicy zobaczą je bez odblokowania ekranu. Przejdź do „Bezpieczeństwo i tryb alarmowy”, wybierz „Kontakty alarmowe”, kliknij „Dodaj kontakt” i wskaż osobę z listy kontaktów, aby w razie potrzeby można było do niej zadzwonić bez odblokowywania twojego telefonu.



CZYTANIE, KTÓRE NIE MĘCZY

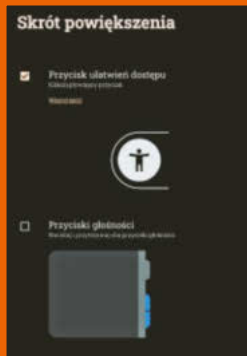


Niezależnie od wielkości ekranu telefonu możesz dodatkowo powiększyć i pogrubić tekst, co wyraźnie poprawia jego czytelność i komfort korzystania. Wejść w „Ustawienia”, wybierz „Ułatwienia dostępu”, a następnie przewiń w dół do opcji „Rozmiar na ekranie i tekst”. W tym miejscu zwiększysz rozmiar czcionki oraz elementów wyświetlanych na ekranie – wystarczy przesunąć suwaki w prawo. Po włączeniu opcji „Pogrubienie tekstu” litery staną się bardziej wyraziste.

W tym miejscu zwiększysz rozmiar czcionki oraz elementów wyświetlanych na ekranie – wystarczy przesunąć suwaki w prawo. Po włączeniu opcji „Pogrubienie tekstu” litery staną się bardziej wyraziste.

CYFROWA LUPA

Litery są za małe i trudno przeczytać treść SMS-a lub artykułu w internecie? Wejść w „Ustawienia”, przewiń ekran w dół i wybierz „Ułatwienia dostępu”, potem kliknij „Powiększenie” oraz „Skrót powiększenia”. Włącz „Przycisk ułatwień dostępu” – na ekranie pojawi się ikona lupy, dzięki której w każdej chwili powiększysz wybrany fragment. Dotknij jej, a potem dwukrotnie stuknij miejsce, które chcesz przybliżyć. Aby wrócić do standardowego widoku, ponownie kliknij ikonę lupy.





→ 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

**TELEWIZOR ODBIERA FONIE,
ALE BRAK OBRAZU**

PAN TADEUSZ ma telewizor 20",
Sony KDL 20S4000 z 2008 roku.
Nigdy go nie zawiódł, a korzystał
z TV kablowej, osiedlowej, po-
tem z Orange światłowodowej,
a teraz znów z osiedlowej, tyle że
ma problem z odbiorem. Telewizor
odbiera fonie, ekran w gór-
nej części pokazuje napisy, a dol-
na część jest ciemna, brak wizji.
Wygłąda na to że nie jest przysto-
sowany do odbioru aktualnego
sygnału. Czytelnik pamięta, że
przed laty informowano o zmia-
nach w TV naziemnej. Pyta, jak
przywrócić odbiór wizji? Słyszał,
że ktoś dostał jakąś „kostkę” do
wkładania w port HDMI.

JK Faktycznie telewizor jest już
„pełnoletni”. Wprawdzie posiada
dekoder cyfrowej TV naziemnej,
ale systemu MPEG-2. Jeśli tuż po
zakupie telewizora korzystał Pan
z telewizji osiedlowej, która re-
transmituje kanały naziemne, to
telewizor odbierał je bez proble-
mu, bo ma wbudowany tuner te-
lewizji analogowej. Odkąd w 2013
roku TV naziemna w Polsce prze-
szła na system cyfrowy w stan-
dardzie MPEG-4, Pański telewizor
przestał odbierać kanały naziem-
ne, bo nie ma w sobie dekodera

MPEG-4. Gdyby nie miał tunera
DVB-T / MPEG-2, to nie wyszukał-
by kanałów cyfrowych i nie słyszał-
by Pan przekazu fonii, która nadal
kompresowana jest w MPEG-2.
Odbiór telewizji Orange z pewno-
ścią odbywał się za pomocą ze-
wnętrznego dekodera połączone-
go z telewizorem kablem HDMI.
Sam telewizor w takim przypadku
pełnił funkcję monitora i o użyciu
wewnętrznego tunera telewizora
nie było mowy. Podobnie mogło
być z dekoderm telewizji kablo-
wej. Jeśli teraz wrócił Pan do od-
bioru kanałów z „kablówki” i po-
jawił się opisany problem, to dość
prosto można go rozwiązać. Za-
cząłbym jednak od ustalenia, co z
„kablówki” chce Pan oglądać i co
w niej jest dostępne w przekazie
niekodowanym, bo wszystkie sieci
kablowe większość swoich kana-
łów kodują. Jeśli interesuje Pana
tylko niekodowana TV naziemna,
to wystarczy zakup zewnętrznego
dekodera DVB-T2 w sklepie tele-
wizyjnym. Jeśli z oferty sieci kablo-
wej interesuje Pana coś więcej, to
należy podpisać stosowną umowę
z operatorem sieci, wybrać abona-
ment i pobrać od operatora właści-
wy dekodek. Dekoder łączymy ka-
blem HDMI z telewizorem, a kana-
ły wybieramy z pilota dekodera.

