NETFLIX Disney+ HBO max prime video CANAL+

PROGRAM TV NR 26/22.06.2026
27.06-3.07.2026

NR INDEKSU 379236

4,29 zł (w tym 8% VAT)

to&owo TV

PONAD 150 OPISÓW FILMÓW NA CAŁY TYDZIEŃ!

SPORT NA ŻYWO

TENIS

KIBICUJEMY MAI CHWALIŃSKIEJ NA WIMBLEDONIE!

HITY MISTRZOSTW ŚWIATA KANADA, MEKSYK, USA 2026

- KOLUMBIA – PORTUGALIA
- CHORWACJA – GHANA
- PANAMA – ANGLIA

FORMUŁA 1

GRAND PRIX AUSTRII

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

WYWIAD TO&OWO TV

IGNACY LISS

ZAMIAST UDAWAĆ, ŻE PEWNE PROBLEMY NIE ISTNIEJĄ, POWINNIŚMY O NICH ROZMAWIAĆ

PROUD s. 4





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



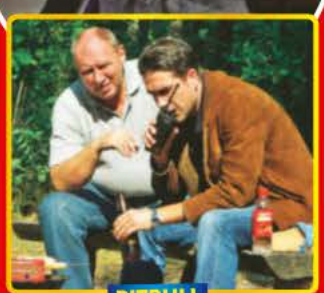


TYDZIEŃ PEŁEN EMOCJI!









ISSN 1230-8331 26
9 771230 833607

Numer w sprzedaży do 28.06.2026

SARMACI W KOSMOSIE



Najsłynniejszy Jan Paweł (Bartłomiej Topa) w dziejach Polski powróci z trzecim sezonem jeszcze przed końcem wakacji! W nadchodzących odcinkach „1670" Adamczewski założy własny podcast „Precz z nauką", Jakub (Michał Sikorski) stawi czoła pokusom stolicy, a Aniela (Martyna Byczkowska) wpadnie na rewolucyjny pomysł edukowania chłopów. Bohaterów czekają też m.in. kryzys tożsamości, odwiedziny na dworze królewskim oraz... wyprawa w kosmos – do podboju przestrzeni międzyplanetarnej ma posłużyć ogromna katapulta. Premiera trzeciego sezonu już 5 sierpnia, oczywiście w Netfliksie. **JK**



NA POLIGON MARSZ!

NASI W MUNDURACH po przerwie znów zagoszczą w TTV. Reality show, w którym celebryci przechodzą szkolenie wojskowe, do tej pory doczekało się trzech sezonów. Swoich sił na poligonie spróbowali już m.in. Joanna Opozda, Sylwia Bomba, Greg i Rafał Collinsowie, Jan Pirowski czy Andrzej Gąsienica. Przeszli prawdziwą szkołę życia, a czego możemy spodziewać się w nadchodzącej edycji programu? – Chcielibyśmy pójść o krok dalej i poszukać odpowiedzi na pytanie: czy w dzisiejszych czasach istnieje model prawdziwego mężczyzny i co on tak naprawdę oznacza? – tłumaczy Joanna Sołdra, szefowa stacji. Premiera jesienią. **JK**



WYSPIARSKI AKCENT

ZBRODNIE PO SĄSIEDZKU nie tylko przenoszą się do Londynu, ale też wzbogacają o kolejne głośne nazwiska. W 6. sezonie do obsady dołączyło wiele miejscowych gwiazd, w tym David Tennant (od niedawna możemy go oglądać w 2. sezonie „Rywali" w Disney+), Nicola Coughlan („Bridgertonowie", „Derry Girls"), Jodie Whittaker („Broadchurch"), Jim Broadbent (czyli ojciec Bridget Jones), Richard Ayoade („Technicy-magicy"), Martin Freeman („Sherlock", „Hobbit") oraz Adrian Lukis (czyli pan Wickham z „Dumy i uprzedzenia" z 1995 roku). Lista brytyjskich gwiazd, które wystąpią w serialu jest zresztą o wiele dłuższa... **JK**



NOWY SEZON

WRESZCIE WAKACJE!

DZIEŃ DOBRY WAKACJE W sobotę 27 czerwca rozpoczyna się najbardziej wyczekiwany, zwłaszcza przez najmłodszych, czas – wakacje! Na ten okres magazyn „Dzień Dobry TVN", i to już od 16 lat, przechodzi w specjalny, letni tryb znany pod hasłem „Dzień Dobry Wakacje" (SO, 27.06, godz. 07.45, TVN). To oznacza, że w letnie poranki będziemy sprawdzać m.in., gdzie i jak Polacy spędzają tegoroczny urlop. Odwiedzimy popularne miejsca wypoczynku rodaków, a także mniej znane, ale zasługujące na to, żeby zrobiło się o nich głośno! Nie zabraknie gości, w tym gwiazd, które opowiedzą o swoich wakacyjnych planach. Pierwsze wydanie programu poprowadzą Dorota Wellman i Marcin Prokop. **MJ**





PRZYJĘLI ZAPROSZENIE

RAFAŁ RUTKOWSKI i Wiolka Walaszczyk to pierwsi z pięciorga śmiałków, których zmagania będziemy oglądać jesienią w nowym show TVN. Oboje zajmują się stand-upem, mają doświadczenie w improwizacji i potrafią myśleć niestandardowo, co czyni z nich idealnych kandydatów do tego programu. Przypominamy, że „Taskmaster" to brytyjski format (wersję oryginalną można za darmo obejrzeć w całości na YouTubie), w którym zawodnicy – w większości satyrycy – rozwiązują zadania przygotowane dla nich przez tytułowego Taskmastera i jego Asystenta (w polskiej wersji w tych rolach Adam Woronowicz i Czarek Sikora). **JK**

CZAS NA NOWE

ŁUKASZ JURKOWSKI po ponad 22 latach pożegnał się z redakcją Polsatu Sport. – Wiele się nauczyłem, mam nadzieję, że wiele też do stacji wniosłem. To była przyjemność być częścią tej rodziny – napisał dziennikarz w mediach społecznościowych, dodając, że czeka na nowe zawodowe wyzwania. Nasuwa się pytanie, czy w takim razie nadal będzie komentował dla nas wysiłki uczestników na torze Ninja Warrior? Tego jeszcze nie wiadomo. Produkcja zrobiła sobie w tym roku wolne, co oznacza, że program nie pojawi się w ramówce na jesień ani wiosnę. Czy po tej przerwie czekają nas zmiany w ekipie? Czas pokaże. **JK**



RUSZAJĄ W MAŁOPOLSKĘ

HALO TU POLSAT przez lipiec i sierpień będzie nadawać częściowo z mobilnego studia! Ola Filipek, Aleksander Sikora i pozostali prowadzący w każdy weekend odwiedzą inną miejscowość w Małopolsce; na miejscu powstanie też wyjątkową przestrzeń pełna atrakcji dla mieszkańców i turystów. Gości nie zabraknie również w studiu w Warszawie. Podzielą się z nami m.in. praktycznymi wskazówkami na temat wakacyjnych wyjazdów czy miejskich spacerów. Co tydzień w programie pojawi się także gość z zagranicy, który opowie o walorach swojej ojczyzny i udzieli wskazówek na temat jej zwiedzania. **JK**



ZNÓW NAS PRZEPYTAJĄ



WIELKI TEST powraca! Pierwsza edycja show dotyczyła historii Polski i towarzyszyła obchodom 90. rocznicy odzyskania niepodległości. W następnych odsłonach programu mieliśmy okazję odpowiadać na pytania z wiedzy o piłce nożnej, kinie, przepisach ruchu drogowego czy żywności. Mimo dużej oglądalności po 2023 roku format prowadzony m.in. przez Paulinę Chylewską (zdj.) czy Sylwię Dekiert zniknął z anteny. Na szczęście, teraz na nią wróci. Pierwszy po niemal dwuletniej przerwie test obejrzymy w poniedziałek 13 lipca w TVP 1. Na razie nie wiemy, kogo zobaczymy jako gospodarzy ani czego będą dotyczyć pytania **JK**

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

OKŁADKA: SZYMON SZCZEŚNIAK VISUAL CRAFTERS / HBO MAX, AKPA (4), EAST NEWS, MATERIAŁY PRASOWE (5)

WYWIAD

IGNACY LISS

KAŻDY ZASŁUGUJE NA DRUGĄ SZANSĘ

Choć bohater serialu „Proud", Filip Raczyński, popełnia błędy, gubi się i bardzo długo ucieka przed odpowiedzialnością, aktor przekonuje, że nie warto nikogo skreślać.



Kilka dni przed rozpoczęciem zdjęć dowiedział się, że zostanie ojcem. Dziś przyznaje, że dzięki temu jeszcze lepiej zrozumiał postać, którą przyszło mu zagrać. W rozmowie z nami opowiada o dojrzewaniu do odpowiedzialności, pracy z małą partnerką na planie i o tym, dlaczego najważniejszym przesłaniem tej historii jest powstrzymanie się od pochopnych ocen.

Jakie były Pana wrażenia po przeczytaniu scenariusza serialu i poznaniu Filipa? Łatwo go polubić?

Przede wszystkim wciągnęła mnie sama historia. Rzadko zdarza mi się przeczytać scenariusz jednym tchem, bez chęci poprawiania czegokolwiek. Tutaj tak było. Później pomyślałem, że atrakcyjnym wyzwaniem będzie stworzenie psychologicznego portretu tak złożonej postaci. Dla takich ról zostaje się aktorem. A czy go polubiłem? Próbując kogoś zrozumieć, siłą rzeczy zaczynamy darzyć go pewną sympatią. Tak było również z Filipem. Choć na początku prowadzi bezrefleksyjny styl życia, a jego złe decyzje są wręcz ostentacyjne, ja go lubię. Ma urok. Jego frywolność jest pociągająca. Zależało mi na tym, żeby widz miał podobne odczucia i mimo cech, które mogą irytować, czuł do niego pewną słabość.

Choć „Proud" wyróżnia się na tle innych produkcji, w gruncie rzeczy opowiada historię znaną już z filmów przedwojennych – o mężczyźnie, który musi bardzo szybko dorosnąć.

Kino w dużej mierze polega na opowiadaniu wciąż tych samych historii – o miłości, dojrzewaniu, poszukiwaniu siebie. Za każdym razem ubieramy je jednak w inne realia. Tutaj mamy opowieść o chłopaku, który jest nieporadny, jeśli chodzi o własne

NAJMŁODSZA GWIAZDA produkcji miała podczas zdjęć kilkanaście miesięcy. Wiele scen powstawało spontanicznie, podążając za rytmem małej aktorki.

Z TEGO GO ZNAMY



MARZEC '68 (2022)
Hania (Vanessa Aleksander) i Janek muszą odnaleźć się w rzeczywistości naznaczonej społecznymi konfliktami.



ZNACHOR (2023)
Hrabia Czyński początkowo traktuje Marysię (Maria Kowalska) raczej jako obiekt flirtu niż kobietę, z którą wiązałby poważne plany.

życie. Niezbyt się nim interesuje, funkcjonuje bez większej refleksji nad sobą. Nagle staje przed ważnym wyborem. Nikt go do niczego nie przymusza – sam decyduje, że pora dorosnąć i przejąć odpowiedzialność za swoje życie.

Sercem tej opowieści jest relacja Filipa z Tosią (Alicja Lewczuk). Jak wyglądała praca z tak małym dzieckiem?

Dzieci mają własny rytm i pomysły. Często pracowaliśmy z włączoną kamerą i wiedzieliśmy tylko, jaki efekt chcemy osiągnąć. Na przykład plan był taki, żeby Tosia zasnęła, ale jak do tego dojdziemy, zależało już od sytuacji. Mogłem ją nakarmić, ponosić, coś jej zaśpiewać. To było ciekawe doświadczenie aktorskie, wymagające koncentracji i otwartości. Przy pracy z dzieckiem człowiek uczy się, że nie chodzi o forsowanie własnych pomysłów, tylko o reagowanie na to, co dzieje się w danej chwili. Bywały też trudniejsze momenty. Czasem Ala, która w trakcie realizacji zdjęć miała od 10 do 14 miesięcy, płakała. Kamera była włączona i trzeba było spróbować wykorzystać jej emocje w scenie. Oczywiście wszystko odbywało się z troską, pod czujnym okiem mamy. Alicja jest wspaniałą małą aktorką. Praca z nią była ogromną przyjemnością. Jestem przekonany, że skradnie serca wszystkim, którzy będą oglądać tę historię.

W serialu pojawia się wiele ważnych zagadnień społecznych – od praw mniejszości, przez domy dziecka, po sytuację młodych na rynku pracy i samotne rodzicielstwo. Który z tych wątków jest dla Pana najważniejszy?

Mam wrażenie, że wszystkie te tematy łączy jedna wspólna myśl – zbyt pochopne ocenianie ludzi. Nie powinniśmy generalizować i wydawać szybkich sądów. Łatwo powiedzieć: „tej osobie bym nie zaufał" albo „ci ludzie są tacy czy inni". Tymczasem kiedy przyjrzymy się konkretnej historii, okazuje się, że rzeczywistość jest bardziej skomplikowana. W serialu widzimy chłopaka, który się stara, chce wziąć odpowiedzialność za dziecko i zmienić swoje życie. Chciałbym, żeby widzowie dostrzegli właśnie to – że warto dać ludziom szansę, uwierzyć, że mogą się zmienić, i nie krzywdzić ich pochopnymi ocenami. Zamiast udawać, że pewne problemy nie istnieją, powinniśmy o nich rozmawiać. Jednym z głównych tematów serialu są także samotne ojcostwo i prawa osób homoseksualnych w Polsce. To ważne kwestie, ale dla mnie najistotniejsze pozostaje przekonanie, że nie wolno oceniać ludzi przez pryzmat etykietek czy uprzedzeń.

W „Proud" spotkało się wielu znakomitych aktorów, nie ma też źle zagranej roli.

Może zabrzmi to nieskromnie, ale ja również uważam, że nie ma tu słabej roli. Każdy wniósł na plan kawał serca. Wśród młodszych członków obsady – Marii Sobocińskiej, Kamila Studnickiego i Mateusza Więcławka – panowało silne poczucie wspólnoty. Miałem wrażenie, że tworzymy rodzinę, że gramy do jednej bramki. Z kolei obserwowanie takich aktorek jak Joanna Kulig czy Maja Ostaszewska było dla mnie cenną lekcją. Obie wchodziły na krótko, a potrafiły stworzyć role, które zostają w pamięci. To pokazuje, że nie liczy się liczba scen, lecz jakość pracy.

Niedawno został Pan ojcem, więc można odnieść wrażenie, że życie rezonuje z tą historią.

Rzeczywiście, ciekawie się to zrymowało. Kilka dni przed wejściem na plan dowiedziałem się, że zostanę tatą. Wierzę, że to nie był zbieg okoliczności i że Pan Bóg dał mi w ten sposób coś, co pomogło mi lepiej wykonać to aktorskie zadanie. Wraz z tą wiadomością pojawiło się też poczucie końca pewnego etapu życia. Nagle zacząłem inaczej myśleć o odpowiedzialności i dorosłości. To zresztą proces, który trwa do dziś. Wciąż znajduję w sobie różne przyzwyczajenia związane z młodością i uczę się funkcjonować w nowej roli. W pewnym sensie przypomina to drogę, którą przechodzi Filip. Oczywiście u niego wszystko dzieje się dużo gwałtowniej. Ja miałem dziewięć miesięcy, żeby oswoić się z myślą o ojcostwie, a on zostaje wrzucony w tę sytuację z dnia na dzień. Serial będzie już zawsze szczególną pamiątką z momentu, w którym zostałem ojcem.

Znajdzie Pan chwilę, by zwolnić tempo?

Tak, na szczęście zapowiada się, że tego lata będę miał trochę mniej pracy niż zwykle. Bardzo się z tego cieszę, bo dzięki temu będę mógł poświęcić więcej czasu mojemu synowi i żonie. To dla mnie teraz najważniejsze i chcę jak najlepiej wykorzystać ten czas.

Rozmawiał MACIEJ MISIORNY

→ **PROUD HBO MAX**



IDŹ POD PRĄD (2024)
Jako Eugeniusz „Siczka" Olejarczyk, charyzmatyczny lider i założyciel zespołu KSU. Na zdj. z Zuzanną Galewicz.





PROUD (2026)
Po nagłej śmierci siostry Filip zostaje sam z jej córką Tosią (Alicja Lewczuk).

FOT: EAST NEWS, HBO MAX, NETFLIX, TVP (2)

FILMY SENSACYJNE, KOMEDIE, DRAMATY, SCIENCE

	sobota	niedziela	poniedziałek
SENSACJA			
	Ballerina. Z uniwersum Johna Wicka **GODZ. 21.00 C+ PREMIUM** Zawodowa zabójczyni szuka zemsty na członkach sekty, którzy zamordowali jej ojca. Wciela się w nią Ana de Armas, która zasłynęła rolą agentki w ostatniej części bondowskiej serii „Nie czas umierać".	**Księgowy 2** **GODZ. 20.00 HBO** Sequel losów geniusza matematycznego z Benem Affleckiem na pierwszym planie. Wyjaśnia on okoliczności śmierci dawnego znajomego. Pomaga mu brat – w tej roli gwiazda „Punishera" Jon Bernthal.	**13 godzin: Tajna misja w Benghazi** **GODZ. 20.00 FILMBOX+ ONE** Terroryści atakują konsulat USA w Libii. Garstka ochroniarzy walczy o życie dyplomatów. Na faktach.
KOMEDIA			
	Bad Boys: Ride or Die **GODZ. 21.00 POLSAT FILM** Will Smith i Martin Lawrence po raz czwarty występują jako policyjny duet. Tym razem Mike i Marcus próbują oczyścić imię kapitana, którego niesłusznie oskarżono o przestępstwo. Sami zostają wrobieni.	**To nasza młodość** **GODZ. 20.00 FILMBOX+ HITS** Skłaniające do refleksji losy znudzonej pary po czterdziestce, która dzięki wyzwolonym sąsiadom odzyskuje młodzieńczy zapał. W gwiazdorskiej obsadzie znaleźli się Naomi Watts i Ben Stiller.	**Seks w wielkim mieście** **GODZ. 22.20 TVN FABUŁA** Pełnometrażowa kontynuacja perypetii czterech wyzwolonych kobiet z Nowego Jorku. Razem wyruszają one do Meksyku.
DRAMAT			
	Portret kobiety w ogniu **GODZ. 20.00 FILMBOX+ HITS** Rok 1760, Francja. Artystka Marianne maluje obraz zmuszanej do małżeństwa arystokratki Héloise. Rodzi się między nimi intymna więź. Nagrodzona w Cannes opowieść o zmysłowej relacji kobiet.	**Millennium: Zamek z piasku, który runął** **GODZ. 22.45 FILMBOX+ ONE** Adaptacja ostatniej części trylogii Stiega Larssona. Hakerka Lisbeth jest oskarżona o próbę zabójstwa. Zaprzyjaźniony dziennikarz chce dowieść jej niewinności.	**Dunkierka** **GODZ. 20.00 TVN FABUŁA** Christopher Nolan („Incepcja") przybliża historię dramatycznej ewakuacji alianckich żołnierzy z portowego miasta we Francji.
SF/FANTASY			
	Księga ocalenia **GODZ. 20.00 TVP KULTURA** Ziemia po kataklizmie. Garstka ocalałych walczy o wodę i pożywienie. Samotny wędrowiec Eli kieruje się na zachód, by dostarczyć cenną księgę. Bogaty w symbolikę religijną futurystyczny film braci Hughes.	**Jestem legendą** **GODZ. 20.00 TVN FABUŁA** Nowojorczyków atakuje tajemniczy wirus, który zmienia ludzi w krwiożercze bestie. Odporny na niego naukowiec – w tej roli Will Smith – pracuje nad antidotum. Na motywach książki Richarda Mathesona.	**Morbius** **GODZ. 21.00 POLSAT FILM** Poddany eksperymentalnej terapii mężczyzna zmienia się w żądnego krwi potwora. Losy postaci z komiksowego uniwersum Marvela.

wtorek



Szpieg

GODZ. 20.10 ALE KINO+ Trwa zimna wojna. Smiley z brytyjskiego wywiadu tropi podwójnego agenta. Adaptacja bestsellerowej powieści Johna le Carrégo.



Bejbis

GODZ. 21.00 POLSAT FILM Narodziny nieplanowanego dziecka wystawiają na próbę relację Ady i Mikołaja. Para próbuje odzyskać radość życia i ocalić miłość.



Drive My Car

GODZ. 22.00 TVP KULTURA Nagrodzony Oscarem japoński dramat o owdowiałym reżyserze, który po latach konfrontuje się z tajemnicami zmarłej żony.



Igrzyska śmierci: W pierścieniu ognia

GODZ. 22.00 TV PULS Kontynuacja losów bohaterów trylogii Suzanne Collins, którzy usiłują przetrwać w totalitarnym państwie.

środa



Hanna

GODZ. 21.00 POLSAT FILM Szkolona na zabójczynię nastolatka wyrusza na pierwszą misję. Odkrywa prawdę o swojej przeszłości. Znakomita rola Saoirse Ronan.



Szpica

GODZ. 22.35 STOPKLATKA Księgowy odkrywa, że trafił na celownik zabójczej organizacji. Prosi o pomoc tajną firmę ochroniarską. W roli jej szefa – Jackie Chan.



Lęk

GODZ. 22.35 TVP KULTURA Chora na raka kobieta chce umrzeć na własnych warunkach. W ostatniej podróży towarzyszy jej siostra. Orzeł dla Magdaleny Cieleckiej.



Grawitacja

GODZ. 20.00 TVN FABUŁA Prom kosmiczny NASA zostaje uszkodzony przez szczątki rosyjskiego satelity. Dwoje astronautów walczy o życie. Siedem Oscarów.

czwartek



Nocny pościg

GODZ. 20.00 TVN FABUŁA Liam Neeson kontra Ed Harris. Mafijny egzekutor chce ocalić porzuconego przed laty syna. Boss półświatka wydaje na niego wyrok.



Thelma

GODZ. 20.00 C+ PREMIUM 93-letnia Thelma pada ofiarą oszusta. By odzyskać pieniądze, wraz z sąsiadem rusza w szaloną podróż ulicami Los Angeles.



Fucking Bornholm

GODZ. 22.30 TVP KOBIETA Dwie zaprzyjaźnione pary jadą na kemping. Incydent burzy ich spokój. Reżyserka „Skrzydlatych świń" przeniosła na ekran serial audio.



RoboCop

GODZ. 20.00 FILMBOX+ ONE Znany z serialu „Dochodzenie" Joel Kinnaman wciela się w cyborga, który wypowiada wojnę skorumpowanym policjantom i bandytom.

piątek



Ojciec chrzestny: Epilog – Śmierć Michaela Corleone

GODZ. 20.00 PARAMOUNT NETWORK Wersja reżyserska finału trylogii. Starzejący się boss próbuje zerwać z kryminalną przeszłością.



Walentynki

GODZ. 20.00 TVN 7 Mozaika miłosnych historii. Julia marzy o życiu u boku Harrisona. Nie ma pojęcia, że jest on żonaty i nie wiąże z ich znajomością żadnych planów.



Patriota

GODZ. 22.00 TV 4 Pełne podniosłych haseł widowisko o czasach amerykańskiej wojny o niepodległość. Trzy nominacje do Oscara, m.in. za muzykę Johna Williamsa.



Jupiter: Intronizacja

GODZ. 22.35 TVN Niepozorna sprzątaczka poznaje prawdę o swojej doniosłej misji. Wplątuje się w międzygalaktyczny konflikt. Za kamerą twórcy „Matriksa".

SERIALE

POWRÓT KOCHANKA z przeszłości, konflikt w redakcji, sprawa przerażającego morderstwa sprzed lat i mafijne porachunki.



Hayley, mimo zaplanowanej operacji, nadal daje z siebie wszystko w pracy.



Jaka tajemnica z przeszłości łączy Reese'a i Tristana?



Tristan poczuje się poważnie zagrożony!

NOWY SEZON

SKYMED 2



Do zespołu dołącza pewna siebie ratowniczka Stef.

MEDYCZNY SkyMed rozszerza usługi ewakuacji medycznej na nowy obszar, powodując tym samym niemałe zamieszanie. Dodatkowo do zespołu dołączają nowi członkowie załogi lotniczej – pilot Reese (Ryan Ali) o pseudonimie Skippy oraz ratowniczka medyczna z Ontario, Stef (Sydney Kuhne). Szczególnie postać Skippy'ego wprowadzi chaos w życie uczuciowe bohaterów, kiedy mężczyzna pocałuje na powitanie Tristana (Kheon Clarke)! Natomiast Hayley (Natasha Calis) po tragicznej diagnozie zgodzi się na wykonanie podwójnej mastektomii. Prawdę o operacji zachowa jednak w tajemnicy przed kolegami ze SkyMed... Serial można obejrzeć także na platformie streamingowej SkyShowtime. **PM**

→ **SKYMED 2 CZ 2.07 godz. 15.35 FX**

NA WSPÓLNEJ

OBYCZAJOWY Po tym, jak Przemysław Gwiazda (Zbigniew Suszyński) wpadł w panikę na myśl, że jego żona Marcelina (Agata Załęcka) dowie się o romansie z Sandrą (Ina Sobala), w redakcji pojawi się Basia (Grażyna Wolszczak). Na prośbę Gwiazdy Smolna zgodzi się spotkać z Marceliną, by wybadać, czy jest szansa, że ta zrezygnuje z pracy w redakcji. Szybko przekona się, że kobieta nie odpuści. W międzyczasie Smolny (Łukasz Konopka) umówi Sandrę na wywiad z politykiem. Będzie wściekły, gdy okaże się, że Smoczyńska wysłała na rozmowę Marcelinę, licząc, że niemająca dziennikarskiego doświadczenia żona Gwiazdy skompromituje się. **JP**

→ **NA WSPÓLNEJ WT 30.06 godz. 20.15 TVN**



Basia spróbuje przekonać Marcelinę, by zrezygnowała z dziennikarskiego stażu, ale ona nie będzie chciała odejść.

FOT. MATERIAŁY PRASOWE

OD 1. ODCINKA

MAXIMA. DROGA NA TRON



Pochodząca z Argentyny Maxima i książę Niderlandów Wilhelm-Aleksander zakochują się w sobie.

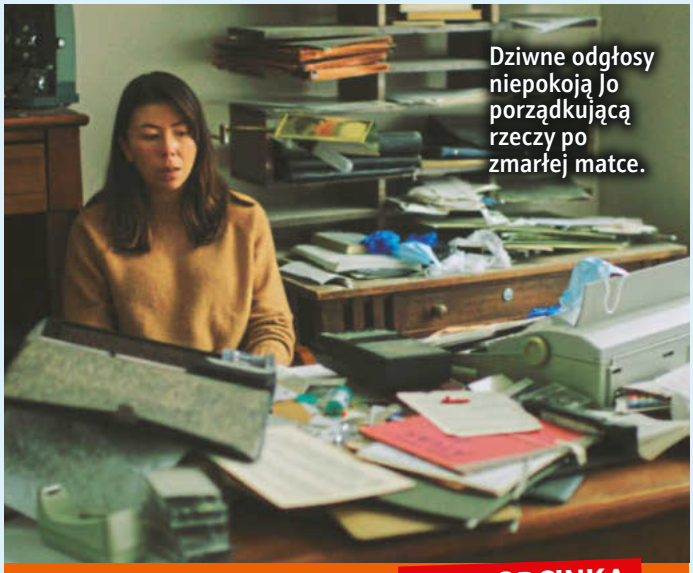
BIOGRAFICZNY Sewilla, kwiecień 1999 roku. Na przyjęciu u wspólnych znajomych spotykają się Argentynka Maxima Zorreguieta (Delfina Chaves) i książę koronny Niderlandów, Wilhelm-Aleksander (Martijn Lakemeier). Postanawiają kontynuować znajomość, która wkrótce przeradza się w głębsze uczucie. Po pewnym czasie monarcha zaprasza ukochaną do Hagi, by przedstawić ją swoim rodzicom. Maxima jest zadowolona z tej wizyty. Nie ma pojęcia, że królowa Beatrycze (Elsie de Brauw) poleciła zbadać historię jej rodziny...

Ten serial biograficzny został oparty na powieści Marcii Luyten z 2022 roku, która opisała życie obecnej królowej Niderlandów. **BD**

→ **MAXIMA. DROGA NA TRON**
ND 28.06 godz. 17.15 TVP 2



Monarchini Beatrycze poleciła prześwietlić historię rodziny partnerki jej syna.



Dziwne odgłosy niepokoją Jo porządkującą rzeczy po zmarłej matce.

OD 1. ODCINKA

SPRAWA NIEROZWIĄZANA

KRYMINALNY Para podcasterów zajmujących się zbrodniami, Farid i Jo (Michael Musi, Madison Walsh), trafia na temat morderstwa sprzed lat. Wtedy to na Nowej Fundlandii zginęła pięcioosobowa rodzina. Na ścianach domu ofiar ktoś zostawił satanistyczne symbole... Policja szybko zamknęła sprawę, uznając, że było to rozszerzone samobójstwo – ojciec rodziny najpierw zabił jej członków, a potem targnął się na swoje życie. Jo ma inne zdanie. Ale póki co musi sobie poradzić z uporządkowaniem domu po zmarłej matce. Serial możemy obejrzeć w jeden weekend, po pięć odcinków dziennie. **HM**

→ **SPRAWA NIEROZWIĄZANA**
SO-ND 27-28.06 godz. 15.15
ALE KINO+

OD 1. ODCINKA

PITBULL

KRYMINALNY Stadion Dziesięciolecia to nie tylko targowisko, ale także królestwo mafii, haraczy i brutalnych porachunków. Gdy dochodzi tam do krwawej egzekucji, związanej z działalnością gangstera Saida, do akcji ruszają policjanci z wydziału zabójstw: porywczy Despero (Marcin Dorociński), nieprzekupny Gebels (Andrzej Grabowski), błyskotliwy, lecz nadużywający alkoholu Metyl (Krzysztof Stroiński), doświadczony Benek (Janusz Gajos) i najmłodszy w zespole Nielat (Rafał Mohr). Sprawa nabiera tempa, gdy z Moskwy przybywa tajemniczy Wor. Zamierza on sprytnie, wyręczając się policjantami, wyeliminować z gry Saida... **MAM**

→ **PITBULL WT 30.06**
godz. 23.25 TVP 2



Despero poznaje córkę Saida, Dżemmę (Weronika Rosati).

Pięciu policjantów zostaje wciągniętych w pełną zasadzek grę.

ROZRYWKA

CZTERY KONCERTY, praca na luksusowym jachcie i rywalizacja psów.



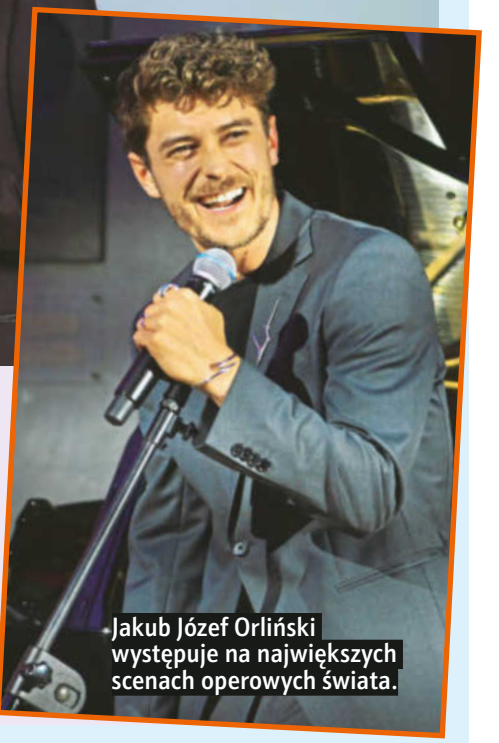
Podobnie jak w ubiegłym roku, koncert poprowadzą Agnieszka Hyży i Tomasz Wolny.

NA ŻYWO

WROCŁAW PRZYSZŁOŚCI 2026

KONCERT Ostatniego dnia czerwca na Placu Wolności we Wrocławiu odbędzie się kolejna edycja widowiska „Wrocław Przyszłości". Na scenie pojawią się m.in. Edyta Górniak, Margaret, Andrzej Piaseczny i Ralph Kaminski. Gościem specjalnym będzie kontratenor Jakub Józef Orliński – jeden z najbardziej rozpoznawalnych polskich śpiewaków młodego pokolenia, zdobywca wielu prestiżowych nagród, występujący na największych scenach świata, m.in. w mediolańskiej La Scali. Gwiazdom towarzyszyć będą Tarkowski Orkiestra oraz Akademicki Chór Politechniki Wrocławskiej. Całość poprowadzą Agnieszka Hyży i Tomasz Wolny. **MJ**

→ **WROCŁAW PRZYSZŁOŚCI 2026**
WT 30.06 godz. 19.55 POLSAT



Jakub Józef Orliński występuje na największych scenach operowych świata.



NOWY SEZON

POD POKŁADEM: MORZE ŚRÓDZIEMNE

REALITY SHOW Luksusowe jachty, błękitna woda, zachwycające widoki i milionerzy oraz celebryci oczekujący perfekcji. „Pod pokładem: Morze Śródziemne" pokazuje kulisy pracy załogi, która przez kilkanaście godzin dziennie spełnia zachcianki wymagających gości. W ciasnych kajutach rodzą się sojusze i dramaty, buzują emocje, a każdy błąd może kosztować utratę wysokich napiwków, a nawet posady. Nad wszystkim czuwa kapitan Sandy Yawn, która pilnuje dyscypliny i dba o bezpieczeństwo. Zobaczymy, ile ciężkiej pracy pod ogromną presją kosztuje obsługa najbogatszych ludzi świata. **MP**

→ **POD POKŁADEM: MORZE ŚRÓDZIEMNE**
ŚR 1.07 godz. 22.00 ZOOM

RE_MIND. CHCĘ TO POWIEDZIEĆ

KONCERT Jedynka pokaże wyjątkowy koncert, który zainaugurował obywający się w dniach 22-24 czerwca we Wrocławiu „Re_Mind – Kongres i Festiwal Psychologiczny". W zabytkowej Hali Stulecia artyści w autorski sposób wyrazili własne refleksje na temat wymiany myśli z drugim człowiekiem, ludzkich emocji i doświadczeń. Mela Koteluk (zdj.), Natalia Przybysz, WaluśKraksaKryzys oraz inne gwiazdy polskiej sceny muzycznej zaprezentowali utwory wyrażające ich zaangażowanie w tematykę zdrowia i dobrostanu psychicznego – tematów kluczowych dla całego festiwalu. Koncert poprowadziła Gabi Drzewiecka. **EGP**

→ **RE_MIND. CHCĘ TO POWIEDZIEĆ**
PO 29.06 godz. 20.30 TVP 1



FOT. AKPA (7), MATERIAŁY PRASOWE (3)

ZA MIŁOŚĆ!


Natalia Kukulska podjęła się też opieki artystycznej nad wydarzeniem.

KONCERT Śpiewać o miłości można na wiele sposobów. Dlatego do udziału w koncercie otwierającym tegoroczny Malta Festival zaproszono artystów reprezentujących różne wrażliwości, ale i różne gatunki muzyczne. Na scenie spotkają się m.in. Anita Lipnicka, Natalia Kukulska, Natalia Przybysz, Anna Maria Jopek, Natalia Szroeder, Grzegorz Turnau, Jakub Józef Orliński, Krzysztof Zalewski i Ralph Kaminski. Wokalistom towarzyszy poznańska orkiestra CoOperate. Koncert na żywo 21 czerwca obejrzała widownia zgromadzona nad Jeziorem Maltańskim; widzowie mogą liczyć na retransmisję tydzień później. **JK**

→ **ZA MIŁOŚĆ!**
ND 28.06 godz. 21.40 TVN


Cały koncert stanowi przemyślaną opowieść o różnych etapach miłości.


W koncercie wystąpi m.in. Kasia Stankiewicz z Varius Manx oraz Halina Mlynkova (w kółku).

NA ŻYWO

LATO Z RADIEM I TELEWIZJĄ POLSKĄ

KONCERT Drugim przystankiem wakacyjnej trasy „Lata z Radiem i Telewizją Polską" będzie Radom. To jedno z najstarszych polskich miast, a zarazem miejsce tragicznych wydarzeń Czerwca '76 – fali strajków i protestów robotniczych, brutalnie spacyfikowanych przez ówczesne władze PRL-u. O samym mieście, a także o wydarzeniach sprzed 50 lat, dowiemy się więcej m.in. w „Pytaniu na śniadanie". Wieczorem odbędzie się wielki koncert z udziałem gwiazd. Na scenie wystąpią m.in. Varius Manx & Kasia Stankiewicz, Natalia Kukulska, Halina Mlynkova, Kasia Moś, Viki Gabor, Liber oraz KSU. **MJ**

→ **LATO Z RADIEM I TELEWIZJĄ POLSKĄ**
SO 27.06 godz. 20.00 TVP 2

NOWY SEZON

TOP DOG. AMERYKA

REALITY SHOW Czas na sportową rywalizację amerykańskich psów i ich przewodników. Czworonogi zmierzą się na wymagającym torze przeszkód, sprawdzającym szybkość, zwinność, posłuszeństwo i współpracę z opiekunem. Zawody składają się z trzech etapów: toru sprawnościowego, konkurencji węchowej oraz finałowego, rozbudowanego toru na czas. W programie występują zarówno psy służbowe, m.in. policyjne i ratownicze, jak i pupile prywatnych właścicieli. Widzowie poznają różne metody treningu oraz inspirujące historie przewodników. Przekonają się także, jak ważne jest zaufanie w relacji człowieka z psem. **MP**

→ **TOP DOG. AMERYKA**
ND 28.06 godz. 13.00
STOPKLATKA


Relacja człowiek-pies jest mocna, ale wymaga współpracy z obu stron.

GŁĘBIA OCEANÓW, włoskie wulkany, lotnicze fortece prezydentów, legenda muzyki i nasza piękna ojczyzna.

DOKUMENT



Rekiny wielorybie należą do tych łagodniejszych gatunków rekinów.

PREMIERA

OLBRZYMY Z GŁĘBIN

PODWODNY ŚWIAT Oceany skrywają świat niezwykłych gigantów. W nasłonecznionych wodach otwartego morza suną płetwale błękitne – największe zwierzęta w dziejach Ziemi – oraz łagodne rekiny wielorybie i majestatyczne manty. Choć osiągają imponujące rozmiary, żywią się drobnym planktonem, od którego zależy równowaga całego morskiego ekosystemu. Głębiej zaczyna się królestwo mroku. Tam kaszaloty nurkują na ogromne głębokości, wykorzystując echolokację, by tropić wielkie kałamarnice. A w toni dryfują meduzy... Współczesna technologia pozwala coraz śmielej zaglądać do tych światów. Pomagają w tym kamery głębinowe i drony. **MP**



Meduzy zachwycają, ale wciąż skrywają wiele podwodnych tajemnic.

→ **OLBRZYMY Z GŁĘBIN**
SO 27.06 godz. 15.00
NATIONAL GEOGRAPHIC WILD



TAJEMNICE SAMOLOTÓW PREZYDENCKICH

PODNIEBNE FORTECE Przed nami podróż na pokładach maszyn, które służą jako powietrzne centra dowodzenia dla liderów państw. Połączenie luksusu i nowoczesnych technologii sprawia, że są one czymś więcej niż zwykłymi samolotami pasażerskimi. Twórcy dokumentu analizują unikatowe mechanizmy ochrony amerykańskiego Air Force One. Zastosowano tam specjalne stopy odporne na impulsy elektromagnetyczne. Specjaliści przyjrzą się również odrzutowcom prezydentów Francji i Rosji. Drugi z polityków przemieszcza się bezokienną maszyną – „samolotem apokalipsy", stanowiącym zapasowe stanowisko dowodzenia. **MP**

→ **TAJEMNICE SAMOLOTÓW PREZYDENCKICH**
WT 30.06 godz. 20.00 TVP DOKUMENT

POLSKA Z GÓRY

NOWY SEZON

KRAJ Z WYSOKOŚCI W 10. odsłonie programu ujrzymy Polskę od Wielkopolski po beskidzkie grzbiety i pomorskie wrzosowiska. Podążymy od Wału Pomorskiego po Bramę Morawską – śladami wielkich wydarzeń. Ta seria to także podróż wzdłuż rzek – naturalnych osi krajobrazu i historii. Pilica poprowadzi nas przez Jurę Krakowsko-Częstochowską, z jej skałami i zamkami. Wisła połączy Mazowsze i Kujawy, a kamery pokażą różnorodne, ale i wspólne dla tych regionów tradycje. Z kolei śląskie rzeki i lasy Stobrawskiego Parku Krajobrazowego odsłonią świat natury, który przez wieki współistniał z przemysłem i człowiekiem. **MP**

→ **POLSKA Z GÓRY 10**
PO 29.06 godz. 18.40 PLANETE+



FOT. ADOBE STOCK (3), EAST NEWS, MATERIAŁY PRASOWE (2)

TAJEMNICE WULKANÓW

SIŁA LAWY Irlandzki prezenter Dara Ó Briain zabierze nas w niezwykłą podróż do Włoch. Odwiedzi Etnę i Wezuwiusza, by opowiedzieć o wulkanach. Działają jak naturalne zawory bezpieczeństwa, uwalniając ciepło z wnętrza planety i tworząc nowe lądy. Erupcje wulkanów mogą być widowiskowe, ale i groźne. Wezuwiusz, który w 79 r. n.e. zniszczył Pompeje, do dziś jest monitorowany. Etna – najwyższy i najbardziej aktywny wulkan Europy – stale przypomina o swojej sile, a jej lawa wciąż zaskakuje badaczy składem i dynamiką. Wulkany budzą respekt, ale również pozwalają lepiej zrozumieć procesy kształtujące naszą planetę. **MP**

→ TAJEMNICE WULKANÓW
PO 29.06 godz. 19.50
BBC EARTH



Na wyprawę wokół wulkanów zabierze nas Dara Ó Briain.



Morrison był wokalistą The Doors, poetą, ale i człowiekiem przytłoczonym swoją sławą.



DZIEŃ, W KTÓRYM UMARŁA...

IKONA ROCKA 55 lat temu w Paryżu zmarł Jim Morrison, wokalista zespołu The Doors i autor tekstów m.in. „Riders on the Storm", „Hello, I Love You" i „Light My Fire" (z R. Kriegerem). Z tej okazji TVP Kultura pokaże dwa dokumenty o Morrisonie. Pierwszy opowiada o jego talencie, karierze, problemach z narkotykami i alkoholem, oraz o ucieczce ze Stanów przed więzieniem do Paryża. Na pobycie nad Sekwaną i tajemniczej śmierci muzyka, 3 lipca 1971 roku, skupia się drugi film: „Jim Morrison – ostatnie dni w Paryżu" (godz. 22.15). Usłyszymy wypowiedzi przyjaciół artysty i dziennikarzy. **MP**

→ DZIEŃ, W KTÓRYM UMARŁA GWIAZDA ROCKA
CZ 2.07 godz. 18.15
TVP KULTURA

REKLAMA

KOLAGENCITO

- wspieraj odbudowę organizmu!

Niedobór kolagenu może objawiać się na wiele sposobów. Zmarszczki, matowe i wiotkie włosy, łamliwe paznokcie, cellulit, opadające powieki i policzki, dyskomfort łokci, kolan, bioder, karku, szyi, kręgosłupa, łydek, ścięgien, mięśni i wiązadeł, a także kontuzje i wolniejsza rekonwalescencja - to tylko niektóre z nich. Brak odpowiedniego poziomu kolagenu może również prowadzić do trudności trawiennych, chronicznego zmęczenia, a nawet problemów z układem krążenia. Odbudowę organizmu warto regularnie wspomagać wysokiej jakości, dobroczynnym KolagenCito (ssać dziennie do 3 pastylek)!

Unikatowy KolagenCito niemieckiej firmy Reutter powstał dzięki bogatemu doświadczeniu jej ekspertów i niepowtarzalnym, wysokiej jakości procesom produkcyjnym. KolagenCito jest produktem opatentowanym i masz pewność, że ten produkt jest oryginalny i pochodzi od doświadczonej firmy Reutter. Marka Reutter jest znana od ponad 100 lat!
Z KolagenCito staraj się spowalniać oznaki starzenia i wspomagaj jednocześnie swoje samopoczucie oraz kondycję.

Kupisz w aptekach i sklepach zielarskich w korzystnej cenie ok. 44 zł.





HUBERT HURKACZ walczy o powrót do czołówki światowego tenisa.

IGA ŚWIĄTEK w ubiegłorocznym finale zwyciężyła 6:0, 6:0.

MAJA CHWALIŃSKA to tenisowa sensacja ostatnich tygodni.

WIMBLEDON

CAŁY CZAS mundial koncentruje uwagę kibiców na świecie. Jednak Polacy spoglądają w stronę Londynu, gdzie rozpoczyna się Wimbledon.

TENIS Startuje trzecia wielkoszlemowa impreza w tym sezonie. W rywalizacji kobiet tytułu mistrzowskiego broni Iga Świątek. Polka przygotowywała się do tego wyzwania, trenując na Majorce. W planach miała też występ w Bad Homburg Open. Powtórzyła więc sprawdzony schemat sprzed roku. Nową drogą kroczy natomiast Maja Chwalińska. Finalistka French Open znalazła się w głównej drabince Wimbledonu dzięki dzikiej karcie przyznanej przez organizatorów – otrzymała ją jako jedyna singlistka spoza Wielkiej Brytanii. W stolicy Anglii rówieśniczka Świątek zmierzy się z presją wyniku, jakiej nie doświadczyła na kortach Rolanda Garrosa. Do tego rywalki będą znacznie lepiej przygotowane do starć z nią. Każdy mecz może być więc dla Mai trudniejszy niż w Paryżu. W Wimbledonie zagrają również Magda Linette i Magdalena Fręch. W turnieju mężczyzn wystąpią natomiast Hubert Hurkacz oraz Kamil Majchrzak. Wrocławianin w połowie czerwca wypadł z najlepszej setki rankingu ATP. W Londynie spróbuje przypomnieć o sobie całemu tenisowemu środowisku. Majchrzak z kolei zamierza potwierdzić, że niedawny triumf w Libéma Open, pierwszy w głównym cyklu ATP Tour w jego karierze, nie był jednorazową eksplozją formy.

→ WIMBLEDON – 1. RUNDA PO 29.06 godz. 14.30 POLSAT SPORT 1



JERRICK HARDING latem ubiegłego roku otrzymał polskie obywatelstwo.

ELIMINACJE MISTRZOSTW ŚWIATA

AUSTRIA – POLSKA

KOSZYKÓWKA Do końca tej fazy eliminacji przyszłorocznych mistrzostw świata Biało-Czerwonym pozostały jedynie dwa mecze. Bez względu na ich wynik awansują oni do kolejnej rundy. W poprzednich starciach w trwających kwalifikacjach Polacy spisali się bowiem fenomenalnie. Zanotowali komplet zwycięstw w czterech spotkaniach, w rezultacie prowadzą w tabeli grupy F. W pierwszym meczu z reprezentacją Austrii podopieczni Igor Milicicia wygrali w Gdyni 90:78. Znakomite zawody rozegrał wówczas Jerrick Harding, który zdobył trzydzieści dwa punkty i zanotował pięć asyst.

→ AUSTRIA – POLSKA PT 3.07 godz. 17.50 TVP 3

GRAND PRIX AUSTRII

FORMUŁA 1 Kimi Antonelli nie będzie dobrze wspominał poprzedniego grand prix. Z powodu awarii bolidu nie ukończył bowiem wyścigu w Montmeló. Mimo to pozostał liderem klasyfikacji generalnej. W Hiszpanii triumfował Lewis Hamilton. Brytyjczyk odniósł pierwsze zwycięstwo od 2024 r. i już sto szóste w karierze – pod tym względem jest rekordzistą F1. Po zakończeniu GP Barcelony-Katalonii siedmiokrotny mistrz świata nie krył wzruszenia. Obecnie traci do prowadzącego w wyścigu o mistrzostwo F1 Antonellego 41 punktów. Czy na Red Bull Ringu znów zmniejszy stratę do kierowcy Mercedesa?

→ GRAND PRIX AUSTRII ND 28.06 godz. 14.55 ELEVEN SPORTS 1



LEWIS HAMILTON w końcu poczuł radość z prowadzenia bolidu Ferrari.

FOTO: MATERIAŁY PRASOWE

MISTRZOSTWA ŚWIATA

KOLUMBIA – PORTUGALIA



CRISTIANO RONALDO chce zakończyć karierę z medalem MŚ na szyi.

PIŁKA NOŻNA Po mundialu w Katarze wydawało się, że to już kres marzeń Cristiano Ronaldo o wywalczeniu tytułu mistrza świata i czeka go piłkarska emerytura w Arabii Saudyjskiej. CR7 jednak nie spoczął na laurach. W ubiegłym roku razem ze swoimi kolegami z reprezentacji wygrał Ligę Narodów, co rozbudziło w sercach Portugalczyków nadzieję na sukces w najważniejszym turnieju czterolecia. By ją urzeczywistnić, podopieczni Roberta Martineza muszą grać o wiele lepiej niż w zaledwie zremisowanym 1:1 meczu z Demokratyczną Republiką Konga na starcie rywalizacji w grupie K. Zmagania w tej fazie turnieju Seleção das Quinas zakończą bojem z Kolumbią, mającą w dorobku wygraną z Uzbekistanem 3:1. Ekipa z Ameryki Południowej to solidna drużyna, w której prym wiedzie Luis Díaz. W kwalifikacjach do MŚ skrzydłowy Bayernu Monachium zdobył siedem bramek. Dzięki nieprzeciętnej umiejętności gry jeden na jeden potrafi siać postrach w obronie rywali. Choć w marcowych sparingach Los Cafeteros ulegli Francji i Chorwacji, liczą, że na mundialu są w stanie rzucić rękawicę światowym potęgom.

→ **KOLUMBIA – PORTUGALIA**
SO/ND 27.06 godz. 1.20 TVP 1



LUIS DÍAZ jest znany z niesamowitego przyspieszenia.

MISTRZOSTWA ŚWIATA



IVAN PERISIĆ po raz czwarty w karierze występuje na mundialu.

INAKI WILLIAMS swoją szybkością może zaskoczyć rywali.

CHORWACJA – GHANA

PIŁKA NOŻNA Chorwaci z dwóch ostatnich mundiali wyjeżdżali z medalami. Mają już srebro i brąz, więc złoto byłoby znakomitym dopełnieniem. Jednak droga do niego jest długa i wyboista. Piłkarze z Bałkanów trafili do jednej z najtrudniejszych grup. Tu przydatne będzie doświadczenie jej liderów – 40-letniego Luki Modricia, 37-letniego Ivana Perisicia oraz 35-letniego Andreja Kramaricia. Oni bardzo dobrze wiedzą, że mistrzostwa świata to maraton, a nie sprint. To może być dobra lekcja futbolu dla Ghany, która przed mundialem nie wygrała żadnego spotkania towarzyskiego. Turniej zaczęła jednak od zwycięstwa nad Panamą (1:0).

→ **CHORWACJA – GHANA**
SO 27.06 godz. 22.50 TVP 1

MISTRZOSTWA ŚWIATA

PANAMA – ANGLIA

PIŁKA NOŻNA Angielskie zespoły zdominowały rozgrywki klubowe w Europie. Czy także na światowej arenie zatriumfuje futbol z kraju, który jest jego kolebką? Na początek podopieczni Thomasa Tuchela muszą wyjść z grupy z jak najlepszego miejsca. W ostatniej kolejce tej fazy turnieju plany spróbują im pokrzyżować Panamczycy. Ekipę z Ameryki Środkowej czeka arcytrudne zadanie, zwłaszcza jeśli Synowie Albionu zagrają tak dobrze jak z Chorwacją (4:2). Przykład tego, że niemożliwe w futbolu nie istnieje, dali im piłkarze z Republiki Zielonego Przylądka, którzy w swoim mundialowym debiucie utarli nosa Hiszpanom (0:0). Los Canaleros spróbują pójść ich śladem.

→ **PANAMA – ANGLIA SO**
27.06 godz. 22.50 TVP SPORT



MARCUS RASHFORD na mundialu musi zapomnieć o zamieszaniu ze swoim transferem.

CÉSAR BLACKMAN zadebiutował w panamskiej kadrze w 2019 roku w meczu z Brazylią.

TYDZIEŃ SPORTU NA ŻYWO

TRANSMISJE OD SOBOTY 27 CZERWCA DO PIĄTKU 3 LIPCA Zaplanuj z nami cały tydzień sportowych emocji!

PIŁKA NOŻNA

MISTRZOSTWA ŚWIATA 2026

PT/SO Nowa Zelandia – Belgia
4.50 TVP 2

PT/SO Egipt – Iran
4.50 TVP SPORT

SO Panama – Anglia
22.50 TVP SPORT

SO Chorwacja – Ghana
22.50 TVP 1

SO Kolumbia – Portugalia
1.20 TVP 1

SO Demokratyczna Republika Konga – Uzbekistan
1.20 TVP SPORT

SO/ND Jordania – Argentyna
3.50 TVP 2

SO/ND Algieria – Austria
3.50 TVP SPORT

ND Mecz 1/16 finału HIT
20.50 TVP 1; TVP SPORT

PO Mecz 1/16 finału
18.50 TVP 2; TVP SPORT

PO Mecz 1/16 finału
22.20 TVP 1; TVP SPORT

PO/WT Mecz 1/16 finału
2.50 TVP 1; TVP SPORT

WT Mecz 1/16 finału
18.50 TVP 2

WT Mecz 1/16 finału
22.50 TVP 1; TVP SPORT

WT/ŚR Mecz 1/16 finału
2.50 TVP 1; TVP SPORT

ŚR Mecz 1/16 finału
17.50 TVP 2; TVP SPORT

ŚR Mecz 1/16 finału
21.50 TVP 1; TVP SPORT

ŚR Mecz 1/16 finału
1.50 TVP 2; TVP SPORT

CZ Mecz 1/16 finału
20.50 TVP 1; TVP SPORT

CZ Mecz 1/16 finału
0.50 TVP 1; TVP SPORT

CZ/PT Mecz 1/16 finału
4.50 TVP 2; TVP SPORT

PT Mecz 1/16 finału
19.50 TVP 2; TVP SPORT

PT Mecz 1/16 finału
23.50 TVP 1; TVP SPORT

BOKS

ND Gala w Las Vegas TVP SPORT
3.00 Waga lekka: Edwin De Los Santos – Jose Valenzuela

PT BKFC Liberty Brawl: Philadelphia
CANAL+ SPORT; CANAL+ SPORT 5
2.00 Walka: A. Trout – B. Bonner

INNE DYSCYPLINY

FORMUŁA 1

SO Grand Prix Austrii
ELEVEN SPORTS 1
12.25 3. sesja treningowa

SO Grand Prix Austrii
ELEVEN SPORTS 1
15.55 Sesja kwalifikacyjna

ND Grand Prix Austrii
ELEVEN SPORTS 1
12.55 Parada kierowców

ND Grand Prix Austrii
ELEVEN SPORTS 1
15.00 Wyścig

PT Grand Prix Wielkiej Brytanii
ELEVEN SPORTS 1
13.25 1. sesja treningowa

PT Grand Prix Wielkiej Brytanii
ELEVEN SPORTS 1
16.55 Kwalifikacje do sprintu

KOLARSTWO

SO Mistrzostwa Hiszpanii
EUROSPORT 1
12.15 Wyścig ze startu wspólnego

ND Mistrzostwa Hiszpanii
EUROSPORT 1
13.30 Wyścig ze startu wspólnego

ND Mistrzostwa Francji
EUROSPORT 1
15.15 Wyścig ze startu wspólnego

CZ Tour de France EUROSPORT 1
18.30 Prezentacja zespołów
Reprezentanci Polski

KOSZYKÓWKA MĘŻCZYZN

PT Eliminacje MŚ TVP 3
17.50 Mecz: Austria – Polska



LEKKOATLETYKA

ND Memoriał Czesława Cybulskiego – Poznań 2026
TVP SPORT
15.00 3. edycja
Reprezentanci Polski

ND Diamentowa Liga w Paryżu
POLSAT SPORT 2
18.00 Meeting de Paris

PIŁKA NOŻNA KOBIET

SO Mistrzostwa Europy U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026
TVP SPORT
19.55 Mecz: Szwecja – Polska

WT Mistrzostwa Europy U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026
TVP SPORT
19.55 Mecz: Polska – Niemcy

PT Mistrzostwa Europy U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026
TVP SPORT
16.55 Mecz: Polska – Bośnia i Hercegowina

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN

SO Liga Narodów POLSAT SPORT 2
16.45 Mecz: USA – Japonia

SO Liga Narodów
POLSAT SPORT 1; POLSAT
16.45 Mecz: Polska – Niemcy

SO Liga Narodów
POLSAT SPORT 2
20.15 Mecz: Słowenia – Brazylia

SO Liga Narodów POLSAT SPORT 1
20.15 Mecz: Turcja – Argentyna

SO Liga Narodów POLSAT SPORT 3
20.15 Mecz: Francja – Serbia

ND Liga Narodów POLSAT SPORT 1
12.45 Mecz: Chiny – Niemcy

ND Liga Narodów
POLSAT SPORT 3
12.45 Mecz: Bułgaria – Ukraina

ND Liga Narodów POLSAT SPORT 2
13.15 Mecz: Iran – Kuba

ND Liga Narodów POLSAT SPORT 3
16.15 Mecz: Kanada – Brazylia

ND Liga Narodów POLSAT SPORT 1
16.15 Mecz: Francja – Japonia

ND Liga Narodów
POLSAT SPORT 1; POLSAT
19.45 Mecz: Polska – Argentyna HIT

ND Liga Narodów
POLSAT SPORT 3
20.15 Mecz: Słowenia – Włochy

ND Liga Narodów
POLSAT SPORT 2
20.15 Mecz: Serbia – USA

SNOOKER

SO Championship League
CANAL+ SPORT 5; CANAL+ SPORT 3
12.00 1. runda

SO Championship League
CANAL+ SPORT 3
18.00 1. runda

PO Championship League
CANAL+ SPORT 5
12.00 1. runda



PO Championship League
CANAL+ SPORT 5
18.00 1. runda

WT Championship League
CANAL+ SPORT 5
12.00 1. runda

WT Championship League
CANAL+ SPORT 5
18.00 1. runda

ŚR Championship League
CANAL+ SPORT 5
12.00 1. runda

ŚR Championship League
CANAL+ SPORT 5
18.00 1. runda

CZ Championship League
CANAL+ SPORT 5
12.00 1. runda

CZ Championship League
CANAL+ SPORT 5
18.00 1. runda

PT Championship League
CANAL+ SPORT 5
12.00 1. runda

PT Championship League
CANAL+ SPORT 5
20.00 1. runda

– zawody z udziałem Polaków

TENIS

SO Turniej Wimbledon
POLSAT SPORT 1
12.00 Eliminacje

SO Turniej WTA w Bad Homburg
CANAL+ SPORT 2
13.30 Mecz finałowy gry pojedynczej

SO Turniej Wimbledon
POLSAT SPORT 1
14.00 Eliminacje

SO Turniej ATP na Majorce
POLSAT SPORT 3
15.00 Mecz finałowy gry pojedynczej

PO Turniej Wimbledon
POLSAT SPORT 3
12.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
Reprezentanci Polski

PO Turniej Wimbledon
POLSAT SPORT 2; POLSAT SPORT 3; POLSAT SPORT 1
14.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
Reprezentanci Polski

PO Turniej Wimbledon
POLSAT SPORT 2; POLSAT SPORT 3; POLSAT SPORT 1
16.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
Reprezentanci Polski

PO Turniej Wimbledon
POLSAT SPORT 2; POLSAT SPORT 3; POLSAT SPORT 1
18.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
Reprezentanci Polski

WT Turniej Wimbledon
POLSAT SPORT 3
12.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
Reprezentanci Polski

WT Turniej Wimbledon
POLSAT SPORT 2; POLSAT SPORT 3; POLSAT SPORT 1
14.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
Reprezentanci Polski



WT Turniej Wimbledon
POLSAT SPORT 2; POLSAT SPORT 3; POLSAT SPORT 1
18.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
Reprezentanci Polski

ŚR Turniej Wimbledon
POLSAT SPORT 3
12.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

ŚR Turniej Wimbledon
POLSAT SPORT 2; POLSAT SPORT 3; POLSAT SPORT 1
14.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

ŚR Turniej Wimbledon
POLSAT SPORT 2; POLSAT SPORT 3; POLSAT SPORT 1
16.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

ŚR Turniej Wimbledon
POLSAT SPORT 2; POLSAT SPORT 3; POLSAT SPORT 1
18.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

CZ Turniej Wimbledon
POLSAT SPORT 3
12.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

CZ Turniej Wimbledon
POLSAT SPORT 2; POLSAT SPORT 3; POLSAT SPORT 1
14.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

CZ Turniej Wimbledon
POLSAT SPORT 2; POLSAT SPORT 3; POLSAT SPORT 1
18.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

PT Turniej Wimbledon
POLSAT SPORT 3
12.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

PT Turniej Wimbledon
POLSAT SPORT 2; POLSAT SPORT 3; POLSAT SPORT 1
14.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

PT Turniej Wimbledon
POLSAT SPORT 2; POLSAT SPORT 3; POLSAT SPORT 1
16.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

PT Turniej Wimbledon
POLSAT SPORT 2; POLSAT SPORT 3; POLSAT SPORT 1
18.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

WIOŚLARSTWO

ND Zawody Pucharu Świata w Lucernie TVP SPORT
11.00 Finały

ŻUŻEL

SO Metalkas 2. Ekstraliga
CANAL+ SPORT 5
19.00 Mecz: Wilki Krosno – Stal Rzeszów

ND Metalkas 2. Ekstraliga
CANAL+ SPORT 5
14.30 Mecz: Moonfin Malesa Ostrów Wlkp. – Polonia Piła

ND PGE Ekstraliga CANAL+ SPORT
16.45 Mecz: Stelmet Falubaz Zielona Góra – ORLEN OIL Motor Lublin

ND PGE Ekstraliga CANAL+ SPORT
19.15 Mecz: Stal Gorzów – Unia Leszno

PT PGE Ekstraliga
CANAL+ SPORT; CANAL+ SPORT 5
17.30 Mecz: Włókniarz Częstochowa – Stelmet Falubaz Zielona Góra

PT PGE Ekstraliga CANAL+ SPORT
20.00 Mecz: FOGO Unia Leszno – Betard Sparta Wrocław

REKLAMA

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

TO&OWO POLECA



PRZYGODOWY

ENOLA HOLMES 3

Nastoletnia siostra słynnego detektywa epoki wiktoriańskiej, Sherlocka Holmesa (Henry Cavill), Enola Holmes (Millie Bobby Brown), podejmuje się kolejnego zlecenia, tym razem na Malcie. Po dotarciu na miejsce młoda detektyw przekonuje się, że śledztwo będzie wyjątkowo zawiłe i niosące ze sobą ogromne ryzyko. Tymczasem, poza wyzwaniami detektywistycznymi, Enolę czekają również zmiany w życiu prywatnym. Młoda detektyw zostaje bowiem narzeczoną, a wkrótce żoną lorda Tewkesbury'ego (Louis Partridge). Niestety, świętowanie zaślubin przerywa wiadomość o porwaniu Sherlocka!

NETFLIX → PREMIERA 1.07



SERIAL SF

SILOS 3

Co wydarzyło się 352 lata temu, czyli zanim ostatni ocalali zeszli do podziemnych silosów? W trzecim sezonie cofamy się m.in. do czasu sprzed kataklizmu. Wówczas to dziennikarka z Waszyngtonu Helen Drew (Jessica Henwick) i kongresmen Daniel Keen (Ashley Zukerman) wpadli na trop wielkiego międzynarodowego spisku, który dał początek końca życia na Ziemi. Echa tego spisku kilkaset lat później odkryje również Juliette (Rebecca Ferguson), która wróciła do Silosu 18, aby ostrzec wszystkich przed wychodzeniem na zewnątrz.

tv → PREMIERA 3.07



SERIAL KOMEDIOWY

ELLE

Mija 25 lat, od kiedy bohaterka komedii „Legalna blondynka", Elle Woods (Reese Witherspoon), po bolesnym rozstaniu z chłopakiem zawojowała Harvard, stając się jedną z najsłynniejszych blondynek na świecie. Po latach wcielająca się w rolę Elle aktorka staje po drugiej stronie kamery. W pierwszym sezonie serialu, który jest prequelem filmowego hitu z 2001 roku, cofamy się do czasów liceum, gdy marząca o idealnym życiu Elle stawia pierwsze kroki w dorosłym świecie. W rolę młodszej Woods wciela się Lexi Minetree.

prime video → PREMIERA 1.07



SERIAL ANIMOWANY

X-MEN '97 2

Legendarni mutanci posiadający gen X, dający im nadludzką moc, wracają. W nowym sezonie bohaterowie zostają rozproszeni w czasie i przestrzeni. Próbują znaleźć sposób na zjednoczenie sił i odnaleźć drogę do domu. Profesor X, Magneto, Rogue, Beast i Nightcrawler trafiają do starożytnego Egiptu, gdzie spotykają młodego, jeszcze nikomu nieznanego En Sabah Nura – przyszłego złoczyńcę, bezwzględnego Apocalypse. Z kolei Cyclops i Jean Grey przenoszą się do przyszłości, gdzie niespodziewanie odnajdują swoje dzieci.

Disney+ → PREMIERA 1.07



DRAMAT

BYĆ KOCHANĄ

Norweska para – Maria (Helga Guren) i Sigmund (Oddgeir Thune) od lat tworzą pozornie idealnie dobrane małżeństwo. Wychowują czwórkę dzieci i próbują pogodzić rodzinne obowiązki z ambicjami zawodowymi. Ale gdy pewnego dnia Sigmund niespodziewanie oznajmia bliskim, że chce odejść, świat Marii rozpada się na kawałki. Kobieta, rozdarta między gniewem, rozpaczą i desperacką potrzebą ocalenia związku, zaczyna konfrontować się z prawdą o sobie, swojej miłości i roli, jaką odgrywała w relacji. I dochodzi do bolesnych wniosków.

CANAL+ → PREMIERA 23.06



DRAMAT

RĘKĄ DANTEGO

Ta niezwykła opowieść śledzi losy współczesnego pisarza Nicka Toschesa oraz średniowiecznego poety Dantego Alighieri (w obu rolach Oscar Isaac). Gdy szef mafii zleca Nickowi kradzież rękopisu „Boskiej komedii", ten wyrusza w niebezpieczną podróż. Równolegle, w XIV wieku, Dante szuka inspiracji do napisania swojego słynnego dzieła. Ścieżki obu bohaterów splatają się za sprawą wspólnej obsesji na punkcie miłości, piękna i boskości. W ekranizacji powieści Nicka Toschesa występują Gal Gadot, Gerard Butler, John Malkovich, Martin Scorsese oraz Al Pacino.

NETFLIX → **PREMIERA 24.06**



SERIAL KOMEDIOWY

ALICE I STEVE

Gdy Alice (Nicola Walker) dowiaduje się, że jej 26-letnia córka Izzy (Yali Topol Margalith) spędziła noc z jej najlepszym przyjacielem, jest w szoku. Jeszcze większe zdumienie ogarnia ją na wieść, że Izzy zaczyna darzyć uczuciem Steve'a (Jemaine Clement), który mógłby być jej ojcem. Od tej chwili Alice obawia się nie tylko utraty córki, ale i wieloletniego kumpla. Postanawia więc zrobić wszystko, aby zakończyć romans Izzy i Steve'a, zanim przerodzi się w coś poważniejszego. Problem w tym, że żadna ze stron nie zamierza łatwo się poddać.

Disney+ → **JUŻ DOSTĘPNY**

KOMEDIA ROMANTYCZNA

WIADOMOŚCI DLA ISABELLE



Jill (Zoey Deutch), po śmierci siostry, zostawia na jej poczcie głosowej serię nagrań będących kroniką jej bawnego życia w San Francisco. Młoda kobieta, próbując poradzić sobie z żałobą, nagrywa się siostrze, nie mając świadomości, że z czasem numer Isabelle (Ciara Bravo) zostaje przypisany do kogoś innego. W ten oto sposób nietypowe nagrania zaczynają trafiać na pocztę Wesa (Nick Robinson) – agenta nieruchomości z Austin. Im więcej zabawnych wiadomości mężczyzna dostaje, tym większą ochotę ma poznać tajemniczą Jill.

NETFLIX → **JUŻ DOSTĘPNA**

SERIAL PRAWNICZY

LIGAS

Skandal rujnuje dobrze zapowiadającą się karierę Lorenza Ligasa (Luca Argentero). Znany z kontrowersyjnego stylu życia mediolański prawnik z dnia na dzień musi odejść z kancelarii, w której był wspólnikiem i zacząć praktycznie od zera. Zdeterminowany, by odzyskać prestiż i oczyścić swoje nazwisko, Ligas podejmuje się spraw zawiłych i głośnych medialnie. Dzięki wyjątkowemu talentowi do wykrywania kłamstw u klientów powoli zaczyna odzyskiwać pozycję w branży. Ale kiedy zaczyna znow powodzić mu się w zawodzie, osobiście ponosi porażkę jako mąż i ojciec...

sky SHOWTIME → **JUŻ DOSTĘPNY**



SERIAL KOMEDIOWY

PRZETRWAJĄ PUSZYŚCI 3

Mavis Beaumont (Michelle Buteau) przygotowuje się ostatecznego starcia w świecie mody. Po tym, gdy Mavis skrytykowała znanego projektanta, że nie jest tolerancyjny wobec większej rozmiarówki, sporo się zmieni. Stylistka postanowi bowiem stworzyć własną kolekcję, którą będą mogły nosić kobiety transpłciowe i osoby o wszystkich typach sylwetki. Co więcej, zamierza zaprezentować ją podczas najbardziej prestiżowego pokazu mody w sezonie. W finałowej serii Mavis będzie też zmuszona niechętnie posłuchać zaleceń, jakich udzieli jej nowa lekarka, doktor Terri (Wanda Sykes).



NETFLIX → **PREMIERA 2.07**



CHCESZ WIEDZIEĆ WIĘCEJ? CZYTAJ NETFILM

POD REDAKCJĄ JOANNY PASZTELAŃSKIEJ FOT: MATERIAŁY PRASOWE

NARKOTYKOWY NAŁÓG
Julka na wszelkie sposoby próbuje zdobyć używki. Leon widzi, że się uzależniła. Zrywa z dziewczyną.



20.15 TVN

→ Gwiazdowa odkrywa w mailach Sandry kompromitujące informacje. Publicznie ujawnia romans męża ze Smoczyńską.

Na Wspólnej

OBYCZAJOWY PO Julka wyłudza pieniądze od Anki, po czym szuka narkotyków u Leona. Jolanta szantażuje Milenę kompromitującymi zdjęciami z aplikacji randkowej. WT Leon spotyka się z Julką. Wie, że próbowała ona kupić nielegalne substancje od Kosmy. Matka Brygidy oddaje Remkowi skradzione przedmioty. ŚR Syn Cieślików wciąż mierzy się z falą hejtu w sieci. Smolny chwali wywiad Marceliny, ale Sandra go krytykuje. CZ Monika dopytuje matkę Fiony o jej zgłoszenie, ponieważ na policji nie ma po nim śladu. Julka godzi się z Leonem i dostaje klucze do jego kanciapy.

HD POLSKA 2026 ▶35 min



16.50 Szpital św. Anny

TVN OBYCZAJOWY

PO Młody bokser skarży się na ból w klatce piersiowej. Kaja podejrzewa zawał serca. Na SOR trafia siedmiolatek z dolegliwościami brzucha. WT Marta wciąż czuje się obserwowana przez prześladowcę. W szpitalu pojawia się trzynastonastolatek z objawami neurologicznymi. ŚR Galica próbuje porozmawiać z Tomkiem po kłótni o jego ojczyma. Ratownicy spieszą z pomocą matce Darii. CZ Bursztyn czuwa przy mamie, która powoli wraca do siebie. Na oddziale przebywa kobieta po punkcji jajników. PT Wojtkowi ciąży skrywana tajemnica. Lekarskiej nterwencji wymaga skoczek po upadku ze spadochronu.

HD POLSKA 2025 ▶65 min



19.00 Lombard. Życie pod zastaw 18

TV PULS OBYCZAJOWY PO Damian spędza noc z Kariną, córką gangstera. Kazimierz zakłóca biznesowe spotkanie Marty. WT Kierująca taksówką Danka wpada w kłopoty po stłuczce w okolicy lombardu. Justyna i Roman żegnają Maksyma. ŚR Jeliński, Lisowski i Myśliwski regularnie polują. Pewnego dnia dochodzi do tragedii: pierwszy z nich ginie. Barski czeka na wyrok. CZ Narkoman Bucior na zlecenie Lotona ma zabić Gałkową. Natalia i Nano oglądają mieszkanie. PT Chrustowski nie chce przyznać przed żoną, że stracił dobrze płatną posadę. Edward przekonuje krewnego do wspólnego wypadu do klubu.

HD POLSKA 2026 ▶60 min



8.45 Ranczo 6

TVP 1 OBYCZAJOWY

SO-PT Lucy usiłuje zlikwidować bezrobocie, ale większość osób zainteresowana jest tylko pomocą finansową. Kozioł stara się przeczekać szum medialny wokół swojej osoby. Czerepach namawia go jednak, aby wykorzystać okazję i zyskać popularność.

HD POLSKA 2012 ▶55 min



9.40 Komisarz Alex 6

TVP 1 KRYMINALNY

SO-PT W solarium hotelu zostaje uduszona studentka Oliwia. Głównym podejrzanym jest jeden z pracowników placówki. Orlicz zarządza jego poszukiwania. Tymczasem Lucyna ustala, że denatka dorabiała jako dziewczyna do towarzystwa.

HD POLSKA 2015 ▶55 min



19.25 Rodzinka.pl

TVP 2 KOMEDIOWY

SO Natalia zamierza zaprosić na kolację rodziców Magdy. Uważa, że młodych trzeba wesprzeć finansowo. Agata ma sercowe problemy. Ludwik jej doradza. Adela staje się świadkiem niejednoznacznej sytuacji. Kacper kompletnie traci głowę dla Pauli.

HD POLSKA 2025 ▶35 min



18.20 Pan Mama

TVP 2 KOMEDIOWY

ND Miras przeżywa serię biznesowych porażek. Traci wiarę w siebie, gdy nagle przypadkiem odkrywa świat internetowych transmisji mukbang i ku własnemu zaskoczeniu zdobywa popularność. Renata prowadzi nietypową sesję terapeutyczną.

HD POLSKA 2026 ▶35 min

NIE PRZEGAP!



17.15 Maxima. Droga na tron

TVP 2 BIOGRAFICZNY ND Sewilla, 1999 rok. Na przyjęciu spotykają się Argentynka Maxima Zorreguieta i książę koronny Niderlandów Wilhelm-Aleksander. Ich znajomość przeradza się w głębsze uczucie.

HD HOLANDIA 2024 ▶65 min



22.00 FBI: Most Wanted 4

AXN KRYMINALNY PO Gwiazda triathlonu Sparrow zostaje zamordowana w swoim domu. Śledczy podejrzewają jej partnera, Colby'ego Dysarta. Wkrótce jednak kierują uwagę na jego byłą dziewczynę.

HD USA 2022 ▶55 min



21.05 Rekrut 8

AXN KRYMINALNY

WT Wesley ma zaproponować Liamowi Glasserowi ugodę. Lucy wciąż zmaga się z traumą po zabiciu Martina. Wspólnie z Timem pomaga Johnowi i Celinie w śledztwie dotyczącym morderstwa.

HD USA 2026 ▶115 min



22.00 Matlock

FX KRYMINALNY

ŚR Olimpia broni Zoey. To studentka, która została oskarżona o przyczynienie się do zatrzymania akcji serca u swojej koleżanki, po tym, jak miała dolać alkoholu do jej drinka. Matty odwiedza siostra.

USA 2024 ▶55 min

OD 27 CZERWCA DO 3 LIPCA 2026



19.00 Policjantki i Policjanci
TV 4

OBYCZAJOWY PO Elżbieta zgłasza się po odbiór nowego dowodu osobistego. Urzędniczka nabiera podejrzeń, czy kobieta rzeczywiście jest tym, za kogo się podaje. WT Radiowóz zatrzymuje przerażona nastolatka, Kornelia. Błaga o pomoc dla ojca, który stracił przytomność. ŚR Na komendę przychodzi Michalina, matka Felicia, właściciela salonu fryzjerskiego. Od wczoraj nie ma z synem kontaktu. CZ Z wydziału narkotykowego napływa sygnał o dużej dostawie nielegalnych substancji. Znika też informatorka. PT Na służbie są Białach i Bachleda. W domu drugiego z nich narasta napięcie po decyzji Jagny.

HD POLSKA 2026 ▶60 min



19.25 Barwy szczęścia
TVP 2

OBYCZAJOWY CZ W związku Oliwki i Tomka narasta napięcie, a ich relacje stają się coraz bardziej skomplikowane, zwłaszcza pod wpływem Madzi, która bacznie obserwuje zainteresowanie Kępskiego sprawami Grażyny i nie pozostaje wobec tego obojętna. Dominika bez powodzenia próbuje przekonać Renatę do podjęcia walki z uzależnieniem od opioidów. Asia musi ponownie przejść przez trudny okres związany z Danielem. Mężczyzna stanowczo upomina byłą żonę, że ma pełne prawo do kontaktów z Emilem i w przypadku prób ograniczenia jego widzenia z synem nie zawaha się wejść na drogę sądową.

HD POLSKA 2026 ▶40 min



20.00 Uroczysko
TV 4

KRYMINALNY PO Z prywatnego zakładu psychiatrycznego ucieka biznesmen. Kilka dni później inny pacjent tego ośrodka maluje obraz przedstawiający realistyczną scenę zbrodni. WT Olek staje przed zadaniem przekazania rodzinie Konrada Kalinowskiego tragicznych wieści. Czterdziestolatek ginie w ogrodzie rażony prądem. Funkcjonariusze poszukują świadków zdarzenia. ŚR Policjanci wyjaśniają sprawę zabójstwa Magdy. Wszystko wskazuje na brutalny napad rabunkowy. CZ Matylda nie wraca do domu. Dante doprowadza stróżów prawa na miejsce zbrodni. Tymczasem Filip wyczekuje informacji ze szpitala.

HD POLSKA 2025 ▶30 min



22.20 Na sygnale
TVP 2

FABULAR.-DOKUM. PO Pacjentem zespołu doktor Reiter jest mężczyzna uczulony na mięso. Doznał on reakcji anafilaktycznej po zjedzeniu dania z wegańskiego baru. Ekipa Lisickiego trafia na studenta, który przedawkował stymulanty. WT Podopieczna Artura Góry i innych ratowników słabnie przed studniówką, ponieważ próbowała szybko schudnąć. Alek i Nowy pomagają psychiatrze cierpiącemu na ból kręgosłupa. ŚR Klis oraz Piotr zostają wezwani do ofiar wypadku. Jeden z kierowców ucieka ich karetką. Zszokowani pracownicy medyczni podejmują pościg, w czym pomaga im przypadkowo napotkana siostra Bernadetta.

HD POLSKA 2026 ▶65 min



21.05 Sprawiedliwi. Trójmiasto
TV 4

KRYMINALNY PO-CZ Serafin i Osica wyjaśniają sprawę zabójstwa Grzegorza Woltera, którego zwłoki z licznymi obrażeniami znaleziono na plaży. Kiszczak i Szreder poszukują zabójcy hotelarza Lipskiego. Podejrzenia padają na jego brata – recydywistę.

HD POLSKA 2026 ▶60 min



21.55 Czarna lista
TV 6

KRYMINALNY PO-CZ Liz stara się wyjaśnić zagadkę zniknięcia Jolene. Zespół FBI próbuje znaleźć młodego hakera Ivana. Red wraz z zespołem szuka likwidatora szkód w polisach ubezpieczeniowych. Okazuje się, że za jego namową zwykli ludzie stają się zabójcami do wynajęcia.

USA 2013 ▶60 min



22.05 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny
TV 4

KRYMINALNY PO-CZ Kalicka i Rosa prowadzą dochodzenie dotyczące śmierci siedemnastoletniej Natalii Lubomirskiej, której ciało odnaleziono w stajni podczas zawodów jeździeckich. Garda i Górska badają sprawę brutalnego gwałtu na Izabeli Rawicz.

HD POLSKA 2026 ▶60 min



20.30 Prokurator
TVP 1

KRYMINALNY WT-ŚR W renomowanej agencji reklamowej dochodzi do zbrodni. Ofiarą jest księgowa firmy. Sprawca pozbawił kobietę życia, uderzając jej głową o pancerne okno. Gdy do zabójstwa przyznaje się koleżanka ofiary, Proch wie, że to jeszcze nie koniec śledztwa.

HD POLSKA 2015 ▶55 min



21.00 Ta inna siostra Bennet
HBO

KOSTIUMOWY WT Mary rezygnuje ze swoich planów dotyczących małżeństwa. Jednak nagłe pojawienie się gościa w Longbourn sprawia, że jej postanowienie zostaje wystawione na próbę.

HD WIELKA BRYTANIA 2026 ▶30 min



21.05 Zabójcza broń 3
AXN

SENSACYJNY ŚR Cole i Roger zostają przydzieleni do śledztwa w sprawie śmierci Marka Hardy'ego, który zginął podczas nielegalnej walki. Jego ciało nieznana osoba przeniosła do siłowni należącej do brata.

HD USA 2018 ▶115 min



21.05 Agenci NCIS 20
AXN

SENSACYJNY CZ Córka pani senator zostaje zamordowana. Matka domaga się, by agencja powołała dodatkowego biegłego. Do zespołu dołącza patolog i celebryta Miles Bauer, dawny współlokator Jimmy'ego.

HD USA 2022 ▶60 min



20.15 Ojciec Mateusz 29
TVP 1

KRYMINALNY PT W Sandomierzu dochodzi do napadu na bank. Złodzieje noszą maski i są przebrani w sutanny. W czasie ucieczki z gotówką mają wypadek. Policja przeszukuje las, ale znajduje tylko rozbite auto.

HD POLSKA 2023 ▶45 min

Warto zobaczyć

12.35 TVP 1 **Rzymskie wakacje**
KOMEDIA ROMANTYCZNA Księżniczka Anna w stolicy Włoch próbuje wmieszać się w tłum. Jej śladem podąża cyniczny dziennikarz Joe Bradley. *Reż.: William Wyler, A: Audrey Hepburn, Gregory Peck, Eddie Albert USA 1953* **130 min ▶ do godz. 14.45**

12.45 POLSAT **Piksele**
KOMEDIA Obcy błędnie odczytują intencje Ziemian i odpowiadają agresją na pokojowe przesłanie. Ludzie muszą odeprzeć atak kosmitów. *Reż.: Chris Columbus, A: Adam Sandler, Kevin James, Peter Dinklage USA/Chiny 2015* **135 min ▶ do godz. 15.00**

14.10 TVN **Za duży na bajki**
FAMILIJNY Pod nieobecność mamy dziesięcioletni Waldek trafia pod opiekę ekscentrycznej ciotki Marioli. Narzuca mu ona nieznany dotąd rygor. *Reż.: Kristoffer Rus, A: Maciej Karaś, Amelia Fijałkowska Polska 2022* **140 min ▶ do godz. 16.30**

17.00 TVN FABUŁA **Aquaman**
SCIENCE FICTION Władca Atlantydy chce zniszczyć ludzkość. Jego przyrodni brat musi odnaleźć magiczny trójząb, aby zapobiec katastrofie. *Reż.: James Wan, A: Jason Momoa, Amber Heard, Willem Dafoe USA/Australia 2018* **180 min ▶ do godz. 20.00**

17.35 TVP KULTURA **Siedmiu wspaniałych**
WESTERN Pogranicze Meksyku i USA. Rewolwerowiec Chris oraz jego towarzysze szkolą mieszkańców miasteczka do walki z grupą bandytów. *Reż.: John Sturges, A: Yul Brynner, Steve McQueen, Charles Bronson USA/Meksyk 1960* **145 min ▶ do godz. 20.00**

18.00 ZOOM **Sprawa się rypła**
KOMEDIA Umiera stuletnia pani Plackowa. Dla pieniędzy najbliżsi ukrywają śmierć staruszki. Udaje ją uzależniony od alkoholu Jontek. *Reż.: Janusz Kidawa, A: Franciszek Pieczka, Anna Miesiączek Polska 1984* **110 min ▶ do godz. 19.50**

20.45 PULS 2 **Wszystko zostanie w rodzinie**
KOMEDIA Franck zamierza oświadczyć się ukochanej. Miłosne plany niweczą nieokrzesani kumple chłopaka. *Reż.: Nicolas i Philippe Benamou, A: Alice David, Christian Clavier, Vincent Desagnat Francja 2015* **100 min ▶ do godz. 22.25**

22.05 HBO **Klika**
OBYCZAJOWY Amerykańska prowincja. By utrzymać rodzinę i spełnić marzenia o muzycznej karierze, Chito zaczyna handlować narkotykami. *Reż.: Michael Greene, A: Jay Dee, Daniel Lopez, Laura López USA 2026* **85 min ▶ do godz. 23.30**

→ filmowe hity



Nastoletni Pelé prowadzi reprezentację swojego kraju do historycznego triumfu.

20.25 TVP 1 Pelé: Narodziny legendy

BIOGRAFICZNY **Chłopak z brazylijskich slumsów mimo przeciwności losu zostaje ikoną sportu.**

HIT DNIA Opowieść o dzieciństwie jednej z największych gwiazd w historii futbolu. Edson Arantes do Nascimento dorasta w skrajnym ubóstwie w mieście Bauru w stanie São Paulo. Od najmłodszych lat dorabia jako pucybut. Jego wielką pasją jest piłka nożna. Pewnego dnia zostaje przez kolegów kpiąco przezwany Pelé, gdy źle wymawia nazwisko znanego piłkarza. Chłopiec głęboko przeżywa druzgocącą porażkę Brazylii z Urugwajem w finale Mistrzostw Świata w 1950 roku. Obiecuje ojcu, że kiedyś poprowadzi kraj do triumfu. Jego talent zostaje dostrzeżony. Pelé dołącza do profesjonalnego klubu Santos. Jako nastolatek debiutuje w reprezentacji Brazylii, z którą już rok później sięga po mistrzostwo świata. HD **115 min ▶ do godz. 22.20**

USA 2016 **Reż.:** Jeff Zimbalist, Michael Zimbalist **Wyst.:** Kevin de Paula, Leonardo Lima Carvalho, Seu Jorge



20.00 TVN **Poznaj mojego tatę**
KOMEDIA Nowojorski sanitariusz Greg (Ben Stiller) pragnie oświadczyć się ukochanej Pam. Jej ojciec Jack (Robert De Niro) próbuje mu udowodnić, że nie jest odpowiednim kandydatem na męża.

Reż.: Jay Roach Wyst.: Teri Polo, Blythe Danner
USA 2000 HD **140 min ▶ do godz. 22.20**



20.00 TVN 7 **Godziny szczytu**
KOMEDIA SENSACYJNA Córka chińskiego konsula w USA zostaje porwana. Dyplomata chce, aby sprawą zajął się zaufany policjant z Hongkongu, Lee (Jackie Chan). Przybyszowi pomaga gadatliwy Carter (Chris Tucker).

Reż.: Brett Ratner Wyst.: Ken Leung
USA 1998 HD **135 min ▶ do godz. 22.15**



20.00 TVP KULTURA **Księga ocalenia**
SENSACYJNY Samotny wędrowiec Eli (Denzel Washington) ma dostarczyć cenną księgę. Trafia do zbudowanego na zgliszczach miasta, gdzie władzę sprawuje Carnegie. Zamierza on odebrać przybyszowi jego skarb.

Reż.: Albert i Allen Hughes Wyst.: Mila Kunis
USA 2010 HD **125 min ▶ do godz. 22.05**



21.55 TV PULS **Moonfall**
KATASTROFICZNY Księżyc zostaje wytrącony ze swojej orbity i obiera kurs kolizyjny z Ziemią. Członkowie kosmicznej ekspedycji, w której skład wchodzi m.in. Jocinda Fowler (Halle Berry), usiłują ocalić ludzkość.

Reż.: Roland Emmerich Wyst.: Patrick Wilson
USA 2022 HD **145 min ▶ do godz. 0.20**



22.15 TVN 7 **Kryptonim U.N.C.L.E.**
KOMEDIA SENSACYJNA Początek lat 60. Agent CIA Solo (Henry Cavill) podejmuje współpracę z rywalem z KGB, Illją Kuriakinem, by zlikwidować międzynarodową organizację przestępczą.

Reż.: Guy Ritchie Wyst.: Alicia Vikander
USA 2015 HD **145 min ▶ do godz. 0.40**



22.20 TVN **Był sobie chłopiec**
KOMEDIODRAMAT Will (Hugh Grant) żyje beztrosko dzięki odziedziczonemu majątkowi. Zaprzyjaźnia się z dwunastoletnim Marcusem (Nicholas Hoult). Chłopiec chce wyswatać go ze swoją cierpiącą na depresję matką.

Reż.: Chris i Paul Weitz Wyst.: Toni Collette
USA 2002 HD **130 min ▶ do godz. 0.30**

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

→ filmowe hity



Mills samotnie stawia czoło grupie bandytów, by ocalić byłą żonę i córkę.

20.00 TV PULS Uprowadzona 2

SENSACYJNY Emerytowany as wywiadu podczas wakacji w Stambule ponownie musi stanąć w obronie rodziny.

HIT DNIA Kilka lat temu albańscy gangsterzy porwali Kim, córkę byłego agenta CIA Bryana Millsa. Teraz ojciec szkoli dziewczynę, żeby radziła sobie w sytuacjach zagrożenia. Niestety, koszmar powraca, gdy mężczyzna i jego była żona zostają uprowadzeni przez ludzi Murada Krasniqiego, który poprzysiągł dawnemu funkcjonariuszowi zemstę za zabicie syna, Marka. Ostrzeżonej Kim udaje się uciec. Ścigana przez bandytów, pomaga uwolnić się Brianowi. Dzięki temu może on stawić czoło prześladowcom. HD 115 min ▶ do godz. 21.55

Fr./USA/Turcja/Wlk. Bryt. 2012 **Reż.:** Olivier Megaton **Wyst.:** Liam Neeson, Famke Janssen, Maggie Grace, Leland Orser

→ sport



16.50 POLSAT Polska – Niemcy

SIATKÓWKA LIVE Naprzeciw podopiecznych Nikoli Grbicia stanie zespół, który zakończył pierwszy tydzień Ligi Narodów z takim samym bilansem jak oni – dwóch zwycięstw i dwóch porażek. Ostatni mecz z Niemcami, sparing w maju 2025 roku, Polacy przegrali 1:3 HD 120 min ▶ do godz. 18.50



22.50 TVP 1 Chorwacja – Ghana

PIŁKA NOŻNA LIVE Za faworytów tego meczu w grupie L uchodzą Luka Modrić i spółka. Muszą jednak mieć się na baczności. W ekipie Czarnych Gwiazd są bowiem cenieni na światowej arenie zawodnicy, jak Antoine Semenyo czy Jordan Ayew. HD 150 min ▶ do godz. 1.20

→ rozrywka



16.00 C+ PREMIUM Imagine Dragons: Live at the Hollywood Bowl

KONCERT Poprockowi gwiazdorzy zaprezentowali się w niecodziennej odsłonie. Wykonali swoje największe hity, które zyskały nowy wymiar dzięki legendarnej LA Film Orchestra, liczącej ponad 50 muzyków. HD 140 min ▶ do godz. 18.20



19.55 POLSAT Sopocki Hit Kabaretowy – Słaba płeć

SATYRA Przypomnienie najlepszych skeczy wyjaśniających zawiłości relacji damsko-męskich. Występują m.in. Neo-Nówka, Nowaki, Ani Mru-Mru i Kabaret Moralnego Niepokoju. HD 180 min ▶ do godz. 22.55



20.00 STOPKLATKA Wykidajło

SENSACYJNY James (Patrick Swayze) zostaje wynajęty do przywrócenia porządku w barze. Jego działania przynoszą skutek. Największy problem sprawia jednak gang Wesleya. Wkrótce dochodzi do konfrontacji.

Reż.: Rowdy Herrington Wyst.: Kelly Lynch USA 1989 HD 150 min ▶ do godz. 22.30



21.00 C+ PREMIUM Ballerina. Z uniwersum Johna Wicka

THRILLER Eve Macarro (Ana de Armas) wyszkolono na bezlitosną maszynę do zabijania. Jedynym celem młodej adeptki krwawego fachu staje się zemsta na tych, którzy odebrali jej ojca.

Reż.: Len Wiseman Wyst.: Norman Reedus USA 2025 HD 120 min ▶ do godz. 23.00



22.50 TVP SPORT Panama – Anglia

PIŁKA NOŻNA LIVE Ostatni i teoretycznie najłatwiejszy mecz wicemistrzów Europy w fazie grupowej mundialu. Cała kadra Panamy jest niemal trzy razy mniej warta niż wyceniany na 120 mln euro pomocnik reprezentacji Anglii, Declan Rice. HD 150 min ▶ do godz. 1.20



21.00 TLC Design w australijskim stylu

LIFESTYLE Richie Morris i Georgia Ezra dostosowują przestrzeń do potrzeb klientów w Melbourne. Jeden z ich projektów dotyczy metamorfozy mieszkania z lat 60. w stylu mid-century modern. HD 60 min ▶ do godz. 22.00



22.55 POLSAT Bez litości 2

THRILLER Były as wywiadu Robert McCall (Denzel Washington) wiedzie spokojne życie na emeryturze. Gdy dowiaduje się o morderstwie przyjaciółki (Melissa Leo), sam postanawia rozprawić się ze sprawcami zbrodni.

Reż.: Antoine Fuqua Wyst.: Pedro Pascal USA 2018 HD 160 min ▶ do godz. 1.35



23.05 TVP 2 Wielkie wesele

KOMEDIA ROMANTYCZNA Don, były mąż Ellie (Diane Keaton), związał się z jej przyjaciółką. Adoptowany syn skłóconych rozwodników prosi, by na jego ślubie udawali małżeństwo. Odegranie tej roli jednak ich przerasta.

Reż.: Justin Zackham Wyst.: Robert De Niro USA 2013 HD 100 min ▶ do godz. 0.45



1.20 TVP 1 Kolumbia – Portugalia

PIŁKA NOŻNA LIVE Pierwsze w historii starcie Los Cafeteros z reprezentacją Portugalii. Bernardo Silva i jego koledzy staną naprzeciw takich asów futbolu jak Luis Diaz z Bayernu czy Luis Suárez ze Sportingu. HD 155 min ▶ do godz. 3.55

→ dokument



23.00 FOKUS TV Poza kontrolą: Tajlandia, uwięzieni w jaskini Tham Luang

REPORTAŻ Rekonstrukcja dramatycznej akcji ratunkowej z 2018 r. Nastoletni piłkarze wraz z trenerem zostają uwięzieni w zalanej jaskini. HD 60 min ▶ do godz. 0.00

TVP 1 HD DVB T2

5.50 Słownik polsko@polski (677) – 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 (1171) – mag.
8.05 Rok w ogrodzie extra (444) – magazyn
8.20 Pełnosprawni (658) – mag.
8.45 Ranczo 6 (67) – obycz., Pol. 2012
9.40 Komisarz Alex 6 (75) – serial kryminalny, Polska 2014
10.35 Ojciec Mateusz 14 (184) – serial kryminalny, Polska 2015
11.30 Natura w Jedynce: Mali mieszkańcy Półwyspu Iberyjskiego (4) – serial dokum.
12.35 Gwiazdy w południe:
FILM **Rzymskie wakacje** – komedia romantyczna, USA 1953, reż. William Wyler, wyk. Audrey Hepburn, Gregory Peck, 130 min
14.45 Okrasa łamie przepisy – mag.
15.20 Rozmowy na medal (3) – mag.
16.00 Dziedzictwo (961) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 Teleexpress, pogoda
17.35 Rolnik szuka żony 12 (4) – telenowela dokum., Polska 2025
18.40 Jaka to melodia? – telet. muz.
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.
20.05 Sport, pogoda

TVP 2 HD DVB T2

4.35 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio
LIVE **4.50 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy G: Nowa Zelandia – Belgia
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.20 Górna półka smaku (1) – magazyn kulinarny
11.55 Zmiennicy (4): Typowa logika damsko-męska – serial komediowy, Polska 1986
13.05 Panna młoda (131) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.00 Familiada – teleturniej
14.35 Koło fortuny (1873) – teleturniej
15.15 Szansa na sukces. Opole 2026 (8): Piosenki Jarosława Kukulskiego
16.20 Na dobre i na złe (985): Darmowa porada prawna – serial obyczajowy, Polska 2026
17.20 Panna młoda (132) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 Va banque (1000) – teleturniej
18.45 Wyższa Szkoła Jazdy (4)
19.10 Słowo na niedzielę
19.25 Rodzinka.pl (297): Zorro – serial komediowy, Polska 2025
Violka chce poddać się operacjom plastycznym. Tomek i Magda wybierają się na randkę.

POLSAT HD DVB T2

4.40 Disco Gramy
5.25 Telezakupy TV Okazje – magazyn reklamowy
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.00 halo tu polsat – magazyn
10.45 Dziennik cwaniaczka: Droga przez mękę – komedia, USA 2017, reż. David Bowers, wyk. Jason Drucker, Alicia Silverstone, Tom Everett Scott, Charlie Wright, 120 min
12.45 Piksele – komedia, USA/Chiny/Kanada 2015, reż. Chris Columbus, wyk. Adam Sandler, Kevin James, Michelle Monaghan, Peter Dinklage, 135 min
Kosmici błędnie odczytują intencje Ziemian. Odpowiadają agresją na pokojowe przesłanie. Do walki z nimi staje grupa śmiałków pod wodzą montera telewizji Sama Brennera.
15.00 Jak rozpętałem II wojnę światową (1/3) – komedia, Polska 1969, reż. Tadeusz Chmielewski, wyk. Marian Kociniak, 110 min
16.50 Siatkówka mężczyzn:
LIVE Liga Narodów – mecz: Polska – Niemcy
18.50 Wydarzenia
19.15 Prezydenci i premierzy (457) – program publicystyczny
19.30 Sport, pogoda

TVN HD DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1681) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Pogromcy chaosu (8) – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.30 Na Wspólnej (4232-4235) – serial obyczajowy, Polska 2026
13.00 Młode gliny (7) – serial kryminalny, Polska 2026
14.10 Za duży na bajki – film
FILM familijny, Polska 2022, reż. Kristoffer Rus, wyk. Maciej Karaś, Amelia Fijałkowska, Patryk Siemek, Dorota Kolak, 140 min
Pod nieobecność nadopiekuńczej mamy 10-letni Waldek trafia pod opiekę ekscentrycznej ciotki. Narzuca ona chłopcu nieznany mu dotąd rygor.
16.30 Indiana Jones i Królestwo
FILM **Kryształowej Czaszki** – film przygodowy, USA 2008, reż. Steven Spielberg, wyk. Harrison Ford, Cate Blanchett, Karen Allen, Shia LaBeouf, 150 min
Czasy zimnej wojny. Archeolog Indiana Jones poszukuje w Peru legendarnego artefaktu. Nie może pozwolić, by wpadł on w ręce Sowietów.
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.45 Uwaga! – magazyn reporterów



20

DRAMAT BIOGRAFICZNY

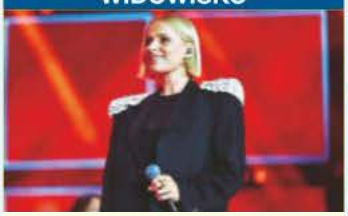


20.25 Pelé: Narodziny legendy
FILM – USA 2016, 115 min

HIT DNIA Rok 1940. Edson Arantes do Nascimento, znany jako Pelé, przychodzi na świat w biednej brazylijskiej rodzinie. Gdy dorasta, ujawnia swój niepospolity talent do gry w piłkę nożną. Jako siedemnastolatek debiutuje w meczu rozgrywanym przez reprezentację Brazylii.

22.20 Piłka nożna: Mistrzostwa
LIVE świata 2026 – studio
22.50 Piłka nożna: Mistrzostwa
LIVE świata 2026 – mecz grupy L: Chorwacja – Ghana
Kibice reprezentacji Chorwacji nie wyobrażają sobie, by mogło jej zabraknąć w fazie play-off. W dwóch poprzednich edycjach mistrzostw świata ekipa z Bałkanów stawała na podium.
1.20 Piłka nożna: Mistrzostwa
LIVE świata 2026 – mecz grupy K: Kolumbia – Portugalia
3.55 63. KFPP w Opolu – 45 lat. Jubileusz Lady Pank – skrót koncertu
4.50 Sprawdzamy – magazyn
5.10 Zakończenie

WIDOWISKO

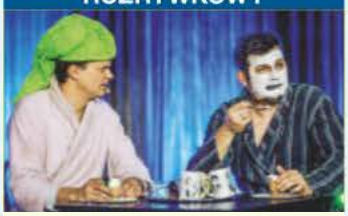


20.00 Lato z Radiem i Telewizją Polską – Polska 2026

Kolejnym przystankiem wakacyjnego cyklu koncertów jest Radom. Na liście wykonawców znajdą się: Varius Manx & Kasia Stankiewicz, Natalia Kukulska, Halina Mlynkova, Kasia Moś, Viki Gabor, Liber, KSU, Anna Karwan, Stasiek Kukulski, Kuba i Kuba oraz Jan Majewski. Zabrzmią utwory, które od lat łączą pokolenia. Nie zabraknie również dodatkowych atrakcji.

22.10 Gabi Drzewiecka zaprasza (3) – talk-show
23.05 Wielkie wesele – komedia
FILM romantyczna, USA 2013, reż. Justin Zackham, wyk. Robert De Niro, Diane Keaton, Katherine Heigl, Amanda Seyfried, 100 min
0.45 Żona do podziału – komedia,
FILM Francja/Belgia 2015, reż. Florent-Emilio Siri, wyk. Franck Dubosc, Gérard Lanvin, Pascale Arbillot, Audrey Dana, 90 min
2.15 Akacjowa 38 (413) – telenowela, Hiszpania 2015
3.05 Rodzinka.pl (183): Życiowy błąd – serial komediowy, Polska 2016
3.30 Zakończenie

ROZRYWKOWY



19.55 Sopocki Hit Kabaretowy – Słaba płeć

Przypomnienie skeczy, jakie w ubiegłych latach zaprezentowano podczas festiwalu w Operze Leśnej. Zawiłości relacji damsko-męskich oraz inne życiowe tematy przybliżają między innymi Kabaret Moralnego Niepokoju, Ani Mru-Mru, Nowaki, Adrianna Borek, Ewa Błachnio oraz Kabaret Smile.

22.55 Bez litości 2 – thriller, USA 2018,
FILM reż. Antoine Fuqua, wyk. Denzel Washington, Pedro Pascal, Bill Pullman, Melissa Leo, 160 min
Były agent CIA McCall dowiaduje się, że jego przyjaciółka i zawodowa partnerka padła ofiarą zbrodni. Postanawia zemścić się na jej mordercach.
1.35 Nikt – film sensacyjny, USA/
FILM Japonia/Chiny 2021, reż. Ilya Naishuller, wyk. Bob Odenkirk, Aleksiej Sieriebriakow, Connie Nielsen, Christopher Lloyd, Colin Salmon, 115 min
3.30 Świat według Kiepskich (588, 50): Dzień Wszystkich Kiepskich; Mistrz podrobów – serial komediowy, Polska



20.00 Poznaj mojego tatę
FILM – komedia, USA 2000, 140 min

Sanitariusz Greg zamierza oświadczyć się Pam. Chce to zrobić w czasie wizyty u jej rodziców. Ojciec ukochanej próbuje mu udowodnić, że nie jest odpowiednim kandydatem na męża. Sytuacja ulega zmianie, gdy Greg poznaje tajemnicę przyszłego teścia.

22.20 Był sobie chłopiec
FILM – komediodramat, Niemcy/USA/Francja 2002, reż. Chris Weitz, wyk. Hugh Grant, Toni Collette, Rachel Weisz, Nicholas Hoult, Sharon Small, 130 min
Zatwardziały kawaler Will żyje beztrosko dzięki odziedziczonemu majątkowi. Zaprzyjaźnia się z dwunastoletnim Marcusem. Chłopiec zamierza wyswatać go ze swoją matką, Fioną.
0.30 365 dni – film erotyczny,
FILM Polska 2020, 140 min
2.50 Uwaga! – magazyn reporterów
3.10 Wallander (4) – serial kryminalny, Wielka Brytania/Szwecja/USA 2010
5.05 Recepta na stary dom 3 (1) – program rozrywkowy

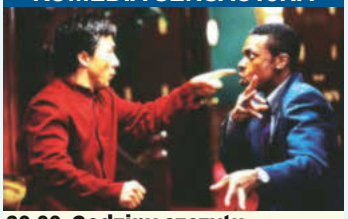
REKLAMA

P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB T2

5.15 **Szkoła** (755) – serial paradokumentalny, Polska 2019
6.15 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 2** (22) – program rozrywkowy
7.10 **Nowe Zwariowane Melodie** (35-37) – serial animowany, USA 2018
7.55 FILM **Psy i koty** – film familijny, USA 2001, reż. Lawrence Guterman, wyk. Jeff Goldblum, Elizabeth Perkins, Alexander Pollock, Doris Chillcott, 105 min
Prof. Brody jest bliski odkrycia leku dla osób uczulonych na psy. Zaniepokojone koty chcą za wszelką cenę zniszczyć specyfik. Do akcji wkraczają agenci pod wodzą szczeniaka Lou.
9.40 **Zgłoś remont 11** (4) – program rozrywkowy
10.45 **Bitwa o gości** (5) – reality show
11.50 **Ukryta prawda** (1417-1419) – serial paradokumentalny, Polska 2022
14.55 **Szpital św. Anny** (13, 14) – serial obyczajowy, Polska 2025
16.55 **Detektywi** (327): Kawiarnia – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
17.55 FILM **Wehikuł czasu** – film s.f., USA/
Zjednoczone Emiraty Arabskie 2002, reż. Simon Wells, wyk. Guy Pearce, Mark Addy, Phyllida Law, Orlando Jones, 125 min
Rok 1899. Ginie narzeczona wynalazcy Alexandra. Mężczyzna, aby zmienić bieg wydarzeń, tworzy wehikuł czasu. Trafia do epoki, w której ludzkość podzieliła się na dwa plemiona.

KOMEDIA SENSACYJNA



20.00 FILM **Godziny szczytu** – USA 1998, 135 min
Los Angeles. Córka chińskiego konsula zostaje porwana. Przestępcy żądają 50 mln dolarów. Zrozpaczony ojciec wzywa do USA swojego przyjaciela Lee – policjanta z Hongkongu. Chce, by poprowadził śledztwo w tej sprawie. FBI przydziela mu do pomocy Cartera.
22.15 FILM **Kryptonim U.N.C.L.E.** – komedia sensacyjna, USA/
Wielka Brytania 2015, reż. Guy Ritchie, wyk. Henry Cavill, Armie Hammer, Alicia Vikander, Elizabeth Debicki, 145 min
Wysłannik CIA podejmuje współpracę z rywalem z KGB, by zlikwidować organizację przestępczą. Agenci próbują przechytrzyć siebie nawzajem.
0.40 FILM **Matrix Rewolucje** – film s.f., USA/Australia 2003, reż. Andy Wachowski, wyk. Keanu Reeves, Carrie-Anne Moss, Mary Alice, Hugo Weaving, 160 min
3.20 **Żyjąc z potworem 8** (14) – serial dokumentalny, USA 2020
4.20 **Fachowcy 2** (15) – serial paradokumentalny, Polska 2018

TV PULS HD DVB T2

6.00 **Kobra – oddział specjalny** (15-17): Pozdrowienia z Moskwy; Drift; Wypalenie – serial sensacyjny, Niemcy 2015
9.00 **Taki jest świat 11** (26) – program informacyjny
Anna Bogusiewicz podsumowuje kluczowe wydarzenia minionego tygodnia z kraju i ze świata. Wyjaśnia, jak wpływają na życie Polaków, co pozwala lepiej zrozumieć bieżącą sytuację.
9.25 **Boso przez świat:** Największa łąka świata – cykl reportaży, Polska 2009
Wizyta na wenezuelskim ranczu. Widzowie dowiedzą się, czym llaneros różnią się od amerykańskiego pierwowzoru. Poznają również stroje, zwyczaje i mentalność kowbojów.
10.00 **Lombard. Życie pod zastaw 10** (511, 513, 515, 517, 519) – serial obyczajowy, Polska 2022
Paula z zaangażowaniem podchodzi do pracy w firmie Quiszonex, jednak jej zapał wygasa pierwszego dnia... Klient lombardu zamierza sprzedać karnawałowy strój z Meksyku.
15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (958-962) – serial obyczajowy, Polska 2026
Adam umawia się z dziewczyną poznaną na siłowni. Kupuje jej kolczyki. Jest zawiedziony, gdy odkrywa, że spotyka się ona z trenerem. Barski odbiera Lolka z więzienia. Karol pyta, czy może wrócić do pracy.

SENSACYJNY



20.00 FILM **Mocne sobotnie kino: Uprowadzona 2** – Francja/
USA/Turcja 2012, 115 min
Albańscy gangsterzy kilka lat temu porwali Kim, córkę byłego agenta CIA Bryana Millsa. Niestety, koszmar powraca, gdy Bryan i jego była żona zostają uprowadzeni przez ludzi Murada, który poprzysiągł eksagentowi zemstę. Ostrzeżonej Kim udaje się uciec. Dziewczyna pomaga uwolnić się ojcu. Dzięki temu zyskuje on szansę, by rozprawić się z porywaczami.
21.55 FILM **Moonfall** – film katastroficzny, USA/Chiny/Wielka Brytania 2022, reż. Roland Emmerich, wyk. Halle Berry, Patrick Wilson, John Bradley, Charlie Plummer, 145 min
Księżyc obiera kurs kolizyjny z Ziemią. Była astronautka wraz z dwoma sojusznikami przygotowuje misję kosmiczną, od której zależy los całej ludzkości.
0.20 FILM **Maczeta** – film sensacyjny, USA 2010, reż. Robert Rodriguez, wyk. Danny Trejo, Robert De Niro, Jessica Alba, Steven Seagal, 125 min
2.25 **Zobacz to!** – pr. powtórkowe

PULS 2 HD DVB T2

6.00 **Ale numer! 20** (4) – program rozrywkowy
6.35 **Smerfy** (150, 151) – serial animowany, Belgia 1984
7.35 **Kacze opowieści** (2, 3) – serial animowany, USA 1987
8.40 FILM **Corgi, psiak królowej** – film animowany, Belgia/USA 2019, reż. Vincent Kesteloot, 95 min
10.15 FILM **Gnomeo i Julia** – film animowany, Wielka Brytania/USA 2011, reż. Kelly Asbury, 105 min
12.00 **Wojciech Cejrowski. Boso – Meksyk/Paragwaj** (7-9) – serial dokumentalny, Polska 2015
13.50 **Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej** (7) – program rozrywkowy
14.55 FILM **Kajtek Czarodziej** – film fantasy, Polska/Czechy/
Słowacja 2023, reż. Magdalena Łazarkiewicz, wyk. Eryk Biedunkiewicz, Grzegorz Damięcki, Maja Komorowska, Karolina Gruszka, 125 min
17.00 FILM **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, 120 min
19.00 FILM **Gnomeo i Julia. Tajemnica zaginionych krasnali** – film animowany, Wielka Brytania/USA 2018, reż. John Stevenson, 105 min
Zakochane krasnale przybywają z przyjaciółmi do Londynu. Trafiają na trop kryminalnej afery.

KOMEDIA



20.45 FILM **Wszystko zostanie w rodzinie** – Francja 2015, 100 min
Sonia i Franck tworzą szczęśliwą parę. Zakochani wraz z przyjaciółmi wybierają się na wakacje w zalanej słońcem Brazylii. Znajomi mają zakwaterowanie w luksusowym hotelu należącym do bogatego Alaina, ojca Sonii. Mężczyzna z dystansem podchodzi do przyszłego zięcia. Plany matrymonialne Francka mocno się komplikują za sprawą jego nieokrzesanych przyjaciół.
22.25 FILM **Uciekaj albo walcz** – film sensacyjny, USA 2020, reż. Kyle Rankin, wyk. Eli Brown, 125 min
Miastem wstrząsa seria eksplozji. W tym czasie napastnicy wdzierają się do szkoły i terroryzują uczniów. Uwięziona licealistka usiłuje ocalić rówieśników.
0.30 **Wstydliwe choroby: Nastolatki 2** (3, 4) – serial dokumentalny, Wielka Brytania
2.45 **Lombard. Życie pod zastaw 4** (179, 180) – serial obyczajowy, Polska 2019
5.00 **Kręcimy z gwiazdami** (6): Papa D. – program rozrywkowy

NETFLIX



LUDZIE, KTÓRYCH SPOTYKAMY NA WAKACJACH

Poppy (Emily Bader) marzy o podróżach i odkrywaniu świata, podczas gdy Alex (Tom Blyth) woli spędzać czas w domu z książką. Mimo różnic są najlepszymi przyjaciółmi. Choć mieszkają daleko od siebie, od dziesięciu lat co roku wspólnie spędzają razem tydzień urlopu.
►kom. romant., USA 2026; 117 min



OŁOWIANE DZIECI

Lekarka Jolanta Wadowska-Król (Joanna Kulig) odkrywa, że dzieci z okolic Huty Szopienice masowo chorują na ołowicę spowodowaną zatruciem metalami ciężkimi. Po zidentyfikowaniu problemu podejmuje walkę o zdrowie najmłodszych, stawiając czoło represjom ze strony komunistycznych władz.
►serial obycz. (6 odc.), Polska 2026



W CUDZEJ SKÓRZE

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



PEAKY BLINDERS: NIEŚMIERTELNY

Birmingham, rok 1940. Dowodzący gangiem Duke (Barry Keoghan) zostaje wplątany w spisek, który przechyli szalę zwycięstwa na stronę nazistów. Na wieść o tym jego ojciec, Thomas Shelby (Cillian Murphy), opuszcza miejsce wygnania, by ratować rodzinę.
►krym., Fr./USA 2026; 112 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.05 **Legenda Zorro** FILM – film przygodowy, USA 2005, reż. Martin Campbell, wyk. Antonio Banderas, Catherine Zeta-Jones, Nick Chinlund, Michael Emerson, 145 min
8.30 **Rekrut 8** (9, 10) – serial kryminalny
10.30 **MacGyver** (17-21) – serial akcji, USA 2017
15.20 **FBI: Most Wanted 3** (4-8) – serial kryminalny, USA 2020 Carrie Chen zostaje porwana. Sprawa komplikuje się z powodu okupu i fałszywych agentów. La-Croix i Sarah zmagają się z problemami.

TVP SERIALE

5.10 **Na sygnale** (850-852) – serial fab.-dokum.
6.35 **U Pana Boga w ogródku** (6) – serial komediowy, Pol. 2008
7.25 **Na sygnale** (853-857) – serial fab.-dokum.
10.15 **Ranczo 7** (90, 91) – serial obycz., Polska
11.55 **Rodzinka.pl** (294-296) – serial komediowy, Pol. 2025
13.35 **Ojciec Mateusz 29** (371, 372) – serial kryminalny, Pol. 2023
15.30 **Komisarz Alex 24** (301) – krym., Pol. 2025
16.30 **Ranczo 8** (92) – serial obyczajowy, Pol. 2014
17.30 **Czterdziestolatek** (15) – serial obyczajowy, Pol. 1976

TVP KULTURA DVB T2

10.20 **Kosmos 1999** (7) – s.f.
11.25 **Alhambra, utracony raj** – dok., Fr. 2024
12.35 **Pocałunek mordercy** – dramat kryminalny, USA 1955, 80 min
13.55 **Komeda** – film dokum., Polska 1974
14.40 **Kariera Nikodema Dyzmy** (7-ost.)
15.55 **Dekalog 1** – dramat psychologiczny, Polska 1988, 70 min
17.05 **Rewolta – 70. rocznica Czerwca '56**
17.35 **Siedmiu wspaniałych** – western, USA/Meksyk 1960, reż. John Sturges, 145 min

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 4** (10)
7.00 **Miss mokrego podkoszulka** – kom., Polska 2002, 70 min
8.10 **Poprzednie życie** – dramat obyczajowy, USA/Korea Południowa 2023, 130 min
10.20 **Matthew Perry. Ten, którego zabrakło** – film dokum., Fr. 2024
11.35 **The Office PL 2** (7-9)
13.25 **Georgie ma się dobrze** – komediodramat, Wlk. Bryt. 2023, 110 min
15.15 **Sprawa nierozwiązana** (1-5) – serial krym., Kanada
17.45 **Prawnik z Lincolna** – thriller, USA 2011, 145 min

CANAL+ PREMIUM HD

6.00 **Łapu capu** – pr. rozr.
6.05 **Yintah** – film dokum., Kanada 2024
8.15 **Kung Fu Panda 3** – film anim., Chiny/USA 2016, 95 min
9.50 **Naturalna dzikość serca** – film dokum., Norwegia 2024
11.15 **Godzina zero** (1-4) – krym., Wlk. Bryt. 2025
14.15 **Kopnięci w czasie** – komedia, Francja/Belgia 2025, 105 min
16.00 **Imagine Dragons: Live at the Hollywood Bowl**
18.20 **Łapu capu** – pr. rozr.
18.35 **Premierowa jazda**
18.50 **Chopin, Chopin!** – dramat biograficzny, Polska 2025, 130 min

HBO HD

8.55 **Horton słyszy Ktosia** – film animowany, USA 2008, 85 min
10.20 **Po drugiej stronie globu** – musical, USA 2007, reż. Julie Taymor, wyk. Evan Rachel Wood, 130 min
12.30 **Agentka** – komedia, USA 2015, reż. Paul Feig, 115 min
14.25 **Zabawy z piłką** – komedia, USA/Niemcy 2004, 90 min
15.55 **Priscilla** – dramat biograficzny, Włochy/USA 2023, 110 min
17.45 **Wichrowe wzgórza** – dramat obyczajowy, USA/Wielka Brytania 2026, 135 min

20

SENSACYJNY



20.00 **Uprowadzona** FILM – Fr. 2008, 120 min

Były agent CIA Bryan Mills rusza do Paryża, by ratować córkę Kim. Nastolatkę porwał gang Albańczyków handlujących żywym towarem. Polują na turystki.

22.00 **Uprowadzona 2** FILM – film sens., Fr./USA/Turcja 2012, 105 min
23.45 **Hostel 2** – horror, FILM USA 2007, reż. Eli Roth, 125 min
1.50 **Hostel 3** – horror, FILM USA 2011, 110 min
3.40 **FBI: International 4** (10) – serial kryminalny

KOMEDIOWY

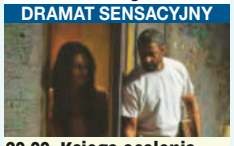


18.45 **U Pana Boga w ogródku** (7) – Pol.

Bocian kolejny raz wymyka się z zasadzki zastawionej przez bandytów. Schronienie przed napastnikami znajduje na posterunku, na którym tkwi jedynie aspirant Cielęcki.

19.35 **Ojciec Mateusz 29** (373-375) – krym., Pol.
22.35 **Ranczo 8** (93, 94) – serial obycz., Polska
0.30 **Komisarz Alex 24** (301, 302) – krym., Pol.
2.20 **PitBull** (17) – sens.
3.20 **Oficerowie** (5) – sens.
4.20 **Rodzinka.pl** (147, 148) – kom., Pol.

DRAMAT SENSACYJNY



20.00 **Księga ocalenia** FILM – USA 2010, 125 min

Samotny wędrowiec chroni bezcenną dla ludzkości księgę. Musi stawić czoło wrogom.

22.05 **63. KFPP w Opolu – Autobiografia. Jubileusz Bogdana Olewicza** (1)
23.10 **Dzięki Bogu** – dramat FILM obyczajowy, Francja/Belgia 2018, 150 min
1.40 **Rewolta – 70. rocznica Czerwca '56**
2.10 **The Doors, za kulisami** – dok., Wlk. Bryt. 1970, 55 min

DRAMAT WOJENNY



20.10 **Źródło nadziei** FILM – Australia/USA/Turcja 2014, 135 min

Rok 1919. Farmer Joshua Connor przybywa z Australii do powojennej Turcji. Zamierza wypełnić ostatnią wolę swojej zmarłej żony i odnaleźć ciała poległych synów.

22.25 **Michael Clayton** FILM – thriller, USA 2007, reż. Tony Gilroy, 145 min
0.50 **Superposition** FILM – thriller, Dania 2023, 120 min
2.50 **Minuta ciszy** (5) – serial obycz., Polska

THRILLER



21.00 **Ballerina. Z uniwersum** P! **Johna Wicka** FILM – USA/Węgry 2025, 120 min

Znakomicie wyszkolona zabójczyni Eve wyrywa się spod kontroli syndykatu Ruska Roma. Szuka zemsty na członkach tajemniczej sekty, którzy zamordowali jej ojca.

23.00 **Grindhouse: Planet Terror** FILM – horror, USA 2007, reż. Robert Rodriguez, 105 min
0.45 **Zabójcza orka** FILM – horror, Australia/USA/Wielka Brytania 2026, 90 min

THRILLER



20.00 **Księgowy** – USA FILM 2016, 125 min

Geniusz matematyczny Christian Wolff pracuje w biurze rachunkowym, wykonując zlecenia dla organizacji przestępczych. Ściąga na siebie niebezpieczeństwo.

22.05 **Klika** – dramat P! obyczajowy, USA 2026, FILM reż. Michael Greene, wyk. Jay Dee, 85 min
23.30 **Kaskader** – komedia FILM sensacyjna, USA 2024, 130 min
1.40 **Joe Baby** – thriller, FILM USA 2024, reż. Steven Brand, 85 min

AXN WHITE

6.25 **Smerfy: Poszukiwacze zaginionej wioski** – film FILM animowany, 2017, 90 min
7.55 **Napisała: Morderstwo 5** (1-5) – serial kryminalny
13.10 **Dr House 2** (20-24) – serial obyczajowy, USA 2006
18.00 **Dowody zbrodni** (6-10) – serial kryminalny, USA
23.00 **I kto to mówi 3** – kom., FILM USA 1993, 110 min
0.50 **Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 2** – film FILM fantasy, USA 2012, 140 min
3.10 **Książę i ja** – komedia FILM romant., 2004, 115 min
5.05 **Blok promocyjny AXN White**

AXN BLACK

6.00 **Renegat 5** (2) – serial sens.
6.45 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6** (1, 2) – serial kryminalny, USA/Kan. 2005
8.20 **S.W.A.T. 5** (1-4) – serial sensacyjny, USA 2021-2022
12.05 **Gwiezdne wrota** (21, 22) – serial s.f., USA/Kan. 1998
14.05 **Gwiezdne wrota 2** (1-3) – serial s.f., USA/Kan. 1998
17.05 **Rekrut 4** (4-7) – krym., USA
21.00 **S.W.A.T. 5** (1-4) – serial sensacyjny, USA 2021-2022
0.30 **Rekrut 4** (4-7) – krym., USA
4.15 **S.W.A.T. 5** (1, 2) – serial sensacyjny, USA 2021-2022
5.55 **Blok promocyjny AXN Black**

WARNER TV

10.45 **Kopciuszek. W rytmie miłości** – komedia FILM romantyczna, 2011, 90 min
12.15 **Naciągacze** – komedia FILM kryminalna, 2003, 145 min
14.40 **Pan niania** – komedia, FILM USA 1993, 95 min
16.15 **Licencja na miłość** – komedia romantyczna, FILM USA 2007, 105 min
18.00 **Miłość jak narkotyk** – komedia romantyczna, FILM USA 1997, 120 min
20.00 **Wiecznie młody** – dramat FILM obyczajowy, 1992, 120 min
22.00 **Wrogie niebo 5** (2, 3) – s.f.
23.45 **W samym sercu morza** FILM – film przyg., 2015, 145 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (118-120) – serial paradokumentalny, Polska
9.00 **Poirot** (5-7) – serial krym.
12.25 **Doktor Martin** (9-11) – serial obycz., Wlk. Bryt.
15.25 **Świat według Kiepskich** (199, 200, 23) – serial kom.
17.05 **Gliniarze** (1123-1126) – serial paradok., Pol. 2025
21.00 **Columbo** (15, 16) – serial kryminalny, USA
0.05 **Nieobliczalny** – film FILM sensacyjny, 2006, 120 min
2.05 **Ślad** (25) – serial krym., Pol.
3.05 **Święty** (183, 184) – serial komediowy, Polska 2022
4.05 **48h. Zaginieni** (79, 80) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.00 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
6.05 **Królowa chmur** – film FILM obycz., Polska 2003, 80 min
7.25 **Kung Fu Panda** – anim., FILM USA/Wlk. Bryt. 2008, 90 min
8.55 **Kung Fu Panda 2** – anim., FILM USA/Kanada 2011, 90 min
10.25 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
10.30 **Długi weekend** – film FILM obycz., Polska 2004, 75 min
11.45 **Moje pieczone kurczaki** FILM – film obycz., 2002, 65 min
12.50 **Sigourney Weaver. Ikona kina akcji**
13.45 **Holiday** – komedia FILM romant., USA 2006, 130 min
15.55 **Masz ci los!** – komedia, FILM Polska 2023, 85 min
17.20 **Gorzko** – film krótkometr.
17.50 **Battleship: Bitwa o Ziemię** – film s.f., USA/FILM Japonia 2012, 125 min
19.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Bękarty wojny** – dramat FILM wojenny, USA/Niemcy 2009, 150 min
22.30 **To nie mój film** FILM – komediodramat, Polska 2024, 95 min
0.05 **Megan is Missing** FILM – horror, USA 2011, 80 min
1.25 **PRO8L3M „REALITYCHECK"** – koncert
2.20 **Wrooklyn Zoo** – dramat FILM obycz., Pol. 2024, 125 min
4.25 **Dwie siostry** – dramat FILM obyczajowy, 2024, 95 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Łapu capu Extra** – program rozrywkowy
10.25 **The Office PL 3** (1-3) – serial komediowy, Polska 2023
12.05 **Świat zwierząt – rodzicielstwo** (4) – serial dok., Wielka Brytania 2024
13.10 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy
13.40 **Planeta Singli. Osiem historii** (2) – serial komediowy, Polska 2021
14.30 **Premiera: Naruto** (23-25) – serial anime, Japonia 2003
16.00 **Planeta Singli. Osiem historii** (3) – serial komediowy, Polska 2021
16.55 **Godzina zero** (1, 2) – serial kryminalny, Wielka Brytania
18.25 **Łapu capu Extra** – program rozrywkowy
19.00 **Jeremy** (1, 2) – serial dokumentalny, Polska 2022
20.00 **Trigger Point: Stan zagrożenia 2** (5, 6) – serial sensacyjny, Wielka Brytania
21.40 **Premierowa jazda** – magazyn
22.00 **Talamasca: Sekretny zakon** (3, 4) – serial fantasy, USA 2025
23.50 **Król** (7, 8) – serial sensacyjny, Polska 2020
2.20 **Pętla** (1-4) – serial sensacyjny, Polska 2020
5.40 **Premierowa jazda** – magazyn

CANAL+ 360 HD

6.00 **The Office PL** (11, 12) – serial komediowy, Polska
7.15 **Sędziowie** (7) – dok., Pol.
8.05 **Stalowe bestie z demobilu** (7) – dok.
10.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach 6** (17) – dok.
11.00 **Sung Kang – szybki i dociekliwy** (4) – dok.
12.00 **Messi: Fenomen futbolu** – film dok., Wlk. Bryt. 2025
13.00 **W trasie z Normanem Reedusem 3** (5) – dok.
13.55 **Co poszło nie tak 5** (5)
15.00 **Koleją przez świat 3** (4, 5) – serial dok., Wlk. Bryt.
16.55 **Wykrywacz historii 5** (5)
18.00 **Droga do Arktyki: Kanadyjskie szlaki lodowe** – dok., Niem. 2016
19.00 **Śladami Marco Polo** (4)
20.00 **Nepal – z zachodu na wschód** – dok., 2022
21.00 **Zabójcze drogi** (2) – dok.
22.00 **Porzucone konstrukcje** (4) – serial dok., Wlk. Bryt.
22.55 **Wykrywacz historii 6** (2) – serial dokumentalny, Wł.
0.00 **Co poszło nie tak 5** (3) – serial dok., Wlk. Bryt. 2025
1.00 **Cztery pory Igi** (1) – dok.
2.05 **Twardzielki** (8) – dok., Pol.
2.45 **Ludzie morza** (2) – dok.
3.45 **Polska z góry: Stadiony** (7, 8) – serial dok., Pol. 2024
4.55 **Zwierzęta Wajraka 2** (8)
5.30 **Pogotowie remontowe Wieśka** (1) – mag.

HBO 2 HD

14.25 **Nasz dom** FILM – komediodramat, Hiszpania 2024, 80 min
15.45 **Jumanji: Przygoda w dżungli** FILM – film przygodowy, USA/Australia/Indie 2017, 115 min
17.40 **Przypadek Harolda Cricka** FILM – komediodramat, USA 2006, 110 min
19.30 **Blue Moon** – dramat FILM biograficzny, USA/Irlandia 2025, 100 min
21.10 **The Killer's Game** FILM – thriller, USA/Hiszp./Wielka Brytania 2024, 100 min
22.50 **Ród smoka 3** (1) – fantasy
23.50 **Stamtąd 4** (7)

HBO 3 HD

9.20 **Na planie 23** (19) – mag.
9.50 **Birdman** – komediodram., FILM 2014, 115 min
11.45 **Julia 2** (1) – serial biograf.
12.30 **Niesamowity Spider-Man** FILM – film przygodowy, 2012, 135 min
14.45 **Niesamowity Spider-Man 2** FILM – film przygodowy, 2014, 140 min
17.05 **Green Book** – dramat FILM obyczajowy, 2018, 130 min
19.15 **Złodziej z przypadku** FILM – thriller, USA 2025, reż. Darren Aronofsky, 105 min
21.00 **Władca much** (1-4) – sens.
0.55 **Zniknięcia** – horror, USA FILM 2025, 125 min

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

7.55 **Sąsiedzi** (27, 30) – serial animowany
8.20 **Byli sobie podróżnicy** (12-14)
10.05 **Prezent nocnej furii** – film anim., USA 2011
10.35 **Vivo** – film anim., USA 2021, 120 min
12.35 **Ace Ventura Junior** – film przygodowy, USA 2008, 105 min
14.20 **Faceci w czerni 3** – komedia s.f., USA 2012, 140 min
16.40 **Rodzina Addamsów 2** – film animowany, USA/Kanada 2021, 115 min
18.35 **Dzień Niepodległości. Odrodzenie** – film s.f., USA 2016, 145 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Tata ma plan** (11) – serial komediowy, USA 2016
8.30 **Teoria wielkiego podrywu 4** (9-19) – serial komediowy, USA 2010-2011
13.30 **Przyjaciele 4** (14-16) – serial komediowy, USA 1997-1998
15.00 **DMV – Ci od prawka** (12-15) – serial komediowy, USA 2025
17.00 **9JKL** (5-8) – serial komediowy, USA 2017
19.00 **Przyjaciele 4** (20, 21) – kom., USA 1997-'98 Chandler nie wytrzymuje głośnego chrapania Joeya. Chce temu zaradzić.

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (769) – serial paradokum.
6.00 **Seriaale 2** (3) – mag.
6.30 **Top 100: filmy wszech czasów** (9) – program rozrywkowy
7.00 **Prawo Agaty 3** (5-8) – serial obycz., Polska
11.10 **Miś Yogi** – film familijny, USA/Nowa Zelandia 2010, reż. Eric Brevig, 100 min
12.50 **Kosmiczny mecz** – film familijny, USA 1996, 115 min
14.45 **Pierścień i róża** – baśń filmowa, Polska 1986, 135 min
17.00 **Aquaman** – film s.f., USA/Australia 2018, reż. James Wan, wyk. Jason Momoa, 180 min

13 ULICA

6.40 **Grace 3** (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
8.40 **Magnum: Detektyw z Hawajów 4** (13-20) – serial sensacyjny, USA 2021-2022
16.00 **Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (1, 2) – serial sensacyjny, USA 2023
17.55 **Kobra – oddział specjalny** (3, 4) – serial sens., Niemcy
20.00 **Niepokojące zaginięcia: Sprawa osobista 3** – dramat kryminalny, Francja 2021, reż. Arnauld Mercadier, wyk. Alix Poisson, Rayane Bensetti, 120 min

KINO POLSKA

7.00 **Przygody Myszki** (6, 10) – serial anim.
7.25 **Reksio** (52, 1) – anim.
7.50 **Polska Kronika Filmowa** – serial dok.
8.25 **7 słów o przemijaniu** – etiuda dokumentalna
8.45 **Ranking naj polskiego kina** (1)
9.30 **Motylem jestem, czyli romans czterdziestolatka** – komedia obyczajowa, 1976, 105 min
11.15 **Znachor** – dramat obycz., 1981, 185 min
14.20 **Krzyżacy** – film hist., 1960, 215 min
17.55 **Rozmowy kontrolowane** – kom., 1991, 125 min

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Komisarz Rex 2** (6-9) – serial kryminalny, Niemcy/Austria 1995
9.55 **Hudson i Rex 8** (2, 3) – serial krym., Kanada
11.50 **Top Dog. Niemcy** (6) – reality show
13.45 **Bitwa o Anglię** – dramat wojenny, Wielka Brytania 1969, reż. Guy Hamilton, wyk. Laurence Olivier, Michael Caine, 170 min
16.35 **Ści(ą)gany** – komedia sensacyjna, Niemcy/USA 1998, 105 min
18.20 **Poszukiwany, poszukiwana** – komedia, Polska 1972, reż. Stanisław Bareja, wyk. Wojciech Pokora, 100 min

KOMEDIA SENSACYJNA



21.00 **Bad Boys: Ride or Die** – USA 2024, 135 min

Funkcjonariusze Mike i Marcus postanawiają udowodnić niewinność dawnego szefa, na którego padły oskarżenia o korupcję. Wkrótce sami zostają wrobieni.

23.15 **Morbius** – horror, USA 2022, reż. Daniel Espinosa, wyk. Jared Leto, 135 min
1.30 **Ślad** (25, 6, 7) – serial krym., Pol. 2018-2019
4.30 **Na ratunek 112** (851, 852) – serial paradokum., Pol. 2023

KOMEDIA



20.00 **Dyktator** – USA 2012, 110 min

Admirał Aladeen, despota z Bliskiego Wschodu, przyjeżdża do USA, by przemówić na szczycie ONZ. Zostaje uprowadzony i pozbawiony atrybutu władzy – brody.

21.50 **The Office PL** (7, 8) – kom., Pol. 2021-2022
23.00 **Comedy Club 4** (5, 6)
0.00 **Miasteczko South Park 27** (4, 5)
1.00 **Miasteczko South Park** (1, 2)
2.00 **Pracoholicy** (7-10)
4.00 **Śmieszniej nie będzie 5** (11-14)

DRAMAT OBYCZAJOWY



20.00 **Znachor** – Polska 1981, 170 min

Ceniony chirurg Rafał Wilczur traci pamięć wskutek uderzenia w głowę. Po latach jako wiejski uzdrowiciel przeprowadza trudną operację.

22.50 **Operacja „Napoleon"** – thriller, Islandia/Niemcy 2023, 145 min
1.15 **Martwe zło: Przebudzenie** – horror, Nowa Zelandia/USA/Irlandia 2023, 125 min
3.20 **Seriaale: rozmowy 2** (6)

KRYMINALNY



22.00 **Morderstwo między wierszami: Martwa gra** – USA 2019, 110 min

Wykładowczyni Amy Winslow pomaga przy sztuce teatralnej. Gdy aktorce grozi niebezpieczeństwo, wraz z detektywem Burke'em zaczyna działać.

23.50 **Worricker – Drugie starcie** – dramat kryminalny, Wielka Brytania 2014, reż. David Hare, wyk. Winona Ryder, 125 min
1.55 **Podróżnik** (2) – serial kryminalny, Fr. 2021

HISTORYCZNY



20.00 **Legiony** – 2019, 175 min

I wojna światowa. Józek dezerteruje z carskiego wojska. Przypadkowo trafia do sztabu Legionów Polskich. Wkrótce zakochuje się w agentce wywiadu, Oli.

22.55 **Demony wojny wg Goi** – dramat wojenny, 1998, 120 min
0.55 **Dług** – dramat sens., 1999, 140 min
3.15 **Ściema po polsku** – komedia obyczajowa, 2021, 145 min
5.40 **Diabeł** – film krótkometraż., 2022

DRAMAT SENSACYJNY



20.00 **Wykidajło** – USA 1989, 150 min

James Dalton zostaje wynajęty do przywrócenia porządku w lokalu Double Deuce. Wkrótce dochodzi do jego konfrontacji z rządzącym okolicą gangiem Wesleya.

22.30 **Ostatni bastion** – film sensacyjny, USA 2001, reż. Rod Lurie, 150 min
1.00 **Kroll** – film sens., Polska 1991, 150 min
3.30 **Wszyscy jesteśmy Chrystusami** – dramat psycholog., Polska 2006, 140 min

CINEMAX HD

13.50 **Między słowami** – komediodramat, USA/Japonia 2003, 100 min
15.30 **Holiday** – komedia romant., USA 2006, 135 min
17.45 **Hulk** – dramat s.f., USA 2003, reż. Ang Lee, 135 min
20.00 **Kształt wody** – film fantasy, USA/Kanada/Meksyk 2017, 120 min
22.00 **Gladiator** – dramat historyczny, 2000, 150 min
0.30 **Pewnego razu... w Hollywood** – komediodramat, USA/Wlk. Bryt./Chiny 2019, 160 min
3.10 **Złoty Zachód** – film krótkometrażowy

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

8.30 **Świat według Kiepskich** (9-12, 1, 2) – serial kom., Pol.
11.30 **Bob kocha Abisholę 5** (13) – serial kom., USA 2024
12.00 **Bob kocha Abisholę** (1-5)
14.30 **Święty** (11-15) – kom., Pol.
17.00 **Piękni i bezrobotni** (9)
17.30 **Świat według Kiepskich** (9-12, 1-3) – serial kom., Pol.
21.00 **Co ludzie powiedzą? 4** (1-3) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 **Jedną nogą w grobie** (3, 4) – kom., Wlk. Bryt. 1990
0.30 **Czarna Żmija 2** (3-5)
2.30 **Grono nie-pedagogiczne 3** (11, 13, 14, 12, 15) – serial kom.
5.00 **Comedy Club 2** (1, 2)

SCI FI

9.50 **Grimm 5** (19-22) – fantasy
13.30 **Grimm 6** (1) – serial fantasy
14.25 **Duża ryba** – komediodramat, USA 2003, 150 min
16.55 **Zielony Szerszeń** – kom. sens., USA 2011, 135 min
19.10 **Medalion** – film sensacyjny, Hongkong/USA 2003, 110 min
21.00 **DOA: Żywy lub martwy** – film przyg., USA/Niem./Wlk. Bryt. 2006, 110 min
22.50 **Ciche miejsce** – horror, USA 2018, 110 min
0.40 **Zabójcze roboty** – film s.f., Australia 2020, 160 min
3.20 **Odrodzeni** (1-3) – serial s.f.

FX HD

5.55 **Matlock** (12) – serial krym.
6.50 **FBI 3** (12, 13) – serial krym.
8.40 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (15, 16) – krym.
10.30 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (1, 2)
12.20 **Agenci NCIS** (21-23)
15.10 **Z archiwum X** (10-12)
18.10 **Hellboy** – horror s.f., USA 2004, 150 min
20.40 **Liberator** – film sens., USA/Francja 1992, 125 min
22.45 **Uprowadzona** – film sens., Francja 2008, 110 min
0.35 **Uciec, ale dokąd?** – film sensacyjny, 1993, 120 min
2.35 **Paradise** (7) – serial krym.
3.45 **Tropiciel** (19) – serial krym.

FILMBOX+ ONE HD

12.15 **Niekończąca się opowieść** – film fantasy, RFN/USA 1984, 115 min
14.10 **Mali agenci. Wyścig z czasem 4D** – film przygodowy, 2011, 115 min
16.05 **Kung Fu Panda 2** – anim., USA/Kanada 2011, 120 min
18.05 **Napad** – komedia kryminalna, 1999, 115 min
20.00 **Ściśle tajne** – komedia, USA 1984, reż. David Zucker, 110 min
21.50 **Need for Speed** – film sensacyjny, USA/Filipiny/Irlandia 2014, 170 min
0.40 **Spacer w chmurach** – melodram., 1995, 130 min

ROMANCE TV HD

14.20 **Statek marzeń – Afryka: Madikwe** – film obycz., Niemcy 2025, 115 min
16.15 **Inga Lindström: Hanna i dobre życie** – film obycz., Niem. 2023, 110 min
18.05 **Zakochana w Panu Niani** – film obyczajowy, USA 2023, 115 min
20.00 **Detektyw von Fock** (7, 8) – serial kryminalny, Estonia
21.50 **Nord Nord Mord – Clüver i martwy kucharz** – film kryminalny, Niemcy 2016, 115 min
23.45 **Rosamunde Pilcher: Magia miłości** – film obycz., Niem. 1999, 115 min

CINEMAX 2 HD

13.20 **Historia Souleymane'a** – film obycz., 2024, 95 min
14.55 **Jak zostałam perliczką** – komediodramat, Wielka Brytania/Zambia/Irlandia 2024, 100 min
16.35 **Życie i miłość** – film obyczajowy, 2024, 125 min
18.40 **Księżna** – dram. hist., Wlk. Bryt./Fr./Wł. 2008, 110 min
20.30 **Little Trouble Girls** – film dla młodzieży, Słowenia/Włochy/Chorwacja 2025, reż. Urska Djukic, 90 min
22.00 **Dziewczyna z Kolonii** – biograf., 2025, 115 min
23.55 **Panoptykon** – obycz., Gruzja/Fr./Wł. 2024, 95 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

6.00 **Lekarze na start** (9-11) – serial obycz., Polska 2017
8.00 **Poirot 5** (5-8) – serial krym.
12.35 **Tajemnicza historia w Styles** – film krym., Wlk. Bryt. 1990, 135 min
14.50 **Zatraceni w miłości** (11-15) – telen., Turcja 2023
20.00 **Detektyw Murdoch 19** (2) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
21.00 **Dalgliesh 2** (3) – krym.
23.00 **Królowa węży** (7) – serial kostiumowy, USA 2022
0.00 **Zatraceni w miłości** (11-15) – telen., Turcja 2023
4.25 **Detektyw Murdoch 19** (2) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
5.10 **Lekarze na start** (12)

NOVELAS+ HD

5.00 **Cud miłości** (19-23) – telenowela, Turcja 2023, wyk. Birkan Sokullu
10.00 **Róże i grzechy** (3-7) – telenowela, Turcja 2025
15.00 **Historia Juany** (31-35) – telenowela, Meksyk 2024, wyk. Camila Valero
20.00 **Rubi** (98, 99) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori, Eduardo Santamarina
22.00 **Otchłań namiętności** (104-108) – telenowela, Meksyk 2012, wyk. David Zepeda, Angelique Boyer
3.00 **Rubi** (98, 99) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori, Eduardo Santamarina

FX COMEDY HD

5.05 **Genialna Morgane 2** (5-7)
8.30 **On, ona i dzieciaki 3** (27)
9.00 **On, ona i dzieciaki 5** (1-4)
11.00 **Sposób użycia 5** (5-9)
13.30 **Wszyscy kochają Raymonda 4** (1-9) – kom.
17.55 **To tylko seks** – komedia romant., USA 2011, 140 min
20.15 **Johnny English: Nokaut** – kom. sens., Wlk. Bryt./USA/Francja 2018, 105 min
22.00 **Jackass 3D** – dok., 2010
23.55 **Family Guy: Głowa rodziny 23** (8-12) – serial animowany dla dorosłych
2.25 **On, ona i dzieciaki 3** (27)
2.55 **On, ona i dzieciaki 5** (1-4)
4.55 **Duchy** (14) – serial fantasy

FILMBOX+ HITS HD

12.00 **Kto zabił ciotkę Cookie?** – komediodramat, USA 1999, 130 min
14.10 **Opowieści z ławeczki** – komedia, Francja 2009, 125 min
16.15 **Szef** – komedia, USA 2014, reż. Jon Favreau, 125 min
18.20 **Klub cudownych kobiet** – komediodramat, Irlandia/Wlk. Bryt. 2023, 100 min
20.00 **Portret kobiety w ogniu** – melodramat, Francja 2019, 135 min
22.15 **Dziedzictwo. Hereditary** – horror, USA 2018, 140 min
0.35 **Igrzyska śmierci** – dram. s.f., USA 2012, 150 min

PARAMOUNT NETWORK HD

11.00 **Gang Wiewiórа 2** – film animowany, 2017, 135 min
13.15 **Wojownicze Żółwie Ninja: Zmutowany chaos** – anim., USA/Japonia/Kan. 2023, 135 min
15.30 **Wybuchowa para** – kom. sens., USA 2010, 150 min
18.00 **Dziewczyny z drużyny** – komedia obyczajowa, USA 2000, 120 min
20.00 **Gliniarz z Beverly Hills 3** – komedia sensacyjna, USA 1994, 125 min
22.05 **Milczenie owiec** – thriller, USA 1991, 145 min
0.30 **Sekcja rytmiczna** – thriller, 2020, 145 min

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

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
9.30 Snooker: Tour Championship – mecz finałowy
10.45 Wspinaczka: Zawody World Series w Madrycie – speed kobiet i mężczyzn – finały
11.45 Cycling Show – magazyn sportowy
12.15 Kolarstwo: LIVE Mistrzostwa Hiszpanii – wyścig ze startu wspólnego
14.00 Kolarstwo kobiet: LIVE Mistrzostwa Francji – wyścig ze startu wspólnego
16.25 Kolarstwo: Tour de Suisse – 5. etap
17.20 BMX: Mistrzostwa LIVE Europy – Sarrians 2026

POLSAT SPORT 1 HD
6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski
10.00 Magazyn Polskiego Sportu
11.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
12.00 Tenis: Turniej LIVE Wimbledon – eliminacje
14.00 Tenis: Turniej LIVE Wimbledon – eliminacje
16.00 Siatkówka mężczyzn: LIVE LN: Polska – Niemcy
19.00 Siatkówka mężczyzn: LIVE Liga Narodów – studio

CANAL+ SPORT HD
6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – Raków Częstochowa
8.30 Premier League Review – magazyn piłkarski
10.30 Turbokozak – magazyn piłkarski
11.45 Turbokozak – magazyn piłkarski
13.00 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: KS Toruń – KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa
16.00 Żużel: PGE Ekstraliga: Betard Sparta Wrocław – BAYERSYSTEM GKM Grudziądz
19.00 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA

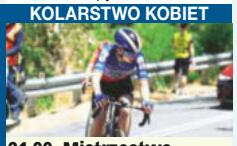
TVP SPORT DVB T2
4.35 Piłka nożna: LIVE Mistrzostwa świata 2026: Egipt – Iran
7.45 Piłka nożna: MŚ 2026 – mecz grupy I: Norwegia – Francja
9.00 Mundialowy poranek (16) – mag.
10.30 Piłka nożna: MŚ 2026 – mecz grupy G: Nowa Zelandia – Belgia
12.40 Strongman: Puchar Polski – Polkowice 2026
13.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026: Egipt – Iran
16.10 Piłka nożna: MŚ 2026 – mecz grupy H: Urugwaj – Hiszpania
18.30 Dzień na mundialu (16) – mag. piłkarski

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 LaLiga Best 11 – magazyn piłkarski
6.40 Formuła 1: Grand Prix Austrii – sesje treningowe
9.00 Formuła 3: Grand Prix Austrii – sesja kwalifikacyjna
10.00 Formuła 3: Grand Prix Austrii – sprint LIVE
11.15 Formuła 2: Grand Prix Austrii – sesja kwalifikacyjna
12.10 Formuła 1: GP Austrii – 3. sesja treningowa LIVE
14.10 Formuła 2: Grand Prix Austrii – sprint LIVE
15.15 Formuła 1: Grand Prix Austrii – sesja kwalifikacyjna LIVE
17.15 Formuła 1: Grand Prix Austrii – studio LIVE

DISCOVERY CHANNEL HD
6.00 Budowa na końcu świata – serial dok.
7.00 Klan z Alaski – dok.
8.00 Bimbrownicy 14
9.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 – serial dok.
10.00 Łowcy opali – dok.
11.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (6) – dok.
12.00 Wyścigi po antyki
13.00 Złomowisko PL 2 (4, 5) – serial dokum.
15.00 Nic do ukrycia (8)
16.00 Przygody truckerki (4) – serial dokum., Pol.
17.00 Ciężarówką przez Afrykę (2) – dok., Pol.
18.00 Nagi instynkt przetrwania 12
20.00 W oku cyklonu: Łowcy burz (1) – dok.

20

KOLARSTWO KOBIET



21.00 Mistrzostwa Francji – wyścig ze startu wspólnego

Tegoroczne zmagania odbędą się w Tour-du-Pin. Na liście startowej nie zabrakło Marie Le Net. 26-letnia kolarka wygrała rywalizację w 2025 roku.

22.30 Snooker: Tour Championship – finał
0.00 Snooker: MŚ w Sheffield – finał: S. Murphy – W. Yize
1.30 Kolarstwo kobiet: Mistrzostwa Francji – wyścig ze startu wspólnego

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN



20.15 Liga Narodów LIVE – mecz: Turcja – Argentyna

W trwającej edycji Ligi Narodów Argentyńczycy zakończyli pierwszą część rozgrywek z czterema porażkami na koncie. Reprezentacja Turcji z kolei wygrała i przegrała po dwa spotkania.

23.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów Reprezentacja Polski broni tytułu zdobytego w ubiegłorocznej edycji rozgrywek.
1.00 Boks

DOKUMENTALNY



20.00 Liderzy. W centrum gry (1): Jesus Imaz

Po dziewięciu latach występów w Polsce zawodnik Jagielloni staje przed szansą przejścia do historii jako najskuteczniejszy zagraniczny piłkarz PKO BP Ekstraklasy.

21.00 Boks: Boks: BKFC Fight Night: Hammond – waga półśrednia: Cameron VanCamp – Gregoris Cisneros
0.10 Liga+ Extra – magazyn piłkarski
2.10 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Jagiellonia Białystok – Wisła Płock

PIŁKA NOŻNA KOBIET



19.55 ME U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026: LIVE Szwecja – Polska

W ubiegłym roku Biało-Czerwone zakończyły czempionat Starego Kontynentu na fazie grupowej. Polki liczą, że tym razem uda im się osiągnąć największy sukces w historii i awansować do fazy pucharowej.

22.00 Piłka nożna: LIVE Mistrzostwa świata 2026: Panama – Anglia
1.20 Piłka nożna: LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy K: DR Konga – Uzbekistan

FORMUŁA 1



18.00 Grand Prix Austrii – sesja kwalifikacyjna

Oscar Piastri nadal czeka na pierwsze zwycięstwo w tym sezonie. Najbliżej triumfu był w GP Japonii, gdzie zajął drugie miejsce.

19.25 Formuła 2: Grand Prix Austrii – sprint
20.40 Formuła 3: Grand Prix Austrii – sprint
22.00 GP Confidential – magazyn Formuły 1
22.40 Made in Italy (8)
23.00 Serie A – mag.
0.00 Bundesliga Goal Special (18) – magazyn piłkarski

DOKUMENTALNY



21.00 Bimbrownicy 14: Perfidni złodzieje

Mark i Digger odkrywają, że z magazynu znika whisky. Szybko nabierają podejrzeń, że ktoś z ich otoczenia od dłuższego czasu kradnie. Trop prowadzi do Mike'a.

22.00 Łowcy opali – dok.
23.00 Akta ekspedycji 2 – serial dokum.
0.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dok.
1.00 Tajemnice Alaski
2.00 Łowcy staroci 12
4.00 Gorączka złota: Australia 5 (2) – dok.
5.00 Fani czterech kółek

EUROSPORT 2 HD
12.45 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – bouldering mężczyzn – finały
14.00 Formuła E: ePrix Chin
15.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – bouldering mężczyzn – finały
16.30 Snooker: Tour Championship – mecz finałowy
19.00 Golf: Travelers LIVE Championship – 3. runda
0.00 Kolarstwo kobiet: Mistrzostwa Francji
1.30 Snooker: MŚ w Sheffield – finał: S. Murphy – W. Yize

POLSAT SPORT 2 HD
6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
8.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
11.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
13.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
15.30 Magazyn sportowy
16.45 Siatkówka mężczyzn: LIVE Liga Narodów – mecz: USA – Japonia
20.15 Siatkówka mężczyzn: LIVE Liga Narodów – mecz: Słowenia – Brazylia
23.00 Siatkówka
1.00 Sporty walki: Gala FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
10.15 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg – półfinał
12.30 Tenis raport
13.30 Tenis: Turniej WTA LIVE w Bad Homburg – finał
16.00 Tenis raport – Bad Homburg vor der Höhe
16.30 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg – półfinał
18.45 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg – półfinał
21.00 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg – finał
23.30 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg – półfinał
2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Lech Poznań

EXTREME CHANNEL HD
9.00 KPW Kombat TV (7)
10.00 WWE Classic Gold (9)
10.30 WWE Highlights
12.00 Burning Heart Pro UK Wrestling (3)
14.45 WWE Classic Gold (42)
15.30 WWE Highlights (76)
16.00 New Japan Pro-Wrestling (46)
19.00 WWE Classic Gold
20.00 AEW Dynamite (2625)
22.00 New Japan Pro-Wrestling (47)
0.15 New Japan Wrestling – Highlights (14)
0.30 WWE Classic Gold (4)
1.00 New Japan Wrestling – Highlights (10, 9)

ELEVEN SPORTS 2 HD
12.00 Piłka nożna: Bayern – Wolfsburg
14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – US Lecce
16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Mainz
18.00 Ligue1 Season Review
19.00 Piłka nożna: Liga włoska: Genoa CFC – Inter Mediolan
21.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska: FC Barcelona – Betis
23.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (5, 6) – mag.
0.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: PSG – Stade Rennais FC

DISCOVERY LIFE HD
6.00 Dzień dobry, zdrowie (5)
6.30 Szpital (365-368)
10.30 Kosmetyczne rewolucje
11.15 Megasknery 2 (5) – dok.
12.45 Klinika bez tajemnic
15.45 Szpital (316-319)
19.45 W czym do ślubu? (3, 4)
20.45 Wielkie wesela amerykańskich Romów
21.45 Nałogowe panny młode
22.45 Śmierć Diany: dwa śledztwa (2) – serial dok.
23.45 Powrót doktora Szczyta
0.45 Sekrety lekarzy (4, 5)
2.45 Eks-tra zmiana (1) – rozr.
3.45 19+ (34, 35) – paradok., Pol.
4.45 Niezwykłe przypadki medyczne (5, 6)

POLSAT SPORT FIGHT HD
12.50 Sporty walki: Dragon Fight Night 7 w Tłuszczu: Świrydowicz – Pałkowski
14.25 Sporty walki: Babilon MMA 56 w Żyrardowie
16.00 K.O. TV Classics (15)
16.45 Boks: Babilon Boxing Show w Nowym Dworze Mazowieckim: Łukasz Stanioch – Robert Talarek
18.00 Sporty walki: UFC Fight LIVE Night: R. Fiziev – M. Torres
22.00 Boks: Rocky Boxing Night w Kościerzynie – waga ciężka: K. Meyna – A. Wright
23.50 Sporty walki: Babilon MMA 57 w Ciechanowie
2.05 Strzelnica Navala (5)

POLSAT SPORT 3 HD
6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
8.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
11.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
13.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
15.00 Tenis: Turniej ATP na Majorce – finał
17.30 Siatkówka mężczyzn: LIVE Liga Narodów
20.15 Siatkówka mężczyzn: LIVE LN – mecz: Francja – Serbia
23.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
1.00 Sporty walki: Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
8.30 Żużel: PGE Ekstraliga: KS Toruń – Włókniarz
11.25 Premier League: The Big Interview (21) – mag.
12.00 Snooker: LIVE Championship League
17.15 Boks: Gala w El Paso: Stephanie Han – Holly Holm
18.20 Premier League Stories (46) – magazyn piłkarski
19.00 Żużel: Metalkas LIVE 2. Ekstraliga – mecz: Cellfast Wilki Krosno – Stal Rzeszów
21.30 Snooker: Championship League
2.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia – Raków
5.00 Przerwa techniczna

ELEVEN SPORTS 4 HD
12.00 Piłka nożna: Espanyol – Real Madryt
14.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (5, 6) – mag.
15.00 Ligue1 Season Review
16.00 Piłka nożna: Olympique Lyon – Nantes
18.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Borussia M'gladbach
20.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt – Athletic Club
22.00 Made in Italy (3, 4, 7, 9)
23.00 Bundesliga Special
0.00 Piłka nożna: Sporting – AVS Futebol SAD

ELEVEN SPORTS 3 HD
12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Milan – Sassuolo
14.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – Real Oviedo
16.00 Made in Italy (1-3, 12)
17.00 Ligue 1 Show (35) – mag.
17.30 Bundesliga Special (22)
18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Como – Milan
20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: 1. FC Heidenheim – 1. FC Köln
22.00 Piłka nożna: Liga francuska: Lens – OGC Nice
0.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (3, 4) – mag.

CANAL+ DOKUMENT HD
11.45 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata
14.45 Dahomej – film dokum.
16.05 Cicha wojna – Rosja kontra europejskie demokracje – film dokum.
17.10 Lili – film dokum., Pol. 2021
18.30 Fenomen Taylor Swift – więcej niż gwiazda
19.30 Kamala Harris. Łamiąc bariery – film dokum., Fr.
20.35 Sekrety skrajnej prawicy – dok., Wlk. Bryt.
22.20 Prawdziwa historia Tamary Łempickiej – dok.
0.05 Wcielenie zła: Akta Epsteina – film dok., 2026

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD
6.00 **Autostrada spotkań z UFO** – serial dok.
7.00 **NASA – archiwum tajemnic** – serial dok.
8.00 **Zoom na architekturę** – serial dokumentalny
10.00 **Jak to jest zrobione?** – serial dok., Wielka Brytania
12.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16** (15-17) – serial dok., Wlk. Bryt.
14.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny
16.00 **NASA – archiwum tajemnic** – serial dok.
18.00 **Jak to jest zrobione? 25** – serial dokum., Kanada 2017

ID HD
6.00 **Wyrok do podważenia**
8.00 **Krótkie życie, niewyjaśniona śmierć** – serial dok.
10.00 **Morderstwo na prowincji 5** – dok.
11.00 **Morderstwo na prowincji 6** – dok.
12.00 **Mroczne piętno 3**
14.00 **Pierwsza ofiara** (1, 2) – serial dok., USA
16.00 **Mroczne sekrety Playboya** – dok., USA
17.00 **Mroczne sekrety Playboya 2** – dok.
18.00 **Ted Bundy: Sztuka kłamstwa**
19.00 **Chris Watts: Sztuka kłamstwa**
20.00 **Sprawa dla medium i detektywa 9** – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC HD
6.00 **Najniebezpieczniejsze drogi Europy** (1, 2) – serial dok., Wielka Brytania
8.00 **Katastrofy pod lupą** (3, 7) – serial dokumentalny, USA 2023
10.00 **Katastrofa w przestworzach** (8, 3, 1, 2, 4, 5) – serial dokumentalny, Kanada
16.00 **Car SOS** (8): Land Rover Defender – serial dok., Wielka Brytania
17.00 **Kluczowe tygodnie wojny** (3, 4) – serial dokumentalny, Australia 2022
19.00 **Tajne misje USA** – film dokumentalny, USA 2020

FOKUS TV DVB T2
6.00 **Wehikuł czasu** (627)
6.05 **48h. Zaginieni** (33) – serial krym., Polska
7.00 **Rolnicy. Podlasie** (35, 36) – serial dok.
9.00 **Niezwykłe pociągi** (1, 2) – serial dokum.
11.00 **Porzucone konstrukcje** (5, 6)
13.00 **Rolnicy. Podlasie** (1-3) – serial dokum.
16.00 **Podglądacze przyrody** (4, 5) – dok.
17.00 **Wielkie wycieczkowce** (8)
18.00 **Najbardziej niebezpieczne drogi do szkoły** (9)
19.00 **Jak to wyjaśnić 2** (18, 19) – serial dok.
20.00 **Tajemnice piramid** (6) – serial dok., Francja

TVP HISTORIA DVB T2
10.10 **Korona Gór Polski**
10.40 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja
11.45 **Podziemne Włochy** (4) – dok., Wł. 2016
12.55 **Krainy cudów natury** (2) – cykl dok.
14.00 **Ex Libris** – magazyn
14.30 **Poznań '56** – dramat społeczny, Polska 1996, 115 min
16.25 **Flesz historii** (767)
16.55 **Tajemnice kultowych seriali** (2)
17.50 **Blisko, coraz bliżej** (8) – obycz., Pol. 1982
19.05 **Independence Dawn: The Forgotten Revolution** (1)
20.00 **Zbrodnie sprzed lat** (4) – serial dok., USA

HISTORY HD
10.10 **Wojny magazynowe 17** (4)
11.10 **Największe tajemnice świata 6** (9) – serial dok., USA
12.05 **Starożytni kosmici 14** (16) – dok.
13.05 **Tajemnice skryte w mroku** (5, 4) – dok.
14.55 **Gwiazdy lombardu 25** (13)
15.50 **Gwiazdy lombardu 12** (52)
16.15 **Tajemnice Dolnego Śląska** (2, 3) – dok.
17.10 **Ściśle tajne samoloty wojskowe**
19.05 **Starożytni kosmici 16** (14) – dok.
20.00 **Starożytni kosmici 14** (15) – dok.

DOKUMENTALNY



20.00 Autostrada spotkań z UFO – USA 2019

Chuck i jego zespół wybierają się do Missouri, gdzie w 1973 r. w Piedmont miał miejsce incydent ze światłami. Niedawno doszło tu do podobnego wydarzenia.

22.00 **Tajemnice Alaski** – serial dokumentalny
0.00 **Na tropie legendarnych potworów** – dok.
2.00 **Przypadki z archiwum 10** (7, 8)
4.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16** (15-17)

REALITY SHOW



21.00 Krąg egzorcystów – USA 2023

Szatan cały czas szuka osób pozbawionych jakiejkolwiek nadziei. To właśnie z nimi chce on zawrzeć demoniczny pakt, aby przeważać w trwającej wojnie o dusze.

23.00 **Wrota do piekieł 3** (7, 8) – reality show
1.00 **Krąg egzorcystów** – reality show
3.00 **Morderstwo na prowincji 6** – serial dokumentalny
5.00 **Mroczne piętno 3:** Miasto aniołów – serial dokumentalny, 2024

DOKUMENTALNY



20.00 Miasta w liczbach (7)

Las Vegas, światowa stolica hazardu położona na pustyni, przyciąga ponad 40 milionów turystów rocznie. Władze miasta wprowadzają różne ekologiczne rozwiązania.

21.00 **Zaginione skarby Biblii: Tajemnice wiary** (5, 2) – serial dok., Wielka Brytania
23.00 **Ciemna strona świata** (4, 6) – dok.
1.00 **Złapać przemytnika** (1) – serial dok., USA
2.00 **Wyprawa na dno** (3, 8) – dok., Wlk. Bryt.

DOKUMENTALNY



21.00 Wielkie miasta starożytności (4)

Widzowie poznają sekrety największego miasta świata starożytnego, umiejętności jego budowniczych oraz odkryją na nowo Panteon, pałac Nerona i Koloseum.

22.00 **Niewyjaśnione zagadki** (4) – serial dokumentalny, Kanada
23.00 **Poza kontrolą: Tajlandia, uwięzieni w jaskini Tham Luang** – dok., Fr. 2019
0.00 **Kataklizmy, które wstrząsnęły światem** (4) – dok.

DRAMAT SENSACYJNY



20.55 Operacja „Samum" FILM – Polska 1999, 105 min

Irak. Były agent wywiadu musi na własną rękę ratować uwięzionego syna. Nie zdaje sobie sprawy, że jego akcja ma odwrócić uwagę tajnej policji od dwóch polskich szpiegów.

22.40 **Lombardzista** FILM – dramat obyczajowy, USA 1964, reż. Sidney Lumet, wyk. Rod Steiger, Geraldine Fitzgerald, 125 min
0.45 **Historia w postaciach zapisana** – cykl dok., Francja 2007-2026

DOKUMENTALNY



21.00 Starożytni kosmici: geneza (3) – 2024

Trwają dyskusje na temat tego, czy jesteśmy sami we wszechświecie. Starożytne zabytki mogą sugerować, że opisy bogów opierają się na spotkaniach z obcymi istotami.

23.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 3** (37, 38) – serial dok.
0.50 **Starożytni kosmici 14** (15) – dok.
1.50 **Ściśle tajne samoloty wojskowe**
3.40 **Tajemnice skryte w mroku** (4) – dok.

DISCOVERY HISTORIA HD
8.00 **Na tropach tajemnic** (4)
9.00 **Klątwa Trójkąta Bermudzkiego** – dok.
10.00 **Skarby z szopy** (17-20)
12.00 **Łowcy staroci** – dok.
13.00 **Tajemnice ziemi – Hiszpania** (4) – dok.
14.00 **Wyścigi po antyki** – dok.
15.00 **Gra o skarb** – serial dok.
17.00 **Muzealne tajemnice**
19.00 **Na ratunek starociom**
20.00 **Wielki szwindel** – dok.
21.00 **Nawiedzona Irlandia**
23.00 **Lata 90. Dekada zbrodni**
1.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet: Zabójstwo Gucciego** – film dok., USA
2.00 **Seryjni mordercy**

PLANETE+ HD
12.30 **Mongolia. Pomiędzy niebem a ziemią** (1)
13.35 **Dzikie psy** (1) – film dok.
14.45 **Zaginiona cywilizacja Elamu** – film dokumentalny
15.50 **Nazywano ich wikingami** – film dok., Fr.
17.00 **Rok z dziką przyrodą** (6)
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4** (47, 48)
18.40 **Mam zamek** (6, 7) – dok.
19.45 **Superheroes** – film dok.
21.50 **Żyć i umrzeć jak Christopher Lee** – dok.
23.45 **Nowoczesna Turcja Atatürka** – film dokum., Fr.
0.45 **Zniknięcie doktora Godarda** (4) – dok., Francja
2.00 **Miasta rytm** (3) – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD
11.00 **Sekretne życie pingwinów** (3) – dok.
12.00 **Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy**
13.00 **Cuda Afryki** (2) – dok., Hol.
14.00 **Amazonia** (3) – film dok.
15.00 **Olbrzymy z głębin** – dok.
16.00 **Sekrety życia orek** (2)
17.00 **Dzika Afryka Południowa** (1) – dok.
18.00 **Silni wbrew naturze** (3)
19.00 **Jak przeżyć na Alasce** (3)
20.00 **Europa z powietrza** (3)
21.00 **Stworzone, by przetrwać** (3, 4) – dok.
22.00 **Zabójcze safari** (3) – dok.
23.00 **Europa z powietrza** (6)
0.00 **Niezwykły dr Pol** (16, 19)

POLSAT VIASAT NATURE HD
10.30 **Zwierzęta: mistrzowie survivalu** (4, 5) – dok.
12.40 **Drapieżniki** – serial dok.
13.35 **Afrykańskie drapieżniki: wielka czwórka** (4) – dok.
14.40 **Wojny zwierząt** (4) – dok.
15.50 **Podwodne miasto** (4)
16.55 **Płetwale błękitne: powrót olbrzymów**
17.50 **Pacyfik** (4) – serial dok.
18.55 **Wielkie rekiny z Australii** – dok., Australia
20.00 **Zabójcza pogoda 2** (3)
21.05 **Alaska: cztery pory roku**
1.00 **Prerie: dzika Ameryka**
1.50 **Wielka Afryka** (4) – dok.
2.45 **Najbardziej znane zwierzęta Afryki** (2)

BBC EARTH HD
9.45 **Wielkie koty 24/7 2** (6)
11.05 **Ben Fogle: wyścig do źródła Nilu** (2) – dok.
12.05 **W okowach mrozu 2**
17.15 **David Attenborough i cuda natury** (1) – dok.
17.55 **Ben Fogle: wyścig do źródła Nilu** (2) – dok.
18.55 **Najpiękniejsze trasy spacerowe** (2) – dok.
19.55 **Najpiękniejsza droga Wielkiej Brytanii** (1, 2)
22.00 **W okowach mrozu 3** (1)
23.00 **Wielkie koty 24/7 2** (6)
0.15 **Burze widziane z góry**
1.15 **Superchirurdzy: szansa na życie 2** (1) – serial dok.
2.15 **W okowach mrozu 2**

ANIMAL PLANET HD
10.00 **Na tropie wymarłych gatunków** – serial przyrod.
11.00 **Weterynarz z Gór Skalistych 5** – serial dok.
13.00 **Klan z Alaski** (6, 7) – dok.
15.00 **Pory roku z Adamem Wajrakiem** – przyrod.
17.00 **Cztery kąty, cztery łapy** – serial dokumentalny, USA
18.00 **Julia kontra węże** – dok.
19.00 **Jak to robią zwierzęta?**
20.00 **Na tropie dzikich zwierząt** (1, 2) – dok., Pol.
21.00 **Nowojorskie Zoo – Bronx** – serial dok., USA
22.00 **Baseny jak z bajki** – dok.
23.00 **Gryzący mordercy** – dok.
1.00 **Niebezpieczne rewiry**

TVP DOKUMENT HD
13.15 **Tacy byliśmy** (2)
13.50 **Fascynujące migracje** (3)
14.50 **Latające rzeki Amazonii** – film dokumentalny, Fr.
15.55 **Program „Mamuť" – na ratunek gatunkom**
16.55 **Plaże Europy** (4)
18.00 **Sanatorium miłości 3** (7)
18.50 **Pan Olbrychski** – dok.
20.00 **Portret zdezorientowanego ojca** – dok., Fr./Norwegia
21.45 **Bruce Willis – bohater kina akcji** – film dok., Fr.
22.45 **Sprawdzamy** – magazyn
23.15 **Wiele hałasu o umieranie** – film dokum.
0.45 **Sanatorium miłości 3** (6)

POLSAT DOKU HD
12.10 **Sekrety Biblii** (3) – dok.
13.05 **Top Guns – SuperBroń**
14.05 **Fabryki wojny** (4) – dok.
15.05 **Poszukiwacze historii**
15.35 **David Attenborough i cuda natury** (5, 6) – dok.
16.35 **Świat z góry. Izrael** (3)
17.40 **Świat z góry. Jedwabny Szlak** (3) – dok., Singapur
18.50 **Świat z góry. Parki narodowe** (4) – serial dok.
19.55 **Polowanie na Hitlera** (4)
20.50 **Militarny top 10** (4) – dok.
22.00 **Ekstremalne drogi do szkoły** (3) – serial dok.
23.05 **Sekretny świat amiszów** – dok., Wlk. Bryt.
0.20 **Kroniki Hitlera** (1) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD
6.25 **Ekstremalna pomoc drogowa 2** (6-10) – dok.
11.10 **Australijscy poszukiwacze złota 5**
16.00 **Złoto Jukonu 4** (8, 9)
21.00 **Za kratami: najcięższe więzienia na świecie 3** (5) – serial dok., Kan. 2018
22.00 **Internetowy seksbiznes 2** (5) – dok.
23.00 **Skąd się biorą seryjni mordercy 2** (8) – dok., USA
0.00 **Bohaterowie z St. John's 2** (9, 10) – dok., Kan.
1.40 **Bohaterowie z St. John's 3** (1-5) – dok., Kan.
5.30 **Australijscy łowcy bydła 2** (4) – dok., Australia

POLSAT VIASAT HISTORY HD
8.00 **Tajne bazy nazistów 4**
9.55 **Życie prywatne przywódców Rzeszy**
11.55 **DNA Hitlera: geny dyktatora** (2) – serial dok.
13.00 **II wojna światowa – wielkie bitwy w Europie** (1-5) – dok.
18.50 **Naziści: korzenie zła**
21.00 **Hitler: Odliczanie** (3)
22.00 **DNA Hitlera: geny dyktatora** (1, 2) – dok.
0.05 **Machu Picchu: kamienne miasto** – dok.
1.10 **Kobiety pod piracką banderą** (1) – dok., Austria
2.05 **Życie rzymskiego żołnierza** (1, 2) – dok., Fr.

CI POLSAT HD
15.35 **Absurdalne przestępstwa 3** (1) – dok.
16.00 **Daj znać, jak będziesz w domu 2** (9) – serial dok.
17.00 **Pogrzebani za domem 6** (8) – serial dokumentalny
18.00 **Dowody zbrodni: Wielka Brytania** (2) – serial dok.
19.00 **Zbrodnia na prowincji 2** (8) – serial dokumentalny
20.00 **Polowanie na pedofila**
21.00 **Morderstwo w rodzinie 2** (9) – dok.
22.00 **Zbrodnia na żywo** (10)
23.00 **Jak zostałem seryjnym mordercą** (7) – serial dok.
23.55 **W cztery oczy z mordercą** (7) – dok.

TRAVEL CHANNEL HD
8.05 **Dziwaczne potrawy: smakowite miasta** (3-6)
10.10 **Niezwykłe Stany Prokopa** (2-5) – pr. rozr.
12.15 **Baseny z rozmachem**
14.20 **Ciężarówką przez Stany**
15.55 **Człowiek kontra jedzenie** (13-15, 17) – mag.
18.00 **Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta** (9-12)
20.05 **Nagi instynkt przetrwania** (7, 8) – dok.
22.40 **The Watergate Scandal: A Mysteries at the Museum Special** – dok.
23.45 **Grenlandia – wyspa skarbów** (12, 13) – dok.
1.50 **Pasja – sposób na życie**

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

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

11.20 **Podróże z historią** (12) – serial dokum.
12.05 **Gruby** (5, 6) – przyg.
13.15 **UNESCO: Skarby Polski** – serial dokum.
13.45 **Echo serca** (4)
14.35 **Na sygnale** (647, 648)
15.35 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
16.10 **Życie lasu. Bogactwo runa i podszytu**
17.05 **Ja wam pokażę!** (7) – serial obycz., Polska
17.55 **Teleexpress**
18.20 **Wojna domowa** (7, 8) – serial obycz.
19.50 **63. KFPP w Opolu – Debiuty**
20.10 **Program informacyjny 19.30**
20.40 **Pogoda**

TVP ROZRYWKA

8.50 **Kiedyś to było...**
9.30 **Koło fortuny** (2037)
10.10 **Tańcząca ze światem – Malta** (3)
10.40 **Szansa na sukces. Opole 2026 2** (6)
11.45 **To jest grane** (94)
12.20 **Prywatne życie zwierząt 14** (6)
12.45 **Program rozrywkowy**
13.00 **Daję słowo – Maciej Orłoś 2** (20)
13.55 **Postaw na milion**
15.50 **Va banque** (962, 963)
17.00 **Koło fortuny** (2038)
17.40 **Szansa na sukces. Opole 2026 2** (7)
18.45 **Olga Lipińska zaprasza** (6)
19.30 **Program rozrywkowy**

POLSAT CAFÉ

6.00 **Komisarz Mama** (13, 14) – serial krym.
8.00 **Bogaty dom – biedny dom** (125, 158) – reality show, Polska
10.00 **Polacy za granicą – miłość** (3, 4) – serial dokumentalny, Polska
12.00 **Shopping Queens. Królowe Zakupów** (45, 46) – program rozrywkowy
14.00 **Ani słowa pannie młodej** (1, 2) – serial dokumentalny, Polska
16.00 **Kolacja w ciemno** (65, 66) – program rozrywkowy
18.00 **Nasz nowy dom** (302, 303) – reality show, Polska

TV 4 DVB T2

6.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (189) – reality show
7.00 **Galileo** (1164, 1165) – popularnonaukowy
9.05 **#Jesteśmy dla dzieci** – magazyn
9.30 **Galileo** (1166) – pr. popularnonaukowy
10.30 **Mini Galileo** (65) – pr. popularnonaukowy
10.35 **Galileo** (1174, 1175) – popularnonaukowy
12.40 **Obsesja** – thriller, FILM USA 2009, reż. Steve Shill, wyk. Idris Elba, Beyoncé Knowles, Ali Larter, 135 min
14.55 **Policjantki i Policjanci** (1376-1380) – serial obycz., Polska 2026

TTV HD DVB T2

9.45 **Express** – pr. inform.
10.05 **Gogglebox. Przed telewizorem 19** (14)
11.05 **Nic do zgłoszenia 6** (6) – serial dokum., Pol.
12.05 **Zakup w ciemno extra** (25)
12.35 **Zakup w ciemno 7** (26-28) – reality show
15.45 **Express** – pr. inform.
16.05 **Idź na całość 2** (10)
17.05 **Usterka 14** (6)
17.45 **Express** – pr. inform.
18.00 **Pogoda, sport**
18.10 **Zakup w ciemno 7** (25) – reality show
19.05 **Zakup w ciemno extra** (24)
19.45 **Express** – pr. inform.
20.00 **Idź na całość 2** (7)
21.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 19** (15)

TVN STYLE HD

5.05 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (8)
5.45 **Damy i wieśniaczki. PL 8** (10) – fab.-dok.
6.40 **Co za tydzień** – mag.
7.10 **Poukładani** (6) – rozr.
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.30 **Jestem z Polski 14** (4, 17, 7) – serial dok.
14.35 **EuroPOLKI studentki** (4) – rozr.
15.35 **Do zobaczenia** (6) – mag. poradnikowy
16.05 **Ostre cięcie** (1) – rozr.
17.05 **Będzie pięknie** (4) – program rozrywkowy
18.05 **Bitwa o gości** (7) – reality show
19.05 **Kuchenne rewolucje** (6, 7) – program rozrywkowy

20

SZPIEGOWSKI



20.50 Zatoka szpiegów (7) – Polska 2023

Kessler szuka winnego niepowodzenia programu torped. Anna opowiada Franzowi, jak wywiad upozorował jej śmierć, aby przekonać go do współpracy.

21.40 **Liczba doskonała** FILM – dram. obycz., Polska/Wł./Izrael 2022, 90 min
23.10 **63. KFPP w Opolu – Superjedynki**
23.45 **Laskowik & Malicki – niedziela wieczór**
0.40 **Ja wam pokażę!** (7)
1.30 **Program informacyjny 19.30**

ROZRYWKOWY



20.00 Kabaret Letnią Porą (7, 8)

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

22.00 **Postaw na milion**
0.00 **Koło fortuny** (2038, 2032) – telet.
1.20 **Łowcy śmiechu** (2)
2.30 **Kabaret Potem przedstawia – Trąbka dla gubernatora** – rozr.
3.30 **Kabaret Letnią Porą** (30, 29) – pr. rozrywk.

REALITY SHOW



20.00 Bogaty dom – biedny dom (101-103) – Pol. 2023

Dwie rodziny z zupełnie różnych środowisk na kilka dni zamieniają się rolami i budżetami, aby doświadczyć życia na przeciwnych krańcach skali społecznej.

23.00 **Gry małżeńskie** (132, 133) – reality show, Polska
1.00 **Kolacja w ciemno** (67, 75) – pr. rozrywk.
3.05 **Więzienie kobiet** (98, 99) – serial dokum.
4.00 **Zdrady** (133, 134) – serial paradokum.

KRYMINALNY



20.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (117-120)

Na śmietniku znaleziono ciało kuratorki sądowej. Trop prowadzi do ojca niezadowolonego z opinii w sprawie opieki nad dzieckiem.

0.05 **Gwiazdy Kabaretu** (179, 180) – program rozrywkowy, Pol.
2.05 **STOP Drogówka** – magazyn policyjny
3.05 **Interwencja** – mag.
3.25 **Lubię disco!** (269)
4.25 **Top 10 – lista przebojów** – pr. muz.
5.30 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

SERIAL



22.00 Damy i wieśniaczki. PL 11 (5) – Pol. 2026

Trójmiejska restauratorka ściera się z wiejskimi porządkami. Musi też zmienić przyzwyczajenia. Tymczasem pochodząca ze wsi Krysia odkrywa uroki miejskiego życia.

23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 24** (2, 3) – pr. rozrywk.
1.00 **Diabelnie boskie 2** (3, 4) – reality show
1.55 **Zapukaj do moich drzwi** (124, 125) – telen., Turcja 2020
3.55 **Detektywi** (129) – serial fab.-dokum.

DOKUMENTALNY



21.05 Taylor Swift kontra Scooter Braun (1/2) – Wielka Brytania 2024

Menedżer gwiazd zostaje oskarżony przez popularną wokalistkę o to, że zaproponował jej niekorzystne warunki odkupienia praw autorskich do nagrań kilku pierwszych albumów.

22.15 **Ślub od pierwszego wejrzenia 10** (9, 10) – reality show
0.25 **Ślub last minute** (1) – program rozrywkowy
1.25 **Śluby marzeń** (3) – program rozrywkowy
3.25 **Co nas truje** (6, 7)

TVP HD HD

8.55 **Ojciec Mateusz 19** (242, 243) – krym., Pol. 2018
10.45 **Czy wiesz, że?** (282)
11.20 **Na sygnale** (631, 632)
12.25 **Ojciec Mateusz 5** (66)
13.20 **Komisarz Alex 3** (30)
14.15 **Ranczo 5** (59, 60) – obycz.
16.10 **Postaw na milion** – telet.
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 24** (308)
19.20 **Ranczo 6** (68-70) – obycz.
22.20 **Spectre** – film sens., Wlk. FILM Bryt./USA 2015, 155 min
0.55 **Profilerka** (1-3) – krym.
3.40 **Greenland** – dramat FILM katastroficzny, USA/Wielka Brytania 2020, 125 min

TVS HD

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

ZOOM

9.35 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
12.55 **Sensacje XX wieku**
15.20 **Stawka większa niż życie** (9, 10) – wojenny, Pol.
18.00 **Sprawa się rypła** – kom., FILM Polska 1984, 110 min
19.50 **I love kabaret EXTRA**
20.00 **Hity polskiego kabaretu 7** (6) – pr. rozr.
21.00 **Brunet wieczorową porą** – komedia obycz., Polska 1976, 120 min
23.00 **Adam szuka Ewy. Niemcy** (2) – pr. rozrywk.
0.00 **Magia nagości. Niemcy – reaktywacja** (6) – rozr.
1.05 **Magia nagości. Dania** (3)

TLC HD

13.00 **Rodzina 10+ 8** (9) – rozr.
14.00 **Niezwykłe przypadki medyczne** (7, 8)
15.00 **Niezwykłe przypadki medyczne 2** (2, 3) – dok.
16.00 **Kiedy dzieci mają dzieci 7** (10) – serial dok.
17.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
18.00 **Wiza na miłość 12** (5)
20.00 **Baylen – życie na głos 3** (2) – serial dokumentalny
21.00 **Design w australijskim stylu** (1) – pr. rozrywk.
22.00 **Gdy jeden mąż to za mało** – reality show
23.00 **Lekarze od twarzy** – dok.
0.00 **Dr Pryszczylla – kulisy**

C+ KUCHNIA HD

13.15 **Jelita vs mózg**
13.40 **Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień**
14.30 **U sąsiadów w kuchni 16**
15.40 **Zgrillowani 3** (5) – mag.
16.05 **M jak mięso 10** (7, 8)
16.55 **Po prostu Jamie: szybko i łatwo** (3) – magazyn kulin.
17.55 **Jakubiak rozgryza Polskę** (1, 2) – mag. kulin.
18.50 **Włoska kuchnia Gino: sekrety południa** (4, 5)
19.45 **Planeta słodyczy** (5, 6)
20.45 **Kulisy wielkiej kuchni**
21.40 **Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia** (6) – program rozrywkowy
22.35 **M jak mięso 10** (7, 8)

TVN TURBO HD

8.45 **Samochód marzeń – kup i zrób** (4) – mag.
9.45 **Naprawy nie do naprawy** (2) – mag.
10.30 **Moto kombat** (5) – mag.
11.15 **Ciężarówką przez RPA**
12.15 **Moto Fachury** (5) – mag.
13.00 **Jeździć, obserwować**
14.30 **Zawodowi handlarze**
16.00 **Wojny samochodowe**
19.00 **Nic do zgłoszenia** (9, 10)
21.00 **Samochód marzeń – kup i zrób** (1, 2) – mag.
22.55 **Naprawy nie do naprawy** (6-8) – mag.
1.05 **Zawodowi handlarze** (9)
1.50 **Wypad z kraju 2** (6) – rozr.
2.35 **Megatransporty** (3, 4)

NOWA TV DVB T

6.20 **TV okazje** (74, 75)
6.55 **Wehikuł czasu** (627, 628)
7.30 **Interwencja – taka jest Polska** (560) – mag.
8.20 **Frieren. U kresu drogi**
9.30 **Dragon Ball Super** (44-50)
13.00 **One Punch Man** (7, 8)
14.00 **Co ludzie powiedzą?** (6)
14.35 **Co ludzie powiedzą? 2** (7, 8) – kom., Wlk. Bryt. 1991
16.00 **Miodowe lata** (67-70)
19.45 **Poirot** (3-6) – serial krym.
0.00 **Ślad** (73) – krym., Pol. 2019
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (75, 76)
3.50 **Wehikuł czasu** (627, 626)
4.00 **Sala operacyjna** (4, 6)
5.00 **Pod lupą** (3, 5) – magazyn

METRO

8.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
10.00 **The Floor** (3, 4) – telet.
11.15 **Złomowisko PL 5** (15, 16)
13.15 **Gwiazdy lumpeksów** (6)
14.15 **Makłowicz w Polsce** (4)
14.50 **No to lecę!** (2) – pr. rozr.
15.50 **Niezwykłe Stany Prokopa 6** (7) – pr. rozr.
16.50 **Jestem z Polski 2** (4)
17.50 **Kryminalni** (11, 12) – krym.
20.00 **Czyja to kochanka?** FILM – komedia romantyczna, Fr./Wł./Bel. 2006, 120 min
22.00 **Starsky i Hutch** – kom. FILM sens., USA 2004, 120 min
0.00 **Kuba Wojewódzki** (5)
1.10 **Szpital** (766) – paradok.
2.10 **Szkoła** (517, 518)

ANTENA HD DVB T2

9.00 **Wojny kontenerowe**
14.00 **Australijscy poszukiwacze złota 2**
15.00 **Australijscy poszukiwacze złota 3** (1-3) – serial dok., Australia
18.00 **Polska. Największe tajemnice** (1) – pr. rozr.
19.00 **77 TV 5** (30) – pr. rozrywk.
20.00 **Morderstwa we Francji** FILM **– Font-Romeu** – film krym., Fr. 2023, 120 min
22.00 **Uprowadzona Elizabeth** FILM **Smart** – dramat biograf., USA 2017, 115 min
23.55 **Krwawe polowanie** FILM – horror, USA/Wielka Brytania 2022, 130 min

WP DVB T

13.05 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3** (13)
14.05 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4** (5)
15.00 **Policjanci z sąsiedztwa 4** (9, 10)
16.55 **Pogoda**
17.05 **Policjanci z sąsiedztwa 4** (11) – dok.
18.00 **Strażacy z sąsiedztwa 2** (10) – serial dok., Pol. 2026
19.00 **Policjanci w akcji** (6)
20.00 **Policjanci z sąsiedztwa 4** (12, 13)
21.50 **Pogoda**
22.00 **Mistrzowie Kabaretu 16** (6) – program rozrywkowy
23.00 **Przebojowe kabarety** (8)

C+ DOMO HD

15.05 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia** (4)
16.00 **Patent na zieleń** (8)
16.30 **Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 8** (7)
16.55 **Letnie inspiracje** (4)
17.05 **Meblokreacje 2** (1) – mag.
17.35 **Dom w miesiąc 2** (8)
18.00 **Daleko od miasta 12**
18.55 **Podzielić M2 3** (9, 10)
19.50 **Adres: rezydencje marzeń** (4) – serial dok.
21.00 **Wielkie projekty: Australia 10** (1) – dok.
22.00 **Generalna odbudowa 2**
22.55 **Wiejskie domy do liftingu 3** (6) – dok.
0.45 **Luksusowa ucieczka 6**

HGTV HD

11.30 **Najgorętsze nieruchomości pod słońcem** (7, 8) – serial dok.
12.35 **Będzie pięknie** (7) – rozr.
13.35 **Weekendowa metamorfoza 2** (7, 8)
15.35 **Kamera, akcja, wpadka!**
17.10 **House Hunters – Poszukiwacze domów 3** (8-10) – pr. rozr.
18.50 **Zgłoś remont 4** (3) – rozr.
19.50 **Weekendowa metamorfoza 4** (7) – rozr.
20.45 **Weekendowa metamorfoza 2** (2) – rozr.
21.40 **Mieszkanie na miarę 4**
23.35 **Letnia chata na lata** (5)
0.30 **Sprzątaczki** (1-3) – obycz.

P! Premiera w TV

STACJE DZIECIĘCE | STACJE INFORMACYJNE

POLSAT 2 HD

5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (291) – reality show
7.30 Ewa gotuje (575, 562) – magazyn kulinarny
8.30 Z klimatem i z pasją (248) – pr. publicyst.
9.00 Dlaczego ja? (1383-1387) – serial paradokum.
14.00 Sekrety rodziny (148) – serial paradokum., Pol. 2020
15.05 Więzienie kobiet (106-109) – dok., Pol.
17.00 Nasz nowy dom (363) – reality show
18.10 Mały – komedia kryminalna, USA 2006, reż. Keenen Ivory Wayans, wyk. Marlon Wayans, 120 min

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 Wydarzenia
6.40 SuperLudzie (36) – serial dok., Pol. 2019
7.15 Była sobie Ziemia (13-17) – anim., Francja
10.00 Smerfy – film familijny, USA 2011, reż. Raja Gosnell, wyk. Hank Azaria, Neil Patrick Harris, Jayma Mays, 125 min
12.05 Świat według Kiepskich (83, 531-535) – serial komediowy, Polska
15.00 Złomiarze (18, 19) – serial dok., Pol. 2024
17.00 Świat według Kiepskich (536-539) – kom., Pol. 2017-2018
19.00 Kolacja w ciemno (7, 8) – pr. rozrywk.

TV 6 DVB T

6.00 Jeźdźcy smoków: Obrońcy Berk – serial animowany, USA 2014
7.25 Jeźdźcy smoków – serial animowany
7.55 Hellboy – horror s.f., USA 2004, reż. Guillermo del Toro, wyk. Ron Perlman, John Hurt, Selma Blair, Rupert Evans, 140 min
10.15 Cobra Kai (20-22) – serial przygodowy, USA 2018
12.35 Strażnik Teksasu (5, 6) – serial sens., USA 1998-1999
14.30 Poirot (5, 6) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
16.50 Columbo (15, 16) – serial kryminalny

BBC FIRST HD

6.00 Z pamiętnika położnej 10 (5, 6) – serial obyczajowy, Wielka Brytania 2021
8.00 Co ludzie powiedzą? 2 (9) – serial kom., Wlk. Bryt.
8.40 McDonald i Dodds 2 (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2021
10.30 Morderstwa w Midsomer 24 (3) – krym., Wlk. Bryt. 2023
12.20 Ojciec Brown 5 (13-15) – serial krym., Wielka Brytania 2017
15.25 My Life is Murder 4 (5, 6) – krym., Australia/Nowa Zelandia 2024
17.35 Ulica nadziei 5 (6) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2026

TVP ABC DVB T2

7.05 Pamiętnik Florki (1, 2) – anim., Pol. 2014
7.30 Małe i duże przygody Miffy (1)
7.40 Ptyś i Bill (1, 2)
8.10 44 Koty 2 (55, 56)
8.35 Wegezaury 2 (1)
8.40 Świnka Peppa (1-3)
9.00 Tygrysek Percy (1)
9.10 Tygrysek Percy i jego opowieści (2)
9.30 Studio Stodoła
10.00 Kocie kalamburki (1)
10.20 Bajki Bolka i Lolka
10.45 Rodzina Treflików
11.10 Odo (1-3) – anim.
11.35 Stacyjkowo
11.55 Pszczółka Maja (1)
12.25 Domisie – dla dzieci
13.00 Go-tu-jemy (1, 2)
13.20 Tru i Tęczowe Królestwo (1) – anim.

TVN 24 HD

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

KOMEDIA KRYMINALNA



20.10 W jak morderstwo FILM – Polska 2021, 130 min

W Podkowie Leśnej dochodzi do zbrodni. Zwłoki znajduje Magda, gospodyni domowa i miłośniczka kryminałów. Kobieta pomaga komisarzowi Sikorze w śledztwie.

22.20 Kołysanka – czarna komedia, Polska 2010, 140 min
0.40 Blade Runner 2049 FILM – film s.f., USA/Wielka Brytania/Węgry 2017, 205 min
4.05 Wydarzenia
4.45 Kabaretowa Ekstraklasa (65)

SENSACYJNY



21.00 Pociąg z forsą FILM – USA 1995, 135 min

John Powell, policjant z Nowego Jorku, próbuje powstrzymać swojego partnera Charliego przed dokonaniem napadu na pociąg, który przewozi kilkanaście milionów dolarów.

23.15 Metro strachu – film FILM sensacyjny, USA/Wlk. Bryt. 2009, 135 min
1.30 Backdoor. Wyjście awaryjne (7) – kom.
2.00 Świat według Kiepskich (353-356) – serial kom., Pol. 2011
4.00 Nasz nowy dom (229, 230)

KRYMINALNY



20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (35, 36) – USA

Zespół bada sprawę rzekomego samobójstwa anestezjologa. Okazuje się, że ma ono związek z pacjentką, która zmarła w trakcie operacji plastycznej.

21.55 Kości (101, 102) – serial kryminalny
23.55 Resident Evil: Zagłada – horror, FILM Francja/Australia/Niemcy 2007, 120 min
1.55 Krejzi patrol (20)
2.25 Kochane pieniądze (72-74) – paradok., Pol.

KRYMINALNY



18.35 Śmierć z dala od palm (1)

Humphrey obejmuje stanowisko detektywa na lokalnym posterunku w Devon i od razu rozpoczyna śledztwo. Pierwsza sprawa dotyczy nietypowej podejrzanej – czarownicy z XVII wieku.

19.50 Śmierć pod palmami 15 (1)
21.00 Annika (1) – krym.
22.05 Milczący świadek 22 (3, 4)
0.15 Śmierć z dala od palm (1) – serial krym.
1.20 Śmierć pod palmami 15 (1)

ANIMOWANY



13.45 Świnka Peppa (1-3) – Wielka Brytania 2016

Kolejne ciekawe przygody sympatycznej świnki, jej brata Jacka oraz ich rodziców.

14.10 Pająk Lucas 2 (1, 2)
14.30 Oli i Luna (1, 2)
14.50 Oktonauci (1, 2)
15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (1) – mag.
15.35 Mała Marinette (1, 2)
16.05 Pat i świat (1-3)
16.35 Rev i Roll (29, 30)
17.05 Pszczółka Maja
17.30 Petronix: Obrońcy zwierząt
18.00 Kucharz Shane
18.25 Leo da Vinci 2

INFORMACYJNY



21.00 Ranking Mazura

Maciej Mazur podsumowuje wydarzenia tygodnia ze świata polityki, sportu i show-biznesu. Układa z nich „listę przebojów" złożoną z dziesięciu pozycji.

21.30 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 Ranking Mazura
2.15 Nowa Maja w ogrodzie – mag.
2.40 Akademia ogrodnika – mag.

POLSAT PLAY HD

6.00 Dorwać tuńczyka (10-12)
9.20 Poszukiwacze historii
9.50 Łowcy nazistów (7-9)
13.10 Nieznany syn Hitlera
14.20 Superdziała – ostatnia nadzieja Hitlera – dok., Fr.
15.40 Tajna historia XX wieku
16.00 Niezwykłe pociągi (13)
17.00 Polacy za granicą (152)
18.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (17-21, 222)
21.05 Wakacje z Bałtykiem (49, 50) – serial dokum., Pol.
22.00 Polacy za granicą (154, 142) – serial dokum.
0.05 Łowca pedofilów
1.50 Jedziemy na ryby! (13)
2.50 Dorwać tuńczyka (10-12)

FOOD NETWORK HD

9.50 MasterChef (8) – pr. rozr.
11.20 Chłopcy od babeczek
12.20 Kuchnia jak u mamy
13.30 Gotowanie z miłości
14.35 Molly gotuje na farmie
15.40 Kobieta na Dzikim Zachodzie (7, 8) – mag.
16.45 Gotowanie z miłości
17.50 Elitarny turniej wypieków (1)
19.50 Człowiek kontra jedzenie (7-9) – mag. kulin.
21.20 Kuchenne rewolucje
23.30 Gdzie zjeść we Włoszech (6, 7) – dok., Wł.
1.40 Mordercza kuchnia: na ostrzu noża (8, 9)
3.45 Kuchnia z pasją (1, 2)

POLSAT RODZINA HD

12.00 Rodzina zastępcza (144-147) – kom., Pol. 2003
14.10 Titanic. Budowa giganta
15.15 Cuda oceanu (7, 8) – dok.
16.30 Świat z góry (6, 7) – dok.
17.50 Sąsiedzi (25) – serial anim.
18.05 Pingwiny z Madagaskaru (29, 30)
19.00 Co ludzie powiedzą? (30-32) – serial komediowy
20.55 Całkiem nowe lata miodowe (1) – kom., Pol.
21.30 Karate Kid 3 – film FILM przyg., USA 1989, 135 min
23.45 Znaki zła – runy SS – dok.
0.50 Jak Hitler przegrał bitwę o ropę naftową
2.00 Ewa gotuje (504, 505)

BBC LIFESTYLE HD

9.50 Winnice Australii i Gary Barlow (1) – dok., Wlk. Bryt.
10.50 Wielkie kanadyjskie wypieki (4-8) – pr. rozrywk.
15.30 Wielkie amerykańskie wypieki 6 (5) – pr. rozrywk.
16.40 Kurorty sławnych i bogatych (5, 6) – dok.
18.40 Najpiękniej ukryte hotele 2 (2) – serial dokum.
19.40 Wielkie australijskie wypieki 3 (5, 6) – pr. rozr.
22.00 Joanna Lumley: sekrety pięknych miast (2) – dok.
23.05 Konopie: lek czy narkotyk? (1) – film dok.
0.10 Wstydliwe choroby (1, 2) – serial dok., Wlk. Bryt. 2008

NICK JR. HD

16.10 Małe Królestwo Bena i Holly (22) – serial anim.
16.40 Psi Patrol 6 (20) – anim.
17.00 Rubble i jego ekipa 4 (6)
17.30 Pan Krokodyl (6) – anim.
18.00 Barbapapa i jego rodzinka (15) – serial anim.
18.30 Tim Rex wśród gwiazd 2 (6) – anim., Wlk. Bryt./Dania
18.55 Przygody Misia Paddingtona 2 (16)
19.25 Przygody Misia Paddingtona (12, 14)
20.00 Świnka Peppa 4 (6-10)
20.30 Małe Królestwo Bena i Holly (1) – serial anim.
21.00 Barbapapa i jego rodzinka (20-22) – anim.

POLSAT NEWS HD

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

TVP KOBIETA DVB T2

14.00 Rodzinka.pl (140, 141)
15.00 Tańcząca ze światem – Oman (3) – magazyn
15.30 Ojciec Mateusz 33 (431, 432) – krym., Pol. 2025
17.25 Tajemnice kultowych seriali (3) – serial dokum.
18.25 LemON na dobry wieczór – widowisko
19.30 Miłość i nadzieja (287)
20.30 Wichrowe wzgórze (268) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 Cztery pory roku w Hawanie (3) – krym.
22.30 Wykapany ojciec FILM – kom., USA 2013, 115 min
0.25 Bardotka (2) – biograf., Fr.
1.35 Ranczo 8 (96) – obycz., Pol.

E! ENTERTAINMENT HD

10.40 Plastyczna fuszerka
12.30 Z kamerą u Kardashianów (5, 6)
14.20 Tyler Henry – medium z Hollywood (4, 5) – rozr.
16.10 Plastyczna fuszerka
18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
18.30 Z kamerą u Kardashianów (11, 12)
20.30 Tyler Henry – medium z Hollywood (6, 7) – rozr.
22.30 Plastyczna fuszerka
0.30 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
1.00 Z kamerą u Kardashianów (5, 6)
3.00 Plastyczna fuszerka

TV TRWAM DVB T

16.30 Ludzki święty. Św. Alfons Liguori – film dok., Włochy 2024
17.30 Przełamując bariery
17.55 Poczet wielkich Polaków – program hist.
18.00 Anioł Pański
18.05 Informacje dnia
18.15 Rozmowy niedokończone – pr. publ.
19.30 Manna z Nieba
19.45 Modlitwa – religijny
20.00 Informacje dnia
20.20 Różaniec
20.50 Myśląc Ojczyzna
21.00 Apel Jasnogórski
21.20 Informacje dnia
21.40 Polski punkt widzenia

BBC BRIT HD

8.10 Top Gear 5 (1, 2) – mag.
10.20 Allo, allo! 4 (4-6) – kom.
12.05 Dym i stal (3, 4) – dok.
14.05 Ikony motoryzacji 2 (2, 3)
16.10 Cuda inżynierii kolejowej (1) – serial dok.
17.10 Samochód roku 3 (7)
17.45 Dym i stal (3, 4) – dok.
19.55 Ikony motoryzacji 2 (3)
21.00 Cuda inżynierii kolejowej (1, 2) – dok.
23.00 Bolsonaro: chłopcy z Brazylii (2) – serial dok.
0.05 USA kontra Chiny: starcie supermocarstw
1.20 Cuda inżynierii kolejowej (1) – serial dok.
2.15 Top Gear 4 (8, 9) – mag.