platynowiec, l.a.t. 45			stolica Łotwy	żona lorda					bombardowanie
Wojciech „Alternatywy 4”				... Kalmus, aktorka					
Natalie „Obsesja”									
				jej nie wypada zastępować gips					
„Gorzkie ...”, film		potężna małpa						5	strzęp waty
wyścigowka		świeci nad witrzyną	dyskrejca						
	3			grecka bogini zwycięstwa					filozof z Królewca
niejedno w menu		... Koźuchowska, „Drużyna szansa”	logo						
ozdoba posiadzki									
			imię Dymyzy	w ręku kelnera					gorzki piolunu
... Suzin, legendarny spiker		dowód jakości						1	
				futro z tchórze					powieść Zoli
aprobata		większy od morza							
przełożony		serial o Łęckiej							
				równowagi popyt					mały pies myśliwski
model Fiata		otoczony fanami	lanca, włócznia						
np. żółw	2						okres w dziejach		... odwagi
			ściana pudła gitary						
polski półwysep		kawałek świecy						4	
			króluję 1.04						

LITERY Z PONUMEROWANYCH
PÓL UTWORZĄ HASŁO

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

NEWS MEDIA



TITAN OS SIĘ ROZWIJA

TITAN SMART TV W systemie Titan OS, obecnym w telewizorach Philips, będzie dostępny serwis Apple TV, z takimi hitami jak np. „Ted Lasso”, „Rozdzielenie”. Najpierw pojawi się w wybranych modelach z 2025 roku i nowszych, a potem w kolejnych. Co więcej, Titan OS trafi do nowych telewizorów Sharp.

HEAVY METAL I ROCK

arte STREAMING Prawdziwa gratka dla wielbicieli ciężkiego grania – mogą obejrzeć dziesiątki koncertów z festiwalu Hellfest 2026 (18-21 czerwca) na platformie Arte.tv całkowicie za darmo. Wystarczy wejść na stronę, wybrać zespół, np. Anthrax, Papa Roach, Sepultura, i poczuć klimat tego muzycznego święta.



FOT: MATERIAŁY PRASOWE

obsiane zbożem	"Samum", film	kwiat Nilu		bez-żeństwo kleru		na cześć jubilata		oszlony otwór w ścianie	medal, order		szef juhasów			pszenney lub razowy		widowisko rewiewe
				rodzaj kilofa						7	zawód, profesja					bolesne baty
galopka					3	lekka łódź sportowa		pieśń protestu	film o profesorze Wilczurze							
himalajski stwór				pochyłość					bloczek na bal		prawosław wysoki					
"Włoska ... z Charlize Theron		5						kuzyn żyrafy					stolica Norwegii		reprezenta	
				zuch, śmiałek						6	grupa nacisku					
				śpiewa „Skyfall”	starszy niż strit											
perłowa na ozdoby		wiewiórka workowata						darmowy upominek						krzywno-nosa wśród ptaków		milczek
... Craig, aktor		ma l.at. 41	ścieżka przez bór						główny wątek		okręg, okolica	włącza się przy próbie włamania				
						prze-strzeń radiowa						100 centów				1
damskie buty jesienne			w ręku policjanta		Jerzy „Wodzirej”	samica jelenia		poprze-dza dowód					grząski teren		edukacja	
... Prus, autor „Laiki”							8		miasto nad Dziwną		kompan Portosa	gmach ze skarbcem				
				ojciec					spokoju owad w paski					głos Ładysza		ma l.at. 88
pusztnia w Azji		stawiał piece						odpala dynamit			2		imperty-nent			
					dziecko-kwiat						przejaw					
z niej narybek		zasłużona dla przestępcy						sala w greckiej świątyni				fusy w kubku				

LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓL UTWORZĄ HASŁO

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

REDAKCJA & WYDAWNICTWO

Adres redakcji: ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa, adres mailowy: redakcja@toiowo.pl
Redaktor naczelna: Marta Lubartowska **Redaktor zarządzający:** Artur Kosiński **Hub Rozrywka i TV:** Red. zarządzająca: Aneta 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 **Fotoedycy:** 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 Choynowski, Marek Lasota
Director, Publishing Management/Dyrektor Pionu Wydawniczego: Marek Lasota **Dyrektor produkcji:** Piotr Orelko
Publisher/Wydawca: Justyna Hałas
Prenumerata krajowa i zagraniczna: czytelnia.pl, e-mail: prenumerata@bauer.pl, tel.: 67 210 86 05, 67 354 16 05.