MINI MINI+ HD

14.00 Bing (23, 24) – serial anim.
14.20 Strażak Sam 16 (23, 24)
14.45 Looloo Kids (25) – anim.
15.01 Gazu, pieski, gazu! (19)
15.28 Kicia Kocia 2 (9, 10)
15.45 Jeżyk Happy (4, 5) – anim.
16.02 Marta mówi (48) – anim.
16.30 Mega Ekspres (29, 30)
16.56 Ciekawski George 7
17.50 Moje urodziny – dla dzieci
17.55 Barbie: Delfiny FILM **z magicznej wyspy** – film anim., USA 2017, 68 min
19.03 Baczne oczka (1-4)
19.40 Smerfy (7) – serial anim.
20.08 Cloudy & Stormy (1-4)
20.35 Dolina Muminków 2 (7)
21.01 Wierszyki domowe (6)

TVP 3 DVB T2

12.55 Regiony na TAK – mag.
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 Gość Regionów – pr. publ.
20.30 Piosenka od Ciebie
21.00 Program lokalny
22.00 Dziennik regionów – inf.
22.30 Kryminalna siódemka
23.00 Piosenka od Ciebie
23.30 Regiony na TAK – mag.
23.55 Panorama
0.25 Serwis Info Wieczór

20

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

Warto zobaczyć

13.20 TVN **Bella i Sebastian 2**
FAMILIJNY Chłopiec dowiaduje się, że awionetka, którą leciała jego przyjaciółka, zaginęła. Wyrusza na poszukiwania razem z psem. *Reż.: Christian Duguay, A: Félix Bossuet, Tchéky Karyo, Thierry Neuvic Francja 2015* **125 min ▶ do godz. 15.25**

15.05 SUPER POLSAT **Venom**
SCIENCE FICTION Reporter śledczy Eddie Brock przypadkiem wchodzi w symbiozę z obcą formą życia. Traci kontrolę i staje się monstrum. *Reż.: Ruben Fleischer, A: Tom Hardy, Michelle Williams, Riz Ahmed Chiny/USA 2018* **145 min ▶ do godz. 17.30**

15.35 TV 4 **Terminator: Ocalenie**
THRILLER SF Światem rządzą maszyny. Ludzie organizują ruch oporu. Do buntowników dołącza Marcus. Okazuje się on kluczem do przyszłości. *Reż.: McG, A: Christian Bale, Sam Worthington, Anton Yelchin USA/Niem. 2009* **140 min ▶ do godz. 17.55**

15.55 POLSAT **Piraci z Karaibów: Na nieznanych wodach**
PRZYGODOWY Król żąda, by Jack odnalazł Fontannę Młodości. W jednej z tawern pirat spotyka córkę Czarnobrodego. *Reż.: Rob Marshall, A: Johnny Depp, Penélope Cruz, Geoffrey Rush USA 2011* **175 min ▶ do godz. 18.50**

17.35 TVN FABUŁA **Aquaman i zaginione królestwo**
SCIENCE FICTION Czarna Manta zagraża Atlantydzie. By ocalić królestwo, Arthur jednoczy siły z przyrodnim bratem. *Reż.: James Wan, A: Jason Momoa, Ben Affleck, Patrick Wilson USA/Australia 2023* **145 min ▶ do godz. 20.00**

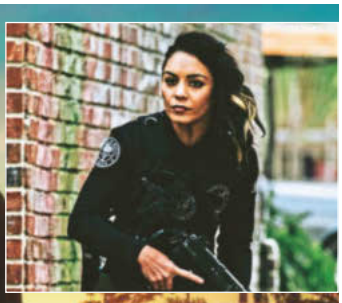
18.25 TV PULS **Jumper**
PRZYGODOWY David odkrywa, że potrafi teleportować się w dowolne miejsce. Niezwykłe umiejętności ściągają na niego niebezpieczeństwo. *Reż.: Doug Liman, A: Hayden Christensen, Samuel L. Jackson USA/Kanada 2008* **95 min ▶ do godz. 20.00**

20.00 C+ PREMIUM **Herosi wojny**
THRILLER Były żołnierz sił specjalnych Gunner dowiaduje się, że jego bratanica, reporterka Julia, została porwana w Wenezueli. Rusza na ratunek. *Reż.: John Swab, A: Frank Grillo, Eden Brolin, Andy Garcia USA 2024* **105 min ▶ do godz. 21.45**

20.00 FILMBOX+ HITS **To nasza młodość**
KOMEDIA OBYCZAJOWA Josh i Cornelia dzięki sąsiadom znów czują się młodo. Z czasem zaczynają wątpić, czy są oni tymi, za kogo się podają. *Reż.: Noah Baumbach, A: Naomi Watts, Ben Stiller USA 2014* **110 min ▶ do godz. 21.50**

→ filmowe hity







Weteranów policyjnych akcji czeka konfrontacja z rodziną zmarłego szefa mafii.

22.20 POLSAT

Bad Boys for Life

KOMEDIA SENSACYJNA Zaprzyjaźnieni policjanci z Miami muszą rozprawić się z potężnym wrogiem.

HIT DNIA Zmęczony służbą Marcus Burnett zamierza przejść na zasłużoną emeryturę, by spędzać więcej czasu z rodziną. Decyzja spotyka się z oburzeniem zawodowego partnera, Mike'a Lowreya. Sytuacja ulega zmianie za sprawą nieobliczalnej wdowy po przywódcy kartelu narkotykowego, Isabel Aretas, której udało się wydostać z meksykańskiego zakładu karnego. Celem uciekinierki jest odwet za rozbicie organizacji przestępczej. Wysyła ona syna do Miami z misją odzyskania pieniędzy ukrytych przez ojca. Armando ma też zlikwidować osoby odpowiedzialne za aresztowanie rodzica i jego późniejszą śmierć w więzieniu. Marcus postanawia po raz ostatni w karierze wykorzystać swoje policyjne doświadczenie. Wraz z kumplem dokłada wszelkich starań, żeby powstrzymać bandytów. HD **150 min ▶ do godz. 0.50**

USA/Meksyk 2020 **Reż.:** Bilall Fallah, Adil El Arbi **Wyst.:** Will Smith, Martin Lawrence, Vanessa Hudgens



20.00 TVN 7 **Na zabójczej ziemi**
SENSACYJNY Forrest Taft (Steven Seagal) podczas prac wiertniczych na Alasce odkrywa, że jego firma zamierza pozbawić rdzennych mieszkańców ziemi i zniszczyć środowisko. Podejmuje nierówną walkę z koncernem.

Reż.: Steven Seagal Wyst.: Michael Caine
USA 1994 HD **135 min ▶ do godz. 22.15**



20.00 TVP KULTURA **Valmont**
KOSTIUMOWY XVIII wiek, Francja. Markiza de Merteuil (Annette Bening) pragnie się zemścić na byłym adoratorze. Prosi swojego dawnego kochanka, hrabiego de Valmont (Colin Firth), by uwiódł narzeczoną mężczyzny.

Reż.: Miloš Forman Wyst.: Meg Tilly
Fr./USA 1989 HD **145 min ▶ do godz. 22.25**



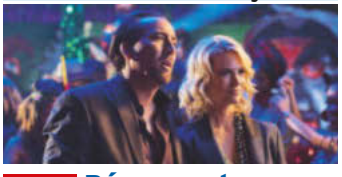
20.00 TV PULS **Pasażer**
THRILLER Agent ubezpieczeniowy (Liam Neeson) wiedzie nudne życie. Tajemnicza pasażerka pociągu ma o nim zaskakująco dużo informacji. Wikła mężczyznę w rozgrywkę, która przesądzi o przyszłości wielu ludzi.

Reż.: Jaume Collet-Serra Wyst.: Vera Farmiga
USA/Fr. 2018 HD **130 min ▶ do godz. 22.10**



20.00 STOPKLATKA **G.I. Jane**
OBYCZAJOWY Na wniosek senator DeHaven porucznik O'Neil (Demi Moore) dołącza do oddziału komandosów. Ma dowieść, że kobieta może czynnie służyć w armii. Mimo szykanowania przez kolegów z uporem dąży do celu.

Reż.: Ridley Scott Wyst.: Viggo Mortensen
USA 1997 HD **160 min ▶ do godz. 22.40**



22.10 TV PULS **Bóg zemsty**
SENSACYJNY Laura (January Jones) zostaje zgwałcona. Członek tajnej organizacji zawiera układ z jej mężem (Nicolas Cage). Pomaga mu w wyrównaniu rachunków. Pół roku później zjawia się ponownie, by zlecić zabójstwo.

Reż.: Roger Donaldson Wyst.: Guy Pearce
USA 2011 HD **125 min ▶ do godz. 0.15**



22.50 TVP 2 **Country Strong**
OBYCZAJOWY Beau jest początkującym wokalistą, a Kelly (Gwyneth Paltrow) – byłą gwiazdą muzyki country. Postanawiają wyruszyć razem w trasę koncertową po Stanach Zjednoczonych. Podróż odmienia ich życie.

Reż.: Shana Feste Wyst.: Garrett Hedlund
USA 2010 HD **130 min ▶ do godz. 1.00**

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

→ filmowe hity



19.50 TVN

Druga połowa

KOMEDIA ROMANTYCZNA Młoda kobieta wikła się w miłosny trójkąt. Będzie musiała podjąć trudną decyzję.

HIT DNIA Lekarka Magda Biernat poznaje dziennikarza sportowego Mateusza Ostrowskiego. Oboje szybko zakochują się w sobie, ale ich związek napotyka wiele przeszkód. Wybranek dziewczyny od dawna pozostaje bowiem w ostrym konflikcie z jej ojcem, Zbigniewem, selekcjonerem reprezentacji narodowej. Do tego o serce pani doktor uparcie zabiega utalentowany, ale rozkapryszony piłkarz Jarosław Kot, który nie szczędzi sił i środków, by jej zaimponować. Panowie toczą walkę, w której stawką są szczęście i miłość. HD 110 min ▶ do godz. 21.40

Polska 2021 **Reż.:** Łukasz Wiśniewski **Wyst.:** Marianna Zydek, Maciej Musiał, Jacek Knap, Cezary Pazura, Iwona Bielska

→ sport



3.50 TVP 2

Jordania – Argentyna

PIŁKA NOŻNA LIVE

Albicelestes zakończą rywalizację w grupie J spotkaniem na Dallas Stadium z wicemistrzem Pucharu Narodu Arabskich. Dla Jordańczyków już sama możliwość zmierzenia się z mistrzem świata stanowi wyróżnienie. HD 160 min ▶ do godz. 6.30



14.55 ELEVEN SPORTS 1

GP Austrii

FORMUŁA 1 LIVE Andrea Kimi Antonelli nie dojechał do mety poprzedniego grand prix w tym sezonie – na torze w Montmeló. Utrzymał jednak prowadzenie w klasyfikacji generalnej kierowców. Jak spisze się na Red Bull Ringu? HD 125 min ▶ do godz. 17.00

→ rozrywka



8.00 POLSAT

halo tu polsat

LIFESTYLE Reportaże, wywiady, porady i ciekawostki na dobry początek dnia. Agnieszka Hyży i Maciej Rock oraz pozostałe pary prowadzących zapraszają widzów na wakacyjne wydania programu, w którym jedną z atrakcji będzie przewodnik po świecie. HD 215 min ▶ do godz. 11.35



16.15 TVP 2

„Nadzieja mimo wszystko"...

WIDOWISKO Koncert Fundacji Anny Dymnej i zwieńczenie Festiwalu Zaczarowanej Piosenki. Wystąpią m.in. Joanna Kulig Maciej Balcar, Adam Nowak, Monika Kuszyńska oraz Magda Steczkowska. HD 60 min ▶ do godz. 17.15



20.00 HBO

Księgowy 2

THRILLER Christian Wolff (Ben Affleck) ma talent do rozwiązywania zagadek liczbowych. Pewnego dnia jego dawny znajomy ginie. Pozostawia po sobie tajemniczą wiadomość. Wolff podejmuje prywatne śledztwo.

Reż.: Gavin O'Connor Wyst.: Jon Bernthal
USA 2025 HD 135 min ▶ do godz. 22.15



20.00 KINO POLSKA

Boże Ciało

OBYCZAJOWY Po opuszczeniu poprawczaka Daniel (Bartosz Bielenia) trafia do prowincjonalnej parafii, gdzie podaje się za księdza. Chce pomóc lokalnej społeczności uporać się z traumą po tragicznym wypadku.

Reż.: Jan Komasa Wyst.: Aleksandra Konieczna
Polska 2019 140 min ▶ do godz. 22.20



16.45 C+ SPORT

Falubaz Zielona Góra – Motor Lublin

ŻUŻEL LIVE Słabo spisujące się w Ekstralidze Motomyszy podejmą wicemistrza Polski, który w tym roku nie uniknął wpadek. Po ośmiu rundach miał na koncie trzy porażki – to więcej niż w całym ubiegłym sezonie. HD 150 min ▶ do godz. 19.15



21.25 TVP 2

Wschód Kultury. Europejski Stadion Kultury...

KONCERT Polskie gwiazdy występują z zagranicznymi artystami. Różne muzyczne światy połączą Bovska i Jerry Heil, Mery Spolsky i Tamada oraz Ralph Kaminski i Faux Real. HD 85 min ▶ do godz. 22.50



23.30 TVP 1

Za jakie grzechy

KOMEDIA ROMANTYCZNA Lucy (Renée Zellweger), menedżerka w dużej firmie w Miami, musi przeprowadzić restrukturyzację podupadającego zakładu w Minnesocie. W nowym miejscu przewartościowuje swoje życie.

Reż.: Jonas Elmer Wyst.: Harry Connick Jr.
Kan./USA 2009 HD 105 min ▶ do godz. 1.15



23.30 TVN

Adwokat diabła

THRILLER Ambitny prawnik Kevin (Keanu Reeves) zostaje zatrudniony w prestiżowej firmie. Bezgranicznie oddaje się pracy dla charyzmatycznego szefa (Al Pacino). Jego żonę nawiedzają przerażające halucynacje.

Reż.: Taylor Hackford Wyst.: Charlize Theron
USA/Niem. 1997 HD 185 min ▶ do godz. 2.35



19.50 POLSAT

Polska – Argentyna

SIATKÓWKA LIVE Drugi tegoroczny turniej Ligi Narodów, w Gliwicach, Biało-Czerwoni zakończą bojem z mistrzem Ameryki Południowej. Tylko Argentyna i Kuba w pierwszej rundzie rozgrywek nie zdołały odnieść choćby jednego zwycięstwa. HD 150 min ▶ do godz. 22.20

→ dokument



11.00 BBC EARTH

Dzikie konie Gór Skalistych i ja

PRZYRODNICZY Gordon Buchanan przemierza góry w kanadyjskiej prowincji Alberta. Chce z bliska obserwować życie stad dzikich koni, które od zawsze go fascynowały. HD 65 min ▶ do godz. 12.05

TVP 1 HD DVB T2

5.25 **Sprawa dla reportera** – mag.
6.20 **Słownik polsko@polski** (679) – 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** (6, 7) – serial wojenny, Pol. 1968
11.00 **Ojciec Mateusz 14** (185) – serial kryminalny, Polska 2015
11.55 **Między ziemią a niebem** – magazyn
12.00 **Anioł Pański**
12.15 **Między ziemią a niebem** – magazyn
12.45 **Portret kapłana:** Ks. Grzegorz COr – cykl reportaży, Polska 2026
13.05 **BBC w Jedynce: Planeta Ziemia 3** (2) – dok., Wlk. Bryt.
14.10 **Dom** (22) – obycz., Polska 2000
16.00 **Dziedzictwo** (962) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.35 **Żona dla Polaka** (4) – reality show
18.40 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
20.05 **Sport, pogoda**
20.25 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio LIVE

TVP 2 HD DVB T2

3.40 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio LIVE
3.50 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy J: Jordania – Argentyna LIVE
6.30 **M jak miłość** (1916) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.20 **Tamte lata, tamte dni** – magazyn kulturalny
11.55 **Lato z Radiem i Telewizją Polską:** Radom – widowisko
14.00 **Familiada** – teleturniej
14.35 **Koło fortuny** (1874) – teleturniej
15.10 **Szansa na sukces. Opole 2026** (9): Anna Wyszkoni – widowisko
16.15 **„Nadzieja mimo wszystko". Koncert Fundacji Anny Dymnej** – koncert, wyk. Joanna Kulig, Maciej Balcar, Adam Nowak, Monika Kuszyńska
17.15 **Maxima. Droga na tron** (1) – serial biograficzny, Holandia 2024, reż. Saskia Diesing, Joosje Duk, wyk. Delfina Chaves, Martijn Lakemeier
18.20 **Pan Mama** (59): Wielkie żarcie – serial komediowy, Polska 2026
18.55 **Kocham Cię, Polsko!** (3) – program rozrywkowy
20.25 **Postaw na milion** – teleturniej

POLSAT HD DVB T2

4.40 **Disco Gramy**
5.25 **Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
8.00 **halo tu polsat** – magazyn
11.35 **Smerfy 2** – film familijny, USA 2013, reż. Raja Gosnell, wyk. Hank Azaria, Neil Patrick Harris, Brendan Gleeson, Jayma Mays, 130 min FILM
13.45 **RV: Szalone wakacje na kółkach** – film familijny, USA/Niemcy/Wielka Brytania 2006, reż. Barry Sonnenfeld, wyk. Robin Williams, Cheryl Hines, Joanna „JoJo" Levesque, Josh Hutcherson, 130 min FILM
Skupiony na pracy Bob pragnie naprawić relacje z zaniedbywanymi bliskimi. Obiecuje im wyprawę na Hawaje. Na zlecenie szefa musi jednak załatwić pilne sprawy w Kolorado. Rusza z rodziną w pełną przygód podróż kamperem.
15.55 **Piraci z Karaibów: Na nieznanych wodach** – film przygodowy, USA 2011, reż. Rob Marshall, wyk. Johnny Depp, Penélope Cruz, Geoffrey Rush, Ian McShane, 175 min FILM
18.50 **Wydarzenia, sport i pogoda**
19.35 **Państwo w państwie** (618) – program publicystyczny

TVN HD DVB T2

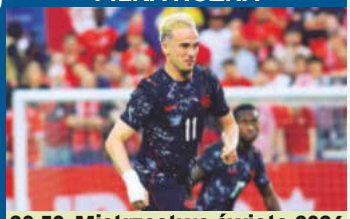
5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1682) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 **Bez kompleksów** (8) – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.30 **Co za tydzień** – magazyn kulturalny
12.10 **Ugotowani** (4) – program kulinarno-rozrywkowy
13.20 **Bella i Sebastian 2** – film familijny, Francja 2015, reż. Christian Duguay, wyk. Félix Bossuet, Tchéky Karyo, Thierry Neuvic, Margaux Châtelier, 125 min FILM
Sebastian dowiaduje się, że jego przyjaciółka zaginęła. Razem z psem Bellą wyrusza w góry na jej poszukiwania.
15.25 **Nieoczekiwana zmiana miejsc** – komedia, USA 1983, reż. John Landis, wyk. Eddie Murphy, Dan Aykroyd, Don Ameche, Ralph Bellamy, 145 min FILM
Dwaj bogacze zawierają zakład. W efekcie ich manipulacji złodziejaszek i biznesmen zamieniają się rolami.
17.50 **Kuchenne rewolucje** (3): Lublin – Pizzalover – program rozrywkowy
19.00 **Fakty, sport i pogoda**

REKLAMA



20

PIŁKA NOŻNA



20.50 Mistrzostwa świata 2026 LIVE – mecz 1/16 finału

Meczem na Los Angeles Stadium rozpoczyna się faza pucharowa. Zmierzą się w nim drużyny, które zajęły drugie miejsca w grupie A i B. Szansę na grę w tym spotkaniu ma reprezentacja Kanady. Dla współgospodarzy turnieju byłby to największy sukces na MŚ. Dotychczas nie wyszli nigdy z grupy.

23.30 **Za jakie grzechy** – komedia romantyczna, Kanada/USA 2009, reż. Jonas Elmer, wyk. Renée Zellweger, J.K. Simmons, Harry Connick Jr., Siobhan Fallon, Mike O'Brien, 105 min FILM
1.15 **Pelé: Narodziny legendy** – dramat biograficzny, USA 2016, reż. Jeff Zimbalist, wyk. Kevin de Paula, Leonardo Lima Carvalho, Seu Jorge, Mariana Nunes, 115 min FILM
3.10 **Rzymskie wakacje** – komedia romantyczna, USA 1953, reż. William Wyler, wyk. Audrey Hepburn, Gregory Peck, Eddie Albert, Hartley Power, Harcourt Williams, 120 min FILM
5.10 **Zakończenie**

KONCERT



21.25 Wschód Kultury. Europejski Stadion Kultury 2026 – Koncert Kolektywów

Rzeszowskie wydarzenie składa się z dwóch części. Podczas Koncertu Kolektywów polskie gwiazdy występują w duetach z zagranicznymi artystami. W tegorocznej edycji na liście wykonawców, którzy reprezentują różne muzyczne światy, znaleźli się: Bovska i Jerry Heil, Mery Spolsky i Tamada oraz Ralph Kaminski i Faux Real.

22.50 **Country Strong** – dramat obyczajowy, USA 2010, reż. Shana Feste, wyk. Garrett Hedlund, Gwyneth Paltrow, Tim McGraw, Leighton Meester, 130 min FILM
1.00 **Krucjata 2. Znak bliźniąt** (13-ost.) – serial kryminalny, Polska 2024
2.05 **Wielkie wesele** – komedia romantyczna, USA 2013, reż. Justin Zackham, wyk. Robert De Niro, Diane Keaton, Katherine Heigl, Amanda Seyfried, 100 min FILM
3.45 **Rodzinka.pl** (184) – serial komediowy, Polska 2016
4.15 **Zakończenie**

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN



19.50 Liga Narodów: mecz: Polska – Argentyna LIVE

Zespół Nikoli Grbicia spróbuje zrewanżować się mistrzom Ameryki Południowej za porażkę 1:3 w ubiegłorocznym Memoriale Huberta Wagnera. Jeśli mu się uda, zbliży się do wywalczenia awansu do finałów Ligi Narodów.

22.20 **Bad Boys for Life** – komedia sensacyjna, USA/Meksyk 2020, reż. Bilall Fallah, wyk. Will Smith, Martin Lawrence, Vanessa Hudgens, Alexander Ludwig, Kate del Castillo, 150 min FILM HIT DNIA
Z więzienia ucieka szefowa kartelu narkotykowego. Detektyw Burnett porzuca myśl o przejściu na emeryturę i wraz z partnerem wyrusza za nią w pościg.
0.50 **Nigdy więcej** – thriller, USA 2002, reż. Michael Apted, wyk. Jennifer Lopez, Billy Campbell, Tessa Allen, Juliette Lewis, 145 min FILM
3.15 **Świat według Kiepskich** (381, 382): Plajstejszyn; Kontener – serial komediowy, Polska 2012
4.25 **Kabaretowa Ekstraklasa** (132) – program rozrywkowy

KOMEDIA ROMANTYCZNA



19.50 Druga połowa FILM – Polska 2021, 110 min

Lekarka Magda zakochuje się w dziennikarzu sportowym Mateuszu. Wkrótce odkrywa, że jest on skłócony z jej ojcem, trenerem piłkarskiej reprezentacji. Sytuację komplikuje gwiazdor futbolu Jarosław, który wszelkimi sposobami zabiega o względy dziewczyny.

21.40 **Za miłość** – koncert Transmisja koncertu otwierającego Malta Festival, podczas którego polskie piosenki ułożą się w spójną opowieść o różnych odsłonach miłości. Wystąpią między innymi Grzegorz Turnau i Natalia Szroeder.
23.30 **Adwokat diabła** – thriller, USA/Niemcy 1997, reż. Taylor Hackford, wyk. Al Pacino, Charlize Theron, Keanu Reeves, Jeffrey Jones, 185 min FILM
2.35 **Szpital św. Anny** (124, 125) – serial obyczajowy, Polska 2026
4.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
4.55 **Nauka jazdy 5** (10) – program rozrywkowy
5.20 **Recepta na stary dom 3** (2) – program rozrywkowy

P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB T2

5.05 **Szkoła** (756) – serial paradokumentalny, Polska 2019
6.05 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 2** (23) – program rozrywkowy
7.00 **Nowe Zwariowane Melodie** (38, 39) – serial animowany, USA 2018
7.30 FILM **Kroniki Spiderwick** – film fantasy, USA 2008, reż. Mark Waters, wyk. Freddie Highmore, Sarah Bolger, Nick Nolte, Mary-Louise Parker, 120 min
Bliźniacy oraz ich siostra Mallory przeprowadzają się wraz z matką do wiktoriańskiej rezydencji. Rodzeństwo znajduje w starym domu wiele ciekawych przedmiotów. Odkryta na strychu magiczna książka przenosi dzieci w świat przygód.
9.30 **Ukryta prawda** (1420-1424) – serial paradokumentalny, Polska 2022
14.35 **Szpital św. Anny** (15, 16) – serial obyczajowy, Polska 2025
16.35 **Detektywi** (328): Wielka wygrana – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
17.40 FILM **Footloose** – film muzyczny, USA 2011, reż. Craig Brewer, wyk. Kenny Wormald, Julianne Hough, Dennis Quaid, Andie MacDowell, 140 min
Niepokorny Ren przeprowadza się do konserwatywnego miasteczka Bomont. Wbrew zakazowi pastora chce urządzić bal maturalny. Wspiera go Ariel, córka surowego duchownego. Rodzi się między nimi uczucie.

SENSACYJNY



20.00 FILM **Na zabójczej ziemi** – USA 1994, 135 min
Forrest Taft podczas prac wiertniczych na Alasce odkrywa, że jego firma chce pozbawić mieszkańców ziemi i zniszczyć środowisko naturalne. Staje do walki z bezwzględnym koncernem.
22.15 FILM **Oszukać przeznaczenie 4** – horror, USA 2009, reż. David R. Ellis, wyk. Bobby Campo, Shantel VanSanten, Nick Zano, Haley Webb, 95 min
Nick wybiera się z przyjaciółmi na wyścigi samochodowe. Cudem udaje im się przeżyć, gdy wybucha pożar. Przeznaczenie dopomina się o swoje ofiary.
23.50 FILM **Mroczna dzielnica** – film sensacyjny, USA/Australia/Kanada 2001, reż. Andrzej Bartkowiak, wyk. Steven Seagal, Isaiah Washington, Anthony Anderson, DMX, 135 min
2.05 **Żyjąc z potworem 8** (15) – serial dokumentalny, USA 2020
3.05 **Fachowcy** (1) – serial paradokumentalny, Polska 2017
3.40 **Dorota was urządzi!** (11, 12) – program rozrywkowy

TV PULS HD DVB T2

6.00 **Taki jest świat 11** (26) – program informacyjny
6.40 **Kobra – oddział specjalny** (18): Powaga życia – serial sensacyjny, Niemcy 2015
7.45 **Don Matteo: Boski detektyw 14** (15, 16): Dar, część 1; Dar, część 2 – serial kryminalny, Włochy 2024
9.55 **Zaklinaczka duchów 4** (64, 65) – serial fantasy, USA 2008-2009
11.50 FILM **Agent XXL 2** – komedia, USA 2006, reż. John Whitesell, wyk. Martin Lawrence, Nia Long, Emily Procter, Zachary Levi, 115 min
13.45 FILM **Złote dziecko** – komedia przygodowa, USA 1986, reż. Michael Ritchie, wyk. Eddie Murphy, Charles Dance, Charlotte Lewis, Victor Wong, 120 min
15.45 FILM **Need for Speed** – film sensacyjny, USA/Filipiny/Irlandia 2014, reż. Scott Waugh, wyk. Aaron Paul, Dominic Cooper, Imogen Poots, 160 min
Tobey, kierowca rajdowy, wychodzi na wolność po odbyciu kary za przestępstwo, w które wrobił go nieuczciwy wspólnik. Ma zamiar upokorzyć go podczas słynnego wyścigu.
18.25 FILM **Jumper** – film przygodowy, USA/Kanada 2008, reż. Doug Liman, wyk. Hayden Christensen, Samuel L. Jackson, Diane Lane, Jamie Bell, 95 min
Nastoletni David odkrywa, że potrafi teleportować się w dowolne miejsce na ziemi. Niezwykłe umiejętności ściągają na niego niebezpieczeństwo.

THRILLER



20.00 FILM **Niedziela z gwiazdami: Pasażer** – USA/Francja 2018, 130 min
Agent ubezpieczeniowy Michael MacCauley spotyka w pociągu tajemniczą Joannę. Podczas rozmowy okazuje się, że nieznajoma posiada zaskakująco dużo informacji o życiu mężczyzny. Daje mu też zadanie – zanim pociąg dotrze do celu, Michael musi znaleźć osobę, której nie powinno tam być. Jeśli nie zdoła rozwiązać zagadki, zginie jego rodzina oraz reszta pasażerów.
22.10 FILM **Bóg zemsty** – dramat sensacyjny, USA 2011, reż. Roger Donaldson, wyk. Nicolas Cage, Guy Pearce, January Jones, Harold Perrineau, 125 min
Żona Willa zostaje zgwałcona. Przedstawiciel tajnej organizacji proponuje, że ukarze oprawcę. Wkrótce Will przekonuje się, że sprawiedliwość ma wysoką cenę.
0.15 FILM **Skazany** – film sensacyjny, USA 2017, reż. Ric Roman Waugh, wyk. Nikolaj Coster-Waldau, Omari Hardwick, Lake Bell, Jon Bernthal, 155 min
2.50 **Zobacz to!** – pr. powtórkowe

PULS 2 HD DVB T2

6.00 **Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej** (8) – pr. rozrywk.
7.00 **Taki jest świat 11** (26) – program informacyjny
7.20 **Aukcja w ciemno 3** (25, 26) – serial dokumentalny, USA 2013
8.20 **Aukcja w ciemno** (1) – serial dokumentalny, USA 2011-2012
8.45 **Wojciech Cejrowski. Boso – Meksyk/Paragwaj** (10, 11) – serial dokumentalny, Pol. 2015
10.10 FILM **Zwariowany weekend** – komedia, Francja/Włochy 1968, reż. Robert Dhéry, wyk. Louis de Funes, Andréa Parisy, Franco Fabrizi, Michele Alexandre, 105 min
11.55 FILM **Gamoń** – komedia, Francja/Włochy/Hiszpania 1965, reż. Gérard Oury, wyk. Bourvil, Louis de Funes, Venantino Venantini, Henri Génes, 145 min
14.20 FILM **Najpiękniejsze baśnie: Szczęśliwy pechowiec** – baśń filmowa, Czechy/Słowacja 2012, reż. Jiří Strach, wyk. Filip Cíl, Martina Zábranská, Ivan Trojan, Jiří Dvořák, 140 min
16.40 FILM **Najpiękniejsze baśnie: Uczeń zegarmistrza** – baśń filmowa, Czechy/Słowacja 2019, reż. Jitka Rudolfová, wyk. Michael Balcar, Dana Droppová, Éva Bandor, Miroslav Krobot, 125 min
18.45 FILM **Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Królewna Śnieżka** – baśń filmowa, Niemcy 2009, reż. Thomas Freundner, wyk. Sonja Kirchberger, Laura Berlin, Nicolás Artajo-Kwasniewski, Jörg Schüttauf, 75 min

DRAMAT PRZYGODOWY



20.00 FILM **Centurion** – Wielka Brytania 2010, 120 min
Rok 117 n.e., Cesarstwo Rzymskie. Lud Piktów napada na jedną z przygranicznych twierdz i bierze do niewoli centuriona Quintusa. Udaje mu się zbiec. Wówczas potężny Dziewiąty Legion pod wodzą generała Virilusa rusza do boju, by ostatecznie pokonać wrogie plemię. Przeciwnicy zaskakują Rzymian sprytem i sprawnością w walce.
22.00 **Dzielnica strachu 9** (398-402) – serial kryminalny, Polska 2025
Podczas strzelaniny między handlarzami narkotyków jedna osoba ginie na miejscu. Z zamieszania korzysta świadek, który kradnie bandytom neseser pełen gotówki. Lubecki i Majcher badają okoliczności zajścia.
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 9** (475) – serial obyczajowy, Polska 2021
4.00 **Lombard. Życie pod zastaw 4** (182) – serial obyczajowy, Polska 2019
5.00 **Lombard. Życie pod zastaw 10** (496) – serial obyczajowy, Polska 2022

NETFLIX



GLADIATOR 2

Lucjusz (Paul Mescal), który jako dziecko widział śmierć Maximusa, chce walczyć na arenie. Zamierza się przeciwstawić dwóm cesarzom. Zmaga się z gniewem. Musi zmierzyć się z przeszłością, aby znaleźć odwagę i honor potrzebne do przywrócenia Wiecznemu Miastu jego dawnej chwały.
►dram. histor., USA 2024; 148 min



PANIE PRZODEM

Arogancki Damien Sachs (Sacha Baron Cohen) ma pieniądze i wpływy. Właśnie przygotowuje się do objęcia funkcji prezesa dużej agencji reklamowej. Budzi się w alternatywnej rzeczywistości – w świecie, w którym to kobiety sprawują pełnię władzy. Rywalizuje z ambitną Alex Fox (Rosamund Pike).
►kom. romant., USA 2026; 90 min



MINECRAFT: FILM

Garrett (Jason Momoa), Henry (Sebastian Hansen), Natalie (Emma Myers) i Dawn (Danielle Brooks) zmagają się z problemami. Życie tej czwórki zmienia się, kiedy magiczny portal wciąga ich do dziwacznej krainy pełnej sześcianów. Overworld okazuje się miejscem, w którym wszystko jest możliwe.
►fantasy, Szwecja/USA 2025



BERLIN I „DAMA Z GRONOSTAJEM"

Sewilla. Berlin (Pedro Alonso) i Damián (Tristán Ulloa) ponownie kompletują zespół, aby upozorować kradzież słynnego obrazu. Tak naprawdę planują zamach na księcia Malagi i jego żonę, którzy próbowali ich szantażować. Arystokrata okazuje się wyjątkowo mściwy.
►krym. (8 odc.), Hiszpania 2026

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.05 **Smerfy:** FILM **Poszukiwacze zaginionej wioski** – film animowany, USA/Hongkong 2017, 90 min
7.35 **FBI: Most Wanted 4** (13) – serial kryminalny
8.25 **Zabójcza broń 3** (10, 11) – serial sens.
10.25 **MacGyver 2** (1-5) – serial akcji, USA
15.10 **FBI: Most Wanted 3** (9-13) – serial kryminalny, USA 2020 W centrum handlowym dochodzi do strzelaniny. Gibson, Ortiz i Gaines z policją mają zlokalizować ładunki wybuchowe.

TVP SERIALE

5.40 **Na sygnale** (857) – serial fab.-dokum.
6.20 **Czterdziestolatek** (14-16) – serial obyczajowy, Pol. 1976
9.35 **U Pana Boga w ogródku** (6, 7) – serial kom., Pol. 2008
11.25 **Czterej pancerni i pies** (1, 2) – serial wojenny, Polska 1966
13.35 **Ojciec Mateusz 29** (373, 374) – serial kryminalny, Pol. 2023
15.30 **Komisarz Alex 24** (302) – serial kryminalny, Pol. 2025
16.30 **Ranczo 8** (95) – serial obyczajowy, Pol. 2014
17.30 **Czterej pancerni i pies** (3, 4) – serial wojenny, Polska 1966

TVP KULTURA DVB T2

9.00 **Przystań nad Biblią**
9.20 **Wątki** – film dokum., Polska 2025
9.55 **Alhambra, utracony raj** – dok., Fr. 2024
11.05 **Kosmos 1999** (8) – s.f.
12.10 **Opole – koncertowe wspomnienia** (8)
12.35 **14. Krajowy Festiwal Piosenki Polskiej Opole '76. Mikrofon i ekran** – pr. rozrywk.
14.20 **Zabawka** – komedia, FILM Francja 1976, 105 min
16.05 **Noce i dnie** (1)
17.15 **Niedziela z...** – kult.
18.05 **Majewska – Korcz okrągłe 31 lat**
18.55 **Benefis Włodzimierza Korcza** – artystyczny

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 4** (11)
7.00 **Moje pieczone** FILM **kurczaki** – obycz., Polska 2002, 80 min
8.20 **Arktyka** – dramat FILM przygodowy, Islandia 2018, 120 min
10.20 **Szczęki. Megahit Hollywoodu** – film dokum., Francja 2025
11.35 **The Office PL 2** (10-12) – serial kom.
13.30 **Porwanie** FILM **Heinekena** – dramat sens., Belgia/Holandia/USA 2015, 105 min
15.15 **Sprawa nierozwiązana** (6-10)
17.45 **Włamanie** FILM **na śniadanie** – komedia kryminalna, USA 2001, 145 min

CANAL+ PREMIUM HD

10.00 **Dziki robot** – anim., FILM USA 2024, 100 min
11.40 **Larger than Life: Złota era boysbandów** – film dokum., USA 2024
13.15 **Morderstwo** FILM **w ambasadzie** – film kryminalny, Wielka Brytania 2025, 85 min
14.40 **Kiedy nadchodzi** FILM **jesień** – dram. obycz., Fr. 2024, 100 min
16.20 **Making of CANAL+** – magazyn filmowy
16.30 **Krucjata Bourne'a** FILM – thriller, USA/Niemcy 2004, 105 min
18.15 **Niania w Nowym** FILM **Jorku** – komedia romantyczna, USA 2007, 105 min

HBO HD

9.10 **Grinch** – film anim., FILM Francja/Japonia/USA 2018, 85 min
10.35 **IO** – dramat FILM obyczajowy, Polska/Włochy 2022, 85 min
12.00 **Wichrowe wzgórza** FILM – dramat obyczajowy, USA/Wielka Brytania 2026, 135 min
14.15 **Kochanek królowej** FILM – dramat historyczny, Dania/Szwecja/Czechy 2012, 135 min
16.30 **Do usług szanownej** FILM **pani** – komediodram., Luksemburg/Francja 2023, 110 min
18.20 **Co będzie dalej?** FILM – komediodramat, USA 2023, reż. Meg Ryan, 100 min

20

SENSACYJNY



20.00 **Uprowadzona 2** FILM – Francja/USA/Turcja 2012, 120 min

Emerytowany agent Bryan Mills jedzie na wakacje do Stambułu. Staje do nierównej walki z bandytami, którzy zagrażają jego rodzinie.

22.00 **Uprowadzona 3** FILM – film sens., Fr./Hiszp./USA 2014, 130 min
0.10 **Hostel 3** – horror, FILM USA 2011, reż. Scott Spiegel, 110 min
2.00 **Legion** – thriller, USA FILM 2010, 115 min
3.55 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (8) – krym.

KRYMINALNY



19.40 **Ojciec Mateusz 29** (375-377) – Pol. 2023

Dziennikarz Galos przyjeżdża do miasta, aby przeprowadzić z Mateuszem wywiad do książki biograficznej. Nazajutrz jego partnerka odkrywa, że mężczyzna zniknął.

22.35 **Ranczo 8** (96, 97) – serial obycz., Polska
0.25 **Rodzinka.pl** (292, 293) – kom., Pol.
1.35 **Korona królów. Jagiellonowie** (7, 8)
2.40 **Erynie** (5) – krym., Pol.
3.40 **Londyńczycy** (1)
4.35 **Polowanie na ćmy** (3) – serial hist., Polska

DRAMAT KOSTIUMOWY



20.00 **Valmont** – Francja/ FILM Wielka Brytania/USA 1989, 145 min

Byli kochankowie, markiza de Merteuil i hrabia de Valmont, utrzymują przyjacielskie stosunki. Markiza planuje pełną finezji zemstę na swoim niewiernym adoratorze.

22.25 **Kulturalni** (24) – mag.
23.20 **Sean Penn, amerykański wichrzyciel** – film dokum., Francja 2024
0.30 **Gruboskórca** – film animowany, Fr. 2022
0.40 **Bestie wokół nas** – film anim., Polska

KRYMINALNY



20.10 **Detektyw Surprenant: Morderstwo na wyspie** (1-6)

Śledczy z Montrealu, André Surprenant, jedzie na Wyspy Magdaleny, gdzie ma zająć się sprawą śmierci córki burmistrza. W drogę wchodzi mu komisarz Gingras.

1.40 **Poof** – krótkometraż.
2.00 **Minuta ciszy** (6-ost.)
3.00 **Julia wraca** FILM **do domu** – dramat obycz., Niemcy/Kan./Pol. 2002, 115 min
4.55 **Kot** – film krótkometr.
5.05 **Klangor** (6) – krym.

THRILLER

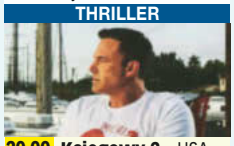


20.00 **Herosi wojny** P! FILM – USA 2024, 105 min

Gunner, były żołnierz sił specjalnych, rusza z grupą kompanów do Wenezueli. Musi ocalić porwaną bratanicę, reporterkę Julię, która ma przy sobie cenne nagranie.

21.45 **The Killer** – thriller, FILM USA/Kanada/Korea Południowa 2024, reż. John Woo, 125 min
23.50 **Być kochaną** – dram. FILM obycz., Norwegia/Szwecja 2024, 105 min
1.35 **Niezniszczalna** – film FILM sensacyjny, Wielka Brytania 2024, 100 min

THRILLER



20.00 **Księgowy 2** – USA P! 2025, 135 min FILM

Christian ma talent do rozwiązywania zagadek liczbowych. Pewnego dnia jego dawny znajomy ginie. Pozostawia po sobie tajemniczą wiadomość.

22.15 **Queer** – dram. obycz., FILM Wł./USA 2024, 135 min
0.30 **Zaułek koszmarów** FILM – dramat psycholog., Kanada/Meksyk/USA 2021, 150 min
3.00 **Ród smoka 3** (2)
4.05 **30 dni mroku** FILM – horror, USA/Nowa Zelandia 2007, 115 min

AXN WHITE

6.20 **I kto to mówi 3** – kom., FILM USA 1993, 105 min
8.05 **Napisała: Morderstwo 5** (6-10) – serial kryminalny
13.15 **Unforgettable: Zapisane w pamięci 4** (4-8) – krym.
18.00 **Dowody zbrodni** (11-15)
22.55 **Saga „Zmierzch": Przed** FILM **świtem. Część 2** – film fantasy, USA 2012, 135 min
1.10 **Książę i ja** – komedia FILM romant., 2004, 130 min
3.20 **Smerfy: Poszukiwacze** FILM **zaginionej wioski** – film animowany, 2017, 105 min
5.05 **Dr House 2** (24) – obycz.
5.50 **Blok promocyjny AXN White**

AXN BLACK

6.00 **Renegat 5** (3) – serial sens.
6.45 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6** (3, 4) – serial kryminalny, USA/Kan. 2005
8.20 **S.W.A.T. 5** (5-8) – serial sensacyjny, USA 2021-2022
12.15 **Gwiezdne wrota 2** (4-8) – serial s.f., USA/Kan. 1998
17.10 **Rekrut 4** (8-11) – serial kryminalny, USA 2022
21.00 **S.W.A.T. 5** (5-8) – serial sensacyjny, USA 2021-2022
0.35 **Rekrut 4** (8-11) – serial kryminalny, USA 2022
4.15 **S.W.A.T. 5** (5, 6) – serial sensacyjny, USA 2021-2022
5.50 **Blok promocyjny AXN Black**

WARNER TV

11.05 **Miłość jak narkotyk** FILM – komedia romantyczna, USA 1997, 125 min
13.10 **Akademia policyjna 7:** FILM **Misja w Moskwie** – kom., USA 1994, 95 min
14.45 **Taxi 4** – komedia sens., FILM Francja 2007, 105 min
16.30 **Pan niania** – komedia, FILM USA 1993, 90 min
18.00 **Naciągacze** – komedia FILM kryminalna, 2003, 145 min
20.25 **Głupi i głupszy 2: Kiedy** FILM **Harry poznał Lloyda** – kom., USA 2003, 95 min
22.00 **Yellowstone 2** (5, 6)
23.55 **Bullitt** – film sensacyjny, FILM USA 1968, 135 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (121-123) – serial paradokumentalny, Polska
8.55 **Niania** (89-94) – serial komediowy, Polska
12.00 **Miodowe lata** (19-23) – serial komediowy, Polska
15.00 **Co ludzie powiedzą?** (14-16) – serial komediowy
16.55 **Świat według Kiepskich** (50, 202-205) – serial kom.
20.00 **Poirot** (8-10) – serial kryminalny, Wielka Brytania
23.10 **Columbo** (15, 16) – serial kryminalny, USA
2.25 **Święty** (185-187) – serial komediowy, Polska 2022
4.00 **48h. Zaginieni** (81, 82) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.00 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
6.15 **Nadzieja** – dramat sens., FILM Pol./Niemcy 2006, 100 min
7.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
8.10 **Kung Fu Panda 3** – anim., FILM Chiny/USA 2016, 95 min
9.45 **Pan Tadeusz** – kostium., FILM Pol./Francja 1999, 150 min
12.15 **Azyl** – dramat FILM biograficzny, 2017, 120 min
14.15 **L.A.R.P. Miłość, trolle** FILM **i inne questy** – komedia, Polska 2025, 95 min
15.50 **Asekuracja** – film krótkometraż., Pol.
16.15 **Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego** – film dokumentalny, Polska 2024
17.45 **Jason Bourne** – thriller, FILM USA 2016, reż. Paul Greengrass, wyk. Matt Damon, 120 min
19.45 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Gdy zgasną światła** FILM – film sens., 2024, 85 min
21.25 **Wojna o przetrwanie** FILM – horror, Australia 2025, reż. Luke Sparke, 130 min
23.35 **Innego końca nie będzie** FILM – film obycz., 2024, 85 min
1.00 **Trzy miłości** – thriller FILM erot., Polska 2025, 100 min
2.40 **Polana pośród brzeziny** FILM – dramat obyczajowy, Fr./Pol./Niemcy 2003, 90 min
4.10 **Imago** – dramat biograf., FILM Polska 2023, 110 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Naruto** (14-16) – serial anime, Japonia 2003
11.20 **Wszystkie kolory świata 5** (5) – serial dokumentalny, Fr. 2024
12.20 **Prost** (4-6) – serial dokumentalny, Fr. 2024
14.00 **Mały Grand Hotel** (6) – serial komediowy, Polska
14.20 **Łapu capu** – program rozrywkowy
14.30 **Premiera: Naruto** (26) – serial anime, Japonia 2003
15.00 **Premiera: Naruto Destruction of the Hidden Leaf Village** (1, 2) – serial anime, Japonia 2003
15.55 **Planeta Singli. Osiem historii** (6) – serial komediowy, Polska 2021
16.50 **Godzina zero** (3, 4) – serial kryminalny, Wielka Brytania
18.25 **The Office PL 5** (4-6) – serial komediowy, Polska
20.00 **Pieniądze i krew** (11, 12) – serial kryminalny, Fr./Bel.
22.00 **Czarownice Mayfair** (5, 6) – serial fantasy, USA 2023
23.40 **Algorytm miłości** (1-5) – serial komediowy, Polska 2024
2.30 **Small World** (1-3) – serial sensacyjny, Polska 2021
5.00 **Mały Grand Hotel** (8) – serial komediowy, Polska
5.25 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy

CANAL+ 360 HD

6.00 **8 wspaniałych** (8) – dok.
6.50 **Chwila prawdy** (4) – dok.
7.55 **Okręty wojenne** (6) – dok.
9.00 **Porzucone konstrukcje** (4) – serial dok., Wlk. Bryt.
9.55 **Wykrywacz historii 6** (3)
11.00 **Pelé: Król gry** – dok., 2023
12.05 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Legia – Raków
14.15 **Wolne duchy. Starcie z żywiołami** (8) – dok.
15.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (3) – serial dok., Niem. 2023
16.05 **Zabójcze drogi** (4) – dok.
17.00 **Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie 2** (3) – pr. rozr.
18.00 **Sung Kang – szybki i dociekliwy** (4) – dok.
19.00 **Co poszło nie tak 3** (1)
20.00 **Porzucone konstrukcje** (5) – serial dok., Wlk. Bryt.
21.00 **W trasie z Normanem Reedusem 3** (6) – dok.
22.00 **Słodko-gorzki** – dramat FILM obycz., Pol. 1996, 115 min
23.55 **Kryptonim Polska** (2)
0.50 **Cztery pory Igi** (2) – dok.
2.00 **Twardzielki** (9) – dok., Pol.
2.40 **Ludzie morza** (3) – dok.
3.45 **Polska z góry: Stadiony** (8) – serial dok., Polska 2024
4.15 **Polska z góry: Stadiony 2** (1) – dok., Pol.
4.55 **Pogotowie remontowe Wieśka** (1, 2) – mag.

HBO 2 HD

13.35 **Scott Pilgrim kontra** FILM **świat** – komedia fantasy, 2010, 110 min
15.25 **Jumanji: Następny** FILM **poziom** – film przygodowy, USA 2019, 120 min
17.25 **Duża ryba** FILM – komediodramat, USA 2003, 125 min
19.30 **I.S.S.** – thriller s.f., USA FILM 2023, 95 min
21.05 **Człowiek w ogniu** FILM – dramat sensacyjny, USA/Wlk. Bryt. 2004, 140 min
23.25 **Fachowiec** – sens., Wielka FILM Brytania/USA 2025, 110 min
1.15 **Until Dawn** – horror, FILM USA/Węgry 2025, 100 min

HBO 3 HD

11.50 **Julia 2** (2) – serial biograf.
12.40 **Doktor Larsen 2** (21)
13.25 **Le Mans '66** – dramat FILM biograficzny, 2019, 150 min
15.55 **Gerta Schnirch** (1, 2) FILM – dramat hist., Czechy/Niemcy 2025, 175 min
18.50 **Ta inna siostra Bennet** (1) – kostium., Wlk. Bryt.
19.20 **Miniaturowa żona** (1) – serial komediowy, USA
20.00 **Ród smoka 3** (1) – fantasy
21.00 **Królowe podziemia** (6)
21.55 **Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem** (1) – kom.
22.25 **Stamtąd 4** (7)
23.15 **Obcy: Romulus** – horror FILM s.f., 2024, 120 min

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

8.25 **Byli sobie podróżnicy** (15-17)
10.15 **Jeźdźcy smoków na końcu świata** (34-36) – serial anim.
11.40 FILM **Rodzina Addamsów 2** – film animowany, USA/Kanada 2021, 115 min
13.35 FILM **Małolaty na obozie** – film familijny, USA 2007, 110 min
15.25 FILM **Jaś Fasola: Nadciąga totalny kataklizm** – komedia, Wielka Brytania/USA 1997, 115 min
17.20 FILM **Hancock** – film sens., USA 2008, 100 min
19.00 FILM **Ghost Rider 2** – thriller s.f., USA/ZEA 2011, 120 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Tata ma plan** (16-20) – serial komediowy
8.30 **Teoria wielkiego podrywu 4** (24) – kom., USA 2010-2011
9.00 **Teoria wielkiego podrywu 5** (1-10) – kom., USA 2011-2012
13.35 **Przyjaciele 4** (22-24) – kom., USA 1997-1998
15.05 **Przyjaciele 5** (1-3) – kom., USA 1998-1999
16.35 **Tata ma plan** (11-13) – serial komediowy
18.05 FILM **Naga broń 2 1/2: Kto obroni prezydenta?** – komedia sensacyjna, USA 1991, reż. David Zucker, wyk. Leslie Nielsen, Priscilla Presley, 115 min

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (770) – serial paradokum.
6.00 **Kino w drodze** (3) – program kulturalny
6.30 **Po pierwsze kino** (9)
6.35 **Prawo Agaty 3** (9-11) – serial obycz., Polska
9.30 **Liga potworów** FILM – film animowany, USA 2022, 125 min
11.35 **Znachor** FILM – dramat obyczajowy, Polska 1981, 175 min
14.30 **Cast Away: Poza światem** FILM – dramat przygodowy, USA 2000, 185 min
17.35 **Aquaman i zaginione królestwo** FILM – film s.f., USA/Australia/Islandia 2023, 145 min

13 ULICA

6.15 **Follow** (4) – serial sensacyjny, Fr. 2023
7.00 **Na granicy:** FILM **Demokracja umiera w ciemności** – film kryminalny, Niemcy 2018, reż. Matthias Glasner, wyk. Maria Simon, Lucas Gregorowicz, Jürgen Vogel, 120 min
9.00 **Chicago P.D. 10** (20-22) – serial kryminalny, USA 2022
11.40 **Chicago P.D. 11** (1-7) – serial kryminalny, USA 2024, wyk. Jason Beghe
18.05 **Niewidomy detektyw** (3) – serial kryminalny, Austria/Niemcy 2019

KINO POLSKA

7.00 **Przygody Myszki** (12, 13) – serial anim.
7.25 **Reksio** (3, 5) – anim.
7.50 **Polska Kronika Filmowa** – serial dok.
8.25 FILM **Basia sama w domu** – kom., 2021, 105 min
10.10 FILM **Pan Anatol szuka miliona** – komedia obycz., 1958, 105 min
11.55 FILM **Podróż za jeden uśmiech** – film przyg., 1972, 115 min
13.50 FILM **Wielka majówka** – film obyczajowy, 1981, 120 min
15.50 FILM **Pokaż, kotku, co masz w środku** – komedia, 2011, 120 min
17.50 FILM **Piłsudski** – film biograf., 2019, 130 min

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Komisarz Rex 2** (9-12) – serial krym., Niemcy/Austria
10.00 **Hudson & Rex 8** (4, 6, 7) – serial kryminalny, Kan. 2024
13.00 **Top Dog. Ameryka** (1) – serial dok., USA
14.30 **Komisarz Rex** FILM **– Początek** – film kryminalny, Niemcy/Austria 1997, 120 min
16.30 **Tata i małolata** FILM – komedia, USA/Francja 1994, reż. Steve Miner, 110 min
18.20 **Motylem jestem, czyli romans czterdziestolatka** – komedia obyczajowa, Polska 1976, reż. Jerzy Gruza, 100 min

SENSACYJNY



21.00 FILM **Klasyczna niedziela: Maksimum ryzyka** – USA 1996, 120 min

Francuski stróż prawa Alain zamierza na własną rękę wytropić i ukarać zabójców brata bliźniaka. Wypowiada wojnę rosyjskiej mafii.

23.00 FILM **Bejbis** – komedia, Polska 2022, 155 min
1.35 **Ślad** (27) – serial krym., Pol. 2018-2019
2.35 **Gliniarze** (345, 346) – serial paradokum., Polska 2019
4.35 **Na ratunek 112** (852, 853) – serial paradokum., Pol. 2023

KOMEDIA



20.00 FILM **Naga broń 33 1/3: Ostateczna zniewaga** – USA 1994, 110 min

Policja dowiaduje się o zamachu, który ma zostać dokonany podczas wręczenia Oscarów, i prosi porucznika Franka Drebina, by zawiesił emeryturę i wrócił do służby.

21.50 **Colin od rachunków** (1, 2) – kom., Australia
23.05 **Comedy Club 4** (7, 8)
0.05 **Miasteczko South Park** (3-6)
2.00 **Pracoholicy 2** (1-4)
4.00 **Śmieszniej nie będzie 5** (17-20)

SCIENCE FICTION



20.00 FILM **Jestem legendą** – USA/Australia 2007, 140 min

Rok 2012. Ludzkość dziesiątkuje tajemnicza zaraza. Ocalały naukowiec Robert Neville stara się znaleźć antidotum na chorobę. Zagrażają mu krwiożercze potwory.

22.20 FILM **Randka w ciemno** – komedia romant., Polska 2009, 105 min
0.05 **Top Gun** – film sens., USA 1986, 145 min
2.30 **Top 100: filmy wszech czasów** (7)
3.05 **Szkoła** (741) – serial paradokum.

KRYMINALNY



20.00 FILM **Morderstwo w Saint-Paul De Vence** – Francja 2017, 120 min

W basenie zostaje znalezione ciało kobiety. Kapitan policji Marie Jourdan jest pewna, że nie był to wypadek. Prowadzi śledztwo pod kątem popełnienia morderstwa.

22.00 FILM **Morderstwa w Tours** – film krym., Francja 2018, 120 min
0.00 FILM **Zbrodnia w Luberon** – film kryminalny, Francja 2018, 125 min
2.05 **Kobra – oddział specjalny** (3, 4)

DRAMAT OBYCZAJOWY



20.00 FILM **Boże Ciało** – 2019, 140 min

Daniel wychodzi z poprawczaka. Przekonująco gra rolę księdza i zdobywa zaufanie parafian. Misterna intryga może się jednak posypać za sprawą dawnego kolegi.

22.20 FILM **Job, czyli ostatnia szara komórka** – komedia obyczajowa, 2006, 115 min
0.15 **Ekstradycja 3** (1, 2)
2.55 FILM **Co dzień bliżej nieba** – dramat obycz., 1984, 145 min
5.20 **Przez ciebie, po tobie** – krótkometraż.

DRAMAT OBYCZAJOWY



20.00 FILM **G.I. Jane** – USA/Wlk. Bryt. 1997, 160 min

Na wniosek senator DeHaven porucznik Jordan O'Neil dołącza do oddziału komandosów. Mimo przeszkód udowadnia, że kobieta może czynnie służyć w armii.

22.40 **Karma** – thriller, USA 2015, 115 min
0.35 **Haker** – kom. sens., Polska 2002, 105 min
2.20 **Cicha noc** – dramat obyczajowy, Polska 2017, 130 min
4.30 **Starożytna apokalipsa 2** (4) – serial dok., Wlk. Bryt.

CINEMAX HD

10.20 FILM **Wstrząs** – dramat obyczajowy, 2015, 120 min
12.20 FILM **Gdyby ulica Beale umiała mówić** – dramat obyczajowy, 2018, 120 min
14.20 FILM **Ad Astra: Ku gwiazdom** – film przyg., USA/Chiny/Brazylia 2019, 120 min
16.20 FILM **Liberator 2** – film sensacyjny, 1995, 100 min
18.00 FILM **Pan i pani Smith** – kom. sens., USA 2005, 120 min
20.00 FILM **Stoker** – dramat psychologiczny, Wielka Brytania/USA 2013, 100 min
21.40 FILM **Jerry Maguire** – dramat obyczajowy, 1996, 135 min
23.55 FILM **Fargo 3** (3, 4) – serial krym.

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

8.30 **Świat według Kiepskich** (3-8) – serial kom., Pol. 2008
11.30 **Bob kocha Abishole** (9-14) – serial komediowy
14.30 **Święty** (16-20) – kom., Pol.
17.00 **Świat według Kiepskich** (4-11) – serial kom., Polska
21.00 **Co ludzie powiedzą? 4** (4, 5) – kom., Wlk. Bryt. 1993
22.25 **Jedną nogą w grobie** (5, 6) – kom., Wlk. Bryt. 1990
23.50 **Jedną nogą w grobie 2** (1) – serial kom., Wlk. Bryt.
0.30 **Czarna Żmija 2** (6) – kom.
1.10 **Czarna Żmija 3** (1) – kom.
2.00 **Grono nie-pedagogiczne 3** (16-20)
4.30 **Comedy Club 2** (3-5)

SCI FI

9.10 **Grimm 6** (2-6) – fantasy
13.50 **Ministerstwo Czasu 4** (7, 8) – serial przyg., Hiszp.
16.20 FILM **xXx: Reaktywacja** – film sensacyjny, Chiny/Kanada/USA 2017, 130 min
18.30 **Saga „Zmierzch": Zaćmienie** – film fantasy, USA 2010, 150 min
21.00 **Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 1** – film fantasy, USA 2011, 145 min
23.25 FILM **Resident Evil: Witajcie w Raccoon City** – horror, Kan./Niemcy 2021, 135 min
1.40 **Dorwać Cartera** – film sensacyjny, 2000, 130 min
3.50 **Odrodzeni** (4, 5) – serial s.f.

FX HD

6.50 **FBI 3** (14, 15) – serial krym.
8.40 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (17-19) – krym., USA
11.25 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (3-5)
14.10 **Agenci NCIS** (24) – sens.
15.05 **Agenci NCIS 10** (1) – sens.
16.00 **Z archiwum X** (13, 14)
17.55 **Faceci w czerni** – kom. FILM s.f., USA 1997, 120 min
19.55 **Faceci w czerni 3** – kom. FILM s.f., USA 2012, 130 min
22.05 **Szklana pułapka 2** – film FILM sensacyjny, 1990, 145 min
0.30 **Na krawędzi** – film sens., FILM USA/Fr./Wł. 1993, 140 min
2.50 **Zabójcze umysły 14** (3, 4) – serial kryminalny, USA

FILMBOX+ ONE HD

11.35 FILM **Kung Fu Panda 2** – anim., USA/Kanada 2011, 100 min
13.15 FILM **Ściśle tajne** – komedia, USA 1984, 115 min
15.10 FILM **Wojownicze Żółwie Ninja: Zmutowany chaos** – anim., USA/Japonia/Kan. 2023, 140 min
17.30 FILM **BFG: Bardzo Fajny Gigant** – film familijny, USA/Indie 2016, 150 min
20.00 FILM **Niepokonani** – dramat przygodowy, USA/Polska/ZEA 2010, 165 min
22.45 FILM **Millennium: Zamek z piasku, który runął** – dram. krym., Dania/Niem./Szwecja 2009, 180 min

ROMANCE TV HD

12.40 FILM **Gabinet z widokiem na morze: Cała naprzód!** – film obycz., 2025, 110 min
14.30 **Detektyw von Fock** (5, 6)
16.20 FILM **Nord Nord Mord – Tajemnica Clüvera** – komedia kryminalna, Niemcy 2015, 115 min
18.15 **Zagłosuj na miłość** FILM – komedia romantyczna, Kanada 2023, 105 min
20.00 FILM **Bliźniacza miłość** – kom. romant., USA 2021, 120 min
22.00 FILM **Miłość jak ze snu?** – film obyczajowy, 2019, 110 min
23.50 FILM **Inga Lindström: Droga do ciebie** – film obycz., Niemcy 2005, 110 min

CINEMAX 2 HD

11.15 FILM **Dziewczyna z Kolonii** – biograf., 2025, 115 min
13.10 FILM **Amerykanin** – film obycz., Armenia 2022, 120 min
15.10 FILM **Panoptykon** – obycz., Gruzja/Fr./Wł. 2024, 95 min
16.45 FILM **Motyl i skafander** – dramat biograficzny, Francja/USA 2007, 110 min
18.35 FILM **E.T.** – film s.f., USA 1982, 115 min
20.30 FILM **Zapach kobiety** – dramat obyczajowy, 1992, 155 min
23.05 FILM **Moje miejsce jest tutaj** – komediodramat, Włochy/Niemcy 2024, 110 min
0.55 FILM **Młode serca** – film obycz., Bel./Hol. 2024, 100 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

6.00 **Lekarze na start** (13-18) – serial obycz., Polska 2017
10.20 **Poirot 3** (1-4) – serial kryminalny, Wielka Brytania
14.55 **Zatraceni w miłości** (16-20) – telen., Turcja 2023
20.00 **Zagadki kryminalne nowej panny Fisher** (3) – serial krym., Australia
21.00 **Morderstwo to nic trudnego** (2) – serial kryminalny, Wielka Brytania
22.00 **Poirot 12** (4) – serial krym.
23.55 **Zatraceni w miłości** (16-20) – telen., Turcja 2023
4.20 **Zagadki kryminalne nowej panny Fisher** (2, 3) – serial krym., Australia

NOVELAS+ HD

5.00 **Historia Juany** (31-35) – telenowela, Meksyk 2024, wyk. Camila Valero
10.00 **Otchłań namiętności** (104-108) – telenowela, Meksyk 2012
15.00 **Róże i grzechy** (3-7) – telenowela, Turcja 2025, wyk. Murat Yildirim
20.00 **Rubi** (100, 101) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori
22.00 **Za wszelką cenę** (74-78) – telenowela, Brazylia 2025, wyk. Paolla Oliveira
3.00 **Rubi** (100, 101) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori

FX COMEDY HD

5.20 **Genialna Morgane 2** (8, 1) – serial kryminalny, Fr.
7.30 **Diabli nadali 7** (18-22)
10.00 **Diabli nadali 8** (1-5)
12.30 **Sposób użycia 5** (10-14)
15.00 **Wszyscy kochają Raymonda 4** (10-15)
18.00 **Wybuchowa para** – kom. FILM sens., USA 2010, 140 min
20.20 **Men in Black: International** – kom. s.f., FILM Chiny/USA 2019, 140 min
22.40 **Jackass – świry w akcji** – kom., USA 2002, 100 min
0.20 **Family Guy: Głowa rodziny 23** (17, 13-16)
2.55 **Wszyscy kochają Raymonda 4** (16-19)

FILMBOX+ HITS HD

10.20 FILM **Pokonać górę** – dramat przygodowy, 2024, 110 min
12.10 FILM **Wyścig o życie** – dramat przygodowy, 2023, 120 min
14.10 FILM **Linoleum** – komediodram., USA 2022, 115 min
16.05 FILM **Belcanto** – melodramat, USA 2018, 135 min
18.20 FILM **W kręgu zdrady** – thriller, Kanada 2017, 100 min
20.00 FILM **To nasza młodość** – kom. obycz., USA 2014, 110 min
21.50 FILM **Edge of the World** – film przygodowy, Chiny/Malezja/USA 2021, 115 min
23.45 FILM **Poznajmy się jeszcze raz** – komediodramat, Francja/Bel. 2019, 125 min

PARAMOUNT NETWORK HD

13.05 FILM **Lara Croft: Tomb Raider** – film przyg., 2001, 135 min
15.20 FILM **Lara Croft Tomb Raider: Kolebka życia** – film przygodowy, USA/Niemcy/Japonia 2003, 150 min
17.50 FILM **Gliniarz z Beverly Hills** – komedia sensacyjna, USA 1984, 130 min
20.00 FILM **Ostra jazda** – komedia, USA 2000, reż. Todd Phillips, 120 min
22.00 FILM **American Psycho** – thriller, 2000, 120 min
0.00 FILM **Milczenie owiec** – thriller, USA 1991, 155 min
2.35 FILM **Ucieczka z Alcatraz** – film sens., 1979, 145 min

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

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
10.30 **Wspinaczka:** World Series w Pradze – prowadzenie – finały
12.00 **Kolarstwo kobiet:** Mistrzostwa Francji
13.00 **Kolarstwo kobiet:** Mistrzostwa Hiszpanii
13.30 **Kolarstwo:** LIVE Mistrzostwa Hiszpanii – wyścig ze startu wspólnego
15.15 **Kolarstwo:** LIVE Mistrzostwa Francji – wyścig ze startu wspólnego
17.15 **Kolarstwo kobiet:** Mistrzostwa Francji
18.30 **Snooker:** MŚ w Sheffield – finał
20.00 **Żużel** – magazyn
20.30 **Kolarstwo:** Mistrzostwa Hiszpanii

POLSAT SPORT 1 HD
6.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Polska – Niemcy
9.00 **Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski
10.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Polska – Niemcy
12.45 **Siatkówka mężczyzn:** LIVE Liga Narodów – mecz: Chiny – Niemcy
16.15 **Siatkówka mężczyzn:** LIVE Liga Narodów – mecz: Francja – Japonia Japończycy pierwszą część rozgrywek zakończyli z kompletem czterech zwycięstw.

CANAL+ SPORT HD
6.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lechia Gdańsk – Korona Kielce
8.30 **Piłka nożna:** 2. liga hiszpańska – finałowy mecz barażowy: Malaga CF – Almeria
11.00 **Liderzy. W centrum gry** (1) – dok., Pol.
12.10 **Turbokozak** – magazyn piłkarski
13.20 **Turbokozak** – mag.
14.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026
15.40 **Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**
16.45 **Żużel:** PGE Ekstraliga: LIVE Falubaz – ORLEN OIL Motor Lublin

TVP SPORT DVB T2 HD
3.50 **Piłka nożna:** LIVE Mistrzostwa świata 2026: Algieria – Austria
6.40 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – mecz grupy L: Chorwacja – Ghana
9.00 **Mundialowy poranek** (17) – mag.
10.35 **Polska Liga Żeglarska** – mag.
11.00 **Wioślarstwo:** LIVE Zawody PŚ w Lucernie – finały
15.00 **Lekkoatletyka:** LIVE Memoriał Czesława Cybulskiego – Poznań 2026
19.00 **Dzień na mundialu** (17) – mag. piłkarski
20.15 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 **LaLiga Best 11** – magazyn piłkarski
7.55 **GP Confidential** – magazyn Formuły 1
8.35 **Formuła 3:** LIVE Grand Prix Austrii
10.05 **Formuła 2:** LIVE Grand Prix Austrii
11.15 **F2: Chasing the Dream** – mag. motor.
11.30 **Formuła 1:** Grand Prix Austrii – sesja kwalifikacyjna
12.55 **Formuła 1:** Grand LIVE Prix Austrii – parada kierowców
13.30 **Formuła 1:** Grand LIVE Prix Austrii – studio
15.00 **Formuła 1:** LIVE Grand Prix Austrii
17.00 **Formuła 1:** Grand LIVE Prix Austrii – studio

DISCOVERY CHANNEL HD
9.00 **Złomowisko PL 2** (4, 5) – serial dokum.
11.00 **Kamperem przez świat** (5) – dok., Pol.
12.00 **Przygody truckerki** (4) – serial dokum., Pol.
13.00 **Ciężarówką przez Afrykę** (3) – dok., Pol.
14.00 **Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5** – serial dok.
15.00 **Fukushima: dni, które wstrząsnęły światem** (2) – dok.
16.00 **Specjalistki** (5) – dok.
17.00 **Nic do ukrycia** (8) – serial dok., Pol. 2021
18.00 **Celnicy na straży Szwecji 4** (6) – dok.
19.00 **Włoska kontrola celna** (5) – dok., Wł.
20.00 **Akta ekspedycji 2**

20

KOLARSTWO



21.00 **Mistrzostwa Francji** – wyścig ze startu wspólnego

W 2025 roku po złoto sięgnął Dorian Godon. Weźmie on udział także w tegorocznych zmaganiach. Jego celem jest obrona tytułu najlepszego francuskiego kolarza.

22.00 **Motocross:** Mistrzostwa Świata w Aguedzie – wyścigi w klasie MX2 i MXGP
0.00 **FIA World Endurance Championship:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN



19.45 **Liga Narodów** LIVE – mecz: Polska – Argentyna

Polacy zakończą gliwicki turniej meczem z mistrzem Ameryki Płd. Zespół Nikoli Grbicia chce zrewanżować się Argentyńczykom za porażkę 1:3 w ubiegłorocznym Memoriale Huberta Wagnera.

22.00 **Siatkówka mężczyzn:** LIVE Liga Narodów – studio
23.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Polska – Argentyna
1.00 **Boks**

ŻUŻEL



19.15 **PGE Ekstraliga:** Stal LIVE Gorzów – Unia Leszno

Poprzednie spotkanie tych zespołów 50:40 wygrały Byki. Piotr Pawlicki zdobył wówczas osiem punktów.

21.30 **Magazyn PGE Ekstraliga** – mag.
23.15 **Boks:** BKFC Fight Night: Hammond: C. Vancamp – G. Cisneros
0.30 **Liderzy. W centrum gry** (1) – dok., Pol.
1.50 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Jagiellonia Białystok – Lech
4.20 **Magazyn PGE Ekstraliga** – mag.

PIŁKA NOŻNA



20.50 **Mistrzostwa świata 2026** LIVE – mecz 1/16 finału

Kanadyjczycy nigdy nie wyszli z grupy podczas mundialu. Liczą na to, że w turnieju, którego są współgospodarzami, przejdą do historii.

0.10 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy K: Kolumbia – Portugalia
0.45 **Sporty walki:** Oktagon 90 w Berlinie
3.00 **Boks:** Gala w Las LIVE Vegas – waga lekka: Edwin De Los Santos – Jose Valenzuela

FORMUŁA 1



18.00 **Grand Prix Austrii**

Kimi Antonelli imponuje formą w tym sezonie – zanotował pięć zwycięstw z rzędu. Po nieukończonym wyścigu w Barcelonie Włoch ma dodatkową motywację, by w Austrii wrócić na podium.

20.00 **Formuła 2:** GP Austrii
21.15 **Formuła 3:** GP Austrii
22.40 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (5, 6)
23.45 **Made in Italy** (11) – magazyn piłkarski
0.00 **Ligue 1 Show** (33)
0.40 **Bundesliga Special** (21) – mag. piłkarski

DOKUMENTALNY



21.00 **Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5**

Freddy i Juan przyjeżdżają do Idaho, by wesprzeć początkującego górnika, który zamknął rodzinny warsztat samochodowy, aby spróbować sił w wydobyciu złota.

22.00 **Teorie spiskowe pod lupą** – serial dok.
23.00 **W oku cyklonu: Łowcy burz** (1) – dok.
0.00 **Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata**
2.00 **Królowie asfaltu 7** (3) – reality show

EUROSPORT 2 HD
12.00 **FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans
14.00 **Motocross:** Mistrzostwa LIVE Świata w Aguedzie – 1. wyścig w klasie MX2 i w klasie MXGP
16.00 **Formuła E:** ePrix Chin
17.00 **Motocross:** Mistrzostwa LIVE Świata w Aguedzie – 2. wyścig w klasie MX2 i w klasie MXGP
19.00 **Kolarstwo:** Mistrzostwa Francji
20.00 **Golf:** Travelers LIVE Championship – finał
1.00 **Snooker:** Turniej Masters w Londynie – finał: Kyren Wilson – John Higgins

POLSAT SPORT 2 HD
6.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
8.30 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
11.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
13.15 **Siatkówka mężczyzn:** LIVE Liga Narodów: Iran – Kuba
16.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
18.00 **Lekkoatletyka:** LIVE Diamentowa Liga w Paryżu
20.15 **Siatkówka mężczyzn:** LIVE Liga Narodów: Serbia – USA
23.00 **Sporty walki:** UFC Fight Night – walka: Rafael Fiziev – Manuel Torres
1.00 **Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
8.30 **Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – mecz półfinałowy gry pojedynczej
11.00 **Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – półfinał
13.00 **Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – finał
15.30 **Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – półfinał
18.00 **Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – półfinał
20.30 **Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – finał
23.00 **Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – półfinał
1.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lech Poznań – Lechia Gdańsk

EXTREME CHANNEL HD
6.00 **Action Sports World** (1, 2) – magazyn sportowy
8.00 **KPW Kombat TV** (8) – program sportowy
9.00 **WWE Classic Gold** (55) – program sportowy
10.00 **AEW Dynamite** (2625) – program sportowy
12.00 **AEW Collision 2** (2625)
14.00 **AEW PPV** (8) – pr. sportowy
19.00 **AEW Collision** (2528) – program sportowy
21.00 **PTW Wrestling** (27, 6) – program sportowy
3.45 **WWE Highlights** (59) – program sportowy
4.00 **Action Sports World** (3, 4) – magazyn sportowy

ELEVEN SPORTS 2 HD
12.00 **Piłka nożna:** Stuttgart – Bayern Monachium
14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Pisa SC – Inter
16.00 **Piłka nożna:** Bayern – VfL Wolfsburg
18.00 **Bundesliga Goal Special** (22) – magazyn piłkarski
18.30 **Ligue 1 Show** (35) – mag.
19.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – US Lecce
21.00 **Piłka nożna:** FC Barcelona – UD Levante
23.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (1, 2) – mag.
0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Metz – PSG

DISCOVERY LIFE HD
10.30 **Kosmetyczne rewolucje**
11.15 **Megasknery 2** (5, 6) – dok.
12.45 **Klinika bez tajemnic**
15.45 **Jak to robią zwierzęta?**
16.15 **Misja ratunkowa** (8, 9)
17.45 **Wycieczkowiec** (4) – serial paradok., Pol. 2024
18.45 **W czym do ślubu?** (3, 4)
19.45 **Salon sukien ślubnych: Indie** (4, 5) – pr. rozrywk.
20.45 **Dziecko czy oszustka. Przypadek Natalii Grace**
21.45 **Rodzina wielkiej wagi**
22.45 **Historie wielkiej wagi**
0.45 **Sekrety lekarzy** (5)
1.45 **Powrót doktora Szczyta**
2.45 **Szpital** (324, 325)
4.45 **Pojedynek na modę** (1)

POLSAT SPORT FIGHT HD
12.15 **Sporty walki:** Hybrid MMA 7: Włodarek – Grigore
14.25 **Strzelnica Navala** (6)
14.55 **Futbol amerykański:** LIVE Europejska Liga Futbolu – mecz: Firenze Red Lions – Wrocław Panthers
18.00 **Sporty walki:** FEN 59: D. Rzepecki – P. Duński
19.50 **Boks:** Babilon Boxing Show w Raszynie: Jan Lodzik – Jamshid Rikhsiev
22.05 **K.O. TV Classics** (45)
22.55 **Sporty walki:** TFL 33: M. Gola – J. Lech
1.25 **Boks:** Polsat Boxing Promotions 13: O. Iglesias – A. Welikowskij

POLSAT SPORT 3 HD
6.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
8.00 **Tenis:** Turniej ATP na Majorce – finał
10.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
12.45 **Siatkówka mężczyzn:** LIVE LN: Bułgaria – Ukraina
15.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
16.15 **Siatkówka mężczyzn:** LIVE LN: Kanada – Brazylia
20.15 **Siatkówka mężczyzn:** LIVE LN: Słowenia – Włochy
23.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
11.45 **Żużel:** 2. Ekstraliga: Wilki – Stal Rzeszów
14.30 **Żużel:** 2. Ekstraliga LIVE – mecz: Moonfin Ostrów Wlkp. – Polonia Piła
17.15 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026
18.20 **Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**
19.20 **Premier League Stories**
20.00 **Liderzy. W centrum gry**
21.00 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 160
23.15 **Magazyn PGE Ekstraliga**
0.55 **Boks:** BKFC Fight Night: C. Vancamp – G. Cisneros

ELEVEN SPORTS 4 HD
12.00 **Piłka nożna:** Real Madryt – Real Oviedo
14.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial**
15.00 **Ligue 1 Show** (35) – mag.
15.30 **Made in Italy** (5, 6) – mag.
16.00 **Piłka nożna:** Lille OSC – Olympique Marsylia
18.00 **Piłka nożna:** 1. FC Heidenheim – 1. FC Köln
20.00 **Piłka nożna:** Espanyol – Real Madryt
22.00 **Bundesliga Monthly Special** (1) – mag. piłkarski
22.30 **Bundesliga Special** (18)
23.00 **Ligue1 Season Review**
0.00 **Piłka nożna:** FC Alverca – FC Porto

ELEVEN SPORTS 3 HD
11.40 **Królowie goli** – mag.
12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Juventus – Roma
14.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – Athletic Club
16.00 **Made in Italy** (9-11, 8)
17.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (5, 6) – mag.
18.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Milan – Sassuolo
20.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Eintracht – BVB
22.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Lille – Paris FC
0.00 **Bundesliga Special**
1.00 **LaLiga Best 11** – mag.

CANAL+ DOKUMENT HD
10.00 **Polska z góry** (3-5) – dok.
11.40 **Victor Wembanyama**
13.30 **Kambodża z góry** – dok.
14.30 **Australia: Dziki kontynent** – film dokum.
15.25 **Odległości** – film dokum.
17.00 **Dynastia Kimów: Czas zemsty** (1, 2) – serial dok.
18.50 **Ravensbrück. Ostatni świadkowie** – film dok.
19.55 **Rave** – film dok., Pol. 2024
21.25 **Świat zwierząt – rodzicielstwo** (1-3)
0.40 **Zabójcze asteroidy. Jak uniknąć apokalipsy**
1.40 **O co biega?** (13) – mag.
2.20 **Twardzielki** (1-3) – dok.
4.10 **Polowanie na Hitlera**

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
8.00 **Zoom na architekturę**
10.00 **Jak to jest zrobione?** – dok.
12.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16** (20)
12.30 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń** – serial dok.
14.00 **Czy jest z nami inżynier?** (1, 2) – dok.
16.00 **Jak działa wszechświat?** (8) – serial dokumentalny
18.00 **Jak to jest zrobione? 25** (24, 26) – serial dokumentalny
19.30 **Jak to jest zrobione?** – dok.

ID HD

6.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 8** – serial dok.
8.00 **Sprawiedliwość po amerykańsku** (2) – serial dokumentalny
10.00 **Mój sąsiad morderca 3** – dok.
12.00 **Sprawiedliwi z Teksasu** – dok., USA
14.00 **W sieci kłamstw** (9)
16.00 **Zbrodnia w sąsiedztwie 2** – dok., USA
17.00 **Zbrodnia w sąsiedztwie** – serial dokumentalny
18.00 **Żyjąc z potworem** – serial dokumentalny
20.00 **Żyjąc z potworem: jak wychowałem mordercę** – dok., USA

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

8.00 **Katastrofy pod lupą** (1, 2) – serial dok., USA
10.00 **W pułapce żywiołów** (8) – dok.
11.00 **Porzucone konstrukcje** (11)
12.00 **Wielkie konstrukcje: Megasamolot**
13.00 **Logistyka na wielką skalę** (1) – dok., Niem.
14.00 **Inżynieria po katastrofie** (3) – dok.
15.00 **Imperium Mongołów: Historia Czyngis-chana** (2)
16.00 **Egipt: Miejsce pełne tajemnic** (7) – dok.
17.00 **Kluczowe tygodnie wojny** (5, 6) – dok.
19.00 **Tajemnice Strefy 51** – film dok., USA 2010

FOKUS TV DVB T2

6.00 **Wehikuł czasu** (628)
6.05 **48h. Zaginieni** (34) – serial krym., Polska
7.00 **Rolnicy. Podlasie** (37, 38) – serial dok.
9.00 **Wioski wioseczki** (6, 7) – serial dokum.
10.00 **Podglądacze przyrody** (3, 4) – dok.
11.00 **Z klimatem i z pasją** (6) – program publicyst.
11.30 **Wojny magazynowe** (12-16)
14.00 **Gwiazdy lombardu 25** (12)
15.00 **Technologie jutra** (3, 4) – serial dokum.
17.00 **Rolnicy. Podlasie** (23-26) – serial dok.
21.00 **Podglądacze przyrody 2** (8) – dok.
21.30 **Górale** (16) – dok., Pol.

TVP HISTORIA DVB T2

10.00 **Tajemnice kultowych seriali** (5)
10.55 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja
11.55 **Wenecja, miasto wyrosłe z bagien**
13.00 **Attenborough i jurajski potwór morski**
14.00 **Flesz historii** (767)
14.30 **Cwał** – komediodram., FILM Pol. 1995, 110 min
16.20 **Starożytne mocarstwa** (3) – dok.
17.15 **Ex Libris** – magazyn
17.40 **Blisko, coraz bliżej** (9) – obycz., Pol. 1982
19.00 **Islandia: na granicy zimnej wojny** (2)
20.05 **Byliśmy pierwsi. Poznań '56** – film dokum., Polska 2016

HISTORY HD

10.10 **Gwiazdy lombardu 25** (19, 20, 15)– reality show, USA 2023
13.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 5** (1) – serial dok., USA
14.00 **Piątka z historii** (4) – serial dokumentalny
14.25 **David Duchovny: archiwum tajemnic 2** (3) – dok.
15.20 **Starożytni kosmici 17** (9) – dok.
16.10 **Tajemnice starożytności: śmierć** (3) – dok., Kan.
17.10 **Naziści na tropie skarbów** (4-6) – serial dokum., Australia 2025
20.00 **Tom Hanks: II wojna światowa** (9) – dok.

DOKUMENTALNY



20.00 Wyprawa w nieznane 10 – USA

Josh Gates i Parker Schnabel rozpoczynają śledztwo w sprawie nieudanego napadu w Kalifornii. Trop prowadzi do zaginionych skarbów o wartości 10 mln dolarów.

21.00 Wyprawa w nieznane 9 – dok.
22.00 Sekrety Houdiniego – serial dok., USA
23.00 Smakołyki z fabryki – film dokumentalny
0.00 Jak działa wszechświat? – dok.
2.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok.

DOKUMENTALNY



21.00 Zagadkowa tożsamość Benjamana Kyle'a

Nowi świadkowie zaczynają mówić i rzucają światło na nieznaną dotąd przeszłość Williama Powella oraz jego związki z mafią. Twórcy odkrywają sieć powiązań.

23.00 Boysbandy: mroczna strona sławy – film dokum.
1.00 Zagadkowa tożsamość Benjamana Kyle'a
3.00 Mroczne piętno 3
4.00 Mój sąsiad morderca 3 – dok.

DOKUMENTALNY



20.00 Czarnobyl: Świadkowie tragedii (4): Prawda

Ponad rok po wybuchu pracownicy elektrowni trafiają przed sąd. Okazuje się, że zniknęło niemal 180 ton niebezpiecznego paliwa. Śledczy znajdują tajne dokumenty

21.00 Największe katastrofy budowlane (10) – serial dok., Wlk. Bryt.
22.00 Katastrofa w przestworzach (3, 4, 7) – serial dokum.
2.00 Alaska: Następne pokolenie (13, 14)

DOKUMENTALNY



22.00 Hezbollah. Polowanie na ludzi – Francja 2024

Kulisy infiltracji, która pozwoliła Izraelczykom zniszczyć struktury Hezbollahu. Film analizuje skuteczność nowoczesnego wywiadu w walce z terroryzmem.

23.00 Pogromcy mafii (2) – serial dok., Pol. 2024
0.00 Największe śledztwa CBŚP (2): Kibole – serial dokum.
1.00 Rolnicy. Podlasie (5-8) – serial dokum.
5.00 Kołowrotek (3, 4) – magazyn wędkarski

DRAMAT SPOŁECZNY



21.00 Poznań '56 – Polska FILM 1996, reż. Filip Bajon, 120 min

W Wielkopolsce wybuchają protesty. Młody robotnik Żenek staje się mimowolnym przywódcą demonstrantów. Gwałtownym zamieszkom przyglądają się dwaj chłopcy.

23.00 Niewinni czarodzieje FILM – dramat obyczajowy, Polska 1960, reż. Andrzej Wajda, 100 min
0.40 Siostry. Dziesięć panien mądrych – film dokumentalny, Polska 2022

DOKUMENTALNY



21.00 II wojna światowa: wyścig zbrojeń (2)

Podczas konfliktu z lat 1939-45 trwała nie tylko walka na frontach, lecz także zacięty wyścig inżynieryjny. Najnowsze projekty w istotny sposób wpłynęły na wynik wojny.

22.00 Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2 (15) – dok.
23.00 Tom Hanks: II wojna światowa (10) – dok.
23.55 Starożytni kosmici 14 (17) – serial dok., USA 2021
0.50 Starożytni kosmici 17 (9) – dok.

DISCOVERY HISTORIA HD

8.00 **Na tropach tajemnic** (6)
9.00 **Wyścigi po antyki** – dok.
10.00 **Skarby z szopy – klasyki**
12.00 **Łowcy staroci** – dok.
13.00 **Walka o bagaż** (3, 4)
14.00 **Tajemnice starożytnych mumii** – serial dok., USA
15.00 **Gra o skarb** – serial dok.
17.00 **Tajemnice ziemi – Hiszpania** (4) – dok.
18.00 **Pogromca mitów w akcji** (2) – serial dok.
19.00 **Na ratunek starociom** (8, 9) – serial dokumentalny
20.00 **Podziemne sekrety**
23.00 **Nawiedzona Irlandia**
1.00 **Wielki szwindel** – dok.
2.00 **Seryjni mordercy**

PLANETE+ HD

12.30 **Mongolia. Pomiędzy niebem a ziemią** (2)
13.35 **Dzikie psy** (2) – film dok.
14.45 **Niewolnicy Kanału Panamskiego** – film dok.
15.55 **1312. Afryka odkrywa Amerykę** – film dokum., Fr.
17.00 **Ginące rzemiosła Korei**
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4** (49, 50)
18.40 **Mam zamek** (8) – dok.
19.10 **Mam zamek 2** (1) – dok.
19.45 **Nicole Kidman. Oczy szeroko otwarte** – dok.
20.50 **Henry Ford. XX-wieczny życiorys** – film dokum., Fr.
22.00 **Sekta** (2) – serial dok., Fr.
23.55 **Triady. Chińska mafia podbija świat** (3) – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

15.00 **Sekrety dzikich Indii: królowie dżungli** (1)
16.00 **Dzikie szlaki Europy** (2)
17.00 **Drapieżcy z raf koralowych** – film dokum.
18.00 **Najdziwniejsze gatunki** (3) – serial przyrodniczy
19.00 **Przedziwna planeta Ziemia** (7) – serial dokum.
20.00 **Europa z powietrza** (6)
21.00 **Najgroźniejsi mieszkańcy Alaski** (1)
22.00 **Olśniewająca Ameryka: Południowy Zachód** (1)
23.00 **Katavi – utracony raj Afryki** (3) – serial dokum.
0.00 **Najgroźniejsze zwierzęta świata** (6, 7)

POLSAT VIASAT NATURE HD

10.00 **Zaczarowane góry: w sercu Niemiec** – dok.
11.05 **Dzika Słowacja z Nigelem Marvenem**
12.15 **Ukryte klejnoty Skandynawii** – film dok.
13.10 **Skandynawia** (1, 2) – dok.
15.30 **Atlantyk – najdzikszy ocean** (1-3) – film dokum.
18.55 **Płetwale błękitne: powrót olbrzymów**
19.50 **Podwodne miasto** (4)
21.00 **Zwierzęta: mistrzowie survivalu** (4, 5) – dok.
23.15 **Drapieżniki** – serial dok.
0.05 **Afrykańskie drapieżniki: wielka czwórka** (4) – dok.
1.10 **Wojny zwierząt** (4) – dok.

BBC EARTH HD

11.00 **Dzikie konie Gór Skalistych i ja** – film dok.
12.05 **W okowach mrozu 3** (2)
13.05 **Ben Fogle: wyścig do źródła Nilu** (2) – dok.
14.05 **Najpiękniejsza droga Wielkiej Brytanii** (1, 2)
16.15 **Mroźna planeta II: kulisy 2** (3) – serial dokum.
16.30 **Zdrowa zmiana 2** (7, 8)
17.50 **W okowach mrozu 3** (2)
18.50 **Mroźna planeta** (3, 4)
21.00 **Dzikie konie Gór Skalistych i ja** – film dok.
22.05 **W okowach mrozu 3** (2)
23.05 **Dlaczego giną wieloryby?** (1) – film dok.
0.10 **Układ Słoneczny** (5)

ANIMAL PLANET HD

11.00 **Weterynarz z Gór Skalistych 5** – serial dok.
13.00 **Klan z Alaski** (8, 9) – dok.
15.00 **Pory roku z Adamem Wajrakiem** – przyrod.
17.00 **Cztery kąty, cztery łapy** – serial dokumentalny, USA
18.00 **Podwodny świat z bliska** – serial dok., USA
19.00 **Jak to robią zwierzęta?**
20.00 **Zagadki świata zwierząt** – serial dok., USA
21.00 **Nowojorskie Zoo – Bronx** – serial dok., USA
22.00 **Baseny jak z bajki** – dok.
23.00 **Gryzący mordercy** – dok.
1.00 **Supermoce małych stworzeń** – serial dok.

TVP DOKUMENT HD

14.45 **Misja: Morze Śródziemne. Podwodne muzeum** – film dokum., Fr.
15.50 **Sekrety dzikich kwiatów** (4) – serial dok.
16.55 **Kultura miejska** (4)
17.55 **Sanatorium miłości 3** (8)
18.50 **Agatha Christie: w stulecie Herkulesa Poirota i miss Marple**
20.10 **Tom Cruise: ostatnia gwiazda filmu** – film dok.
21.35 **Gwardia Szwajcarska. Armia Watykanu** – dok.
22.40 **Tamte lata, tamte dni**
23.20 **Portret zdezorientowanego ojca** – dok., Fr./Norwegia

POLSAT DOKU HD

14.10 **Zaginione złoto II wojny światowej** (4) – serial dok.
15.10 **Poszukiwacze historii**
15.30 **I wojna światowa w liczbach** (4) – serial dok.
16.35 **Hitlerowscy poszukiwacze skarbów**
17.35 **Skanowanie historii** (4)
18.40 **Koszty wojny** (4) – dok.
19.55 **Najsłynniejsze napady**
20.50 **Megakonstrukcje przeszłości** (4) – dok., Fr.
22.00 **Kosmos – niewyjaśnione tajemnice starożytności** (8) – serial dokumentalny
22.55 **Sekrety Biblii** (4) – dok.
23.55 **Kroniki Hitlera** (2) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

6.00 **Australijscy łowcy bydła 2** (5) – dok., Australia
6.30 **Drewno z Kolumbii Brytyjskiej 2** (8) – dok.
7.10 **Drwal z Vancouver Island** (1-4) – reality show
11.15 **Kowboje z zimnych wód** (6-10) – serial dok.
16.05 **Australijscy poszukiwacze złota 7**
21.00 **Special Ops: Prawda**
22.10 **Tytani KSW** (3) – film dok.
23.10 **Militarny ranking** (4)
0.15 **Czarodzieje z kanadyjskich złomowisk 2** (4-9) – dok.
4.55 **Australijscy łowcy bydła 2** (6, 7) – serial dok.

POLSAT VIASAT HISTORY HD

11.30 **DNA Hitlera: geny dyktatora** (1, 2) – dok.
13.35 **Cesarz: powstanie i upadek dynastii** (1-3)
16.40 **Sekretne życie rzymskich cesarzy** – dok.
17.55 **Królowe areny: kobiety-gladiatorki** – film dok., Wielka Brytania 2025
19.10 **Stalin, mój ojciec** – dok.
21.00 **II wojna światowa: Agentki** (4) – serial dokum.
22.05 **Lądowanie w Normandii: Historia żołnierza** (1, 2) – dok.
0.05 **Wielkie konflikty: powstania i upadki cywilizacji** (3) – serial dok.

CI POLSAT HD

16.00 **Akta Fajbusiewicza** (2, 3)
17.00 **Zbrodnia: oszukać prawdę** (4) – serial dokum.
18.00 **Kobiety, które zabijają: wyznania zza krat** (5)
19.00 **Sprawa Iwony Wieczorek** (2) – film dok.
20.00 **Chippendales: mroczne sekrety** (2) – serial dok.
21.00 **Nastoletni mordercy** (3)
22.00 **Najbardziej szokujące pościgi 2** (11, 12) – dok.
23.00 **Dowody zbrodni: Morderstwa na bagnach** (4) – dok.
23.55 **Seryjni mordercy: Grim Sleeper** – film dok., USA
0.50 **Dzieci, które zabijają 3**

TRAVEL CHANNEL HD

6.00 **Z wędką na koniec świata** (10) – serial dok.
7.05 **Śluby świata** (1) – pr. rozr.
8.05 **Smakuj świat z Pascalem** (1-4)
10.50 **Ambasady luksusu** (2)
11.50 **Patent na Chiny** (1, 2)
14.00 **Człowiek kontra jedzenie** (30-33) – mag.
16.00 **Kobieta na krańcu świata** (1-4) – serial dok.
18.15 **Ciężarówką przez Stany**
21.15 **Moja wielka włoska przygoda** (1, 2) – pr. rozr.
23.20 **Mój przyjaciel grizzly**
1.20 **W co wierzą Osbournowie** (10-13)
5.25 **Za Donalem... do Europy**

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

12.50 Słowo na niedzielę
13.00 Transmisja mszy świętej z parafii Narodzenia Najświętszej Maryi Panny w Gietrzwałdzie
14.15 Janosik (11, 12)
16.00 Niedziela z... – kult.
16.45 63. KFPP w Opolu – 45 lat. Jubileusz Lady Pank
17.05 Ja wam pokażę! (8)
17.55 Teleexpress
18.15 Kabaretomaniacy
19.10 „Nadzieja mimo wszystko". Koncert Fundacji Anny Dymnej – koncert
20.10 Program informacyjny 19.30
20.40 Pogoda

TVP ROZRYWKA

8.55 Kiedyś to było...
9.30 Koło fortuny (2038)
10.10 Tańcząca ze światem – Malta (4)
10.40 Szansa na sukces. Opole 2026 2 (7)
11.50 Postaw na milion
13.40 Prywatne życie zwierząt 14 (7)
14.05 Program rozrywkowy
14.25 Przyrodnik na tropie (36) – dok.
15.00 Olga Lipińska zaprasza (6)
15.50 Va banque (964, 965) – teleturniej
17.00 Koło fortuny (2039)
17.40 Szansa na sukces. Opole 2026 2 (8)
18.45 Łowcy śmiechu (2)
19.50 Moje przeboje (11)

POLSAT CAFÉ

6.00 Komisarz Mama (15, 16) – serial krym.
8.00 Bogaty dom – biedny dom (126)
9.00 Rolniczki (11, 12) – serial dok., Pol. 2024
11.00 Działkowcy (4) – dok.
12.00 Darek Stolarz – remont w 3 dni (6)
13.00 Bogaty dom – biedny dom (127)
14.00 Nasz nowy dom (334) – reality show
15.05 Demakijaż (219, 210) – program rozrywkowy
16.00 Kolacja w ciemno (67) – pr. rozrywk.
17.00 Randka w ciemno (1) – program rozrywk.
18.00 Nasz nowy dom (304, 305) – reality show, Polska

TV 4 DVB T2

6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (190) – reality show
7.00 Nieznane zdjęcia Hitlera (1, 2) – dok.
9.00 Galileo (1176, 1177) – popularnonaukowy
11.15 Linia ryzyka – film
FILM sensacyjny, USA 2007, reż. Andy Cheng, 105 min
13.00 Stan oblężenia
FILM – thriller, USA 1998, reż. Edward Zwick, wyk. Denzel Washington, 155 min
15.35 Terminator: Ocalenie – thriller s.f., USA/Niemcy/Wielka Brytania 2009, 140 min
17.55 Uroczysko (167-170) – serial krym., Polska

TTV HD DVB T2

12.05 Zakup w ciemno 4 (30) – reality show
13.10 Zakup w ciemno extra (26)
13.40 Damy i wieśniaczki. PL 11 (5) – fab.-dok.
14.40 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (10)
15.45 Express – pr. inform.
16.05 Idź na całość 2 (9)
17.10 Życie na kredycie 8 (5) – reality show
17.45 Express – pr. inform.
18.00 Pogoda, sport
18.10 Życie na kredycie 8 (6) – reality show
18.45 Żony Podlasia 3 (4)
19.45 Express – pr. inform.
20.00 Zakup w ciemno 7 (26) – reality show
21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (2)

TVN STYLE HD

5.20 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (9) – reality show
5.55 Rajska posiadłość Pameli Anderson (5) – dok., Kanada/Niemcy
6.50 Będzie pięknie (4)
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.30 Ostre cięcie 11 (2)
12.30 Babski biznes (4)
13.30 Jestem z Polski 16 (13, 14, 12) – dok., Pol.
16.35 Bitwa o gości (8) – reality show
17.35 Do zobaczenia (7) – mag. poradnikowy
18.10 Ugotowani (8) – pr. kulin.-rozrywk.
19.10 Kuchenne rewolucje (5, 7) – program rozrywkowy

20

KRYMINALNY



20.50 Komisarz Alex 23 (283) – Polska 2025

Zostaje zamordowane małżeństwo. Świadkiem zbrodni był autystyczny chłopiec, który narysował buty sprawcy. Jego praca okazuje się cenną wskazówką.

21.40 Lato z Radiem i Telewizją Polską
23.40 Babylon Tour (2)
0.30 Dwa serduszka, cztery oczy – Grażyna Auguścik i Urszula Dudziak
0.40 Ja wam pokażę! (8)
1.30 Program informacyjny 19.30

ROZRYWKOWY



20.30 Kocham Cię, Polsko! (5)

Tym razem swoją wiedzę o naszym kraju sprawdzą m.in. II Wicemiss Świata 2025 Maja Klajda czy Miss Polonia 2023 Ewa Jakubiec.

22.00 Postaw na milion – teleturniej
0.00 Koło fortuny (2039, 2033) – telet.
1.30 Do śmiechu! (68, 69)
3.35 Kabaret Letnią Porą (31) – pr. rozrywk.
4.30 Kabaret Potem przedstawia – Paskudy i wywłoki – pr. rozr.

REALITY SHOW



20.00 Bogate dzieciaki bez kasy (33) – Polska

Karolina jest modelką. Jej wydatki wynoszą od 3 do 30 tysięcy zł miesięcznie. Widzowie przekonają się, jak poradzi sobie w domu samotnej matki trójki dzieci.

21.00 Gry małżeńskie (209) – reality show
22.00 Kolacja w ciemno (98) – pr. rozrywk.
23.00 Gry małżeńskie (134, 135)
1.00 Kolacja w ciemno (76, 77) – pr. rozrywk.
3.05 Więzienie kobiet (100, 101) – dok., Pol.

KRYMINALNY



20.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1000-1003) – Pol. 2026

Bolesław pojawia się w programie poświęconym odbywającemu karę dożywocia Zalewskiemu. Anonimowy widz sugeruje, że mężczyzna został skazany niesłusznie.

0.00 STOP Drogówka – magazyn policyjny
1.05 Polowanie na Hitlera (1, 2) – dok.
3.05 Interwencja – mag.
3.25 Lubię disco! (270)
4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.

DOKUMENTALNY



22.00 Żony Podlasia 3 (5) – Polska 2025

Benia, która ma nowy dom i kupiła samochód, planuje też zmianę pracy. Magda z Jackiem chcą przerobić strych na pokój. Luba prosi brata, by zrobił huśtawkę.

23.00 Nic do zgłoszenia 5 (3) – serial dokum., Pol.
0.00 Damy i wieśniaczki. PL 6 (14) – fab.-dok.
1.00 Kanapowcy 5 (3)
2.00 SOS. Ekipy w akcji (7, 8) – paradok., Pol.
4.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (511) – serial fab.-dok., Pol.

ROZRYWKOWY



21.05 Ostre cięcie 11 (2)

Właścicielka salonu w Bydgoszczy opiera się zmianom. Broni też absurdalnie wysokich cen usług. Tomasz i Andrzej próbują ją przekonać do swoich pomysłów.