Dyrektor biura reklamy: Izabela Sarnecka
Dyrektor segmentu pism telewizyjnych: Aneta Rym-Galka, e-mail: Aneta.Rym@bauer.pl
www.bauer.pl/reklama/
Dyrektor ds. dystrybucji i obsługi klienta: Piotr Ludwicki, e-mail: kolportaz@bauer.pl
Druk: Bauer Print Ciechanów Sp. z o.o. Sp. j.
Copyright: Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j.
Program TV – AKPA

Adres do korespondencji:
 Redakcja TO&OWO TV
 ul. Motorowa 1,
 04-035 Warszawa

Rozpowszechnianie wszelkich materiałów redakcyjnych bez zgody Wydawcy jest zabronione. Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w programie telewizyjnym wprowadzone przez stacje po oddaniu pisma do druku. Za treść ogłoszeń redakcja ponosi odpowiedzialność w granicach wskazanych w ust. 2 art. 42 ustawy Prawo prasowe. Wydawca ostrzega P. T. Sprzedawców, że sprzedaż aktualnych i archiwalnych numerów czasopisma po innej cenie niż wydrukowana na okładce, jest działaniem na szkodę Wydawcy i skutkuje odpowiedzialnością sądową.
 Wszelkie skargi, reklamacje i pytania dotyczące publikowanych reklam należy kierować na adres: reklama@bauer.pl



SUDOKU

PUSTE POLA WYPEŁNIJ TAK, ABY W KAŻDEJ KOLUMNIE, KAŻDYM RZĘDZIE I KWADRACIE OBWIEDZIONYM POGRUBIONĄ LINIĄ ZNALAZŁY SIĘ CYFRY OD 1 DO 9.

	7	3			6			
8	2		1			6		5
			2					
3	1							6
	5	7				2	1	
9							3	4
					9			
1		4			5		8	7
			4			5	9	

	7	3			6			
8	2		1			6		5
			2					
3	1							6
	5	7				2	1	
9							3	4
					9			
1		4			5		8	7
			4			5	9	

... Bona- parte, generał	▼	proceedzi „Sprawę dla reportera”	ogół gatunków roślin	▼	... Dylan, muzyk gatunek sera	▼	wypukłość wnęka	▼	dodane do piernika	▼	cyfra binarna czeskie miasto	▼	niegdys haracz zamiast guzika	▼
▶							wieś z „M jak miłość”	▶						
pod nią spioch		przyjęcie listu	▶			2		▶	narząd głosowy	▶				
▶	6		▼		zmowa		ciężki metal, l.at. 92	▶				portiera		obok Jastarni
... Collette, aktorka		skóra z mesz- kiem	▶		1			▶	kamerdy- ner	▶				
▶				rzucony czar	„Pan i ... Smith” z Jolie i Pittem				▶	plynie przez Jakuck	ogół księży		sąsiad Jemenu	
„Kto sieje ...”, film Kramera		niemiec- kie auto	▶			wyborca	▶					5		
▶					Sharon ... „Kasyno”	4					ssak z Peru			
... Orlich Gniazd		ptasi przełyk	▶				ogłoszenie w czasopiśmie	▶						
▶					... Połu- dniowa z Seulem					3	uraz wy- magający opatrunku			

LITERY Z PONUMEROWANYCH
PÓL UTWORZĄ HASŁO

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

Usuwa chwasty

w 6 sekund i zamienia je w nawóz!

REKLAMA

Bez wysiłku i toksycznych herbicydów

Chwasty zarastają Ci działkę, trawnik lub podjazd przed domem? Ciągłe je pielisz, uważając na to, by nie uszkodzić korzeni kwiatów czy młodych drzewek? A one wciąż odrastają i to się nigdy nie kończy! Ale – jest na to rozwiązanie. Dzięki temu innowacyjnemu urządzeniu będziesz mógł usunąć chwasty w ogrodzie już w **kilka sekund!**

Elektronowy wypalacz został wyposażony w precyzyjną końcówkę, która dociera dokładnie tam, gdzie wyrósł chwast – między kostkami, wzdłuż krawężników czy pod ogrodzeniem – **nie uszkadzając przy tym sąsiednich roślin.** A wypalona resztką? Zamienia się w naturalny popiół, który dodatkowo użyźnia glebę.