22.05 Taylor Swift kontra Scooter Braun (2) – dok., Wlk. Bryt. 2024
23.20 EuroPOLKI studentki (1) – rozr.
0.20 Cały jej świat (8) – program edukacyjny
1.20 Nieoczywiste miejsca (9, 10) – dok.
2.25 Śluby marzeń (4)
3.25 Co nas truje (8, 9)

TVP HD HD

8.55 Ojciec Mateusz 19 (244, 245) – krym., Pol. 2018
10.45 Czy wiesz, że? (283)
11.20 Na sygnale (633, 634)
12.25 Ojciec Mateusz 5 (67)
13.20 Komisarz Alex 3 (31)
14.15 Ranczo 5 (61, 62) – obycz.
16.10 Postaw na milion – telet.
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 24 (309) – serial kryminalny, Polska
19.20 Ranczo 6 (71-73) – obycz.
22.20 Dzieci i ryby – komedia
FILM obyczajowa, Polska 1996, reż. Jacek Bromski, 115 min
0.15 Ogniem i mieczem (3, 4-ost.) – hist., Pol. 1999

TVS HD

8.05 Przy muzyce po Śląsku
8.35 Muzyczne dzień dobry
9.35 Przy muzyce po Śląsku
10.55 Klachy i Lachy – pr. rozr.
11.25 Muzyczne podróże Karoliny Treli – pr. rozr.
12.20 Hansi Hinterseer zaprasza – pr. rozrywk.
14.30 Śląska karuzela – muz.
16.00 Koncert życzeń
17.50 Szlagierowa lista – muz.
19.45 Koncert w TVS – pr. muz.
21.45 Rosamunde Pilcher:
FILM **Miłość to najlepsza terapia** – film obyczajowy, Niemcy 2023, 110 min
23.35 Śląska karuzela – muz.
1.20 Program kulinarny

ZOOM

9.35 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
11.45 Sensacje XX wieku
14.00 Stawka większa niż życie (11, 12) – wojenny
16.45 Brunet wieczorową porą
FILM – komedia obycz., Polska 1976, 120 min
18.45 Kabaretowe przeboje (5)
19.50 I love kabaret EXTRA (21) – program rozrywkowy
20.00 Hity polskiego kabaretu 7 (2, 7) – pr. rozr.
22.00 Eksperyment: Odsiadka
23.10 Magia nagości. Najsmaczniejsze kąski
0.20 Adam szuka Ewy. Niemcy (2) – pr. rozrywk.

TLC HD

11.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5 (15)
13.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporami (15) – reality show
14.00 Włoskie zdrady (17, 18)
15.00 Miłość za granicą (1)
16.00 Wiza na miłość: ostatnia szansa 2 – reality show
18.00 100 kucharzy
19.00 Megasknery: Brazylia
20.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show
21.00 Wiza na miłość 12 (6)
23.00 Twarz od nowa – dok.
0.00 Dr Pryszczylla – kulisy
1.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show

C+ KUCHNIA HD

14.50 Kulisy wielkiej kuchni
15.45 Po prostu Jamie: szybko i łatwo (4) – magazyn kulin.
16.40 Letnie inspiracje (4)
16.50 Z pola na stół (4) – dok.
17.15 U sąsiadów w kuchni 16 (7, 8) – serial dokumentalny
18.25 Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę
19.45 Dzień dobry, obiad 2
20.40 M jak mięso 10 (7, 8)
21.30 Wszystkie smaki fermentacji (3) – dok.
22.00 Podróż przez smaki Chin 4 (7) – serial dokum.
23.00 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 8 (1, 2) – serial dokumentalny

TVN TURBO HD

11.45 Z drugiej ręki (10) – mag.
12.30 Jeździć, obserwować (6)
13.15 Moto kombat (6) – mag.
14.00 Zawodowi handlarze
15.30 Naprawy nie do naprawy (3, 7) – mag.
17.00 Ciężarówką przez Stany 4 (4) – pr. rozrywk.
18.00 Mobilni mechanicy (3)
18.45 Raport końcowy (824)
19.10 Nic do zgłoszenia (2, 3)
21.10 Jeździć, obserwować (6)
21.55 Moto kombat (6) – mag.
22.40 Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia (6) – pr. rozr.
23.10 Moto Fachury (6) – mag.
23.55 Wojny samochodowe (6)
0.55 101 napraw (7, 8) – mag.

NOWA TV DVB T

8.20 Frieren. U kresu drogi
9.30 Dragon Ball Super (51-57)
13.00 One Punch Man (9, 10)
14.00 Kabaret na dobry wieczór. Paranie-normalni Show
16.00 Nowa Rewia Kabaretowa (14, 15)
18.00 Kabaret na żywo. Przystanek Radość (3)
20.00 Nowa Rewia Kabaretowa (12) – pr. rozr.
21.00 Zdrady (76-79) – paradok.
1.00 Łowca pedofilów
3.00 TV okazje (77, 78)
3.50 Wehikuł czasu (628, 627)
4.00 Sala operacyjna (8, 9)
5.00 Pod lupą (6, 7) – magazyn

METRO

8.05 Klan z Alaski – serial dok.
10.05 The Floor (5, 6) – telet.
11.35 Psy i koty – film familijny,
FILM USA 2001, 115 min
13.30 Diagnoza (4, 5) – obycz.
15.30 Kryminalni (13) – krym.
16.35 Kryminalni 2 (1, 2) – krym.
18.50 Milionerzy (619, 620)
20.00 Yellowstone (2, 3) – serial obyczajowy, USA 2018
22.05 Na zabójczej ziemi – film
FILM sens., USA 1994, 120 min
0.05 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4 (9) – dok.
1.10 Szpital (768) – paradok.
2.10 Szkoła (519) – paradok.
3.15 Formuła E: ePrix Chin – podsumowanie

ANTENA HD DVB T2

8.05 Papież: Najpotężniejszy człowiek w historii (3)
9.00 Co Polak potrafi na drodze? (6) – pr. rozr.
10.05 Ewakuacja Ziemi – dok.
12.05 Polska. Największe tajemnice (5, 6) – pr. rozr.
14.00 Łowcy skarbów 2 (20-22)
17.00 Łowcy skarbów 3 (1) – przyg., Francja/Niem./Kan.
18.00 77 TV 5 (30, 5) – pr. rozr.
20.00 Alex Hugo – górski detektyw (25, 26) – krym.
0.10 Uprowadzona Elizabeth
FILM **Smart** – dramat biograf., USA 2017, 105 min
1.55 77 TV 5 (17, 18) – pr. rozr.
4.25 77 TV 3 (13) – pr. rozrywk.

WP DVB T

13.10 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4 (6)
14.05 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (10) – dok.
15.05 Strażacy z sąsiedztwa 2
16.00 Policjanci w akcji (6)
16.55 Pogoda
17.00 Policjanci z sąsiedztwa 3 (8-10)
20.00 Policjanci z sąsiedztwa 2 (1, 2)
21.55 Pogoda
22.00 Kabaret na żądanie (3)
22.55 Mistrzowie Kabaretu 14 (7) – program rozrywkowy
23.55 Mistrzowie Kabaretu 17 (3) – program rozrywkowy
1.00 Mistrzowie Kabaretu 10

C+ DOMO HD

13.15 Letnie inspiracje (4)
13.25 Ucieczka na wieś 24 (36)
14.20 Wielkie projekty: Szwecja 5 (8) – serial dok.
15.15 Luksusowa ucieczka 6
16.10 Adres: rezydencje marzeń (4) – serial dok.
17.15 Wiejskie domy do liftingu 3 (5) – dok.
18.05 Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 7 (7)
18.30 Daleko od miasta 13 (9)
19.00 Ucieczka na wieś 22
21.00 Pomocy! Kupiliśmy wioskę (15, 16) – dok.
22.50 Cudotwórcy 7 (25, 26)
0.35 Kupiliśmy sobie zamek 9 (8) – serial dok.

HGTV HD

9.55 Nowa Maja w ogrodzie
11.05 Polowanie na ogród 7
12.05 Polowanie na ogród 4 (1)
12.40 Letnia chata na lata (5, 4)
14.35 Zgłoś remont 4 (3) – rozr.
15.35 Będzie pięknie (7) – rozr.
16.40 Weekendowa metamorfoza 5 (4) – rozr.
17.40 Kamera, akcja, wpadka! (10-12) – program rozrywk.
19.20 House Hunters – Poszukiwacze domów 4 (1-4) – pr. rozr.
21.30 Dorota inspiruje 3 (4, 5)
23.25 Najgorętsze nieruchomości pod słońcem (7, 8) – serial dok.
0.30 Sprzątaczki (4-6) – obycz.

P! Premiera w TV

STACJE DZIECIĘCE | STACJE INFORMACYJNE

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Sekrety rodziny** (149) – paradok., Pol.
7.30 **Z klimatem i z pasją** (247) – pr. publicyst.
8.00 **Sekrety rodziny** (150) – paradok., Pol.
9.00 **Trudne sprawy** (977-981) – serial paradokum., Pol. 2020
14.00 **Sekrety rodziny** (151) – paradok., Pol.
15.05 **Więzienie kobiet** (110-113) – dok., Pol.
17.00 **Nasz nowy dom** (364) – reality show
18.20 **Spider-Man: Bez drogi do domu** – film przygodowy, USA 2021, reż. Jon Watts, wyk. Tom Holland, Zendaya, 185 min

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 **Wydarzenia**
6.40 **SuperLudzie** (37)
7.15 **Była sobie Ziemia**
10.00 **SuperMocni** (2, 3)
11.05 **Klopsiki i inne zjawiska pogodowe** – film animowany, USA 2009, 110 min
12.55 **Duże dzieci** – kom., USA 2010, reż. Dennis Dugan, 130 min
15.05 **Venom** – film s.f., Chiny/USA 2018, reż. Ruben Fleischer, wyk. Tom Hardy, 145 min
17.30 **Polacy w świecie** (11) – serial dok., Pol.
18.00 **Świat według Kiepskich** (121, 540) – serial kom., Polska
19.00 **Randka w ciemno** (1, 2) – pr. rozrywk.

TV 6 DVB T

6.00 **Cobra Kai** (22) – serial przygodowy, USA 2018
6.50 **Columbo** (15, 16) – serial kryminalny
9.55 **Poirot** (5, 6) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
12.20 **S.W.A.T.: Miasto w ogniu** – film sensacyjny, USA 2011, reż. Benny Boom, wyk. Gabriel Macht, Robert Patrick, 100 min
14.00 **Policjantki i Policjanci** (229-232) – serial obycz., Polska
18.00 **Strażnik Teksasu** (7, 8) – serial sens., USA 1998-1999
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (37, 38) – serial krym., USA 2003-2004

BBC FIRST HD

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

TVP ABC DVB T2

7.50 **Czarodziejskie miasteczko Pinokia**
8.10 **Piotruś Królik** (2, 3)
8.35 **Wegezaury 2** (2)
8.40 **Świnka Peppa** (4-6)
9.00 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
9.30 **Ziarno** – pr. dla dzieci
10.00 **Go-tu-jemy** (3, 4)
10.20 **Bajki Bolka i Lolka**
10.45 **Rodzina Treflików**
11.10 **Odo** (4-6) – anim.
11.35 **Stacyjkowo**
11.55 **Pszczółka Maja** (2)
12.25 **Studio Stodoła**
13.00 **Zwierzaki Czytaki** (170) – program eduk.
13.20 **Tru i Tęczowe Królestwo** (2) – anim.
13.45 **Świnka Peppa** (4-6)
14.10 **Pająk Lucas 2** (3, 4)
14.30 **Olí i Luna** (3, 4)

TVN 24 HD

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

20

SCIENCE FICTION



21.25 **Blade Runner 2049** FILM – USA/Wlk. Bryt./Węgry 2017, reż. Denis Villeneuve, wyk. Ryan Gosling, 200 min

Oficer policji K dowiaduje się o groźnym spisku. By mu zapobiec, musi wytropić byłego łowcę androidów Ricka Deckarda, który się ukrywa.

0.45 **Cicha noc** FILM – horror komediowy, Wielka Brytania 2021, reż. Camille Griffin, 115 min
2.40 **Wydarzenia**
3.20 **#Jesteśmy dla dzieci** – magazyn
3.50 **Interwencja** – mag.

KRYMINALNY



21.00 **Na południe od nieba** FILM – USA 2021, 140 min

Były skazaniec Jimmy zamierza podarować najlepszy rok życia chorej na raka ukochanej z dzieciństwa. Seria niefortunnych zdarzeń ściąga na niego uwagę mafii.

23.20 **Wieczorówka** FILM – komedia, USA/Chiny 2018, reż. Malcolm D. Lee, 150 min
1.50 **Backdoor. Wyjście awaryjne** (8) – kom.
2.20 **Świat według Kiepskich** (87, 137, 357) – kom.

KRYMINALNY



21.55 **Kości** (103, 104) – USA 2010

Zostają znalezione zwłoki mężczyzny. Brennan i Arastoo odkrywają na kościach ślady uszkodzeń, których ofiara mogła doznać uprawiając sporty ekstremalne.

23.55 **Resident Evil: Retrybucja** FILM – horror s.f., Niemcy/Kanada/USA 2012, 120 min
1.55 **Krejzi patrol** (21) – serial krym., Polska
2.30 **Kochane pieniądze** (75-77) – paradok., Pol.
5.35 **SuperLudzie Extra** (50) – magazyn

KRYMINALNY



21.00 **Tajemnice Brokenwood 12** (1)

Ciało szefa kuchni znaleziono w zbożowym kręgu. Do tragedii doszło w trakcie konwencji miłośników UFO, którzy tworzą na ten temat teorie spiskowe.

22.55 **Annika** (1) – krym.
0.00 **Na niebieskich światłach 3** (1, 2) – krym., Wlk. Bryt. 2025
2.15 **Tajemnice Brokenwood 12** (1) – krym., Nowa Zelandia
4.05 **Ulica nadziei 5** (7) – krym., Wlk. Bryt. 2026
4.55 **Ale akcja! 2** (6, 7)

ANIMOWANY



14.50 **Oktonauci**

Dzielny niedźwiedź polarny, pingwin o wielkim sercu, odważny kot i ich towarzysze przemierzają głębiny i ratują stworzenia żyjące pod wodą.

15.20 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (2) – mag.
15.35 **Mała Marinette** (3, 4)
16.05 **Pat i świat** (4-6)
16.35 **Rev i Roll** (31, 32)
17.05 **Pszczółka Maja** (3, 4)
17.30 **Petronix: Obrońcy zwierząt** (3, 4)
18.00 **Kucharz Shane**
18.25 **Leo da Vinci 2** – animowany
19.00 **Ptyś i Bill**

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 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.00 **Fakty po Faktach**
0.50 **Kawa na ławę**
2.00 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
2.30 **Szkło kontaktowe**
3.30 **Fakty po Faktach**
4.15 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.

POLSAT PLAY HD

6.00 **Dorwać tuńczyka** (13, 14)
8.05 **Kołowrotek**
9.35 **Taaaka ryba** (117) – mag.
10.05 **Jedziemy na ryby!**
12.10 **Chłopaki do wzięcia**
13.05 **Zawód glina** (12) – dok.
14.00 **Budowlańcy** (53, 54)
15.00 **Złomiarze** (52) – dok., Pol.
16.00 **Polacy za granicą**
18.05 **Górale** (157-161, 235)
21.05 **Chłopaki do wzięcia** (491, 492) – serial dokum.
22.00 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (244) – dok.
22.30 **Łowca pedofilów** (242)
23.05 **Więzienie** (228, 229) – dok.
0.05 **Tajna historia XX wieku**
4.10 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

9.55 **Dieta czy cud?** (4, 5)
11.25 **Wiem, co jem i wiem, co kupuję** (1) – mag.
12.10 **Wiem, co jem 4** (9) – mag.
12.40 **Kulinarne podróże Magdy Gessler** (1/2)
13.40 **Kuchenne rewolucje**
15.45 **Kuchnia jak u mamy**
16.55 **Symon gotuje w ogrodzie** (3, 4) – mag.
18.05 **MasterChef** (8) – pr. rozr.
19.35 **Dziwaczne potrawy** (6)
20.35 **Pojedynek na grille** (10)
21.40 **Miasto smaków Guya Fieriego** (1) – reality show
22.45 **Apetyt na miłość** (9)
23.45 **Perfekcyjni gospodarze 9** (28, 29)

POLSAT RODZINA HD

12.30 **Co ludzie powiedzą?**
14.30 **Cuda współczesnej techniki: Dziwne maszyny** – film dok., 2011
15.20 **Samochody przywódców** – film dok.
16.35 **Świat z góry. Jedwabny Szlak** (3) – dok., Singapur
17.50 **Sąsiedzi** (26) – serial anim.
18.05 **Pingwiny z Madagaskaru** (31, 32) – serial animowany, USA
19.00 **Smerfy** – film familijny, FILM USA 2011, reż. Raja Gosnell, wyk. Hank Azaria, 125 min
21.05 **Miodowe lata** (51) – kom.
22.00 **Twoja Twarz Brzmi Znajomo** (175) – pr. rozr.

BBC LIFESTYLE HD

8.50 **Kurorty sławnych i bogatych** (5, 6) – dok.
10.50 **Mistrzowie ceramiki 4**
14.20 **Wielkie amerykańskie wypieki 6** (5, 6) – pr. rozr.
16.40 **Kulinarne podróże Billy'ego i Doma** (8) – rozr.
17.40 **Winnice Australii i Gary Barlow** (1) – dok., Wlk. Bryt.
18.40 **Najpiękniej ukryte hotele 2** (3) – serial dokum.
19.40 **Mistrzowie szycia 11** (5, 6) – program rozrywk.
22.00 **Oblicza seksu** (3) – dok.
23.00 **Oblicza seksu 2** (1) – dok.
0.00 **Wstydliwe choroby** (3, 4)
1.55 **Antyki z Francji: na tropie okazji** (7, 8)

NICK JR. HD

16.10 **Małe Królestwo Bena i Holly** (23) – serial anim.
16.40 **Psi Patrol 6** (22) – anim.
17.00 **Rubble i jego ekipa 4** (10)
17.30 **Pan Krokodyl** (7) – anim.
18.00 **Barbapapa i jego rodzinka** (16) – serial anim.
18.30 **Tim Rex wśród gwiazd 2** (1) – anim., Wlk. Bryt./Dania
18.55 **Przygody Misia Paddingtona 2** (17)
19.25 **Przygody Misia Paddingtona** (13, 14)
20.00 **Świnka Peppa 4**
20.30 **Małe Królestwo Bena i Holly** (2) – serial anim.
21.00 **Barbapapa i jego rodzinka** (23-25) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.30 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
17.30 **Z drugiej strony** – publ.
18.35 **Debata polityczna** – publ.
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – publ.
19.30 **Państwo w państwie**
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 – Premiery** – koncert
14.00 **Rodzinka.pl** (142, 143)
15.00 **Podróże Małej i Dużej 6**
15.30 **Ojciec Mateusz 33** (433)
16.25 **Ojciec Mateusz 34** (434)
17.25 **Marianna – królowa Kotliny** – film dokum., Pol.
18.30 **Daję słowo – Maciej Orłoś** (5) – talk-show
19.30 **Miłość i nadzieja** (288)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (269) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **Cztery pory roku w Hawanie** (4) – krym.
22.30 **Uczciwy złodziej** FILM – dramat kryminalny, USA 2020, 110 min

E! ENTERTAINMENT HD

10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (7, 8)
14.20 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (6, 7) – rozr.
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (13, 14)
20.30 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (8) – pr. rozr.
22.30 **Plastyczna fuszerka**
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (7, 8)
3.00 **Plastyczna fuszerka**

TV TRWAM DVB T

17.00 **Natura et Homo**
17.30 **Sól ziemi**
17.55 **Poczet wielkich Polaków** – program hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone** – pr. publ.
19.30 **Baśniowy teatr lalek**
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
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

10.00 **Allo, allo! 5** (1-3) – kom.
11.50 **Najbardziej luksusowe...**
13.50 **Top Gear: samoloty, pociągi i inne pojazdy**
16.00 **Cuda inżynierii kolejowej** (2) – serial dok.
17.05 **Samochód roku 3** (7, 8)
18.00 **Najbardziej luksusowe...**
20.00 **Nieznane dzieje II wojny światowej** (6) – serial dok.
21.00 **Cuda inżynierii kolejowej** (2) – serial dok.
22.00 **Top Gear: Najlepsze z najlepszych** (1) – mag.
23.05 **Najbardziej luksusowe...**
1.05 **Nieznane dzieje II wojny światowej** (6) – serial dok.
1.55 **Top Gear 5** (3-6) – mag.

MINI MINI+ HD

14.20 **Strażak Sam 16** (25, 26)
14.45 **Looloo Kids** (26) – anim.
15.01 **Gazu, pieski, gazu!** (20)
15.28 **Kicia Kocia 2** (11, 12)
15.45 **Jeżyk Happy** (6, 7) – anim.
16.02 **Marta mówi** (49) – anim.
16.30 **Mega Ekspres** (31, 32)
16.56 **Ciekawski George 7**
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.55 **Barbie: Przygody księżniczek** FILM – film anim., USA 2020, 76 min
19.11 **Baczne oczka 2** (5)
19.20 **Baczne oczka** (6-8)
19.40 **Smerfy** (8) – serial anim.
20.08 **Cloudy & Stormy** (5-8)
20.35 **Dolina Muminków 2** (8)
21.01 **Wierszyki domowe** (7)

TVP 3 DVB T2

12.55 **Piosenka dla Ciebie**
14.00 **Rączka gotuje** – mag.
14.30 **Program lokalny**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Program lokalny**
19.30 **Łódź Kultury** – mag. kult.
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.10 **Regiony na TAK** – mag.
20.30 **Sanatoria** – cykl reportaży
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.30 **Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie** – publ.
23.00 **Kościół z bliska** – mag.
23.30 **Całkiem niezła historia**
23.55 **Panorama**
0.25 **Serwis Info Wieczór**

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

Warto zobaczyć

14.30 FILMBOX+ HITS
Weekend z królem
BIOGRAFICZNY Lata 30. Angielska para królewska przybywa do USA na spotkanie z Rooseveltem. Weekend obfituje w zabawne momenty. *Reż.: Roger Michell, A: Bill Murray, Laura Linney, Olivia Colman W. Bryt. 2012* **105 min ► do godz. 16.15**

15.20 TVP KULTURA
Weiser
PSYCHOLOGICZNY Paweł wspomina swoje dzieciństwo. Przyjaźnił się z żydowskim chłopcem, który pewnego dnia zniknął bez śladu. *Reż.: Wojciech Marczewski, A: Marek Kondrat, Krystyna Janda Niemcy/Polska 2000* **110 min ► do godz. 17.10**

15.40 ALE KINO+
Rebeliant
BIOGRAFICZNY Wiek XIX, wojna secesyjna. Knight staje na czele buntowników. Walczy o niepodległy stan, w którym wszyscy będą równi. *Reż.: Gary Ross, A: Matthew McConaughey, Gugu Mbatha-Raw, Keri Russell USA 2016* **155 min ► do godz. 18.15**

16.10 POLSAT FILM
Dzień Niepodległości. Odrodzenie
SCIENCE FICTION Ludzkość znów staje w obliczu inwazji. Wrogowie są silniejsi niż w przeszłości. Do walki z nimi rusza Jake. *Reż.: Roland Emmerich, A: Liam Hemsworth, Jeff Goldblum USA 2016* **155 min ► do godz. 18.45**

16.50 TVN FABUŁA
Zatańcz ze mną
KOMEDIA ROMANTYCZNA Stateczny prawnik zapisuje się na kurs tańca pod okiem atrakcyjnej Pauliny. Nowa pasja przywraca mu radość życia. *Reż.: Peter Chelsom, A: Richard Gere, Jennifer Lopez USA 2004* **130 min ► do godz. 19.00**

18.25 WARNER TV
Taxi 4
KOMEDIA SENSACYJNA Nieporadny stróż prawa wypuszcza kryminalistę na wolność. W złapaniu zbiega pomaga mu kolega taksówkarz. *Reż.: Gérard Krawczyk, A: Samy Naceri, Frédéric Diefenthal, Bernard Farcy Francja 2007* **105 min ► do godz. 20.10**

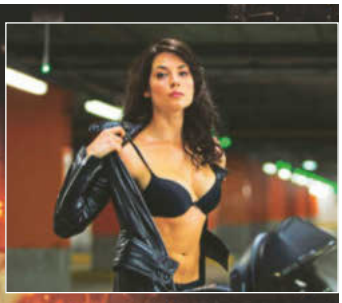
20.00 TVN FABUŁA
Dunkierka
WOJENNY Lato 1940 roku. Armia III Rzeszy otacza żołnierzy alianckich we francuskim mieście. Ocalały Tommy desperacko walczy o życie. *Reż.: Christopher Nolan, A: Fionn Whitehead, Tom Glynn-Carney W. Bryt./Hol. 2017* **140 min ► do godz. 22.20**

22.30 TVP KOBIETA
Parker
SENSACYJNY Doświadczony, honorowy złodziej zostaje zdradzony przez kompanów. Postanawia się na nich zemścić. Znajduje sojuszniczkę, Leslie. *Reż.: Taylor Hackford, A: Jason Statham, Jennifer Lopez, Michael Chiklis USA 2013* **120 min ► do godz. 0.30**

→ filmowe hity



Jack stawia czoło terrorystom z Rosji. Może liczyć na pomoc doświadczonego ojca.





20.00 POLSAT
Szklana pułapka 5
SENSACYJNY Nowojorski policjant rusza na ratunek synowi. Razem krzyżują plany nuklearnego ataku.

HIT DNIA

Policjant John McClane ma na koncie spektakularne akcje. Wyszedł bez szwanku z konfrontacji z terrorystami zagrażającymi przed laty jego żonie, a potem nastoletniej córce. Dziś John ma już swoje lata, ale nie jest mu dane przejść na emeryturę. Okazuje się bowiem, że tendencję do wikłania się w sytuacje bez wyjścia przekazał swojemu synowi, Jackowi. Mimo że wydają się ulepieni z tej samej gliny, od lat nie utrzymują ze sobą kontaktów. Po latach milczenia John dostaje wiadomość, że Jack przebywa w moskiewskim więzieniu. Bez wahania udaje się do Rosji. Na miejscu policjant odkrywa, że Jack jest wyszkolonym agentem CIA. Uczestniczy właśnie w tajnej misji. Zaprawiony w boju senior dołącza do młodego funkcjonariusza, by zapobiec atakowi nuklearnemu na światowe mocarstwa. HD **125 min ► do godz. 22.05**

USA 2013 **Reż.:** John Moore **Wyst.:** Bruce Willis, Jai Courtney, Sebastian Koch, Mary Elizabeth Winstead



20.00 TVN 7
Push
THRILLER SF Tajna agencja chce stworzyć armię z osób mających nadnaturalne zdolności. Agent Carver podąża tropem posiadającego umiejętność telekinezy Nicka (Chris Evans) i sterującej myślami innych Kiry (Camilla Belle).

Reż.: Paul McGuigan Wyst.: Dakota Fannin
USA/Kan 2009 HD **145 min ► do godz. 22.25**



20.00 TVP KULTURA
Śmierć nadejdzie jutro
SENSACYJNY James Bond (Pierce Brosnan) po akcji w Korei trafia do więzienia. Odzyskuje wolność, ale szefowa podejrzewa go o zdradę i odbiera mu licencję. Agent musi oczyścić się z zarzutów.

Reż.: Lee Tamahori Wyst.: Halle Berry
USA 2002 HD **145 min ► do godz. 22.25**



20.00 TV PULS
Szalony lot
SENSACYJNY Terroryści uprowadzają samolot. Zamierzają wykorzystać go do zrzucenia bomby biologicznej. Misja odzyskania maszyny zostaje powierzona agentowi Sandsowi (Steven Seagal). Pomaga mu m.in. Jannick.

Reż.: Michael Keusch Wyst.: Steve Toussaint
Wlk. Bryt. 2007 HD **125 min ► do godz. 22.05**



22.00 KINO POLSKA
Tam i z powrotem
OBYCZAJOWY Rok 1965. Chirurg Andrzej (Janusz Gajos) i jego kolega Piotr (Jan Frycz) chcą kupić fałszywe paszporty, by wyjechać za granicę. Napadają na konwój bankowy. Ranią strażnika. Mężczyznę ma operować Andrzej.

Reż.: Wojciech Wójcik Wyst.: Jan Frycz
Polska 2001 **125 min ► do godz. 0.05**



22.05 POLSAT
Wielki mur
FANTASY Łucznik William (Matt Damon) wraz z towarzyszem dociera do otoczonej zaporą warowni. Na ich oczach dochodzi do ataku niszczycielskich stworzeń. Śmiałkowie postanawiają dołączyć do walki z bestiami.

Reż.: Yimou Zhang Wyst.: Tian Jing
USA/Chiny 2016 HD **130 min ► do godz. 0.15**



22.05 TV PULS
Zatopieni
SENSACYJNY Najemnik Cody (Steven Seagal) ma schwytać terrorystę, który przetrzymuje na pokładzie okrętu podwodnego amerykańskich żołnierzy. Nie wie, że uwięzieni to istoty stanowiące efekt eksperymentu.

Reż.: Anthony Hickox Wyst.: Christine Adams
Bułgaria 2005 HD **115 min ► do godz. 0.00**

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

→ filmowe hity



Spadkobierczyni poznaje sekret nestora rodu. Mierzy się z dylematem.

23.05 TV 4 Dziedzictwo

THRILLER Młoda kobieta musi podjąć bardzo trudną decyzję. Stawką jest przyszłość jej najbliższych.

HIT DNIA Głowa nowojorskiego rodu Monroe'ów umiera nagle na zawał serca. Większość majątku przypada wdowie i synowi. Córka, prokurator Lauren, dziedziczy najmniej pieniędzy, ale zostaje dopuszczona do potwornego sekretu. W bunkrze na zalesionym kawałku jej rodzinnej ziemi przez trzy dekady ojciec przetrzymywał mężczyznę. Więzień doskonale zna całą rodzinę Lauren. Kobieta musi zdecydować, czy zwrócić mu wolność, czy spełnić ostatnią wolą rodzica i sprawić, by prawda nigdy nie wyszła na jaw. HD 145 min ▶ do godz. 1.30

USA 2020 **Reż.:** Vaughn Stein **Wyst.:** Lily Collins, Simon Pegg, Connie Nielsen, Chace Crawford, Patrick Warburton



20.00 STOPKLATKA Za linią wroga

WOJENNY II wojna światowa, Polska. W trakcie zimy grupa aliantów, do której należy m.in. Kaminski (Ed Westwick), zostaje wysłana za linię wroga z ryzykowną misją. Żołnierze mają za zadanie uwolnić naukowca.

Reż.: Anders Banke Wyst.: John Hannah
Wlk. Bryt. 2020 HD 120 min ▶ do godz. 22.00



22.25 TVN 7 Ghost in the Shell

SCIENCE FICTION Major (Scarlett Johansson), hybryda człowieka i maszyny, pracuje dla sekcji zajmującej się zwalczaniem cyberprzestępczości. W trakcie misji odkrywa zaskakujące fakty na temat swojej przeszłości.

Reż.: Rupert Sanders Wyst.: Pilou Asbaek
USA 2017 HD 135 min ▶ do godz. 0.40



22.00 TVN Zmierzch

FANTASY W nowej szkole nastoletnia Bella (Kristen Stewart) zakochuje się w Edwardzie (Robert Pattinson). Chłopak okazuje się wampirem. Niebawem w otoczeniu pary zjawiają się żądni ludzkiej krwi wędrowcy.

Reż.: Catherine Hardwicke Wyst.: Taylor Lautner
USA 2008 HD 140 min ▶ do godz. 0.20



23.25 TVP 2 Pułkownik Kwiatkowski

KOMEDIODRAMAT Rok 1945. Wojskowy lekarz (Marek Kondrat), by zaimponować kobiecie, podaje się za pułkownika UB. Jego mistyfikacja doprowadza do uwolnienia więźniów politycznych.

Reż.: K. Kutz Wyst.: Zbigniew Zamachowski
Polska 1995 HD 130 min ▶ do godz. 1.35

→ sport



14.30 POLSAT SPORT 1 Wimbledon

TENIS LIVE Rusza 139. edycja najstarszego turnieju tenisowego na świecie. Kibice zobaczą w akcji m.in. Maję Chwalińską, sensacyjną finalistkę French Open. Polka otrzymała od organizatorów dziką kartę, przez co nie musiała brać udziału w kwalifikacjach. HD 120 min ▶ do godz. 16.30



18.50 TVP 2 Mistrzostwa świata 2026

PIŁKA NOŻNA LIVE Zwycięzca grupy C i drugi zespół grupy F zawalczą w Houston o awans do 1/8 finału mundialu. Czy tą pierwszą ekipą będzie Brazylia? Canarinhos rozpoczęli turniej od remisu 1:1 z Marokiem. HD 155 min ▶ do godz. 21.25



22.20 TVP 1 Mistrzostwa świata 2026

PIŁKA NOŻNA LIVE W tym meczu 1/16 finału zagra najlepsza drużyna w grupie E. Po pierwszej kolejce wszystko wskazywało na to, że będzie nią kadra Niemiec. Nasi sąsiedzi zaczęli MŚ od wygranej z Curaçao 7:1. HD 155 min ▶ do godz. 0.55



2.50 TVP 1 Mistrzostwa świata 2026

PIŁKA NOŻNA LIVE Swój pierwszy mecz na mundialu Holandia zakończyła remisem z Japonią 2:2. Być może dziś jedna z tych drużyn zagra w Monterrey o pozostanie w rozgrywkach MŚ z wicemistrzem grupy C. HD 145 min ▶ do godz. 5.15

→ rozrywka



18.00 TV 4 Łowcy skarbów. Kto da więcej?

REALITY SHOW Przemek pokaże cenny wazon w typie amfory z XIX wieku z królewskiej manufaktury w Miśni. Krystian zaprezentuje szyld reklamowy Bobo Frut, a Monika – norweską toaletkę firmy Talgo, powstałą w latach 60. lub 70. XX wieku. HD 60 min ▶ do godz. 19.00



19.00 TVN TURBO Prawko na świecie. Jazda bez zasad

MOTORYZACJA Łukasz Tasiemski odwiedza Azję, Amerykę Północną i Afrykę. Mierzy się z realiami ruchu drogowego kompletnie innymi niż polskie. Przystępuje do lokalnych egzaminów na prawo jazdy. HD 45 min ▶ do godz. 19.45



20.50 TVN Bitwa o gości

REALITY SHOW Karolina i Łukasz zapraszają rywali do swoich wyjątkowych domków, położonych w lasach Wielkopolski. Sebastian i Paulina prezentują Turkusową Wyspę. Agnieszka otwiera drzwi XIX-wiecznej rezydencji nad Wartą. HD 70 min ▶ do godz. 22.00

→ dokument



11.00 DISCOVERY HISTORIA Wyprawa w nieznane

REPORTAŻ Josh Gates podąża szlakiem pionierów z XIX w. Utknęli oni w górach Sierra Nevada, co było początkiem ich horroru. Podjęli desperackie kroki, by przetrwać. HD 60 min ▶ do godz. 12.00

TVP 1 HD DVB T2

5.20 **63. KFPP w Opolu – Superjedynki** – skrót koncertu
5.50 **Akacjowa 38** (885) – 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 **Czterdziestolatek** (21-ost.) – serial obyczajowy, Polska 1977
9.25 **Ranczo 6** (68): Narracja negacji – serial obyczajowy, Polska 2012
10.15 **Komisarz Alex 6** (76): Przekręt – serial kryminalny, Polska 2014
11.05 **Ojciec Mateusz 14** (186) – serial kryminalny, Polska 2015
12.00 **Serwis Info** – program inform.
12.10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
12.30 **Agropogoda** – program inform.
12.40 **Rok w ogrodzie extra** (444) – magazyn
12.55 **BBC w Jedynce: Planeta Ziemia 3** (2) – dok., Wlk. Bryt.
14.00 **Złoty chłopak** (322) – serial obyczajowy, Turcja 2022
15.00 **Serwis Info** – program inform.
15.10 **Pogoda Info**
15.25 **Gra słów. Krzyżówka** (1055) – teleturniej
16.00 **Dziedzictwo** (963) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
18.05 **Reporterzy** – mag. reporterów
18.25 **Akacjowa 38** (900) – telenowela, Hiszpania 2015
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
20.10 **Sport, pogoda**

TVP 2 HD DVB T2

4.35 **Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2023
5.30 **M jak miłość** (1783) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 **Rodzina (nie od) święta** – magazyn religijny
6.55 **Barwy szczęścia** (3342) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.30 **Okrasa łamie przepisy** – magazyn kulinarny
12.00 **Wyższa Szkoła Jazdy** (4) – magazyn motoryzacyjny
12.35 **Koło fortuny** (1874) – teleturniej
13.15 **Panna młoda** (132) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 **Va banque** (999) – teleturniej
14.35 **Na sygnale** (864): Ostatni rzut oka – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (421) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
Lorenzo żąda, by Pelayo zdobył pieniądze dla dostawców broni. Przed opuszczeniem La Promesy Abel wręcza Janie zdjęcia Jimeny. Martina zwierza się Cruz. Podejrzewa, że jej matkę i hrabiego de Ayalę łączy coś więcej niż przyjaźń. Lope mówi Verze, że zdradził jej sekret Salvadorowi.
16.00 **Koło fortuny** (1875) – teleturniej
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (133) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.20 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio LIVE

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** (308, 309): Wstydliwa przeszłość; Druga młodość – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
9.30 **Trudne sprawy** (1239, 1240) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.35 **Gliniarze** (856, 857) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.40 **Dlaczego ja?** (1486, 1487) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Studentka Marta rozstaje się z Patrykiem, który ją zdradził. Wkrótce zakochuje w Marku. Pewnego dnia ktoś rzuca w nią kamieniem. Podejrzenia padają na byłego chłopaka, ale ma on alibi. Prawda odkryta przez policję zaskakuje wszystkich.
15.50 **Wydarzenia, pogoda**
16.25 **Interwencja** – magazyn reporterów
16.40 **Gliniarze** (1053, 1054) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Kobieta odbiera telefon od narzeczonego, który prosi o wybaczenie. W tle słychać odgłosy walki, a po chwili połączenie się urywa. Odtąd z mężczyzną nie ma kontaktu. Jeden z tropów prowadzi do siłowni, w której pracował zaginiony.
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
19.30 **Sport, pogoda**

TVN HD DVB T2

5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1683) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 **Kuchenne rewolucje** (12): Konin – Czarny Domek – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Doradca smaku** (9) – magazyn kulinarny
11.25 **Kuchenne rewolucje** (3): Lublin – Pizzalover – program rozrywkowy
12.35 **Ukryta prawda** (1667, 1668, 1716) – paradok., Polska
15.45 **Detektywi** (100) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
Nastoletnia Kaja zaginęła z chłopakiem. Wraz z nimi z domowego sejfu rodziców dziewczyny zniknęły pieniądze. Detektywi podążają tropem pary na Śląsk. Dokonują makabrycznego odkrycia.
16.50 **Szpital św. Anny** (56) – serial obyczajowy, Polska 2025
Młody bokser skarży się na ból w klatce piersiowej. Kaja podejrzewa u niego zawał serca. Na SOR trafia też wystraszony siedmiolatek z bólem brzucha.
17.55 **Młode gliny** (8) – serial kryminalny, Polska 2026
Na bazarku znaleziono zwłoki wychudzonej kobiety. Na ciele denatki widoczne są ślady przemocy. Wkrótce pojawia się młody Czeczen poszukujący zaginionych sióstr.
19.00 **Fakty, sport i pogoda**
19.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów

20

KONCERT



20.30 Re_Mind. Chcę to powiedzieć

Wydarzenie inaugurujące pierwszy Kongres i Festiwal Psychologiczny Re_Mind. We wrocławskiej Hali Stulecia wystąpią: Zakopower, Natalia Szroeder, Krzysztof Zalewski, Mela Koteluk, Piotr Rogucki, Natalia Przybysz oraz Waluś-KraksaKryzys. To niezwykłe muzyczne widowisko będzie okazją do refleksji nad tym, jak wielką wartość mają w naszym życiu szczera rozmowa, obecność drugiego człowieka i troska o zdrowie psychiczne.

22.10 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio LIVE
22.20 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału LIVE
0.55 **Za jakie grzechy** – komedia romantyczna, Kanada/USA 2009, reż. Jonas Elmer, wyk. Renée Zellweger, Harry Connick Jr., Siobhan Fallon, J.K. Simmons, 105 min FILM
2.40 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio LIVE
2.50 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału LIVE
5.15 **Zakończenie**

PIŁKA NOŻNA



18.50 Mistrzostwa świata 2026 LIVE – mecz 1/16 finału

Na Houston Stadium o awans do 1/8 finału mundialu zawalczy zwycięzca grupy C z drugim zespołem grupy F. W tej parze najprawdopodobniejszym scenariuszem wydaje się konfrontacja faworyzowanych Canarinhos z reprezentacją Holandii lub Szwecji.

21.25 **Postaw na milion** – teleturniej
22.20 **Na sygnale** (855, 856): Miało być tak pięknie; Quo vadis, Dobku? – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
23.25 **Pułkownik Kwiatkowski** – komediodramat, Polska 1995, reż. Kazimierz Kutz, wyk. Marek Kondrat, Renata Dancewicz, Zbigniew Zamachowski, Adam Ferency, 130 min FILM
1.35 **Karol, władca Hiszpanii** (2) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015
2.35 **Nasz dom w górach** (9): Ojcowie, część 1 – serial obyczajowy, Niemcy 2020
3.35 **Akacjowa 38** – telenowela, Hiszpania 2015
4.25 **Zakończenie**

SENSACYJNY



20.00 Megahit: Szklana pułapka 5 FILM – USA 2013, 125 min

HIT DNIA

Nowojorski policjant John McClane udaje się do Rosji, aby odnaleźć syna, Jacka, który przebywa w moskiewskim więzieniu. Na miejscu odkrywa, że chłopak jest agentem CIA i bierze udział w tajnej misji. Razem chcą udaremnić atak nuklearny.

22.05 **Wielki mur** – film fantasy, USA/Chiny/Hongkong 2016, reż. Yimou Zhang, wyk. Matt Damon, Tian Jing, Willem Dafoe, Andy Lau, 130 min FILM
Łucznik William wraz z towarzyszem dociera do warowni otoczonej zaporą. Stają się świadkami ataku siejących spustoszenie stworzeń. Przyłączają się do walki z bestiami.
0.15 **Zasady walki** – dramat sensacyjny, USA/Kanada 2000, reż. Christian Duguay, wyk. Wesley Snipes, Anne Archer, Donald Sutherland, 160 min FILM
2.55 **Nasz nowy dom** (368) – reality show
4.15 **Kabaretowa Ekstraklasa** (62)

OBYCZAJOWY



20.15 Na Wspólnej (4236) player – Polska 2026

Jolanta szantażuje Milenę kompromitującymi zdjęciami z aplikacji randkowej. Matka Remka wysyła jej pieniądze i myśli, że sprawa jest zamknięta. Mąż i tak otrzymuje ponętne fotografie żony. Julka wyłudza pieniądze od Anki i szuka narkotyków u Leona. Włodek zapowiada, że za miesiąc wróci z Marią do Warszawy. Hofferowie są zmuszeni szukać nowego mieszkania.

20.50 **Bitwa o gości** (7) – reality show
22.00 **Zmierzch** – film fantasy, USA 2008, reż. Catherine Hardwicke, wyk. Kristen Stewart, Robert Pattinson, Taylor Lautner, Billy Burke, 140 min FILM
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, 190 min FILM
3.30 **Uwaga!** – magazyn reporterów
3.50 **Co za tydzień** – magazyn kulturalny
4.35 **Szpital św. Anny** (126) – serial obyczajowy, Polska 2026

P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB T2

5.20 **Ten moment** (46) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 **Szkoła** (757-759) – serial paradokumentalny, Polska 2019
8.45 **Ukryta prawda** (1329, 1427, 1428) – serial paradokumentalny, Polska
11.55 **W-11 – Wydział Śledczy** (1072-1074): Telefon o ratunek; Agusia; Śmierdziel – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
14.00 **Detektywi** (113): Żółte róże – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
15.00 **Szpital** (764, 765) – serial paradokumentalny, Polska 2018
17.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (497): Wymarzony awans – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
18.00 **SOS Ekipy w akcji** (9) – serial paradokumentalny, Polska 2018
19.00 **Ukryta prawda** (1520) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Do Małgosi dociera informacja, że jej ojczym cierpi na alzheimera. Często wspomina Urszulę – najprawdopodobniej dawną miłość. Pasierbica chce odnaleźć tę kobietę. Dzięki listowi trafia na pewien trop.

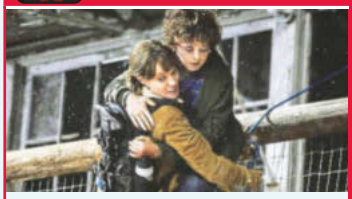
TV PULS HD DVB T2

6.00 **Policjanci z Miami 2** (20, 21): Odpłata; Wiersz wolny – serial kryminalny, USA 1985
8.00 **Kobra – oddział specjalny** (1, 2): Śmierć bez ostrzeżenia; Uroki ojcostwa – serial sensacyjny, Niemcy 2016, wyk. Erdogan Atalay, Gottfried Vollmer
10.00 **Maria z przedmieścia** (37, 38) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 **Nie igraj z aniołem** (105) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
13.00 **Wspaniałe stulecie** (39) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 **Kurierzy** (24) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 10** (520, 521) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 **Kurierzy** (25) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Adam dostarcza paczkę dziewczynom, które bawią się na wieczorze panieńskim. Imprezowiczki myślą, że kurier jest tancerzem erotycznym.
18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (962, 963) – serial obyczajowy, Polska 2026
Emerytka Danusia chce zapewnić szczęście swojemu wnukowi Damianowi. Wpada na pomysł, jak odzyskać zaległe alimenty od zaniedbującego go ojca.

PULS 2 HD DVB T2

5.50 **Ale numer! 20** (5) – pr. rozrywk.
6.20 **Cosie-Ktosie** (1) – anim., Fr. 2022
6.30 **Kajko i Kokosz** (1) – anim., Pol.
6.45 **Smerfy 2** (43) – serial anim.
7.00 **Blaze i megamaszyny 6** (10) – serial animowany, USA 2020
7.30 **Psi Patrol** (15) – serial anim.
7.50 **Superkoty** (8) – serial anim., USA
8.30 **Wielkie przygody małego rekina** (1) – serial dla dzieci, Korea Południowa/USA 2020
8.50 **Masza i Niedźwiedź 2** (5)
9.00 **Masza i Niedźwiedź** (6) – anim.
9.20 **Straszne historie Maszy** (1)
9.25 **Świnka Peppa** (27-29) – anim.
9.45 **Bing 4** (17, 18) – serial anim.
10.00 **Jeżyk i Przyjaciele** (1, 2) – anim.
10.35 **Spidey i superkumple 2** (37, 36) – serial anim., USA 2022
11.35 **Gus. Mały – wielki rycerz** (31, 32) – serial anim., Fr. 2021
12.00 **Psi Patrol 8** (3) – serial anim.
12.35 **Marta mówi!** (8) – serial anim.
13.00 **Smerfy** (152) – anim., Bel. 1984
13.35 **Gumisie 4** (4) – serial animowany
14.00 **Kacze opowieści** (3, 4) – anim.
15.00 **Miraculous: Biedronka i Czarny Kot** (18, 19) – anim.
16.00 **Fineasz i Ferb 2** (2, 3) – anim.
17.00 **Smerfy** (151) – anim., Bel. 1984
17.35 **Gumisie 4** (3) – serial animowany
18.00 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (5, 6) – serial animowany, USA
19.00 **Kacze opowieści** (1, 5) – anim.

NETFLIX



CI, KTÓRZY ŻYCZĄ MI ŚMIERCI

Strażaczka Hannah (Angelina Jolie) pomaga dwunastolatkowi, którego zaatakowali uzbrojeni napastnicy. Ucieka z nim do lasu. Jeden z bandytów wznieca pożar, by uwięzić oboje w pułapce.
►**thriller, Kanada/USA 2021; 100 min**



RANSOM CANYON

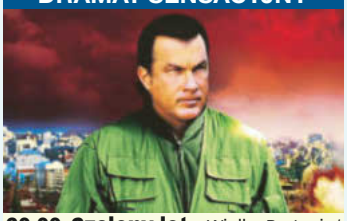
W teksańskim miasteczku trzy dynastie ranczerów walczą o wpływy i kontrolę nad ziemią. Farmer Staten Kirkland (Josh Duhamel) marzy o zemście. Odkrywa kolejne mroczne sekrety.
►**serial obycz. (10 odc.), USA 2025**



Reutter NA PROBLEMY GARDŁOWE DLA CAŁEJ RODZINY – DOBRY WYBÓR!

W APTEKACH I ZIELARNIACH

REKLAMA

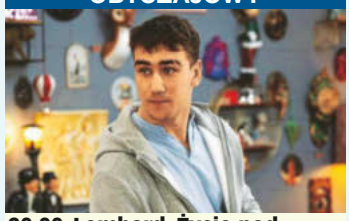


DRAMAT SENSACYJNY

20.00 **Push** – thriller s.f., USA/Kanada/Wielka Brytania 2009, 145 min FILM

Henry z tajnej agencji rządowej, zwanej Wydziałem, tropi ludzi o nadnaturalnych umiejętnościach, których chce wykorzystać do celów wojskowych. Na jego liście są posiadający zdolności telekinetyczne Nick Gant i potrafiąca sterować ludzkimi myślami Kira.

22.25 **Ghost in the Shell** – film s.f., USA/Wielka Brytania/Chiny 2017, reż. Rupert Sanders, wyk. Scarlett Johansson, Pilou Asbaek, Takeshi Kitano, Juliette Binoche, 135 min FILM
Major, hybryda człowieka i maszyny, pracuje dla jednostki do spraw cyberprzestępczości. Członkowie grupy muszą zbadać sprawę Hideo Kuzego. Zamierza on przejąć technologię umożliwiającą kontrolowanie umysłów.
0.40 **Tożsamość strachu** – thriller, USA 2021, reż. Castille Landon, wyk. Katherine Heigl, Harry Connick Jr., Madison Iseman, Israel Broussard, 140 min FILM
3.00 **Żyjąc z potworem 8** (16) – serial dokumentalny, USA 2020
4.00 **Fachowcy** (2) – paradok., Pol.



OBYCZAJOWY

20.00 **Szalony lot** – Wielka Brytania/Rumunia/USA 2007, 125 min FILM

Podczas manewrów lotniczych terroryści porywają supertajny amerykański samolot szturmowy X-77. Zamierzają wykorzystać go do zrzucenia bomby biologicznej. Niebezpieczna misja odzyskania uprowadzonej maszyny powierzona zostaje doświadczonemu agentowi Johnowi Sandsowi. W wykonaniu tego zadania pomagają mu Jessica oraz kapitan Richard Jannick.

22.05 **Zatopieni** – film sensacyjny, Bułgaria/Wielka Brytania 2005, reż. Anthony Hickox, wyk. Steven Seagal, Christine Adams, William Hope, Nick Brimble, 115 min FILM
0.00 **Uciekaj albo walcz** – film sensacyjny, USA 2020, reż. Kyle Rankin, wyk. Eli Brown, Isabel May, Olly Sholotan, Radha Mitchell, 130 min FILM
2.10 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (958) – serial obyczajowy, Polska 2026
3.10 **Dzielnica strachu 9** (396): Śmieć – serial kryminalny, Polska 2025
4.15 **Zobacz to!** – pr. powtórkowe

20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (970) – Polska 2026

Nano martwi się, że nie zdoła znaleźć mieszkania na wynajem w korzystnej cenie. Natalia przekazuje w lombardzie zaskakujące wieści. Tomek przynosi na Cichą laskę, pamiątkę po dziadku. Z przedmiotem jest powiązana pewna zagadkowa historia.

21.00 **Dzielnica strachu 9** (402, 403): Mścicielka; Nie ma litości – serial kryminalny, Polska 2025
23.00 **Wstydliwe choroby: Nastolatki 2** (3, 4) – serial dokumentalny, Wielka Brytania
1.00 **Lombard. Życie pod zastaw 12** (634) – serial obyczajowy, Polska 2023
2.00 **Lombard. Życie pod zastaw 9** (476) – serial obyczajowy, Polska 2021
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 4** (187) – serial obyczajowy, Polska 2019
4.00 **Niesamowite!** (20, 21) – serial dokumentalny, Polska 2014
5.00 **Lombard. Życie pod zastaw 10** (497) – serial obyczajowy, Polska 2022



POLDI

Sylwetka Lukasa Podolskiego, który zapisał się w historii niemieckiego futbolu. Obecnie zawodowo gra on na pozycji napastnika w Górniku Zabrze. Widzowie poznają nieznane fakty z życia prywatnego sportowca. Głos zabiorą jego koledzy z drużyny i trenerzy, w tym Bastian Schweinsteiger i Thomas Müller.
►**film dokum., Niemcy 2026; 94 min**



CESARZOWA SISI 2

Dalsze losy niepokornej Elżbiety Bawarskiej (Devrim Lingnau), która próbuje się odnaleźć na pełnym intryg wiedeńskim dworze. Żona Franciszka Józefa I (Philip Froissant) spodziewa się kolejnego dziecka. Wszyscy mają nadzieję, że urodzi dziedzica tronu. Małżonkowie mierzą się też z widmem rewolucji.
►**kostiumowy (6 odc.), Niemcy 2024**

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.05 **FBI: Most Wanted 3** (4, 5) – serial kryminalny, USA 2020
7.35 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (19, 20) – serial kryminalny
9.25 **Castle 2** (11, 12) – serial kryminalny
11.25 **MacGyver 2** (6, 7) – serial akcji, USA 2017-2018
13.20 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (21, 22) – serial kryminalny
15.10 **Agenci NCIS 10** (8, 9) – serial sensacyjny
17.10 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3** (7, 8) – serial krym., USA/Kanada 2002
19.05 **Castle 2** (13, 14) – serial kryminalny

TVP SERIALE

5.55 **Rodzinka.pl** (95) – serial kom., Pol. 2013
6.30 **Na sygnale** (477, 478)
7.35 **Ojciec Mateusz 2** (27) – krym., Pol. 2009
8.35 **Komisarz Alex 2** (16)
9.25 **Rodzinka.pl** (96)
10.00 **Klan** (1443, 1444)
10.55 **Ranczo 8** (94, 95)
12.35 **Komisarz Alex 2** (17)
13.40 **Ojciec Mateusz 29** (378, 379) – krym., Pol.
15.40 **Komisarz Alex 2** (18) – serial krym., Polska
16.30 **Na sygnale** (479, 480) – serial fab.-dokum.
17.40 **Ranczo 8** (96, 97) – serial obycz., Polska
19.35 **Ojciec Mateusz 29** (380) – krym., Pol. 2023
20.30 **Ojciec Mateusz 2** (28) – krym., Pol. 2009

TVP KULTURA DVB T2

8.35 **Młynek do kawy** – film anim., Pol. 1963
9.00 **Siedem życzeń** (2)
10.00 **Zabawka** – komedia, FILM Francja 1976, 100 min
11.40 **Dekalog 1** – dramat FILM psychologiczny, Polska 1988, 65 min
12.45 **Gauguin na Tahiti. Raj utracony** – film dokum., Włochy 2019
14.20 **Kosmos 1999** (7) – s.f.
15.20 **Weiser** – dramat FILM psychologiczny, Niem./Pol./Szwajcaria 2000, 110 min
17.10 **Siedem życzeń** (3) – serial przyg., Polska
18.15 **Dźwięk Nowego Jorku** (5) – serial dok.
19.00 **Pan wzywał, milordzie? 4** (2)

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 4** (12) – serial dok., Pol. 2019
7.00 **Wolna krowa** – film krótkometraż.
7.45 **Grzyby** – thriller, FILM Polska 2023, 100 min
9.25 **Wyraj** – film krótkometraż.
10.00 **Van der Valk 3** (3) – krym., Wlk. Bryt. 2023
11.55 **Vera 4** (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
13.50 **Georgie ma** FILM **się dobrze** – komediodramat, Wielka Brytania 2023, 110 min
15.40 **Rebeliant** – dramat FILM biograficzny, USA 2016, 155 min
18.15 **Vera 4** (4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

CANAL+ PREMIUM HD

8.45 **Łapu capu** – pr. rozr.
9.00 **Królowa chmur** FILM – film obyczajowy, Polska 2003, 80 min
10.20 **Kung Fu Panda 2** FILM – film animowany, USA/Kan. 2011, 90 min
11.50 **LARP. Miłość, trolle** FILM **i inne questy** – kom., Polska 2025, 90 min
13.20 **Cat's Eyes** (6) – przyg.
14.15 **Girl Climber. Wspinaczka** – film dok., Austria/USA 2025
15.40 **Battleship: Bitwa** FILM **o Ziemię** – film s.f., USA/Japonia 2012, reż. Peter Berg, 130 min
17.50 **Łapu capu** – pr. rozr.
17.55 **Azyl** – dramat biograf., FILM Czechy/Wlk. Bryt./ USA 2017, 125 min

HBO HD

8.15 **Trenerzy** – komedia, FILM Włochy 2024, 90 min
9.45 **Emotki. Film** – anim., FILM USA 2017, 90 min
11.15 **Eddie zwany Orłem** FILM – film biograficzny, Wielka Brytania/Niem./ USA 2016, 105 min
13.00 **Bezmiar** – dramat FILM obyczajowy, Włochy/ Francja 2022, 100 min
14.40 **Agentka** – komedia, FILM USA 2015, 120 min
16.40 **Zła kuratorka** FILM – dramat obyczajowy, USA 2024, 90 min
18.10 **Wielka, odważna,** FILM **piękna podróż** – dramat fantasy, Irlandia/USA 2025, reż. Kogonada, 110 min
20.00 **Ród smoka 3** (2)

20

KRYMINALNY



21.05 **FBI: International 4** (11) – USA 2024-2025

Amerykanka Emma Byers zostaje znaleziona martwa. Ślady wiodą do elitarnego Covington Club. Gdy ginie kolejny członek stowarzyszenia, wychodzi na jaw, że Emma planowała zemstę.

22.00 **FBI: Most Wanted 4** (14) – serial kryminalny
22.55 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3** (7, 8) – serial krym.
0.40 **Castle 2** (13, 14) – serial kryminalny
2.35 **FBI: International 4** (11) – serial kryminalny

OBYCZAJOWY



21.30 **Ranczo 8** (98, 99) – Polska 2014

Czerepach odkrywa, że senatorowa jest związana z aptekarzem. Tymczasem Lodzia dowiaduje się o bliskich relacjach Kozioła i Moniki. Mężczyzna boi się wybuchu skandalu.

23.20 **Ojciec Mateusz 29** (381) – krym., Pol. 2023
0.20 **Ojciec Mateusz 30** (382) – krym., Pol. 2023
1.20 **Ratownicy** (12, 13-ost.) – obycz.
3.15 **Wojna zastępcza** (4) – serial szpiegowski
4.10 **Klan** (1443) – telen.
4.35 **Pan Mama** (16)

SENSACYJNY



20.00 **Śmierć nadejdzie** FILM **jutro** – USA/Wielka Brytania 2002, 145 min

Zdemaskowany w Korei Północnej James Bond jest podejrzewany o zdradę. Próbuje oczyścić się z zarzutów. Pomaga mu agentka Jinx.

22.25 **Valmont** – dramat FILM kostiumowy, Francja/ Wielka Brytania/USA 1989, 145 min
0.50 **Sibelius. Siedem symfonii** – serial dokum., Finlandia 2015
2.10 **Kulturalni** (24) – magazyn kulturalny, Polska 2026

THRILLER



20.10 **Plan ucieczki** FILM – USA 2013, 140 min

Ray, ekspert od zabezpieczeń więziennych, wskutek oszustwa trafia do zakładu karnego. Chce się stąd wydostać. Jego sojusznikiem zostaje jeden ze skazańców, Emil.

22.30 **Dom Glassów** FILM – dramat sensacyjny, USA 2001, 135 min
0.45 **Dream Scenario** FILM – horror komediowy, USA 2023, 115 min
2.40 **Powrót** (1) – kom.
3.35 **Żurek** – film obycz., FILM Polska 2003, 75 min
4.50 **Pan młody**

KOMEDIA MUZYCZNA



20.00 **Mamma Mia!** – USA/ FILM Wielka Brytania/ Niemcy 2008, 110 min

Grecka wyspa Kalokairi. Przyszła panna młoda, Sophie, chce poznać swojego ojca. Zaprasza na ślub trzech dawnych adoratorów matki, Donny, burząc tym jej spokój.

21.50 **Mamma Mia! Here** FILM **We Go Again** – komedia muzyczna, USA/Wielka Brytania/ Chiny 2018, reż. Ol Parker, 110 min
23.40 **Dotyk** – melodramat, FILM Islandia/Wielka Brytania 2024, 120 min

KOMEDIOWY



21.00 **Miniaturowa żona** (2) – USA 2026

Lindy próbuje odnaleźć się w nowej sytuacji. Oswaja się z życiem w domku dla lalek. Les stara się odwrócić proces miniaturyzacji. Przeszkodą staje się... biurokracja.

21.45 **Akademia pana** FILM **Kleksa 2** – film familijny, Polska 2024, reż. Maciej Kawulski, 120 min
23.45 **Mroczny fajter** FILM – film sensacyjny, USA 2023, 115 min
1.40 **Bezsenność** – thriller, FILM USA 2002, 115 min

AXN WHITE

8.30 **Szpital nadziei 3** (18)
9.30 **Blondynka 2** (1, 2)
11.30 **Agenci NCIS 19** (7-9)
14.20 **Szpital nadziei 4** (1)
15.15 **Rozrywkowa Gwiazdka** FILM – komedia romantyczna, USA 2018, 120 min
17.15 **Miłość przy** FILM **świątecznym stole** – komedia romantyczna, USA 2012, 110 min
19.05 **Dr House 3** (1) – obycz.
20.00 **Dowody zbrodni** (16, 17) – serial kryminalny, USA
22.05 **Unforgettable: Zapisane w pamięci 4** (9) – krym.
23.00 **Agenci NCIS 19** (7-9) – serial sensacyjny, USA

AXN BLACK

8.45 **Zagadki z przeszłości** (18) – przyg., Fr./Niem./Kan.
9.45 **Gwiezdne wrota 3** (1-3)
12.45 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4** (1) – serial sens.
13.45 **Renegat 5** (4) – serial sens.
14.45 **Drużyna A 2** (16) – sens.
15.45 **Nieustraszony** (8) – sens.
16.50 **Zagadki z przeszłości** (19) – przyg., Fr./Niem./Kan.
17.55 **Gwiezdne wrota 3** (4-6)
21.00 **Uprowadzona** – film FILM sens., Francja 2008, 120 min
23.00 **Hostel 3** – horror, USA FILM 2011, 100 min
0.40 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4** (1) – serial sens.
1.40 **Nieustraszony** (8) – sens.

WARNER TV

8.20 **Teraz albo nigdy!** (1)
9.25 **Bajer z Bel-Air 4** (16, 17)
10.25 **Prawo Agaty 2** (6)
11.20 **Pełna chata 7** (17, 18)
12.20 **Teraz albo nigdy!** (2, 3)
14.30 **Bajer z Bel-Air 4** (16-19)
16.25 **Pełna chata 7** (17-20)
18.25 **Taxi 4** – komedia sens., FILM Francja 2007, 105 min
20.10 **Godziny szczytu** FILM – komedia sensacyjna, USA 1998, 110 min
22.00 **San Andreas** – dramat FILM katastrof., 2015, 130 min
0.10 **Rój** – film katastroficzny, FILM USA 1978, 185 min
3.15 **Obywatel Kane** – dramat FILM obyczajowy, 1941, 150 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (124-126) – serial paradokum., Polska 2017
9.00 **Cobra Kai** (25-30) – przyg.
13.05 **Kowalscy kontra Kowalscy** (17-20) – obycz.
15.05 **Świat według Kiepskich** (353-356) – kom., Pol. 2011
17.05 **Columbo** (2, 3) – serial kryminalny, USA
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (107) – serial krym., USA/Kanada
21.55 **Malanowski i partnerzy** (628-631) – serial fab.-dok.
23.55 **Ślad** (26-28) – serial krym.
2.55 **Święty** (188, 189) – kom.
4.00 **48h. Zaginieni** (83, 84) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.00 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
6.15 **Kiler** – komedia sens., FILM Polska 1997, 100 min
7.55 **Fuks** – komedia sens., FILM Polska 1999, 85 min
9.20 **Orzełek Iggy** – film anim., FILM Polska/USA 2025, 85 min
10.45 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
11.00 **Charlie Chaplin: duch włóczęgi** – film dok., 2024
12.30 **Wszyscy święci** – film FILM obycz., Polska 2002, 75 min
13.45 **Chopin, Chopin!** – dramat FILM biograf., Pol. 2025, 135 min
16.00 **Zmierzch** – film fantasy, FILM USA 2008, reż. Catherine Hardwicke, 120 min
18.00 **Krucjata Bourne'a** FILM – thriller, USA/Niemcy 2004, reż. Paul Greengrass, wyk. Matt Damon, 105 min
19.45 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Follemente. W tym** FILM **szaleństwie jest metoda** – komedia, Włochy 2025, 95 min
21.35 **Rocznica** – thriller, USA FILM 2025, reż. Jan Komasa, wyk. Diane Lane, 110 min
23.25 **Wszystkie odcienie** FILM **światła** – dramat obycz., Indie/Fr./Hol. 2024, 115 min
1.20 **Moje miasto** – serial dok.
2.20 **Franz Kafka** – dramat FILM biograficzny, 2025, 125 min
4.25 **Utrata równowagi** FILM – dramat psychologiczny, Polska 2024, 95 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Planeta Singli. Osiem historii** (7) – serial komediowy, Polska 2021
10.50 **Łapu capu** – program rozrywkowy
11.00 **Naruto** (26) – serial anime, Japonia 2003
11.30 **Naruto Destruction of the Hidden Leaf Village** (1, 2) – serial anime, Japonia
12.30 **The Office PL 5** (4-6) – serial komediowy, Polska
14.05 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy
14.35 **Naruto** (23-25) – serial anime, Japonia 2003
16.05 **Mały Grand Hotel** (8) – serial komediowy, Polska
16.25 **Cat's Eyes** (5, 6) – serial przygodowy, Francja 2024
18.15 **13 posterunek 2** (1-3) – serial komediowy, Polska
20.00 **Koniec lata** (3, 4) – serial kryminalny, Szwecja 2023
22.00 **El Inmortal. Gangi Madrytu 2** (1, 2) – serial sensacyjny, Hiszpania 2024
23.45 **Edukacja XD** (9, 10) – serial komediowy, Polska
0.50 **Ekspedycja XD** (1-5) – serial komediowy, Polska
1.50 **Klangor** (7, 8) – serial kryminalny, Polska 2021
3.40 **Miłość, seks & pandemia** (1, 2) – serial obyczajowy, Polska 2021
5.20 **Łapu capu Extra** (3) – program rozrywkowy

CANAL+ 360 HD

6.35 **Polska z góry: Stadiony** (3) – serial dok., Polska 2024
7.00 **Supersamoloty bojowe** (1) – serial dokumentalny
8.00 **Grip – w świecie supersamochodów** (9)
9.00 **Zabójcze drogi** (4) – dok.
10.00 **Co poszło nie tak 2** (6)
11.05 **Stalowe bestie z demobilu** (7) – dok.
13.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2** (1) – serial dok., Niem. 2014
14.00 **Wykrywacz historii 3** (1)
15.00 **Co poszło nie tak 3** (4)
16.00 **Supersamoloty bojowe** (2) – serial dokumentalny
17.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach 8** (15) – dok.
17.55 **Porzucone konstrukcje 4** (20) – dok.
18.50 **Wykrywacz historii 2** (5)
19.50 **Zholowani: ciężarówki w opałach 8** (16) – dok.
20.50 **Co poszło nie tak 4** (4)
21.55 **Śladami Marco Polo** (4)
23.00 **Supersamoloty bojowe** (3) – serial dokumentalny
0.00 **Zabójcze drogi** (3) – dok.
1.00 **Przemierzając Mauretanię** – dok., 2023
2.00 **Twardzielki** (10) – dok.
2.40 **Ludzie morza** (4) – dok.
3.45 **Polska z góry: Stadiony 2** (1, 2) – dok.
4.55 **Pogotowie remontowe Wieśka** (2, 3) – mag.

HBO 2 HD

14.30 **Doktor Larsen 2** (21) – serial obycz., USA 2025
15.15 **Bohemian Rhapsody** FILM – dramat biograf., Wielka Brytania/USA 2018, 130 min
17.25 **P.S. Kocham Cię** FILM – melodramat, USA 2007, 125 min
19.30 **Sypiając z innymi** FILM – komediodramat, USA 2015, 100 min
21.10 **Mrugnij dwa razy** FILM – thriller, USA 2024, reż. Zoë Kravitz, 100 min
22.50 **Salve Maria** – dramat FILM obycz., Hiszp. 2024, 110 min
0.40 **Blue Valentine** FILM – melodram., 2010, 110 min

HBO 3 HD

13.55 **Kurier Francuski** FILM **z Liberty, Kansas Evening Sun** – komediodramat, Niemcy/ USA 2021, 105 min
15.40 **Millerowie** – komedia FILM kryminalna, USA/Wielka Brytania 2013, 110 min
17.30 **Serdecznie zapraszamy** FILM – kom., USA 2025, 105 min
19.15 **Niepewne 5** (5, 6) – kom.
20.05 **Rzym** (5) – serial hist.
21.00 **Ród smoka 3** (2) – fantasy
22.00 **Miniaturowa żona** (2)
22.45 **Wrota do piekieł** FILM – horror, USA 2009, 95 min
0.20 **Grzesznicy** – horror, FILM 2025, 135 min

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (124-126) – dok., Pol.
7.25 **Doktor Martin 4** (27) – serial obyczajowy
8.25 **Przyjaciółki** (309, 310) – obycz., Pol.
10.20 **Świat według Kiepskich** (155, 156, 221, 222, 160, 115) – serial kom., Polska
14.00 **Faceci w czerni 3** FILM – komedia s.f., USA 2012, 130 min
16.10 **Dzień Niepodległości. Odrodzenie** FILM – film s.f., USA 2016, reż. Roland Emmerich, 155 min
18.45 **Obsesja** FILM – thriller, USA 2009, reż. Steve Shill, wyk. Idris Elba, 135 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Tata ma plan** (21, 22) – serial komediowy, USA 2016
7.00 **Dwóch i pół 4** (3-6) – serial komediowy, USA 2006
8.55 **Przyjaciele 5** (14-19) – kom., USA 1998-1999
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 5** (5-10) – kom., USA 2011-2012
14.30 **Dwóch i pół 4** (7-10) – serial komediowy
16.30 **Przyjaciele 5** (20-24) – serial komediowy, USA 1998-1999
19.00 **Przyjaciele 6** (1) – serial komediowy, USA 1999-2000
19.30 **Duchy** (1, 2) – serial fantasy, USA/Wielka Brytania 2021

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (771) – serial paradokum.
6.00 **Seriaale 3** (4) – mag.
6.30 **Alfabet filmowy** (15)
6.45 **Zakochani po uszy** (75, 76) – telen., Polska
7.45 **Detektywi** (49-52) – serial fab.-dokum.
9.50 **Prawo Agaty 3** (5)
10.55 **Szpital św. Anny** (84)
11.55 **Miłość czy pomyłka?** (21, 22)
13.55 **Prawo Agaty 3** (4)
14.55 **Detektywi** – fab.-dok.
16.00 **Kino w drodze** (3)
16.35 **Najpiękniejsza muzyka filmowa** (4)
16.50 **Zatańcz ze mną** FILM – komedia romant., USA 2004, 130 min
19.00 **Szpital św. Anny** (63) – serial obycz., Polska

13 ULICA

6.05 **Blanca 2** (1, 2) – serial kryminalny, Wł. 2023
8.20 **Na granicy: Herman** FILM – film kryminalny, Niemcy 2021, 115 min
10.15 **Chicago P.D. 11** (6, 7) – serial kryminalny
12.05 **Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (1, 2) – serial sensacyjny
14.00 **Blanca 2** (3, 4) – serial kryminalny, Wł. 2023
16.25 **Na granicy: Spadek Hildy** FILM – film kryminalny, Niemcy 2022, reż. Eoin Moore, 115 min
18.20 **Chicago P.D. 11** (8, 9) – serial kryminalny
20.10 **Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (3, 4) – serial sensacyjny

KINO POLSKA

9.10 **Czarne Stopy** FILM – film przygodowy, 1986, 140 min
11.30 **Pokój z widokiem na morze** FILM – film psychologiczny, 1977, reż. Janusz Zaorski, 120 min
13.30 **Papierowe małżeństwo** FILM – kom. obycz., Polska/Wlk. Bryt. 1991, 115 min
15.25 **Motylem jestem, czyli romans czterdziestolatka** FILM – komedia obyczajowa, 1976, 105 min
17.10 **Pogranicze w ogniu** (24) – serial sensacyjny
18.45 **Czterej pancerni i pies** (1) – serial wojenny, 1966

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Kabaretowe hity** (4) – program rozrywkowy
6.50 **Złoty interes** (8)
7.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
9.00 **Robert Makłowicz** (138, 181) – mag. kulin.
10.55 **Górski lekarz** (13, 14) – obycz., Niem./Austria
13.00 **Katastrofy w przestworzach** (2, 9) – serial dok., Kan.
16.00 **MacGyver 3** (19, 20) – sens., USA/Kan. 1988
18.00 **Wojny magazynowe: Kanada** (36, 1) – reality show
19.10 **Aukcja w ciemno** (21) – serial dok., USA
19.40 **Aukcja w ciemno 2** (1) – serial dok., USA

HORROR



21.00 Morbius FILM – USA 2022, 125 min

Biochemik cierpi na rzadką chorobę. Szukając lekarstwa, wszczepia sobie geny nietoperza. Zamienia się w bestię żywiącą się krwią.

23.05 Hanna FILM – thriller, USA/Wielka Brytania/Niemcy 2011, reż. Joe Wright, 145 min
1.30 Gliniarze (345, 346) – serial paradokum.
3.25 Fala zbrodni (70, 71) – serial sens., Pol. 2006
5.20 Na ratunek 112 (854) – serial paradokum., Polska 2023

KOMEDIOWY



20.30 Teoria wielkiego podrywu 5 (11-13)

Leonard dostaje wiadomość od dawnego prześladowcy. Mierzy się z dawnymi lękami. Penny uświadamia sobie, że i ona w czasach szkolnych nie była dobrą koleżanką.

22.00 The Office PL (9, 10)
23.05 Comedy Club 4 (9, 10) – pr. rozrywk.
0.05 Miasteczko South Park (9, 10)
1.00 Pracoholicy 2 (7, 8)
2.00 Śmieszniej nie będzie 6 (1, 2) – rozr.
3.00 Miasteczko South Park (6-8)

WOJENNY



20.00 Dunkierka FILM – Wlk. Bryt./Hol./Francja 2017, 140 min

Latem 1940 roku armia III Rzeszy otacza aliantów we francuskim mieście. Ocalały Tommy desperacko walczy o przetrwanie. Rozpoczyna się ewakuacja.

22.20 Seks w wielkim mieście FILM – komedia romantyczna, USA 2008, 180 min
1.20 Nagle FILM – thriller, Francja/Islandia/Belgia 2023, 140 min
3.40 Dziewczyny z Hollywood 3 (11)

DRAMAT KRYMINALNY



22.00 Niepokojące zaginięcia: Pod presją 4 FILM – Francja 2022, 115 min

Dyrektorka firmy zaginęła po burzliwym spotkaniu służbowym. Léonore, wspólnie z komisarzem Amarem, pilnie stara się ustalić okoliczności zaginięcia kobiety.

23.55 Niewidomy detektyw (3) – serial krym., Austria/Niemcy
1.30 Na granicy: Spadek Hildy FILM – film krym., Niemcy 2022, 125 min
3.35 Blanca 2 (3, 4) – serial kryminalny, Wł. 2023

KOMEDIA OBYCZAJOWA



20.00 Nie ma róży bez ognia FILM – 1974, 120 min

Jan i jego żona zajmują jeden mały pokoik w starej willi. Gdy niejaki Malinowski proponuje im zamianę lokum, przyjmują jego ofertę. Ich radość nie trwa jednak długo.

22.00 Tam i z powrotem FILM – film obyczajowy, 2001, reż. Wojciech Wójcik, 125 min
0.05 Ostatnia rodzina FILM – dramat obyczajowy, 2016, 170 min
2.55 Chemia FILM – dram. obycz., 2015, wyk. Eryk Lubos, 140 min

WOJENNY



20.00 Za linią wroga FILM – Wielka Brytania 2020, 120 min

II wojna światowa, Polska. W trakcie zimy grupa aliantów zostaje wysłana za linię wroga z ryzykowną misją. Żołnierze mają za zadanie uwolnić naukowca.

22.00 Mścicielka FILM – thriller, Francja/Kanada/USA 2016, 115 min
23.55 W nich cała nadzieja FILM – dramat s.f., Polska 2023, 115 min
1.50 Mniejsze zło FILM – film obyczajowy, Polska 2009, 145 min

20

CINEMAX HD

14.40 **Między nami bliźniętami** FILM – komediodramat, USA 2014, 95 min
16.15 **Jason Bourne** FILM – thriller, USA 2016, reż. Paul Greengrass, 120 min
18.15 **Je'vida** FILM – dramat hist., Finlandia 2023, 105 min
20.00 **Jajo larwa motyl** P! FILM – film obyczajowy, Cypr 2023, reż. Kyros Papavassiliou, 90 min
21.30 **Nikt mnie nie kocha** FILM – dramat psychologiczny, Czechy/Francja/Słowacja 2024, 105 min
23.15 **Road House** FILM – film sensacyjny, 2024, 120 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 **Święty** (21, 22) – kom., Pol.
14.25 **Spadkobiercy 3** (8) – rozr.
15.25 **Co ludzie powiedzą? 4** (5) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 **Jedną nogą w grobie 2** (1) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 **Czarna Żmija 3** (1) – kom.
17.35 **Bob kocha Abisholę** (15-17) – serial komediowy
19.00 **Dwóch i pół 4** (3-6) – kom.
21.00 **Świat według Kiepskich** (12-14) – serial kom., Polska
22.30 **Co ludzie powiedzą? 4** (6) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 **Jedną nogą w grobie 2** (2) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 **Czarna Żmija 3** (2) – kom.
0.30 **Comedy Club 2** (6) – rozr.

SCI FI

8.00 **SurrealEstate** (1, 2)
10.00 **Bibliotekarz 2:** FILM **Tajemnice kopalni króla Salomona** – film przygodowy, 2006, 110 min
11.50 **Zagubiona tożsamość** (9, 10) – serial s.f., Kan. 2010
13.40 **Grimm 6** (4, 5) – fantasy
15.30 **Kroniki Shannary** (1, 2) – serial fantasy, USA 2016
17.20 **Zagubiona tożsamość** (11, 12) – serial s.f., Kanada
19.10 **Grimm 6** (6, 7) – fantasy
21.00 **Zapowiedź** – thriller, FILM USA/Wielka Brytania/Australia 2009, 150 min
23.30 **Psy mafii** – film FILM kryminalny, 2016, 135 min

FX HD

9.00 **Z archiwum X** (14) – s.f.
10.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (23, 24) – krym.
11.50 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (9, 10)
13.45 **Agenci NCIS 10** (1, 2)
15.35 **SkyMed** (7) – obycz., Kan.
16.30 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (25, 1) – serial krym.
18.20 **Z archiwum X** (15) – s.f.
19.15 **FBI 4** (2) – serial kryminalny
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (11, 12)
22.00 **Tropiciel** (20) – serial krym.
22.55 **Z archiwum X** (15) – s.f.
23.55 **9-1-1** (16) – serial obycz.
0.55 **FBI 4** (2) – serial kryminalny
1.50 **Agenci NCIS 10** (2) – sens.

FILMBOX+ ONE HD

8.35 **Zagadki kryminalne panny Fisher 2** (12, 13)
11.00 **Panna Scarlet i komisarz** (3, 4) – krym.
13.10 **Poirot** (1) – serial krym.
15.15 **Zagadki kryminalne panny Fisher 3** (1, 2)
17.50 **Panna Scarlet i komisarz** (5, 6) – krym.
20.00 **13 godzin: Tajna misja w Benghazi** FILM – film sensacyjny, USA/Malta/Maroko 2016, 175 min
22.55 **Efekt motyla** FILM – thriller, USA 2004, 150 min
1.25 **Sztos** FILM – komedia sens., Polska 1997, 105 min
3.10 **Cimarron Strip** (14)

ROMANCE TV HD

12.30 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Długa droga do szczęścia** – film obyczajowy, 2000, 110 min
14.20 **Lato we Włoszech** FILM – film obyczajowy, Niemcy 2025, 115 min
16.15 **Serca pod drzewem oliwnym** FILM – komedia romant., USA 2023, 110 min
18.05 **Górski lekarz** (130, 131)
20.00 **Najlepsze na koniec** FILM – komedia, Niemcy 2024, reż. Markus Sehr, 115 min
21.55 **Miłość zagubiona w dziczy** FILM – film obyczajowy, 2021, 110 min
23.45 **Górski lekarz** (130, 131)

CINEMAX 2 HD

12.25 **Tess** FILM – dramat obyczajowy, Wlk. Bryt./Fr. 1979, 170 min
15.15 **Nowe życie** FILM – film obycz., Hiszpania 2024, 100 min
16.55 **Dopóki miłość nas nie rozdzieli** FILM – melodramat, Chiny 2022, reż. Ran Li, wyk. Aaron Wan, 110 min
18.45 **Sprawa Kramerów** FILM – dramat obyczajowy, USA 1979, 105 min
20.30 **Dla dobra Adama** FILM – film obycz., Belgia 2025, 80 min
21.50 **Luzaczki** FILM – komediodramat, Francja 2024, 110 min
23.40 **Do kogo należę?** FILM – film obyczajowy, 2024, 115 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

9.05 **Poirot 3** (3, 4) – serial krym.
11.20 **Zatraceni w miłości** (19, 20) – telen., Turcja 2023
13.30 **Agenci NCIS 17** (17, 18) – serial kryminalny, USA
15.15 **Lekarze na start** (19, 20)
16.40 **Poirot 3** (5, 6) – serial krym.
19.00 **Zatraceni w miłości** (21, 22) – telen., Turcja 2023
21.00 **Projekt Błękitna Księga** (6) – serial s.f., Kanada/USA
21.55 **Morderstwo to nic trudnego** (2) – serial krym.
22.55 **Poirot 13** (1) – serial krym.
0.50 **Zatraceni w miłości** (21, 22) – telen., Turcja 2023
2.25 **Projekt Błękitna Księga** (6) – serial s.f., Kanada/USA

NOVELAS+ HD

10.00 **Cud miłości** (23) – telen.
11.00 **Otchłań namiętności** (108) – telen., Meksyk 2012
12.00 **Za wszelką cenę** (78)
13.00 **Róże i grzechy** (7) – telen.
14.00 **Historia Juany** (35, 36)
16.00 **Róże i grzechy** (8) – telen.
17.00 **Za wszelką cenę** (79)
18.00 **Otchłań namiętności** (109) – telen., Meksyk 2012
19.00 **Macocha** (18) – telenowela
20.00 **Cud miłości** (24) – telen.
21.00 **Historia Juany** (36)
22.00 **Róże i grzechy** (8) – telen.
23.00 **Za wszelką cenę** (79)
0.00 **Otchłań namiętności** (109) – telen., Meksyk 2012
1.00 **Macocha** (18) – telenowela

FX COMEDY HD

13.00 **Sposób użycia 5** (15, 16)
14.00 **Wszyscy kochają Raymonda 4** (21-24)
16.00 **Simpsonowie 36** (4, 1, 7, 5)
18.00 **Jak poznałem waszą matkę** (16-18) – serial kom.
19.30 **Współczesna rodzina 6** (19-21) – serial komediowy
21.00 **Family Guy: Głowa rodziny 23** (18)
21.30 **Family Guy: Głowa rodziny 18** (1)
22.00 **Jackass – świry** FILM **w akcji 2** – komedia, USA 2006, 110 min
23.50 **Genialna Morgane 2** (7, 8) – serial kryminalny, Fr.

FILMBOX+ HITS HD

11.05 **W harmonii** FILM – dramat obyczajowy, 2015, 100 min
12.45 **Droga pod wiatr** FILM – dram. krym., 2011, 105 min
14.30 **Weekend z królem** FILM – dramat biograf., Wielka Brytania 2012, 105 min
16.15 **Zaginiona** FILM – thriller, USA 2012, 105 min
18.00 **Książę i ja** FILM – kom. romant., USA/Czechy 2004, 120 min
20.00 **Igrzyska śmierci** FILM – dramat s.f., USA 2012, reż. Gary Ross, 155 min
22.35 **Czworo do pary** FILM – dramat obyczajowy, 2014, 105 min
0.20 **Whiplash** FILM – dramat obyczajowy, 2014, 115 min

PARAMOUNT NETWORK HD

10.30 **Star Trek 6: Wojna o pokój** FILM – film s.f., USA 1991, 150 min
13.00 **Czarodziejki 2** (19, 20)
15.00 **Pingwiny z Madagaskaru 3** (10)
15.30 **Gliniarz z Beverly Hills** FILM – komedia sensacyjna, USA 1984, 140 min
17.50 **Gliniarz z Beverly Hills 2** FILM – komedia sensacyjna, USA 1987, 130 min
20.00 **Męska gra** FILM – dramat obyczajowy, 1999, 190 min
23.10 **Rambo** FILM – film sensacyjny, USA/Niemcy 2008, 105 min
0.55 **Pasażer** FILM – thriller, USA 2023, 125 min

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

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
8.30 **BMX:** ME – Sarrians
9.30 **Motocross:** MŚ w Aguedzie – wyścigi w klasie MX2 i MXGP
11.00 **Snooker:** Turniej Northern Ireland Open w Belfaście – finał: Jack Lisowski – Judd Trump
13.00 **Kolarstwo:** Tour de France – 9. i 10. etap
18.30 **Racing on the Edge** – magazyn sportowy
19.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze – bouldering kobiet – finały
20.00 **Trójbój siłowy:** World Open Classic Powerlifting Championships – Druskieniki 2026
21.00 **Żużel** – magazyn

POLSAT SPORT 1 HD
6.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Polska – Argentyna
9.00 **Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski
10.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Polska – Argentyna
11.00 **Halo, tu Wimbledon** – magazyn tenisowy
12.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – zapowiedź
13.00 **Tenis:** Turniej LIVE Wimbledon – studio
14.30 **Tenis:** Turniej LIVE Wimbledon – mecz 1. rundy
16.30 **Tenis:** Turniej LIVE Wimbledon – 1. runda

CANAL+ SPORT HD
6.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Korona Kielce – Jagiellonia Białystok
8.30 **Premier League Stories** (18) – magazyn piłkarski
9.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska
11.15 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska
13.30 **Magazyn PGE Ekstraliga** – magazyn żużlowy
15.10 **Premier League Stories** (45) – magazyn piłkarski
15.45 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska
18.00 **Liderzy. W centrum gry** (1): Jesus Imaz – serial dok., Pol. 2026

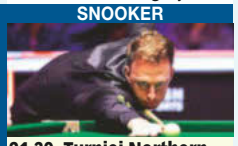
TVP SPORT DVB T2 HD
6.15 **Polska Liga Żeglarska** – mag.
6.40 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału
9.00 **Mundialowy poranek** (18) – mag.
10.05 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026: Algieria – Austria
12.25 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – mecz grupy J: Jordania – Argentyna
14.35 **Wioślarstwo:** Zawody PŚ w Lucernie – finały
15.35 **Boks:** Gala w Las Vegas: E. De Los Santos – J. Valenzuela
16.35 **Dzień na mundialu** (18) – mag. piłkarski

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 **Bundesliga Clubs**
7.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (3, 4)
8.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: 1. FC Köln – FC Bayern Monachium
10.00 **Formuła 1:** GP Austrii
12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Parma Calcio – Inter Mediolan
14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Lipsk – FC Bayern Monachium
16.00 **Serie A** – mag.
17.05 **Ligue 1 Show** (36)
18.00 **Bundesliga Special** (21) – mag. piłkarski
19.05 **Ligue 1 Show** (35)
19.40 **F2: Chasing the Dream** – mag. motor.

DISCOVERY CHANNEL HD
7.00 **Budowa na końcu świata** – serial dok.
8.00 **Gorączka złota: zapomniane kopalnie** – dok., USA
9.00 **Gorączka złota: rzeka skarbów 6**
10.00 **Klan z Alaski** – dok.
11.00 **Przetrwać nad Jukonem** – serial dok.
12.00 **Fani czterech kółek** (4): Dormobile
13.00 **Nagi instynkt przetrwania: Elita 2**
15.00 **Złomowisko PL 5** (15) – serial dokum.
16.00 **Gorączka złota 16**
17.00 **Celnicy na straży Szwecji 4** (6) – dok.
18.00 **Porty: Hiszpania** (5)
18.30 **Nagi instynkt przetrwania 11**

20

SNOOKER

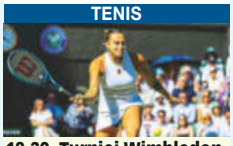


21.30 Turniej Northern Ireland Open w Belfaście – finał: J. Lisowski – J. Trump

Ostatni pojedynek jubileuszowej, dziesiątej edycji zmagań. Judd Trump stoi przed szansą na piąty w karierze triumf. Liderowi rankingu przeszkodzić chce Jack Lisowski.

22.00 **Kolarstwo:** Tour de France – 9. i 10. etap
0.00 **Snooker:** Turniej Northern Ireland Open w Belfaście – finał: Jack Lisowski – Judd Trump
1.30 **Kolarstwo:** Tour de France – 9. i 10. etap

TENIS



18.30 Turniej Wimbledon LIVE – mecz 1. rundy gry pojedynczej

Aryna Sabalenka wciąż czeka na pierwszy triumf w Londynie. Jej najlepsze wyniki to trzy półfinały, w tym ubiegłoroczny, przegrany z Amandą Anisimovą 4:6, 6:4, 4:6.

21.00 **Formuła 1:** Grand Prix Austrii Rok temu najlepszy na Red Bull Ringu okazał się Lando Norris.
22.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
1.00 **Boks**

MAGAZYN PIŁKARSKI



19.10 Premier League Review

Widzowie mają okazję zobaczyć skróty wszystkich meczów z poszczególnej kolejki ligi angielskiej.

20.15 **Magazyn PGE Ekstraliga** – mag.
22.00 **Boks:** BKFC Fight Night: Hammond – waga półśrednia: Vancamp – Cisneros
0.15 **Liga+ Extra** – mag.
2.20 **Ligomistrzowe historie** (5) – mag.
3.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia – Górnik Zabrze

PIŁKA NOŻNA



18.00 Mistrzostwa świata 2026 LIVE – mecz 1/16 finału

Na Houston Stadium powinniśmy zobaczyć reprezentację Brazylii, która była faworytem grupy C.

22.20 **Piłka nożna:** LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału
1.20 **Strongman:** Puchar Polski – Polkowice 2026
2.15 **Piłka nożna:** MŚ LIVE 2026 – studio
2.50 **Piłka nożna:** MŚ LIVE 2026 – 1/16 finału

FORMUŁA 1



20.00 Grand Prix Austrii – podsumowanie

Max Verstappen i jego zespół nie mogą uznać tego sezonu za udany. Ciągłe problemy z bolidem skutecznie utrudniają Holendrowi walkę o czołowe miejsca w stawce.

20.40 **Formuła 2:** GP Austrii
21.50 **Formuła 3:** GP Austrii
23.10 **Made in Italy** (14, 13, 12) – mag.
0.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Lipsk – FC Bayern Monachium
2.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Pisa – Juventus
4.00 **Werder Double**

DOKUMENTALNY



21.00 Nic do ukrycia (9) – Polska 2021

Funkcjonariusze Krajowej Administracji Skarbowej chronią Polskę i UE przed napływem niebezpiecznych towarów. Kamery towarzyszą im m.in. na przejściach granicznych.

22.00 **Celnicy na straży Szwecji 4** (7) – dok.
23.00 **Celnicy na straży Niemiec** (1) – dok.
0.00 **Od samochodu do domu** – mag.
1.00 **Hot rod wg Kindiga** – serial dok.
2.00 **Militaria na warsztat 5** (14)

EUROSPORT 2 HD
13.00 **Wspinaczka:** World Series w Madrycie – bouldering i speed
15.00 **Motocross:** MŚ w Aguedzie – wyścigi w klasie MX2 i MXGP
17.00 **Snooker:** Northern Ireland Open – finał: Jack Lisowski – Judd Trump
19.00 **Kolarstwo:** Tour de France – 9. i 10. etap
22.00 **Wspinaczka:** World Series w Pradze
23.00 **Snooker:** Northern Ireland Open – finał: Jack Lisowski – Judd Trump
0.00 **Kolarstwo:** Tour de France – 10. etap

POLSAT SPORT 2 HD
6.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
8.30 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
11.00 **Polsat Sport Talk** – mag.
12.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
14.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon LIVE – mecz 1. rundy
16.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon LIVE – mecz 1. rundy
18.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon LIVE – mecz 1. rundy
21.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
23.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
1.00 **Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
6.00 **Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg
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
23.30 **Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg
2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Lechia – Górnik

EXTREME CHANNEL HD
10.00 **AMA Motocross Series Highlights** (5)
11.00 **X Games – Aspen 2020**
12.00 **Liquid Edge** (6)
13.00 **Action Sports World** (5)
14.00 **WWE Classic Gold**
16.45 **WWE Highlights** (59)
17.00 **KPW Kombat TV** (9)
18.00 **WWE Highlights** (77, 68)
19.00 **WWE Classic Gold**
20.00 **AEW Collision 2** (2625)
22.00 **LoW – Legacy of Wrestling** (4)
0.30 **New Japan Wrestling – Highlights** (10)
1.30 **WWE Classic Gold** (53)
2.00 **AMA Motocross Series Highlights** (5)

ELEVEN SPORTS 2 HD
12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: FC Köln – Bayern
14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Atalanta – Inter
16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – FC Augsburg
18.00 **Made in Italy** (12-14)
19.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Parma Calcio 1913 – Inter
21.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Bayern – TSG 1899 Hoffenheim
23.00 **Ligue 1 Show** (36) – mag.
0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Strasbourg – PSG

DISCOVERY LIFE HD
8.15 **Szpital** (510, 511)
10.15 **Nowa Maja w ogrodzie 5** (27, 28)
11.15 **Idealna niania 2** (6, 7)
12.45 **Klinika bez tajemnic**
14.45 **Szpital** (509, 510)
16.45 **Idealna niania 2** (5-8)
19.45 **Klinika naturalnego piękna** (8, 9) – reality show
20.45 **Skórze na ratunek 3** (9)
21.45 **Dr Pryszczylla 3** (11)
22.45 **Nie do uwierzenia!** (9-11)
1.45 **Bez tabu** (3) – magazyn
2.15 **Druga twarz 2** (5) – rozr.
3.15 **Szpital** (325, 326) – serial paradokum., Polska
5.15 **Kosmetyczne rewolucje** (6) – program rozrywkowy

POLSAT SPORT FIGHT HD
12.15 **Sporty walki:** FEN 53 w Lubinie: C. Oleksiejczuk – B. Kuanyshbayev
14.35 **Boks:** Babilon Boxing Show w Żyrardowie – waga półciężka: Paweł Stępień – Łukasz Stanioch
17.00 **UFC Connected** (4) – mag.
17.30 **Sporty walki:** UFC 277
19.20 **Atleci** – magazyn sportowy
19.45 **Boks:** Rocky Boxing Night w Żukowie: Mateusz Polski – Luis Romero Mendoza
22.45 **Sporty walki:** Babilon MMA 43 w Skierniewicach: Mateusz Makarowski – Krzysztof Mendlewski
0.15 **Z archiwum ESPN** – mag.

POLSAT SPORT 3 HD
8.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
10.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
12.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon LIVE – mecz 1. rundy
14.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon LIVE – mecz 1. rundy
16.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon LIVE – mecz 1. rundy
18.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon LIVE – mecz 1. rundy
21.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
23.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
11.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026
12.00 **Snooker:** LIVE Championship League
17.15 **Premier League Stories** (44) – magazyn piłkarski
18.00 **Snooker:** LIVE Championship League
23.00 **Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga** – mag.
0.00 **Boks:** BKFC Fight Night: Hammond – waga półśrednia: C. Vancamp – G. Cisneros
1.15 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 160

ELEVEN SPORTS 4 HD
12.30 **Bundesliga Special**
13.00 **Made in Italy**
14.00 **Piłka nożna:** FC Köln – Wolfsburg
16.00 **Piłka nożna:** AS Monaco – Olympique Lyon
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:** Rio Ave FC – SL Benfica
22.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Juventus – Lecce
0.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: BVB – Werder

ELEVEN SPORTS 3 HD
12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Cremonese – Napoli
14.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Lille OSC – Stade Rennais FC
16.00 **Ligue 1 Show** (35) – mag.
16.30 **Bundesliga Special** (22)
17.00 **Made in Italy** (3, 5-7)
18.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: SSC Napoli – Hellas Werona
20.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Borussia Dortmund – Werder Brema
22.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Lyon – Lille
0.00 **Bundesliga Special** (12)
0.30 **Podróż do świata Calcio** – magazyn piłkarski

CANAL+ DOKUMENT HD
6.35 **Twardzielki** (4-6) – dok.
8.20 **Polowanie na Hitlera**
10.00 **Polska z góry** (6-8) – dok.
11.35 **Hot Roads – The World's Most Dangerous Roads 4** (1-3) – dok., Niem.
14.35 **Aria di bravura** – dok.
16.05 **Prost** (1-6) – serial dok., Fr.
19.30 **Hrabstwo Kerry: Dzika Irlandia** (1, 2) – serial dok.
21.30 **Świat zwierząt – rodzicielstwo** (4, 5)
23.45 **Wielkie pomniki przyrody: Wielki Kanion** (1, 2) – film dokum., Fr. 2024
1.50 **O co biega?** (14) – mag.
2.25 **Twardzielki** (4-6) – dok.
4.10 **Polowanie na Hitlera**

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2** – dok.
8.00 **Tajemnice lądowania na Księżycu** (1, 3, 6) – serial dokumentalny
11.00 **Mega maszyny Alaski** – serial dokum.
13.00 **Zoom na architekturę** – serial dokumentalny
15.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
18.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń 3** – serial dokumentalny, USA
20.30 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 11** – serial dok., Wielka Brytania

ID HD

6.00 **Viralowe zbrodnie 2**
6.30 **Viralowe zbrodnie**
7.00 **Viralowe zbrodnie 2**
7.30 **Viralowe zbrodnie**
8.00 **Przerwana sielanka**
10.00 **Zaginieni** – serial dok.
12.00 **Wyrok do podważenia**
14.00 **Morderstwo na prowincji 6** – dok.
16.00 **Morderstwo Gabby Petito: sztuka kłamstwa** – film dok., Wlk. Bryt. 2022
17.00 **Morderstwo Grace Millane: Sztuka kłamstwa** – film dokumentalny, USA
18.00 **Dusiciel z Charlotte** (1, 2) – serial krym.
20.00 **Sekrety zbrodni** – dok., USA 2017

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

10.00 **Miasta w liczbach** (4): Seul – serial dok.
11.00 **Plemienna szkoła przetrwania: Mekong** (5) – dok.
12.00 **Odludna wyspa** (16)
13.00 **Państwa Osi: Droga ku porażce** (3) – dok.
14.00 **Normandia '44: Inwazja** (1)
15.00 **Katastrofa w przestworzach** (6)
16.00 **Złapać przemytnika** (1) – serial dok., USA
17.00 **Laos: Miejsce pełne tajemnic** (2) – dok., Nowa Zelandia 2023
18.00 **Otchłań: Powstanie i upadek nazizmu** (8) – dok., Niem. 2020
19.00 **II wojna światowa: Ukryta prawda** (4)

FOKUS TV DVB T2

6.00 **Wehikuł czasu** (629)
6.05 **48h. Zaginieni** (55) – serial krym., Polska
7.00 **Byli sobie podróżnicy** (15-18)
8.55 **Wehikuł czasu** (629)
9.00 **Starożytni kosmici** (10) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (17, 18) – reality show
12.00 **Apokalipsa – wojny 1945-1991** (3) – dok.
13.00 **Poszukiwacze historii** (1, 2) – dok.
14.00 **II wojna światowa – jednostki specjalne** (3, 4) – dok.
16.00 **Dorwać tuńczyka 2** (13, 14) – serial dok.
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (42, 1) – serial dok., Pol.
20.00 **Galileo** (19)

TVP HISTORIA DVB T2

8.30 **Czterdziestolatek** (9) – obycz., Pol. 1975
9.25 **Polskie lato, węgierska jesień**
10.20 **Arsenał. Magazyn militarno-historyczny** – mag.
10.50 **Marzenie Leonarda. Sekrety latania**
11.50 **Krainy cudów natury** (2) – cykl dok.
12.55 **Independence Dawn: The Forgotten Revolution** (1)
13.50 **Królowie** (46) – hist.
14.30 **Czterdziestolatek** (10) – obycz., Pol. 1975
15.35 **Sensacje XX wieku**
17.25 **Czas honoru. Powstanie** (7) – wojenny, Pol. 2014

HISTORY HD

13.05 **Starożytni kosmici 14** (14) – dok.
14.00 **Tajemnice skryte w mroku** (6) – dok.
14.50 **Największe tajemnice świata 6** (9) – serial dok., USA
15.45 **Gwiazdy lombardu 12** (53)
16.15 **Wykute w ogniu 4** (9) – reality show
17.10 **II wojna światowa: wyścig zbrojeń** (2)
18.10 **Największe tajemnice świata 5** (13) – serial dok., USA
19.05 **Starożytni kosmici 16** (15) – dok.
20.00 **Starożytni kosmici 14** (17) – dok.
21.00 **Starożytni kosmici 17** (5) – dok.

DOKUMENTALNY



21.00 **Tajemnice lądowania na Księżycu** (1, 2)

Podbój Srebrnego Globu nadal pozostaje tematem wielu teorii spiskowych. Jedna z nich dotyczy przyczyny śmierci trzech astronautów podczas misji Apollo 1.

23.00 **NASA – archiwum tajemnic** – serial dok.
1.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
4.00 **Szyfry i spiski 2** – serial dokumentalny
5.00 **Zoom na architekturę** – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY



21.00 **Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2** (3)

Matima i Quinton zdobywają popularność w mediach społecznościowych. Budują swoje marki. Nie zdają sobie sprawy, że każdy ich krok śledzi ktoś, kto im zagraża.

22.00 **Zagadkowa tożsamość Benjamana Kyle'a**
0.00 **Szokująca prawda 14** – dok.
1.00 **Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2** (3)
2.00 **Sekrety zbrodni**

DOKUMENTALNY



20.00 **Katastrofa w przestworzach** (5)

Kulisy wypadku lotu Alaska Airlines 261. Maszyna nieoczekiwanie spadła do Oceanu Spokojnego. Śledztwo ujawniło, że samolot nie był w pełni sprawny.

21.00 **Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny** (8)
22.00 **Katastrofa w przestworzach** (7, 8) – serial dok., Kan.
0.00 **Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny** (9, 1, 2) – serial dokum.

DOKUMENTALNY



21.00 **Inżynierowie Hitlera: budowniczowie III Rzeszy** (2) – Wlk. Bryt.

W tym odcinku twórcy programu przybliżają najistotniejsze momenty w karierze niesławnego konstruktora rakiet Wernhera von Brauna.

22.00 **Czołgi: Ewolucja machiny wojennej** (5, 6) – serial dok., Fr.
0.00 **Starożytni kosmici** (3) – serial dok., USA
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (9-12) – serial dokum.
5.00 **Kołowrotek** (5, 6) – mag. wędkarski

DOKUMENTALNY



18.25 **W dzień targowy**

Widzowie zobaczą archiwalne materiały dotyczące Czerwca '56, komentarze zachodniej prasy i depesze MSZ. Okaże się, jak Polaków postrzegają Francuzi, Rosjanie i Niemcy.

19.30 **Polskie parki narodowe** – dok., Pol.
20.10 **Oficer** (2) – sens., Pol.
21.10 **Zapomniane dyktatury w Europie** (2)
22.10 **Pomiędzy – 1944-1945**
23.40 **Sensacje XX wieku**
1.45 **Encyklopedia II wojny światowej**

DOKUMENTALNY



22.00 **Największe tajemnice świata 7** (11)

Bruce Lee stał się ikoną kina i legendą sztuk walki. Jego nagłe odejście wzbudziło wiele wątpliwości i licznych teorii. Eksperci badają okoliczności śmierci aktora.

23.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 2** (6) – dok., USA 2021
23.55 **David Duchovny: archiwum tajemnic 2** (3) – serial dokum., USA
0.50 **Starożytni kosmici 14** (17) – dok.

DISCOVERY HISTORIA HD

8.00 **Na ratunek staroci**
9.00 **Walka o bagaż** – dok.
11.00 **Wyprawa w nieznane**
13.00 **Skarby z szopy** (16, 17)
14.00 **Łowcy staroci: Renowacje** (5, 6) – dok.
16.00 **Skarby z szopy** (18, 19)
17.00 **Militaria na warsztat** (6)
18.00 **Muzealne tajemnice**
20.00 **Nawiedzona Irlandia**
22.00 **Tajemnice Alaski** – dok.
0.00 **Wyprawa w nieznane**
2.00 **Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki**
3.00 **Profesjonaliści** – cykl dok.
4.00 **Bitwy żołnierza polskiego** (4) – cykl dok.
5.00 **Łowcy staroci** (1) – dok.

PLANETE+ HD

13.50 **Krajobrazy świata** (11)
14.50 **Najpiękniejsze rzeki świata 2** (6) – serial dok.
15.50 **Niezwykłe podróże koleją 8** (1) – serial dok., Fr.
16.55 **360° Świat bez granic**
17.55 **Dokąd dzisiaj? 4** (51, 52)
18.40 **Polska z góry 10** (1) – dok.
19.10 **Mam zamek 2** (2) – dok.
19.45 **Rzym, renesans, trzej geniusze** – film dokum., Fr.
20.50 **1979 – rok islamskiej rewolucji** (2) – serial dok.
22.00 **Starożytny Egipt. Najsłynniejsze piramidy** – film dok., Francja 2022
23.10 **Zniewoleni. Rodzina w pułapce strachu** (3)

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

9.00 **Niezwykły dr Pol**
12.00 **Najdziwniejsze zwierzęta Ameryki Południowej** (3) – przyrod.
13.00 **Dzikie oblicza Ameryki**
14.00 **Planeta ptaków** – dok.
15.00 **Walki zwierząt** (6) – dok.
16.00 **Dziki park Yellowstone** (1) – film dokum., USA 2015
17.00 **W świecie szympansów** (3) – serial przyrodniczy
18.00 **Dzika przyroda strefy równikowej** (5) – dok.
19.00 **Królestwo drapieżników** (5) – dok.
20.00 **Niszczycielskie żywioły 2** (4) – serial dok.
21.00 **Niezwykły dr Pol**

POLSAT VIASAT NATURE HD

11.15 **Wojny zwierząt** (4) – dok.
12.30 **Płetwale błękitne: powrót olbrzymów**
13.20 **Sekrety wodnych krain**
14.25 **Alaska: cztery pory roku**
15.20 **Wielka Afryka** (5) – dok.
16.30 **Zaczarowane góry: w sercu Niemiec** – dok.
17.35 **Zwierzęta: maszyny doskonałe 2** (6) – dok.
18.50 **Zabójcza pogoda 2** (7)
19.50 **Zwierzęta: mistrzowie survivalu 2** (1) – serial dok.
21.00 **Potwory z głębin** (1) – film dok., Wielka Brytania
22.00 **Sekrety wodnych krain**
23.05 **Zabójcza pogoda 2** (8)
0.10 **Małpie życie 14** (11-20)

BBC EARTH HD

13.25 **Mroźna planeta** (4) – dok.
14.30 **W okowach mrozu 2** (20)
15.35 **Życie na pustkowiu: powroty 3** (7) – serial dok.
16.35 **Ben Fogle: wyścig do źródła Nilu** (2) – dok.
17.35 **Azja** (7) – serial dok., 2024
18.45 **Malownicze trasy kolejowe 2** (4) – serial dok.
19.50 **Tajemnice wulkanów** (1) – film dok., Wielka Brytania
20.55 **Życie na pustkowiu: powroty 3** (8) – serial dok.
21.55 **W okowach mrozu 3** (3)
22.55 **Simon Reeve wraca do Kornwalii** (1) – dok.
0.00 **Szlakiem przypraw z Joanną Lumley** (4)

ANIMAL PLANET HD

13.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.
14.00 **Resocjalizacja z pitbullem** – serial dok.
15.00 **Kot z piekła rodem**
17.00 **Zielony patrol z Luizjany** – serial dokumentalny, USA
18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych** – serial dok.
19.00 **Mieszkanie na pniu**
20.00 **Najgroźniejsze rekiny na świecie** – film dokum.
21.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
22.00 **Projekt akwarium** – dok.
23.00 **Resocjalizacja z pitbullem** – serial dok.
0.00 **Małżeństwo w dżungli 2** – serial dokumentalny, USA

TVP DOKUMENT HD

13.50 **Wyspy Kanaryjskie** (5)
14.50 **Manaslu – królestwo Himalajów** – film dok., Fr.
15.55 **Podniebni mechanicy**
16.55 **Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem** (1) – serial dok.
17.55 **Sanatorium miłości 3** (9)
18.55 **Ręka fryzjera** – film dok.
20.00 **Alhambra, utracony raj**
21.05 **Zatoka Neapolitańska. W cieniu wulkanów**
22.10 **Lucia w pajęczej sieci** (1)
23.10 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
23.20 **Zabójcze roboty: przyszłość wojny** – dok.
0.25 **Sanatorium miłości 3** (8)

POLSAT DOKU HD

13.05 **Poszukiwacze historii**
14.00 **Świat z góry. Jedwabny Szlak** (3) – dok., Singapur
15.10 **Ekstremalne drogi do szkoły** (3) – serial dok.
16.20 **Sekretny świat amiszów** – dok., Wlk. Bryt.
17.30 **Polowanie na Hitlera** (4)
18.30 **Militarny top 10** (4) – dok.
19.40 **Poza kontrolą: World Trade Center** – film dok.
20.50 **Świat według Kim Dzong Una** – film dok., Fr.
22.00 **Tokio nocą. Sekretna Japonia** – film dokum., Fr.
23.10 **Ludzie na wojnie – rok w Ukrainie** (5) – serial dok.
0.20 **Kroniki Hitlera** (3) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

13.00 **Samochody marzeń** (1)
14.00 **Australijscy poszukiwacze złota 5**
16.00 **Drwal z Vancouver Island** (9) – reality show
16.55 **Australijscy poławiacze homarów 5** (9) – dok.
18.00 **Klątwa umarlaka: W poszukiwaniu zaginionego złota 2** (6)
18.55 **Australijscy poszukiwacze złota 10**
21.00 **Złoto Jukonu 4** – dok.
22.10 **Special Ops: Prawda**
23.15 **Za kratami: najcięższe więzienia na świecie 3**
0.10 **Poszukiwacze klejnotów: Australia 2**

POLSAT VIASAT HISTORY HD

15.00 **Wezuwiusz: historia zaginionych zwojów**
15.45 **Rzymianie, ukrzyżowanie i kości**
16.25 **Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze** (1)
17.35 **II wojna światowa: cena imperium** (12) – serial dok.
18.40 **II wojna światowa – wielkie bitwy w Europie** (6) – serial dok.
19.50 **Piramidy w Gizie: sięgnąć do gwiazd** – dok.
21.00 **Naziści: korzenie zła** (21)
22.10 **Kleopatra: tajemnicza władczyni** (1) – serial dok.
23.20 **Hitler i jego władza** (1)

CI POLSAT HD

16.00 **Ferie, impreza, morderstwo 2** (7) – dok.
17.00 **Lepiej nie otwieraj drzwi** (4) – serial dokum.
18.00 **Cała prawda o zbrodni 2** (5, 6) – serial dokum., Polska
19.00 **Dowody zbrodni: ślady DNA** (2) – serial dok., USA
20.00 **Kobiety z piekła rodem** (1) – serial dokumentalny
21.00 **Pogrzebani za domem 6** (9) – serial dokumentalny
22.00 **Prawdziwy potwór: Ed Gein** (2) – film dokum.
23.00 **Zbrodnia: oszukać prawdę** (4) – serial dokum.
23.55 **Szokujące morderstwa: Atlanta** (9) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 **Łowca zabawek** (7-10)
10.10 **Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta** (9-12)
12.15 **Aloha, nowy dom!** (7, 8)
14.20 **Człowiek kontra jedzenie** (29) – mag. kulin.
14.55 **Tu jest pięknie** (8, 9)
15.55 **Kulinarne podróże z Guyem Fierim** (1, 2)
17.00 **Pojedynki Eda Stafforda**
19.00 **Kamperem przez świat**
21.05 **Sprawa dla medium i detektywa** (7, 8) – dok.
23.10 **Kobieta na krańcu świata** (9, 10, 1) – dok., Pol.
0.55 **Aloha, nowy dom!** (7, 8)
3.00 **Pojedynki Eda Stafforda** (1, 2) – serial dok., Wlk. Bryt.

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

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA
16.00 Zaraz wracam 2 (102) – serial obycz.
16.30 Barwy szczęścia (3332) – serial obycz.
17.00 Gra słów. Krzyżówka (1050) – teleturniej
17.30 Teleexpress
17.50 Teleexpress Extra – magazyn inform.
18.15 Słownik polsko@polski (674)
18.45 Info Wilno (1880)
19.05 Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny (122) – program inform.
19.15 Laskowik & Malicki – program rozrywkowy
20.10 Program informacyjny 19.30
20.40 Pogoda

TVP ROZRYWKA
7.10 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin.
8.20 Familiada – telet.
8.50 Va banque (932)
9.25 Koło fortuny (2039)
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 (12) – serial obycz., Polska
14.15 Rodzinka.pl (187, 188) – kom., Pol.
15.20 Niepewne sytuacje 3 – pr. rozr.
15.50 Kocham Cię, Polsko! (5) – program rozrywk.
17.25 Va banque (933)
18.00 Koło fortuny (2040)

POLSAT CAFÉ
6.00 Przyjaciółki (53, 54) – serial obycz., Polska
8.00 Co ludzie powiedzą? (39, 40) – serial komediowy, Wielka Brytania 1995
9.25 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (33, 34) – reality show
12.30 Bogaty dom – biedny dom (128, 129) – reality show, Polska
14.30 Kolacja w ciemno (75, 76) – program rozrywkowy
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (41) – reality show
18.00 Nasz nowy dom (306, 307) – reality show, Polska

TV 4 DVB T2
6.00 Strażnik Teksasu (16, 17) – serial sens.
7.55 Bogaty dom – biedny dom (142) – reality show
8.55 Policjantki i Policjanci (492, 493) – serial obycz., Polska
10.55 Na ratunek 112 (1150, 1151) – serial paradokum., Polska
11.55 Dlaczego ja? (1519, 1520) – serial paradokum., Polska
13.55 Trudne sprawy (924-926) – paradok.
16.55 Policjantki i Policjanci (1390) – serial obycz., Polska
18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (485) – reality show

TTV HD DVB T2
8.30 Kartoteka 11 (11, 12)
10.35 Detektywi (9, 10)
12.35 Zakup w ciemno 3 (36) – reality show
13.35 Zakup w ciemno 7 (21) – reality show
14.35 Nic do ukrycia 2 (3)
15.35 Złomowisko PL 4
16.45 Express – pr. inform.
16.58 Pogoda, sport
17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 17 (6)
18.05 Zakup w ciemno extra (34)
18.40 Niezwykłe Stany Prokopa 5 (6) – rozr.
19.45 Express – pr. inform.
20.05 Zakup w ciemno 7 (29) – reality show
21.05 Zakup w ciemno extra (27)
21.45 Express – pr. inform.

TVN STYLE HD
5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (10) – reality show
5.50 Damy i wieśniaczki. PL 8 (11) – serial fab.-dok., Polska 2024
6.45 Poukładani (6) – rozr.
7.10 Co za tydzień – mag.
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.20 Ugotowani (5, 6) – pr. kulin.-rozrywk.
13.30 Kuchenne rewolucje (10, 9) – program rozrywkowy
15.35 Jestem z Polski 14 (5) – serial dokum., Pol.
16.35 Jestem z Polski 16 (14) – serial dokum.
17.40 Kuchenne rewolucje (8-10) – program rozrywkowy

20

WOJENNY



20.50 Czas honoru. Powstanie (6) – Pol.

Drugi tydzień walk. Powstańcy są załamani śmiercią Mickiewicza. Ojciec Twardego znajduje Wandę w szpitalu. Kobieta jest przygnieciona ciałami zabitych.

21.45 Królowa Bona (5) – serial hist., Pol. 1980
22.45 To jest grane (69)
23.15 Dziennik regionów
23.40 Kod bezpieczeństwa
0.15 Moda na język polski (90) – magazyn
0.40 Zaraz wracam 2 (102) – serial obycz.

MAGAZYN KULINARNY



18.35 Okrasa łamie przepisy

Znany kucharz pokaże, jak z dyni zrobić ciekawe dania. Przyrządzi m.in. zupę z wędzonym pstrągiem i tymiankowymi zacierkami czy konfitowane nogi gęsi.

19.40 Makłowicz w podróży – mag.
20.10 Postaw na milion
21.10 Kabaret Letnią Porą (28) – pr. rozrywk.
22.10 Rodzinka.pl (51)
22.50 Lato z Radiem i Telewizją Polską
0.55 Koło fortuny (2040, 2034) – telet.

DOKUMENTALNY



20.05 Więzienie kobiet (124-127) – Polska

Codzienne życie osadzonych w zakładzie karnym, które próbują radzić sobie m.in. z poczuciem winy. Kobiety starają się funkcjonować normalnie mimo izolacji.

22.00 Walka o życie (5) – serial dok., Pol. 2025
23.00 Gry małżeńskie (136, 137)
1.00 Kolacja w ciemno (78, 79) – pr. rozrywk.
3.05 Więzienie kobiet (102, 103) – dok., Pol.
4.00 Zdrady (137, 138) – serial paradokum.

OBYCZAJOWY



19.00 Policjantki i Policjanci (1391)

Załoga bada sprawę seniorki, która zgłosiła się po odbiór nowego dowodu. Urzędniczka podejrzewa, że kobieta nie jest tym, za kogo się podaje.

20.00 Uroczysko (189, 190)
21.05 Sprawiedliwi. Trójmiasto (121)
22.05 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1004)
23.05 Dziedzictwo
FILM – thriller, USA 2020, 145 min
1.30 Love Island. Wyspa miłości (22)

ROZRYWKOWY



22.00 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (11)

Tym razem widzowie obejrzą finał „Hotelu Paradise", sprawdzą, jak radzą sobie zawodnicy w „Ninja kontra Ninja" i będą śledzić meandry serialu „M jak miłość".

23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 22 (1)
0.00 Damy i wieśniaczki. PL 11 (5) – fab.-dok.
1.00 Ciężarówką przez Indie (12) – dok., Pol.
2.00 Wyburzacze 8 (3, 4)
3.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska 7 (28, 29) – fab.-dok., Pol.

ROZRYWKOWY



20.50 Babski biznes (4)

Marta Klepka pomaga Ani, założycielce marki modowej. Z pomocą ekspertów uczy ją pozyskiwania klientów. Dorota Wellman dodaje kobiecie odwagi i pewności siebie.

21.50 Jestem z Polski 14 (8) – serial dokum., Pol.
22.50 Jestem z Polski (3) – serial dok., Pol. 2023
23.45 Hotel Paradise 6 (15, 16) – reality show
1.45 Śluby marzeń (8) – program rozrywkowy
2.45 Co nas truje (10, 11)
4.20 Zrób coś z tym dzieckiem (3) – mag.

TVP HD HD
12.25 Ojciec Mateusz 5 (68)
13.20 Komisarz Alex 3 (32)
14.15 Ranczo 5 (63, 64) – obycz.
16.10 Gwiazdorska kuchnia Ani 2 (23) – magazyn kulin.
16.40 Tańcząca ze światem – Maroko (2) – magazyn
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 24 (310)
19.20 Ranczo 6 (74) – obycz., Pol.
20.10 Rodzinka.pl (304, 305)
21.25 Ojciec Mateusz 33 (433)
22.20 Sicario 2: Soldado
FILM – thriller, USA 2018, reż. Stefano Sollima, 135 min
0.35 Dzieci i ryby – kom.
FILM obycz., Pol. 1996, 110 min

TVS HD
15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział
16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel – krym., Austria
17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział
18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz.
19.50 Rosamunde Pilcher:
FILM **Kiedy cię odnajdę** – film obyczajowy, Niemcy 2023, reż. Marc Prill, 120 min
21.50 Rosamunde Pilcher:
FILM **Wymarzone dziecko Amy** – dramat obyczajowy, Niemcy 2023, 105 min
23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

ZOOM
8.00 Strażnik Teksasu 9 (1, 2)
9.50 MacGyver 2 (19, 20)
11.55 Pułapki umysłu 7 (2)
13.00 Wojny magazynowe: Kanada 2 (8, 9)
14.10 Pod pokładem 11 (15)
15.25 Sensacje XX wieku
17.55 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
20.00 Kobra – oddział specjalny 23 (13, 14)
22.00 Pod pokładem 11 (16)
23.00 Magia nagości 5 (5) – rozr.
0.05 Magia nagości 4 (8) – rozr.
1.10 Adam szuka Ewy VIP. Holandia 2 (4) – pr. rozr.
2.15 I love kabaret (4-6) – rozr.
5.45 I love kabaret EXTRA (1)

TLC HD
12.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11 (8) – serial dok.
13.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 3
15.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 7
16.00 Historie wielkiej wagi
18.00 Pokonać otyłość (9)
19.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach 3
20.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show
21.00 Wiza na miłość 12 (5)
23.00 Koleżanki na zabój
0.00 Dr Pryszczylla – kulisy
1.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show

C+ KUCHNIA HD
13.55 M jak mięso 6 (1) – dok.
14.25 ABC gotowania – kuchnia turecka (10)
14.50 Włoskie życie Sophie Grigson 2 (8, 9) – dok.
15.45 Z pola na stół (10, 11)
16.40 Jamie Oliver: jedz na zdrowie (1) – dok.
17.35 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień
18.30 Maximum Foodie 4 (4)
18.55 M jak mięso 5 (5) – dok.
19.25 M jak mięso 8 (1, 2) – dok.
20.15 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień
21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 10
23.55 M jak mięso 10 (3, 4)

TVN TURBO HD
12.15 Naprawy nie do naprawy (3) – mag.
13.00 Zawodowi handlarze
14.30 Wojny samochodowe
16.30 Jeździć, obserwować
18.00 Raport Turbo – mag. inf.
18.15 Jeździć, obserwować (6)
19.00 Prawko na świecie. Jazda bez zasad (1) – rozr.
19.45 Usterka 16 (12) – fab.-dok.
20.15 Naprawy nie do naprawy (3) – mag.
21.00 Wojny samochodowe (6)
22.00 Raport Turbo – mag. inf.
22.16 Jeździć, obserwować
23.45 Z drugiej ręki (10) – mag.
0.30 Nauka jazdy (19) – pr. rozr.
1.00 Wojny samochodowe (2)

NOWA TV DVB T
9.30 Całkiem nowe lata miodowe (10) – kom., Pol.
10.00 Miodowe lata (9) – kom.
10.30 Więzienie (114) – dok., Pol.
11.00 Poirot 11 – serial krym.
13.00 Poirot 12 – serial krym.
15.00 Świat według Bundych 7 (151-156)
18.00 Całkiem nowe lata miodowe (7) – kom., Pol.
18.30 Miodowe lata (126, 1-3)
21.00 Zdrady (1) – paradok., Pol.
22.00 Ślad (35, 36, 100) – krym.
1.00 Łowca pedofilów
3.00 TV okazje (79, 80)
3.50 Wehikuł czasu (629, 628)
4.00 Sala operacyjna (11, 10)
5.00 Pod lupą (8, 9) – magazyn

METRO
8.30 Szpital (772, 773)
10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (341, 342)
12.30 Szkoła (711) – paradok.
13.30 Brzydula (17, 18) – kom.
14.35 Kiedy ktoś kocha bardziej (8) – serial obycz.
15.45 The Floor (11, 12) – telet.
17.00 Fani czterech kółek 17
18.00 Prawo Agaty 6 (10)
19.00 Kartoteka (8, 9) – fab.-dok.
21.05 Kryminalni 2 (6, 7) – krym.
23.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (3) – krym.
0.15 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4 (10) – dok.
1.20 Szpital (770) – paradok.
2.20 Szkoła (520, 521)

ANTENA HD DVB T2
11.50 Klątwa Wyspy Dębów 6
13.45 Australijscy poszukiwacze złota 2
15.45 Wojny kontenerowe
16.45 77 TV 5 (22) – pr. rozrywk.
17.50 77 TV 2 (2) – pr. rozrywk.
18.50 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (2) – serial kryminalny
20.00 Alex Hugo – górski detektyw (5) – serial krym.
22.05 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (7) – serial kryminalny
23.25 Detektywi z Bordeaux 4 (6) – serial krym., Fr./Belgia
0.30 Polska. Największe tajemnice 2 (4) – pr. rozr.

WP DVB T
13.00 Makłowicz w podróży
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (16-18) – dok.
16.50 Pogoda
17.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 4 (1)
19.00 Policjanci z sąsiedztwa 5 (12) – dok.
20.00 Hitler: mordercza obsesja (1, 2) – film dok.
21.55 Pogoda
22.00 Mistrzowie Kabaretu 7
23.00 Kabaretowy śmiech grupowy (3) – pr. rozrywk.
0.00 Mistrzowie Kabaretu 13 (5) – program rozrywkowy
1.00 Mistrzowie Kabaretu 14 (8) – program rozrywkowy

C+ DOMO HD
12.50 Gardeners' World 16 (29)
14.05 Cudotwórcy 7 (23) – mag.
15.00 Kupcie sobie zamek! 2
15.55 Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 9 (3, 4)
16.50 Gardeners' World 16 (32)
18.00 Ucieczka na wieś 22 (5)
18.55 Wielkie projekty: nasza ulica 3 (4) – dok., Wlk. Bryt.
20.00 Daleko od miasta 15
21.00 Cudotwórcy 7 (24) – mag.
21.55 Wielkie projekty: Australia 10 (1) – dok.
22.50 Pokochaj lub sprzedaj: Wielka Brytania 10 (6)
23.45 Luksusowa ucieczka 6
0.40 Po pierwsze: lokalizacja! (2) – dok.

HGTV HD
9.55 Widok, na który cię stać
11.00 Zarobić na remoncie 10
11.31 Usterka 11 (2, 3) – serial fab.-dokum., Polska 2019
13.00 Zbudujemy fajny dom 2
13.55 Zbudujemy większy dom (1) – program rozrywk.
14.55 Mieszkanie na miarę
16.55 Polowanie na ogród 7
18.05 Weekendowa metamorfoza 2 (6, 7)
20.00 Zgłoś remont 4 (3) – rozr.
21.00 Dorota was urządzi!
22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 6 (7-10) – pr. rozr.
0.40 Kupujemy dom na plaży 28 (12, 13)

P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (292) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (911, 912) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 **Sekrety rodziny** (360-362) – serial paradokum., Polska
11.30 **Trudne sprawy** (942) – serial paradokum., Pol. 2020
12.30 **Dlaczego ja?** (1514, 1515) – serial paradokum., Pol. 2025
14.30 **Świat według Kiepskich** (494-498) – serial komediowy, Polska 2016
17.00 **48h. Zaginieni** (141, 142) – serial kryminalny, Pol. 2022

SUPER POLSAT

6.05 **Wydarzenia**
6.45 **SuperLudzie Extra** (59) – magazyn
6.55 **Na ratunek 112** (696, 697) – paradok.
7.55 **Doktor Martin** (41, 42) – serial obycz.
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **SuperLudzie 2** (27, 28) – serial dok.
11.30 **Świat według Kiepskich** (425-428)
13.30 **Bitwa o palety** (20)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6** (56)
16.00 **Ninja Warrior Polska** (28)
17.55 **Świat według Kiepskich** (497, 498, 541, 542)
20.00 **Złomiarze** (1) – dok.

TV 6

6.00 **Więzienie** (216, 217) – serial dokumentalny
6.55 **Policjantki i Policjanci** (691, 692) – serial obycz., Polska
8.50 **Kobra – oddział specjalny** (10, 11) – serial sens., Niemcy
10.55 **48h. Zaginieni** (121-123) – serial kryminalny, Pol. 2022
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1191) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (27, 28) – krym., Pol. 2023-2024
15.55 **Kobra – oddział specjalny** (12, 13) – serial sens., Niemcy
18.00 **Strażnik Teksasu** (18, 19) – serial sens., USA 1998-1999

BBC FIRST HD

6.55 **Śledztwa siostry Bonifacji 2** (9, 10)
8.40 **Lewis 4** (2) – krym.
9.35 **Ojciec Brown 13** (6)
10.40 **Śmierć pod palmami 15** (2)
11.45 **Zagadki doktora Blake'a 2** (5) – krym.
12.55 **Śledztwa siostry**
FILM **Bonifacji: odcinek świąteczny 2023** (1, 2) – film krym., Wlk. Bryt. 2023, 125 min
15.00 **Ojciec Brown 6** (10)
16.00 **Lewis 4** (2) – krym.
17.00 **My Life is Murder 2** (4) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 20** (2)
19.55 **Śmierć pod palmami 15** (3) – serial kryminalny

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC

10.00 **Zwierzaki Czytaki** (171) – program eduk.
10.20 **Bajki Bolka i Lolka**
10.45 **Rodzina Treflików**
11.10 **Odo** (7-9) – anim.
11.35 **Stacyjkowo**
11.55 **Pszczółka Maja** (3)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
13.00 **Figu Migu na planecie Czochras** (34)
13.20 **Tru i Tęczowe Królestwo** (3) – anim.
13.50 **Świnka Peppa** (7-9)
14.10 **Pająk Lucas 2** (5, 6)
14.30 **Oli i Luna** (5, 6)
14.55 **Oktonauci** (5, 6)
15.20 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (3) – mag.
15.40 **Billy – chomik, który został kowbojem** (1, 2) – serial anim., Fr.

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

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.

PARADOKUMENTALNY



19.00 **Gliniarze** (988) – Polska 2024

Dochodzi do zabójstwa seniorki. Wkrótce ginie kolejna osoba w podobnym wieku. Śledczy uświadamiają sobie, że jeśli nie znajdą mordercy, ten znów zaatakuje.

20.00 **Ślad** (64) – krym., Pol.
21.00 **Gliniarze** (783)
22.10 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (147, 148) – dok., Pol.
23.00 **Świat według Kiepskich** (347, 348)
0.00 **Ślad** (87) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (6)
2.05 **Wydarzenia**

THRILLER



21.05 **8 części prawdy**
FILM – USA 2008, wyk. William Hurt, 110 min

Podczas konferencji poświęconej walce z terroryzmem zostaje postrzelony prezydent USA. Poszukiwania sprawcy prowadzi kilka osób, m.in. agent Barnes i turysta Lewis.

22.55 **Pociąg z forsą**
FILM – film sensacyjny, USA 1995, 130 min
1.05 **Świat według Kiepskich** (17, 81, 83, 358-360) – kom., Pol.
4.00 **Nasz nowy dom** (233, 234) – reality show, Polska 2021

KRYMINALNY



20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (183, 184)

Na moście w Brooklynie znaleziono zwłoki Ethana Grohla. Agenci przy okazji odkrywają fakty dotyczące poszukiwanej 16-letniej Mary. Zamordowany miał jej zdjęcia.

21.55 **Czarna lista** (17)
22.55 **Łowca pedofilów** (177-180) – dok., Pol.
0.55 **Więzienie** (199, 201, 200, 202)
2.55 **Cobra Kai** (20)
3.35 **Septagon** (86, 87)
5.45 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

KRYMINALNY



21.00 **My Life is Murder 4** (8)

Alexa, teraz podejrzana, robi wszystko, by oczyścić się z zarzutów. Jednocześnie musi znaleźć sposób, by uciec trzem niebezpiecznym czarnym wdowom.

22.00 **Luther 5** (1, 2) – krym.
0.20 **Harry Wild 4** (3)
1.20 **Śmierć pod palmami 15** (3)
2.25 **Morderstwa w Midsomer 20** (2)
4.00 **My Life is Murder 2** (4) – serial kryminalny
4.45 **Moja rodzinka 2** (3)
5.15 **Ojciec Brown 13** (6)

ANIMOWANY



16.05 **Pat i świat** (7-9) – Francja/Włochy/Belgia 2017

Lola zamierza zabrać Pata na szczepienie. U weterynarza spotykają Victora, który chce zaszczepić Czołga.

16.35 **Rev i Roll** (33, 34)
17.05 **Pszczółka Maja** (5, 6)
17.30 **Petronix: Obrońcy zwierząt** (5, 6)
18.00 **Kucharz Shane**
18.25 **Leo da Vinci 2**
19.00 **Ptyś i Bill**
19.10 **Czarodziejskie miasteczko Pinokia**
19.25 **Piotruś Królik**
19.45 **Wegezaury 2**

PUBLICYSTYCZNY



18.00 **Tak jest**

Andrzej Morozowski podsumowuje informacje dnia, a także zaprasza gości, z którymi dyskutuje o bieżących problemach w Polsce.

19.15 **Serwis informacyjny**
19.30 **Fakty po Faktach** – program inform.
20.00 **Kropka nad i** – publ.
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.

POLSAT PLAY HD

6.00 **Dorwać tuńczyka** (15, 1, 2) – serial dok., USA
9.00 **Wojny magazynowe 15** (343, 344) – reality show
10.00 **Wojny kontenerowe** (9, 10) – serial dokum., USA
11.00 **Hardkorowy lombard** (160, 159, 161, 1-3) – dok.
14.00 **Polacy za granicą** (135, 136) – serial dokum.
16.00 **Złomiarze** (19, 20) – dok.
18.05 **Poszukiwacze historii** (137-140) – serial dokum.
20.00 **Złomiarze** (38, 52) – dok.
22.00 **Kołowrotek** (176-187) – magazyn wędkarski
4.05 **Starożytni kosmici** (142, 141) – serial dok., USA

FOOD NETWORK HD

11.30 **10 zadań specjalnych Michela Morana 3** (3-5)
13.15 **Sąsiedzi kontra sąsiedzi**
14.15 **Dziwaczne potrawy** (5)
14.45 **Elitarny turniej wypieków** (2)
16.15 **Kuchenne rewolucje** (15)
17.15 **Sexy kuchnia Magdy Gessler** (1) – mag. kulin.
17.50 **Apetyt na miłość** (12)
18.50 **Dziecięce mistrzostwa wypieków 11** (1)
19.50 **Bójka na plaży 2** (3)
20.50 **Pojedynek na grille** (3)
21.55 **Pyszne miejscówki** (11)
23.00 **Akcja: Restauracja!** (8)
0.00 **Człowiek kontra jedzenie** (8-10) – mag.

POLSAT RODZINA HD

13.00 **Rodzina zastępcza** (205, 206) – kom., Pol. 2005
14.55 **Olimpia. Narodziny igrzysk** – film dokum., Fr.
16.00 **Zamki krzyżowców: budowle nie do zdobycia** – film dokum.
17.15 **Pingwiny z Madagaskaru** (36-39)
19.10 **Rodzina zastępcza** (299) – serial komediowy, Polska
20.05 **Miodowe lata** (3, 4, 90)
22.00 **Nasz nowy dom**
0.05 **Tragedia w Andach – 50 lat później** – film dokum.
1.00 **Niezwykłe megakonstrukcje ZSRR**
1.40 **Ewa gotuje** (505, 506)

BBC LIFESTYLE HD

13.35 **Wielkie projekty: Dom Roku 7** (3) – pr. rozrywk.
14.35 **Najpiękniej ukryte hotele** (6) – dok., Wlk. Bryt.
15.40 **Zapraszam do stołu 22**
17.45 **Hiszpański remont Amandy i Alana** (1, 2)
18.55 **Mistrzowie ceramiki 4**
19.55 **Wielkie brytyjskie wypieki 12** (8) – pr. rozr.
21.00 **Najpiękniej ukryte hotele 2** (4) – serial dokum.
22.00 **Kurorty sławnych i bogatych** (4) – serial dok.
23.00 **Wstydliwe choroby: Nastolatki 2** (1) – dok.
23.55 **Wielkie taneczne show 20** (25) – pr. rozrywk.

NICK JR. HD

16.10 **Małe Królestwo Bena i Holly** (24) – serial anim.
16.40 **Psi Patrol 6** (23) – anim.
17.00 **Rubble i jego ekipa 2** (14)
17.30 **Pan Krokodyl 2** (1) – anim.
18.00 **Barbapapa i jego rodzinka** (17) – serial anim.
18.30 **Tim Rex wśród gwiazd 2** (2) – anim., Wlk. Bryt./Dania
18.55 **Przygody Misia Paddingtona 2** (19)
19.25 **Przygody Misia Paddingtona** (14, 15)
20.00 **Świnka Peppa 4** (19-23)
20.30 **Małe Królestwo Bena i Holly** (3) – serial anim.
21.00 **Barbapapa i jego rodzinka** (26) – serial anim.

POLSAT NEWS HD

14.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.10 **Więcej „Wydarzeń"** – inf.
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Najważniejsze pytania**
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – publ.
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Najważniejsze pytania**

TVP KOBIETA

13.00 **Na dobre i na złe** (573)
13.50 **Kiedyś to było...** – mag.
14.30 **Okrasa łamie przepisy**
15.00 **Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka** (60)
15.30 **Ojciec Mateusz 34** (435, 436) – krym., Pol. 2025
17.25 **Tajemnice królewskiej posiadłości** – film dokum.
18.30 **Hity wszech czasów** (5)
19.30 **Miłość i nadzieja** (289) – telenowela, Turcja 2022
20.30 **Wichrowe wzgórze** (270) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (262) – obycz.
22.30 **Parker** – film sensacyjny,
FILM USA 2013, 120 min

E! ENTERTAINMENT HD

10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (9, 10)
14.20 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (8) – pr. rozr.
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (15, 16)
20.30 **Tyler Henry – medium z Hollywood** – pr. rozrywk.
22.30 **Plastyczna fuszerka**
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (9, 10)
3.00 **Plastyczna fuszerka**

TV TRWAM

16.00 **Informacje dnia**
16.10 **Sanktuaria polskie**
16.30 **Porady medyczne bonifratrów** (36) – med.
17.00 **Świadkowie**
17.30 **Spotkanie Rodziny Radia Maryja** – pr. religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Z wędką nad wodę w Polskę i świat** – rozr.
22.30 **Tylko prawda was wyzwoli. Ks. Jerzy Popiełuszko** – serial dok.

BBC BRIT HD

11.25 **Narodziny miliarderów**
12.35 **Top Gear 7** (1) – mag.
13.35 **Warsztat Hammonda 5**
14.35 **Cuda inżynierii 6** (4)
15.40 **Najsłabsze ogniwo 3** (1)
16.40 **Narodziny miliarderów**
17.50 **Top Gear 7** (2) – mag.
18.50 **Cuda inżynierii 6** (4)
20.00 **Satoshi. Tajemnicze zaginięcie twórcy bitcoina** – dok., Wlk. Bryt.
21.00 **Najbardziej luksusowe linie lotnicze** – film dok.
22.00 **Najbardziej luksusowe więzienie na świecie** (1) – film dok., Wielka Brytania
23.00 **Top Gear 7** (1) – mag.
0.05 **Najsłabsze ogniwo 3** (1)

MINI MINI+ HD

10.00 **Baranek Shaun** (28-36)
11.25 **Baczne oczka** (13, 1-3)
11.55 **Marta mówi** (32, 33)
12.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
12.59 **Marta mówi** (34, 35)
13.55 **Moje urodziny** – dla dzieci
14.00 **Basia** (7-11) – serial anim.
15.10 **Kicia Kocia 2** (3-7) – anim.
15.55 **Blaze i megamaszyny**
17.20 **Staś i fajna Babcia**
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.57 **Staś i fajna Babcia** (4)
18.15 **Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia** (9, 10) – anim., Japonia 2023
18.40 **Dora i przyjaciele** (4, 5)
19.35 **Kicia Kocia 2** (3-7) – anim.
20.25 **Mały Charlie** (3-7) – anim.

TVP 3

12.30 **Okrasa łamie przepisy**
13.00 **Agrobiznes**
13.20 **Agropogoda**
13.30 **Rozmowy (nie)wygodne**
14.10 **Całkiem niezła historia**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Dlaczego krowa...** – mag.
19.45 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.13 **Gość Regionów** – pr. publ.
20.30 **Kryminalna siódemka**
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.30 **Złoty chłopak** (183) – serial obycz., Turcja 2022

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

Warto zobaczyć

12.35 KINO POLSKA
Skradziona kolekcja
KOMEDIA KRYMINALNA Na czas pobytu w szpitalu filatelista powierza cenne znaczki koleżance. Gdy zbiór znika, kobieta rusza śladem złodzieja. *Reż.: Jan Batory, A: Elżbieta Starostecka, Izabella Dziarska*
Polska 1979 **120 min ▶ do godz. 14.35**

12.35 CINEMAX
Good bye, Lenin
KOMEDIODRAMAT Zagorzała komunistka budzi się ze śpiączki po upadku NRD. Żeby oszczędzić jej szoku, syn przygotowuje mistyfikację. *Reż.: Wolfgang Becker, A: Daniel Brühl, Katrin Saß, Czułpan Chamatowa*
Niemcy 2003 **120 min ▶ do godz. 14.35**

15.55 FILMBOX+ HITS
Proza życia
KOMEDIA Brad chce pomóc synowi w wyborze koledżu. Odwiedza z nim kilka uczelni. Spotyka dawnych kolegów, którzy odnieśli sukcesy. *Reż.: Mike White, A: Ben Stiller, Austin Abrams, Jenna Fischer*
USA 2017 **115 min ▶ do godz. 17.50**

16.05 ALE KINO+
Konwój
SENSACYJNY Kierowcy ciężarówek, wśród nich Penwald, buntują się przeciw policji i formują konwój. Konflikt z drogówką przynosi im sławę. *Reż.: Sam Peckinpah, A: Kris Kristofferson, Ali MacGraw*
USA 1978 **130 min ▶ do godz. 18.15**

16.15 TVN FABUŁA
Jądro Ziemi
SCIENCE FICTION Specjalna ekspedycja rusza w głąb kuli ziemskiej. Ma zdetonować ładunek nuklearny, by uchronić Błękitną Planetę przed zagładą. *Reż.: Jon Amiel, A: Aaron Eckhart, Hilary Swank, Tchéky Karyo*
Wlk. Bryt./USA 2003 **165 min ▶ do godz. 19.00**

18.40 POLSAT FILM
Wykiwać klawisza
KOMEDIA OBYCZAJOWA Do więzienia trafia za jazdę po pijanemu były sportowiec. Naczelnik namawia go do stworzenia drużyny z osadzonych. *Reż.: Peter Segal, A: Adam Sandler, Chris Rock, Burt Reynolds, Nelly*
USA 2005 **140 min ▶ do godz. 21.00**

22.30 TVP KOBIETA
Rodziny się nie wybiera
KOMEDIA Valentin traci pamięć i cofa się w czasie do momentu, gdy miał 17 lat. Kochał wówczas swoją przyszłą bratową. *Reż.: Dany Boon, A: Dany Boon, Line Renaud, Laurence Arné*
Francja 2018 **115 min ▶ do godz. 0.25**

22.40 TVN 7
Oszukać przeznaczenie 4
HORROR Nick idzie z przyjaciółmi na wyścigi. Cudem uchodzą z życiem z pożaru. Fatum dopomina się o swoje ofiary. *Reż.: David R. Ellis, A: Bobby Campo, Shantel VanSanten, Nick Zano*
USA 2009 **95 min ▶ do godz. 0.15**

→ filmowe hity


Baker staje przed dylematem. Musi wybrać między zbrodnią a ocaleniem bliskiej osoby.





20.50 TVN
Przynęta
THRILLER Rybak z Florydy po rozwodzie na nowo układa sobie życie. Była partnerka wikła go w intrygę.

HIT DNIA
Baker Dill jest kapitanem łodzi na Florydzie. Urządza połowy dla amatorów i cieszy się pięknem wyspiarskiej przyrody. Jego spokojne życie wywraca do góry nogami wizyta byłej żony, Karen Zariakas. Zdesperowana kobieta błaga go o pomoc. Twierdzi, że jej obecny mąż, Frank Zariakas, znęca się nad nią i ich synem Patrickiem. Karen obmyśliła już plan pozbycia się agresywnego partnera. Wykupiła bilety na rejs i chce, by Baker wypchnął jej prześladowcę za burtę, a resztę zadania pozostawił wygłodniałym rekinom. Dill jest rozdarty pomiędzy pragnieniem uratowania dawnej ukochanej a moralnym oporem przed popełnieniem morderstwa. Wkrótce też przekonuje się, że całe jego życie jest kłamstwem, a otaczająca go rzeczywistość jest inna, niż dotąd sądził. **HD 140 min ▶ do godz. 23.10**

Wielka Brytania/USA 2019 **Reż.:** Steven Knight **Wyst.:** Matthew McConaughey, Anne Hathaway, Diane Lane



20.00 TVN 7
Władza absolutna
SENSACYJNY Kochanka prezydenta USA, Richmonda (Gene Hackman), zostaje zastrzelona. Władze kierują podejrzenia na złodzieja (Clint Eastwood), który był na miejscu zbrodni. Rozpoczyna się wyścig o ujawnienie prawdy.

Reż.: Clint Eastwood Wyst.: Ed Harris
USA 1997 **HD 160 min ▶ do godz. 22.40**



20.00 TV PULS
Polowanie na czarownice
PRZYGODOWY XIV w. Rycerze Behmen (Nicolas Cage) i Felson (Ron Perlman) eskortują czarownicę. Podróż do opactwa, gdzie ma być osądzona, jest naznaczona budzącymi grozę zdarzeniami.

Reż.: Dominic Sena Wyst.: Claire Foy
USA 2011 **HD 120 min ▶ do godz. 22.00**



20.00 STOPKLATKA
RoboCop
SCIENCE FICTION Policjant Alex Murphy (Joel Kinnaman) zostaje śmiertelnie raniony przez przestępców. Naukowcy łączą jego umysł z maszyną. Zbuntowany RoboCop zamierza dopaść swoich oprawców.

Reż.: José Padilha Wyst.: Gary Oldman
USA 2014 **HD 150 min ▶ do godz. 22.30**



21.50 POLSAT
Plan ucieczki 3
SENSACYJNY Specjalista do spraw zabezpieczeń, Ray Breslin (Sylvester Stallone), ma uratować uprowadzoną córkę miliardera z Hongkongu. W tym celu musi dostać się do znakomicie strzeżonego więzienia na Łotwie.

Reż.: John Herzfeld Wyst.: Dave Bautista
USA 2019 **HD 125 min ▶ do godz. 23.55**



22.00 TVP KULTURA
Drive My Car
OBYCZAJOWY Yusuke (Hidetoshi Nishijima), uznany aktor i reżyser, przed dwoma laty stracił żonę. Niespodziewanie dowiaduje się, że kobieta miała romans z gwiazdą telewizji. Wdowiec musi zmierzyć się z gorzką prawdą.

Reż.: Ryusuke Hamaguchi Wyst.: Toko Miura
Japonia 2021 **HD 185 min ▶ do godz. 1.05**



22.00 TV PULS
Igrzyska śmierci: W pierścieniu ognia
SCIENCE FICTION Mija rok od czasu, kiedy Katniss (Jennifer Lawrence) i Peeta (Josh Hutcherson) wygrali 74. edycję turnieju. Prezydent Snow chce, by wzięli udział w jubileuszowej edycji igrzysk.

Reż.: Francis Lawrence Wyst.: Jack Quaid
USA 2013 **HD 175 min ▶ do godz. 0.55**

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

→ sport



14.30 POLSAT SPORT 1

Wimbledon

TENIS LIVE Trwa rywalizacja w pierwszej rundzie turnieju. Hubert Hurkacz od początku roku spisuje się słabo, w efekcie w połowie czerwca wypadł z top 100 rankingu ATP. Czy podczas Wimbledonu przypomni o sobie tenisowemu środowisku? HD 120 min ► do godz. 16.30



18.50 TVP 2

Mistrzostwa świata 2026

PIŁKA NOŻNA LIVE O awans do 1/8 finału zawalczą ekipy z drugich miejsc w grupach E oraz I. Nie będzie niespodzianką, gdy naprzeciw siebie staną Wybrzeże Kości Słoniowej i Norwegia. HD 155 min ► do godz. 21.25



19.55 TVP SPORT

Polska – Niemcy

PIŁKA NOŻNA LIVE Nasza żeńska kadra do lat 19 kontynuuje udział w mistrzostwach Europy. Za nią spotkanie ze Szwedkami. W drugim meczu Polki zmierzą się z reprezentacją, która uczestniczy w Euro już po raz 21. HD 125 min ► do godz. 22.00



22.50 TVP 1

Mistrzostwa świata 2026

PIŁKA NOŻNA LIVE Francuzi trafili do trudnej grupy m.in. z Senegalem i Norwegią. Jeśli wywiążą się z roli faworytów, to właśnie oni wystąpią w tym meczu 1/16 finału w East Rutherford. HD 160 min ► do godz. 1.30

→ rozrywka



20.00 TVP KULTURA

Czwarta siostra

TEATR TV Moskwa. Siostry Wiera, Tania i Katia mieszkają z ojcem alkoholikiem, sowieckim generałem. Widzą biedę i luksus. Pragną poznać świat i zdobyć bogactwo. Akcja sztuki Janusza Głowackiego nawiązuje do słynnego dramatu Czechowa „Trzy siostry". HD HD 120 min ► do godz. 22.00



20.00 TLC

Mali ludzie, wielka rodzina 11

REALITY SHOW Losy cierpiącej na achondroplazję rodziny Johnstonów. Jej członkowie mierzą się z kolejnymi wyzwaniami, ale dla nich nie ma rzeczy niemożliwych. Są gotowi stawić czoło każdej przeszkodzie. HD 60 min ► do godz. 21.00



23.10 TVN

Kuba Wojewódzki

TALK-SHOW Prowadzący gości projektantkę wnętrz Dorotę Szelągowską. Porozmawia z nią między innymi o jej małżeństwach. W studiu pojawi się również wokalistka Viki Gabor, która zdradzi, jak wygląda dorastanie w blasku fleszy. HD 65 min ► do godz. 0.15

→ dokument



23.00 NATIONAL GEO.

Procesy czarownic: Prawdziwe historie

HISTORIA Autorzy omówią początki procesów czarownic w XVI-wiecznej Europie. Fala prześladowań dotknęła m.n. mieszkańców Trewiru. HD 60 min ► do godz. 0.00

Zamów najbliższe wydania swojego ulubionego tytułu!



Oferta PRENUMERATY

Od teraz możesz kupić **to&owoTV** dla siebie i swoich bliskich bez wychodzenia z domu.
5 wydań za 21,45 zł lub 26 wydań za 111,54 zł

Możesz także zamówić **e-wydanie** na www.czytelnia.pl
– to wygodny i szybki dostęp do najlepszych treści na Twoim smartfonie, tablecie czy komputerze.



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

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

TVP 1 HD DVB T2

5.20 **63. KFPP w Opolu – Premiery** – skrót koncertu
5.55 **Akacjowa 38** (886) – 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**
8.15 **Janosik** (1): Pierwsze nauki – serial przygodowy, Polska 1973
9.15 **Ranczo 6** (69) – serial obyczajowy, Pol. 2012
10.10 **Komisarz Alex 6** (77) – serial kryminalny, Polska 2014
11.05 **Ojciec Mateusz 15** (187) – 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: Ukryte cuda europejskiej przyrody** (4-ost.) – serial dokum., Hol. 2022
14.00 **Złoty chłopak** (323) – serial obyczajowy, Turcja 2022
15.00 **Serwis Info** – program inform.
15.10 **Pogoda Info**
15.25 **Gra słów. Krzyżówka** (1056)
16.00 **Dziedzictwo** (964) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
18.05 **Reporterzy** – mag. reporterów
18.25 **Akacjowa 38** (901) – telenowela, Hiszpania 2015
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
20.10 **Sport, pogoda**

TVP 2 HD DVB T2

4.35 **Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2023
5.35 **M jak miłość** (1784) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.30 **To, co najważniejsze** – reportaż, Polska 2026
6.55 **Barwy szczęścia** (3343) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.25 **Rodzinka.pl** (25, 26): Kwestia zaufania; Wielka wyprzedaż – serial komediowy, Polska 2011
12.35 **Koło fortuny** (1875) – teleturniej
13.15 **Panna młoda** (133) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 **Va banque** (1000) – teleturniej
14.35 **Na sygnale** (865): Złamane serca – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (422) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
Doktor Bueno opuszcza La Promesę, czym zaskakuje służbę. Kapitan de la Mata żąda od hrabiego de Anil pieniędzy za nieudany przemyt broni, grożąc mu sądem wojskowym.
16.00 **Koło fortuny** (1876) – teleturniej
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (134) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Derya i Cemil chcą pomóc spodziewającej się dziecka Yoncy. Mukadder odkrywa za to, że Beyza udawała, że jest w ciąży.
18.20 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio LIVE

POLSAT HD DVB T2

4.40 **Disco Gramy**
5.25 **Telezakupy TV Okazje**
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
8.30 **Malanowski i partnerzy** (310, 311): Śmierć wymarzonego dziecka; Cena piękna – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
9.30 **Trudne sprawy** (1241, 1242) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.35 **Gliniarze** (858, 859) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.40 **Dlaczego ja?** (1488, 1489) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Anna kupuje meble od sąsiada, Michała. Gdy orientuje się, że brakuje jej pieniędzy, prosi o pożyczkę partnera. Wkrótce przekonuje się, że ukochany ma ciężarną żonę. W dodatku ukradł zegarek Michała. Poszkodowany deklaruje, że na własną rękę rozliczy się z oszustem.
15.50 **Wydarzenia, pogoda**
16.25 **Interwencja** – magazyn reporterów
16.40 **Gliniarze** (1055, 1056) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Dochodzi do pobicia kuriera. Niedługo później jego ciało zostaje znalezione w lesie. Okazuje się, że chłopak rozwoził nie tylko jedzenie, a kluczem do znalezienia sprawców jest pewien nastolatek.
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
19.30 **Sport, pogoda**

TVN HD DVB T2

5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1684) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 **Kuchenne rewolucje** (1): Borysławice – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Doradca smaku** (11) – magazyn kulinarny
11.25 **Kuchenne rewolucje** (6): Gdańsk, Bar Kartuska – program rozrywkowy
12.35 **Ukryta prawda** (1669, 1670, 1717) – paradok., Polska
15.45 **Detektywi** (101) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
16.50 **Szpital św. Anny** (57) – serial obyczajowy, Polska 2025
Marta wciąż czuje się obserwowana przez prześladowcę. Znajduje oparcie w Tomku. W szpitalu pojawia się 13-letni pacjent z poważnymi objawami neurologicznymi. Marta i Tomek ratują mężczyznę, u którego doszło do zatrzymania krążenia.
17.55 **Młode gliny** (9) – serial kryminalny, Polska 2026
Policjanci wyjaśniają sprawę brutalnego pobicia kobiety. Jeden z tropów prowadzi ich do nauczyciela chemii. Znajdują jego ciało oraz domowe laboratorium, w którym produkował on materiały wybuchowe.
19.00 **Fakty, sport i pogoda**
19.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów
20.15 **Na Wspólnej** (4237) – serial obyczajowy, Polska 2026

KRYMINALNY



20.30 Prokurator (6) – Polska 2015

W renomowanej agencji reklamowej w centrum Warszawy dochodzi do zbrodni. Ofiarą jest księgowa firmy, Beata. Sprawca pozbawił kobietę życia wielokrotnie uderzając jej głową o pancerne okno. Sidlecka doszukuje się jednak innej przyczyny zgonu. Odkryte zostają kolejne zaskakujące fakty. Gdy do zabójstwa nieoczekiwanie przyznaje się koleżanka ofiary, Proch wie, że to jeszcze nie koniec śledztwa.

21.25 **Jerzy Piekarzewski. Moje życie dla klubu** – film dokumentalny, Polska 2026
22.35 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio LIVE
22.50 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału LIVE
1.30 **63. KFPP w Opolu – Kiedy mnie już nie będzie... W hołdzie Magdzie Umer i Agnieszce Osieckiej** – skrót koncertu
2.30 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio LIVE
2.50 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału LIVE
5.20 **Zakończenie**

PIŁKA NOŻNA



18.50 Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału LIVE

Na Dallas Stadium druga najlepsza drużyna grupy I – w której za faworytów do awansu uchodziły Norwegia i naszpikowana gwiazdami piłki nożnej Francja – zmierzy się z wicemistrzem grupy E. W tej stawce rywalizowały Niemcy, Ekwador, Wybrzeże Kości Słoniowej oraz Curacao.

21.25 **Postaw na milion** – teleturniej
22.20 **Na sygnale** (857, 858): Chwila nieuwagi; Defekt układu limbicznego – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
23.25 **PitBull** (1, 2) – serial sensacyjny, Polska 2005, wyk. Marcin Dorociński, Krzysztof Stroiński
1.10 **Karol, władca Hiszpanii** (3) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015
2.10 **Nasz dom w górach** (10): Ojcowie, część 2 – serial obyczajowy, Niemcy 2020
3.05 **Koniec świata Natalki** – film dokumentalny, Polska 2021
4.10 **Akacjowa 38** – telenowela, Hiszpania 2015
5.00 **Zakończenie**

KONCERT



19.55 Wrocław przyszłości

Spektakularne widowisko łączy występ gwiazd polskiej muzyki z brzmieniem orkiestry klasycznej oraz nowoczesną oprawą wizualną. Zaśpiewają między innymi Jakub Józef Orliński, Edyta Górniak i Margaret. Koncert poprowadzą Agnieszka Hyży i Tomasz Wolny.

21.50 **Plan ucieczki 3** – film FILM sensacyjny, USA 2019, reż. John Herzfeld, wyk. Sylvester Stallone, 50 Cent, Dave Bautista, Devon Sawa, 125 min
Specjalista do spraw zabezpieczeń ma uratować porwaną córkę miliardera. Musi dostać się do strzeżonego więzienia.
23.55 **Szklana pułapka 5** – film FILM sensacyjny, USA 2013, reż. John Moore, wyk. Bruce Willis, Sebastian Koch, Jai Courtney, Mary Elizabeth Winstead, 130 min
2.05 **Wpół do śmierci** – film FILM sensacyjny, Niemcy/USA 2002, reż. Don Michael Paul, wyk. Steven Seagal, Ja Rule, Morris Chestnut, Nia Peeples, 135 min
4.20 **Kabaretowa Ekstraklasa** (50) – program rozrywkowy

THRILLER



20.50 Przynęta – Wielka Brytania/USA 2019, 140 min FILM

HIT DNIA Kapitan Baker Dill organizuje na Florydzie połowy dla amatorów. Jego spokój burzy wizyta ekszony, Karen. Kobieta twierdzi, że obecny mąż znęca się nad nią i synem. Prosi byłego partnera, by rzucił jej prześladowcę rekinom na pożarcie.

23.10 **Kuba Wojewódzki** (12) – talk-show
0.15 **Kursk** – dramat historyczny, FILM Belgia/Luksemburg/Francja 2018, reż. Thomas Vinterberg, wyk. Matthias Schoenaerts, Léa Seydoux, Peter Simonischek, August Diehl, 145 min
Rosyjska marynarka wojenna organizuje ćwiczenia. W wyniku awarii okręt K-141 Kursk osiada na dnie. Marynarze czekają na ratunek. Kończy im się tlen. Władze odmawiają przyjęcia pomocy od zachodnich państw.
2.40 **Szpital św. Anny** (127, 128) – serial obyczajowy, Polska 2026
4.45 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.05 **Nauka jazdy 5** (11) – program rozrywkowy

P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB T2

5.20 **Ten moment** (47) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 **Szkoła** (760-762) – serial paradokumentalny, Polska 2019
8.45 **Ukryta prawda** (1330, 1429, 1430) – serial paradokumentalny, Polska
11.55 **W-11 – Wydział Śledczy** (1075-1077): Prawdziwa miłość; Moja rodzina, mój dom; Jak śmieci – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
14.00 **Detektywi** (114): Jaśminka – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
15.00 **Szpital** (766, 767) – serial paradokumentalny, Polska 2018
17.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (498): Zapleśniały dom – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
18.00 **SOS Ekipy w akcji** (10) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Patrol policji interweniuje na osiedlu domków jednorodzinnych, gdzie zauważono włamywacza. W innej części miasta straż gasi pożar pustostanu. Ratownicy walczą o życie bezdomnych, którzy pomieszkiwali w budynku.
19.00 **Ukryta prawda** (1521) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Osiemnastoletnia Kamila odkrywa ciała zamordowanych rodziców. Nieoczekiwanie ona oraz jej partner Damian stają podejrzani o zabójstwo. Sytuacja się komplikuje, gdy chłopak znika.

SENSACYJNY



20.00 Władza absolutna
FILM – USA 1997, 160 min

Kochanka prezydenta Stanów Zjednoczonych zostaje zastrzelona. By zatuszować sprawę, władze kierują podejrzenia na złodzieja, który był na miejscu zbrodni. Zaczyna się wyścig, w którym stawką jest ujawnienie prawdy.

22.40 **Oszukać przeznaczenie 4**
FILM – horror, USA 2009, reż. David R. Ellis, wyk. Bobby Campo, Shantel VanSanten, Nick Zano, Haley Webb, 95 min
Nick ma wizję, w której giną wszyscy na stadionie. Razem z innymi osobami opuszcza obiekt. Groźba śmierci jednak wciąż nad nimi wisi.
0.15 **Na zabójczej ziemi** – film
FILM sensacyjny, USA 1994, reż. Steven Seagal, wyk. Steven Seagal, Joan Chen, Michael Caine, John C. McGinley, 135 min
2.30 **Zgłoś remont 11** (4) – program rozrywkowy
3.30 **Fachowcy** (3) – serial paradokumentalny, Polska 2017
4.15 **Dorota was urządzi!** (1) – program rozrywkowy

TV PULS HD DVB T2

6.00 **Policjanci z Miami 2** (21, 22): Wiersz wolny; Piraci funduszu powierniczego – serial kryminalny, USA 1985
8.00 **Kobra – oddział specjalny** (2, 3): Uroki ojcostwa; Operacja „Midas" – serial sensacyjny, Niemcy 2016
10.00 **Maria z przedmieścia** (39, 40) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 **Nie igraj z aniołem** (106) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
Ojciec Anselmo dowiaduje się, że synek Marichuy nosi nazwisko San Roman. Beatriz zawiadamia Eduarda, że duchowny przygotowuje chrzciny dziecka.
13.00 **Wspaniałe stulecie** (40) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 **Kurierzy** (25) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 10** (522, 523) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 **Kurierzy** (26) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Influencerka Julka otrzymuje niepokojącą wiadomość od stalkera. Prosi Adama o pomoc. Kurier uznaje, że prześladowcą może być znajomy dziewczyny.
18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (963, 964) – serial obyczajowy, Polska 2026
Beztroski Damian spędza noc z Kariną, córką gangstera. Ma spłacić dług wdzięczności – zmienić wygląd kradzionego samochodu i przemycić go przez granicę. Kazimierz zakłóca biznesowe spotkanie Marty.

PRZYGODOWY



20.00 Wtorki z Nicolasem Cage'em: Polowanie na czarownice
FILM – USA 2011, 120 min

XIV wiek. Rycerze Behmen i Felson wracają z wyprawy krzyżowej. Zastają swoją ojczyznę zrujnowaną i wyludnioną przez epidemię dżumy. Na dodatek grozi im więzienie za dezercję. Trafiają przed oblicze kardynała D'Ambroise'a, który proponuje im układ. Zachowają wolność, jeśli doprowadzą młodą kobietę podejrzaną o czary na proces do odległego opactwa.

22.00 **Igrzyska śmierci: W pierścieniu ognia**
FILM – dramat s.f., USA 2013, reż. Francis Lawrence, wyk. Jennifer Lawrence, Liam Hemsworth, Jack Quaid, Taylor St. Clair, 175 min
0.55 **Tajniak** – dramat kryminalny,
FILM Australia 2023, reż. Matt Nable, wyk. Sam Worthington, Matthew Nable, Phoebe Tonkin, Edward Friday Carmody, 130 min
3.05 **Dzielnica strachu 9** (397): Skrzywdzona – serial kryminalny, Polska 2025
4.00 **Zobacz to!** – pr. powtórkowe

PULS 2 HD DVB T2

5.50 **Ale numer! 20** (6) – program rozrywkowy
6.20 **Cosie-Ktosie** (2) – anim., Fr. 2022
6.30 **Kajko i Kokosz** (2) – serial animowany, Polska 2021
6.45 **Smerfy 2** (44) – serial anim.
7.00 **Blaze i megamaszyny 6** (11) – serial animowany, USA 2020
7.30 **Psi Patrol** (16) – serial anim.
7.50 **Superkoty** (9) – serial anim., USA
8.30 **Wielkie przygody małego rekina** (2) – serial dla dzieci, Korea Południowa/USA 2020
8.50 **Masza i Niedźwiedź 2** (7, 8) – serial animowany, Rosja 2014
9.20 **Straszne historie Maszy** (2) – serial animowany, Rosja 2016
9.25 **Świnka Peppa** (30-32) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
9.45 **Bing 4** (19, 20) – serial anim.
10.00 **Jeżyk i Przyjaciele** (3, 1) – serial animowany, Polska 2023
10.35 **Spidey i superkumple 2** (38, 37) – serial anim., USA 2022
11.35 **Gus. Mały – wielki rycerz** (33, 34) – serial anim., Fr. 2021
12.00 **Psi Patrol 5** (8) – serial anim.
12.35 **Marta mówi** (9) – serial anim.
13.00 **Smerfy** (153) – serial anim., Bel.
13.35 **Gumisie 4** (5) – serial animowany
14.00 **Kacze opowieści** (5, 6) – serial animowany, USA 1987
15.00 **Miraculous: Biedronka i Czarny Kot** (19, 20) – anim., Francja/Korea Południowa/Jap.
16.00 **Fineasz i Ferb 2** (3, 4) – serial animowany, USA 2007-2011
17.00 **Smerfy** (152) – anim., Bel. 1984
17.35 **Gumisie 4** (4) – serial animowany
18.00 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (7, 8) – serial animowany, USA

ANIMOWANY



19.00 Kacze opowieści (4, 8) – USA 1987

Bajecznie bogaty Sknerus McKwacz i jego siostrzeńcy przeżywają emocjonujące przygody. Stawiają czoło odwiecznym wrogom miliardera, takim jak bezwzględny Granit Forsant i zuchwali złodzieje – bracia Be.

20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (971) – serial obyczajowy, Polska 2026
21.00 **Dzielnica strachu 9** (403, 404) – serial kryminalny, Polska 2025
23.00 **Waleczne serce. Król**
FILM **Szkotów** – film przygodowy, USA/Australia/Wielka Brytania 2019, reż. Richard Gray, wyk. Angus Macfadyen, Diarmaid Murtagh, Jared Harris, 145 min
1.25 **Lombard. Życie pod zastaw 12** (635) – serial obyczajowy, Polska 2023
2.25 **Lombard. Życie pod zastaw 9** (477) – serial obycz., Polska 2021
3.25 **Lombard. Życie pod zastaw 4** (188) – serial obycz., Polska 2019
4.20 **Niesamowite!** (22) – dok., Pol.
5.00 **Lombard. Życie pod zastaw 10** (498) – obycz.

NETFLIX



JEDYNY ŚWIADEK

Po stracie żony Andre (Jordan Bolger) samotnie wychowuje syna, który był świadkiem zabójstwa matki. Zrozpaczony wdowiec próbuje zapewnić bezpieczeństwo dziecku. Zadania nie ułatwiają mu złaknieni sensacji dziennikarze oraz policja. Scenariusz inspirowany prawdziwą historią.
►krym. (3 odc.), Wlk. Bryt./USA 2026



UNORTHODOX

Esther Shapiro (Shira Haas) należy do ortodoksyjnej żydowskiej społeczności mieszkającej w Nowym Jorku. Nie jest szczęśliwa w zaaranżowanym małżeństwie z Yankym (Amit Rahav). Wszyscy oczekują od niej, że będzie idealną żoną i matką. Zdesperowana dziewczyna decyduje się na ucieczkę.
►serial obycz. (4 odc.), Niemcy 2020



WIKINGOWIE: WALHALLA 3

Trwa walka o panowanie w Norwegii. Harald Sigurdsson (Leo Suter) i Leif Eriksson (Sam Corlett) przebywają w Konstantynopolu, gdzie dowiedli swojego męstwa. Mają wiele planów. Tymczasem Freydis (Frida Gustavsson) przewodzi poganom z warowni Jomsborg. Wszystkich czekają nowe wyzwania.
►histor. (8 odc.), USA/Kanada 2024



PROJEKT ADAM

Dwunastoletni Adam nie potrafi pogodzić się ze śmiercią ojca. Pewnej nocy w pobliżu jego domu rozbija się statek kosmiczny z pasażerem na pokładzie. Chłopiec orientuje się, że tajemniczym przybyszem (Ryan Reynolds) jest... on sam z przyszłości. Oba wcielenia czeka wspólna podróż w czasie i ważna misja.
►film s.f., USA 2022; 106 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.05 **FBI: Most Wanted 3** (6, 7) – serial krym.
7.35 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (21, 22) – serial kryminalny
9.25 **Castle 2** (13, 14) – serial kryminalny
11.25 **MacGyver 2** (8, 9) – serial akcji, USA 2017-2018
13.15 **Agenci NCIS: Hawaje 3** (1, 2) – serial kryminalny
15.10 **Agenci NCIS 10** (10, 11) – serial sensacyjny, USA 2012
17.05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3** (9, 10) – serial krym., USA/Kanada 2002
19.05 **Castle 2** (15, 16) – serial kryminalny

TVP SERIALE

5.25 **Rodzinka.pl** (95, 96) – serial kom., Pol. 2013
6.30 **Na sygnale** (478, 479) – serial fab.-dokum.
7.35 **Ojciec Mateusz 2** (28) – krym., Pol. 2009
8.30 **Komisarz Alex 2** (17) – serial krym., Polska
9.25 **Rodzinka.pl** (97)
10.00 **Klan** (1444, 1445)
10.55 **Ranczo 8** (95, 96)
12.35 **Komisarz Alex 2** (18)
13.40 **Ojciec Mateusz 29** (379, 380) – krym., Pol.
15.40 **Komisarz Alex 2** (19) – serial krym., Polska
16.30 **Na sygnale** (480, 481) – serial fab.-dokum.
17.40 **Ranczo 8** (97, 98) – serial obycz., Polska
19.35 **Ojciec Mateusz 29** (381) – krym., Pol. 2023

TVP KULTURA DVB T2

9.00 **Siedem życzeń** (3)
10.05 **Weiser** – dramat psychologiczny, Niem./Pol./Szwajcaria 2000, 105 min
11.50 **Rewolta – 70. rocznica Czerwca '56**
12.15 **Ina Benita. Dwa życia** – film dokum., Polska 2021
13.45 **Kosmos 1999** (8) – s.f.
14.50 **Śmierć nadejdzie jutro** – film sensacyjny, USA/Wlk. Bryt. 2002, 140 min
17.10 **Siedem życzeń** (4)
18.15 **Poszukiwacze zaginionych dzieł sztuki** (5) – serial dok.
18.55 **Pan wzywał, milordzie? 4** (3)

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 4** (13) – serial dok., Pol. 2019
7.00 **Problem** – film krótkometraż.
7.30 **Fuks** – komedia sens., Polska 1999, 115 min
9.25 **Mother Dear** – film krótkometraż.
10.00 **Co się zdarzyło w Mount Affinity? 2** (1, 2) – serial krym.
12.15 **Vera 4** (4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
14.10 **Konie Valdeza** – western, Fr./Hiszp./Włochy 1973, 115 min
16.05 **Konwój** – film sensacyjny, USA 1978, reż. Sam Peckinpah, 130 min
18.15 **Vera 5** (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

CANAL+ PREMIUM HD

12.20 **W kogo ja się wrodziłem?** – obycz., Polska 2001, 65 min
13.25 **Cat's Eyes** (7) – przyg.
14.15 **Fukushima: atomowy koszmar** – film dokumentalny, Wielka Brytania 2026
15.45 **Balony** – film krótkometraż.
16.20 **Kawałek po kawałku** – film animowany, USA/Dania 2024, 95 min
17.55 **Łapu capu** – pr. rozr.
18.00 **Tożsamość**
Bourne'a – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, 120 min
20.00 **Dziedzictwo**
Bourne'a – film sens., USA 2012, 130 min

HBO HD

10.30 **Witajcie w Marwen** – film biograf., USA/Japonia 2018, 115 min
12.25 **Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13** (16)
13.05 **Wielka, odważna, piękna podróż** – dramat fantasy, Irlandia/USA 2025, reż. Kogonada, 110 min
14.55 **Amrum** – dramat wojenny, Niemcy 2025, reż. Fatih Akin, 90 min
16.25 **Na rauszu** – komediodramat, Dania/Holandia/Szwecja 2020, 115 min
18.20 **Lisa Frankenstein** – komedia fantasy, USA 2024, 100 min
20.00 **Stamtąd 4** (8)

20

KRYMINALNY



21.05 **Premiera: Rekrut 8** (11, 12) – USA 2026

Wesley planuje zaproponowanie Glasserowi ugody. Sytuację komplikuje jednak wyznanie Novaka. Lucy z Timem pomagają Johnowi i Celinie w śledztwie.

23.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3** (9, 10) – serial krym.
0.45 **Castle 2** (15, 16) – serial kryminalny
2.40 **Rekrut 8** (11, 12) – serial kryminalny
4.25 **Walker: Strażnik Teksasu** (5) – serial kryminalny, USA 2021

KRYMINALNY



20.30 **Ojciec Mateusz 2** (29) – Polska 2009

Na miejscowej uczelni zostaje zamordowany jeden z asystentów. W zastępstwie zmarłego wykładowcy zajęcia ma poprowadzić tymczasowo ksiądz Mateusz.

21.30 **Ranczo 8** (99, 100) – serial obycz., Polska
23.20 **Ojciec Mateusz 30** (382, 383) – krym., Pol.
1.20 **Polowanie na ćmy** (3, 4) – hist., Pol. 2023
3.20 **Wojna zastępcza** (5) – serial szpiegowski
4.10 **Klan** (1444) – telen.
4.40 **Pan Mama** (17)

TEATR TELEWIZJI



20.00 **Teatr Telewizji: Czwarta siostra** – Polska 2002

Moskwa. Wiera, Tania i Katia mieszkają z ojcem alkoholikiem, sowieckim generałem. Wszystkie chcą poznać wielki świat i zdobyć bogactwo.

22.00 **Drive My Car** – dramat obyczajowy, Japonia 2021, 185 min
1.05 **Lekcja sztuki według Ricarda** – film dokumentalny, Fr./Szwajcaria 2023
3.05 **Samowolka** – dramat obyczajowy, Polska 1993, 80 min

THRILLER



20.10 **Szpieg** – Francja/Wielka Brytania/Niemcy 2011, 150 min

Zimna wojna. George Smiley musi wytropić podwójnego agenta, który działa w szeregach MI6. Sprawa może wywołać skandal, a wśród podejrzanych są jego znajomi.

22.40 **Miasteczko Cut**
Bank – thriller, USA 2014, reż. Matt Shakman, 120 min
0.40 **Sny o miłości** – komediodramat, Norwegia 2024, 125 min
2.45 **Powrót** (2) – kom.

DOKUMENTALNY



22.10 **Ekstremalne opady: niszczycielski żywioł** – USA 2026

Eksperci poddają analizie zjawisko powstawania gwałtownych chmur burzowych. To nieprzewidywalna siła, która zatapia jachty i powoduje katastrofy lotnicze.

23.15 **Kuracja** – czarna komedia, USA 2024, 100 min
0.55 **Dom tysiąca trupów** – horror, USA 2003, 90 min
2.25 **Klucz do koszmaru** – horror, USA/Niemcy 2005, 100 min

KOSTIUMOWY



21.00 **Ta inna siostra Bennet** (2) – Wlk. Bryt.

Mary rezygnuje z marzeń o małżeństwie. Niespodziewana wizyta gościa w Longbourn wystawia jej postanowienie na próbę.

21.30 **Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem** (1) – serial komediowy
22.00 **Złoto** – film sensacyjny, Australia 2022, 95 min
23.35 **Abigail** – horror, USA/Irlandia 2024, 105 min
1.20 **Czerwona Jedynka** – komedia przyg., USA 2024, 120 min

AXN WHITE

8.35 **Szpital nadziei 4** (1)
9.30 **Blondynka 2** (3, 4)
11.30 **Agenci NCIS 19** (10-12)
14.20 **Szpital nadziei 4** (2)
15.20 **Pocałuj mnie pod jemiołą** – komedia romant., USA 2021, 115 min
17.15 **Bieg po szczęście** – komedia obyczajowa, USA/Kanada 2019, 105 min
19.00 **Dr House 3** (2) – obycz.
20.00 **Dowody zbrodni** (18, 19)
21.55 **Unforgettable: Zapisane w pamięci 4** (10) – krym.
22.55 **Agenci NCIS 19** (10-12)
1.25 **Dowody zbrodni** (18, 19)
3.10 **Zaklinacze koni** (11, 12)
5.05 **Szpital nadziei 4** (2)

AXN BLACK

8.40 **Zagadki z przeszłości** (19) – przyg., Fr./Niem./Kan.
9.40 **Gwiezdne wrota 3** (4-6)
12.40 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4** (2) – serial sens.
13.40 **Renegat 5** (5) – serial sens.
14.40 **Drużyna A 2** (17) – sens.
15.40 **Nieustraszony** (9) – sens.
16.50 **Zagadki z przeszłości** (20) – przyg., Fr./Niem./Kan.
17.55 **Gwiezdne wrota 3** (7-9)
21.00 **Uprowadzona 2** – film sensacyjny, Francja/USA/Turcja 2012, 115 min
22.55 **Legion** – thriller, USA 2010, reż. Scott Stewart, 110 min
0.45 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4** (2) – serial sens.

WARNER TV

8.15 **Teraz albo nigdy!** (2)
9.20 **Bajer z Bel-Air 4** (18, 19)
10.20 **Prawo Agaty 2** (7)
11.20 **Pełna chata 7** (19, 20)
12.25 **Teraz albo nigdy!** (3, 4)
14.20 **Bajer z Bel-Air 4** (18-21)
16.20 **Pełna chata 7** (19-22)
18.20 **Akademia policyjna 7: Misja w Moskwie** – komedia, USA 1994, reż. Alan Metter, 100 min
20.00 **33** – film katastroficzny, Chile/Kolumbia/Hiszpania 2015, 145 min
22.25 **Tecumseh – ostatni wojownik** – western, USA 1995, 120 min
0.25 **Yellowstone 2** (5, 6)

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (127-129) – serial paradokumentalny, Polska
9.00 **Co ludzie powiedzą?** (9-11, 13, 14, 12) – kom.
13.00 **Kowalscy kontra Kowalscy** (21-24) – obycz.
15.00 **Świat według Kiepskich** (357-360) – kom., Pol. 2011
17.00 **Columbo** (1, 4) – serial kryminalny, USA
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (108-110) – serial krym., USA/Kanada
23.50 **Ślad** (29-31) – serial krym.
2.50 **Święty** (190, 191) – serial komediowy, Polska 2022
4.00 **48h. Zaginieni** (85, 86) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

7.45 **Mikołaj i ekipa** – anim., Hiszpania/Kan. 2024, 90 min
9.15 **O psie, który jeździł koleją 2** – film familijny, Polska 2025, 90 min
10.45 **Zgred** – dramat obycz., Polska 2025, 85 min
12.10 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
12.15 **Liza Minnelli. Niesamowita historia absolutnie prawdziwa**
13.55 **Ida** – dram. obycz., Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min
15.15 **Morderstwo w ambasadzie** – krym., Wlk. Bryt. 2025, 85 min
16.40 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
16.45 **Peacock** – thriller, USA 2010, 90 min
18.15 **Kiedy nadchodzi jesień** – dramat obyczajowy, Francja 2024, 100 min
19.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Zapiski śmiertelnika** – komediodramat, Polska 2025, 95 min
21.35 **Cicha noc, śmierci noc** – horror, USA 2025, reż. Mike P. Nelson, 95 min
23.10 **Riff Raff. Zabójcza rodzina** – komedia kryminalna, 2024, 100 min
0.50 **Żurek** – film obyczajowy, Polska 2003, 75 min
2.05 **Pornografia** – film obycz., Pol./Fr. 2003, 115 min
4.00 **Ludzie** – dramat wojenny, Polska 2023, 120 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Naruto** (17-19) – serial anime, Japonia 2003
11.20 **13 posterunek 2** (1-3) – serial komediowy, Polska 2000
13.05 **Chwile szczęścia** (1) – serial dokumentalny, Polska 2019
14.00 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy
14.30 **Naruto** (20-22) – serial anime, Japonia 2003
16.00 **Łapu capu Extra** – program rozrywkowy
16.35 **Planeta Singli. Osiem historii** (1, 2) – serial komediowy, Polska 2021
18.20 **To jest żużel** (1-3) – serial dokumentalny, Polska 2022
20.00 **Minuta ciszy** (5, 6) – serial obyczajowy, Polska 2022
22.00 **Blizna** (5) – serial sensacyjny, Hiszpania 2024
23.00 **Premiera: Spartakus: Krew i piach** (12) – serial historyczny, USA 2010
0.00 **Czarne stokrotki** (7, 8) – serial kryminalny, Polska 2024
1.55 **Dynastia Kimów: Czas zemsty** (1, 2) – serial dokumentalny, Fr. 2025
3.40 **Miłość, seks & pandemia** (3, 4) – serial obyczajowy, Polska 2021
5.20 **Piękna łąka kwietna** – film krótkometrażowy, Polska 2022

CANAL+ 360 HD

8.00 **Grip – w świecie supersamochodów** (10)
9.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2** (1) – serial dok., Niem. 2014
10.00 **Co poszło nie tak 3** (1)
11.10 **Pelé: Król gry** – dok., 2023
12.15 **Wolne duchy. Starcie z żywiołami** (7) – dok.
13.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2** (2) – serial dok., Niem. 2014
14.00 **Wykrywacz historii 3** (2)
15.00 **Co poszło nie tak 3** (5)
16.00 **Supersamoloty bojowe** (3) – serial dokumentalny
17.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach 8** (16) – dok.
18.00 **Porzucone konstrukcje** (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.55 **Wykrywacz historii 3** (1)
19.50 **Zholowani: ciężarówki w opałach 8** (17) – dok.
20.50 **Co poszło nie tak 4** (5)
22.00 **Grip – w świecie supersamochodów** (1)
23.00 **Supersamoloty bojowe** (1) – serial dokumentalny
0.00 **Zabójcze drogi** (4) – dok.
1.00 **Moscow Noir** (1) – krym.
2.00 **Twardzielki** (1) – dok., Pol.
2.40 **Ludzie morza** (5) – dok.
3.45 **Polska z góry: Stadiony 2** (2, 3) – dok.
4.55 **Pogotowie remontowe Wieśka** (3, 4) – mag.

HBO 2 HD

12.40 **Po prostu uwierz** – dram. obycz., 2024, 105 min
14.25 **Fantastyczny Pan Lis** – film anim., USA/Wielka Brytania 2009, 85 min
15.50 **Karate Kid: Legendy** – film przygodowy, USA/Kanada 2025, 90 min
17.20 **Green Book** – dramat obyczajowy, 2018, 130 min
19.30 **Anakonda** – komedia przygodowa, 2025, 95 min
21.05 **Prawa ludzi** – film kryminalny, 2024, 95 min
22.40 **Nie!** – thriller, Japonia/Kanada/USA 2022, 125 min
0.45 **28 dni później** – horror, 2002, 110 min

HBO 3 HD

14.50 **Georgie i Mandy wzięli ślub 2** (19, 20) – serial kom.
15.30 **Boska Sarah Bernhardt** – film biograficzny, Francja/Belgia 2024, 100 min
17.10 **Spider-Man: Uniwersum** – film anim., 2018, 115 min
19.05 **Niepewne 5** (7, 8) – kom.
20.05 **Rzym** (6) – serial hist.
21.00 **Stamtąd 4** (8)
21.55 **Ta inna siostra Bennet** (2) – kostium., Wlk. Bryt.
22.25 **Królowe podziemia** (6)
23.20 **Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem** (1) – kom.
23.55 **Wygon** – dramat psycholog., 2024, 115 min
1.50 **Stamtąd 4** (8)

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (127-129) – dok., Pol.
7.30 Doktor Martin 4 (28) – serial obyczajowy
8.30 Przyjaciółki (311, 312) – obycz., Pol.
10.25 Świat według Kiepskich (157, 158, 223, 224, 162, 214, 208) – serial kom., Pol.
14.50 FILM Małolaty na obozie – film familijny, USA 2007, 110 min
16.40 FILM Ghost Rider 2 – thriller s.f., USA/Zjednoczone Emiraty Arabskie 2011, 120 min
18.40 FILM Wykiwać klawisza – komedia obyczajowa, USA 2005, 140 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 Tata ma plan 2 (1, 2) – serial komediowy, USA 2017
7.00 Dwóch i pół 4 (7-10) – serial komediowy, USA 2006
8.55 Przyjaciele 5 (20-24) – serial komediowy, USA 1998-1999
11.25 Przyjaciele 6 (1) – serial komediowy, USA 1999-2000
11.55 Teoria wielkiego podrywu 5 (11-16) – serial komediowy, USA 2011-2012
14.30 Dwóch i pół 4 (11-14) – serial komediowy, USA
16.30 Przyjaciele 6 (2-7) – serial komediowy, USA 1999-2000

TVN FABUŁA HD

5.05 Szkoła (772) – serial paradokum.
6.00 Top 100: filmy wszech czasów (2)
6.30 Alfabet filmowy (16)
6.45 Zakochani po uszy (77, 78) – telen., Polska
7.45 Detektywi (53-56) – serial fab.-dokum.
9.50 Prawo Agaty 3 (6) – serial obycz., Polska
10.55 Szpital św. Anny (85)
11.55 Miłość czy pomyłka? (23, 24)
13.55 Prawo Agaty 3 (5)
14.55 Detektywi – fab.-dok.
16.00 Alfabet filmowy (21)
16.15 Jądro Ziemi – dramat
FILM s.f., Wielka Brytania/USA 2003, 165 min
19.00 Szpital św. Anny (64) – serial obycz., Polska

13 ULICA

6.05 Blanca 2 (3, 4) – serial kryminalny, Wł. 2023
8.30 FILM Na granicy: Spadek Hildy – film krym., Niemcy 2022, 115 min
10.25 Chicago P.D. 11 (8, 9) – serial kryminalny
12.15 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (3, 4) – serial sensacyjny
14.05 Blanca 2 (5, 6) – serial kryminalny, Wł. 2023
16.25 FILM Na granicy: Potworna matka – film kryminalny, Niemcy 2021, 115 min
18.20 Chicago P.D. 11 (10, 11) – serial kryminalny, USA 2024
20.10 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (5, 6) – serial sensacyjny

KINO POLSKA

6.00 Polska z góry. Nad wodą 2 (6) – dok.
6.25 Nowy kabaretowy rejs 5 (3) – pr. rozrywk.
7.15 Polska z góry. Nad wodą 2 (7) – dok.
7.45 Pokój – krótkometraż.
8.05 FILM W pustyni i w puszczy – film przygodowy, 2001, reż. Gavin Hood, 135 min
10.20 FILM Trędowata – melodramat, 1976, reż. Jerzy Hoffman, 135 min
12.35 FILM Skradziona kolekcja – komedia krym., 1979, 120 min
14.35 FILM Znachor – dramat obycz., 1981, 165 min
17.20 Czterej pancerni i pies (1, 2) – wojenny

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Kabaretowe hity (5) – program rozrywkowy
6.50 Złoty interes (9)
7.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
9.00 Robert Makłowicz (161, 151) – mag. kulin.
10.55 Górski lekarz (14, 15) – obycz., Niem./Austria
13.00 Katastrofy w przestworzach (3, 10) – serial dokum.
16.00 MacGyver 3 (20) – sens., USA/Kan. 1988
17.00 MacGyver 4 (1) – sens., USA/Kan. 1988
18.00 Wojny magazynowe: Kanada (1, 2) – reality show
19.10 Aukcja w ciemno 2 (1, 2) – serial dok., USA

KOMEDIA



21.00 FILM Wesoły wtorek: Bejbis – Polska 2022, 145 min

Po narodzinach drugiego dziecka związek Mikołaja i Ady przechodzi kryzys. Pogrążona w rutynie para walczy o swoje małżeństwo.

23.25 FILM Pokusa – dramat obyczajowy, Polska 2023, reż. Maria Sadowska, 130 min
1.35 Fala zbrodni (70-73) – serial sensacyjny, Polska 2006
5.20 Na ratunek 112 (855) – serial paradokum., Pol. 2023

KOMEDIOWY



19.30 Teoria wielkiego podrywu 5 (17-22)

Sheldon walczy z Barrym Kripke o wolny gabinet. Bernadette namawia Howarda na intercyzę. Ich ślub znów staje pod znakiem zapytania po wieczorze kawalerskim.

22.00 The Office PL (11, 12)
23.05 Comedy Club 4 (11, 12) – pr. rozrywk.
0.05 Miasteczko South Park (11, 12)
1.00 Pracoholicy 2 (9, 10)
2.00 Śmieszniej nie będzie 6 (3, 4) – rozr.
3.00 Miasteczko South Park (8-10)

KOMEDIA



20.00 Zanim odejdą wody FILM – USA 2010, 130 min

Peter ma towarzyszyć żonie przy porodzie. W samolocie wdaje się w bójkę z Ethanem i obaj zostają usunięci z pokładu. Do Kalifornii ruszają razem samochodem.

22.10 Specjalista – film FILM sensacyjny, USA/Peru 1994, 135 min
0.25 Równi goście FILM – komedia sensacyjna, USA 2016, 145 min
2.50 Dziewczyny z Hollywood 2 (3)
3.05 Szkoła (742) – serial paradokum.

KRYMINALNY



22.00 Flashback (2) – Francja 2024

Elsa pomaga swojemu ojcu Josselinowi, który nie rozpoznaje jej tożsamości, w śledztwie dotyczącym morderstwa. Później kobieta je kolację ze swoją matką.

23.05 Kobra – oddział specjalny (3, 4) – serial sensacyjny, Niemcy 2021
1.05 FILM Na granicy: Potworna matka – film kryminalny, Niemcy 2021, 110 min
2.55 Blanca 2 (4-6) – serial kryminalny, Wł. 2023

KOMEDIA



20.00 FILM Na układy nie ma rady – 2017, 110 min

Marek usiłuje rozkręcić firmę. Z powodu problemów finansowych odwołuje wakacje, które planował z żoną. Dawny wykładowca proponuje mu posadę w rządzie.

21.50 FILM Kroll – film sens., 1991, 125 min
23.55 FILM Symetria – dramat obycz., 2003, 130 min
2.05 FILM Drogówka – dramat krym., 2013, 150 min
4.35 Sabina – film krótkometraż., 2022
5.00 Moja – krótkometraż.
5.35 Szumy i fonie

SCIENCE FICTION



20.00 FILM RoboCop – USA 2014, 150 min

Policjant zostaje śmiertelnie raniony przez przestępców. Naukowcy łączą jego umysł z maszyną. Zbuntowany RoboCop zamierza dopaść swoich oprawców.

22.30 FILM Wykidajło – dramat sensacyjny, USA 1989, reż. Rowdy Herrington, wyk. Patrick Swayze, Kelly Lynch, 140 min
0.50 FILM Nieśmiertelny 3: Czarnoksiężnik – film fantasy, Kanada/Francja/Wielka Brytania 1994, 125 min

CINEMAX HD

14.35 FILM Ostatni pociąg do Fortune – western, USA/Wlk. Bryt. 2025, 95 min
16.10 FILM Najsłodszy prezent – komediodramat, Dania 2022, 105 min
17.55 FILM Zabić wspomnienia – dramat obyczajowy, USA 2007, 125 min
20.00 FILM Stoker – dramat psychologiczny, Wielka Brytania/USA 2013, 100 min
21.40 FILM Droga Mleczna – film obycz., Izrael 2023, 95 min
23.15 FILM Bez przebaczenia – thriller, 2024, 105 min
1.00 FILM Imperium – kom., Fr./Wł./Niemcy 2024, 110 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 Święty (23, 24) – kom., Pol.
14.25 Spadkobiercy 3 (9) – rozr.
15.25 Co ludzie powiedzą? 4 (6) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 Jedną nogą w grobie 2 (2) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 Czarna Żmija 3 (2) – kom.
17.35 Bob kocha Abisholę (18-20) – serial komediowy
19.00 Dwóch i pół 4 (7-10)
21.00 Świat według Kiepskich (15, 1, 2) – kom., Pol. 2008
22.30 Co ludzie powiedzą? 4 (7) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 Jedną nogą w grobie 2 (3) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 Czarna Żmija 3 (3) – kom.
0.30 Comedy Club 2 (7) – rozr.

SCI FI

10.00 Kroniki Shannary (1, 2)
11.50 Zagubiona tożsamość (11, 12) – serial s.f., Kanada
13.40 Grimm 6 (6, 7) – fantasy
15.30 Kroniki Shannary (3, 4) – serial fantasy, USA 2016
17.20 Zagubiona tożsamość (13) – serial s.f., Kan. 2010
18.15 Zagubiona tożsamość 2 (1) – s.f., Kanada 2011-2012
19.10 Grimm 6 (8, 9) – fantasy
21.00 Medalion – film FILM sensacyjny, Hongkong/USA 2003, 115 min
22.55 DOA: Żywy lub martwy – film przyg., 2006, 110 min
FILM
0.45 Daybreakers – Świt – horror s.f., 2009, 125 min
FILM

FX HD

9.00 Z archiwum X (15) – s.f.
10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (25, 1) – serial krym.
11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (11, 12)
13.45 Agenci NCIS 10 (2, 3)
15.35 SkyMed (8) – obycz., Kan.
16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (2, 3) – serial krym.
18.20 Z archiwum X (16) – s.f.
19.15 FBI 4 (3) – serial kryminalny
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (13, 14)
22.00 9-1-1 (17) – serial obycz.
22.55 Z archiwum X (16) – s.f.
23.50 Matlock (12) – serial krym.
0.45 FBI 4 (3) – serial kryminalny
1.40 Agenci NCIS 10 (3) – sens.

FILMBOX+ ONE HD

8.35 Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (1, 2) – serial krym., Australia
11.00 Panna Scarlet i komisarz (5, 6) – krym.
13.10 Poirot – serial kryminalny
15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (3, 4) – serial krym., Australia
17.50 Panna Scarlet i komisarz 2 (1, 2) – krym.
20.00 SexiPistols – western komediowy, Francja/Meksyk/USA 2006, 120 min
22.00 FILM Haker – film sensacyjny, USA 2015, 155 min
0.35 FILM Ucieczka gangstera – film sens., 1994, 145 min

ROMANCE TV HD

14.20 Miłość się nie przedawnia – komedia, Niemcy 2019, 115 min
16.15 FILM Rosamunde Pilcher: Gdzie zaczyna się miłość – film obyczajowy, Austria/Niemcy 2006, reż. Dieter Kehler, 110 min
18.05 Górski lekarz (132, 133) – obycz., Niemcy/Austria
20.00 FILM Rosamunde Pilcher: Pomyłki serca – komedia obycz., Niem. 1997, 110 min
21.50 Gdy kobiety odchodzą FILM – komedia, Niemcy 2017, 115 min
23.45 Górski lekarz (132, 133) – obycz., Niemcy/Austria

CINEMAX 2 HD

11.45 Dla dobra Adama – film FILM obycz., 2025, 80 min
13.05 Małpiarnia FILM – komediodramat, Izrael/Włochy 2023, 130 min
15.15 Łacina dla wszystkich FILM – kom., Fr./Wł. 2024, 95 min
16.50 Pan i władca: Na krańcu świata FILM – dramat przygodowy, 2003, 135 min
19.05 Kłamca, kłamca FILM – kom., USA 1997, 85 min
20.30 FILM Patriota – dramat hist., USA/Niemcy 2000, 165 min
23.15 FILM Szczęki – thriller, USA 1975, 120 min
1.15 FILM Słone lato – dramat obyczajowy, 2025, 95 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

9.10 Poirot 3 (5, 6) – serial krym.
11.25 Zatraceni w miłości (21, 22) – telen., Turcja 2023
13.30 Agenci NCIS 17 (19, 20)
15.15 Lekarze na start (21, 22)
16.50 Poirot 3 (7, 8) – serial krym.
19.00 Zatraceni w miłości (23, 24) – telen., Turcja 2023
21.00 Joan (6) – serial kryminalny
22.00 Królowa węży (8)
23.15 Detektyw Murdoch 19 (2) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
0.10 Zatraceni w miłości (23, 24) – telen., Turcja 2023
2.00 Joan (6) – serial kryminalny
2.50 Królowa węży (8)
3.45 Poirot 13 (2) – serial krym.
5.20 Lekarze na start (20)

NOVELAS+ HD

8.00 Otchłań namiętności (109) – telen., Meksyk 2012
9.00 Macocha (18) – telenowela
10.00 Cud miłości (24) – telen.
11.00 Otchłań namiętności (109) – telen., Meksyk 2012
12.00 Za wszelką cenę (79)
13.00 Róże i grzechy (8) – telen.
17.00 Za wszelką cenę (80)
18.00 Otchłań namiętności (110) – telen., Meksyk 2012
19.00 Macocha (19) – telenowela
20.00 Cud miłości (25) – telen.
21.00 Historia Juany (37)
0.00 Otchłań namiętności (110) – telen., Meksyk 2012
1.00 Macocha (19) – telenowela
2.01 Cud miłości (25) – telen.

FX COMEDY HD

9.10 Simpsonowie 36 (7, 5)
10.10 Diabli nadali 8 (6-9)
12.00 Jim wie lepiej 7 (3, 4)
13.00 Sposób użycia 5 (17, 18)
14.00 Wszyscy kochają Raymonda 5 (1-4) – kom.
16.00 Simpsonowie 36 (7, 5, 2, 6)
18.00 Jak poznałem waszą matkę (19-21) – serial kom.
19.30 Współczesna rodzina 6 (22-24) – serial komediowy
21.00 Family Guy: Głowa rodziny 18 (2, 3)
22.00 Czarownica – komedia FILM romant., USA 2005, 125 min
0.05 Genialna Morgane 3 (1, 2) – serial kryminalny, Fr.

FILMBOX+ HITS HD

14.10 Miłość x 3 FILM – komediodramat, USA 2020, 105 min
15.55 Proza życia – komedia, FILM USA 2017, 115 min
17.50 Magiczny świat Davida Copperfielda – film familijny, Wielka Brytania/USA 2019, 130 min
20.00 Wyspa śmierci – film FILM sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2023, 100 min
21.40 Niewygodna prawda – dramat biograf., Australia/USA 2015, 135 min
23.55 Żywioł. Deepwater FILM Horizon – dramat katastrof., 2016, 120 min

PARAMOUNT NETWORK HD

9.25 Policyjna grupa pościgowa 15 (3) – dok.
10.30 Star Trek 7: Pokolenia FILM – film s.f., 1994, 150 min
13.00 Czarodziejki 2 (21, 22)
15.00 Pingwiny z Madagaskaru 3 (11)
15.30 Gliniarz z Beverly Hills 2 FILM – komedia sensacyjna, USA 1987, 140 min
17.50 Gliniarz z Beverly Hills 3 FILM – komedia sensacyjna, USA 1994, 130 min
20.00 Gorączka – film FILM sensacyjny, 1995, 215 min
23.35 Adrenalina 2: Pod napięciem FILM – film sensacyjny, 2009, 115 min

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

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
6.00 **Kolarstwo:** Tour de France – 9. i 10. etap
8.30 **FIA World Endurance Championship:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans
10.30 **Racing on the Edge** – magazyn sportowy
11.00 **Snooker:** Turniej UK Championship – finał: M. Selby – J. Trump
13.00 **Kolarstwo:** Tour de France – 10., 11. i 12. etap
18.15 **Kolarstwo**
18.30 **Cycling Show** – magazyn sportowy Omówienia oraz zapowiedzi najciekawszych wydarzeń kolarskich.

POLSAT SPORT 1 HD
6.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Polska – Argentyna
9.00 **Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski
10.00 **Formuła 1:** Grand Prix Austrii
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 1. rundy gry pojedynczej
16.30 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy

CANAL+ SPORT HD
6.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Pogoń Szczecin – Lech Poznań
8.20 **Premier League Stories** (19) – mag.
9.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska
11.15 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska
13.30 **Liderzy. W centrum gry** (1) – dok., Pol.
14.40 **Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**
15.45 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska
18.00 **Boks:** Gala w El Paso – waga lekka: S. Han – H. Holm
19.00 **Piłka nożna:** 2. liga hiszpańska: Malaga CF – UD Almeria

TVP SPORT DVB T2 HD
6.05 **Mundial 2026 – Legendy miejskie** (10) – cykl reportaży
6.40 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – 1/16 finału
9.00 **Mundialowy poranek** (19) – mag.
10.10 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – 1/16 finału
12.30 **Jeździectwo:** Zawody CSIO w Sopocie – Grand Prix
14.15 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – 1/16 finału
16.30 **Dzień na mundialu** (19) – mag. piłkarski
18.00 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – studio
19.00 **Piłka nożna kobiet:** ME U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026: Szwecja – Polska

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 **Bundesliga Clubs**
7.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (5, 6)
8.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Lipsk – FC Bayern Monachium
10.00 **Formuła 1:** GP Austrii
12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Napoli
14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Bayern – FC Augsburg
16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Atalanta BC – Inter Mediolan To szczególny mecz dla Nicoli Zalewskiego – obecnie gracza Atalanty, a wcześniej zawodnika Interu.

DISCOVERY CHANNEL HD
8.00 **Gorączka złota: zapomniane kopalnie** – dok., USA
9.00 **Gorączka złota: rzeka skarbów 7**
10.00 **Klan z Alaski** – dok.
11.00 **Przetrwać nad Jukonem** – serial dok.
12.00 **Fani czterech kółek** (5) – dok., Wlk. Bryt.
13.00 **Nagi instynkt przetrwania: Elita 2**
14.00 **Nagi instynkt przetrwania 6** (1)
15.00 **Złomowisko PL 5** (16) – serial dokum.
16.00 **Gorączka złota 16**
18.00 **Bracia Collins biorą się do roboty** (8)
19.00 **Nagi instynkt przetrwania 12** – serial dokum., USA

20

WSPINACZKA



19.00 **Zawody World Series w Pradze** – bouldering mężczyzn – finały

Poprzednie zmagania w tej konkurencji odbyły się pod koniec maja w Madrycie. Ze zwycięstwa cieszył się wtedy Japończyk Sorato Anraku.

20.00 **Snooker:** Turniej UK Championship – finał: M. Selby – J. Trump
22.00 **Kolarstwo**
22.15 **Kolarstwo:** Tour de France – 11. i 12. etap
0.00 **Snooker:** Turniej UK Championship – finał: M. Selby – J. Trump

TENIS



18.30 **Turniej Wimbledon** – mecz 1. rundy gry pojedynczej

Coco Gauff nie może zaliczyć dotychczasowych występów w Londynie do udanych. W ubiegłorocznej edycji odpadła już w 1. rundzie, sensacyjnie przegrywając z Dajaną Jastremską 0:2.

21.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
23.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej
1.00 **Boks**

SPORTY WALKI



21.15 **ONE Friday Fights 160**

W pojedynku wieczoru Num-Surin Chor Ketweena zmierzy się z Songchainoiem Kiatsongritą.