Dzięki zastosowaniu technologii płomieniowej **SafeFlame** dysza urządzenia rozgrzewa się do temperatury **600°C**. Wytworzone elektrony wysokoenergetyczne działają bezpośrednio na żywe komórki roślinne, wypalając chwast aż do korzenia. Zniszczeniu ulegają też nasiona chwastów. Efekt? **Zapomnisz o chwastach na długo!**

Urządzenie jest wielofunkcyjne i idealnie nadaje się do usuwania chwastów m.in. z:

- **podjazdów i chodników,**
- **ścieżek ogrodowych,**
- **grobów, żwirowych rabat i wysypanych kamyków.**

Z elektronowym wypalaczem chwastów już nie będziesz wydłubywał zielska i mchu spomiędzy kostek brukowych. Nie będziesz musiał stosować środków chwastobójczych. Praca w wyprostowanej pozycji oznacza ulgę w bólu pleców i kolan, który męczy Cię, gdy mozolnie wyrwywasz chwasty za pomocą szpachelki i motyki lub pielisz rękoma.

Jak to działa?

Urządzenie jest lekkie i bardzo proste w obsłudze. Wystarczy skierować dyszę na chwast. Przytrzymać ją nad nim przez 5–6 sekund i już! Po

upartym zielsku nie ma śladu! Urządzenie jest też bezpieczne – ma wbudowane palniki elektryczne bez otwartego ognia (w przeciwieństwie do tradycyjnych urządzeń na gaz ziemny).

Używając elektronowego wypalacza chwastów:

- 1. Oszczędzasz czas** (w kilka sekund znikają nawet trudno dostępne chwasty).
- 2. Nie potrzebujesz trującej chemii** – tym samym **zapewniasz bezpieczeństwo zwierzętom domowym i dzieciom**, dbasz o glebę i inne rośliny.
- 3. Oszczędzasz swoje plecy i kolana** (nie musisz się schylać, siedzieć w kuckach ani wykonywać prac ogrodowych na kłęczkach).

Elektronowy wypalacz chwastów to obecnie **bardzo skuteczna i jedna z najmniej wysiłkowych metod wykorzenia chwastów.** To również idealne rozwiązanie dla osób, które dopiero rozpoczynają swoją przygodę z ogrodnictwem. Wypróbuj go!

- ➔ **lżejszy w użyciu niż kosiarka**
- ➔ **bez chemicznych oprysków**
- ➔ **szybszy niż tradycyjne pielienie**

MULTIFUNKCYJNY!

Za pomocą elektronowego wypalacza pozbędziesz się takich chwastów, jak: podagrycznik, skrzyp, perz, szczawik, pokrzywa, nawłóć, kurdybanek, powój polny czy gwiazdnica. A także usuniesz starą, zeschniętą farbę, rozmrzisz lód oraz rozpalisz grill lub kominek.



Szeroka końcówka



Precyzyjna końcówka



Grill



Stare farby



Chwasty

Nie wymaga paliwa ani butelek z gazem; brak emisji CO₂. Przepływ powietrza: 300 l/min. Napięcie: 230 V; moc: 1200 W. Niewielka waga: 1,1 kg; długość: 116 cm; dł. kabla: 35 cm. 2 ustawienia temperatury: 50° i 600°. Rozkłada się na 2 części, co ułatwia przechowywanie.



Minimalne zużycie energii elektrycznej

W naszej ofercie za

189 zł

Produkt dostępny w różnych kolorach

Pn.–pt. 8:00-20:00, sob., niedz. 9:00-20:00 (standardowy koszt połączenia telefonicznego dla danego operatora).

TWÓJ OGRÓD BĘDZIE ZACHWYCAŁ!

- ✓ **Usuwa chwasty bez szkody dla innych roślin**
- ✓ **Sprawdza się w trudno dostępnych miejscach, gdzie inne metody zawodzą**
- ✓ **Wypala chwasty łącznie z nasionami i korzeniami**
- ✓ **Nie zatrzuwa gleby i środowiska**
- ✓ **Użyźnia glebę naturalnym popiołem**

CE Niezawodna jakość potwierdzona certyfikatem

Aby skorzystać z oferty, zadzwoń!

Elektronowy wypalacz chwastów otrzymasz pocztą, nic nie musisz płacić wcześniej – dopiero przy odbiorze przesyłki.

Zadzwoń dziś: 61 300 32 75