22.15 **Boks:** BKFC Fight Night: Hammond: Vancamp – Cisneros
23.25 **Premier League Stories** (45) – mag.
0.00 **Liga+ Extra** – mag.
2.10 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia – Zagłębie Lubin
4.25 **Premier League: The Big Interview** (19) – mag. piłkarski

PIŁKA NOŻNA KOBIET



19.55 **ME U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026:** Polska – Niemcy

Biało-Czerwone świetnie spisały się w kwalifikacjach. Nie przegrały żadnego meczu i tylko raz podzieliły się punktami z rywalkami.

22.00 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – 1/16 finału
1.45 **Mundial 2026 – Legendy miejskie** (1) – cykl reportaży
2.15 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio
2.50 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – 1/16 finału

PIŁKA NOŻNA



18.00 **Liga niemiecka** – mecz: HSV – Bayern

Bawarczycy do meczu z Hamburgerem SV przystępowali po pierwszej porażce w sezonie. Lidera pokonał FC Augsburg (2:1).

20.00 **Made in Italy** (15)
20.25 **Ousmane Dembélé – Pierwsze kroki**
20.40 **Formuła 1:** GP Austrii
22.40 **GP Confidential** – mag. Formuły 1
23.10 **Made in Italy** (11, 10, 9) – mag.
0.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: 1. FC Köln – Bayern

DOKUMENTALNY



21.00 **Co kryje Strefa 51?**

Joe i Emmett Hayesowie prowadzą podcast o UFO. Jadą na pustynię w stanie Nevada, aby odkrywać tajemnice Strefy 51, gdzie znajduje się amerykańska baza wojskowa.

22.00 **W oku cyklonu: Łowcy burz** (2) – dok.
23.00 **Bimbrownicy 14**
0.00 **Od samochodu do domu** – mag.
1.00 **Hot rod wg Kindiga** – serial dokum., USA
2.00 **Militaria na warsztat 5** (15)
3.00 **Królowie asfaltu 11** (10) – reality show

EUROSPORT 2 HD
13.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze
15.00 **FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans
17.00 **Snooker:** Turniej UK Championship – finał
19.00 **Kolarstwo górskie:** PŚ w Lenzerheide – zjazd
19.30 **Kolarstwo:** Tour de France – 11. i 12. etap
21.30 **Cycling Show** – mag.
22.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze – bouldering kobiet – finały
23.00 **Snooker:** Turniej UK Championship – finał
0.00 **Kolarstwo:** Tour de France – 12. etap

POLSAT SPORT 2 HD
6.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej
8.30 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
11.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
14.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
16.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
18.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
21.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
23.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
1.00 **Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
6.00 **Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg
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
23.30 **Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg
2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Wisła – Lech

EXTREME CHANNEL HD
9.00 **World of X Games 2018**
10.00 **AMA Motocross Series Highlights** (6)
11.00 **X Games – Aspen 2020**
12.00 **Liquid Edge** (7)
13.00 **Action Sports World** (6)
14.00 **WWE Classic Gold**
17.00 **KPW Kombat TV** (10, 26)
19.00 **WWE Classic Gold** (55)
20.00 **AEW Collision 2** (2626)
22.00 **PTW Wrestling** (7)
0.30 **New Japan Wrestling – Highlights** (11)
0.50 **WWE Highlights** (78)
1.15 **WWE Classic Gold** (56)
2.00 **AMA Motocross Series Highlights** (6)
3.00 **World of X Games 2018**

ELEVEN SPORTS 2 HD
12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Lipsk – Bayern
14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Parma Calcio 1913 – Inter
16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: FC Köln – Bayern
18.00 **Made in Italy** (11, 10, 9)
19.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Atalanta – Inter
21.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – FC Augsburg
23.00 **Serie A** – mag. piłkarski
0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – Paris FC
2.00 **Made in Italy** (1, 2) – mag.

DISCOVERY LIFE HD
8.15 **Szpital** (511, 512)
10.15 **Nowa Maja w ogrodzie 5** (28, 29)
11.15 **Idealna niania 2** (7, 8)
12.45 **Klinika bez tajemnic**
14.45 **Szpital** (510, 511)
16.45 **Idealna niania 2** (6-9)
19.45 **Klinika naturalnego piękna** (10) – reality show
20.15 **Wycieczkowiec** (5) – serial paradok., Pol. 2024
21.15 **Moje koszmarne stopy**
22.15 **Historie wielkiej wagi**
0.15 **Sekrety lekarzy** (7)
1.15 **Szpital** (327, 328)
3.15 **Eks-tra zmiana** (1, 2)
5.15 **Kosmetyczne rewolucje** (7) – program rozrywkowy

POLSAT SPORT FIGHT HD
13.40 **Sporty walki:** Hybrid MMA 8 w Rewalu
15.30 **Sporty walki:** FEN 54: G. Wyrośląk – M. Grabovich
17.15 **Boks:** Walka o mistrzostwo Polski: K. Meyna – M. Wach
19.05 **Sporty walki:** UFC Fight Night: G. Burns – M. Malott
19.40 **Z archiwum ESPN** – mag.
20.00 **Strzelnica Navala** (7, 8)
21.00 **Sporty walki:** Babilon MMA 44: Filip Lamparski – Davide Martinez
23.40 **Atleci** – magazyn sportowy
0.05 **Sporty walki:** Thunderstrike Fight League 34 – K. Skrzypek – K. Szymuszowski

POLSAT SPORT 3 HD
8.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
10.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
12.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
14.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
16.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
18.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
21.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
23.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
6.00 **Liga+ Extra** – mag.
8.10 **Żużel:** PGE Ekstraliga: Falubaz – Motor Lublin
11.00 **Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga** – mag.
12.00 **Snooker:** Championship League
15.15 **Premier League Stories**
18.00 **Snooker:** Championship League
23.15 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 160
0.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Pogoń Szczecin – Lech Poznań
3.00 **Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga** – mag.
4.00 **Przerwa techniczna**

ELEVEN SPORTS 4 HD
12.00 **Made in Italy**
13.00 **Bundesliga Special**
14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: BVB – 1. FC Heidenheim
16.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Lens – Le Havre
18.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (5, 6) – mag.
19.00 **Ligue1 Season Review**
20.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: CD Santa Clara – FC Porto
22.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Pisa – Juventus
0.00 **Piłka nożna:** 1. FC Köln – Wolfsburg

ELEVEN SPORTS 3 HD
12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: AC Milan – Hellas Werona
14.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: AS Monaco – Olympique Lyon
16.00 **Ligue 1 Show** (36) – mag.
17.00 **Bundesliga Special** (21)
18.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Sassuolo – Juventus
20.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: BVB – St. Pauli
22.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: RC Lens – Le Havre AC
0.00 **Bundesliga Special** (18)
0.30 **Magazyn piłkarski**
1.00 **Moi bohaterowie** – mag.

CANAL+ DOKUMENT HD
11.40 **Hot Roads – The World's Most Dangerous Roads 4** (4-6) – dok., Niem.
14.40 **Ameryka Łacińska: Tak daleko od Boga, tak blisko USA** (1-3) – dok., Fr.
17.50 **Czułe oblicze sawanny**
18.50 **Dwadzieścia lat później: C.K.O.D.3** – film dok., Pol.
20.05 **Zostać Nawalnym** – dok.
21.05 **Sekrety łapanki Billet Vert 1941** – film dok., Fr.
22.15 **Stocznia Gdańska. Wolność w oczach świata** – film dokum., Pol.
23.05 **Putin i nowa strategia morska** – film dokum., Fr.
0.05 **Pod powierzchnią** – dok.

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

8.00 **Jak to jest zrobione?** – dok.
8.30 **NASA: Niekończąca się podróż**
10.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
11.00 **Mega maszyny Alaski** – serial dokum.
12.00 **Poszukiwacze dinozaurów** – dok.
13.00 **Zoom na architekturę**
15.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
17.00 **Autostrada spotkań z UFO** – serial dok.
18.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń 3** – dok.
19.30 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 11** – dok.

ID HD

6.00 **Morderstwo na prowincji 6** – dok.
8.00 **Morderstwo Gabby Petito: sztuka kłamstwa** – film dok., Wlk. Bryt. 2022
9.00 **Morderstwo Grace Millane: Sztuka kłamstwa** – film dokumentalny, USA
10.00 **Dusiciel z Charlotte** (1, 2) – serial krym.
12.00 **Krótkie życie, niewyjaśniona śmierć** – serial dok.
14.00 **Mroczne piętno 3**
16.00 **Żyjąc z potworem** – serial dokumentalny
18.00 **Mroczne sekrety Playboya 2** – dok.
19.00 **Mroczne sekrety Playboya 3** – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

12.00 **Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy** (1) – dok., Kan.
13.00 **Państwa Osi: Droga ku porażce** (4) – dok.
14.00 **Normandia '44: Inwazja** (2)
15.00 **Katastrofa w przestworzach** (7)
16.00 **Złapać przemytnika** (5) – dok., USA 2024
16.55 **Skarby Wyspy Wielkanocnej** – film dokum., USA 2018
17.55 **Otchłań: Powstanie i upadek nazizmu** (9) – dok., Niem. 2020
19.00 **II wojna światowa: Ukryta prawda** (5)
20.00 **Katastrofa w przestworzach** (6) – serial dok., Kan.

FOKUS TV DVB T2

9.00 **Starożytni kosmici** (11) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (19, 20) – reality show
12.00 **Apokalipsa – wojny 1945-1991** (4) – dok.
13.00 **Poszukiwacze historii** (3, 4) – dok.
14.00 **II wojna światowa – jednostki specjalne** (5, 6) – dok.
16.00 **Dorwać tuńczyka 2** (15) – serial dok., USA
17.00 **Dorwać tuńczyka 3** (1) – serial dok., USA
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (2, 3) – serial dokum.
20.00 **Galileo** (20)
21.00 **Inżynierowie Hitlera: budowniczowie III Rzeszy** (3) – dok.

TVP HISTORIA DVB T2

10.45 **Ostatnie powstanie**
11.50 **Attenborough i jurajski potwór morski**
12.50 **Zapomniane dyktatury w Europie** (2)
13.40 **„Kogel-mogel" – ćwierć wieku później** – reportaż
14.00 **Królowie** (47) – hist.
14.30 **Czterdziestolatek** (11) – obycz., Pol. 1975
15.20 **Piosenką przez historię**
15.40 **Sensacje XX wieku**
17.40 **Czas honoru. Powstanie** (8)
18.30 **Paradoks o konduktorze**
19.30 **Polskie parki narodowe** – dok., Pol.

HISTORY HD

12.10 **Gwiazdy lombardu 24** (14)
13.05 **Starożytni kosmici 14** (19) – dok.
14.00 **Tajemnice skryte w mroku** (7) – dok.
14.50 **Największe tajemnice świata 6** (10) – serial dok., USA
15.45 **Gwiazdy lombardu 12** (54)
16.15 **Gwiazdy lombardu 24** (34)
17.10 **II wojna światowa w kolorze** (10) – dok.
18.10 **Największe tajemnice świata 5** (14) – serial dok., USA
19.05 **Starożytni kosmici 16** (16) – dok.
20.00 **Starożytni kosmici 14** (18) – dok.

DOKUMENTALNY



21.00 Czy jest z nami inżynier? (3, 4)

Justin Cunnigham jedzie do Turcji, by poznać prawdę o osuwisku, które zniszczyło kurort. Odwiedza lotnisko na Gibraltarze. Przybliża konsekwencje błędu w konstrukcji pewnego budynku.

23.00 **W sieci eksperymentów** – dok., USA/Wlk. Bryt.
1.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
3.00 **Autostrada spotkań z UFO** – serial dok.
4.00 **Zoom na architekturę** (2)

DOKUMENTALNY



20.00 Sekrety zbrodni: Zaginione dziewczyny z Mesa – USA 2017

W 2009 roku policji udało się odnaleźć miejsce, gdzie doszło do makabrycznej zbrodni. Szczątki ofiar pomogły śledczym wpaść na trop seryjnego mordercy.

21.00 **Wywiad z mordercą**
22.00 **Boysbandy: mroczna strona sławy** – film dokum.
0.00 **Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2** (3)
1.00 **Wywiad z mordercą**
2.00 **Sekrety zbrodni**

DOKUMENTALNY



21.00 Służby ratownicze: Jukon (1, 2)

Mieszkańcom Dawson City dają się we znaki siarczyste mrozy. Z powodu zimna w mieście pękają rury. Nocą służby dostają zgłoszenie do pożaru ciężarówki.

23.00 **Procesy czarownic: Prawdziwe historie** (1) – dok., USA 2026
0.00 **Katastrofa w przestworzach** (2)
1.00 **Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny** (3, 4) – serial dokum.
3.00 **Car S.O.S** (4, 5) – dok.

DOKUMENTALNY



22.00 Czołgi: Ewolucja machiny wojennej (7, 8) – Francja 2021

Chcąc zyskać przewagę, niemiecki sztab generalny zaplanował operację Cytadela. Zmobilizował prawie 50% sił pancernych Rzeszy. Do konfrontacji doszło pod Kurskiem.

0.00 **Starożytni kosmici** (4) – serial dokumentalny, USA 2011
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (13-16) – serial dokumentalny, Polska
5.00 **Kołowrotek** (7, 8) – magazyn wędkarski

SENSACYJNY



20.10 Oficer (3) – Polska 2005

Juby i Grand kradną auto delegata amerykańskiej policji. Porzucają je przed motelem Topora, który zdradza policji plan sprzedaży fałszywych euro marsylskiej mafii.

21.15 **Brytyjskie odliczanie do wojny** (3) – film dokum., Wielka Brytania 2021
22.10 **Islandia: na granicy zimnej wojny** (2) – cykl dok., Wlk. Bryt.
23.15 **Sensacje XX wieku**
1.15 **Encyklopedia II wojny światowej**

DOKUMENTALNY



21.00 Hitler i narkotyki – USA 2019

W III Rzeszy używki były niezwykle rozpowszechnione. Eksperci przyglądają się finansowanemu przez państwo w czasach Hitlera procederowi używania narkotyków.

23.00 **II wojna światowa w kolorze – przełomowe momenty** (2) – dok.
23.55 **Jak to wyjaśnić? 4** (19) – serial dok., USA
0.50 **Starożytni kosmici 14** (18) – dok.
1.50 **II wojna światowa w kolorze** (10) – dok.

DISCOVERY HISTORIA HD

8.00 **Na ratunek starociom**
9.00 **Walka o bagaż** – dok.
11.00 **Wyprawa w nieznane**
13.00 **Skarby z szopy** (18, 19)
14.00 **Łowcy staroci: Renowacje** (7, 8) – dok.
16.00 **Skarby z szopy** (20) – dok.
16.30 **Wolna miłość w PRL**
17.00 **Militaria na warsztat** (7)
18.00 **Muzealne tajemnice**
20.00 **Tajemnice starożytnych mumii** (6) – serial dok., USA
22.00 **Wielki szwindel** – dok.
23.00 **Legendarne miejscówki**
0.00 **Wyprawa w nieznane**
2.00 **Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki**
3.00 **Profesjonaliści** – cykl dok.

PLANETE+ HD

13.50 **Krajobrazy świata** (12)
14.50 **Najpiękniejsze rzeki świata 2** (7) – serial dok.
15.50 **Niezwykłe podróże koleją 8** (2) – serial dok., Fr.
16.55 **360° Świat bez granic**
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4** (53, 54)
18.40 **1942. Długi rok przełomu** (6) – serial dok.
19.45 **First Person Shooter. Idź, strzelaj, kombinuj**
20.50 **Śmieci na orbicie** – dok.
22.00 **Poza ciemną stronę Księżyca** – film dokum., Fr.
23.10 **Zniewoleni. Rodzina w pułapce strachu** (4)
0.20 **Niezwykłe podróże koleją 8** (3) – serial dok., Fr.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

9.00 **Niezwykły dr Pol**
12.00 **Borneo: dzikie i niezwykłe** (1) – film dok.
13.00 **Dzikie oblicza Ameryki**
14.00 **Świat kolibrów** – dok.
15.00 **Walki zwierząt** (1) – dok.
16.00 **Dziki park Yellowstone** (2) – film dokum., USA 2015
17.00 **W świecie szympansów** (4) – serial przyrodniczy
18.00 **Dzika przyroda strefy równikowej** (6) – dok.
19.00 **Królestwo drapieżników** (6) – dok.
20.00 **Niszczycielskie żywioły 2** (5) – serial dok.
21.00 **Niezwykły dr Pol** (4, 5, 8, 9, 12) – serial dok.

POLSAT VIASAT NATURE HD

11.20 **U wybrzeży Australii** (3)
12.30 **Potwory z głębin** (1)
13.25 **Sekrety wodnych krain**
14.30 **Alaska: cztery pory roku**
15.30 **Najbardziej znane zwierzęta Afryki** (3)
16.30 **Dzika Słowacja z Nigelem Marvenem**
17.35 **Czas gigantów – 2** – dok.
18.50 **Zabójcza pogoda 2** (8)
19.50 **Zwierzęta: mistrzowie survivalu 2** (2) – serial dok.
21.00 **Potwory z głębin** (2) – film dok., Wielka Brytania
22.00 **Wielkie rekiny z Australii** – dok., Australia
23.05 **Zabójcza pogoda 2** (9)
0.10 **U wybrzeży Australii**

BBC EARTH HD

13.20 **Mroźna planeta** (5) – dok.
14.25 **W okowach mrozu 3** (3)
15.25 **Życie na pustkowiu: powroty 3** (8) – serial dok.
16.30 **Pociągiem przez starożytną Grecję** (1)
17.35 **Azja: kulisy produkcji**
18.45 **Malownicze trasy kolejowe 2** (5) – serial dok.
19.45 **Dzikie konie Gór Skalistych i ja** – film dok.
20.55 **Życie na pustkowiu: powroty 3** (9) – serial dok.
21.55 **W okowach mrozu 3** (4)
22.55 **Superchirurdzy: szansa na życie 2** (2) – serial dok.
23.55 **Życie z PTSD** – film dok.
1.05 **Azja: kulisy produkcji**

ANIMAL PLANET HD

13.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.
14.00 **Resocjalizacja z pitbullem** – serial dok.
15.00 **Kot z piekła rodem**
16.00 **Kot z piekła rodem 7**
17.00 **Zielony patrol z Luizjany**
18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych** – serial dok.
19.00 **Mieszkanie na pniu**
20.00 **Alaska: Ostatni przystanek** – serial dok.
21.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
22.00 **Projekt akwarium** – dok.
23.00 **Resocjalizacja z pitbullem** – serial dok.
0.00 **Rekiny wśród nas** (1) – film dokumentalny

TVP DOKUMENT HD

15.00 **Król łąk** (1) – cykl dokum.
15.55 **Niezwykłe pojazdy ratownictwa i ochrony**
16.55 **Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem** (2) – serial dok.
17.55 **Sanatorium miłości 3**
18.50 **Henryk Wars – pieśniarz Warszawy** – film dokum.
20.00 **Tajemnice samolotów prezydenckich** – film dok.
21.05 **Sardynia: Tajemnicze wieże – Nuragi** – film dok.
22.10 **Lucia w pajęczej sieci** (2)
23.05 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
23.15 **Zabić czas – naukowo o nudzie** – film dokum.

POLSAT DOKU HD

10.05 **Polacy za granicą** (5, 6)
12.05 **Wojny kontenerowe 2**
13.15 **Poszukiwacze historii**
14.10 **Poza kontrolą: World Trade Center** – film dok.
15.20 **Poszukiwacze historii**
15.50 **Kosmos – niewyjaśnione tajemnice starożytności**
16.50 **Sekrety Biblii** (4) – dok.
17.50 **Świat z góry. Parki narodowe** (4) – serial dok.
18.50 **Świat z góry. Jedwabny Szlak** (3) – dok., Singapur
20.00 **Maszyny bojowe** (7, 8)
22.00 **Top Guns – SuperBroń**
22.55 **Fabryki wojny** (5) – dok.
23.55 **Kroniki Hitlera** (4) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

14.10 **Australijscy poszukiwacze złota 5**
16.05 **Drewno z Kolumbii Brytyjskiej 2** (1) – dok.
17.05 **Kowboje z zimnych wód** (9) – serial dokum.
18.00 **Klątwa umarlaka: W poszukiwaniu zaginionego złota 2** (7)
18.55 **Australijscy poszukiwacze złota 10**
21.00 **Złoto Jukonu 4** (11) – dok.
22.00 **Ciężarówką po lepsze życie** (2) – serial dokum.
23.00 **Nago, samotnie i do domu daleko** (5)
0.00 **Poszukiwacze klejnotów: Australia 2**

POLSAT VIASAT HISTORY HD

15.00 **Królowe areny: kobiety-gladiatorki**
15.45 **Sekretne życie rzymskich cesarzy** – dok.
16.25 **Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze** (2)
17.35 **II wojna światowa: cena imperium** (13) – serial dok.
18.45 **II wojna światowa – wielkie bitwy w Europie** (7) – serial dok.
19.50 **Ciemna strona starożytnej Grecji** (5)
21.00 **Naziści: korzenie zła** (22)
22.05 **Kleopatra: tajemnicza władczyni** (2) – serial dok.
23.20 **Hitler i jego władza** (2)

CI POLSAT HD

16.00 **Ferie, impreza, morderstwo 2** (8) – dok.
17.00 **Lepiej nie otwieraj drzwi** (6) – serial dokum.
18.00 **Z archiwum 997** (1, 2)
19.00 **Dowody zbrodni: ślady DNA** (4) – serial dok., USA
20.00 **Kobiety z piekła rodem**
21.00 **Dowody zbrodni: Morderstwa na bagnach** (2) – dok.
22.00 **Seryjni mordercy: zło z bliska** (2) – serial dokum.
23.00 **Sędzia Rinder: zbrodnia, której nie da się zapomnieć** (2) – serial dok.
23.55 **Kobiety, które niosły śmierć 11** (1) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 **Człowiek kontra jedzenie** (20-23) – mag.
10.10 **Brazylijskie uczty uliczne z Andym Batesem** (7-10) – dok.
12.15 **Małżeństwo w dżungli**
14.20 **Człowiek kontra jedzenie** (30) – mag. kulin.
14.55 **Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta** (9-12)
17.00 **Szokujące potrawy** (1, 2)
19.00 **Aloha, nowy dom!** (7, 8)
21.00 **Nagi instynkt przetrwania** (9) – dok.
23.00 **Kobieta na krańcu świata** (2-4) – serial dok.
0.45 **Małżeństwo w dżungli**
2.50 **Szokujące potrawy** (1, 2)

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

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA
15.00 **Myśliciele – sylwetki polskie**
15.10 **To działa. Polskie innowacje bez granic** (5) – dok., Pol.
16.00 **Zaraz wracam 2** (103) – serial obycz.
16.30 **Barwy szczęścia** (3333) – serial obycz.
17.00 **Gra słów. Krzyżówka** (1051)
17.30 **Teleexpress**
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **Oko na Wschód**
18.45 **Info Wilno** (1881)
19.05 **Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny** (123) – program inform.
19.15 **Laskowik & Malicki**
20.10 **Program informacyjny 19.30**

TVP ROZRYWKA
6.10 **Zakochaj się w Polsce** (243) – mag.
6.40 **Gra słów. Krzyżówka** (1130)
7.10 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
8.15 **Familiada** – telet.
8.50 **Va banque** (933)
9.25 **Koło fortuny** (2040)
10.00 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.35 **Program rozrywkowy**
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Matki, żony i kochanki** (13)
14.15 **Rodzinka.pl** (189, 190) – kom., Pol.
15.25 **Kabaret Letnią Porą** (5, 6) – pr. rozrywk.
17.25 **Va banque** (934)

POLSAT CAFÉ
6.00 **Przyjaciółki** (55, 56) – serial obyczajowy, Polska 2015
8.00 **Co ludzie powiedzą** (1, 2) – serial kom., Wielka Brytania 1990
9.25 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (35, 36) – reality show
12.30 **Bogaty dom – biedny dom** (130, 131) – reality show, Polska
14.30 **Kolacja w ciemno** (77, 78) – program rozrywkowy
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (42) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (308, 309) – reality show, Polska

TV 4 DVB T2
6.00 **Strażnik Teksasu** (18, 19) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (143)
8.55 **Policjantki i Policjanci** (494, 495) – serial obycz., Polska
10.55 **Na ratunek 112** (1152, 1153) – paradok.
11.55 **Dlaczego ja?** (1521, 1522) – paradok.
13.55 **Trudne sprawy** (927-929) – paradok.
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1391) – serial obycz., Polska
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (486) – reality show
19.00 **Policjantki i Policjanci** (1392) – serial obycz., Polska

TTV HD DVB T2
8.30 **Kartoteka 11** (13, 14)
10.35 **Detektywi** (11, 12)
12.35 **Zakup w ciemno 3** (37) – reality show
13.35 **Zakup w ciemno 7** (22) – reality show
14.35 **Nic do ukrycia 2** (4)
15.35 **Złomowisko PL 4**
16.45 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, sport**
17.05 **Gogglebox. Przed telewizorem 18** (7)
18.05 **Zakup w ciemno extra** (35)
18.40 **Gogglebox. Przed telewizorem 18** (8)
19.45 **Express** – pr. inform.
20.05 **Zakup w ciemno 7** (30) – reality show
21.05 **Zakup w ciemno extra** (28)
21.45 **Express** – pr. inform.

TVN STYLE HD
5.15 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (1) – reality show
5.50 **Damy i wieśniaczki. PL 8** (12) – serial fab.-dok., Polska 2024
6.45 **Pogromcy chaosu** (5) – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Ugotowani** (7, 8) – program kulinarno-rozrywkowy
13.30 **Kuchenne rewolucje** (13, 12) – program rozrywkowy
15.35 **Jestem z Polski** (1) – serial dok., Pol. 2023
16.35 **Jestem z Polski 16** (12) – serial dokumentalny, Polska

20

FANTASY



20.50 Wiedźmin (5) – Polska 2001-2002

Geralt i Yennefer zatrzymują się w Aed Gynvael. Wiedźmin najmuje się do zabicia lokalnego potwora. Yennefer spotyka się z czarodziejem, z którym łączy ją uczucie.

21.45 **Ojciec Mateusz 2** (24) – krym., Pol. 2009
22.40 **Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of** (8) – pr. rozr.
23.15 **Dziennik regionów**
23.40 **Miłosz**
0.40 **Zaraz wracam 2** (103) – serial obycz.

TELETURNIEJ



18.00 Koło fortuny (2041)

Uczestnicy programu kręcą kołem, a następnie typują litery, które być może znajdują się w haśle. Ten, kto odgadnie je pierwszy, zatrzymuje całą wygraną.

18.35 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
19.40 **Makłowicz w podróży** – mag.
20.10 **Postaw na milion**
21.10 **Kabaret Letnią Porą** (27) – pr. rozrywk.
22.10 **Rodzinka.pl** (52)
22.50 **Tak to leciało!** (63)
23.50 **Gabi Drzewiecka zaprasza** (4)

DOKUMENTALNY



20.00 Najpiękniejsze domy na wsi (1)

Leśniczówka, bacówka, dworek czy łemkowska chata – Maria Sikorska odwiedza domy położone z dala od zgiełku. Przybliża ich historie i poznaje mieszkańców.

21.00 **Rolniczki** (13) – dok.
22.00 **Bogaty dom – biedny dom** (159)
23.00 **Gry małżeńskie** (138, 139)
1.00 **Kolacja w ciemno** (80, 81) – pr. rozrywk.
3.05 **Więzienie kobiet** (104, 105) – dok., Pol.
4.00 **Zdrady** (139, 140)

KRYMINALNY



20.00 Uroczysko (191, 192) – Polska 2025

Olek musi przekazać rodzinie Konrada tragiczne wieści – 40-letni mężczyzna zginął w ogrodzie rażony prądem.

21.05 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (122)
22.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1005)
23.05 **Obrońca** – film sens., FILM USA/Niemcy/Rumunia 2004, 115 min
1.00 **Love Island. Wyspa miłości** (23)
2.10 **Hardkorowy lombard 2** (16)

DOKUMENTALNY



22.00 Nic do zgłoszenia 6 (7) – Polska 2025

W Małaszewiczach funkcjonariusze znaleźli towar wart miliony. W Medyce natomiast pasażerka próbowała przekroczyć granicę z produktami odzwierzęcymi.

23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 22** (2)
0.00 **Fachowcy 2** (10) – serial paradokum.
0.45 **Żony Podlasia 3** (5)
1.45 **Niebezpieczne dzielnice** (4) – dok.
2.25 **Nauka jazdy 5** (6)
3.00 **Szpital** (923)
4.00 **Szkoła** (805)

ROZRYWKOWY



17.40 Kuchenne rewolucje (2, 11, 12)

Magda Gessler odwiedza Wrocław. Beata prowadzi tu restaurację American Dream. Do lokalu przychodzi coraz mniej klientów, na co znacząco wpłynęła pandemia.

20.50 **Ostre cięcie 11** (2)
21.50 **Jestem z Polski 14** (15) – serial dokum.
22.50 **Jestem z Polski** (5)
23.45 **Hotel Paradise 6** (17, 18) – reality show
1.45 **Śluby marzeń** (1)
2.45 **Co nas truje** (12, 2)
4.20 **Zrób coś z tym dzieckiem** (4) – mag.

TVP HD HD
10.45 **Gra słów. Krzyżówka**
11.20 **Na sygnale** (637, 638)
12.25 **Ojciec Mateusz 5** (69)
13.20 **Komisarz Alex 3** (33)
14.15 **Ranczo 5** (65) – obycz., Pol.
15.15 **Ranczo 6** (66) – obycz., Pol.
16.10 **Górna półka smaku** (16)
16.40 **Przystanek slow food 3**
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 24** (311)
19.20 **Ranczo 6** (75) – obycz., Pol.
20.10 **Rodzinka.pl** (277, 278)
21.25 **Ojciec Mateusz 32** (408)
22.20 **Morderstwa w Montauban** – FILM film krym., Fr. 2024, 105 min
0.05 **Syn** (5) – serial obyczajowy

TVS HD
15.45 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel** – krym., Austria
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny** – serial obycz.
19.50 **Rosamunde Pilcher: Przypływy miłości** – FILM film obyczajowy, Niemcy/Austria 2009, 120 min
21.50 **Rosamunde Pilcher: Miłość na pierwszą stronę** – FILM film obyczajowy, Niemcy 2023, 105 min
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

ZOOM
8.00 **Strażnik Teksasu 9** (2, 3)
9.50 **MacGyver 2** (20, 21)
11.55 **Pułapki umysłu 7** (3)
13.00 **Wojny magazynowe: Kanada 2** (9, 10)
14.10 **Pod pokładem 11** (16)
15.25 **Sensacje XX wieku** (30)
16.35 **Dynamo: Więcej niż magia** (1) – dok., Wlk. Bryt.
17.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
20.00 **Kobra – oddział specjalny 23** (14, 15)
22.00 **Pod pokładem 11** (17)
23.00 **Magia nagości. Polska 4**
0.05 **Magia nagości 5** (5) – rozr.
1.20 **Magia nagości. Niemcy**
2.25 **Kabaretowe przeboje 3**

TLC HD
13.00 **Niepokonani** (9, 10) – dok.
15.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 7**
16.00 **Historie wielkiej wagi**
18.00 **Pokonać otyłość** (1)
19.00 **Wiza na miłość: Romans na Karaibach 3**
20.00 **Mali ludzie, wielka rodzina 11** (9) – serial dok.
21.00 **Rodzina 10+ 8** (11) – rozr.
22.00 **Kiedy dzieci mają dzieci 7** (11) – serial dok.
23.00 **Transplantacja: drugie życie** – serial dokum.
0.00 **Dr Pryszczylla – kulisy**
1.00 **Mali ludzie, wielka rodzina 11** (9) – serial dok.

C+ KUCHNIA HD
14.50 **Włoskie życie Sophie Grigson 2** (9, 10) – dok.
15.40 **Letnie inspiracje** (4)
15.45 **Z pola na stół 2** (1, 2)
16.40 **Jamie Oliver: jedz na zdrowie** (2) – dok.
17.35 **Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień**
18.30 **Maximum Foodie 4** (5)
18.55 **M jak mięso 5** (6) – dok.
19.25 **M jak mięso 8** (3, 4) – dok.
20.15 **Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia** (6) – program rozrywkowy
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 10**
23.55 **M jak mięso 10** (4, 5)
0.45 **David w Europie 2** (4, 5)

TVN TURBO HD
13.00 **Zawodowi handlarze**
14.30 **Wojny samochodowe**
16.30 **Jeździć, obserwować**
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Zawodowi handlarze**
19.00 **Moto kombat** (6) – mag.
19.45 **Duda kontra Szafrański** (10) – program rozrywkowy
20.30 **Prawko na świecie. Jazda bez zasad** (2) – rozr.
21.15 **Z drugiej ręki** (10) – mag.
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.16 **Jeździć, obserwować**
23.45 **Naprawy nie do naprawy** (3) – mag.
0.25 **Nauka jazdy** (20) – pr. rozr.
0.55 **Wojny samochodowe** (4)
1.55 **Wypad z kraju** (3) – rozr.

NOWA TV DVB T
9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (11) – kom., Pol.
10.00 **Miodowe lata** (10) – kom.
10.30 **Więzienie** (115) – dok., Pol.
11.00 **Poirot 12** – serial krym.
15.00 **Świat według Bundych 7** (154-157)
17.00 **Świat według Bundych 8** (158, 159)
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (8) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (4-7) – kom.
21.00 **Zdrady** (2) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (36, 37, 101) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (81, 82)
3.50 **Wehikuł czasu** (630, 629)
4.00 **Sala operacyjna** (12, 13)

METRO
8.30 **Szpital** (774, 775)
10.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (343, 344)
12.30 **Szkoła** (712) – paradok.
13.30 **Brzydula** (19, 20) – kom.
14.35 **Kiedy ktoś kocha bardziej** (9) – serial obycz.
15.45 **The Floor** (13, 14) – telet.
17.00 **Fani czterech kółek 17**
18.00 **Prawo Agaty 6** (11)
19.00 **Kartoteka** (10, 11)
21.05 **Kryminalni 2** (8, 9) – krym.
23.15 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11** (4) – krym.
0.15 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4** (11) – dok.
1.20 **Szpital** (767) – paradok.
2.20 **Szkoła** (522, 523)

ANTENA HD DVB T2
11.50 **Klątwa Wyspy Dębów 6**
13.45 **Australijscy poszukiwacze złota 2**
15.45 **Wojny kontenerowe**
16.50 **77 TV 3** (1, 3) – pr. rozrywk.
18.50 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (3) – serial kryminalny
20.00 **Alex Hugo – górski detektyw** (6) – serial krym.
22.05 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (8) – serial kryminalny
23.20 **Detektywi z Bordeaux 4** (7) – serial krym., Fr./Belgia
0.30 **Polska. Największe tajemnice 2** (5) – pr. rozr.
1.40 **Celnicy 3** (3, 4) – dok.

WP DVB T
12.00 **Wariaci za kierownicą 5**
13.00 **Makłowicz w podróży**
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3** (19-21) – dok.
16.50 **Pogoda** (58) – pr. inform.
17.00 **Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 4** (2) – serial kryminalny, Fr. 2019
19.00 **Policjanci z sąsiedztwa 5** (15) – dok.
20.00 **Policjanci w akcji** (7)
21.00 **Policjanci z sąsiedztwa 5** (18) – dok.
21.55 **Pogoda** (58) – pr. inform.
22.00 **Mistrzowie Kabaretu 5**
23.00 **Mistrzowie Kabaretu** (5)
0.05 **Mistrzowie Kabaretu 7**
1.00 **Kabaret na żądanie** (2)

C+ DOMO HD
11.55 **Po pierwsze: lokalizacja!** (1) – dok.
12.50 **Gardeners' World 16** (30)
14.05 **Cudotwórcy 7** (24) – mag.
15.00 **Kupcie sobie zamek! 2**
15.55 **Porządek musi być** (5, 6)
16.50 **Gardeners' World 14** (1)
18.00 **Ucieczka na wieś 22** (6)
18.55 **Wielkie projekty: nasza ulica 3** (5) – dok., Wlk. Bryt.
20.00 **Daleko od miasta 15**
21.00 **Cudotwórcy 7** (25) – mag.
21.55 **Wielkie projekty: Australia 10** (3) – dok.
22.50 **Wakacyjne domy na wynajem** (7, 8) – dok.
0.45 **Po pierwsze: lokalizacja!** (3) – dok.

HGTV HD
11.05 **Zarobić na remoncie 6**
11.36 **Usterka 11** (4, 5)
13.05 **Zbudujemy fajny dom 2**
14.00 **Zbudujemy większy dom** (2) – program rozrywk.
15.00 **Mieszkanie na miarę**
17.00 **Polowanie na ogród 7**
18.10 **Będzie pięknie** (7) – rozr.
19.05 **Zgłoś remont 4** (3) – rozr.
20.05 **Dorota inspiruje 3** (6)
21.00 **Dorota was urządzi!**
22.30 **House Hunters – Poszukiwacze domów 7** (1-4) – pr. rozr.
0.40 **Kupujemy dom na plaży 29** (1, 2) – dok.
1.35 **Remontujemy dom na plaży 5** (18) – pr. rozr.

P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (293) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (913, 914) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 **Sekrety rodziny** (363-365) – serial paradokum., Pol. 2024
11.30 **Trudne sprawy** (943) – serial paradokum.
12.30 **Dlaczego ja?** (1516, 1517) – serial paradokum.
14.30 **Świat według Kiepskich** (499-503) – serial kom., Pol. 2016
17.00 **48h. Zaginieni** (143, 144) – serial kryminalny, Pol. 2022
19.00 **Gliniarze** (989) – serial paradokum.

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 **Wydarzenia**
6.45 **SuperLudzie Extra** (60) – magazyn
6.55 **Na ratunek 112** (698, 699) – paradok.
7.55 **Doktor Martin** (43, 44) – serial obycz.
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **SuperLudzie 2** (29, 30) – serial dok.
11.30 **Świat według Kiepskich** (429-432)
13.30 **Bitwa o palety** (21)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6** (57)
16.00 **Ninja Warrior Polska** (29)
17.55 **Świat według Kiepskich** (499, 500, 543, 544)
20.00 **Złomiarze** (2) – dok.

TV 6 DVB T

6.00 **Więzienie** (146, 147)
6.55 **Policjantki i Policjanci** (693, 694) – serial obycz., Polska
8.50 **Kobra – oddział specjalny** (12, 13) – serial sens., Niemcy
10.55 **48h. Zaginieni** (124-126) – krym., Pol.
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1192) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (29, 30)
15.55 **Kobra – oddział specjalny** (14, 15) – serial sens., Niemcy
18.00 **Strażnik Teksasu** (20, 21) – serial sens.
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (185, 186) – krym., USA/Kanada

BBC FIRST HD

6.55 **Śledztwa siostry Bonifacji: odcinek świąteczny 2023** – film krym., 105 min
8.40 **Lewis 4** (3) – krym.
9.40 **Ojciec Brown 13** (7)
10.40 **Śmierć pod palmami 15** (3)
11.45 **Zagadki doktora Blake'a 2** (6) – krym.
12.55 **Śledztwa siostry Bonifacji 3** (1, 2)
14.55 **Ojciec Brown 7** (1)
15.55 **Lewis 4** (3) – krym.
17.00 **My Life is Murder 2** (5) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 20** (3)
19.55 **Śmierć pod palmami 15** (4) – serial kryminalny
21.00 **Harry Wild 4** (4)

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

10.20 **Bajki Bolka i Lolka** (11, 12) – serial anim.
10.45 **Rodzina Treflików**
11.10 **Odo** (10-12) – anim.
11.35 **Stacyjkowo**
11.55 **Pszczółka Maja** (4)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
13.00 **Zagadki zwierzogromadki** (14) – mag. dla dzieci
13.20 **Tru i Tęczowe Królestwo** (4) – anim.
13.50 **Świnka Peppa**
14.10 **Pająk Lucas 2** (7, 8)
14.30 **Oli i Luna** (7, 8)
14.55 **Oktonauci** (7, 8)
15.20 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (4) – mag.
15.40 **Billy – chomik, który został kowbojem** (3, 4) – serial anim., Fr.
16.05 **Pat i świat** (10-12)

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**

KRYMINALNY



20.00 **Ślad** (65) – Polska 2019

Dwie młode kobiety zostają porwane przez maniaka seksualnego. Przestępca gwałci jedną z nich, a drugiej udaje się uciec. Dziewczyna opowiada o zdarzeniu policji.

21.00 **Gliniarze** (784)
22.00 **Łowca pedofilów** (168) – serial dokum.
23.00 **Świat według Kiepskich** (349, 350)
0.00 **Ślad** (88) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (7)
2.05 **Wydarzenia**
2.55 **Ewa gotuje** (542)
3.25 **Śluby gwiazd** (27)

KOMEDIA



21.00 **Wieczorówka** – USA/Chiny 2018, 145 min

Pechowiec Teddy pracuje jako sprzedawca. Po niefortunnym wypadku w sklepie mężczyzna postanawia zmienić swoje życie. Aplikuje do szkoły wieczorowej.

23.25 **Ryzykanci** – dramat sensacyjny, USA 1997, reż. Tsui Hark, 110 min
1.15 **Świat według Kiepskich** (89, 113, 127, 361, 362) – serial komediowy, Polska
3.55 **Nasz nowy dom** (235, 236) – reality show, Polska 2021

KRYMINALNY



21.55 **Czarna lista** (18) – USA 2013

Red wraz z zespołem szuka likwidatora szkód, za którego namową ludzie stają się zabójcami do wynajęcia. Jednocześnie wraz z Liz stara się odkryć sekrety Toma.

22.55 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (699, 700) – krym., Pol.
1.05 **Kości** (99, 100) – krym.
3.00 **Cobra Kai** (21) – serial przygodowy, USA 2018
3.40 **Septagon** (88, 89)
5.45 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

KRYMINALNY



22.00 **Luther 5** (3, 4) – Wielka Brytania 2018

Młoda kobieta zostaje uprowadzona. Więzi ją poszukiwany przez wszystkich morderca. Luther dowiaduje się, że jego przyjaciel znajduje się w niebezpieczeństwie.

0.15 **McDonald i Dodds 2** (1) – serial kryminalny
2.05 **Śmierć pod palmami 15** (4) – serial kryminalny
3.10 **Morderstwa w Midsomer 20** (3) – krym., Wlk. Bryt. 2018
4.45 **Moja rodzinka 2** (4)
5.15 **Ojciec Brown 13** (7)

ANIMOWANY



16.35 **Rev i Roll** (35, 36) – Kanada 2018

Rev dowiaduje się od taty, że na dnie stawu spoczywa zaginiony skarb. Chłopiec wyrusza na poszukiwanie tych kosztowności.

17.05 **Pszczółka Maja** (7, 8)
17.30 **Petronix: Obrońcy zwierząt** (7, 8)
18.00 **Kucharz Shane**
18.25 **Leo da Vinci 2**
19.00 **Ptyś i Bill**
19.10 **Czarodziejskie miasteczko Pinokia**
19.25 **Piotruś Królik**
19.45 **Wegezaury 2**
19.50 **Lupin wśród bajek**

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.
2.50 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
3.10 **Akademia ogrodnika** – mag.

POLSAT PLAY HD

6.00 **Dorwać tuńczyka** (3-5)
9.00 **Wojny magazynowe 15**
10.00 **Wojny kontenerowe**
11.00 **Hardkorowy lombard**
14.00 **Polacy za granicą**
15.55 **Złomiarze** (21, 22) – dok.
17.55 **Poszukiwacze historii** (142, 143) – serial dokum.
19.55 **Zakochana w Hitlerze** – film dok., Francja 2007
21.05 **Tajna historia XX wieku** (45, 46) – serial dokum., Pol.
22.00 **Poszukiwacze historii** (245) – serial dokumentalny
22.30 **Kołowrotek** (233) – mag.
23.10 **Wakacje z Bałtykiem** (56-58, 1-7) – serial dokum.
4.10 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

9.20 **Co nas truje** (4-6) – rozr.
11.35 **Człowiek kontra jedzenie** (25-27) – mag.
13.05 **Sąsiedzi kontra sąsiedzi**
14.05 **Akcja: Restauracja!** (9)
15.05 **Pojedynek na grille** (3)
16.05 **Kuchenne rewolucje** (1)
17.05 **Sexy kuchnia Magdy Gessler** (2) – mag. kulin.
17.40 **MasterChef** (8) – pr. rozr.
19.10 **Dziecięce mistrzostwa wypieków 11** (2)
20.10 **Bójka na plaży 2** (4)
21.10 **24/24** (2) – maraton kulin.
22.15 **Pyszne miejscówki** (12)
23.15 **Akcja: Restauracja!** (9)
0.15 **Człowiek kontra jedzenie** (11-13) – mag.

POLSAT RODZINA HD

13.00 **Rodzina zastępcza** (207, 208) – kom., Pol. 2005
14.55 **Największe maszyny rolnicze** – film dokum.
16.05 **Cuda współczesnej techniki: Dziwne maszyny** – film dok., 2011
17.05 **Pingwiny z Madagaskaru** (38, 39)
18.05 **Pingwiny z Madagaskaru 3** (1, 2)
19.00 **Rodzina zastępcza** (300) – serial komediowy, Polska
20.00 **Miodowe lata** (5, 6, 91)
22.00 **Nasz nowy dom**
23.55 **Śmierć studentów – tajemnica Przełęczy Diatłowa** – film dokum., Fr.

BBC LIFESTYLE HD

11.30 **Wielkie brytyjskie wypieki 12** (7, 8) – pr. rozr.
13.40 **Wielkie projekty: Dom Roku 7** (4) – pr. rozrywk.
14.40 **Mistrzowie szycia 11** (5)
15.40 **Zapraszam do stołu 22**
17.40 **Hiszpański remont Amandy i Alana** (3, 4)
18.50 **Mistrzowie ceramiki 4**
19.50 **Wielkie brytyjskie wypieki 12** (9) – pr. rozr.
21.00 **Koreańska uczta Eda i Ryu** (4) – dok., Wlk. Bryt.
22.00 **Niebezpieczny seks** (1)
23.00 **Wstydliwe choroby: Nastolatki 2** (2) – dok.
0.00 **Kuchenne koszmary USA 8** (1, 2) – serial dok.

NICK JR. HD

16.40 **Psi Patrol 6** (26) – anim.
17.00 **Rubble i jego ekipa 2** (15)
17.30 **Pan Krokodyl 2** (3) – anim.
18.00 **Barbapapa i jego rodzinka** (18) – serial anim.
18.30 **Tim Rex wśród gwiazd 2** (3) – anim., Wlk. Bryt./Dania
18.55 **Przygody Misia Paddingtona 2** (20)
19.25 **Przygody Misia Paddingtona** (15) – anim.
20.00 **Świnka Peppa 4** (24-26)
20.15 **Świnka Peppa** (1, 2)
20.30 **Małe Królestwo Bena i Holly** (4) – serial anim.
21.00 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (3-5) – anim.
22.20 **Psi Patrol 7** (14-16) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.10 **Więcej „Wydarzeń"** – inf.
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Punkt widzenia Szubartowicza** – pr. publ.
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – publ.
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.

TVP KOBIETA DVB T2

13.00 **Na dobre i na złe** (574)
13.55 **Zadziwiający świat chrząszczy** – film dokum.
15.00 **Rosół polski** (29) – mag.
15.30 **Ojciec Mateusz 34** (437, 438) – krym., Pol. 2025
17.30 **Tajemnice królewskiej posiadłości** – film dokum.
18.30 **Lato z Radiem i Telewizją Polską**
19.30 **Miłość i nadzieja** (290)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (271) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (263) – obycz.
22.30 **Rodziny się nie wybiera** – komedia, Francja 2018, reż. Dany Boon, 115 min

E! ENTERTAINMENT HD

10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (11, 12)
14.20 **Tyler Henry – medium z Hollywood** – pr. rozrywk.
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (17, 18)
20.30 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (11) – pr. rozr.
22.30 **Plastyczna fuszerka**
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (11, 12)
3.00 **Plastyczna fuszerka**

TV TRWAM DVB T

17.55 **Poczet wielkich Polaków** – pr. hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone** – pr. publ.
19.30 **Każdy maluch to potrafi** – program dla dzieci
19.45 **Modlitwa** – religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Rotmistrz Pilecki. Ofiarowanie** – spektakl teatralny, Polska 2024

BBC BRIT HD

11.30 **Satoshi. Tajemnicze zaginięcie twórcy bitcoina** – dok., Wlk. Bryt.
12.30 **Top Gear 7** (2) – mag.
13.35 **Warsztat Hammonda 5**
14.35 **Cuda inżynierii 6** (5)
15.40 **Najsłabsze ogniwo 3** (2)
16.45 **Satoshi. Tajemnicze zaginięcie twórcy bitcoina** – dok., Wlk. Bryt.
17.50 **Top Gear 7** (3) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii 6** (5)
20.00 **Elon Musk Show** (1)
21.00 **Cuda inżynierii kolejowej** (2) – serial dok.
22.00 **Ikony motoryzacji 2** (4)
23.00 **Top Gear 7** (2) – mag.
0.05 **Najsłabsze ogniwo 3** (2)

MINI MINI+ HD

11.25 **Baczne oczka** (4-7)
11.55 **Marta mówi** (36, 37)
12.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
12.59 **Marta mówi** (38, 39)
13.55 **Moje urodziny** – dla dzieci
14.00 **Basia** (12, 13) – anim., Pol.
14.24 **Basia 2** (1-3) – anim., Pol.
15.10 **Kicia Kocia 2** (8-12)
15.55 **Blaze i megamaszyny**
17.20 **Staś i fajna Babcia**
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.57 **Staś i fajna Babcia** (5)
18.15 **Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia** (11, 12) – serial anim., Jap.
18.40 **Dora i przyjaciele** (5, 6)
19.35 **Kicia Kocia 2** (8-12)
20.25 **Mały Charlie** (8-12)

TVP 3 DVB T2

12.30 **Rączka gotuje**
13.00 **Agrobiznes**
13.20 **Agropogoda**
13.30 **Bez retuszu**
14.20 **Poznaj region**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Całkiem niezła historia**
19.45 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.13 **Gość Regionów** – pr. publ.
20.30 **Telekurier** – mag., Polska
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.30 **Złoty chłopak** (184) – serial obycz., Turcja 2022

Warto zobaczyć

12.05 FILMBOX+ HITS
Coco Chanel
BIOGRAFICZNY Krawcowa zostaje kochanką oficera. Dzięki niemu poznaje ludzi z wyższych sfer. To początek drogi na szczyt świata mody. *Reż.: Anne Fontaine, A: Audrey Tautou, Benoît Poelvoorde, Marie Gillain Francja 2009* **120 min ► do godz. 14.05**

14.05 ALE KINO+
Opadające liście
KOMEDIODRAMAT Ansa pracuje w sklepie, a Holappa zarabia na budowie. Drogi tych dwojga krzyżują się przypadkiem na imprezie karaoke. *Reż.: Aki Kaurismäki, A: Martti Suosalo, Alma Pöysti, Alina Tomnikov Niemcy 2023* **105 min ► do godz. 15.50**

15.40 TVP KULTURA
Personel
OBYCZAJOWY Romek rozpoczyna pracę jako teatralny krawiec. Przed premierą dyrektor proponuje mu podpisanie donosu na przyjaciela. *Reż.: Krzysztof Kieślowski, A: Juliusz Machulski, Włodzimierz Boruński Polska 1975* **85 min ► do godz. 17.05**

17.00 TVN FABUŁA
Liga potworów
ANIMOWANY Ludzie i monstra żyją obok siebie. Potwór Steve chce zostać mistrzem zapasów. W realizacji ambicji pomaga mu przyjaciółka. *Reż.: Hamish Grieve, D: Marianna Zydek, Przemysław Bluszcz USA 2022* **120 min ► do godz. 19.00**

18.00 C+ FILM
Jutro będzie nasze
KOMEDIODRAMAT Powojenny Rzym. Upokarzana szwaczka Delia postanawia zawalczyć o lepszy los dla swojej córki oraz innych kobiet. *Reż.: Paola Cortellesi, A: Paola Cortellesi, Romana Maggiora Vergano Włochy 2023* **115 min ► do godz. 19.55**

19.00 POLSAT FILM
Alfa
PRZYGODOWY Epoka lodowcowa. Zaatakowany przez wilki syn wodza, Keda, rani jednego z drapieżników. Postanawia oswoić zwierzę. *Reż.: Albert Hughes, A: Kodi Smit-McPhee, Jens Hultén, Natassia Malthe USA/Kan. 2018* **120 min ► do godz. 21.00**

20.00 TVN FABUŁA
Grawitacja
THRILLER SF Prom kosmiczny NASA zostaje uszkodzony przez szczątki rosyjskiego satelity. Dwoje ocalałych astronautów walczy o życie. *Reż.: Alfonso Cuarón, A: Sandra Bullock, George Clooney, Ed Harris USA/Wlk. Bryt. 2013* **120 min ► do godz. 22.00**

20.00 FILMBOX+ HITS
Winner
BIOGRAFICZNY Tłumaczka i analityczka wojskowa Reality Winner ujawnia mediom tajne informacje. Zostaje uznana za szpiega. *Reż.: Susanna Fogel, A: Emilia Jones, Connie Britton, Zach Galifianakis Kanada/USA 2024* **115 min ► do godz. 21.55**

→ filmowe hity



Tajemnicze monstrum ucieka naukowcom. Zaczyna siać spustoszenie.





20.50 TVN
Godzilla

SCIENCE FICTION **Ludzie są świadkami niezwykłego starcia. Naprzeciw siebie stają dwa potwory.**

HIT DNIA Rok 1954. W trakcie testów nuklearnych z oceanu wyłania się gigantyczna istota. 45 lat później naukowcy badają szkielet zwierzęcia nieznanego gatunku. Podczas prac na terenie japońskiego reaktora jądrowego dochodzi do wypadku. Ginie Sandra Brody, wysłana na miejsce przez męża Joego. Rok 2014. Syn Brodych, Ford, wraca z zagranicznej misji. Dowiaduje się, że jego ojca zatrzymano podczas próby wtargnięcia na teren objętej kwarantanną elektrowni atomowej. Wdowiec wyjaśnia okoliczności śmierci żony. Podejrzewa, że do awarii reaktora nie doszło z powodu anomalii sejsmicznych, jak twierdzono. Wychodzi na jaw, że doktor Serizawa i jego współpracownicy prowadzą tajne badania nad monstrum. Kiedy stwór się uwalnia, do pojedynku z nim staje Godzilla. HD **155 min ► do godz. 23.25**

USA/Jap. 2014 **Reż.:** Gareth Edwards **Wyst.:** Aaron Taylor-Johnson, Ken Watanabe, CJ Adams, Bryan Cranston



20.00 TVN 7
Głowa rodziny
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.: Alison Brie
USA/Kan. 2016 HD **140 min ► do godz. 22.20**



20.00 TV PULS
Pole rażenia
THRILLER Pittsburgh. Policjant z patrolu rzecznego Tom Hardy (Bruce Willis) na własną rękę tropi seryjnego mordercę, którego ofiarami są kobiety. W śledztwie pomaga mu Jo Christman (Sarah Jessica Parker).

Reż.: Rowdy Herrington Wyst.: Dennis Farina
USA 1993 HD **125 min ► do godz. 22.05**



20.00 STOPKLATKA
Święty
SENSACYJNY Miliarder chce przejąć władzę w Rosji dzięki wynalazkowi dr Russell (Elisabeth Shue). Zleca Simonowi (Val Kilmer), by wykradł wyniki jej badań. Gdy złodziej dowiaduje się, do czego mają służyć, krzyżuje plan szaleńca.

Reż.: Phillip Noyce Wyst.: Elisabeth Shue
USA 1997 HD **155 min ► do godz. 22.35**



22.15 POLSAT
Policja zastępcza
KOMEDIA SENSACYJNA Nowojorscy detektywi, porywczy Terry (Mark Wahlberg) i leniwy Allen (Will Ferrell), po śmierci kolegów zyskują szansę, by się wykazać. Trafiają na trop afery, w którą zamieszany jest pewien bogacz.

Reż.: Adam McKay Wyst.: Samuel L. Jackson
USA 2010 HD **145 min ► do godz. 0.40**



22.30 TVP KOBIETA
Figurant
OBYCZAJOWY Kraków. Wychowany w sierocińcu młody fotograf (Mateusz Więcławek) nienawidzi religii. Wstępuje do SB, by zaspokoić swoją ambicję. Ma zlustrować biskupa Wojtyłę. Dla kariery przesuwa granice moralności.

Reż.: Robert Gliński Wyst.: Marianna Zydek
Polska 2023 **125 min ► do godz. 0.35**



23.00 TV 4
Samolot z forsą
SENSACYJNY Jack (Adam Copeland) i jego kompani otrzymują zlecenie obrabowania kasyna na pokładzie samolotu. Hazardowi oddają się tam najgroźniejsi przestępcy. Złodzieje mają przejąć rezerwy kryptowaluty i gotówkę.

Reż.: Andrew Lawrence Wyst.: Thomas Jane
USA 2020 HD **110 min ► do godz. 0.50**

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

→ filmowe hity



Skłócona para musi współpracować, aby wyjść cało z opresji. Nie będzie to łatwe zadanie.

19.55 POLSAT

Dorwać byłą

KOMEDIA ROMANTYCZNA Łowca nagród ma schwytać swoją eks. Przewrotny los sprawia, że staje po jej stronie.

HIT DNIA Milo Boyd, były funkcjonariusz, jest łowcą nagród. Ledwie wiąże koniec z końcem. Teraz dostaje zadanie, które ma położyć kres kłopotom. Kusi go nie tylko perspektywa zarobku, lecz także fakt, że może dopiec byłej żonie, dziennikarce Nicole, którą ma doprowadzić przed sąd. Intratne zlecenie okazuje się początkiem kłopotów. Wychodzi na jaw, że kobieta wpadła na trop afery korupcyjnej w policji. Dawni partnerzy nie mają wyjścia – jeśli chcą wyjść cało z intrygi, muszą połączyć siły przeciw wspólnym wrogom. HD 140 min ▶ do godz. 22.15

USA 2010 **Reż.:** Andy Tennant **Wyst.:** Gerard Butler, Jennifer Aniston, Gio Perez, Joel Garland, Jason Kolotouros

→ sport



14.30 POLSAT SPORT 1

Wimbledon

TENIS LIVE Rok temu Iga Świątek wygrała Wimbledon. Udowodniła w ten sposób, że potrafi zwyciężać także na niezbyt lubianych przez nią kortach trawiastych. Do obrony tytułu trzecia obecnie rakieta świata przygotowywała się, tak jak rok temu, na Majorce. HD 120 min ▶ do godz. 16.30



17.50 TVP 2

Mistrzostwa świata 2026

PIŁKA NOŻNA LIVE W Atlancie o występ w 1/8 finału zawalczy zwycięzca grupy L, którym może być Anglia. W teorii zespół ten nie czeka trudne zadanie. Zmierzy się bowiem z ekipą z 3. miejsca w grupie E, H, I, J lub K. HD 175 min ▶ do godz. 20.45

→ rozrywka



10.00 HGTV

Poszukiwacze domów: Australia

LIFESTYLE Kolejne osoby chcą kupić wymarzony dom, który najlepiej odpowiada im potrzebom. Uczestnicy oglądają trzy różne propozycje, robią szczegółowy bilans zalet i wad, a później zastanawiają się nad kompromisami. HD 30 min ▶ do godz. 10.30



22.00 DISCOVERY CHANNEL

Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata

REALITY SHOW Pasjonaci surwiwalu rywalizują w wycieńczających 40-dniowych zawodach. Zespoły reprezentują różne kraje. Zagrożenie stanowią m.in. afrykańskie drapieżniki. HD 120 min ▶ do godz. 0.00



21.05 TVP KULTURA

Lęk

OBYCZAJOWY Małgorzata (Magdalena Cielecka) choruje na raka. Zamierza poddać się eutanazji. W drodze do szwajcarskiej kliniki towarzyszy jej siostra, Łucja (Marta Nieradkiewicz), która chce namówić ją do zmiany zdania.

Reż.: Sławomir Fabicki Wyst.: Sabine Timoteo
Polska 2023 HD 105 min ▶ do godz. 22.50



22.05 TV PULS

Czarny pies

SENSACYJNY Jack (Patrick Swayze) ma przewieźć ładunek. Odkrywa, że transportuje ukrytą broń, a wspólnik zleceniodawcy zamierza przejąć towar. Kiedy próbuje się wycofać z umowy, szef uprowadza jego rodzinę.

Reż.: Kevin Hooks Wyst.: Meat Loaf
USA/Fr. 1998 HD 110 min ▶ do godz. 23.55



21.50 TVP 1

Mistrzostwa świata 2026

PIŁKA NOŻNA LIVE Belgowie rozpoczęli mundial od remisu z Egiptem (1:1). Jeśli w starciach z Iranem i Nową Zelandią unikną wpadki, powinni wystąpić w tym meczu 1/16 finału w Seattle jako zwycięzca grupy G. HD 160 min ▶ do godz. 0.30



22.00 DISCOVERY HISTORIA

Wyścigi po antyki

REALITY SHOW Handlarze udają się na poszukiwania ozdoby pasującej do dużej przestrzeni kuchennej. Muszą także znaleźć wyjątkową dekorację na stół, która zachwyci gości weselnych. HD 60 min ▶ do godz. 23.00



23.00 SUPER POLSAT

Na południe od nieba

KRYMINALNY Warunkowo zwolniony z więzienia Jimmy (Jason Sudeikis) przysięga zapewnić Annie (Evangeline Lilly), umierającej na raka ukochanej z dzieciństwa, najlepszy ostatni rok jej życia.

Reż.: Aharon Keshales Wyst.: Mike Colter
USA 2021 HD 145 min ▶ do godz. 1.25



23.25 TVN

Strzelec

SENSACYJNY Były snajper Bob (Mark Wahlberg) ma wytropić kolegę po fachu, który planuje zamach na prezydenta USA. Podczas akcji zostaje wrobiony w zabójstwo arcybiskupa. Poznaje mroczne oblicze polityki.

Reż.: Antoine Fuqua Wyst.: Michael Pena
USA 2007 HD 150 min ▶ do godz. 1.55



21.50 C+ SPORT

ONE Friday Fights 160

SPORTY WALKI Retransmisja gali, która odbyła się 26 czerwca w Bangkoku. W jednej z walk zmierzyli się Asadula Imangazaliev i Aslamjon Ortikov. Jej stawką był tytuł mistrza świata muay thai w wadze muszej. HD 65 min ▶ do godz. 22.55

→ dokument



21.00 HISTORY

David Duchovny: archiwum tajemnic 2

REPORTAŻ Kulisy tajnych operacji, w których kluczową rolę odgrywają spryt i technologia. Wśród omawianych tematów będą drony sterowane AI. HD 60 min ▶ do godz. 22.00

TVP 1 HD DVB T2

5.50 Akacjowa 38 (887) – telenowela, Hiszpania 2015
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.30 Rodzina (nie od) święta
8.00 Serwis Info – program inform.
8.10 Pogoda Info
8.20 Janosik (2) – przyg., Polska 1973
9.15 Ranczo 6 (70) – obycz., Pol. 2012
10.10 Komisarz Alex 6 (78) – serial kryminalny, Polska 2014
11.05 Ojciec Mateusz 15 (188) – serial kryminalny, Polska 2016
12.00 Serwis Info – program inform.
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12.25 Agropogoda – program inform.
12.40 Kazimierskie granie – relacja z Festiwalu Kapel i Śpiewaków Ludowych
13.00 Relacja z greckokatolickich uroczystości św. Piotra i Pawła w Chrzanowie
14.00 Złoty chłopak (324) – serial obyczajowy, Turcja 2022
15.00 Serwis Info – program inform.
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1057) – teleturniej
16.00 Dziedzictwo (965) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Jaka to melodia? – telet. muz.
18.05 Reporterzy – mag. reporterów
18.25 Akacjowa 38 (902) – telenowela, Hiszpania 2015
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.
20.00 Koncert
21.25 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio LIVE

TVP 2 HD DVB T2

5.30 M jak miłość (1785) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 Pożyteczni.pl – magazyn
6.55 Barwy szczęścia (3344) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.30 Rodzinka.pl (27, 28): Powrót do szkoły; Urocze nastolatki – serial komediowy, Polska 2011
12.35 Koło fortuny (1876) – teleturniej
13.15 Panna młoda (134) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 Va banque (1001) – teleturniej
14.35 Na sygnale (866): Nadmierna troska, grzech zaniechania – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
Zespół doktora Góry próbuje pomóc choremu z demencją i zapaleniem płuc, który zamknął się w mieszkaniu i zasłabł. Róża i Romek trafiają na kobietę z niewydolnością krążeniowo-oddechową i skoliozą.
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (423) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
Samobójcza śmierć Jimeny budzi ogromne poruszenie wśród służących. Curro oświadcza Martinie, że już jej nie kocha. Don Romulo proponuje Ricardowi, że zatrudni jego syna na stanowisku lokaja.
16.00 Koło fortuny (1877) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.15 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio LIVE

POLSAT HD DVB T2

4.40 Disco Gramy
5.25 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.30 Malanowski i partnerzy (312, 313): Uciekinier; Drugie życie – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
9.30 Trudne sprawy (1243, 1244) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.35 Gliniarze (860, 861) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.40 Dlaczego ja? (1490, 1491) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Po odejściu męża Wioletta zostaje bez środków do życia. Podejmuje pracę u wdowca Adama jako gospodyni domowa. Ten każe nosić określone ubrania i udawać, że ma na imię Grażyna. Z czasem kobieta zauważa, że jest bardzo podobna do zmarłej żony mężczyzny.
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.25 Interwencja – magazyn reporterów
16.40 Gliniarze (1057, 1058) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Podpalono jacht transportujący kokainę. Wkrótce ktoś próbuje wysadzić w powietrze pododdział antyterrorystów. Trop wiedzie do Warszawy. Policjantka z Pomorza prosi CBP o pomoc w rozbiciu szajki przemytników substancji odurzających.
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń” – program publicystyczny
19.30 Sport, pogoda

TVN HD DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1685) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (2): Świdnica – Restauracja Baszta – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.20 Doradca smaku (20) – magazyn kulinarny
11.25 Kuchenne rewolucje (7): Płońsk, Trops – program rozrywkowy
12.35 Ukryta prawda (1671, 1464, 1718) – paradok., Polska
15.45 Detektywi (102) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
Lena Kalińska zwraca się do śledczych z prośbą o odnalezienie swojego ojca. Matka kobiety cierpi na alzheimera, jednak detektywi uzyskują od niej informację, że zaginiony mógł udać się do Niemiec.
16.50 Szpital św. Anny (58) – serial obyczajowy, Polska 2025
Marta próbuje porozmawiać z Tomkiem po kłótni dotyczącej jego ojczyma. Ratownicy spieszą z pomocą matce Darii, która straciła przytomność podczas kierowania autem. Na SOR trafia nastolatek z objawami zatrucia. Przyczyną okazują się snusy.
17.55 Młode gliny (10) – serial kryminalny, Polska 2026
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów
20.15 Na Wspólnej (4238) – serial obyczajowy, Polska 2026

20

PIŁKA NOŻNA



21.50 Mistrzostwa świata 2026 LIVE – mecz 1/16 finału

W meczu 1/16 finału na Seattle Stadium od chwili losowania największe szanse na występ miała Belgia. Czerwone Diabły były faworytem grupy G. Drugim z uczestników tego starcia będzie ekipa, która zajęła trzecie miejsce w grupie A, E, H, I, lub J.

0.30 Paryż może poczekać FILM – komedia obyczajowa, Japonia/USA 2016, reż. Eleanor Coppola, wyk. Diane Lane, Arnaud Viard, Alec Baldwin, 100 min
Anne, żona producenta filmowego, czuje się osamotniona. Jacques, współpracownik jej męża, proponuje jej wycieczkę z Cannes do Paryża. Podróż staje się początkiem ich romansu.
2.10 Pułapka – film sensacyjny, FILM Polska 1997, reż. Adek Drabiński, wyk. Marek Kondrat, Joanna Benda, Bogusław Linda, Zbigniew Zamachowski, 120 min
4.10 Wykrywacz kłamstw – program publicystyczny
4.25 Pytanie dnia – pr. publ.
4.45 Zakończenie

PIŁKA NOŻNA



17.50 Mistrzostwa świata 2026 LIVE – mecz 1/16 finału

Na Mercedes-Benz Stadium w Atlancie o awans do 1/8 finału powalczy m.in. zwycięzca grupy L. Możliwe, że będzie to reprezentacja Anglii. Wicemistrzowie Europy przed rozpoczęciem imprezy wskazywani byli na jednego z jej faworytów. W starciu tym zobaczymy również ekipę, która zajęła 3. miejsce w grupie E, H, I, J lub K.

20.45 Omnibus – szybcy i mądrzy (13) – teleturniej
21.15 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (13) – teleturniej
21.35 Postaw na milion – teleturniej
22.30 Na sygnale (859, 860): Ferment; Mecz ostatniej szansy – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026, wyk. Tomasz Piątkowski, Lea Oleksiak, Dariusz Wieteska
23.35 PitBull (3, 4) – serial sensacyjny, Polska 2005
1.25 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio LIVE
1.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału LIVE
4.25 Zakończenie

KOMEDIA ROMANTYCZNA



19.55 Komediowa środa: Dorwać byłą FILM – USA 2010, 140 min

Milo Boyd, były policjant, zarabia na życie jako łowca nagród. Kolejne zlecenie może rozwiązać jego kłopoty lub go pogrążyć. Musi tylko doprowadzić przed sąd swoją byłą żonę, zadziorną dziennikarkę Nicole, która wpadła na trop afery korupcyjnej.

22.15 Policja zastępcza – komedia FILM sensacyjna, USA 2010, reż. Adam McKay, wyk. Mark Wahlberg, Will Ferrell, Samuel L. Jackson, Dwayne Johnson, 145 min
Nowojorscy detektywi, porywczy Terry i leniwy Allen, po śmierci kolegów zyskują szansę, by się wykazać. Trafiają na trop afery, w którą zamieszany jest multimilioner Ershon.
0.40 Kung-fu szał – komedia FILM sensacyjna, Chiny/Hongkong/USA 2004, reż. Stephen Chow, wyk. Stephen Chow, Xiaogang Feng, Wah Yuen, Zhi Hua Dong, 130 min
2.50 Nasz nowy dom (369) – reality show
4.10 Kabaretowa Ekstraklasa (71)

SCIENCE FICTION



20.50 Godzilla FILM – USA/Japonia 2014, 155 min

HIT DNIA

Naukowcy prowadzą badania nad tajemniczym monstrum. Gdy bestia się uwalnia, do walki z nią staje Godzilla. Tymczasem Joe chce wyjaśnić okoliczności wypadku, w którym zginęła jego żona. Wspiera go syn, Ford.

23.25 Strzelec – dramat sensacyjny, FILM USA 2007, reż. Antoine Fuqua, wyk. Mark Wahlberg, Michael Pena, Danny Glover, Kate Mara, Rhona Mitra, 150 min
Były snajper Bob Lee Swagger ma wytropić kolegę po fachu, który planuje zamach na prezydenta USA. Podczas akcji zostaje wrobiony w zabójstwo arcybiskupa.
1.55 Szpital św. Anny (129) – serial obyczajowy, Polska 2026
2.45 Uwaga! – magazyn reporterów
3.00 Wallander (5) – serial kryminalny, Wielka Brytania/Szwecja/USA 2010
4.35 Recepta na stary dom 3 (5) – program rozrywkowy
5.00 Nauka jazdy 5 (12) – program rozrywkowy

P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB T2

5.30 **Ten moment** (48) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 **Szkoła** (763-765) – serial paradokumentalny, Polska 2019
8.45 **Ukryta prawda** (1331, 1431, 1432) – serial paradokumentalny, Polska
11.55 **W-11 – Wydział Śledczy** (1078-1080): Pętaki; Tatko; Dzieciątko – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
14.00 **Detektywi** (115): Hak – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
15.00 **Szpital** (768, 769) – serial paradokumentalny, Polska 2018
17.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (499): Grube dziewczyny – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
18.00 **SOS Ekipy w akcji** (11) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Policjanci interweniują w domu spokojnej starości, gdzie doszło do kradzieży. Akcja ma nieoczekiwany finał. Inny patrol otrzymuje wezwanie do przedszkola, z którego uprowadzono dziecko. Sprawa komplikuje się, gdy policjanci oglądają nagranie z monitoringu.
19.00 **Ukryta prawda** (1522) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Joanna zatrzymuje samochód, kiedy z lasu nagle wyłania się zakrwawiony nieznajomy. Okazuje się, że cierpi on na amnezję. Kobieta decyduje się mu pomóc w odnalezieniu rodziny.

DRAMAT OBYCZAJOWY



20.00 **Głowa rodziny** – USA/Kanada 2016, 145 min
FILM

Pracujący w agencji HR Dane ma nadzieję, że zastąpi szefa, który zamierza przejść na emeryturę. Jego konkurentką jest błyskotliwa Lynn Vogel. Pochłonięty walką o posadę mężczyzna zaniedbuje rodzinę. Pewnego dnia dowiaduje się, że u jego 10-letniego syna zdiagnozowano śmiertelną chorobę.

22.25 **Godziny szczytu** – komedia sensacyjna, USA 1998, reż. Brett Ratner, wyk. Jackie Chan, Chris Tucker, Ken Leung, Tom Wilkinson, 130 min
FILM
Chiński konsul przebywa razem z 11-letnią córką w placówce dyplomatycznej w Los Angeles. Dziewczynka zostaje uprowadzona. Porywacze żądają 50 milionów dolarów. Ojciec wzywa do USA policjanta z Hongkongu.
0.35 **Bękarty** – komedia przygodowa, USA 2017, reż. Lawrence Sher, wyk. Owen Wilson, 125 min
FILM
2.40 **Żyjąc z potworem 8** (17)
3.30 **Usterka 11** (1) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019, wyk. Agnieszka Musiał

TV PULS HD DVB T2

6.00 **Policjanci z Miami 2** (22, 23): Piraci funduszu powierniczego; Synowie i kochankowie – serial kryminalny, USA 1985
8.00 **Kobra – oddział specjalny** (3, 4): Operacja „Midas"; Ryzyko – serial sensacyjny, Niemcy 2016
10.00 **Maria z przedmieścia** (41, 42) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 **Nie igraj z aniołem** (107) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
Ana Julia i Adrian zostają chrzestnymi synka Marichuy. Kobieta dowiaduje się, że mąż zarejestrował dziecko pod nazwiskiem San Roman Velarde. Żąda wyjaśnień.
13.00 **Wspaniałe stulecie** (41) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 **Kurierzy** (26) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 10** (524, 525) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 **Kurierzy** (27) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Adam udaje się z przesyłkę do malarza – Leśniewskiego. Drzwi mieszkania są uchylone. Kurier zagląda do środka i spostrzega, że artysta stoi w oknie. Dorota gubi paczkę, w której znajduje się sztuczne oko.
18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (964, 965) – serial obyczajowy, Polska 2026
Kierująca taksówką Danka wpada w kłopoty po stłuczce w okolicy lombardu. Okazuje się, że sprawczynią kolizji jest jej dawna koleżanka.

THRILLER



20.00 **Pole rażenia**
FILM – USA 1993, 125 min

Tom Hardy pracuje nad sprawą mordercy kobiet. O popełnienie tych przestępstw zostaje oskarżony włóczęga Kesser. Tom dowiaduje się jednak, że prawdziwym zabójcą jest jeden z policjantów. Wkrótce zostaje zdegradowany. Dwa lata później w mieście dochodzi do podobnych ataków na kobiety. Hardy rozpoczyna własne śledztwo.

22.05 **Czarny pies** – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania/Francja 1998, reż. Kevin Hooks, wyk. Patrick Swayze, Meat Loaf, Randy Travis, Gabriel Casseus, 110 min
FILM
23.55 **Igrzyska śmierci: Kosogłos. Część 1** – dramat s.f., USA 2014, reż. Francis Lawrence, wyk. Jennifer Lawrence, Josh Hutcherson, Liam Hemsworth, Woody Harrelson, 140 min
FILM
2.15 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (960) – serial obyczajowy, Polska 2026
3.20 **Dzielnica strachu 9** (398): Złomiarze – serial kryminalny, Polska 2025
4.35 **Zobacz to!** – pr. powtórkowe

PULS 2 HD DVB T2

5.50 **Ale numer! 20** (7) – program rozrywkowy
6.20 **Cosie-Ktosie** (3) – anim., Fr. 2022
6.30 **Kajko i Kokosz** (3) – serial animowany, Polska 2021
6.45 **Smerfy 2** (45) – serial anim., Belgia/USA/Fr. 2021
7.00 **Blaze i megamaszyny 6** (12) – serial animowany, USA 2020
7.30 **Psi Patrol** (17) – serial animowany, Kanada/USA 2013
7.50 **Superkoty** (10) – serial anim.
8.30 **Wielkie przygody małego rekina** (3) – serial dla dzieci, Korea Południowa/USA 2020
8.50 **Masza i Niedźwiedź 2** (9, 10) – serial animowany, Rosja 2014
9.20 **Straszne historie Maszy** (3) – serial animowany, Rosja 2016
9.25 **Świnka Peppa** (33-35) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
9.45 **Bing 4** (21, 22) – serial anim.
10.00 **Jeżyk i Przyjaciele** (4, 3) – serial animowany, Polska 2023
10.35 **Spidey i superkumple 2** (39, 38) – serial anim., USA 2022
11.35 **Gus. Mały – wielki rycerz** (35, 36) – serial anim., Fr. 2021
12.00 **Psi Patrol 8** (5) – serial anim.
12.35 **Marta mówi** (10) – serial anim.
13.00 **Smerfy** (154) – anim., Bel. 1988
13.35 **Gumisie 4** (6) – serial animowany
14.00 **Kacze opowieści** (8, 9) – serial animowany, USA 1987
15.00 **Miraculous: Biedronka i Czarny Kot** (20, 21) – anim., Francja/Korea Południowa/Jap.
16.00 **Fineasz i Ferb 2** (4, 5) – serial animowany, USA 2007-2011
17.00 **Smerfy** (153) – serial anim., Bel.
17.35 **Gumisie 4** (5) – serial animowany

ANIMOWANY



18.00 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (9, 10) – USA 2010-2012

Na rynku pojawiła się nowa wersja laleczki Rico. Aby ją zdobyć, pingwin jest gotów postawić na szali przyjaźń. Innym razem ktoś fotografuje nieloty podczas akcji i umieszcza zdjęcie na nowym plakacie zoo.

19.00 **Kacze opowieści** (6, 10) – anim.
20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (952) – serial obyczajowy, Polska 2026
21.00 **Dzielnica strachu 9** (404, 405) – serial kryminalny, Polska 2025
23.00 **Wszystko zostanie w rodzinie** – komedia, Francja 2015, reż. Nicolas Benamou, wyk. Alice David, Christian Clavier, Philippe Lacheau, 115 min
FILM
0.55 **Lombard. Życie pod zastaw 12** (636) – serial obyczajowy, Polska 2023
2.00 **Lombard. Życie pod zastaw 9** (478) – serial obycz., Polska 2021
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 4** (189, 190) – obycz., Polska 2019
5.00 **Lombard. Życie pod zastaw 10** (499) – obycz.

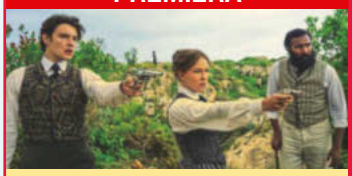
NETFLIX



POCZUJ MÓJ GŁOS

Nieśmiała nastolatka Eletta (Sarah Toscano) jest niezwykle utalentowana wokalnie. Pragnie rozwijać swoją artystyczną pasję. Przygotowuje się do egzaminu wstępnego do prestiżowej szkoły muzycznej i marzy o karierze. Jej planów nie akceptują jednak rodzice – głuchoniemi gospodarze rolni.
►**komediodramat, Włochy 2026**

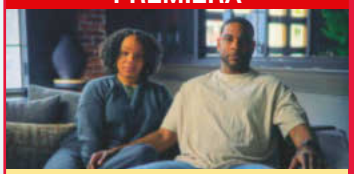
PREMIERA



ENOLA HOLMES 3

Enola (Millie Bobby Brown) i jej ukochany Tewkesbury (Louis Partridge) przygotowują się do ślubu. Jednocześnie pani detektyw musi zmierzyć się z najtrudniejszym zadaniem w swojej karierze. Wyrusza na Maltę. Tam próbuje pogodzić obowiązki zawodowe z życiem prywatnym, co nie będzie łatwe.
►**film krym., USA 2026; 105 min**

PREMIERA



NAJGORSI SĄSIEDZI

Wstrząsające relacje świadków przemocy, gróźb i uporczywego nękania. Opierając się na przejmujących zeznaniach, autentycznych nagraniach z kamer oraz animowanych rekonstrukcjach, twórcy udowadniają, że konflikty sąsiedzkie mogą być nie tylko uciążliwe, lecz także niebezpieczne.
►**serial dokum. (4 odc.), USA 2026**



FURIE 2: OPÓR

Paryż. Lyna (Lina El Arabi) wciąż należy do gangu Furii (Marina Fois), bezwzględnej szefowej paryskiego półświatka, która zna jego wszystkie najmroczniejsze sekrety. Przestępczyni chce wyeliminować z branży największego wroga. Nie wie, że w tym czasie Lyna wciela w życie swój własny plan...
►**serial krym. (14 odc.), Francja 2025**

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.05 FBI: Most Wanted 3 (8, 9) – serial krym.
7.35 Agenci NCIS: Hawaje 3 (1, 2) – serial kryminalny
9.20 Castle 2 (15, 16) – serial kryminalny
11.10 MacGyver 2 (10, 11) – serial akcji, USA 2017-2018
13.10 Agenci NCIS: Hawaje 3 (3, 4) – serial kryminalny
15.05 Agenci NCIS 10 (12, 13) – serial sensacyjny, USA 2012
17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (11, 12) – serial krym., USA/Kanada 2002
19.05 Castle 2 (17, 18) – serial kryminalny

TVP SERIALE

5.25 Rodzinka.pl (96, 97) – serial kom., Pol. 2013
6.30 Na sygnale (479, 480)
7.35 Ojciec Mateusz 2 (29) – krym., Pol. 2009
8.30 Komisarz Alex 2 (18)
9.25 Rodzinka.pl (98)
10.00 Klan (1445, 1446)
10.55 Ranczo 8 (96, 97)
12.40 Komisarz Alex 2 (19)
13.35 Ojciec Mateusz 29 (380, 381) – krym., Pol.
15.35 Komisarz Alex 2 (20) – serial krym., Polska
16.25 Na sygnale (481, 482) – serial fab.-dokum.
17.35 Ranczo 8 (98, 99) – serial obycz., Polska
19.30 Ojciec Mateusz 30 (382) – krym., Pol. 2023
20.30 Ojciec Mateusz 2 (30) – krym., Pol. 2009

TVP KULTURA DVB T2

10.05 Kontrakt – dramat obyczajowy, Polska 1980, 125 min
12.10 Tajemnice kultowych seriali (1)
13.05 Kariera Nikodema Dyzmy (7-ost.)
14.25 Profesor na drodze – film obyczajowy, Polska 1973, 75 min
15.40 Personel – obycz., Polska 1975, 85 min
17.05 Siedem życzeń (5)
18.15 Muzeum Polskiej Piosenki (104) – rozr.
18.30 Informacje kulturalne
18.55 Pan wzywał, milordzie? 4 (4)
20.00 Koncert
21.30 Powrót Sherlocka Holmesa (5) – krym.

ALE KINO+ HD

6.30 Polska z góry 5 (1) – serial dok., Pol. 2020
7.00 Mother Dear – film krótkometraż.
7.35 Nadzieja – dramat sensacyjny, Polska/Niemcy 2006, 120 min
9.35 Ciepło – film krótkometraż.
10.00 Co się zdarzyło w Mount Affinity? 2 (3, 4) – serial krym.
12.15 Vera 5 (1) – krym.
14.05 Opadające liście – komediodramat, Niemcy/Finlandia 2023, 105 min
15.50 Bracia ze stali – dramat biograficzny, USA/Wielka Brytania 2023, 145 min
18.15 Vera 5 (2) – krym.

CANAL+ PREMIUM HD

9.40 Lilly i kangurek – film familijny, Australia 2025, reż. Kate Woods, 105 min
11.25 Hollywood Buzz
11.55 Fuks – komedia sens., Polska 1999, 90 min
13.25 Cat's Eyes (8-ost.) – serial przyg., Fr. 2024
14.20 Prawda czy fałsz. Psychologia trumpizmu – film dokum., USA 2023
15.55 Making of CANAL+ – magazyn filmowy
16.00 Ultimatum Bourne'a – film sensacyjny, USA/Niem. 2007, 115 min
17.55 Łapu capu – pr. rozr.
18.00 Jason Bourne – thriller, USA 2016, 120 min

HBO HD

7.40 Harry Potter i kamień filozoficzny – film przyg., USA/Wielka Brytania 2001, 145 min
10.05 Harry Potter i Komnata Tajemnic – film przygodowy, USA/Wielka Brytania/Niem. 2002, 155 min
12.40 Pan Aznavour – dramat biograficzny, Francja 2024, 130 min
14.50 Felek i Tola ratują las – film anim., Hol./Belgia/Luksemburg 2024, 70 min
16.00 Czerwona Jedynka – komedia przygodowa, USA 2024, reż. Jake Kasdan, 120 min

20

SENSACYJNY



21.05 Zabójcza broń 3 (12, 13) – USA 2018

Cole i Roger badają sprawę śmierci Marka, który zginął podczas nielegalnej walki. Tuż przed pojedynkiem podano mu środek uspokajający.

23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (11, 12) – serial krym., USA/Kanada 2002
0.45 Castle 2 (17, 18) – serial kryminalny
2.40 Zabójcza broń 3 (12, 13) – serial sens.
4.35 Walker: Strażnik Teksasu (6) – serial kryminalny, USA 2021

OBYCZAJOWY



21.30 Ranczo 8 (100, 101) – Polska 2014

Czerepach nabiera przekonania, że tłumy fotoreporterów, które zjawiły się w Wilkowyjach, zostały nasłane przez politycznych wrogów senatora.

23.20 Ojciec Mateusz 30 (383, 384) – serial kryminalny, Pol. 2023
1.20 Erynie (5, 6) – serial kryminalny, Pol. 2021
3.15 Wojna zastępcza (6) – serial szpiegowski
4.05 Klan (1445) – telenowela, Pol. 2008
4.35 Pan Mama (18) – serial kom., Pol. 2025

DRAMAT OBYCZAJOWY



22.35 Lęk – Pol./Szwajcaria/Niem. 2023, 105 min

Cierpiąca na raka Małgosia postanawia odejść na własnych warunkach. W drodze do szwajcarskiej kliniki towarzyszy jej siostra, Łucja.

0.20 Drive My Car – dramat obyczajowy, Japonia 2021, reż. Ryusuke Hamaguchi, wyk. Hidetoshi Nishijima, Toko Miura, 195 min
3.35 Sibelius. Siedem symfonii – serial dokum., Finlandia 2015
4.50 Podróże z historią

KRYMINALNY



20.10 Karen Pirie (1) – Wielka Brytania 2022

Szkocja. Detektyw Karen Pirie pracuje w uniwersyteckim mieście St. Andrews. Wznawia śledztwo dotyczące morderstwa sprzed lat. Jego ofiarą padła nastoletnia Rosie Duff.

22.05 Kamdesh. Afgańskie piekło – dram. wojenny, USA/Bułgaria 2019, 150 min
0.35 Django (1, 2) – przyg.
2.45 Powrót (3) – kom.
3.35 Wiarołom – dramat obyczajowy, Polska 2021, 75 min
4.50 Meduzy

WOJENNY



20.00 Kontyngent (1) – Szwecja 2025

Rok 1993. Szwedzkie oddziały przybywają do obozu w Bośni. Żołnierze, zamiast podjąć działania w terenie, zostają delegowani do innych, prozaicznych zadań.

20.45 Herosi wojny – thriller, USA 2024, reż. John Swab, wyk. Frank Grillo, 105 min
22.30 Jeszcze jeden strzał – thriller, Wlk. Bryt./USA 2024, 100 min
0.10 Grindhouse: Planet Terror – horror, USA 2007, 105 min

KATASTROFICZNY



18.00 Everest – Wielka Brytania/USA/Islandia 2015, 120 min

Rok 1996. Scott Fischer wraz z grupą śmiałków zamierza zdobyć słynny szczyt. Ekstremalne warunki stawiają ich na skraju wytrzymałości psychicznej oraz fizycznej.

20.00 Księgowy 2 – thriller, USA 2025, 130 min
22.10 Ród smoka 3 (2) – serial fantasy, USA
23.10 Ognie – thriller, Islandia 2025, 105 min
0.55 Źródło – dramat psychologiczny, USA/Kanada 2006, 95 min

AXN WHITE

8.10 Szpital nadziei 4 (2)
9.10 Blondynka 2 (5, 6)
11.15 Agenci NCIS 19 (13-15)
14.10 Szpital nadziei 4 (3)
15.10 Książę Bożego Narodzenia – komedia romant., USA 2022, 120 min
17.10 Rozrywkowa Gwiazdka – komedia romantyczna, USA 2018, 110 min
19.00 Dr House 3 (3) – obycz.
20.00 Dowody zbrodni (20, 21)
21.55 Unforgettable: Zapisane w pamięci 4 (11) – krym.
22.55 Agenci NCIS 19 (13-15)
1.40 Dowody zbrodni (20, 21)
3.25 Zaklinacze koni (13)
4.25 Zaklinacze koni 2 (1)

AXN BLACK

8.45 Zagadki z przeszłości (20) – przyg., Fr./Niem./Kan.
9.45 Gwiezdne wrota 3 (7-9)
12.45 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (3) – serial sens.
13.45 Renegat 5 (6) – serial sens.
14.45 Drużyna A 2 (18) – sens.
15.50 Nieustraszony (10)
16.55 Zagadki z przeszłości (21) – przyg., Fr./Niem./Kan.
17.55 Gwiezdne wrota 3 (10-12) – s.f., USA/Kan. 1999
21.00 Uprowadzona 3 – film sensacyjny, Francja/Hiszp./USA 2014, 135 min
23.15 W 80 dni dookoła świata – film przygodowy, 2004, 150 min

WARNER TV

8.05 Teraz albo nigdy! (3)
9.05 Bajer z Bel-Air 4 (20, 21)
10.05 Prawo Agaty 2 (8)
11.05 Pełna chata 7 (21, 22)
12.05 Teraz albo nigdy! (4, 5)
14.05 Bajer z Bel-Air 4 (20-23)
16.05 Pełna chata 7 (21-24)
18.10 Godziny szczytu – komedia sensacyjna, USA 1998, 110 min
20.00 Co się wydarzyło w Madison County – melodramat, USA 1995, 155 min
22.35 Martwa cisza – thriller, 1989, 120 min
0.35 Rój – film katastroficzny, USA 1978, 180 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 Kabaretowa Ekstraklasa (132) – rozr.
6.05 Gliniarze (130-132) – serial paradokum., Polska 2017
9.05 Strażnik Teksasu (22-25) – serial sensacyjny, USA
13.00 Kowalscy kontra Kowalscy (25-28) – obycz.
15.00 Świat według Kiepskich (361-364) – kom., Pol. 2011
17.00 Columbo (2, 1) – krym.
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (111-114) – serial krym., USA/Kanada
0.45 Ślad (32, 33) – krym., Pol.
2.45 Święty (192, 193) – kom.
4.00 48h. Zaginieni (87, 88) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.00 Łapu capu – pr. rozrywk.
6.05 Długi weekend – film obycz., Polska 2004, 75 min
7.20 Królowa chmur – film obycz., Polska 2003, 75 min
8.35 Dziki robot – film animowany, 2024, 100 min
10.15 Kiler-ów 2-óch – komedia, Polska 1999, 115 min
12.10 Łapu capu – pr. rozrywk.
12.15 Riefenstahl – dok., 2024
14.15 Masz ci los! – komedia, Polska 2023, 90 min
15.45 Mamma mia – komedia muz., USA/Wielka Brytania/Niemcy 2008, 110 min
17.35 Hollywood Buzz – mag.
18.00 Jutro będzie nasze – komediodramat, Włochy 2023, 115 min
19.55 Łapu capu – pr. rozrywk.
20.00 Najpierw strzelaj, potem zwiedzaj – komediodramat, Bel./Wlk. Bryt./USA 2008, 105 min
21.45 8. mila – dramat obycz., USA/Niemcy 2002, 105 min
23.30 Wspaniałe kilka minut – film krótkometraż., Pol.
0.00 Dziki – dramat przyg., Polska 2025, 135 min
2.15 To nie mój film – komediodramat, Polska 2024, 95 min
3.50 Premierowa jazda – mag.
4.05 Pani od polskiego – dramat obyczajowy, Polska 2025, 115 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 Cztery pory Igi (3) – serial dokumentalny, Polska 2022
10.40 Mały Grand Hotel (6) – serial komediowy, Polska
11.00 Naruto (23-26) – serial anime, Japonia 2003
13.00 Naruto Destruction of the Hidden Leaf Village (1, 2) – serial anime, Japonia 2003
14.00 Łapu capu Extra – program rozrywkowy
14.35 13 posterunek 2 (7-9) – serial komediowy, Polska
16.20 Łapu capu – program rozrywkowy
16.25 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 4 (3, 4) – serial dokumentalny, Niemcy 2024
18.25 The Office PL 2 (1-3) – serial komediowy, Polska
20.00 Emigracja XD (1-4) – serial komediowy, Polska 2023
22.00 Oddział dla zuchwałych (5, 6) – serial wojenny, Wielka Brytania 2022
0.05 Prosta sprawa (1, 2) – serial kryminalny, Polska
2.15 Niewidzialna wojna (1-3) – serial biograf., Polska 2022
4.45 Mały Grand Hotel (6) – serial komediowy, Polska
5.10 Miasta rytm: Zrabowane dzieła sztuki (1) – film dokumentalny, Polska 2021

CANAL+ 360 HD

8.00 Porzucone konstrukcje (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
9.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2 (2) – serial dok., Niem. 2014
9.55 Co poszło nie tak 3 (2)
11.00 Kolegium żużlowe
13.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2 (3) – serial dok., Niem. 2014
14.00 Wykrywacz historii 3 (3)
15.00 Co poszło nie tak 3 (6)
16.00 Supersamoloty bojowe (4) – serial dokumentalny
17.00 Zholowani: ciężarówki w opałach 8 (17) – dok.
17.55 Porzucone konstrukcje (2) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.50 Wykrywacz historii 3 (2)
19.50 Zholowani: ciężarówki w opałach 8 (18) – dok.
20.50 Co poszło nie tak 4 (6) – serial dok., Wlk. Bryt. 2024
22.00 Grip – w świecie supersamochodów (2)
23.00 Supersamoloty bojowe (2) – serial dokumentalny
23.55 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata (1) – serial dok., Niem. 2011
0.55 Moscow Noir (2) – krym.
2.00 Twardzielki (7) – dok., Pol.
2.40 Ludzie morza (6) – dok.
3.45 Polska z góry: Stadiony 2 (3, 4) – dok.

HBO 2 HD

14.35 Król rozrywki – musical, USA 2017, 100 min
16.15 Wielka, odważna, piękna podróż – dramat fantasy, Irlandia/USA 2025, reż. Kogonada, 105 min
18.00 Prawdziwy ból – komediodramat, USA 2024, 90 min
19.30 Kraina Lovecrafta (5, 6) – serial grozy, USA 2020
21.25 Victor Frankenstein – horror s.f., USA/Wielka Brytania/Kan. 2015, 105 min
23.10 Lighthouse – horror psycholog., 2019, 105 min
0.55 Oddaj ją – horror, 2025, 100 min

HBO 3 HD

13.00 Jak wytresować smoka 3 – film anim., USA/Japonia 2019, 100 min
14.40 Te dni – komedia, USA 2025, 95 min
16.15 Na planie 23 (23) – mag.
16.45 Bohemian Rhapsody – dramat biograf., Wielka Brytania/USA 2018, 130 min
18.55 Niepewne 5 (9, 10) – kom.
20.05 Rzym (7) – serial hist.
21.00 Georgie i Mandy wzięli ślub 2 (21, 22) – serial kom.
21.40 Doktor Larsen 2 (22)
22.25 G20 – film sensacyjny, USA 2025, 105 min
0.10 Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem (1) – kom.

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (130-132) – dok., Pol.
7.30 Doktor Martin 4 (29) – serial obyczajowy
8.30 Przyjaciółki (313, 314) – serial obyczajowy, Pol. 2025
10.25 Świat według Kiepskich (159, 160, 225, 226) – kom., Pol.
13.00 Ogniem i mieczem FILM – film historyczny, Polska 1999, 225 min
16.45 Obsesja – thriller, FILM USA 2009, reż. Steve Shill, wyk. Idris Elba, Beyoncé Knowles, Ali Larter, 135 min
19.00 Alfa – film przyg., FILM USA/Kanada/Chiny 2018, 120 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 Tata ma plan 2 (3, 4) – serial komediowy, USA 2017
7.00 Dwóch i pół 4 (11-14) – serial komediowy
8.55 Przyjaciele 6 (2-7) – serial komediowy, USA 1999-2000
11.55 Teoria wielkiego podrywu 5 (17-22) – serial komediowy, USA 2011-2012
14.30 Dwóch i pół 4 (15-18) – serial komediowy, USA 2007
16.30 Przyjaciele 6 (8-13) – serial komediowy, USA 1999-2000
19.30 Teoria wielkiego podrywu 5 (23, 24) – serial komediowy, USA 2011-2012

TVN FABUŁA HD

5.05 Szkoła (773) – serial paradokum.
6.00 Superbohaterowie (5) – program kult.
6.30 Kino Buzz Top 5 (1)
6.45 Zakochani po uszy (79, 80) – telen., Polska
7.45 Detektywi (57-60)
9.50 Prawo Agaty 3 (7)
10.55 Szpital św. Anny (64)
11.55 Miłość czy pomyłka? (25, 26)
13.55 Prawo Agaty 3 (6)
14.55 Detektywi – fab.-dok.
16.00 Seriaale: rozmowy 2 (5) – mag.
16.45 Seriaale Top 5 (13)
17.00 Liga potworów FILM – film animowany, USA 2022, 120 min
19.00 Szpital św. Anny (65) – serial obycz., Polska

13 ULICA

6.20 Blanca 2 (5, 6) – serial kryminalny, Wł. 2023
8.40 Na granicy: Potworna matka FILM – film kryminalny, Niemcy 2021, 110 min
10.30 Chicago P.D. 11 (10, 11) – serial krym.
12.20 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (7, 8) – serial sensacyjny
14.10 Blanca 2 (7, 8) – serial kryminalny, Wł. 2023
16.25 Na granicy: Miłość do ojczyzny FILM – film kryminalny, Niemcy 2019, 115 min
18.20 Chicago P.D. 11 (12, 13) – serial krym.
20.10 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (9, 10) – serial sensacyjny

KINO POLSKA

6.00 Zwierzęta Wajraka 3 (1, 2) – dok.
6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dok.
7.20 Bolek i Lolek (1, 2) – serial animowany
7.45 Reksio (2, 5) – anim.
8.10 Siedem życzeń (1, 2) – serial przygodowy
10.30 Akademia Pana Kleksa (1/2) – film przygodowy, Polska/ZSRR 1983, 100 min
12.10 To nie ze mną (1, 2) – serial obyczajowy
13.40 Noce i dnie FILM (1/2, 2-ost.) – film obyczajowy, 1975, reż. Jerzy Antczak, 245 min
17.45 Czterej pancerni i pies (2, 3) – serial wojenny, 1966

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Kabaretowe hity (6)
6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
7.55 Robert Makłowicz (139, 160) – mag. kulin.
9.45 Zagadki kryminalne panny Fisher (1) – serial krym., Australia
10.55 Górski lekarz (15, 16) – obycz., Niem./Austria
12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher (2)
14.00 Katastrofy w przestworzach (4, 1) – serial dok., Kan.
17.00 MacGyver 4 (2) – sens., USA/Kan. 1988
18.00 Wojny magazynowe: Kanada (2, 3)
19.10 Aukcja w ciemno 2 (2, 3) – serial dok., USA

THRILLER



21.00 Hanna – USA/Wielka FILM Brytania/Niemcy 2011, 135 min

Szkolona przez ojca na perfekcyjną zabójczynię nastoletnia Hanna wyrusza na pierwszą misję. Wkrótce odkrywa nieznane dotąd fakty ze swojej przeszłości.

23.15 Ukojenie – thriller, FILM USA 2015, reż. Afonso Poyart, wyk. Anthony Hopkins, 135 min
1.30 Fala zbrodni (72, 73) – serial sens., Pol. 2006
3.25 Ślad (28, 29) – krym.
5.25 Na ratunek 112 (856) – serial paradokum.

KOMEDIOWY



20.25 Teoria wielkiego podrywu 6 (1-4)

Nadal przebywający w kosmosie Howard informuje swoją matkę, że po powrocie na Ziemię chce wyprowadzić się z rodzinnego domu i zamieszkać z Bernadette.

22.00 The Office PL 2 (1, 2) – serial kom., Pol. 2022
23.05 Comedy Club 5 (1, 2)
0.05 Miasteczko South Park (13)
0.30 Miasteczko South Park 2 (2)
1.00 Pracoholicy 3 (1, 2)
2.00 Śmieszniej nie będzie 6 (5, 6, 4)

THRILLER SF



20.00 Grawitacja – USA/ FILM Wielka Brytania 2013, 120 min

Prom NASA zostaje uszkodzony przez szczątki rosyjskiego satelity. Astronautka Ryan Stone podejmuje desperacką walkę o przetrwanie i powrót na Ziemię.

22.00 Znachor – dramat FILM obyczajowy, Polska 1981, 165 min
0.45 Zatańcz ze mną FILM – komedia romant., USA 2004, 130 min
2.55 Seriaale Top 5 (16)
3.05 Szkoła (743) – serial paradokum.

KRYMINALNY



22.00 Niewidomy detektyw (4) – Niemcy/Austria 2020

Sophie, siostra detektywa Alexa Hallera, walczy o życie po tym, jak wykonała sztuczne oddychanie bankierowi, który, jak się okazało, został otruty cyjankiem.

23.55 Niepokojące zaginięcia: Pod presją 4 – dramat kryminalny, Francja 2022, 115 min
1.50 Na granicy: Miłość do ojczyzny FILM – krym., Niemcy 2019, 115 min
3.45 Blanca 2 (7, 8) – krym.

SENSACYJNY



20.00 Ekstradycja 3 (3, 4) – 1998

Henio zaprasza do współpracy młodą hakerkę Ćmę. Ustala ona, że w finansowanie inwestycji w Polsce zamieszany jest Fiduk. Tuwara boi się o swoje bezpieczeństwo.

22.15 Misja Afganistan (9) – serial wojenny, 2012
23.25 Rozmowy kontrolowane FILM – kom., 1991, 130 min
1.35 Drogówka – dramat FILM krym., 2013, 160 min
4.15 Zwolnieni z życia FILM – dram. obycz., Polska/Fr. 1992, 105 min

SENSACYJNY



20.00 Święty FILM – USA 1997, 155 min

Błyskotliwy włamywacz, Simon Templar, przyjmuje zlecenie od rosyjskiego miliardera. Ma wykraść projekt wynalazku dr Emmy Russell, lecz jego plany komplikuje miłość.

22.35 Szpica – kom. sens., FILM Chiny 2020, 125 min
0.40 Kosmiczny grzech FILM – film s.f., USA 2021, 120 min
2.40 Noce i dnie (1) FILM – film obyczajowy, Polska 1975, 105 min
4.25 9/11: Piąty samolot – film dok., USA 2023

CINEMAX HD

12.45 Chmurka – krótkometraż.
13.00 Szalona wiosna – dramat FILM obyczajowy, 2024, 115 min
14.55 Rubieże – film obyczajowy, FILM USA 2025, 100 min
16.35 CJ7 – komedia, Hongkong FILM 2008, 90 min
18.05 Dom w Portugalii FILM – dramat obycz., Portugalia/Hiszpania 2025, 115 min
20.00 Transformers: Ostatni Rycerz – film s.f., USA/Chiny/Kanada 2017, reż. Michael Bay, 155 min
22.35 Lobster – thriller, FILM 2015, 120 min
0.35 Na zawsze, na zawsze FILM – film obycz., 2023, 110 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 Święty (25, 26) – kom., Pol.
14.25 Spadkobiercy 3 (10)
15.25 Co ludzie powiedzą? 4 (7) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 Jedną nogą w grobie 2 (3) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 Czarna Żmija 3 (3) – kom.
17.35 Bob kocha Abisholę 2 (1-3) – kom., USA 2020-2021
19.00 Dwóch i pół 4 (11-14)
21.00 Świat według Kiepskich (3-5) – serial kom., Pol. 2008
22.30 Co ludzie powiedzą? 5 (1) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 Jedną nogą w grobie 2 (4) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 Czarna Żmija 3 (4) – kom.
0.30 Comedy Club 2 (8) – rozr.

SCI FI

11.50 Zagubiona tożsamość (13) – serial s.f., Kan. 2010
12.45 Zagubiona tożsamość 2 (1) – s.f., Kanada 2011-2012
13.40 Grimm 6 (8, 9) – fantasy
15.30 Kroniki Shannary (5, 6)
17.20 Zagubiona tożsamość 2 (2, 3) – s.f., Kan. 2011-2012
19.10 Grimm 6 (10, 11) – fantasy
21.00 Bibliotekarze: Nowy rozdział (5) – s.f., USA 2025
22.00 Bibliotekarz 2: FILM Tajemnice kopalni króla Salomona – film przygodowy, 2006, 115 min
23.55 Duża ryba FILM – komediodramat, USA 2003, 155 min

FX HD

9.00 Z archiwum X (16) – s.f.
10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (2, 3) – serial krym.
11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (13, 14)
13.45 Agenci NCIS 10 (3, 4)
15.35 SkyMed (9) – obycz., Kan.
16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (4, 5) – serial krym.
18.18 Na wielkim ekranie
18.20 Z archiwum X (17) – s.f.
19.15 FBI 4 (4) – serial kryminalny
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (15, 16)
22.00 Matlock (13) – serial krym.
22.55 Z archiwum X (17) – s.f.
23.50 Liberator 2 – film FILM sensacyjny, 1995, 125 min

FILMBOX+ ONE HD

8.35 Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (3, 4)
11.00 Panna Scarlet i komisarz 2 (1, 2) – krym.
13.10 Poirot – serial kryminalny
15.30 Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (5) – krym.
16.45 Panna Scarlet i komisarz 2 (3) – krym.
17.50 Poirot (1, 2) – serial krym.
20.00 Dobry rok FILM – komediodramat, USA/Wlk. Bryt. 2006, 155 min
22.35 Nim diabeł dowie się, FILM że nie żyjesz – dramat sensacyjny, 2007, 150 min
1.05 Wykidajło – dramat FILM sensacyjny, 1989, 165 min

ROMANCE TV HD

14.00 Weekendowi buntownicy FILM – komediodramat, Niemcy 2023, 135 min
16.15 Zakonnica i komisarz FILM – komedia kryminalna, Niemcy 2006, 110 min
18.05 Górski lekarz (134, 135)
20.00 Przyjaźń to coś więcej FILM – Na chwałę dnia – dramat obyczajowy, Niemcy 2022, 115 min
21.55 Przyjaźń to coś więcej FILM – Poczwórna dawka emocji – dramat obycz., Niemcy 2022, 115 min
23.50 Górski lekarz (134, 135) – obycz., Niemcy/Austria

CINEMAX 2 HD

14.30 Czarny pies – thriller, FILM Chiny 2024, reż. Hu Guan, wyk. Eddie Peng, 110 min
16.20 Zima w Sokcho – film FILM obyczajowy, Francja/Korea Południowa 2024, 110 min
18.10 15 lat – dramat obycz., FILM Austria/Luksemburg/Niemcy 2023, 140 min
20.30 Co ci jest, dziewczyno FILM – film dla młodzieży, Słowenia/Włochy/Chorwacja 2025, 90 min
22.00 Slumdog. Milioner z ulicy FILM – komediodramat, 2008, 120 min
0.00 Ujęcie – film obyczajowy, FILM Rumunia 2023, 75 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

9.15 Poirot 3 (7, 8) – serial krym.
11.25 Zatraceni w miłości (23, 24) – telen., Turcja 2023
13.30 Agenci NCIS 18 (1, 2)
15.15 Lekarze na start (23, 24)
16.50 Poirot 3 (9, 10) – krym.
19.00 Zatraceni w miłości (25, 26) – telen., Turcja 2023
21.00 Sprawy pana Booka (2)
22.15 Projekt Błękitna Księga (6) – serial s.f., Kanada/USA
23.10 Dalgliesh 2 (3) – krym.
1.05 Zatraceni w miłości (25, 26) – telen., Turcja 2023
2.45 Sprawy pana Booka (2)
3.40 Projekt Błękitna Księga (6) – serial s.f., Kanada/USA
4.25 Dalgliesh 2 (3) – krym.

NOVELAS+ HD

10.00 Cud miłości (25) – telen.
11.00 Otchłań namiętności (110) – telen., Meksyk 2012
12.00 Za wszelką cenę (80)
13.00 Róże i grzechy (9) – telen.
14.00 Historia Juany (37, 38)
16.00 Róże i grzechy (10)
17.00 Za wszelką cenę (81)
18.00 Otchłań namiętności (111) – telen., Meksyk 2012
19.00 Macocha (20) – telenowela
20.00 Cud miłości (26) – telen.
21.00 Historia Juany (38)
22.00 Róże i grzechy (10)
23.00 Za wszelką cenę (81)
0.00 Otchłań namiętności (111) – telen., Meksyk 2012
1.00 Macocha (20) – telenowela

FX COMEDY HD

13.00 Sposób użycia 5 (19, 20)
14.00 Wszyscy kochają Raymonda 5 (5-8) – kom.
16.00 Simpsonowie 36 (2, 6, 3, 8)
18.00 Jak poznałem waszą matkę (22) – serial kom.
18.30 Jak poznałem waszą matkę 2 (1, 2) – serial kom.
19.30 Współczesna rodzina 7 (1-3) – kom., USA 2015-2016
21.00 Family Guy: Głowa rodziny 18 (4, 5)
22.00 Johnny English – kom. FILM sens., 2003, 95 min
23.35 Simpsonowie 36 (4, 1)
0.30 Family Guy: Głowa rodziny 23 (15, 16, 18)

FILMBOX+ HITS HD

12.05 Coco Chanel – dramat FILM biograficzny, 2009, 120 min
14.05 Wypowiedzenie wojny FILM – dramat obyczajowy, Francja 2011, 115 min
16.00 Delikatność – komedia FILM romant., Fr. 2011, 120 min
18.00 Scenariusz na miłość FILM – komedia romantyczna, USA 2014, 120 min
20.00 Winner – dramat biograf., FILM Kanada/USA 2024, 115 min
21.55 To nasza młodość FILM – komedia obyczajowa, USA 2014, 110 min
23.45 Kolacja pożegnalna FILM – komediodramat, Niemcy 2023, 100 min

PARAMOUNT NETWORK HD

9.25 Policyjna grupa pościgowa 15 (4) – dok.
10.30 Star Trek: Pierwszy kontakt FILM – film s.f., USA 1996, 150 min
13.00 Czarodziejki (1, 2)
15.00 Gliniarz z Beverly Hills 3 FILM – komedia sensacyjna, USA 1994, 145 min
17.25 Dzień zagłady FILM – film katastroficzny, USA 1998, reż. Mimi Leder, 155 min
20.00 Ojciec chrzestny FILM – dram. sens., USA 1972, 225 min
23.45 Ostra jazda FILM – komedia, USA 2000, 120 min
1.45 Rambo FILM – film sensacyjny, USA/Niemcy 2008, 80 min

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

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
8.30 Cycling Show – magazyn sportowy
9.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – bouldering kobiet i mężczyzn
11.00 Snooker: Turniej Scottish Open – mecz finałowy: Chris Wakelin – Chang Bingyu
13.00 Cycling Show – magazyn sportowy
13.30 Kolarstwo: Tour de France – 14. etap
15.30 Cycling Essential Stories – mag.
15.45 Kolarstwo: Tour de France – 16. etap
18.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – prowadzenie kobiet i mężczyzn – finały

POLSAT SPORT 1 HD
6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski
10.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. 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 2. rundy
16.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej

CANAL+ SPORT HD
6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lech – Legia Warszawa
8.20 Premier League Stories (20) – magazyn piłkarski
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska
11.15 Piłka nożna: Liga hiszpańska
13.30 Magazyn PGE Ekstraliga – mag.
15.05 Ligomistrzowe historie (1) W sezonie 2000/01 Leeds Utd zadebiutowało w Lidze Mistrzów. Pawie sprawiły sensację, docierając do półfinału.
15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska

TVP SPORT DVB T2 HD
6.05 Mundial 2026 – Legendy miejskie (16) – cykl reportaży, Szwajcaria 2025
6.40 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału
9.00 Mundialowy poranek (20) – mag.
10.15 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału
12.35 Polska Liga Żeglarska – mag.
13.05 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału
15.30 Dzień na mundialu (20) – mag. piłkarski

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski
7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Bayern – FC Augsburg
9.00 Piłka nożna: Liga włoska: Atalanta BC – Inter Mediolan
11.00 Formuła 3: Grand Prix Austrii
12.30 Formuła 2: Grand Prix Austrii
13.40 Made in Italy (15) – magazyn piłkarski
14.00 Formuła 1: Grand Prix Austrii
16.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Bologna Nerazzurri chcą odegrać się na Rossoblu za porażkę w półfinale Superpucharu Włoch.

DISCOVERY CHANNEL HD
10.00 Klan z Alaski (5)
11.00 Przetrwać nad Jukonem – dok., USA
12.00 Włoska kontrola celna (2) – dok., Wł.
13.00 Ed Stafford: inicjacja – dok.
14.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita 3
15.00 Złomowisko PL 6 (1) – serial dok., Pol. 2018
16.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dok.
17.00 Nic do zgłoszenia 4 (8) – serial dokum., Pol.
18.00 Bracia Collins biorą się do roboty (9) – program rozrywkowy
19.00 Złomowisko PL 2 (6) – serial dok., Pol. 2016
20.00 Złomowisko PL 3 (1, 2) – serial dokum.

20

SNOOKER



20.00 Turniej Scottish Open – mecz finałowy: Chris Wakelin – Chang Bingyu

Decydujący pojedynek jedenastej imprezy rankingowej w tym sezonie. Triumfator rywalizacji w Edynburgu wróci do domu bogatszy o 100 tysięcy funtów.

22.00 Kolarstwo: Tour de France – 14. i 16. etap
0.00 Snooker: Turniej Scottish Open – mecz finałowy: Chris Wakelin – Chang Bingyu
1.30 Kolarstwo: Tour de France – 14. i 16. etap

TENIS



18.30 Turniej Wimbledon LIVE – mecz 2. rundy gry pojedynczej

Iga Świątek przystępuje do londyńskiego turnieju jako obrończyni tytułu. W zeszłorocznej edycji Polka w finale pokonała Amandę Anisimovą bez straty gema.

21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej
23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej
1.00 Boks

MAGAZYN ŻUŻLOWY



18.00 Magazyn PGE Ekstraliga

Podsumowanie ostatniej kolejki, skróty meczów oraz zakulisowe ciekawostki.

20.00 Premier League Stories (47) – mag.
20.45 Liderzy. W centrum gry (1) – dok., Pol.
21.50 Sporty walki: ONE Friday Fights 160
22.55 Ligomistrzowe historie (3)
23.50 Liga+ Extra – mag.
2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Jagiellonia Białystok – Górnik Zabrze

PIŁKA NOŻNA



17.00 Mistrzostwa świata 2026 LIVE – mecz 1/16 finału

Harry Kane w tym sezonie jest w znakomitej formie strzeleckiej. Chce poprowadzić Anglików po medal MŚ.

21.50 Piłka nożna: MŚ 2026 LIVE – 1/16 finału
0.45 Mundial 2026 – Legendy miejskie (14) – cykl reportaży
1.15 Piłka nożna: MŚ 2026 LIVE – 1/16 finału
4.45 Boks: Gala w Meksyku – waga superpiórkowa: Oscar Valdez – Richard Medina

PIŁKA NOŻNA



18.00 Liga niemiecka: 1. FC Köln – Bayern

Zespół Jakuba Kamińskiego czekało ciężkie wyzwanie. Bayern Monachium prezentował dobrą, równą formę, a w poprzednim meczu pokonał VfL Wolfsburg aż 8:1.

20.00 Made in Italy (16) – magazyn piłkarski
20.25 F2: Chasing the Dream – mag. motor.
20.40 Formuła 1: GP Austrii
22.40 Ligue 1 Show (35)
23.10 Made in Italy (8, 7, 6)
0.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1-3)

REALITY SHOW



22.00 Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata (3) – USA 2026

Surwiwalowcy z całego świata rywalizują w 40-dniowych zawodach bushcraftowych. W dwuosobowych zespołach walczą o najwyższą nagrodę pieniężną w historii show.

0.00 Od samochodu do domu 2 – mag.
1.00 Hot rod wg Kindiga
2.00 Najszybsze pościgi Ameryki – serial dok.
2.50 Królowie asfaltu 11
3.35 Zoom na architekturę

EUROSPORT 2 HD
13.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – prowadzenie – finały
15.00 Triathlon: T100 World Tour – Gold Coast
17.00 Snooker: Scottish Open: C. Wakelin – C. Bingyu
19.00 Cycling Show – mag.
19.30 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w Lenzerheide – cross-country mężczyzn
20.00 Kolarstwo: Tour de France – 14. i 16. etap
22.00 Discovery golf – mag.
22.30 Snooker: Scottish Open: C. Wakelin – C. Bingyu
0.00 Kolarstwo: Tour de France – 16. etap

POLSAT SPORT 2 HD
6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej
8.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
11.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
14.00 Tenis: Turniej Wimbledon LIVE – mecz 2. rundy
16.00 Tenis: Turniej Wimbledon LIVE – mecz 2. rundy
18.00 Tenis: Turniej Wimbledon LIVE – mecz 2. rundy
21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy
23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy
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 – mecz finałowy gry pojedynczej
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: Radomiak Radom – Górnik Zabrze

EXTREME CHANNEL HD
10.00 AMA Motocross Series Highlights (7)
11.00 X Games – Aspen 2020
12.00 Liquid Edge (8)
13.00 Action Sports World (7)
14.00 WWE Classic Gold
15.25 WWE Highlights (79)
15.50 WWE Classic Gold
17.00 KPW Kombat TV (11)
18.00 WWE Highlights (80)
18.30 WWE Classic Gold (63)
18.35 WWE Highlights (56)
19.00 WWE Classic Gold
20.00 AEW PPV (10)
1.00 New Japan Wrestling – Highlights (13, 2)
2.00 AMA Motocross Series Highlights (7)

ELEVEN SPORTS 2 HD
12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Bayern – TSG 1899 Hoffenheim
14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter Mediolan – SSC Napoli
16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Lipsk – Bayern
18.00 Formuła 1: GP Austrii
20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Parma Calcio 1913 – Inter
22.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (4-6) – mag.
0.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – Lille OSC
2.00 Bundesliga Special
3.20 Ligue 1 Show (33) – mag.

DISCOVERY LIFE HD
8.15 Szpital (506, 513)
10.15 Nowa Maja w ogrodzie 5 (29, 30)
11.15 Idealna niania 2 (8, 9)
12.45 Klinika bez tajemnic
14.45 Szpital (511, 506)
16.45 Idealna niania 2 (7-10)
19.45 Tajemnice salonów piękności – pr. rozrywk.
20.15 Chirurgia otyłości (12)
21.15 Nie do uwierzenia!
0.15 Sekrety lekarzy (8)
1.15 Druga twarz 2 (6) – rozr.
2.15 Związki z modą (1) – rozr.
3.15 Szpital (329, 330) – serial paradokum., Polska
5.15 Kosmetyczne rewolucje (8) – program rozrywkowy

POLSAT SPORT FIGHT HD
11.30 Sporty walki: FEN 55 w Ostródzie – walka: M. Abdurzakov – M. Pietrzak
13.35 K.O. TV Classics (22)
14.25 Sporty walki: UFC Fight Night – walka: Arnold Allen – Melquizael Costa
16.35 Boks: Babilon Boxing Show w Chojnicach: P. Stępień – S. Chusanow
18.50 Strzelnica Navala (7)
19.20 Sporty walki: Babilon MMA 45 w Nowym Targu: S. Rakowicz – P. Polityło
22.10 Atleci – magazyn sportowy
22.35 Boks: Polsat Boxing Promotions 6 w Będzinie: Marcin Siwy – Rydell Booker

POLSAT SPORT 3 HD
8.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
10.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
12.00 Tenis: Turniej Wimbledon LIVE – mecz 2. rundy
14.00 Tenis: Turniej Wimbledon LIVE – mecz 2. rundy
16.00 Tenis: Turniej Wimbledon LIVE – mecz 2. rundy
18.00 Tenis: Turniej Wimbledon LIVE – mecz 2. rundy
21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy
23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy
1.00 Sporty walki: Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
6.00 Liga+ Extra – mag.
8.10 Żużel: PGE Ekstraliga: KS Toruń – Włókniarz
11.00 Ligomistrzowe historie (3) – magazyn piłkarski
12.00 Snooker: LIVE Championship League
17.15 Premier League Stories (46) – magazyn piłkarski
18.00 Snooker: LIVE Championship League
23.15 Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga – mag.
0.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech – Legia
2.45 Premier League Stories (47) – magazyn piłkarski
3.15 Przerwa techniczna

ELEVEN SPORTS 4 HD
13.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2) – mag.
14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Union – BVB
16.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Olympique Lyon – Lille OSC
18.00 Bundesliga Special (21)
19.00 Serie A – mag. piłkarski
20.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: SL Benfica – GD Estoril Praia
22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Milan – Hellas
0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – 1. FC Heidenheim

ELEVEN SPORTS 3 HD
12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Pisa – Juventus
14.00 Piłka nożna: Liga francuska: Toulouse – Lens
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 – mecz: 1. FC Köln – 1. FSV Mainz 05
22.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Lille OSC – Stade Rennais FC
0.00 Bundesliga Special (20)
0.30 Magazyn piłkarski
1.00 Najlepsi pomocnicy Bundesligi lat 90. – mag.

CANAL+ DOKUMENT HD
11.45 Samoloty bojowe III Rzeszy (1-3)
14.45 Panama. Susza, kryzys, migranci – film dokum., Fr.
15.45 Mate Grande. Życie pod wulkanem – dok., Austria
16.45 Mount Everest z góry
17.45 Nasze małe Eldorado
18.50 Królestwo koziorożców w zagrożeniu – film dok.
19.50 Orłosęp. W obronie ginącego gatunku – dok.
20.50 Zachodni Brzeg. Wściekłość i furia – dok.
21.45 Książki, których nie spalił Hitler – dok., Niem.
22.45 Prawda czy fałsz. Psychologia trumpizmu

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń 3** – dok.
7.30 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 11** – dok.
8.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
11.00 **Poszukiwacze dinozaurów** – dok.
12.00 **Gigantyczne konstrukcje według Hammonda** – program rozrywk.
13.00 **Kosmiczna mapa skarbów** – serial dok.
15.00 **Autostrada spotkań z UFO** – serial dok.
18.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 11** – serial dok., Wielka Brytania

ID HD

6.00 **Mroczne piętno 3** – serial dokumentalny
8.00 **Żyjąc z potworem** – serial dokumentalny
10.00 **Mroczne sekrety Playboya 2** – serial dokumentalny, USA
11.00 **Mroczne sekrety Playboya 3** – dok.
12.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 8** – serial dok.
14.00 **Autostrada do piekła** – serial dok.
16.00 **Krwawy Dziki Zachód** – reality show
18.00 **W sieci kłamstw** – serial dokumentalny
20.00 **Sekrety zbrodni** – serial dokumentalny
21.00 **Ciała w wodzie** – serial dokum.

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

12.00 **Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy** (2) – dok., Kan.
13.00 **Państwa Osi: Droga ku porażce** (5) – dok.
14.00 **Normandia '44: Inwazja** (3) – film dok., Wlk. Bryt. 2020
15.00 **Alarm na lotnisku: Peru** (1, 2) – serial dok.
17.00 **Tajemnice dawnych cywilizacji** (1) – film dokum., USA 2021
18.00 **Otchłań: Powstanie i upadek nazizmu** (10) – serial dokum.
19.00 **Pustynna porażka Hitlera** – film dokum., Francja 2021
20.00 **Katastrofa w przestworzach** (3) – serial dokumentalny

FOKUS TV DVB T2

6.00 **Wehikuł czasu** (701)
6.05 **48h. Zaginieni** (57) – serial krym., Polska
7.00 **Byli sobie podróżnicy** (19-22)
8.55 **Wehikuł czasu** (701)
9.00 **Starożytni kosmici** (12) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (10, 1, 2) – reality show
12.00 **Apokalipsa – wojny 1945-1991** (5) – dok.
13.00 **Poszukiwacze historii** (5, 6) – dok.
14.00 **Najsłynniejsze akcje bojowe II wojny światowej** (1, 2) – serial dok., USA
16.00 **Dorwać tuńczyka** (2, 3) – serial dok., USA
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (4, 5) – serial dokum.

TVP HISTORIA DVB T2

6.30 **Był taki dzień** (610) – felieton, Polska
6.40 **Wojownicy czasu** – cykl reportaży, Pol.
8.30 **Czterdziestolatek** (11) – obycz., Pol. 1975
9.20 **Vasa. Okręt widmo** (1, 2) – dok., Fr. 2023
11.30 **Polskie parki narodowe** – dok., Pol.
12.05 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja
13.05 **Brytyjskie odliczanie do wojny** (3) – film dokum., Wielka Brytania 2021
14.00 **Królowie** (48) – serial historyczny, Pol. 2024
14.35 **Czterdziestolatek** (12) – obycz., Pol. 1975
15.40 **Sensacje XX wieku** – program historyczny

HISTORY HD

12.10 **Gwiazdy lombardu 24** (15)
13.05 **Starożytni kosmici 16** (1) – dok.
14.00 **Tajemnice skryte w mroku** (8) – dok.
14.50 **Największe tajemnice świata 6** (11) – serial dok., USA
15.45 **Gwiazdy lombardu 12** (55)
16.15 **Gwiazdy lombardu 25** (1)
17.10 **II wojna światowa w kolorze** (11) – dok.
18.10 **Największe tajemnice świata 5** (3) – serial dok., USA
19.05 **Starożytni kosmici 13** (16) – dok.
20.00 **Starożytni kosmici 17** (6) – dok.

DOKUMENTALNY



21.00 Śladami Wielkiej Stopy – USA 2019

Ekipa z pomocą najnowszej technologii rusza na poszukiwanie legendarnej istoty. Ekspedycja rozpoczyna się w lasach Oregonu. Natrafia na zagadkowe ślady.

23.00 **Zaginione miejsca** (2) – serial dokumentalny, USA 2019
1.00 **Autostrada spotkań z UFO** – serial dokumentalny, USA
4.00 **Poszukiwacze dinozaurów** – serial dokumentalny, USA

DOKUMENTALNY



22.00 Cztery łapy na służbie

Policja otacza budynek, w którym według zgłoszenia ukrywa się uzbrojony przestępca. Sytuacja jest napięta, a każda decyzja może mieć tragiczne konsekwencje.

23.00 **Wywiad z mordercą** – serial dokumentalny
0.00 **Zagadkowa tożsamość Benjamana Kyle'a**
2.00 **Sekrety zbrodni**
2.50 **W sieci kłamstw**
3.40 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 8** – serial dok.

DOKUMENTALNY



21.00 Ukryte pod miastami (5) – Kan.

W 1924 roku, w trakcie prac budowlanych w Waszyngtonie, natrafiono pod ziemią na labirynt. We Włoszech archeolodzy znajdują grobowiec z freskami.

22.00 **Inżynieria po katastrofie** (1) – dok.
23.00 **Najniebezpieczniejsze drogi Europy** (1) – dok.
0.00 **Katastrofa w przestworzach** (10) – serial dokum.
1.00 **Ciemna strona świata** (1) – dok., USA

POPULARNONAUKOWY



20.00 Galileo (21)

W odcinku pojawią się propozycje potraw z kapusty z różnych krajów, m.in. deseru czekoladowego. Widzowie poznają również pięć ciekawostek o Malediwach.

21.00 **Inżynierowie Hitlera: budowniczowie III Rzeszy** (4) – dok.
22.00 **Czołgi: Ewolucja machiny wojennej** (9) – serial dok., Francja
23.00 **Mordercy z Hitlerjugend**
0.00 **Starożytni kosmici** (5) – serial dok., USA

WOJENNY



17.45 Czas honoru. Powstanie (9) – Pol.

Jastrząb zdaje Krawcowi raport o dramatycznej sytuacji powstańców na Starym Mieście. Szyfrant Fibonacci ma złamać kod Inżyniera. Wilk i Milena biorą ślub.

18.35 **Generał Władysław Sikorski. Tajemnica śmierci** – film dokum., Polska 1987
19.40 **Polskie parki narodowe** – dok., Pol.
20.10 **Oficer** (4) – sens., Pol.
21.15 **Zapomniane agentki II wojny światowej** (1) – hist.

DOKUMENTALNY



21.00 David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (4)

Aktor pokazuje kulisy tajnych operacji. Przygląda się m.in. historii francuskiego buntownika, który przemycał materiały wybuchowe w bagietkach.

22.00 **Jak to wyjaśnić? 5** (17) – serial dok., USA
23.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 2** (7) – serial dok., USA
23.55 **Jak to wyjaśnić? 4** (20) – serial dok., USA
0.50 **Starożytni kosmici 17** (6) – serial dokum., USA

DISCOVERY HISTORIA HD

10.00 **Księżna Diana: Wypadek czy zamach?** (1-3) – film dokumentalny
13.00 **Podziemne sekrety** (8)
14.00 **Łowcy staroci: Renowacje** (9, 10) – dok.
16.00 **Wolna miłość w PRL**
17.00 **Skarby z szopy – klasyki**
18.00 **Śmierć Diany: dwa śledztwa** (1-4) – serial dok.
22.00 **Wyścigi po antyki** – dok.
23.00 **Księżna Diana: Wypadek czy zamach?** (1-3) – film dokumentalny
2.00 **Pasja – sposób na życie**
3.35 **Profesjonaliści** – cykl dok.
4.25 **Bitwy żołnierza polskiego** – cykl dokum.

PLANETE+ HD

13.45 **Ocalić raj** (1) – serial dok.
14.50 **Najpiękniejsze rzeki świata 2** (8) – serial dok.
15.50 **Niezwykłe podróże koleją 8** (3) – serial dok., Fr.
16.55 **360° Świat bez granic** (23) – serial dokum., Francja
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4** (55, 56)
18.45 **Życie codzienne w Protektoracie Czech i Moraw** (1) – film dokum.
19.45 **Homo plasticus** – dok., Fr.
20.50 **Kto zapłacił za II wojnę światową?** – film dokum.
22.00 **TikTok. Chińska superbroń** – film dok., Fr.
23.10 **Seks chrzęszczący chityną** – film dok., Kan.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

8.00 **Zwierzęta parków narodowych USA** – dok.
9.00 **Niezwykły dr Pol**
12.00 **Najdziwniejsze zwierzęta świata** (1)
13.00 **Dzikie oblicza Ameryki**
13.30 **Zwierzęcy geniusze**
14.00 **Sekretne życie ośmiornic** (1) – serial dok.
15.00 **Walki zwierząt** (2) – dok.
16.00 **Dziewicza Ameryka** (1)
17.00 **W świecie szympansów**
18.00 **Amazonia** (1) – film dok.
19.00 **Królestwo drapieżników: Rebelia**
20.00 **Niszczycielskie żywioły 2** (6) – serial dok.
21.00 **Niezwykły dr Pol**

POLSAT VIASAT NATURE HD

9.55 **Dziki Zachód** (1) – dok.
11.00 **Życie ekstremalne** (1)
12.05 **Zwierzęta: mistrzowie survivalu 2** (2) – serial dok.
13.15 **Zabójcza pogoda 2** (10)
14.20 **Wielkie rzeki** (1) – dok.
15.25 **Dziki Zachód** (1) – dok.
16.35 **Oaza Wielkiego Brata** (1)
17.50 **Łikaony: stado vs. reszta świata 2** (1, 2) – serial dok.
18.55 **Wielkie rzeki** (1) – dok.
20.00 **Zwierzęta: mistrzowie survivalu 2** (3) – serial dok.
21.05 **Dziki Zachód** (1) – dok.
22.15 **Życie ekstremalne** (1)
23.20 **Łikaony: stado vs. reszta świata 2** (1, 2) – serial dok.
0.25 **Zabójcza pogoda 2** (10)

BBC EARTH HD

13.20 **Mroźna planeta** (6) – dok.
14.25 **W okowach mrozu 3** (4)
15.25 **Życie na pustkowiu: powroty 3** (9) – serial dok.
16.25 **Cywilizacje: rozkwit i upadek** (3) – serial dok.
17.40 **Dziewicze zakątki Ziemi** (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.45 **Malownicze trasy kolejowe 2** (6) – serial dok.
19.45 **Pociągiem przez starożytną Grecję** (2) – serial dok., Wlk. Bryt. 2025
20.55 **Życie na pustkowiu: powroty 4** (1) – serial dok.
21.55 **W okowach mrozu 3** (5)
22.55 **Cywilizacje: rozkwit i upadek** (4) – serial dok.

ANIMAL PLANET HD

13.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.
14.00 **Resocjalizacja z pitbullem** – serial dok.
15.00 **Kot z piekła rodem 7**
17.00 **Dwa oblicza survivalu**
18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych** – serial dok.
19.00 **Mieszkanie na pniu**
20.00 **Kot na drzewie** – dok.
21.00 **Weterynarz z Alaski**
22.00 **Projekt akwarium** – dok.
23.00 **Resocjalizacja z pitbullem** – serial dok.
0.00 **Supermoce małych stworzeń** – serial dok.
1.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.

TVP DOKUMENT HD

13.55 **Szmaragdowe wyspy** (2)
14.55 **Król łąk** (2) – cykl dokum.
15.45 **Przyczyny upadku cywilizacji Majów** – dok.
16.50 **Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem** (3) – serial dok.
17.50 **Sanatorium miłości 4** (1)
18.50 **Grzesiuk, chłopak z ferajny** – film dok., Pol.
20.00 **Największe wycieczkowce świata**
21.05 **W objęciach lodu** – dok.
22.10 **Lucia w pajęczej sieci** (3)
23.10 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
23.20 **Oblicza wojny** – film dok.
0.25 **Sanatorium miłości 3**

POLSAT DOKU HD

12.30 **Wojny kontenerowe** (1)
13.05 **Poszukiwacze historii**
14.00 **Świat według Kim Dzong Una** – film dok., Fr.
15.15 **Poszukiwacze historii**
16.10 **Najsłynniejsze napady**
17.15 **Megakonstrukcje przeszłości** (4) – dok., Fr.
18.30 **Tajna historia Białego Domu** – film dokum., USA
19.15 **Policjanci** (32) – dok., Pol.
19.45 **Kolaboranci Hitlera** (1)
20.55 **Piekło na Ziemi** (5) – dok.
22.00 **Potęga i mit hitlerowskiego SS** (1)
23.05 **Ostatnie dni nazistów** (4) – serial fab.-dokum., USA
0.10 **Kroniki Hitlera** (5) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

12.10 **Złoto Jukonu 4** (11) – dok.
13.10 **Samochody marzeń** (3)
14.10 **Australijscy poszukiwacze złota 5**
16.10 **Drwale z Kolumbii Brytyjskiej 2** (1) – dok.
17.10 **Ostatni kapitanowie** (8)
18.00 **Klątwa umarlaka: W poszukiwaniu zaginionego złota 2** (8)
18.55 **Australijscy poszukiwacze złota 10**
21.00 **Złoto Jukonu 5** – dok.
22.00 **1992: Wielka Gra** (2, 3) – film dokumentalny, Pol.
23.20 **Special Ops: Prawda**
0.30 **Poszukiwacze klejnotów: Australia 2**

POLSAT VIASAT HISTORY HD

14.10 **Życie rzymskiego żołnierza** (1, 2) – dok., Fr.
16.25 **Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze** (3)
17.35 **Punkty zwrotne II wojny światowej** (1)
18.40 **II wojna światowa – wielkie bitwy w Europie** (8) – serial dok.
19.50 **Sanxingdui: zaginione miasto** – film dokum., Fr.
21.00 **Naziści: korzenie zła** (23)
22.05 **Kleopatra: tajemnicza władczyni** (3) – serial dok.
23.20 **Hitler i jego władza** (3)
0.30 **Zaginione miasta Biblii** (1, 2) – film dok., Wlk. Bryt.

CI POLSAT HD

15.05 **Tajemnice polskich morderstw** (5) – dok., Pol.
16.00 **Pogrzebani za domem 3** (1) – serial dokumentalny
17.00 **Lepiej nie otwieraj drzwi** (7) – serial dokum.
18.00 **Z archiwum 997** (3, 4)
19.00 **Dowody zbrodni: ślady DNA** (5) – serial dok., USA
20.00 **I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5** (13) – dok.
21.00 **Chippendales: mroczne sekrety** (1) – serial dok.
22.00 **Spowiedź seryjnego mordercy** (3) – serial dok.
23.00 **Dowody zbrodni 4** (17)
23.55 **Kobiety, które niosły śmierć 11** (2) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 **Niezwykłe Stany Prokopa** (4-7) – pr. rozr.
10.10 **Kobieta na krańcu świata** (4-7) – serial dok.
12.30 **Ciężarówką przez Stany**
14.55 **Brazylijskie uczty uliczne z Andym Batesem** (7-10) – dok.
17.00 **Człowiek kontra świat** (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.00 **Japonia na talerzu** – dok.
19.00 **Małżeństwo w dżungli**
21.05 **Bimbrownicy** (8, 9) – dok.
23.10 **Kobieta na krańcu świata** (5-7) – serial dok.
0.55 **Człowiek kontra świat**
1.55 **Japonia na talerzu** – dok.
3.00 **Bimbrownicy** (8, 9) – dok.

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

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA
15.10 **Zakochaj się w Polsce** – magazyn
15.35 **20 x 20 lat TVP Kultura** – cykl fel.
16.00 **Zaraz wracam 2** (104) – serial obycz.
16.30 **Barwy szczęścia** (3334) – serial obycz.
17.00 **Gra słów. Krzyżówka** (1052) – teleturniej
17.30 **Teleexpress**
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **Ludzie z dobrego towarzystwa**
18.45 **Info Wilno** – pr. inf.
19.05 **Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny** – inf.
19.15 **Laskowik & Malicki**
20.10 **Program informacyjny 19.30**

TVP ROZRYWKA
6.10 **Zakochaj się w Polsce** (244) – mag.
6.40 **Gra słów. Krzyżówka** (1131)
7.10 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
8.20 **Familiada** – telet.
8.55 **Va banque** (934)
9.25 **Koło fortuny** (2041)
10.05 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Matki, żony i kochanki** (14) – serial obycz., Polska
14.15 **Rodzinka.pl** (191) – serial kom., Pol. 2016
14.50 **Program rozrywkowy**
15.20 **Lato z Radiem i Telewizją Polską**

POLSAT CAFÉ
6.00 **Przyjaciółki** (57, 58) – obycz., Polska 2015
8.00 **Co ludzie powiedzą** (3, 4) – serial komediowy
9.25 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (37, 38) – reality show
12.30 **Bogaty dom – biedny dom** (132, 133) – reality show, Polska
14.30 **10 lat młodsza w 10 dni** (1, 2) – program rozrywkowy
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (43) – reality show
Apartament kucharzy nagle wypełnia się dymem. Na ratunek przybywają strażacy.

TV 4 DVB T2
6.00 **Strażnik Teksasu** (20, 21) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (68)
8.55 **Policjantki i Policjanci** (496, 497)
10.55 **Na ratunek 112** (1154, 1155) – paradok.
11.55 **Dlaczego ja?** (1523, 1524) – paradok.
13.55 **Trudne sprawy** (930, 1344, 1305)
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1392) – serial obycz., Polska
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (487)
19.00 **Policjantki i Policjanci** (1393) – serial obycz., Polska
20.00 **Uroczysko** (193, 194) – serial krym., Polska

TTV HD DVB T2
9.35 **Kartoteka** (1)
10.35 **Detektywi** (13, 14)
12.35 **Zakup w ciemno 3** (38) – reality show
13.35 **Zakup w ciemno 7** (23) – reality show
14.35 **Nic do zgłoszenia** (1)
15.35 **Złomowisko PL 4**
16.45 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, sport**
17.05 **Gogglebox. Przed telewizorem 17** (6)
18.05 **Zakup w ciemno extra** (26)
18.45 **Niezwykłe Stany Prokopa 4** (1, 2)
19.45 **Express** – pr. inform.
20.05 **Zakup w ciemno 7** (31) – reality show
21.05 **Zakup w ciemno extra** (29)
21.45 **Express** – pr. inform.

TVN STYLE HD
5.15 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (2) – reality show
5.50 **Damy i wieśniaczki. PL 8** (13) – fab.-dok.
6.45 **Śluby marzeń** (1) – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Ugotowani** (9, 10) – pr. kulin.-rozrywk.
13.30 **Kuchenne rewolucje** (16, 15) – program rozrywkowy
15.35 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (1, 2) – reality show
17.05 **W czym do ślubu?** (1) – program rozrywk.
17.40 **Kuchenne rewolucje** (13, 1, 2) – program rozrywkowy

20

OBYCZAJOWY



20.50 Miłość nad rozlewiskiem (2, 3)

Małgosia chce pomóc Jaśkowi. Elwira zamierza sprzedać sklep i otworzyć salon piękności. Marysia i Antek wracają do Warszawy. Paula zostaje na Mazurach.

22.35 Rozmowy (nie) wygodne – pr. publ.
23.05 Niezwykłe miejsca
23.15 Dziennik regionów
23.40 Tamte lata, tamte dni – magazyn kult.
0.10 Słowo daję! – mag.
0.20 63. KFPP w Opolu – Premiery – skrót koncertu

TELETURNIEJ



17.25 Va banque (935)

Radosław Kotarski to znany popularyzator wiedzy, pisarz i dziennikarz. W prowadzonym przez niego programie zmierzy się ze sobą troje ambitnych uczestników.

18.00 Koło fortuny (2042)
18.35 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin.
19.40 Makłowicz w podróży – mag.
20.15 Postaw na milion
21.10 Kabaret Letnią Porą (26) – pr. rozrywk.
22.10 Rodzinka.pl (53) – serial kom., Pol. 2012
22.50 Tak to leciało! (65)

REALITY SHOW



18.00 Nasz nowy dom (310, 311) – Pol. 2024

Niepełnosprawny Sławomir mieszka z rodziną w poniemieckim domu. Skromne dochody rodziny nie pozwalają na remont. Pomoże ekipa Elżbiety Romanowskiej.

20.00 Bogate dzieciaki bez kasy (19-21)
23.00 Gry małżeńskie (140, 141)
1.00 Kolacja w ciemno (82, 83) – pr. rozrywk.
3.00 Więzienie kobiet (106, 107) – dok., Pol.
4.00 Zdrady (141, 142) – serial paradokum.

KRYMINALNY



21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (123)

Kiszczak oraz Szreder poszukują zabójcy hotelarza Lipskiego. Znajdują karty SD z nagraniami potajemnie rejestrowanych zbliżeń.

22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1006)
23.00 Samolot z forsą
FILM – film sensacyjny, USA 2020, 110 min
0.50 Love Island. Wyspa miłości (24)
1.55 Hardkorowy lombard 2 (17) – dok.
2.25 Interwencja

ROZRYWKOWY



22.00 Idź na całość 2 (9)

Uczestnicy mogą wygrać niemal trzy miliony złotych. W każdym odcinku podejmują ryzyko i próbują unikać zonka. Prowadzą Zygmunt Chajzer i Robert Motyka.

23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (11)
0.00 Nic do zgłoszenia 6 (7) – serial dokum., Pol.
1.00 Życie na kredycie 8 (5, 6) – reality show
2.10 Dobra robota (9)
3.00 Detektywi. Na zlecenie 2 (24, 25) – serial fab.-dokum.
4.10 Szpital (599)

DOKUMENTALNY



20.50 Jestem z Polski (7) – Polska 2023

Beata od niemal dekady mieszka w okolicach Manchesteru. Filmowcy odwiedzają lokalne atrakcje, w tym katedrę i jedno z największych Chinatown w Europie.

21.50 Jestem z Polski 16 (19) – serial dokum.
22.50 Hotel Paradise 6 (19)
23.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9
1.35 Dorota was urządzi! (1) – program rozrywk.
2.20 Nieoczywiste miejsca (11) – dok.

TVP HD HD
11.20 **Na sygnale** (639, 640)
12.25 **Ojciec Mateusz 6** (70)
13.20 **Komisarz Alex 3** (34)
14.15 **Ranczo 6** (67, 68) – obycz.
16.10 **Super Gary. Gotuj z Bosacką!** (8) – mag.
16.40 **Operacja zdrowie** (79)
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 24** (312)
19.20 **Ranczo 6** (76) – obycz., Pol.
20.10 **Rodzinka.pl** (279, 280)
21.25 **Ojciec Mateusz 32** (409)
22.20 **1941** – komedia, USA
FILM 1979, 130 min
0.30 **Morderstwa na Côte**
FILM **Bleue** – film kryminalny, Francja/Bel. 2024, 110 min

TVS HD
15.45 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel** – krym., Austria
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny** – serial obycz.
19.50 **Rosamunde Pilcher:**
FILM **Śniadanie u Tessy** – melodramat, Niemcy 2024, 120 min
21.50 **Rosamunde Pilcher:**
FILM **Węże w raju** – melodramat, Niemcy 2013, 105 min
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

ZOOM
8.05 **Strażnik Teksasu 9** (2, 3)
9.55 **MacGyver 2** (21, 22)
12.05 **Pułapki umysłu 7** (4)
13.15 **Wojny magazynowe: Kanada 2** (10-13)
15.35 **Pod pokładem 11** (17)
16.35 **Dynamo: Więcej niż magia** (2) – dok., Wlk. Bryt.
17.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
20.00 **Kobra – oddział specjalny 23** (15, 16)
22.00 **Pod pokładem: Morze Śródziemne 9** (1)
23.00 **Adam szuka Ewy VIP. Holandia 2** (5) – pr. rozr.
0.00 **Magia nagości. Polska 4**
1.10 **Magia nagości** (8) – rozr.

TLC HD
11.00 **Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporami** – reality show
13.00 **Dr Pryszczylla 3** – dok.
14.00 **Dr Pryszczylla 4** – dok.
15.00 **Wiza na miłość: pościelowe rozmowy 11**
16.00 **Historie wielkiej wagi**
18.00 **Pokonać otyłość** (2)
19.00 **Wiza na miłość: Romans na Karaibach 3**
20.00 **Nie do uwierzenia!**
21.00 **Skórze na ratunek 8**
22.00 **Twarz od nowa** – dok.
23.00 **Moje koszmarne stopy 2** – serial dok., USA
0.00 **Dr Pryszczylla – kulisy**
1.00 **Nie do uwierzenia!**

C+ KUCHNIA HD
13.25 **M jak mięso 6** (3, 4) – dok.
14.25 **ABC gotowania – kuchnia francuska** (2)
14.50 **U sąsiadów w kuchni 12**
15.45 **Z pola na stół 2** (2, 3)
16.40 **Jamie Oliver: jedz na zdrowie** (3) – dok.
17.35 **Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień**
18.25 **Maximum Foodie 4** (6)
19.00 **M jak mięso 6** (1) – dok.
19.25 **M jak mięso 8** (5, 6) – dok.
20.15 **Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień**
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 10**
23.55 **M jak mięso 10** (5, 6)
0.50 **Top Chef 22** (1)

TVN TURBO HD
11.15 **101 napraw** (9, 10) – mag.
12.15 **Jeździć, obserwować**
13.00 **Mobilni mechanicy** (1, 2)
14.30 **Zawodowi handlarze**
16.00 **Wojny samochodowe**
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Z drugiej ręki** (10, 4)
19.45 **Moto kombat** (6) – mag.
20.30 **Zawodowi handlarze**
21.15 **Naprawy nie do naprawy** (3) – mag.
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Jeździć, obserwować**
23.45 **Duda kontra Szafrański** (10) – program rozrywkowy
0.30 **Nauka jazdy** (21) – pr. rozr.
1.00 **101 gadżetów motoryzacyjnych** (1)

NOWA TV DVB T
9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (12) – kom., Pol.
10.00 **Miodowe lata** (11) – kom.
10.30 **Więzienie** (116) – dok., Pol.
11.15 **Poirot 12** (3) – serial krym.
15.00 **Świat według Bundych 7** (157) – kom.
15.30 **Świat według Bundych 8** (158-162)
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (9) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (8-11)
21.00 **Zdrady** (3) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (37, 38, 102) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (83, 84)
3.50 **Wehikuł czasu** (701, 630)
4.00 **Sala operacyjna** (14, 1)

METRO
8.30 **Szpital** (776, 777)
10.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (345, 346)
12.30 **SOS Ekipy w akcji** (25)
13.30 **Brzydula** (21, 22) – kom.
14.35 **Kiedy ktoś kocha bardziej** (10) – obycz.
15.45 **The Floor** (15, 16) – telet.
17.00 **Fani czterech kółek 17**
18.00 **Prawo Agaty 6** (12)
19.00 **Kartoteka** (12) – fab.-dok.
20.00 **Kartoteka 2** (1) – fab.-dok.
21.05 **Kryminalni 2** (10, 11)
23.15 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11** (5) – serial kryminalny, USA/Kan. 2010
0.20 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4** (12) – dok.

ANTENA HD DVB T2
11.55 **Klątwa Wyspy Dębów 6**
13.50 **Australijscy poszukiwacze złota 2**
15.50 **Wojny kontenerowe**
16.50 **77 TV 3** (4, 6) – pr. rozrywk.
18.50 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (4) – serial kryminalny
20.00 **Alex Hugo – górski detektyw** (7) – serial krym.
22.10 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (1) – serial kryminalny, Fr.
23.20 **Detektywi z Bordeaux 4** (8) – serial krym., Fr./Belgia
0.35 **Co Polak potrafi na drodze?** (1, 2) – pr. rozr.
2.55 **Kabaretowy szał** – rozr.

WP DVB T
12.00 **Wariaci za kierownicą 5**
13.00 **Makłowicz w podróży**
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3** (22, 16, 17)
16.55 **Pogoda**
17.00 **Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 4** (3)
19.00 **Strażacy z sąsiedztwa 2** (10) – serial dok., Pol. 2026
20.00 **Policjanci z sąsiedztwa 5** (19, 20)
21.50 **Pogoda**
22.00 **Przebojowe kabarety** (1)
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 11** (8) – program rozrywkowy
0.00 **Tajemnice polskich morderstw** (1-3) – dok.
3.05 **Mistrzowie Kabaretu 2**

C+ DOMO HD
11.55 **Po pierwsze: lokalizacja!** (2)
12.50 **Gardeners' World 16**
14.00 **Kupcie sobie zamek! 2**
15.55 **TkaniNOWE kreacje** (4, 5)
16.50 **Gardeners' World 14** (2)
18.00 **Ucieczka na wieś 22** (7)
19.00 **Wielkie projekty: nasza ulica 3** (6) – dok., Wlk. Bryt.
20.00 **Daleko od miasta 10** (1, 2) – serial dok., Pol. 2023
21.00 **Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo** (1) – dok., Kan.
22.00 **Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 8** (7)
22.30 **Patent na zieleń** (8)
22.55 **Daleko od miasta 14** (8)

HGTV HD
11.05 **Zarobić na remoncie 10**
11.40 **Usterka 11** (6, 7)
13.05 **Moje miasto, mój dom 8**
15.05 **Mieszkanie na miarę 2**
17.00 **Polowanie na ogród 7** (9)
17.35 **Polowanie na ogród** (1)
18.10 **Zgłoś remont 4** (3) – rozr.
19.05 **Będzie pięknie** (7) – rozr.
20.05 **Dorota inspiruje 3** (7)
21.00 **Dorota was urządzi!**
22.30 **House Hunters – Poszukiwacze domów 7** (5, 6) – pr. rozr.
23.35 **House Hunters – Poszukiwacze domów 8** (1, 2) – pr. rozr.
0.45 **Kupujemy dom na plaży 29** (3, 4) – dok.

P! Premiera w TV

STACJE DZIECIĘCE | STACJE INFORMACYJNE

POLSAT 2 HD

5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (294) – reality show
7.30 Na ratunek 112 (915, 916) – serial paradokumentalny, Polska 2024
8.30 Sekrety rodziny (366-368) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.30 Trudne sprawy (944) – serial paradokumentalny, Polska 2020
12.30 Dlaczego ja? (1338, 1339) – serial paradokum., Pol. 2024
14.30 Świat według Kiepskich (504-508) – serial komediowy, Polska

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 Wydarzenia
6.45 SuperLudzie Extra (61) – magazyn
6.55 Na ratunek 112 (700, 701) – paradok.
7.55 Doktor Martin (45, 46) – serial obycz.
10.00 Wydarzenia
10.30 SuperLudzie 2 (31)
11.00 SuperLudzie (32)
11.30 Świat według Kiepskich (433-436)
13.30 Bitwa o palety (22)
14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6 (58)
16.00 Ninja Warrior Polska (30)
18.00 Świat według Kiepskich (501, 502, 545, 546)
20.00 Złomiarze (3) – dok.

TV 6 DVB T

6.00 Więzienie (148, 149) – serial dok., Pol. 2023
6.55 Policjantki i Policjanci (695, 696) – serial obyczajowy, Polska 2020
8.50 Kobra – oddział specjalny (14, 15) – serial sens., Niemcy
10.55 48h. Zaginieni (127-129) – serial kryminalny, Pol. 2022
13.55 Policjantki i Policjanci (1193) – serial obycz., Polska
14.55 Uroczysko (31, 32) – serial kryminalny, Polska 2023-2024
15.55 Kobra – oddział specjalny (16, 17) – serial sensacyjny, Niemcy 1997

BBC FIRST HD

6.00 Zagadki doktora Blake'a 2 (9) – krym.
6.55 Śledztwa siostry Bonifacji 3 (1, 2)
8.45 Lewis 4 (4) – krym.
9.40 Ojciec Brown 13 (8)
10.40 Śmierć pod palmami 15 (4)
11.45 Zagadki doktora Blake'a 2 (9) – krym.
12.55 Śledztwa siostry Bonifacji 3 (3, 4)
14.55 Ojciec Brown 7 (2)
16.00 Lewis 4 (4) – krym.
17.00 My Life is Murder 2 (6) – serial kryminalny
18.00 Morderstwa w Midsomer 20 (4) – krym., Wlk. Bryt. 2018
19.50 Śmierć pod palmami 15 (5) – serial kryminalny

TVP ABC DVB T2

10.20 Bajki Bolka i Lolka
10.30 Bolek i Lolek na wakacjach (1)
10.45 Rodzina Treflików
11.10 Odo (13-15) – anim.
11.35 Stacyjkowo
11.55 Pszczółka Maja (5)
12.25 Domisie – dla dzieci
13.00 Przyjaciele (1)
13.20 Tru i Tęczowe Królestwo (5) – anim.
13.45 Świnka Peppa
14.10 Pająk Lucas 2 (9, 10)
14.30 Oli i Luna (9, 10)
14.55 Oktonauci (9, 10)
15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (5) – mag.
15.40 Billy – chomik, który został kowbojem (5, 6) – serial anim., Fr.
16.05 Pat i świat (13-15)
16.35 Rev i Roll (37, 38)

TVN 24 HD

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

KRYMINALNY



17.00 48h. Zaginieni (145, 146) – Pol. 2022

Barbara zgłasza zniknięcie syna. Zdaniem kobiety lokalny komisariat nie przykłada się do poszukiwań, więc domaga się przekazania sprawy do Warszawy.

19.00 Gliniarze (990)
20.00 Ślad (66) – krym., Pol.
21.00 Gliniarze (785)
22.00 Ambulans (5) – dok.
23.00 Świat według Kiepskich (351, 352)
0.00 Ślad (89) – krym., Pol.
1.00 Zdrady II (8)
2.10 Wydarzenia
2.55 Ewa gotuje (543)

SENSACYJNY



21.00 Nieobliczalny FILM – USA/Rumunia 2006, 120 min

Były agent Foster zabiera swoją córkę w podróż do Europy. Nie wie, że dawni koledzy zamierzają wykorzystać go do przemycenia niebezpiecznego wirusa poza USA.

23.00 Na południe od nieba FILM – film krym., USA 2021, 145 min
1.25 Świat według Kiepskich (363-367) – serial kom., Pol. 2011
4.00 Nasz nowy dom (237, 238) – reality show, Polska 2021

SENSACYJNY



18.00 Strażnik Teksasu (22, 1) – USA

Bandyci zabijają członków rodziny bogatego małżeństwa i porywają córkę innego. Chcą zastraszyć ludzi zamożnych. Walker rozpoczyna śledztwo.

20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (187, 188)
21.55 Czarna lista (19)
22.55 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (701, 702) – krym., Pol.
0.55 Kości (101, 102)
2.50 Cobra Kai (23)

KRYMINALNY



21.00 McDonald i Dodds 2 (2) – Wlk. Bryt.

Angela i jej cztery przyjaciółki świętują urodziny jednej z nich w Bath. Ginie mężczyzna, który bawił się z nimi poprzedniego dnia. Dowody wskazują na winę Angeli.

22.55 Na niebieskich światłach 3 (1, 2)
1.05 Śmierć pod palmami 15 (5)
2.10 Morderstwa w Midsomer 20 (4)
3.55 My Life is Murder 2 (6) – serial kryminalny
4.40 Moja rodzinka 2 (5)
5.10 Ojciec Brown 13 (8)

ANIMOWANY



17.05 Pszczółka Maja (9, 10) – Niemcy/Francja 2012

Maja i Gucio przypadkowo usypiają cały rój. Muszą szybko zebrać pyłek z kwiatów, które otwierają się tylko na jeden dzień w roku.

17.30 Petronix: Obrońcy zwierząt (9, 10)
18.00 Kucharz Shane
18.25 Leo da Vinci 2
19.00 Ptyś i Bill
19.10 Czarodziejskie miasteczko Pinokia
19.25 Piotruś Królik
19.45 Wegezaury 2
19.50 Lupin wśród bajek

MAGAZYN



21.00 Polska i świat

Codzienny autorski program, który podsumowuje najważniejsze wydarzenia z kraju i z zagranicy, budzące szczególne zainteresowanie wśród polskich obywateli.

22.00 Szkło kontaktowe
23.00 Dzień po dniu – mag.
0.27 Biznes – pr. publicyst.
0.45 Fakty po Faktach
1.20 Kropka nad i – publ.
1.50 Tak jest – pr. publ.
2.50 Nowa Maja w ogrodzie – mag.
3.10 Akademia ogrodnika – mag.
3.20 Kropka nad i – publ.

POLSAT PLAY HD

6.00 Budowlańcy (1) – dok.
6.30 Kołowrotek (196) – mag.
7.00 Dorwać tuńczyka (6, 7)
9.00 Wojny magazynowe 15
10.00 Wojny kontenerowe (13, 1) – serial dokum., USA
11.00 Hardkorowy lombard (10-15) – serial dokum., USA
14.00 Polacy za granicą
16.00 Złomiarze (23, 24) – dok.
18.05 Poszukiwacze historii (141, 144-146) – dok., Pol.
20.00 Zawód glina (12) – dok.
21.00 Złomiarze (53) – dok., Pol.
22.00 Więzienie (218) – dok.
22.30 Łowca pedofilów (243)
23.00 Więzienie (180-189) – dok.
4.00 Starożytni kosmici

FOOD NETWORK HD

9.15 Gotowanie na ranczu z Guyem (13, 14, 1) – mag.
10.55 Sztuka mięsa (5-8) – mag.
13.10 Sąsiedzi kontra sąsiedzi
14.10 Akcja: Restauracja! (10)
15.10 24/24 (2) – maraton kulin.
16.15 Kuchenne rewolucje (2)
17.15 Sexy kuchnia Magdy Gessler (3) – mag. kulin.
17.50 Miłość od kuchni (1)
18.50 Dziecięce mistrzostwa wypieków 11 (3)
19.50 Bójka na plaży 2 (5)
20.50 Ogniem i patelnią 3 (8)
21.55 Pyszne miejscówki (13)
23.00 Akcja: Restauracja! (10)
0.00 Człowiek kontra jedzenie (14, 1, 2) – mag.

POLSAT RODZINA HD

9.35 Jeźdźcy smoków na końcu świata (4, 3, 2)
10.55 Świat z góry. Jedwabny Szlak (3) – dok., Singapur
12.00 Bogaty dom – biedny dom (125) – reality show
13.00 Rodzina zastępcza (209, 210) – kom., Pol. 2005
14.55 Wielkie wycieczkowce
15.55 Świat z góry (1, 2) – dok.
17.10 Pingwiny z Madagaskaru 3 (1-4)
19.05 Rodzina zastępcza (301) – serial komediowy, Polska
20.00 Miodowe lata (7, 8, 92)
22.00 Nasz nowy dom
23.55 Sekretny świat amiszów – dok., Wlk. Bryt.

BBC LIFESTYLE HD

13.35 Domy gwiazd z Abbey Clancy (1) – pr. rozrywk.
14.40 Mistrzowie szycia 11 (6)
15.45 Zapraszam do stołu: Wielka porcja 19 (1)
17.50 Hiszpański rodeo Amandy i Alana (5, 6)
18.50 Mistrzowie ceramiki 4
19.50 Wielkie brytyjskie wypieki 12 (10) – pr. rozr.
21.00 Mistrzowie szycia 11 (7)
22.00 Zapraszam do stołu: profesjonaliści (5) – rozr.
23.00 Wstydliwe choroby: Nastolatki 2 (3) – dok.
23.55 Kuchenne koszmary USA 8 (3, 4) – serial dok.
1.40 Hotel Savoy 2 (1, 2) – dok.

NICK JR. HD

16.00 Świnka Peppa 5 (1)
16.10 Małe Królestwo Bena i Holly (1) – serial anim.
16.40 Psi Patrol 4 (1) – anim.
17.00 Rubble i jego ekipa 2 (16)
18.00 Barbapapa i jego rodzinka (20) – serial anim.
18.30 Tim Rex wśród gwiazd 2 (6) – anim., Wlk. Bryt./Dania
18.55 Przygody Misia Paddingtona 2 (22)
19.25 Przygody Misia Paddingtona (18, 1)
20.01 Świnka Peppa (4-8)
20.30 Małe Królestwo Bena i Holly (5) – serial anim.
21.00 Barbapapa i jego rodzinka 2 (8-10) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.55 Pogoda
15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny
15.30 Sport, pogoda
15.50 Wydarzenia 15:50
16.10 Więcej „Wydarzeń" – inf.
16.30 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.
18.00 Punkt widzenia Szubartowicza – pr. publ.
19.15 Gość „Wydarzeń" – publ.
19.50 Debata Gozdyry – publ.
21.50 Wydarzenia wieczorne
22.30 Dzień na świecie – pr. inf.
23.30 Obraz dnia – serwis informacyjny
0.00 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.

TVP KOBIETA DVB T2

13.00 Na dobre i na złe (575)
14.00 Omnibus – szybcy i mądrzy (13) – teleturniej
14.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka
15.00 Piękno, zgłoś się! (1)
15.30 Ojciec Mateusz 34 (439, 440) – krym., Pol. 2025
17.30 Wyspa Świętej Heleny
18.30 Gabi Drzewiecka zaprasza (4) – talk-show
19.30 Miłość i nadzieja (291)
20.30 Wichrowe wzgórze (272) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 La Promesa – pałac tajemnic (264) – obycz.
22.30 Figurant – dramat obycz., FILM Polska 2023, 125 min

E! ENTERTAINMENT HD

10.40 Plastyczna fuszerka
12.30 Z kamerą u Kardashianów (13, 14)
14.20 Tyler Henry – medium z Hollywood (11) – pr. rozr.
16.10 Plastyczna fuszerka
18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
18.30 Z kamerą u Kardashianów (20)
20.30 Tyler Henry – medium z Hollywood – pr. rozrywk.
22.30 Plastyczna fuszerka
0.30 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
1.00 Z kamerą u Kardashianów (13, 14)
3.00 Plastyczna fuszerka

TV TRWAM DVB T

16.30 Rozmowy o edukacji (5)
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 Odnaleźć siebie (32)
19.30 Bóg z nami (1) – anim.
20.00 Informacje dnia
20.20 Różaniec
20.50 Myśląc Ojczyzna
21.00 Apel Jasnogórski
21.20 Informacje dnia
21.40 Polski punkt widzenia
22.00 Przetrwaliśmy
22.30 Był człowiek posłany

BBC BRIT HD

9.20 Top Gear: Wyprawa marzeń 2 (2) – film dokum.
10.25 Warsztat Hammonda 5
11.25 Elon Musk Show (1)
12.35 Top Gear 7 (3) – mag.
13.40 Warsztat Hammonda 5
14.40 Cuda inżynierii 6 (6)
15.40 Najsłabsze ogniwo 3 (3)
16.45 Elon Musk Show (1)
17.50 Top Gear 7 (4) – mag.
18.55 Cuda inżynierii 6 (6)
20.00 Elon Musk Show (2)
21.00 Bolsonaro: chłopcy z Brazylii (3) – serial dok.
22.00 USA kontra Chiny: starcie supermocarstw
23.15 Top Gear 7 (3) – mag.
0.20 Najsłabsze ogniwo 3 (3)

MINI MINI+ HD

15.10 Baranek Shaun (17-19)
15.36 Jeżyk Happy (3, 4) – anim.
15.55 Mały Charlie (12) – anim.
16.05 Mega Ekspres (23, 24)
16.30 Ciekawski George 6 (4)
17.00 Tomek i przyjaciele 20
17.25 Staś i fajna Babcia
17.50 Moje urodziny – dla dzieci
17.56 Smerfy (36) – serial anim.
18.25 Leśna rodzina: Pamiętnik Frei (1, 2)
18.50 Baczne oczka (11, 12)
19.05 Kicia Kocia 2 (12, 13)
19.25 Mały Charlie (12) – anim.
19.36 Jeżyk Happy (3, 4) – anim.
19.52 Basia 2 (9) – serial anim.
20.05 Wierszyki domowe
20.35 Dolina Muminków 3 (1)

TVP 3 DVB T2

13.00 Agrobiznes
13.20 Agropogoda
13.30 Daję słowo – Maciej Orłoś – talk-show
15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – program religijny
15.20 Serwis Info Dzień – inf.
15.30 Program lokalny
19.30 Całkiem niezła historia
19.45 Kryminalna siódemka
20.00 Dziennik regionów – inf.
20.10 Pogoda
20.13 Gość Regionów – pr. publ.
20.30 Telekurier – mag., Polska
21.00 Program lokalny
22.00 Dziennik regionów – inf.
22.30 Złoty chłopak (185) – serial obycz., Turcja 2022

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

Warto zobaczyć

11.35 TVP KULTURA

Profesor na drodze

OBYCZAJOWY Uczniowie szkoły dla dorosłych muszą godzić naukę z pracą, aby zdobyć świadectwo dojrzałości. Wspiera ich polonista. *Reż.: Zbigniew Chmielewski, A: Jolanta Bohdal, Jerzy Braszka, Andrzej Jurczak*

Polska 1973 **90 min ▶ do godz. 13.05**

12.40 FILMBOX+ HITS

Prawie przyjaciele

KOMEDIODRAMAT Kucharz Charlie popada w apatię. Powodem tego są uczucia, jakie żywi do Amber. Dziewczyna ma już partnera. *Reż.: Jake Goldberger, A: Freddie Highmore, Odeya Rush, Jake Abel*

USA 2016 **115 min ▶ do godz. 14.35**

15.05 KINO POLSKA

Stara baśń

KOSTIUMOWY IX wiek. Na terenie przyszłej Polski panuje Popiel. Wojownik Ziemowit łączy siły z kmieciem Wiszem przeciwko despocie. *Reż.: Jerzy Hoffman, A: Daniel Olbrychski, Michał Żebrowski, Jerzy Trela*

Polska 2003 **135 min ▶ do godz. 17.20**

16.15 TVN FABUŁA

List w butelce

MELODRAMAT Theresa znajduje wiadomość w butelce. Ustala, że napisał ją szkutnik z Karoliny Północnej. Postanawia spotkać się z nim. *Reż.: Luis Mandoki, A: Robin Wright Penn, Kevin Costner, John Savage*

USA 1999 **165 min ▶ do godz. 19.00**

16.20 ALE KINO+

Terapia dla par

KOMEDIODRAMAT Sześć osób mierzących się z problemami w związkach rozpoczyna terapię. Odkrywają kolejne niewygodne prawdy. *Reż.: Gerardo Herrero, A: Malena Alterio, Alexandra Jiménez, Eva Ugarte*

Hiszpania 2023 **115 min ▶ do godz. 18.15**

19.15 POLSAT FILM

Nadchodzi Polly

KOMEDIA ROMANTYCZNA Reuben tuż po ślubie zostaje porzucony przez żonę. Postanawia, że już się nie zakocha. Spotyka jednak ideał kobiety. *Reż.: John Hamburg, A: Ben Stiller, Jennifer Aniston, Alec Baldwin*

USA 2004 **105 min ▶ do godz. 21.00**

20.00 C+ PREMIUM

Thelma

KOMEDIA 93-latka pada ofiarą oszusta, który podszywa się pod jej wnuka. Dziarska seniorka jest zdeterminowana, by odzyskać pieniądze. *Reż.: Josh Margolin, A: June Squibb, Richard Roundtree, Fred Hechinger*

Szwajcaria/USA 2024 **95 min ▶ do godz. 21.35**

20.10 ALE KINO+

Pokuta

MELODRAMAT Trzynastoletnia Briony fałszywym oskarżeniem o gwałt niszczy życie siostrze i jej ukochanemu. Po latach pragnie odkupienia. *Reż.: Joe Wright, A: Saoirse Ronan, Keira Knightley, James McAvoy*

Wlk. Bryt./USA 2007 **145 min ▶ do godz. 22.35**

→ filmowe hity



Niebezpieczna przygoda zbliża do siebie czworo życiowych rozbitków.

20.00 TVN 7 Millerowie

KOMEDIA KRYMINALNA Zadłużony diler organizuje przemyt. Z fikcyjną rodziną wciela się w turystę.

HIT DNIA

Denver. Drobny sprzedawca marihuany David próbuje pomóc mieszkającym w okolicy nastolatkom. Zostaje jednak napadnięty. Napastnicy odbierają mu narkotyki i gotówkę, wpędzając w ten sposób w poważne kłopoty. Pozbawiony pieniędzy oraz towaru handlarz staje się dłużnikiem swojego wpływowego dostawcy. Aby spłacić zobowiązanie, musi sprowadzić z Meksyku najnowszą dostawę środków odurzających o wartości 100 tys. dolarów. Dla niepoznaki organizuje sobie pomocników, mających udawać jego bliskich jadących z nim na letni wypoczynek. Wierzy, że dzięki temu zdoła przekroczyć granicę bez zwracania na siebie uwagi celników. W drogę wyruszają sąsiedzi: striptizerka Rose, fajtłapowaty Kenny oraz buntownicza Casey. Nie wszystko idzie zgodnie z planem. **HD 140 min ▶ do godz. 22.20**

USA/Wielka Brytania 2013 **Reż.:** Rawson Marshall Thurber **Wyst.:** Jennifer Aniston, Jason Sudeikis, Emma Roberts



20.00 TV PULS

Kickboxer: Zemsta

SENSACYJNY Kurt (Alain Moussi) należy do rodziny specjalizującej się w sztukach walki. Kiedy jego brat ginie na ringu, pragnie zemsty. Zamierza zmierzyć się z Tongiem Po (David Bautista). Rozpoczyna morderczy trening.

Reż.: John Stockwell Wyst.: Gina Carano

USA 2016 **HD 115 min ▶ do godz. 21.55**



20.00 KINO POLSKA

Legiony

HISTORYCZNY I wojna światowa. Józek, dezerter z carskiego wojska, trafia do sztabu Legionów Polskich Piłsudskiego. Dołącza do kompanii Stanisława „Króla" Kaszubskiego (Mirosław Baka). Zakochuje się w agentce wywiadu.

Reż.: Dariusz Gajewski Wyst.: Bartosz Gelner

Polska 2019 **170 min ▶ do godz. 22.50**



20.00 STOPKLATKA

Kuloodporni

KOMEDIA SENSACYJNA Policjant Carter (Damon Wayans) prowadzi śledztwo przeciwko bossowi. Przenika do mafii i zaprzyjaźnia się ze złodziejem samochodów, Archiem (Adam Sandler), który zdradza mu plany szefa.

Reż.: Ernest R. Dickerson Wyst.: James Caan

USA 1996 **HD 110 min ▶ do godz. 21.50**



22.20 POLSAT

Moja dziewczyna wychodzi za mąż

KOMEDIA ROMANTYCZNA Tom (Patrick Dempsey) przyjaźni się z Hannah (Michelle Monaghan). Gdy kobieta informuje go o zaręczynach, ten uświadamia sobie, że ją kocha. Postanawia nie dopuścić do ślubu.

Reż.: Paul Weiland Wyst.: Kevin McKidd

USA 2008 **HD 145 min ▶ do godz. 0.45**



22.25 TVN 7

Jak boss

KOMEDIA Mia i Mel prowadzą sklep kosmetyczny. Ich zadłużenie rośnie. Pewnego dnia ważna postać z branży, Claire Luna (Salma Hayek), oferuje im pomoc. Wspólniczki nie wiedzą, że kobieta zamierza przejąć ich biznes.

Reż.: Miguel Arteta Wyst.: Tiffany Haddish

USA 2020 **HD 95 min ▶ do godz. 0.00**



23.00 TV 4

Sisu

WOJENNY Rok 1944, Laponia. 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

USA 2022 **HD 115 min ▶ do godz. 0.55**

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

→ filmowe hity



Zawodowy amant udziela wskazówek, jak zdobywać kobiece serca. W końcu dostaje lekcję pokory.

19.55 POLSAT Hitch: Najlepszy doradca przeciętnego faceta

KOMEDIA ROMANTYCZNA Podrywacz wpada w sidła miłości.

HIT DNIA Doradca Alex z każdego swojego klienta potrafi zrobić podrywacza. Dokłada jednak wszelkich starań, żeby zachować anonimowość. Ponieważ nie ma sobie równych w branży, nie narzeka na brak zleceń. W końcu sam traci głowę dla dziennikarki Sary. Ku jego zaskoczeniu wybranka jest odporna na wypróbowane sztuczki. Alex wytrwale jednak walczy o jej względy. Gdy wydaje się, że odniósł sukces, jego tajemnica zostaje ujawniona. HD 145 min ▶ do godz. 22.20

USA 2005 **Reż.:** Andy Tennant **Wyst.:** Will Smith, Kevin James, Amber Valletta, Eva Mendes, Julie Ann Emery



21.55 TV PULS Legionista

PRZYGODOWY Alain (Jean-Claude Van Damme) wygrywa walkę bokserską wbrew zawartej z mafiosem umowie. Zaciąga się do Legii Cudzoziemskiej i trafia do Afryki. Jego tropem podążają żądni zemsty gangsterzy.

Reż.: Peter MacDonald Wyst.: Nicholas Farrell
USA 1998 HD 120 min ▶ do godz. 23.55



23.00 PULS 2 Iluzjonista

KOSTIUMOWY XIX w. Syn stolarza przyjaźni się z córką arystokraty. Parę rozdziela ojciec dziewczyny. Po latach spotykają się przypadkiem. On jest sławnym iluzjonistą (Edward Norton). Ona ma poślubić księcia Leopolda.

Reż.: Neil Burger Wyst.: Paul Giamatti
USA 2006 HD 125 min ▶ do godz. 1.05



22.00 TVN Lepiej późno niż później

KOMEDIA Harry (Jack Nicholson) dostaje zawału w letnim domku dużo młodszej kochanki. Kłopotliwym gościem musi zająć się matka dziewczyny. Rodzi się między nimi nić porozumienia.

Reż.: Nancy Meyers Wyst.: Diane Keaton
USA 2003 HD 155 min ▶ do godz. 0.35



23.50 TVP 2 Człowiek z magicznym pudełkiem

SCIENCE FICTION Rok 2030. Sprzątacz Adam (Piotr Polak) przeprowadza się do stolicy. Znajduje stare radio. Odbiornik emituje fale umożliwiające podróże w czasie.

Reż.: Bodo Kox Wyst.: Sebastian Stankiewicz
Polska 2017 HD 110 min ▶ do godz. 1.40

→ sport



14.30 POLSAT SPORT 1 Wimbledon

TENIS LIVE Kamil Majchrzak błysnął formą na początku czerwca. Wygrał bowiem turniej w s'Hertogenbosch. Zwiększył w ten sposób swoje notowania i szanse na poprawienie najlepszego wyniku w Wimbledonie. Jest nim czwarta runda osiągnięta w 2025 roku. HD 120 min ▶ do godz. 16.30



20.50 TVP 1 Mistrzostwa świata 2026

PIŁKA NOŻNA LIVE Kolejny mecz 1/16 finału odbędzie się na Los Angeles Stadium. Jeśli mistrzowie Europy zrobią swoje i wygrają grupę H, na starcie fazy pucharowej mundialu zmierzą się z Austrią lub Algierią. HD 160 min ▶ do godz. 23.30



22.00 EUROSPORT 2 John Deere Classic

GOLF LIVE Kolejna odsłona rywalizacji na polach TPC Deere Run w Silvis w stanie Illinois. Wezmą w niej udział m.in. golfiści, którzy mają już w dorobku triumf w John Deere Classic. W tym gronie są Brian Campbell i Davis Thompson. HD 180 min ▶ do godz. 1.00



0.50 TVP 1 Mistrzostwa świata 2026

PIŁKA NOŻNA LIVE Jeśli Kolumbijczycy zgodnie z prognozami ekspertów zajmą drugie miejsce w grupie K, o awans do najlepszej szesnastki MŚ zagrają z drugą drużyną w grupie L – może nią być Chorwacja. HD 150 min ▶ do godz. 3.20

→ rozrywka



20.00 TRAVEL CHANNEL Ciężarówką przez Stany

PODRÓŻE Dawid Andres łączy zawodowe wyzwania z poznawaniem amerykańskiej przyrody i kultury. W drodze do Atlanty zwiedza znany tor wyścigowy Indianapolis Motor Speedway oraz stolicę muzyki country – Nashville. HD 45 min ▶ do godz. 20.45



20.55 TVP 2 Kocham Cię, Polsko!

TELETURNIEJ W drużynie Filipa Gurłacza do rywalizacji stają m.in. Katarzyna Ankudowicz i Joanna Moro. W ekipie Michała Koterskiego będą Tomasz Oświeciński, Łukasz Zagrobelny i mecenas Piotr Kaszewiak. HD 90 min ▶ do godz. 22.25



22.00 C+ DOMO Monty Don – brytyjskie ogrody

LIFESTYLE Wokół pałaców i wiejskich rezydencji rozciągają się okazałe tereny zielone. Monty Don odwiedza zarówno ogrody historyczne, jak i prywatne oazy w Szkocji, Irlandii Północnej, Walii i Anglii. HD 70 min ▶ do godz. 23.10

→ dokument



21.00 ID Szokująca prawda 14

TRUE CRIME Paula Zahn przybliża kulisy śledztwa w sprawie zaginięcia kobiety. Jednym z przełomowych dowodów okazało się nagranie z monitoringu w sklepie spożywczym. HD 60 min ▶ do godz. 22.00

TVP 1 HD DVB T2

5.05 Złoty chłopak (324) – serial obyczajowy, Turcja 2022
5.55 Akacjowa 38 (888) – telenowela, Hiszpania 2015
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.30 Dobre historie – magazyn
8.00 Serwis Info – program inform.
8.10 Pogoda Info
8.20 Janosik (3) – przyg., Polska 1973
9.15 Ranczo 6 (71): Dzieci rewolucji – serial obyczajowy, Polska 2012
10.10 Komisarz Alex 7 (79) – serial kryminalny, Polska 2015
11.05 Ojciec Mateusz 15 (189) – serial kryminalny, Polska 2016
12.00 Serwis Info – program inform.
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12.30 Agropogoda – program inform.
12.40 To się opłaca – magazyn
13.00 Sprawa dla reportera – mag.
14.00 Złoty chłopak (325) – serial obyczajowy, Turcja 2022
15.00 Serwis Info – program inform.
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1058) – teleturniej
16.00 Dziedzictwo (966) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny
18.05 Reporterzy – mag. reporterów
18.25 Akacjowa 38 (903) – 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)

TVP 2 HD DVB T2

4.55 Rodzinka.pl – serial komediowy, Polska 2025
5.30 M jak miłość (1786) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 Operacja zdrowie (73)
6.55 Barwy szczęścia (3345) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.30 Rodzinka.pl (29, 30): Dzień Ojca; Muzykoterapia – serial komediowy, Polska 2011
12.35 Koło fortuny (1877) – teleturniej
13.15 Postaw na milion – teleturniej
14.05 Va banque (1002) – teleturniej
14.35 Na sygnale (867): Co nas nie zabije – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (424) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
16.00 Koło fortuny (1878) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (135) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Mukadder ulega szantażowi Nusreta i Beyzy. Ertugrul wyjaśnia Cihanowi, że syn powinien być jego priorytetem. Melih oznajmia Mahmutowi, że pragnie poślubić Sinem.
18.15 Va banque (1003) – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3346) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.05 Omnibus – szybcy i mądrzy (14) – teleturniej
20.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (14) – teleturniej

POLSAT HD DVB T2

4.35 Disco Gramy
5.25 Telezakupy TV Okazje – magazyn reklamowy
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.30 Malanowski i partnerzy (314, 316): Dziewictwo na sprzedaż; Zapłata za krzywdy – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
9.30 Trudne sprawy (1245, 1246) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.35 Gliniarze (862, 863) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.40 Dlaczego ja? (1492, 1493) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Beata z dumą wspiera męża pianistę. Mężczyzna tuż przed recitalem pada ofiarą ataku. Złamane palce przekreślają jego karierę. W trudnych chwilach kobirta odnawia kontakt z dawnym ukochanym.
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.25 Interwencja – magazyn reporterów
16.40 Gliniarze (1059, 1060) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Do komendy trafia anonim. Adam i Olga wracają do zamkniętego trzy miesiące wcześniej śledztwa. Wówczas na torach zginął mężczyzna. Autor listu utrzymuje, że doszło do zbrodni, mimo że sprawę zakwalifikowano jako samobójstwo.
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń” – program publicystyczny
19.30 Sport, pogoda

TVN HD DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1686) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (3): Koronowo – Nasze smaki – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.20 Doradca smaku (24) – magazyn kulinarny
11.25 Kuchenne rewolucje (8): Cegłów, W podwórku – program rozrywkowy
12.35 Ukryta prawda (1465, 1466, 1719) – paradok., Polska
15.45 Detektywi (103) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
16.50 Szpital św. Anny (59) – serial obyczajowy, Polska 2025
Daria czuwa przy matce, która wypiera problem z alkoholem. Na SOR trafia młoda kobieta po punkcji jajników w ramach procedury in vitro. Pacjentka cierpi na duszności, bóle brzucha i osłabienie. Daria i Kaja rozpoznają u niej powikłanie hormonalne.
17.55 Młode gliny (11) – serial kryminalny, Polska 2026
Szymon ratuje nastolatka przed samobójstwem. Chłopaka dręczy poczucie winy po tajemniczym zdarzeniu w lesie. Zniknęli jego znajomi, z którymi kręcił amatorski film. Policja znajduje ciało jego kolegi.
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów
20.15 Na Wspólnej (4239) – serial obyczajowy, Polska 2026 (player)

PIŁKA NOŻNA



20.50 Mistrzostwa świata 2026 (LIVE) – mecz 1/16 finału

Wszystkie znaki na niebie i ziemi wskazują, że na murawie Los Angeles Stadium będziemy świadkami piłkarskiego spektaklu z udziałem reprezentacji Hiszpanii. Jeśli mistrzowie Europy zrobią swoje i wygrają grupę H, na starcie fazy pucharowej mundialu czeka ich najprawdopodobniej konfrontacja z Austrią lub Algierią.

23.30 Biało-Czerwoni z Chrząstawy – film dokumentalny, Polska 2013
0.35 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
0.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału (LIVE)
Na Toronto Stadium powalczą drużyny, które zajęły drugie miejsca w grupach K i L. Najbardziej prawdopodobnym scenariuszem jest starcie reprezentacji Chorwacji i Kolumbii.
3.20 Wykrywacz kłamstw – publ.
3.40 Pytanie dnia – publ.
4.00 Reporterzy – magazyn reporterów
4.10 Oko na świat – magazyn
4.35 Zakończenie

ROZRYWKOWY



20.55 Kocham Cię, Polsko! (4)

W drużynie Filipa Gurłacza do rywalizacji stają Katarzyna Ankudowicz, Ania Rusowicz i Joanna Moro. W ekipie Michała Koterskiego zobaczymy Tomasza Oświecińskiego, Łukasza Zagrobelnego i mec. Piotra Kaszewiaka.

22.25 Daleko od szosy (4): Oczekiwanie – serial obyczajowy, Polska 1976
23.50 Człowiek z magicznym pudełkiem (FILM) – dramat s.f., Polska 2017, reż. Bodo Kox, wyk. Olga Bołądź, Piotr Polak, Sebastian Stankiewicz, Helena Norowicz, 110 min
Adam przeprowadza się do stolicy, gdzie podejmuje pracę. Pewnego dnia w mieszkaniu znajduje stare radio. Ku jego zdziwieniu odbiornik emituje fale umożliwiające podróże w czasie.
1.40 Kruk 2. Czorny Woron nie śpi (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2021, wyk. Michał Żurawski, Magdalena Koleśnik
3.40 Rodzinka.pl – serial komediowy, Polska 2025
4.10 Zakończenie

KOMEDIA ROMANTYCZNA



19.55 Hitch: Najlepszy doradca przeciętnego faceta (FILM) – USA 2005, 145 min

Alex uczy mężczyzn uwodzenia. Działa dyskretnie i strzeże swojej tożsamości. Z każdego potrafi zrobić podrywacza. W końcu jednak sam traci głowę dla Sary. Ku jego zaskoczeniu kobieta jest odporna na wszystkie jego sztuczki.

22.20 Moja dziewczyna wychodzi za mąż (FILM) – komedia romantyczna, USA/Wielka Brytania 2008, reż. Paul Weiland, wyk. Patrick Dempsey, Michelle Monaghan, Kevin McKidd, Sydney Pollack, 145 min
Podrywacz Tom od lat przyjaźni się z Hannah. Dopiero gdy informuje go ona o swoich zaręczynach, uświadamia sobie, że ją kocha. Postanawia nie dopuścić do ślubu.
0.45 Pitch Perfect (FILM) – komedia muzyczna, USA 2012, reż. Jason Moore, wyk. Anna Kendrick, Skylar Astin, Ben Platt, Brittany Snow, 150 min
3.15 Nasz nowy dom (371) – reality show

ROZRYWKOWY



20.50 Kuchenne rewolucje (4): Mroków – Bistro Kociołek

Niespełna trzydziestoletni Maciek prowadzi bistro. Zmaga się z brakiem klientów poza porą obiadową. Atmosferę pogarsza włamanie do restauracji i kradzież osiemdziesięciu rolad. Incydent komplikuje sytuację przed planowaną wizytą Magdy Gessler.

22.00 Lepiej późno niż później (FILM) – komedia, USA 2003, reż. Nancy Meyers, wyk. Diane Keaton, Keanu Reeves, Jack Nicholson, Amanda Peet, 155 min
0.35 OSS 117: Kair, gniazdo szpiegów (FILM) – komedia, Francja/Belgia 2006, reż. Michel Hazanavicius, wyk. Jean Dujardin, Bérénice Bejo, Aure Atika, Philippe Lefebvre, 115 min
2.30 Uwaga! – magazyn reporterów
2.45 Największe polskie katastrofy (3) – serial dokum.
3.35 Detektywi (103) – serial fabularno-dokum., Polska 2024
4.25 Recepta na stary dom 3 (6) – program rozrywkowy
4.55 Nauka jazdy 5 (13) – program rozrywkowy

P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB T2

5.30 Ten moment (49) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 Szkoła (766-768) – serial paradokumentalny, Polska 2019
8.45 Ukryta prawda (1332, 1433, 1434) – paradok., Polska
11.55 W-11 – Wydział Śledczy (1081-1083): Elfy; Wariat; Zabójstwo Marka Bujowskiego – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
14.00 Detektywi (116): Anioł stróż – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
15.00 Szpital (770, 771) – serial paradokumentalny, Polska 2018
17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (500): Śmierć za śmierć – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
18.00 SOS. Ekipy w akcji (12) – serial paradokumentalny, Polska 2018
19.00 Ukryta prawda (1523) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Rodzina Pawła jest uzależniona od internetu. Jego żona proponuje, żeby odcięli się od wirtualnego życia i wyjechali na wieś do przyjaciela. Wkrótce mężczyzna odkrywa, że córka publikuje filmiki w sieci, a partnerka zamawia kosmetyki. Zarządza powrót do Warszawy.

TV PULS HD DVB T2

6.00 Policjanci z Miami 2 (23): Synowie i kochankowie – serial kryminalny, USA 1985
7.00 Policjanci z Miami 3 (1): Gdy Irlandczycy płaczą – serial kryminalny, USA 1986, wyk. Don Johnson, Edward James Olmos
8.00 Kobra – oddział specjalny (4, 5): Ryzyko; Naga prawda – serial sensacyjny, Niemcy
10.00 Maria z przedmieścia (43, 44) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (108) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
13.00 Wspaniałe stulecie (42) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 Kurierzy (27) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (526, 527) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy (28) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Leokadia i Marianna podejrzewają, że ich blok jest nawiedzony. Postanawiają na własną rękę wypędzić złe duchy.
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (965, 966) – serial obyczajowy, Polska 2026
Kazimierz, wspierany przez Becię, staje przed sądem, czekając na wyrok. Marta sugeruje rodzicom sprzedaż dużego domu.

PULS 2 HD DVB T2

5.50 Ale numer! 20 (8) – pr. rozrywk.
6.20 Cosie-Ktosie (4) – anim., Fr. 2022
6.30 Kajko i Kokosz (4) – anim., Pol.
6.45 Smerfy 2 (46) – serial anim.
7.00 Blaze i megamaszyny 6 (13)
7.30 Psi Patrol (18) – serial anim.
7.50 Superkoty (11) – serial anim.
8.30 Wielkie przygody małego rekina (4)
8.50 Masza i Niedźwiedź 2 (11, 12)
9.20 Straszne historie Maszy (4)
9.25 Świnka Peppa (36-38) – anim.
9.45 Bing 4 (23, 24) – serial anim.
10.00 Jeżyk i Przyjaciele (5, 4) – anim.
10.35 Spidey i superkumple 2 (40, 39) – serial anim., USA 2022
11.35 Gus. Mały – wielki rycerz (37, 38) – serial anim., Fr. 2021
12.00 Psi Patrol 8 (1) – serial anim.
12.35 Marta mówi (11) – serial anim.
13.00 Smerfy (155) – anim., Bel. 1988
13.35 Gumisie 4 (7) – serial animowany
14.00 Kacze opowieści (10, 11)
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (21, 22) – anim.
16.00 Fineasz i Ferb 2 (5, 6) – anim.
17.00 Smerfy (154) – anim., Bel. 1988
17.35 Gumisie 4 (6) – serial animowany
18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2 (11, 12) – serial animowany, USA
19.00 Kacze opowieści (9, 12) – anim.
20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (953) – serial obyczajowy, Polska 2026

NETFLIX



TOKSYCZNE MIASTO

W hrabstwie Northamptonshire rodzą się dzieci z podobnymi wadami. Sprawa ma związek z rekultywacją terenów po hucie stali. Susan McIntyre (Jodie Whittaker) żąda ukarania winnych.
▶obycz. (4 odc.), Wlk. Bryt. 2025



LUPIN 3

Assane (Omar Sy) musi się ukrywać, jednak źle znosi rozłąkę z synem i żoną. Postanawia przekonać bliskich do wyjazdu z Francji. Niestety, upominają się o niego demony przeszłości.
▶krym. (7 odc.), Francja/USA 2023



Reutter

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

W APTEKACH I ZIELARNIACH

REKLAMA

20.00 Millerowie – komedia kryminalna, USA/Wielka Brytania 2013, 145 min
FILM
HIT DNIA
Diler David zostaje okradziony. Aby spłacić zobowiązanie, musi sprowadzić z Meksyku dostawę towaru. Udaje ojca rodziny na wakacjach. W mistyfikacji biorą udział striptizerka, fajtłapowaty Kenny i nastolatka Casey.

22.25 Jak boss – komedia, USA 2020, reż. Miguel Arteta, wyk. Tiffany Haddish, Rose Byrne, Salma Hayek, Jennifer Coolidge, 95 min
FILM
Przyjaciółki prowadzą sklep kosmetyczny. Ich zadłużenie stale rośnie. Ważna postać z branży proponuje im pomoc.
0.00 Kryptonim U.N.C.L.E. – komedia sensacyjna, USA/Wielka Brytania 2015, reż. Guy Ritchie, wyk. Henry Cavill, Armie Hammer, Alicia Vikander, Elizabeth Debicki, 145 min
FILM
2.25 Zgłoś remont 11 (4) – pr. rozr.
3.15 Fachowcy (5) – serial paradokumentalny, Polska 2017
3.50 Usterka 11 (2) – serial fabularno-dokum., Polska 2019
4.25 Dorota was urządzi! (3, 4)

SENSACYJNY



20.00 Kickboxer: Zemsta – USA 2016, 115 min
FILM
Kurt i Eric są potomkami słynnej rodziny Venice z Kalifornii, która specjalizuje się w sztukach walki. Kurt od zawsze był w cieniu brata. Brakowało mu instynktu potrzebnego, by zostać mistrzem. Gdy na własne oczy widzi, jak Eric ginie na ringu w starciu z Tongiem Po, poprzysięga zemstę. Prosi o pomoc Duranda, byłego mentora krewnego.
21.55 Legionista – film przygodowy, USA 1998, reż. Peter MacDonald, wyk. Jean-Claude Van Damme, Adewale Akinnuoye-Agbaje, Nicholas Farrell, Steven Berkoff, 120 min
FILM
23.55 Miasto odkupienia – film sensacyjny, USA 2014, reż. Keith Parmer, wyk. Lennie James, Jean-Claude Van Damme, Mindy Robinson, Alfred Molina, 130 min
FILM
2.05 Lombard. Życie pod zastaw 18 (961) – serial obyczajowy, Polska 2026
3.00 Dzielnica strachu 9 (399): Grzesznicy – serial kryminalny, Polska 2025
4.00 Zobacz to! – pr. powtórkowe

KRYMINALNY



21.00 Dzielnica strachu 9 (405, 406): Niewygodny świadek; Ksiądz – Polska 2025
Potoczny z pomocą Kapłona bada sprawę zaginięcia aspirującej modelki. Jej zniknięcie zgłasza starsza siostra. Poszukiwana mogła wpaść w ręce przestępców produkujących nielegalne filmy. Wiadomo, że przebywała w domu fotografa mieszkającego na Gorczaku. Andrzej wciąż walczy o wolność dla Agaty Rychlik. Pierwsza rozprawa ma się odbyć za dwa tygodnie.
23.00 Iluzjonista – dramat kostiumowy, USA/Czechy 2006, reż. Neil Burger, wyk. Edward Norton, Paul Giamatti, Jessica Biel, Rufus Sewell, 125 min
FILM
1.05 Lombard. Życie pod zastaw 12 (637) – serial obyczajowy, Polska 2023
2.00 Lombard. Życie pod zastaw 9 (479) – serial obyczajowy, Polska 2021
3.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (191, 192) – serial obyczajowy, Polska 2019
5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (500) – obycz.

PREMIERA



PRZETRWAJĄ PUSZYŚCI 3

Dalsze losy pełnej energii stylistki Mavis (Michelle Buteau), która po trudnym rozstaniu postanawia zacząć od nowa. Zamierza całkowicie odciąć się od przeszłości i spełniać kolejne marzenia. Dziewczyna zamierza uporządkować swoje życie zawodowe, a także znaleźć człowieka, który naprawdę ją doceni.
▶serial kom. (8 odc.), USA 2026

PREMIERA



CZŁOWIEK PARA

Podczas programu na żywo komentator ginie w niewyjaśnionych okolicznościach, wprawiając widzów w osłupienie. Za zbrodnię odpowiada tajemniczy człowiek para, który niejako rozpływa się w powietrzu. Nieuchwytny sprawca zapowiada kolejne ataki, siejąc strach i chaos w całym kraju.
▶serial SF (8 odc.), Japonia 2026

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.00 FBI: Most Wanted 3 (10, 11) – serial krym.
7.30 Agenci NCIS: Hawaje 3 (3, 4) – serial kryminalny
9.20 Castle 2 (17, 18) – serial kryminalny
11.15 MacGyver 2 (12, 13) – serial akcji, USA 2017-2018
13.10 Agenci NCIS: Hawaje 3 (5, 6) – serial kryminalny
15.10 Agenci NCIS 10 (14, 15) – serial sensacyjny, USA 2012
17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (13, 14) – serial krym., USA/Kanada 2002
19.05 Castle 2 (19, 20) – serial kryminalny

TVP SERIALE

5.20 Rodzinka.pl (97, 98) – serial kom., Pol. 2013
6.25 Na sygnale (480, 481)
7.30 Ojciec Mateusz 2 (30) – krym., Pol. 2009
8.30 Komisarz Alex 2 (19)
9.25 Rodzinka.pl (99)
10.00 Klan (1446, 1447)
10.55 Ranczo 8 (97, 98)
12.35 Komisarz Alex 2 (20)
13.35 Ojciec Mateusz 29 (381) – krym., Pol. 2023
14.35 Ojciec Mateusz 30 (382) – krym., Pol. 2023
15.35 Komisarz Alex 2 (21) – serial krym., Polska
16.25 Na sygnale (482, 483) – serial fab.-dokum.
17.35 Ranczo 8 (99, 100) – serial obycz., Polska
19.30 Ojciec Mateusz 30 (383) – krym., Pol. 2023

TVP KULTURA DVB T2

9.00 Siedem życzeń (5)
10.10 Personel – obycz., Polska 1975, 85 min
11.35 Profesor na drodze – film obyczajowy, Polska 1973, 90 min
13.05 Reżyserzy – dok.
14.05 Noce i dnie (1)
15.10 Romeo i Julia z Saskiej Kępy – dramat obyczajowy, Polska 1988, 110 min
17.00 Siedem życzeń (6) – serial przyg., Polska
18.15 Dzień, w którym umarła gwiazda rocka – serial dokum.
18.55 Pan wzywał, milordzie? 4 (5)
20.00 Koncert
20.55 Czwartkowy klub filmowy – mag. film.

ALE KINO+ HD

6.30 Polska z góry 5 (2) – serial dok., Pol. 2020
7.00 Ciepło – film krótkometraż.
7.30 Benek – komediodramat, Polska 2007, 120 min
9.30 Wyraj – film krótkometraż.
10.00 Co się zdarzyło w Mount Affinity? 2 (5, 6-ost.) – serial krym.
12.15 Vera 5 (2) – krym.
14.10 King Kong żyje – film przygodowy, USA 1989, 130 min
16.20 Terapia dla par – komediodramat, Hiszpania 2023, 115 min
18.15 Vera 5 (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

CANAL+ PREMIUM HD

7.10 W stronę słońca – film dok., Pol. 2023
8.45 Ida – dramat obyczajowy, Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min
10.05 Azyl – dramat biograf., Czechy/Wlk. Bryt./USA 2017, 125 min
12.10 Długi weekend – film obyczajowy, Polska 2004, 75 min
13.25 Luca. Legenda Ferrari (1, 2) – dok.
15.15 Zmierzch – film fantasy, USA 2008, 120 min
17.15 Hollywood Buzz – magazyn filmowy
17.45 Łapu capu – pr. rozr.
17.50 Chopin, Chopin! – dramat biograficzny, Polska 2025, 130 min

HBO HD

11.20 Kraina Jane Austen – komedia romant., Wielka Brytania/USA 2013, 95 min
12.55 Horton słyszy Ktosia – film animowany, USA 2008, 85 min
14.20 Kurier Francuski z Liberty, Kansas Evening Sun – komediodramat, Niemcy/USA 2021, 110 min
16.10 Kompletnie nieznany – dramat biograficzny, USA 2024, 140 min
18.30 Wdowa Clicquot – dramat obyczajowy, USA 2023, reż. Thomas Napper, 90 min

20

SENSACYJNY



21.05 Premiera: Agenci NCIS 20 (20) – USA 2022

Córka senator Seleny Grayson zostaje zamordowana. Matka dziewczyny domaga się, by agencja powołała dodatkowego biegłego.

22.05 Agenci NCIS: Hawaje 2 (9) – krym.
23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (13, 14) – serial krym.
0.45 Castle 2 (19, 20) – serial kryminalny
2.40 Agenci NCIS 20 (20)
3.40 Agenci NCIS: Hawaje 2 (9) – krym.

KRYMINALNY



20.30 Ojciec Mateusz 3 (31) – Polska 2010

Barbara wygrywa wyjazd do spa. W tym samym ośrodku przebywa gwiazda Ewa Pol. Wkrótce aktorka zostaje znaleziona martwa. Na prośbę Nocula do spa przyjeżdża ksiądz.

21.30 Ranczo 8 (101, 102) – serial obycz., Polska
23.20 Ojciec Mateusz 30 (384, 385) – krym., Pol.
1.20 PitBull (18, 19) – sens.
3.20 Wojna zastępcza (7) – serial szpiegowski
4.15 Klan (1446) – telen.
4.45 Pan Mama (19) – serial kom., Pol. 2025

DRAMAT OBYCZAJOWY



21.05 Kronika wypadków miłosnych – Polska 1985, 130 min

Rok 1939. W czasie, gdy w kraju narasta przeczucie wojny, licealista Witek zakochuje się w Alinie, córce pułkownika.

23.15 Jim Morrison – ostatnie dni w Paryżu – film dok., Francja 2021
0.20 Lęk – dramat obycz., Pol./Szwajcaria/Niem. 2023, 110 min
2.10 Pianistka – dram. psycholog., Austria/Niemcy/Polska 2001, 140 min

MELODRAMAT



20.10 Pokuta – Wlk. Bryt./Fr./USA 2007, 145 min

Rok 1935. 13-letnia Briony niesłusznie oskarża syna służącej, Robbiego, o zgwałcenie swojej kuzynki. Rujnuje życie chłopaka i swojej siostry, zakochanej w nim Cecilii.

22.35 Zabić, jak to łatwo powiedzieć – thriller, USA 2012, 120 min
0.35 Dream Scenario – horror komediowy, USA 2023, 115 min
2.30 Powrót (4) – kom.
3.15 Cudownie ocalony – komedia obyczajowa, Polska 2004, 95 min

KOMEDIA



20.00 P! Thelma – Szwajcaria/USA 2024, 95 min

93-letnia Thelma pada ofiarą oszusta. By odzyskać swoje pieniądze, dziarska seniorka wraz z sąsiadem, Benem, rusza w szaloną podróż ulicami Los Angeles.

21.35 Bałkańska vendetta 2 – film sensacyjny, USA/Włochy/Hongkong 2024, 85 min
23.00 Piła – thriller, USA 2004, 100 min
0.40 Amerykański gangster – film sens., USA 2007, 155 min

KOMEDIA PRZYGODOWA



20.00 Wasza wysokość – USA 2011, 100 min

Książę Thadeous jest leniwy i próżny. Okoliczności zmuszają go do wykazania się odwagą. Leezar rzuca bowiem zaklęcie na ojca i porywa narzeczoną brata.

21.40 Stół powitalny – film dokum., USA 2025
23.40 USA kontra reszta świata: Cztery lata z kadrą narodową (5) – serial dok., USA
0.55 Nocna suka – komediodramat, USA 2024, reż. Marielle Heller, 100 min

AXN WHITE

8.30 Szpital nadziei 4 (3)
9.25 Blondynka 2 (7, 8)
11.25 Agenci NCIS 19 (16-18)
14.15 Szpital nadziei 4 (4)
15.15 Bieg po szczęście – komedia obyczajowa, USA/Kanada 2019, 115 min
17.10 Miłość przy świątecznym stole – komedia romantyczna, USA 2012, 115 min
19.05 Dr House 3 (4) – obycz.
20.00 Dowody zbrodni (22, 23)
22.05 Unforgettable: Zapisane w pamięci 4 (12) – krym.
23.00 Agenci NCIS 19 (16-18)
1.45 Dowody zbrodni (22, 23)
3.40 Zaklinacze koni 2 (2, 3)

AXN BLACK

9.45 Gwiezdne wrota 3 (10-12) – s.f., USA/Kan. 1999
12.45 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (4) – serial sens.
13.45 Renegat 5 (7) – serial sens.
14.45 Drużyna A 2 (19) – sens.
15.50 Nieustraszony (11)
16.55 Zagadki z przeszłości (22) – przyg., Fr./Niem./Kan.
17.55 Gwiezdne wrota 3 (13-15) – serial s.f., USA/Kan.
21.00 Legion – thriller, USA 2010, reż. Scott Stewart, 120 min
23.00 Zombieland: Kulki w łeb – horror komediowy, USA 2019, 110 min
0.50 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (4) – serial sens.

WARNER TV

8.00 Bajer z Bel-Air 4 (22, 23)
9.00 Prawo Agaty 2 (9)
10.00 Pełna chata 7 (23, 24)
11.00 Teraz albo nigdy! (5, 6)
13.05 Bajer z Bel-Air 4 (22-25)
15.05 Pełna chata 7 (23, 24)
16.10 Pełna chata 8 (1, 2) – kom.
17.15 Jackie Chan: Pierwsze uderzenie – film sensacyjny, USA/Hongkong/Ukraina 1996, 100 min
18.55 Seks w wielkim mieście 2 – komedia romant., USA 2010, 185 min
22.00 Lśnienie – horror, Wielka Brytania/USA 1980, 175 min
0.55 Interkosmos – komedia s.f., USA 1987, 140 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 Gliniarze (133-135) – serial paradokumentalny, Polska
9.00 48h. Zaginieni (185-188) – serial kryminalny, Polska
13.00 Kowalscy kontra Kowalscy (29-32) – obycz.
15.00 Świat według Kiepskich (365-368) – kom., Pol. 2011
17.00 Columbo (3, 1) – serial kryminalny, USA
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (115-118) – serial krym., USA/Kanada
0.45 Ślad (34, 35) – krym., Pol.
2.45 Święty (194, 195) – serial komediowy, Polska 2022
4.00 48h. Zaginieni (89, 90) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

7.10 Lilly i kangurek – film familijny, 2025, 105 min
8.55 Gru i Minionki: Pod przykrywką – film animowany, 2024, 90 min
10.25 Łapu capu – pr. rozrywk.
10.30 Fuks – komedia sens., Polska 1999, 85 min
11.55 Sigourney Weaver. Ikona kina akcji
12.50 Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu – film fantasy, 2009, 125 min
14.55 Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego
16.25 Ultimatum Bourne'a – film sensacyjny, USA/Niemcy 2007, 110 min
18.15 Listy do Julii – komedia romant., USA 2010, 100 min
19.55 Łapu capu – pr. rozrywk.
20.00 Cięcie – thriller, Wielka Brytania/USA 2024, 100 min
21.40 Dziedzictwo Bourne'a – film sens., 2012, 130 min
23.50 Skrzyżowanie – dramat obycz., Polska 2024, 95 min
1.25 Premierowa jazda – mag.
1.40 PRO8L3M „REALITYCHECK" – koncert
2.35 Polana pośród brzeziny – dramat obycz., Francja/Pol./Niemcy 2003, 90 min
4.05 Julia wraca do domu – dramat obycz., Niem./Kanada/Pol. 2002, 115 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 Mozart. Narodziny geniusza (1) – film dokumentalny, Wielka Brytania 2024
11.00 Naruto (26) – serial anime, Japonia 2003
11.30 Naruto Destruction of the Hidden Leaf Village (1, 2) – serial anime, Japonia 2003
12.30 Cat's Eyes (1, 2) – serial przygodowy, Francja 2024
14.35 Byłem królem – serial dokum., Polska 2022-2025
16.45 Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć (1-3) – serial komediowy, Fr.
18.40 Captain Tsubasa (13-15) – serial anime, Japonia 2018
20.00 Brygada (3, 4) – serial sensacyjny, Francja 2023
Trwają poszukiwania zabójcy. Éric kieruje podejrzenia ekipy BRI na Hamzę, jednego z braci El Hassanich.
21.50 Łapu capu – program rozrywkowy
22.00 Yellowjackets (5, 6) – serial grozy, USA 2021
0.00 Minuta ciszy (1, 2) – serial obyczajowy, Polska 2022
2.15 Niewidzialna wojna (4-6) – serial biograf., Polska 2022
4.40 Premierowa jazda – magazyn
5.00 Miasta rytm (3) – serial dokumentalny, Polska 2020

CANAL+ 360 HD

8.00 Porzucone konstrukcje (2) – serial dok., Wlk. Bryt.
9.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2 (3) – serial dok., Niem. 2014
10.00 Co poszło nie tak 3 (3)
11.00 Złombol (1, 2) – dok., Pol.
13.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2 (4) – serial dok., Niem. 2014
14.00 Wykrywacz historii 3 (4)
15.00 Grip – w świecie supersamochodów (1)
16.00 Supersamoloty bojowe (5) – serial dokumentalny
17.00 Zholowani: ciężarówki w opałach 8 (18) – dok.
18.00 Porzucone konstrukcje (3) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.55 Wykrywacz historii 3 (3)
19.50 Zholowani: ciężarówki w opałach 8 (19) – dok.
20.50 Koleją przez świat 4 (1)
22.00 Grip – w świecie supersamochodów (3)
23.00 Supersamoloty bojowe (3) – serial dokumentalny
0.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata (2) – serial dok., Niem. 2011
1.00 Moscow Noir (3) – krym.
2.00 Twardzielki (8) – dok., Pol.
2.40 Ludzie morza (7) – dok.
3.45 Polska z góry: Stadiony 2 (4, 5) – dok.

HBO 2 HD

14.20 Co będzie dalej? – komediodramat, USA 2023, 100 min
16.00 Nim nadejdzie czwartek – komediodramat, Finlandia 2024, 100 min
17.40 Mountainhead – dramat obyczajowy, 2025, 110 min
19.30 Policja zastępcza – komedia sensacyjna, USA 2010, 105 min
21.15 Fachowiec – sens., Wielka Brytania/USA 2025, 115 min
23.10 Ta inna siostra Bennet (2) – kostium., Wlk. Bryt.
23.40 Stamtąd 4 (8)
0.35 Królowe podziemia (6-ost.) – serial kryminalny

HBO 3 HD

13.20 W ogniu pasji – dramat obyczajowy, 2025, 110 min
15.10 P! Longing – komediodramat, Kanada/USA/Izrael 2024, reż. Savi Gabizon, 110 min
17.00 Twórca – thriller s.f., USA 2023, reż. Gareth Edwards, 130 min
19.10 Ktoś, gdzieś (1, 2) – kom.
20.05 Rzym (8) – serial hist.
21.00 Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13 (17)
21.40 The Pitt (12) – serial obycz.
22.20 Ród smoka 3 (2) – fantasy
23.20 Miniaturowa żona (2)
0.05 Panna młoda! – horror, USA 2026, 120 min

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

7.30 **Doktor Martin 4** (30) – serial obyczajowy
8.30 **Przyjaciółki** (123, 124) – obycz., Pol.
10.25 **Świat według Kiepskich** (161, 202, 207) – kom.
12.35 **Kochaj albo rzuć** FILM – komedia, Polska 1977, 140 min
14.55 **Jaś Fasola: Nadciąga totalny kataklizm** FILM – komedia, Wielka Brytania/USA 1997, 115 min
16.50 **Wykiwać klawisza** FILM – komedia obyczajowa, USA 2005, 145 min
19.15 **Nadchodzi Polly** FILM – komedia romantyczna, USA 2004, 105 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Tata ma plan 2** (5, 6) – serial komediowy, USA 2017
7.00 **Dwóch i pół 4** (15-18) – serial komediowy, USA 2007
8.55 **Przyjaciele 6** (8-13) – serial komediowy, USA 1999-2000
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 5** (23, 24) – serial komediowy, USA 2011-2012
12.50 **Teoria wielkiego podrywu 6** (1-4) – serial komediowy, USA 2012-2013
14.30 **Dwóch i pół 4** (19-22) – serial komediowy
16.30 **Przyjaciele 6** (14-19) – serial komediowy, USA 1999-2000

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (774) – serial paradokum.
6.00 **Top 100: filmy wszech czasów** (7)
6.30 **Alfabet filmowy** (18)
6.45 **Zakochani po uszy** (81, 82) – telen., Polska
7.45 **Detektywi** (61-64) – serial fab.-dok., Pol.
9.50 **Prawo Agaty 3** (8)
10.55 **Szpital św. Anny** (65)
11.55 **Miłość czy pomyłka?** (27, 28)
13.55 **Prawo Agaty 3** (7)
14.55 **Detektywi** – fab.-dok.
16.00 **Najpiękniejsza muzyka filmowa** (7)
16.15 **List w butelce** FILM – melodramat, USA 1999, 165 min
19.00 **Szpital św. Anny** (66) – serial obycz., Polska

13 ULICA

6.10 **Blanca 2** (7, 8) – serial kryminalny, Wł. 2023
8.30 **Na granicy: Miłość do ojczyzny** FILM – film kryminalny, Niemcy 2019, 115 min
10.25 **Chicago P.D. 11** (12, 13) – serial kryminalny, USA 2024
12.15 **Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (11, 12) – serial sensacyjny
14.05 **Blanca 2** (9, 10) – serial kryminalny, Wł.
16.25 **Na granicy: Sprawa Sikorskiej** FILM – film kryminalny, Niemcy 2018, 115 min
18.20 **Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (13-16) – serial sensacyjny, USA 2023

KINO POLSKA

6.00 **Zwierzęta Wajraka 3** (2, 3) – dok.
6.50 **Polska Kronika Filmowa** – serial dok.
7.25 **Bolek i Lolek** (3, 4) – serial animowany
7.45 **Reksio** (6, 11) – anim.
8.05 **Siedem życzeń** (2, 3) – serial przygodowy
10.30 **Akademia Pana Kleksa** FILM (2-ost.) – film przygodowy, Polska/ZSRR 1983, 95 min
12.05 **To nie ze mną** (2, 3) – serial obyczajowy
13.30 **Jesteśmy razem** – film dokum., 2025
14.35 **Tama** – etiuda filmowa, 2024
15.05 **Stara baśń** FILM – film kostiumowy, 2003, reż. Jerzy Hoffman, 135 min

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Złoty interes** (5)
6.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
7.50 **Robert Makłowicz** (147, 146) – mag. kulin.
9.40 **Zagadki kryminalne panny Fisher** (2) – serial krym., Australia
10.55 **Górski lekarz** (16, 1) – obycz., Niem./Austria
12.55 **Zagadki kryminalne panny Fisher** (3)
14.00 **Katastrofy w przestworzach** (5, 2) – serial dok., Kan.
17.00 **MacGyver 4** (3) – sens., USA/Kan. 1988
18.00 **Wojny magazynowe: Kanada** (3, 4)
19.10 **Aukcja w ciemno 2** (3, 4) – serial dok., USA

KOMEDIA ROMANT.



21.00 **Zabij mnie, kochanie** FILM – Polska 2023, 120 min

Natalia i Piotr wygrywają fortunę na loterii. Każde z nich chce pozbyć się drugiej połówki i przejąć nagrodę. Muszą upozorować zabójstwo tak, by wyglądało na wypadek.

23.00 **Szybcy i wściekli 10** FILM – film sensacyjny, USA/Chiny/Japonia 2023, 175 min
1.55 **Ślad** (5, 30, 31) – krym., Pol. 2018-2019
4.55 **Na ratunek 112** (856, 857) – serial paradokum., Pol. 2023

KOMEDIOWY



19.30 **Teoria wielkiego podrywu 6** (5-10)

Przyjaciele bawią się na imprezie halloweenowej w sklepie z komiksami. Leonard i Penny znów się do siebie zbliżają, gdy okazuje się, że pociąga ją nauka.

22.00 **The Office PL 2** (3, 4) – serial kom., Pol. 2022
23.05 **Comedy Club 5** (3, 4)
0.05 **Miasteczko South Park 2** (3, 4)
1.00 **Pracoholicy 3** (3, 4)
2.00 **Śmieszniej nie będzie 6** (7, 8, 6)
3.15 **Miasteczko South Park** (12, 13)

DRAMAT SENSACYJNY



20.00 **Nocny pościg** FILM – USA 2015, 155 min

Zabójca Conlon od lat jest związany z brooklińskim półświatkiem. Gdy odkrywa, że mafia wydała wyrok na jego syna, musi zdecydować, po której stronie stanąć.

22.35 **Dunkierka** – wojenny, FILM Wielka Brytania/Hol./Francja 2017, 130 min
0.45 **Spotkanie na Atlantyku** FILM – film obyczajowy, Polska 1980, 135 min
3.00 **Alfabet filmowy** (41)
3.05 **Szkoła** (744) – serial paradokum.

SENSACYJNY



22.00 **Kobra – oddział specjalny** (5, 6) – Niemcy 2021

Mściwy handlarz bronią próbuje dopaść dwójkę złodziei. Kramer prosi Vicky i Semira o pomoc w sprawie. Okazuje się, że jednym z przestępców może być jego syn.

0.00 **Flashback** (2) – serial kryminalny, Fr. 2024
1.10 **Na granicy: Sprawa Sikorskiej** FILM – film kryminalny, Niemcy 2018, reż. Stefan Kornatz, 115 min
3.05 **Blanca 2** (8-10) – serial kryminalny, Wł.

WOJENNY



17.20 **Czterej pancerni i pies** (3, 4) – 1966

Załoga czołgu 102 rusza w drogę. Po drodze Janek i Gustlik demaskują szpiega. Żołnierze docierają pod Studzianki. Tam Janek i Olgierd niszczą trzy czołgi.

20.00 **Legiony** – film hist., FILM 2019, 170 min
22.50 **Boże Ciało** – dramat FILM obycz., 2019, 140 min
1.10 **Słodko-gorzki** FILM – dramat obyczajowy, 1996, 125 min
3.15 **Supermarket** FILM – thriller, 2012, reż. Maciej Żak, 155 min

KOMEDIA SENSACYJNA



20.00 **Kuloodporni** – USA FILM 1996, 110 min

Czarnoskóry policjant Jack Carter przenika w szeregi mafii. Udaje mu się zaprzyjaźnić z Archiem, który stopniowo wtajemnicza go w plany swojego szefa.

21.50 **G.I. Jane** – dramat FILM obycz., USA/Wielka Brytania 1997, 160 min
0.30 **Poszukiwany, poszukiwana** FILM – kom., Polska 1972, 120 min
2.30 **Noce i dnie** (2) FILM – film obyczajowy, Polska 1975, 105 min
4.15 **Kabaretowe hity** (2)

CINEMAX HD

9.50 **Dom w Portugalii** – dram. FILM obycz., 2025, 115 min
11.45 **Sanatorium Athalassa**
12.15 **Transformers: Ostatni Rycerz** FILM – film s.f., USA/Chiny/Kan. 2017, 155 min
14.50 **Miłość Andrei** FILM – komedia, Hiszpania 2023, 100 min
16.30 **Happyend** FILM – dramat s.f., Japonia/USA/Singapur 2024, reż. Neo Sora, 115 min
18.25 **Requiem** FILM – thriller, Niemcy 2006, 95 min
20.00 **Fargo 3** (5, 6) – serial krym.
21.40 **Kill Bill** FILM – film sensacyjny, USA 2003, 110 min
23.30 **Kill Bill cz. 2** FILM – film sensacyjny, 2004, 135 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 **Święty** (27, 28) – kom., Pol.
14.25 **Spadkobiercy 3** (11)
15.25 **Co ludzie powiedzą? 5** (1) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 **Jedną nogą w grobie 2** (4) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 **Czarna Żmija 3** (4) – kom.
17.35 **Bob kocha Abishołę 2** (4-6) – kom., USA 2020-2021
19.00 **Dwóch i pół 4** (15-18)
21.00 **Świat według Kiepskich** (6-8) – serial kom., Pol. 2008
22.30 **Co ludzie powiedzą? 5** (2) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 **Jedną nogą w grobie 2** (5) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 **Czarna Żmija 3** (5) – kom.
0.30 **Comedy Club 3** (1) – rozr.

SCI FI

6.00 **Orphan Black: Echa** (4)
7.00 **SurrealEstate** (6-8)
10.00 **Kroniki Shannary** (5, 6)
11.50 **Zagubiona tożsamość 2** (2, 3) – s.f., Kan. 2011-2012
13.40 **Grimm 6** (10, 11) – fantasy
15.30 **Kroniki Shannary** (7, 8)
17.20 **Zagubiona tożsamość 2** (4, 5) – s.f., Kan. 2011-2012
19.10 **Grimm 6** (12, 13) – fantasy
21.00 **iZombie 4** (8-11) – serial grozy, USA 2018
1.00 **Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 1** FILM – film fantasy, USA 2011, 140 min
3.20 **Zagubiona tożsamość 2** (4, 5) – s.f., Kan. 2011-2012
5.05 **Orphan Black: Echa** (4)

FX HD

9.00 **Z archiwum X 2** (17) – s.f.
10.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (4, 5) – serial krym.
11.50 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (15, 16)
13.45 **Agenci NCIS 10** (4, 5)
15.35 **Skymed 2** (1) – obycz.
16.30 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (6, 7) – serial krym.
18.20 **Z archiwum X 2** (18) – s.f.
19.15 **FBI 4** (6) – serial kryminalny
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (17, 18)
22.00 **Paradise** (8) – serial krym.
23.00 **Z archiwum X 2** (18) – s.f.
23.55 **Bad Boys** – komedia FILM sensacyjna, 1995, 140 min
2.15 **Tropiciel** (20) – serial krym.

FILMBOX+ ONE HD

9.50 **Panna Scarlet i komisarz 2** (3) – krym.
11.00 **Panna Marple:** FILM **Szaleństwo Greenshawa** – krym., Wlk. Bryt. 2013, 125 min
13.05 **Poirot** – serial kryminalny
15.15 **Zagadki kryminalne panny Fisher 3** (6) – krym.
16.40 **Panna Scarlet i komisarz 2** (4) – krym.
17.50 **Poirot** (3, 4) – serial krym.
20.00 **RoboCop** – film s.f., USA FILM 2014, 155 min
22.35 **Nieuchwytny cel** – film FILM sensacyjny, 1993, 130 min
0.45 **Zderzenie** – film FILM sensacyjny, 2016, 130 min

ROMANCE TV HD

14.00 **Cud w Kapsztadzie** FILM – dramat biograficzny, Niemcy 2022, 135 min
16.15 **Inga Lindström:** FILM **Weekend w Söderholm** – film obyczajowy, Niemcy 2007, 110 min
18.05 **Górski lekarz** (136, 137)
20.00 **Inga Lindström: Po** FILM **prostu powiedz tak** – film obyczajowy, Niemcy 2024, 115 min
21.55 **Toni akuszer** FILM **– Niemowlę w koszyku** – komedia romantyczna, Niemcy 2024, 115 min
23.50 **Górski lekarz** (136, 137) – obycz., Niemcy/Austria

CINEMAX 2 HD

15.10 **Megalomani** FILM – komediodramat, 2025, 105 min
16.55 **Moje ulubione ciasto** FILM – komediodramat, Iran/Fr./Szwecja 2024, 100 min
18.35 **Niewidzialna walka** FILM – komedia sensacyjna, Estonia/Finlandia/Łotwa 2023, 115 min
20.30 **Tożsamość Bourne'a** FILM – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, reż. Doug Liman, 120 min
22.30 **Kingsman: Tajne służby** FILM – kom. sens., 2014, 125 min
0.35 **Podkręć mnie** FILM – komedia, USA 2024, 100 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

9.10 **Poirot 3** (9, 10) – krym.
11.20 **Zatraceni w miłości** (25, 26) – telen., Turcja 2023
13.25 **Agenci NCIS 18** (3, 4) – serial sensacyjny, USA
15.15 **Lekarze na start** (25, 26)
16.50 **Poirot 4** (1) – serial krym.
19.00 **Zatraceni w miłości** (27, 28) – telen., Turcja 2023
21.00 **Detektyw Murdoch 19** (3) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
21.55 **Poirot 13** (2) – serial krym.
23.55 **Morderstwo to nic trudnego** (2) – serial krym.
0.55 **Zatraceni w miłości** (27, 28) – telen., Turcja 2023
2.30 **Detektyw Murdoch 19** (3) – krym., Kan./Wlk. Bryt.

NOVELAS+ HD

10.00 **Cud miłości** (26) – telen.
11.00 **Otchłań namiętności** (111) – telen., Meksyk 2012
12.00 **Za wszelką cenę** (81)
13.00 **Róże i grzechy** (10)
14.00 **Historia Juany** (38, 39)
16.00 **Róże i grzechy** (11)
17.00 **Za wszelką cenę** (82)
18.00 **Otchłań namiętności** (112) – telen., Meksyk 2012
19.00 **Macocha** (21) – telenowela
20.00 **Cud miłości** (27) – telen.
21.00 **Historia Juany** (39)
22.00 **Róże i grzechy** (11)
23.00 **Za wszelką cenę** (82)
0.01 **Otchłań namiętności** (112) – telen., Meksyk 2012
1.00 **Macocha** (21) – telenowela

FX COMEDY HD

9.10 **Simpsonowie 36** (3, 8)
10.10 **Diabli nadali 8** (10-13)
12.00 **Jim wie lepiej 7** (7, 8)
13.00 **Sposób użycia 5** (21, 22)
14.00 **Wszyscy kochają Raymonda 5** (9-12) – kom.
16.00 **Simpsonowie 36** (3, 8, 10, 9)
18.00 **Jak poznałem waszą matkę 2** (3-5) – serial kom.
19.30 **Współczesna rodzina 7** (4-6) – kom., USA 2015-2016
21.00 **Family Guy: Głowa rodziny 18** (6, 7) – serial animowany dla dorosłych
22.00 **Agenci bardzo specjalni** FILM – kom. krym., 2004, 135 min
0.15 **Simpsonowie 36** (7, 5)

FILMBOX+ HITS HD

12.40 **Prawie przyjaciele** FILM – komediodramat, USA 2016, 115 min
14.35 **Obywatelka Jane** FILM – dramat kryminalny, USA 2009, 100 min
16.15 **El camino** FILM – dramat obyczajowy, 2008, 100 min
17.55 **Szef** FILM – komedia, USA 2014, reż. Jon Favreau, 125 min
20.00 **Narodziny Imperium** FILM – film hist., USA/Uzbekistan/Kazachstan 2026, 130 min
22.10 **Superbohaterowie** FILM – komedia romantyczna, Włochy 2021, 135 min
0.25 **Gra fortuny** FILM – komedia sensacyjna, 2023, 125 min

PARAMOUNT NETWORK HD

10.20 **Pingwiny z Madagaskaru 3** (12) – serial anim., USA 2012
10.50 **Star Trek: Rebelia** FILM – film s.f., USA 1998, 130 min
13.00 **Czarodziejki** (3, 4) – serial fantasy, USA 2000
15.00 **Jądro Ziemi** FILM – dramat s.f., Wielka Brytania/USA 2003, reż. Jon Amiel, 175 min
17.55 **Sonic. Szybki jak błyskawica** FILM – film familijny, USA/Japonia/Kanada 2020, 125 min
20.00 **Ojciec chrzestny 2** FILM – film sensacyjny, 1974, 255 min
0.15 **Męska gra** FILM – dramat obyczajowy, 1999, 170 min

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

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
6.00 Kolarstwo: Tour de France – 14. i 16. etap
8.30 Discovery golf – magazyn sportowy
9.00 Racing on the Edge
9.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Innsbrucku – bouldering kobiet – finały
11.00 Snooker: Turniej Masters w Londynie: K. Wilson – J. Higgins
13.00 Cycling Essential Stories – mag.
13.15 Kolarstwo: Tour de France – 18. i 19. etap
18.15 Cycling Essential Stories – mag.
18.30 Kolarstwo: Tour de LIVE France – prezentacja zespołów

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 2. rundy
11.00 Halo, tu Wimbledon – magazyn tenisowy
12.00 Kronika Wimbledonu – magazyn tenisowy
13.00 Tenis: Turniej LIVE Wimbledon – studio
14.30 Tenis: Turniej LIVE Wimbledon – mecz 2. rundy
16.30 Tenis: Turniej LIVE Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej

CANAL+ SPORT HD
6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – Widzew Łódź
8.20 Premier League Stories (47) – magazyn piłkarski
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska
11.15 Piłka nożna: Liga hiszpańska
13.30 Premier League Review
15.30 Piłka nożna: Liga hiszpańska
17.45 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: Gezet Stal Gorzów – FOGO Unia Leszno Beniaminek bardzo dobrze spisuje się w tym sezonie.

TVP SPORT DVB T2 HD
6.05 Mundial 2026 – Legendy miejskie (12) – cykl reportaży
6.40 Piłka nożna: MŚ 2026 – 1/16 finału
9.00 Mundialowy poranek (21) – mag.
10.15 Piłka nożna: MŚ 2026 – 1/16 finału
12.35 Karate tradycyjne: MP – Pruszków 2026
13.35 Piłka nożna kobiet: ME U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026: Polska – Niemcy
15.45 Mistrzostwa Polski w motocrossie – Prabuty – reportaż
16.15 Piłka nożna: MŚ 2026 – 1/16 finału
18.35 Dzień na mundialu (21) – mag. piłkarski

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski
7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: mecz: Hamburger SV – FC Bayern Monachium
9.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Bologna FC
11.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: FC Porto – Gil Vicente FC
13.15 Ligue 1 Show (35) – magazyn piłkarski
14.00 Formuła 1: Grand Prix Austrii
16.00 Piłka nożna: Liga włoska: Parma – Inter W poprzednim spotkaniu tych drużyn na Stadio Ennio Tardini padł remis 2:2.

DISCOVERY CHANNEL HD
11.00 Przetrwać nad Jukonem – serial dok.
12.00 Włoska kontrola celna (3) – dok., Wł.
13.00 Ed Stafford: inicjacja – dok.
14.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita 3
15.00 Złomowisko PL 6 (2)
16.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dok.
17.00 Na straży duńskiego lotniska 2 (1) – dok.
18.00 Bracia Collins biorą się do roboty (10) – program rozrywkowy
19.00 Nagi instynkt przetrwania 12
21.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 – serial dok.

20

KOLARSTWO



20.00 Tour de France – podsumowanie

Najciekawsze wydarzenia 112. edycji Wielkiej Pętli. Tadej Pogačar zamierzał wygrać zmagania drugi raz z rzędu. Jedynym Polakiem na liście startowej był Kamil Gradek.

21.00 Snooker: Turniej Masters w Londynie: K. Wilson – J. Higgins
22.00 Cycling Show – mag.
22.30 Kolarstwo: Tour de France – prezentacja zespołów
0.00 Snooker: Turniej Masters w Londynie: K. Wilson – J. Higgins

TENIS



18.30 Turniej Wimbledon LIVE – mecz 2. rundy gry pojedynczej

Czeszka Barbora Krejcikova ma już w dorobku triumf w wielkoszlemowym turnieju w Londynie. W 2024 roku pokonała w finale Włoszkę Jasmine Paolini.

21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej
23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej
1.00 Boks

MAGAZYN SPORTOWY



20.30 Speedway+: Zapowiedź rundy

Już jutro zmierzą się dwaj outsiderzy tego sezonu – Włókniarz Częstochowa i Falubaz Zielona Góra.

21.00 Liderzy. W centrum gry (1) – dok., Pol.
22.10 Premier League Stories (47) – mag.
22.45 Sporty walki: ONE Friday Fights 160
0.00 Liga+ Extra – mag.
2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Motor Lublin – Lech Poznań
4.20 Magazyn PGE Ekstraliga – mag.

PIŁKA NOŻNA



20.00 Mistrzostwa świata 2026 LIVE – mecz 1/16 finału

Na Los Angeles Stadium wystąpi zwycięzca grupy H. Mimo sensacyjnego potknięcia w pierwszym spotkaniu fazy zasadniczej z Republiką Zielonego Przylądka (0:0) powinna być to reprezentacja Hiszpanii.

0.10 Piłka nożna: LIVE Mistrzostwa świata 2026 – studio
0.50 Piłka nożna: LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału

PIŁKA NOŻNA



18.00 Liga niemiecka – mecz: Lipsk – Bayern

Byki w 18. kolejce podejmowały Bawarczyków. Gospodarze mieli prawo obawiać się starcia z Bayernem, zwłaszcza że w ostatnim spotkaniu przegrali z nim aż 0:6.

20.00 Made in Italy (17, 15) – magazyn piłkarski
20.40 Formuła 1: GP Austrii
22.40 Bundesliga Special (22) – mag. piłkarski
23.10 Made in Italy (14, 13, 12) – mag.
0.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (4-6)

DOKUMENTALNY



22.00 Premiera: Łowcy opali 8: Odliczanie

Stan zdrowia Joego Kalmara nagle się pogarsza, przez co ekipa Misfits jest zdana sama na siebie. W tym czasie zespół Bushmen zmaga się z presją kończącego się sezonu.

23.00 Akta ekspedycji 2
0.00 Od samochodu do domu 2 – mag.
1.00 Hot rod wg Kindiga
2.00 Najszybsze pościgi Ameryki – serial dok.
2.50 Królowie asfaltu 11 (12) – reality show
3.35 Zoom na architekturę 6

EUROSPORT 2 HD
13.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Innsbrucku – bouldering – finały
15.00 Triathlon: T100 World Tour – Singapur
17.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Innsbrucku – bouldering – finały
19.00 Snooker: Turniej Masters w Londynie – mecz: Ronnie O'Sullivan – John Higgins
21.00 Cycling Show – magazyn sportowy
21.30 Discovery golf – mag.
22.00 Golf: John Deere LIVE Classic – 1. runda
1.00 Triathlon: T100 World Tour – Pampeluna

POLSAT SPORT 2 HD
6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej
8.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy
11.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy
14.00 Tenis: Turniej Wimbledon LIVE – mecz 2. rundy
16.00 Tenis: Turniej Wimbledon LIVE – mecz 2. rundy
18.00 Tenis: Turniej Wimbledon LIVE – mecz 2. rundy
21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy
23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy
1.00 Sporty walki: FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
6.00 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg
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
23.30 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg
2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Górnik – Wisła

EXTREME CHANNEL HD
9.00 World of X Games 2018
10.00 AMA Motocross Series Highlights (8)
11.00 X Games – Aspen 2020
12.00 Liquid Edge (9)
13.00 Action Sports World (8)
14.00 WWE Classic Gold
16.00 EFC – Extreme Fighting Championship 134 (1)
19.30 WWE Classic Gold (69)
20.00 AEW Collision 2 (2626)
22.00 PTW Wrestling (8)
0.15 WWE Classic Gold (81)
1.30 New Japan Wrestling – Highlights (13)
2.00 AMA Motocross Series Highlights (8)
3.00 World of X Games 2018

ELEVEN SPORTS 2 HD
12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: FC Köln – Bayern
14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Bologna FC
16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Bayern – TSG 1899 Hoffenheim
18.00 Formuła 1: Grand Prix Austrii
20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter Mediolan – SSC Napoli
22.00 Ligue 1 Show (35) – mag.
22.40 Bundesliga Special (21)
23.45 Bundesliga Clubs – mag.
0.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: AJ Auxerre – PSG

DISCOVERY LIFE HD
10.15 Nowa Maja w ogrodzie 5 (30, 31)
11.15 Idealna niania 2 (9, 10)
12.45 Klinika bez tajemnic
14.45 Szpital (506, 513)
16.45 Idealna niania 2 (8-11)
19.45 Zrób coś z tym dzieckiem (1) – mag.
20.15 Ostatnia szansa (1) – rozr.
21.15 Wycieczkowiec (5)
22.15 Co zabiło Maradonę
23.15 Nie do uwierzenia!
0.15 Sekrety lekarzy (9)
1.15 Śmierć Diany: dwa śledztwa (2) – serial dok.
2.15 Eks-tra zmiana (2) – rozr.
3.15 Szpital (331, 332)
5.15 Pojedynek na modę (1)

POLSAT SPORT FIGHT HD
13.40 Sporty walki: NOC MMA 14: Turek
15.20 Sporty walki: FEN 56: T. Ostrowski – Ł. Stanek
17.35 Boks: Babilon Boxing Show w Raszynie: Jan Lodzik – Jamshid Rikhsiev
20.10 K.O. TV Weekly (27)
20.40 Sporty walki: Babilon MMA 46 – walka: Marcin Sianos – Oli Thompson
22.40 Boks: Rocky Boxing Night w Koszalinie – waga ciężka: K. Meyna – A. Kownacki
0.35 Sporty walki: Gala Sportów Walki w Międzychodzie: Michał Andryszak – Wesley Martins

POLSAT SPORT 3 HD
8.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy
10.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy
12.00 Tenis: Turniej Wimbledon LIVE – mecz 2. rundy
14.00 Tenis: Turniej Wimbledon LIVE – mecz 2. rundy
16.00 Tenis: Turniej Wimbledon LIVE – mecz 2. rundy
18.00 Tenis: Turniej Wimbledon LIVE – mecz 2. rundy
21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy
23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy
1.00 Sporty walki: Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
6.00 Liga+ Extra – mag.
8.10 Żużel: PGE Ekstraliga: Betard Sparta Wrocław – GKM Grudziądz
11.15 Ligomistrzowe historie (1) – magazyn piłkarski
12.00 Snooker: LIVE Championship League
17.15 Premier League Stories (47) – magazyn piłkarski
18.00 Snooker: LIVE Championship League
23.00 Speedway+ – mag.
23.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia – Widzew
2.15 Ligomistrzowe historie (3) – magazyn piłkarski
3.15 Przerwa techniczna

ELEVEN SPORTS 4 HD
13.00 Made in Italy
14.00 Piłka nożna: Freiburg – FC Köln
16.00 Piłka nożna: Olympique Marsylia – 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: Gil Vicente FC – Sporting CP
22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Cremonese – Napoli
0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Union – BVB

ELEVEN SPORTS 3 HD
12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Cagliari – Milan
14.00 Piłka nożna: Liga francuska: Lyon – Stade Brestois 29
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: Fiorentina – Milan
20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Union – BVB
22.00 Piłka nożna: Liga francuska: Monaco – Lyon
0.00 Bundesliga Special (12)
0.30 Podróż do świata Calcio – magazyn piłkarski
1.00 Birds of paradise – dok.

CANAL+ DOKUMENT HD
10.15 Polska z góry 2 (2-4)
11.55 Samoloty bojowe III Rzeszy (4-6) – serial dok.
14.55 Dzika Namibia – dok.
15.55 Wielkie pomniki przyrody: Islandia – dok.
16.55 Prawdziwa historia szeregowca Ryana
17.55 Chiny od środka. Walka o Tybet – dok., Wlk. Bryt.
19.00 Katastrofy z góry (7, 8)
21.00 Morze Południowochińskie. Kolejny punkt zapalny? – film dokum., Fr.
22.05 Tybet kontra Chiny
23.05 Obczyzna – film dok., Pol.
0.30 Na pierwszym planie
1.45 O co biega? (17) – mag.

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 11** – serial dok., Wielka Brytania
8.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny
11.00 **Gigantyczne konstrukcje według Hammonda** – program rozrywkowy
13.00 **Kosmiczna mapa skarbów** – serial dokumentalny, USA
15.00 **Autostrada spotkań z UFO** – serial dokumentalny, USA
18.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 11** – serial dok., Wielka Brytania

ID HD

6.00 **Autostrada do piekła** – serial dokumentalny
8.00 **Krwawy Dziki Zachód** – reality show
10.00 **W sieci kłamstw** – serial dokumentalny
12.00 **Ciało w piwnicy** – serial dokumentalny
14.00 **Podejrzany przy telefonie** (1) – serial dokumentalny, USA
16.00 **Tajemnice jeziora Erie 2** – serial dokumentalny, USA
18.00 **Zbrodnia w sąsiedztwie 2** – serial dokumentalny, USA 2011-2012
20.00 **Sekrety zbrodni:** Nie do rozwiązania – serial dokumentalny, USA

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

10.00 **Mega Metro** (2)
11.00 **Plemienna szkoła przetrwania: Chiny** (2)
12.00 **Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy** (3) – dok., Kan.
13.00 **Wojenna szkoła przetrwania** (1)
14.00 **II wojna światowa: Ukryta prawda** (1)
15.00 **Alarm na lotnisku: Peru** (3, 4) – serial dok.
17.00 **Tajemnice dawnych cywilizacji** (1) – film dokum., USA 2021
18.00 **USA kontra III Rzesza: Bitwy na Atlantyku** (1, 2)
20.00 **Katastrofa w przestworzach** (4) – dok., Kanada 2022

FOKUS TV DVB T2

6.05 **48h. Zaginieni** (58)
7.00 **Byli sobie podróżnicy** (21-24)
8.55 **Wehikuł czasu** (702)
9.00 **Starożytni kosmici** (13) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (11, 3, 4) – reality show
12.00 **Apokalipsa – wojny 1945-1991** (6) – dok.
13.00 **Poszukiwacze historii** (7, 8) – dok.
14.00 **Najsłynniejsze akcje bojowe II wojny światowej** (3, 4) – serial dok., USA
16.00 **Dorwać tuńczyka** (4)
17.00 **Dorwać tuńczyka 3** (5) – serial dok., USA
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (6, 7) – serial dokum.
20.00 **Galileo** (22)

TVP HISTORIA DVB T2

8.30 **Czterdziestolatek** (12) – obycz., Pol. 1975
9.45 **Korona Gór Polski** – cykl dok., Pol. 2022
10.25 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja
11.25 **Ex Libris** – magazyn
11.50 **Podziemne Włochy** (5): Turyn – dok., Wł.
13.00 **Zapomniane agentki II wojny światowej** (1) – hist.
14.00 **Królowie** (49) – hist.
14.35 **Czterdziestolatek** (13) – obycz., Pol. 1975
15.35 **Sensacje XX wieku**
18.15 **Czas honoru. Powstanie** (10) – wojenny, Pol. 2014
19.10 **Ex Libris** – magazyn
19.40 **Flesz historii** (768) – cykl reportaży, Pol.

HISTORY HD

14.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 4** (1) – serial dok., USA
14.50 **Największe tajemnice świata 6** (12) – serial dok., USA
15.45 **Gwiazdy lombardu 12** (56)
16.15 **Gwiazdy lombardu 25** (2) – reality show
17.10 **II wojna światowa w kolorze** (12) – dok.
18.10 **Największe tajemnice świata 6** (1): Roswell – dok., USA
19.05 **Starożytni kosmici 13** (17) – dok.
20.00 **Starożytni kosmici 14** (13) – dok.
21.00 **Klątwa Wyspy Dębów 13** (25)

DOKUMENTALNY



21.00 **Jak to jest zrobione?** – Wielka Brytania 2015-2016

W tym odcinku ukazany będzie między innymi proces produkcji parowarów z bambusu, opon do rowerów, laptopów i panettone.

23.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2** – serial dokumentalny, USA
1.00 **Autostrada spotkań z UFO** – serial dokum., USA 2019
4.00 **Poszukiwacze dinozaurów** – serial dokumentalny, USA

DOKUMENTALNY



21.00 **Szokująca prawda 14**

Policja rozpoczyna intensywne poszukiwania zaginionej kobiety. Funkcjonariusze sprawdzają jej ostatnie kontakty i odtwarzają przebieg dnia, w którym zniknęła.

22.00 **Wywiad z mordercą**
23.00 **Ciała w wodzie**
0.00 **Cztery łapy na służbie** – dok.
1.00 **Szokująca prawda 14** – dok.
2.00 **Sekrety zbrodni**
2.50 **Zbrodnia w sąsiedztwie 2**
3.40 **Ciało w piwnicy**

DOKUMENTALNY



21.00 **Katastrofy pod lupą** (1) – USA

Do tragedii promu Columbia, eksplozji platformy Deepwater Horizon, a także katastrofy jądrowej w elektrowni Fukushima doszło wskutek błędów projektowych.

22.00 **Jak oni to zbudowali?** (9) – dok.
23.00 **Mega Metro** (1) – dok., Australia
0.00 **Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny** (4) – serial dokum., Kan.
1.00 **Ciemna strona świata** (2) – dok., USA

DOKUMENTALNY



21.00 **Poszukiwacze historii** (3-6)

Każda miejscowość na szlaku walk z 1945 r. ma swoją legendę. Olaf Popkiewicz i Radosław Biczak sprawdzają, ile jest prawdy w historii o dwóch niemieckich pojazdach.

23.00 **Mauthausen. Obóz śmierci** – film dokumentalny, 2021
0.00 **Starożytni kosmici** (6) – serial dok., USA
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (21-24) – serial dokumentalny, Polska
5.00 **Kołowrotek** (1, 2) – magazyn wędkarski

SENSACYJNY



20.10 **Oficer** (5) – Polska 2005

W strzelaninie w lokalu Topora ginie dwóch policjantów. Patryk i Junior są ranni, Kondeja traci stanowisko dowódcy grupy specjalnej. Jego miejsce zajmuje Aldona.

21.10 **Zbrodnie sprzed lat** (5) – serial dok., USA
22.05 **Zagłębie. Pamięć** – film dokumentalny, Polska 2023
23.10 **Sensacje XX wieku** – program historyczny
1.15 **Encyklopedia II wojny światowej** – serial dokum., Polska

REALITY SHOW



22.00 **Premiera: Wojny magazynowe 17** (5)

Lisie coraz trudniej ukrywać frustrację, kiedy po raz kolejny traci magazyn. Kenny stara się odnaleźć banjo, lecz zamiast tego instrumentu trafia na harmonijkę.

23.00 **Absurdy przeszłości: historie pełne ryzyka** (6) – serial dok., USA
23.55 **Jak to wyjaśnić? 5** (9) – serial dok., USA
0.50 **Starożytni kosmici 14** (13) – dok.
1.50 **II wojna światowa w kolorze** (12) – dok.

DISCOVERY HISTORIA HD

6.00 **Na ratunek starociom** (2, 3) – serial dokumentalny
7.00 **Zoom na architekturę** – serial dok., Wlk. Bryt. 2019
9.00 **Kosmici na Alasce** (1-8) – serial dokumentalny, USA
17.00 **Autostrada spotkań z UFO** – serial dokum., USA
22.00 **Tajemnice ziemi – Hiszpania** (5) – dok.
23.00 **Autostrada spotkań z UFO** – serial dokum., USA
2.00 **Pasja – sposób na życie** (3, 4) – serial dok., Pol. 2015
3.35 **Profesjonaliści** – cykl dok.
4.25 **Europejskie bazary** (1) – serial dokumentalny
5.10 **Łowcy staroci** (6) – dok.

PLANETE+ HD

13.45 **Ocalić raj** (2) – serial dok.
14.50 **Najpiękniejsze rzeki świata 2** (9) – serial dok.
15.50 **Niezwykłe podróże koleją 8** (4) – serial dok., Fr.
16.55 **360° Świat bez granic**
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4** (57, 58)
18.45 **Życie codzienne w Protektoracie Czech i Moraw** (2) – film dokum.
19.45 **Wojna indochińska. 14 lat piekła** (2) – film dokum.
20.50 **Normanowie na Sycylii**
22.00 **Osierocone. Dzieci i wojna** (1) – film dok., Fr.
23.10 **Strefa nagości** (1) – dok.
0.20 **Niezwykłe podróże koleją 8** (5) – serial dok., Fr.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

8.00 **Oko w oko z dziką naturą** (1) – dok., Wlk. Bryt.
9.00 **Niezwykły dr Pol**
12.00 **Najgroźniejsze zwierzęta Afryki** (2)
13.00 **Dzikie miejsca Europy**
14.00 **Sekretne życie ośmiornic** (2) – serial dok.
15.00 **Walki zwierząt** (3) – dok.
16.00 **Dziewica Ameryka** (2)
17.00 **W świecie szympansów**
18.00 **Amazonia** (2) – film dok.
19.00 **Królestwo drapieżników: Rebelia**
20.00 **Niszczycielskie żywioły 2** (7) – serial dok.
21.00 **Niezwykły dr Pol**
2.00 **Dzikie miejsca Europy**

POLSAT VIASAT NATURE HD

10.15 **Dziki Zachód** (2) – dok.
11.20 **Życie ekstremalne** (2)
12.20 **Zwierzęta: mistrzowie survivalu 2** (3) – serial dok.
13.25 **Zabójcza pogoda 2** (11)
14.30 **Wielkie rzeki** (2) – dok.
15.35 **Dziki Zachód** (2) – dok.
16.40 **Oaza Wielkiego Brata** (2)
17.55 **Likaony: stado vs. reszta świata 2** (3, 4) – serial dok.
19.00 **Wielkie rzeki** (2) – dok.
20.00 **Zwierzęta: mistrzowie survivalu 2** (4) – serial dok.
21.05 **Dziki Zachód** (2) – dok.
22.15 **Życie ekstremalne** (2)
23.20 **Likaony: stado vs. reszta świata 2** (3, 4) – serial dok.
0.25 **Zabójcza pogoda 2** (11)

BBC EARTH HD

12.35 **Malownicze trasy kolejowe 2** (2) – serial dok.
13.35 **Mroźna planeta 2** (1)
14.40 **W okowach mrozu 3** (5)
15.35 **Życie na pustkowiu: powroty 4** (1) – serial dok.
16.35 **Tajemnice wulkanów** (1)
17.40 **Dziewicze zakątki Ziemi**
18.45 **Malownicze trasy kolejowe 2** (7) – serial dok.
19.45 **Poszukiwania ostatniego jednorożca**
20.55 **Życie na pustkowiu: powroty 4** (2) – serial dok.
21.55 **W okowach mrozu 3** (6)
22.55 **Zdrowa zmiana 2** (9, 10)
0.05 **Superchirurdzy: szansa na życie 2** (2) – serial dok.

ANIMAL PLANET HD

13.00 **Irwinowie – następne pokolenie 4** – serial dok.
14.00 **Resocjalizacja z pitbullem** – serial dok.
15.00 **Kot z piekła rodem 8**
17.00 **Dwa oblicza survivalu**
18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych** – serial dok.
19.00 **Mieszkanie na pniu**
20.00 **Julia kontra węże** – dok.
21.00 **Weterynarz z Alaski**
22.00 **Projekt akwarium** (17)
23.00 **Resocjalizacja z pitbullem** – serial dok.
0.00 **Kot na drzewie** – dok.
1.00 **Irwinowie – następne pokolenie 4** – serial dok.
2.00 **Mieszkanie na pniu**

TVP DOKUMENT HD

13.55 **Szmaragdowe wyspy** (3)
14.55 **Król łąk** (3) – cykl dokum.
15.45 **Ciemna strona Wszechświata** – film dok.
16.55 **Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem** (4) – serial dok.
17.55 **Sanatorium miłości 4** (2)
18.50 **Legenda. Hubert Jerzy Wagner** – film dok., Pol.
20.00 **Moda na sportowo**
21.05 **Latające rzeki Amazonii** – film dokumentalny, Fr.
22.10 **Lucia w pajęczej sieci** (4)
23.10 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
23.15 **Katastrofa Air India. Jak do tego doszło?** – dok.

POLSAT DOKU HD

8.00 **48h. Zaginieni** (114, 115)
10.00 **Polacy za granicą** (9, 10)
12.00 **Wojny kontenerowe**
13.10 **Poszukiwacze historii**
14.00 **Kolaboranci Hitlera** (1)
15.10 **Zaginione złoto II wojny światowej** (5) – serial dok.
16.05 **Top Guns – SuperBroń**
17.00 **Fabryki wojny** (5) – dok.
18.00 **Maszyny bojowe** (7, 8)
20.00 **I wojna światowa w liczbach** (5) – serial dok.
21.00 **Hitlerowscy poszukiwacze skarbów** (5) – serial dokum., Australia
22.00 **Skanowanie historii** (5)
23.05 **Koszty wojny** (5) – dok.
0.20 **Kroniki Hitlera** (6) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

13.05 **Samochody marzeń** (4)
14.10 **Australijscy poszukiwacze złota 5**
16.05 **Ekstremalna pomoc drogowa** (9) – serial dok.
17.00 **Zabójczy połów** (2) – dok.
18.00 **Klątwa umarlaka: W poszukiwaniu zaginionego złota 3** (1)
18.55 **Australijscy poszukiwacze złota 10**
21.00 **Złoto Jukonu 5** (2) – dok.
22.00 **Bohaterowie z St. John's 3** (10) – dok., Kan.
22.55 **Internetowy seksbiznes** (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
23.55 **Poszukiwacze klejnotów: Australia 2**

POLSAT VIASAT HISTORY HD

15.25 **Tajemnice rodziny Jezusa** – film dokum., Fr.
16.35 **Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze** (4)
17.40 **Punkty zwrotne II wojny światowej** (2)
18.50 **Tajemnica Włóczni Przeznaczenia** – film dok.
20.00 **Wielkie konflikty: powstania i upadki cywilizacji** (4) – serial dok.
21.00 **Naziści: korzenie zła** (24)
22.10 **Kleopatra: tajemnicza władczyni** (4) – serial dok.
23.20 **Wszystko, co zobaczyli**
0.10 **Tajemnice templariuszy** (1-3) – serial dokumentalny

CI POLSAT HD

15.05 **Tajemnice polskich morderstw** (6) – dok., Pol.
16.00 **Pogrzebani za domem 3**
17.00 **Lepiej nie otwieraj drzwi** (8) – serial dokum.
18.00 **Z archiwum 997** (5, 6)
19.00 **Dowody zbrodni: ślady DNA** (6) – serial dok., USA
20.00 **Kobiety, które niosły śmierć 11** (1) – serial dok.
21.00 **Zbrodnia: oszukać prawdę** (5) – serial dokum.
22.00 **Polowanie na pedofila** (8) – serial dokumentalny
23.00 **Najbardziej szokujące pościgi 2** (11, 12) – dok.
23.55 **Kobiety, które niosły śmierć 11** (3) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 **Kobieta na krańcu świata** (4-7) – serial dok.
10.10 **Niezwykłe Stany Prokopa** (4-6, 1-3) – rozr.
14.20 **Człowiek kontra jedzenie** (31) – mag. kulin.
14.55 **Kobieta na krańcu świata** (4-7) – serial dok.
17.15 **Rodzina na campingu**
18.15 **Baseny z rozmachem** (1)
19.15 **Ciężarówką przez Stany**
21.35 **Duchy Morgan City** (1, 2)
23.40 **Kobieta na krańcu świata** (8, 1, 2) – dok., Pol.
1.25 **Niezwykłe Stany Prokopa** (2, 3) – pr. rozr.
3.30 **Rodzina na campingu**
4.30 **Baseny z rozmachem** (1)

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

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

13.50 **Daję słowo – Maciej Orłoś 2** (20)
14.40 **Turystyczna jazda**
15.00 **Słowo daję!** – mag.
15.10 **Tamte lata, tamte dni** – magazyn kult.
15.40 **Słownik polsko@polski** (674)
16.10 **Na festiwalowej scenie** – widowisko
16.30 **Barwy szczęścia** (3335) – serial obycz.
17.00 **Gra słów. Krzyżówka** (1053)
17.30 **Teleexpress**
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **UNESCO: Skarby Polski:** Kraków
18.45 **Info Wilno** – pr. inf.
19.05 **Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny** – inf.

TVP ROZRYWKA

7.10 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
8.15 **Familiada** – telet.
8.50 **Va banque** (935)
9.25 **Koło fortuny** (2042)
10.05 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Matki, żony i kochanki** (15)
14.15 **Pan Mama** (33, 34)
15.20 **Program rozrywkowy**
15.30 **Tak to leciało!** (63)
16.30 **Do śmiechu!** (72)
17.25 **Va banque** (936)
18.00 **Koło fortuny** (2043)
18.35 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
19.40 **Makłowicz w podróży** – mag.

POLSAT CAFÉ

6.00 **Przyjaciółki** (59, 60) – serial obycz., Polska
8.00 **halo tu polsat cafe** (1) – magazyn poradnikowy
10.30 **Demakijaż** (217) – program rozrywkowy
11.00 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (39) – reality show
12.30 **Bogaty dom – biedny dom** (134, 135) – reality show 2025
14.30 **10 lat młodsza w 10 dni** (3, 4) – pr. rozrywk.
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (44) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (312, 313) – reality show, Polska

TV 4 DVB T2

6.00 **Strażnik Teksasu** (22, 1) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (69)
8.55 **Policjantki i Policjanci** (498, 499)
10.55 **Na ratunek 112** (1156, 1157) – paradok.
11.55 **Dlaczego ja?** (1525, 1526) – paradok.
13.55 **Trudne sprawy** (1338, 1341, 1342)
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1393)
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (488)
19.00 **Policjantki i Policjanci** (1394) – serial obycz., Polska
20.00 **Uroczysko** (195, 196)
21.00 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (124)

TTV HD DVB T2

6.00 **24 godziny** (17) – inf.
7.10 **Express** – pr. inform.
7.35 **DeFacto 13** (3, 4)
8.30 **Kartoteka** (2, 3)
10.35 **Detektywi** (15, 16)
12.35 **Zakup w ciemno 7** (24, 25) – reality show
14.35 **Nic do zgłoszenia** (2)
15.35 **Złomowisko PL 4**
16.45 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, sport**
17.05 **Gogglebox. Przed telewizorem 22** (1)
18.05 **Nauka jazdy 6** (1)
18.45 **Niezwykłe Stany Prokopa 4** (5, 6)
19.45 **Express** – pr. inform.
20.05 **Zakup w ciemno 7** (32) – reality show
21.05 **Zakup w ciemno extra** (30)
21.45 **Express** – pr. inform.

TVN STYLE HD

5.15 **I nie opuszcze Cię aż do ślubu** (1) – reality show
5.50 **Damy i wieśniaczki. PL 8** (14) – serial fab.-dok., Polska 2024
6.45 **Śluby marzeń** (2) – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Ugotowani** (11, 12) – program kulinarno-rozrywkowy
13.30 **Kuchenne rewolucje** (2, 1) – program rozrywkowy
15.35 **I nie opuszcze Cię aż do ślubu** (3, 4) – reality show
17.05 **W czym do ślubu?** (2) – program rozrywkowy

20

OBYCZAJOWY



19.15 **Ranczo 2** (26) – Polska 2007

Zbliżają się urodziny księdza i wójta. Wilkowyje muszą się podzielić, aby zaszczycić obie uroczystości. Lucy wpada na pomysł, by bracia w końcu się pojednali.

20.10 **Program informacyjny 19.30**
20.40 **Pogoda**
20.50 **Korona Gór Polski**
21.20 **Polonia 24 Tygodnik**
22.25 **Profilerka Jastrzębie** (9)
23.15 **Dziennik regionów**
23.40 **Taniec z rosyjskim niedźwiedziem, część 5** – dok.

TELETURNIEJ



20.10 **Postaw na milion**

W każdej grze bierze udział dwoje bliskich sobie uczestników. Są drużyną. Dostają milion złotych. Żeby go nie stracić, muszą poprawnie odpowiedzieć na osiem pytań.

22.10 **Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of** (43) – pr. rozr.
22.50 **Kabaret Letnią Porą** (9) – program rozrywk.
23.55 **Do śmiechu!** (74)
0.45 **Niepewne sytuacje 3** (4) – rozr.
1.15 **Koło fortuny** (2043, 2037) – telet.

ROZRYWKOWY



20.00 **Kolacja w ciemno** (64) – Polska

Szukająca miłości samotna bohaterka odcinka otrzymuje pięć wersji menu. Wybierze spośród nich trzy propozycje, aby następnie spotkać się z ich autorami na randkach.

21.00 **Więzienie kobiet** (130, 131) – dok., Pol.
22.00 **Ambulans** (1) – dok.
23.00 **Gry małżeńskie** (142, 143)
1.00 **Kolacja w ciemno** (84, 85) – pr. rozrywk.
3.00 **Więzienie kobiet** (3, 4) – serial dokum.
4.00 **Zdrady** (143, 144)

KRYMINALNY



22.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1007)

Po 15 latach ze śpiączki budzi się Małgorzata, okaleczona podczas napadu. Ofierze oblano twarz wrzątkiem. Matka kobiety oskarża byłego partnera córki.

23.00 **Sisu** – dram. wojenny, FILM Finlandia/Wlk. Bryt./USA 2022, 115 min
0.55 **Love Island. Wyspa miłości** (25)
2.00 **Hardkorowy lombard 2** (18) – dok.
2.30 **Gwiazdy Kabaretu** (77) – pr. rozrywk.

REALITY SHOW



22.00 **Życie na kredycie 8** (7, 8) – Polska 2026

Tuż przed powrotem do Polski rodzina ze Szkocji staje w obliczu widma braku dachu nad głową. Marcel rozmawia z kolegami na temat swoich uczuć.

23.05 **Żony Podlasia 3** (5)
0.05 **Ostre cięcie 12** (6)
1.05 **Orzeł czy reszka? 3** (1) – pr. podróżniczy
2.05 **Dobra robota 3** (20)
2.30 **Osadzone. Blok F** (15, 16, 18) – paradok.
3.45 **Damy i wieśniaczki. Ukraina 8** (6)
4.40 **Diabelnie boskie** (1)

ROZRYWKOWY



17.40 **Kuchenne rewolucje** (3-5)

Georgi i Vasyl prowadzą restaurację Sakartvelo. Zatrudnili kucharzy z Gruzji. Mimo dużego wysiłku lokal świeci pustkami. Właściciele proszą o pomoc Magdę Gessler.

20.50 **Jestem z Polski** (6) – serial dok., Pol. 2023
21.50 **Jestem z Polski 16** (18) – serial dokum.
22.50 **Hotel Paradise 6** (20)
23.50 **Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9**
1.35 **Dorota was urządzi!** (2) – program rozrywk.

TVP HD HD

11.20 **Na sygnale** (641, 642)
12.25 **Ojciec Mateusz 6** (71)
13.20 **Komisarz Alex 3** (35)
14.15 **Ranczo 6** (69, 70) – obycz.
16.10 **Tańcząca ze światem – Maroko** (2) – magazyn
16.40 **Wyższa Szkoła Jazdy** (4)
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 24** (313)
19.20 **Ranczo 6** (77) – obycz., Pol.
20.10 **Rodzinka.pl** (281, 282)
21.25 **Komisarz Alex 25** (312)
22.20 **Planeta singli** – komedia FILM romantyczna, Polska 2016, reż. Mitja Okorn, 145 min
0.45 **Dracula** – horror, USA FILM 1992, 135 min

TVS HD

15.45 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel** – krym., Austria
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny** – serial obycz.
19.50 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Niespodziewana miłość** – film obyczajowy, Niemcy 2015, 120 min
21.50 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Mężczyzna moich marzeń** – obycz., Niemcy/Austria 2007, 105 min
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

ZOOM

9.55 **MacGyver 2** (22) – sens.
11.00 **MacGyver 3** (1) – sens.
12.05 **Pułapki umysłu 7** (5)
13.15 **Wojny magazynowe: Kanada 2** (12-15)
15.35 **Pod pokładem: Morze Śródziemne 9** (1)
16.35 **Dynamo: Więcej niż magia** (3) – dok., Wlk. Bryt.
17.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
20.00 **Kobra – oddział specjalny 23** (16, 17)
22.00 **Pod pokładem: Morze Śródziemne 9** (2)
23.00 **Magia nagości. Szwecja**
23.55 **Magia nagości 6** (10)
1.00 **Magia nagości. Dania** (4)

TLC HD

11.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
12.00 **Miłość bez tłumaczenia**
13.00 **Przyjaźń wielkiej wagi 2**
15.00 **Wiza na miłość: pościelowe rozmowy 11**
16.00 **Historie wielkiej wagi** (6)
18.00 **Pokonać otyłość** (3)
19.00 **Wiza na miłość: Romans na Karaibach 3**
20.00 **Rodzina 10+ 8** (11) – rozr.
21.00 **Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5**
23.00 **Wiza na miłość: Single na polowaniu**
1.00 **Rodzina 10+ 8** (11) – rozr.
2.00 **Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5**

C+ KUCHNIA HD

13.25 **M jak mięso 6** (5, 6) – dok.
14.25 **ABC gotowania – kuchnia francuska** (3)
14.50 **U sąsiadów w kuchni 12**
15.45 **Z pola na stół 2** (3, 4)
16.40 **Jamie Oliver: jedz na zdrowie** (4) – dok.
17.35 **Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień**
18.30 **Maximum Foodie 4** (7)
18.55 **M jak mięso 6** (2) – dok.
19.25 **M jak mięso 9** (1, 2)
20.15 **M jak mięso 10** (7, 8)
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 10**
23.00 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 11** (1)
23.55 **M jak mięso 10** (6, 7)

TVN TURBO HD

10.15 **Ciężarówką przez RPA**
11.15 **101 napraw 4** (1, 2) – mag.
12.15 **Jeździć, obserwować**
13.00 **Mobilni mechanicy** (3, 4)
14.30 **Zawodowi handlarze**
16.00 **Wojny samochodowe**
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Wojny samochodowe**
20.15 **Moto kombat** (6) – mag.
21.00 **Ciężarówką przez Chile** (1) – program rozrywkowy
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Jeździć, obserwować** (3, 4) – serial dok., Pol. 2023
23.45 **Zawodowi handlarze**
0.30 **Nauka jazdy** (22) – pr. rozr.
1.00 **101 gadżetów motoryzacyjnych** (2)

NOWA TV DVB T

9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (13) – kom., Pol.
10.00 **Miodowe lata** (12) – kom.
10.30 **Więzienie** (117) – dok., Pol.
11.15 **Poirot 12** (3) – serial krym.
15.00 **Świat według Bundych 8** (160-165)
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (10) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (12-15) – serial komediowy, Polska
21.00 **Zdrady** (4) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (38, 39, 103) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (85, 86)
3.50 **Wehikuł czasu** (702, 701)
4.00 **Sala operacyjna** (2, 8)
5.00 **Pod lupą MIGACZ** (5, 6)

METRO

8.30 **Szpital** (778, 779)
10.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (347, 348)
12.30 **SOS Ekipy w akcji** (26)
13.30 **Brzydula** (23, 24) – kom.
14.35 **Kiedy ktoś kocha bardziej** (11) – obycz.
15.45 **The Floor** (17, 18) – telet.
17.00 **Fani czterech kółek 17**
18.00 **Prawo Agaty 6** (13)
19.00 **Kartoteka 2** (2, 3) – serial fab.-dokum., Polska 2012
21.05 **Kryminalni 2** (12, 13-ost.)
23.15 **Kuba Wojewódzki** (6)
0.20 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5** (1) – dok.
1.20 **Szpital** (771) – paradok.
2.20 **Szkoła** (524, 525)

ANTENA HD DVB T2

11.55 **Klątwa Wyspy Dębów 6**
13.50 **Australijscy poszukiwacze złota 2**
15.50 **Wojny kontenerowe 2**
16.50 **77 TV 3** (11) – pr. rozrywk.
17.50 **77 TV 4** (4) – pr. rozrywk.
18.50 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (5) – serial kryminalny
20.00 **Alex Hugo – górski detektyw** (8) – serial krym.
22.05 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (2) – serial kryminalny
23.15 **Detektywi z Bordeaux 4** (9) – serial krym., Fr./Belgia
0.30 **Ewakuacja Ziemi** – dok.
2.35 **Kabaretowy szał** – rozr.

WP DVB T

12.00 **Wariaci za kierownicą 5**
13.00 **Makłowicz w podróży**
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3** (18-20) – dok.
16.50 **Pogoda**
17.00 **Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 4** (4)
19.00 **Strażacy z sąsiedztwa**
20.00 **Policjanci z sąsiedztwa 5** (21, 22)
21.50 **Pogoda**
22.05 **Mistrzowie Kabaretu 12** (7) – program rozrywkowy
23.05 **Mistrzowie Kabaretu 2**
0.05 **Mistrzowie Kabaretu 9**
1.00 **Mistrzowie Kabaretu 15** (5) – program rozrywkowy
2.00 **Mistrzowie Kabaretu 3**

C+ DOMO HD

12.50 **Gardeners' World 16** – magazyn poradnikowy
14.05 **Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo** (1) – dok., Kan.
15.00 **Kupcie sobie zamek! 2**
15.55 **Daleko od miasta 14**
16.50 **Gardeners' World 14** (3)
18.00 **Ucieczka na wieś 22** (8)
19.00 **Wielkie projekty: nasza ulica 3** (7) – dok., Wlk. Bryt.
20.00 **Daleko od miasta 10**
21.00 **Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo** (2) – dok., Kan.
22.00 **Monty Don – brytyjskie ogrody** (3) – dok., Wlk. Bryt.
23.10 **Gardeners' World 14** (18)

HGTV HD

10.00 **Poszukiwacze domów – domy nad wodą 4** (1, 2)
11.05 **Zarobić na remoncie 10**
11.35 **Usterka 11** (8, 9)
13.00 **Moje miasto, mój dom 8**
15.00 **Mieszkanie na miarę 2**
17.00 **Polowanie na ogród**
18.10 **Weekendowa metamorfoza 2** (8) – rozr.
19.05 **Weekendowa metamorfoza 3** (1) – rozr.
20.05 **Dorota was urządzi!**
21.35 **Będzie pięknie** (8) – rozr.
22.35 **House Hunters – Poszukiwacze domów 8** (3-6) – pr. rozr.
0.45 **Kupujemy dom na plaży 29** (5, 6) – dok.

P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (295) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (917, 918) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 **Sekrety rodziny** (369-371) – paradok.
11.30 **Trudne sprawy** (945) – serial paradokum.
12.30 **Dlaczego ja?** (1340, 1397) – paradok.
14.30 **Świat według Kiepskich** (509-513) – serial kom., Pol. 2017
17.00 **48h. Zaginieni** (147, 148) – krym., Pol.
19.00 **Gliniarze** (991) – serial paradokum.
20.00 **Ślad** (67) – krym., Pol.
21.00 **Gliniarze** (786) – serial paradokum.

KRYMINALNY



22.00 **Komisarz Mama** (4) – Polska 2021

Maria bada sprawę śmierci prostytutki Cecylii. Trop prowadzi do Romana i Piotra zatrudnionych w firmie Practico. Świętowali podpisanie kontraktu. Po wystawnej kolacji zamówili spotkanie z Cecylią.

23.00 **Świat według Kiepskich** (353, 354)
0.00 **Ślad** (90) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (9)
2.10 **Wydarzenia**
2.50 **Ewa gotuje** (544)
3.20 **SuperLudzie** (28)
3.50 **Interwencja** – mag.
4.00 **SuperLudzie** (29, 30)

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 **Wydarzenia**
6.45 **SuperLudzie Extra** (62) – magazyn
7.00 **Na ratunek 112** (702, 703) – paradok.
8.00 **Doktor Martin** (47, 48) – serial obycz.
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **SuperMocni** (2, 3)
11.30 **Świat według Kiepskich** (437-440) – serial komediowy
13.30 **Bitwa o palety** (23)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6** (59)
16.00 **Ninja Warrior Polska** (31)
18.00 **Świat według Kiepskich** (503, 504, 547, 548)
20.00 **Złomiarze** (4) – dok.

SENSACYJNY



21.00 **Detonator** – USA/ FILM Rum. 2006, 120 min

Tajny agent Sonni Griffith dostaje polecenie eskortowania do Ameryki Nadii, wdowy po księgowym rumuńskiej mafii. Kobietę chce dopaść bezwzględny handlarz bronią.

23.00 **8 części prawdy** FILM – thriller, USA 2008, reż. Pete Travis, wyk. William Hurt, 110 min
0.50 **Świat według Kiepskich** (368-373) – serial kom., Pol. 2011
1.20 **Świat według Kiepskich** (369-373) – serial komediowy

TV 6 DVB T

6.00 **Więzienie** (150, 151) – serial dok., Pol. 2023
6.55 **Policjantki i Policjanci** (697, 698) – serial obycz., Polska
8.50 **Kobra – oddział specjalny** (16, 17) – serial sens., Niemcy
10.55 **48h. Zaginieni** (130-132) – serial kryminalny, Pol. 2022
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1194) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (33, 34) – krym., Pol. 2023-2024
15.55 **Kobra – oddział specjalny** (18, 19) – serial sens., Niemcy
18.00 **Strażnik Teksasu** (2, 3) – serial sensacyjny, USA 1999

KRYMINALNY



20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (39, 40) – USA

Fotograf sław zostaje znaleziony martwy po wypadku w swoim samochodzie. Horatio podejrzewa morderstwo. Dowody wskazują na słynną gwiazdę.

21.55 **Czarna lista** (20) – serial kryminalny
22.55 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (703, 704) – krym., Pol.
0.55 **Kości** (103, 104)
2.55 **Cobra Kai** (24)
3.40 **Septagon** (92, 93)

BBC FIRST HD

6.00 **Zagadki doktora Blake'a 2** (10) – krym.
6.55 **Śledztwa siostry Bonifacji 3** (3, 4)
8.40 **Lewis 4** (5) – krym.
9.40 **Ojciec Brown 13** (9)
10.35 **Śmierć pod palmami 15** (5)
11.45 **Zagadki doktora Blake'a 2** (10) – krym.
12.55 **Śledztwa siostry Bonifacji 3** (5, 6)
15.00 **Ojciec Brown 7** (3)
16.00 **Lewis 4** (5) – krym.
17.00 **My Life is Murder 2** (7) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 20** (5) – krym., Wlk. Bryt. 2018
19.55 **Śmierć pod palmami 15** (6) – serial kryminalny

KRYMINALNY



21.00 **Na niebieskich światłach 3** (3, 4)

Lindsay grozi niebezpieczeństwo. Grace i Shane zapewniają jej ochronę. Aisling i Tommy odpowiadają na wezwanie. Interwencja przebiega w zaskakujący sposób.

23.10 **Lynley** (1, 2) – krym.
1.10 **Śmierć pod palmami 15** (6) – serial kryminalny
2.15 **Morderstwa w Midsomer 20** (5)
3.55 **My Life is Murder 2** (7) – serial kryminalny
4.45 **Moja rodzinka 2** (6)
5.10 **Ojciec Brown 13** (9)

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

10.20 **Bolek i Lolek na wakacjach** (2, 3)
10.45 **Rodzina Treflików**
11.10 **Odo** (16-18) – anim.
11.35 **Stacyjkowo**
11.55 **Pszczółka Maja** (6)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
13.00 **Ugotuj nam bajkę**
13.20 **Tru i Tęczowe Królestwo** (6) – anim.
13.45 **Świnka Peppa**
14.10 **Pająk Lucas 2** (11, 12)
14.30 **Oli i Luna** (11, 12)
14.55 **Oktonauci** (11, 12)
15.20 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (6) – mag.
15.40 **Billy – chomik, który został kowbojem** (7, 8) – serial anim., Fr.
16.05 **Pat i świat** (16-18)
16.35 **Rev i Roll** (39, 40)
17.05 **Pszczółka Maja**

ANIMOWANY



17.30 **Petronix: Obrońcy zwierząt** (11, 12)

Czwórka przyjaciół i ich mali towarzysze nie są zwykłymi dziećmi. Kiedy na drugim końcu świata jakiś zwierzak ma kłopoty, organizują dla niego misję ratunkową.

18.00 **Kucharz Shane**
18.25 **Leo da Vinci 2**
19.00 **Ptyś i Bill**
19.10 **Czarodziejskie miasteczko Pinokia**
19.25 **Piotruś Królik**
19.45 **Wegezaury 2**
19.50 **Lupin wśród bajek**
20.05 **Grizzy i lemingi** (29, 30) – serial 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** – program inform.
18.00 **Tak jest** – pr. publ.
19.15 **Serwis informacyjny**

INFORMACYJNY



19.30 **Fakty po Faktach**

Rozmowy dziennikarzy prowadzących główny serwis informacyjny stacji z gośćmi, którzy komentują wydarzenia z kraju i ze świata.

20.00 **Kropka nad i** – publ.
20.20 **Fakty o świecie** – program inform.
21.00 **Polska i świat** – inf.
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.27 **Biznes** – pr. publicyst.
0.45 **Fakty po Faktach**
1.20 **Kropka nad i** – publ.
1.50 **Tak jest** – pr. publ.
2.50 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.

POLSAT PLAY HD

6.00 **Budowlańcy** (2) – dok.
6.30 **Kołowrotek** (197) – mag.
7.00 **Dorwać tuńczyka** (8, 9)
9.00 **Wojny magazynowe 15**
10.00 **Wojny kontenerowe** (2, 3) – serial dokumentalny
11.00 **Hardkorowy lombard**
14.00 **Polacy za granicą**
16.00 **Złomiarze** (25, 26) – dok.
18.05 **Poszukiwacze historii** (147-150) – serial dokum.
20.05 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (224-227)
22.00 **Górale** (236) – serial dok.
22.30 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (223, 150, 149, 152, 151, 153-158)
4.00 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

12.05 **Sexy kuchnia Magdy Gessler** (2, 3) – mag. kulin.
13.10 **Sąsiedzi kontra sąsiedzi**
14.10 **Akcja: Restauracja!** (3)
15.10 **Ogniem i patelnią 3** (8)
16.15 **Kuchenne rewolucje** (3)
17.15 **Sexy kuchnia Magdy Gessler** (4) – mag. kulin.
17.50 **Miłość od kuchni** (3)
18.50 **Dziecięce mistrzostwa wypieków 11** (4)
19.50 **Bójka na plaży 2** (6)
20.55 **Miasto smaków Guya Fieriego** (2) – reality show
22.00 **Pyszne miejscówki** (1)
23.00 **Akcja: Restauracja!** (11)
0.00 **Człowiek kontra jedzenie** (3-5) – mag. kulin.

POLSAT RODZINA HD

9.35 **Jeźdźcy smoków na końcu świata** (5, 4, 3)
11.00 **Świat z góry. Parki narodowe** (4) – serial dok.
12.00 **Bogaty dom – biedny dom** (126) – reality show
13.00 **Rodzina zastępcza** (211, 212) – kom., Pol. 2005
14.55 **Wielkie wycieczkowce**
15.55 **Świat z góry** (3, 4) – dok.
17.10 **Pingwiny z Madagaskaru 3** (3-6)
19.05 **Rodzina zastępcza** (302) – serial komediowy, Polska
20.00 **Miodowe lata** (9, 10, 93)
22.05 **Nasz nowy dom**
0.00 **Gułag – szaleństwo Stalina** – film dokum., Fr.

BBC LIFESTYLE HD

14.30 **Glukozowa Bogini: rewolucja na talerzu** (1)
15.30 **Zapraszam do stołu: Wielka porcja 19** (2)
17.35 **Hiszpański remont Amandy i Alana** (7, 8)
18.50 **Mistrzowie ceramiki 4**
19.50 **Wielkie brytyjskie wypieki 13** (1) – pr. rozr.
21.00 **Glukozowa Bogini: rewolucja na talerzu** (1)
22.00 **Kobiety, skalpel i liposukcja** (1) – dok.
23.00 **Wstydliwe choroby: Nastolatki 2** (4) – dok.
0.00 **Kuchenne koszmary USA 8** (5, 6) – serial dok.
1.40 **Hotel Savoy 2** (3, 4) – dok.

NICK JR. HD

16.00 **Świnka Peppa 5** (2)
16.10 **Małe Królestwo Bena i Holly** (2) – serial anim.
16.40 **Psi Patrol 4** (2) – anim.
17.00 **Rubble i jego ekipa 2** (17)
18.00 **Barbapapa i jego rodzinka** (21) – serial anim.
18.30 **Tim Rex wśród gwiazd 2** (1) – anim., Wlk. Bryt./Dania
18.55 **Przygody Misia Paddingtona 2** (23)
19.25 **Przygody Misia Paddingtona** (19, 1)
20.02 **Świnka Peppa** (9-13)
20.30 **Małe Królestwo Bena i Holly** (6) – serial anim.
21.00 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (13-15) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.10 **Więcej „Wydarzeń"** – inf.
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Punkt widzenia Szubartowicza** – pr. publ.
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – publ.
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.

TVP KOBIETA DVB T2

15.00 **Operacja zdrowie** (57)
15.30 **Ojciec Mateusz 34** (441, 442) – serial krym.
17.25 **Fontainebleau: prawdziwy dom francuskich monarchów** – film dokumentalny, Fr.
18.30 **Żona dla Polaka. Toronto** (4) – reality show
19.30 **Miłość i nadzieja** (292)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (273) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (265) – obycz.
22.30 **Fucking Bornholm** FILM – komediodramat, Polska 2022, 110 min
0.20 **Niebezpieczne drogi** (5)

E! ENTERTAINMENT HD

10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (15, 16)
14.20 **Tyler Henry – medium z Hollywood** – pr. rozrywk.
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (21, 1)
20.30 **Tyler Henry – medium z Hollywood** – pr. rozrywk.
22.30 **Plastyczna fuszerka**
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (15, 16)
3.00 **Plastyczna fuszerka**

TV TRWAM DVB T

15.50 **Ma się rozumieć**
16.00 **Informacje dnia**
16.10 **Z wędką nad wodę w Polskę i świat**
16.35 **Sól ziemi** – program kult.
17.00 **Modlitwa**
19.25 **Akademia pro-life**
19.30 **Każdy maluch to potrafi** – program dla dzieci
19.45 **Modlitwa** – religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Śladami historii** (1) – dok.
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Głos serca** (133) – obycz.
22.45 **Kapelani Niepodległej**

BBC BRIT HD

8.15 **Top Gear 18** (7) – mag.
9.25 **The Best of Top Gear 2012/13** (1) – mag. motor.
10.30 **Warsztat Hammonda 5**
11.30 **Elon Musk Show** (2)
12.35 **Top Gear 7** (4) – mag.
13.35 **Warsztat Hammonda 5**
14.35 **Cuda inżynierii 6** (7)
15.40 **Najsłabsze ogniwo 3** (4)
16.45 **Elon Musk Show** (2)
17.50 **Top Gear 7** (5) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii 6** (7)
20.00 **Elon Musk Show** (3)
21.00 **Fenomeny współczesnego życia 2**
22.00 **Tajne bunkry** (1) – dok.
23.10 **Top Gear 7** (4) – mag.
0.05 **Najsłabsze ogniwo 3** (4)

MINI MINI+ HD

15.10 **Baranek Shaun** (20-22)
15.36 **Jeżyk Happy** (5, 6) – anim.
15.55 **Mały Charlie** (13) – anim.
16.05 **Mega Ekspres** (25, 26)
16.30 **Ciekawski George 6** (5)
17.00 **Tomek i przyjaciele 20**
17.25 **Staś i fajna Babcia**
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.56 **Smerfy** (38) – serial anim.
18.25 **Leśna rodzina: Pamiętnik Frei** (3, 4)
18.50 **Baczne oczka** (13, 1)
19.05 **Kicia Kocia 2** (1, 2) – anim.
19.25 **Mały Charlie** (13) – anim.
19.36 **Jeżyk Happy** (5, 6) – anim.
19.52 **Basia 2** (1) – serial anim.
20.05 **Wierszyki domowe** (3-5)
20.35 **Dolina Muminków 3** (2)

TVP 3 DVB T2

13.20 **Agropogoda**
13.30 **Bez trybu. Justyna Dobrosz-Oracz**
14.20 **Poznaj region**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Całkiem niezła historia**
19.45 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.10 **Pogoda**
20.13 **Gość Regionów** – pr. publ.
20.30 **Telekurier** – mag., Polska
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.30 **Złoty chłopak** (186) – serial obycz., Turcja 2022

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

Warto zobaczyć

10.20 TVP KULTURA
Stromboli, ziemia bogów
OBYCZAJOWY Karin udaje się z mężem na jego rodzinną wyspę. Źle się czuje wśród mieszkających tam ludzi. *Reż.: Roberto Rossellini, A: Ingrid Bergman, Mario Vitale, Renzo Cesana Włochy/USA 1950* **110 min ► do godz. 12.10**

14.05 FILMBOX+ HITS
Klub cudownych kobiet
KOMEDIODRAMAT Lata 60. XX wieku. Grupa przyjaciółek wyrusza z Dublina na pielgrzymkę do Lourdes. *Reż.: Thaddeus O'Sullivan, A: Laura Linney, Kathy Bates, Maggie Smith Irl./Wlk. Bryt. 2023* **105 min ► do godz. 15.50**

16.15 ALE KINO+
Stan wyjątkowy
KOMEDIA Czeski korespondent Karel Beran w domu w Pradze tworzy fikcyjne reportaże z ogarniętego rewolucją kraju na Bliskim Wschodzie. *Reż.: Jan Hřebejk, A: Ondřej Vetchý, Tatiana Vilhelmová, Jordan Haj Czechy 2024* **120 min ► do godz. 18.15**

17.50 PARAMOUNT NETWORK
Pompeje
KATASTROFICZNY Gladiator Milo zostaje wysłany na igrzyska. Dowiaduje się, że w mieście gości morderca jego bliskich. *Reż.: Paul W.S. Anderson, A: Kit Harington, Emily Browning, Kiefer Sutherland Kan./USA 2014* **130 min ► do godz. 20.00**

18.15 WARNER TV
Głupi i głupszy 2: Kiedy Harry poznał Lloyda
KOMEDIA Syn woźnego wprowadza Harry'ego w sekrety szkoły. Razem wikłają się w intrygę. *Reż.: Troy Miller, A: Eric Christian Olsen, Derek Richardson USA 2003* **105 min ► do godz. 20.00**

18.35 POLSAT FILM
Jumanji: Przygoda w dżungli
PRZYGODOWY Nastoletni przyjaciele trafiają do wirtualnego świata. Jako awatary walczą o przetrwanie w dżungli. *Reż.: Jake Kasdan, A: Dwayne Johnson, Kevin Hart, Jack Black USA/Wlk. Bryt. 2017* **145 min ► do godz. 21.00**

20.00 TVP HISTORIA
Mechanik: Czas zemsty
SENSACYJNY Były żołnierz Nikołaj zyskuje okazję, żeby odegrać się na tych, którzy zabili jego rodzinę. *Reż.: Dolph Lundgren, A: Dolph Lundgren, Ben Cross, Ivan Petrushinov USA/Niemcy 2005* **100 min ► do godz. 21.40**

21.00 POLSAT FILM
Ukojenie
THRILLER Agent Merriwether tropi seryjnego mordercę. Próbuje zwerbować do pomocy eksperta od parapsychologii, dr. Clancy'ego. *Reż.: Afonso Poyart, A: Anthony Hopkins, Jeffrey Dean Morgan USA 2015* **130 min ► do godz. 23.10**

→ filmowe hity



Deadshot i jego kompani mogą liczyć na zredukowanie wyroków, jeśli wypełnią misję.





20.00 TVN
Legion samobójców
SCIENCE FICTION Złoczyńcy zyskują okazję, by odkupić swoje winy. Stawiają wszystko na jedną kartę.

HIT DNIA Tajna amerykańska agencja rządowa A.R.G.U.S. podejmuje walkę z czarownicą Enchantress. Decyduje się powołać drużynę, która ma składać się z kryminalistów posiadających supermoce i nadludzkie zdolności. Udział w projekcie ma stanowić dla nich drugą szansę. Członkowie ekipy dostają propozycję przerwy w odsiadce w zamian za wykonanie rozkazów. Muszą jednak liczyć się z tym, że fiasko ekspedycji oznacza śmierć. Strzelec Deadshot odzyskuje prawo do posiadania broni, nieobliczalna Harley Quinn porzuca swoją klatkę dla ptaków. Panujący nad płomieniami Diablo może w końcu opuścić ognioodporną Fortecę Samotności, a Slipknot oraz Kapitan Boomerang powracają do gry. Odmienne charaktery i skomplikowana przeszłość stanowią poważne wyzwanie. HD **155 min ► do godz. 22.35**

USA 2016 **Reż.:** David Ayer **Wyst.:** Will Smith, Jared Leto, Margot Robbie, Joel Kinnaman, Viola Davis, Ezra Miller



20.00 TVN 7
Walentynki
KOMEDIA ROMANTYCZNA Kilkoro mieszkańców Los Angeles na swój sposób przeżywa święto zakochanych. Wśród nich są seniorzy Edgar (Hector Elizondo) i Estelle (Shirley MacLaine) oraz nastoletnia Grace (Emma Roberts).

Reż.: Garry Marshall Wyst.: Julia Roberts
USA 2010 HD **165 min ► do godz. 22.45**



20.00 TV PULS
Komando
SENSACYJNY Córka Johna (Arnold Schwarzenegger), jedenastoletnia Jenny, zostaje uprowadzona na zlecenie obalonego dyktatora. Ojciec porwanej dziewczynki, były żołnierz do zadań specjalnych, spieszy jej na pomoc.

Reż.: Mark L. Lester Wyst.: Rae Dawn Chong
USA 1985 HD **115 min ► do godz. 21.55**



20.00 TVN FABUŁA
Ciekawy przypadek Benjamina Buttona
FANTASY Nowy Orlean. Benjamin (Brad Pitt), który przyszedł na świat jako starzec, stale młodnieje. Zakochuje się w Daisy (Cate Blanchett). Czas nie jest sprzymierzeńcem ich miłości.

Reż.: David Fincher Wyst.: Tilda Swinton
USA 2008 HD **210 min ► do godz. 23.30**



22.00 STOPKLATKA
Taśmy Watykanu
HORROR Angela (Olivia Taylor Dudley) w zagadkowy sposób sprowadza cierpienie oraz śmierć na innych ludzi. Doświadczeni egzorcyści nie zdają sobie sprawy, że czeka ich walka z potężnym demonem.

Reż.: Mark Neveldine Wyst.: Dougray Scott
USA 2015 HD **105 min ► do godz. 23.45**



22.35 TVN
Jupiter: Intronizacja
SCIENCE FICTION Sprzątaczka (Mila Kunis) spotyka Wise'a (Channing Tatum). Okazuje się on zwiadowcą przybyłym na Ziemię z kosmosu. Dziewczyna dowiaduje się, że ma wypełnić ważną misję.

Reż.: Andy i Lana Wachowscy Wyst.: Sean Bean
USA 2015 HD **160 min ► do godz. 1.15**



22.45 POLSAT
Pamięć absolutna
SCIENCE FICTION Przyszłość. Robotnik Douglas (Colin Farrell) poddaje się procedurze wszczepienia wspomnień. Wbrew planom staje się poszukiwanym przez policję renegatem. By się ratować, dołącza do ruchu oporu.

Reż.: Len Wiseman Wyst.: Kate Beckinsale
USA/Kan. 2012 HD **145 min ► do godz. 1.10**

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

→ filmowe hity


Sparrow i jego sojusznicy stawiają czoło złowrogiej zjawie hiszpańskiego dowódcy statku.

19.55 POLSAT

Piraci z Karaibów: Zemsta Salazara

PRZYGODOWY Upiorny kapitan pragnie zawładnąć wszystkimi morzami.

HIT DNIA Złowrogi kapitan Salazar ucieka z Diabelskiego Trójkąta. Pragnie uśmiercać piratów. Aby go powstrzymać, Jack Sparrow musi zdobyć Trójząb Posejdona. który zapewnia władzę nad morzami. W odnalezieniu go pomagają piratowi oskarżana przez władze o uprawianie czarnej magii Carina Smyth oraz Henry, który pragnie zdjąć klątwę ciążącą na ojcu, Willu, Do wyścigu o mityczną broń staje także stary znajomy Sparrowa, kapitan Barbossa. HD 170 min ▶ do godz. 22.45

USA 2017 **Reż.:** Joachim Ronning, Espen Sandberg **Wyst.:** Johnny Depp, Javier Bardem, Geoffrey Rush, Brenton Thwaites



21.00 SUPER POLSAT

Kod 7500

THRILLER Tobias Ellis (Joseph Gordon-Levitt) musi przejąć stery samolotu z Berlina do Paryża, kiedy jego kolega ginie z rąk terrorystów. Los niemal stu osób spoczywa w rękach niedoświadczonego pilota.

Reż.: Patrick Vollrath Wyst.: Omid Memar
USA/Fr. 2019 HD 115 min ▶ do godz. 22.55



22.45 TVN 7

Footloose

MUZYCZNY Ren (Kenny Wormald) przeprowadza się z Bostonu do konserwatywnego Bomont, gdzie pastor zakazał tańców. Chłopak chce urządzić bal maturalny i zaprosić na niego córkę duchownego, Ariel (Julianne Hough).

Reż.: Craig Brewer Wyst.: Dennis Quaid
USA 2011 HD 135 min ▶ do godz. 1.00



22.00 TV 4

Patriota

HISTORYCZNY Rok 1763. Benjamin Martin (Mel Gibson) nie zamierza walczyć z Anglikami. Zmienia zdanie, kiedy wrogowie zabijają mu syna. Rusza na wojnę razem z najstarszym potomkiem (Heath Ledger).

Reż.: Roland Emmerich Wyst.: Gregory Smith
USA 2000 HD 205 min ▶ do godz. 1.25



23.00 PULS 2

Centurion

PRZYGODOWY Rok 117, rzymska Brytania. Plemię Piktów atakuje legionową twierdzę i bierze do niewoli Quintusa (Michael Fassbender). Udaje mu się zbiec. Niebawem przejmuje on dowództwo nad rozbitym oddziałem.

Reż.: Neil Marshall Wyst.: Olga Kurylenko
Wlk. Bryt. 2010 HD 120 min ▶ do godz. 1.00

→ sport



16.55 TVP SPORT

Polska – Bośnia i Hercegowina

PIŁKA NOŻNA LIVE Podopieczne Marcina Kasprowicza zakończą rywalizację w grupie A europejskiego czempionatu do lat 19 spotkaniem z gospodyniami turnieju. Bośniaczki biorą udział w mistrzostwach po raz pierwszy w historii. HD 125 min ▶ do godz. 19.00



17.50 TVP 3

Austria – Polska

KOSZYKÓWKA LIVE Biało-Czerwoni mają już zapewniony awans do ostatniej rundy eliminacji MŚ. W Wiedniu zagrają o zachowanie miana niepokonanych w grupie F. W listopadzie ubiegłego roku w Gdyni wygrali z Austriakami 90:78. 130 min ▶ do godz. 20.00



19.50 TVP 2

Mistrzostwa świata 2026

PIŁKA NOŻNA LIVE Batalia drużyn, które zajęły drugie miejsca w grupach D i G. W jednym ze scenariuszy w tym meczu wystąpią Australijczycy. Socceroos zaczęli MŚ od niespodziewanej wygranej z Turcją 2:0. HD 160 min ▶ do godz. 22.30



20.00 C+ SPORT

Unia Leszno – Sparta Wrocław

ŻUŻEL LIVE Po ośmiu rundach Ekstraligi Unia ustępowała w tabeli jedynie GKM-owi Grudziądz. Jeśli weźmie rewanż na Sparcie za porażkę 40:50 w maju, zbliży się do zapewnienia sobie udziału w fazie play-off. HD 180 min ▶ do godz. 23.00

→ rozrywka



13.00 HGTV

Moje miasto, mój dom 9

LIFESTYLE W Laurel w stanie Maryland specjaliści podejmują się ratowania nieruchomości. Każdy projekt zaczyna się od poznania potrzeb właścicieli. Następnie powstaje plan remontu, który pozwala ocalić jak najwięcej oryginalnych detali. HD 60 min ▶ do godz. 14.00



13.20 TVP KULTURA

Teatr STU. Benefis Zbigniewa Wodeckiego

KONCERT Przypomnienie wydarzenia z 1994 roku. Benefis poprowadził Krzysztof Jasiński. Jubilatowi towarzyszyli między innymi Krzysztof Materna, Piotr Polk oraz Janusz Stokłosa. HD 55 min ▶ do godz. 14.15



20.00 TV 4

Gwiazdy Kabaretu

SATYRA Artyści z Układu Komediowego zaprezentują przekrój repertuaru, w tym skecze: „Rafał i Aneta: W lesie", „Obrączki", „Bóbr", „Desperatki" oraz „Milionerzy". Zaśpiewają też piosenkę „Kawał wuja". Prowadzi Robert Korólczyk. HD 60 min ▶ do godz. 21.00

→ dokument



19.45 BBC EARTH

Indie z Alexandrem Armstrongiem

PODRÓŻE Brytyjski aktor i prezenter na początku swojej wyprawy odwiedza tętniący życiem Bombaj. Później wybiera się na północ, do stolicy Indii. Zgłębi dzieje Delhi. HD 70 min ▶ do godz. 20.55

TVP 1 HD DVB T2

5.00 Złoty chłopak (325) – serial obyczajowy, Turcja 2022
5.50 Akacjowa 38 (889) – telenowela, Hiszpania 2015
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.30 Welon, fura i brawura (5) – reality show
8.00 Serwis Info – program inform.
8.10 Pogoda Info
8.20 Janosik (4) – przyg., Polska 1973
9.15 Ranczo 6 (72) – serial obyczajowy, Polska 2012
10.10 Komisarz Alex 7 (80) – serial kryminalny, Polska 2015
11.05 Ojciec Mateusz 15 (190) – 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: Opowieści z dzikiego Madrytu – film dokumentalny, Hiszpania 2023
14.00 Złoty chłopak (326) – serial obyczajowy, Turcja 2022
15.00 Serwis Info – program inform.
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1059) – teleturniej
16.00 Dziedzictwo (967) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Jaka to melodia? – telet. muz.
18.05 Reporterzy – mag. reporterów
18.25 Akacjowa 38 (904) – telenowela, Hiszpania 2015
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.
20.00 Sport, pogoda

TVP 2 HD DVB T2

4.30 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
4.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału (LIVE)
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.30 Operacja zdrowie (74) – magazyn medyczny
12.00 Rodzinka.pl (31): Urodziny Kacperka – serial komediowy, Polska 2011
12.35 Koło fortuny (1878) – teleturniej
13.15 Panna młoda (135) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 Va banque (1003) – teleturniej
14.35 Na sygnale (868): U mnie czy u ciebie? – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
Zespół Vicka rusza na miejsce wypadku samochodowego. Benio niespodziewanie spotyka tam Sonię, która jako świadek zdarzenia udzieliła pierwszej pomocy poszkodowanym. Ela zdaje egzamin kończący semestr. Romek wykrywa u dziekana uczelni poważną chorobę – półpaśca ocznego.
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (425) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
16.00 Koło fortuny (1879) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (136) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 Va banque (1004) – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)

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 (317, 318): Nagroda; W matni – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
9.30 Trudne sprawy (1247, 1248) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.35 Gliniarze (864, 865) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.41 Dlaczego ja? (1494, 1495) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Podczas spaceru zostaje porwany syn Adama i Barbary. Początkowo mężczyzna podejrzewa swojego podwładnego, ale policja wyklucza jego udział. Wkrótce wychodzi na jaw, że uprowadzony chłopiec jest owocem pozamałżeńskiego romansu Barbary.
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.25 Interwencja – magazyn reporterów
16.40 Gliniarze (1061, 1062) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Biznesmen, który został pobity i okradziony, nie chce pomocy policji. Woli znaleźć sprawców na własną rękę. Detektywi zastanawiają się, co ukrywa poszkodowany. Okazuje się, że sprawa ma drugie dno.
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń” – program publicystyczny
19.30 Sport, pogoda

TVN HD DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1687) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (4): Sierpów – Bistro Zalewajka – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.25 Babski biznes (4) – program rozrywkowy
12.35 Ukryta prawda (1467, 1468, 1720) – paradok., Polska
15.45 Detektywi (104) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
Były gangster prosi o pomoc, gdyż nieznani sprawcy porwali jego narzeczoną. Mężczyzna, który wydał policji członków grupy przestępczej, ma wielu wrogów. Wskazuje osoby mające motyw do zemsty.
16.50 Szpital św. Anny (60) – serial obyczajowy, Polska 2025
Młody skoczek, uwikłany w miłosny trójkąt, po upadku wymaga natychmiastowej interwencji. W domu Kaśki dzieci zawiązują spisek, by zeswatać mamę z Maćkiem.
17.55 Młode gliny (12) – serial kryminalny, Polska 2026
Podczas próby układów walk rycerskich biznesmen zostaje raniony i umiera w szpitalu. Podejrzenie pada na bibliotekarza wcielającego się w Krzyżaka. Wcześniej doszło między mężczyznami do kłótni.
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.50 Uwaga! – magazyn reporterów

KRYMINALNY



20.15 Ojciec Mateusz 29 (370): Amnezja – Polska 2023

W Sandomierzu dochodzi do napadu na bank. Złodzieje noszą maski i są przebrani w sutanny. W czasie ucieczki z gotówką mają wypadek. Gdy do kościoła wpada ranny mężczyzna, który twierdzi, że nie pamięta, kim jest, Mateusz udziela mu pomocy. Wkrótce Natalia zostaje porwana.

21.00 Koncert
23.25 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
23.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału (LIVE)
2.30 Zakochany anioł – komedia romantyczna, Polska 2005, reż. Artur Więcek „Baron”, wyk. Krzysztof Globisz, Anna Radwan-Gancarczyk, Jerzy Trela, Janusz Gajos, 100 min (FILM)
4.10 Wykrywacz kłamstw – program publicystyczny
4.30 Pytanie dnia – program publicystyczny
4.50 Reporterzy – magazyn reporterów
5.00 Oko na świat – magazyn
5.20 Zakończenie

PIŁKA NOŻNA



19.50 Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału (LIVE)

Na Dallas Stadium odbędzie się jedno z ostatnich spotkań 1/16 finału. Zmierzą się w nim drużyny, które zajęły drugie miejsca w grupach D i G. Niewykluczone, że jedną z nich będzie reprezentacja Turcji, dla której to pierwszy mundial od 24 lat. Swój poprzedni zakończyła z brązowym medalem.

22.30 To jest grane (95) – program muzyczny
23.10 63. KFPP w Opolu – Hip-hop. Jedno podwórko 2 – skrót koncertu
0.15 Natalia Kukulska na dobry wieczór – widowisko
Artystka, która zdobyła popularność już jako dziecko, zaprezentuje zarówno swoje hity, jak i nowe utwory. Opowie o tych piosenkach, które są dla niej szczególnie ważne. Przedstawi okoliczności ich powstania.
1.25 Akacjowa 38 – telenowela, Hiszpania 2015
2.20 Rodzinka.pl – serial komediowy, Polska 2025
2.50 Zakończenie

PRZYGODOWY



19.55 Piraci z Karaibów: Zemsta Salazara – USA 2017, 170 min (FILM)

Złowrogi kapitan Salazar ucieka na statku z Diabelskiego Trójkąta. Zamierza zabić każdego pirata spotkanego na swej drodze. Aby go powstrzymać, Jack Sparrow musi zdobyć Trójząb Posejdona, który daje posiadaczowi władzę nad wszystkimi morzami.

22.45 Pamięć absolutna – dramat s.f., USA/Kanada 2012, reż. Len Wiseman, wyk. Colin Farrell, Kate Beckinsale, Jessica Biel, Bill Nighy, 145 min (FILM)
Robotnik Douglas Quaid korzysta z nowatorskiej usługi, która polega na wszczepieniu emocjonujących wspomnień. Procedura nie idzie zgodnie z planem. Quaid staje się poszukiwanym przez policję renegatem. Według prozy Philipa K. Dicka
1.10 Państwo młodzi: Chuck i Larry – komedia, USA 2007, reż. Dennis Dugan, wyk. Adam Sandler, Kevin James, Jessica Biel, Dan Aykroyd, 150 min (FILM)
3.40 Ewa gotuje (560) – magazyn kulinarny

SCIENCE FICTION



20.00 Legion samobójców – USA 2016, 155 min (FILM)

HIT DNIA

Obdarzeni supermocami antyherosi, m.in. Harley Quinn, zyskują szansę odkupienia win. Mogą liczyć na zredukowanie wyroków, jeśli wypełnią straceńczą misję. Film nagrodzono Oscarem za charakteryzację.

22.35 Jupiter: Intronizacja – film s.f., USA/Wielka Brytania 2015, reż. Andy Wachowski, wyk. Mila Kunis, Channing Tatum, Sean Bean, Eddie Redmayne, 160 min (FILM)
Sprzątaczka Jupiter Jones w dramatycznych okolicznościach spotyka zwiadowcę przybyłego na Ziemię z kosmosu. Dowiaduje się, że ma do wypełnienia doniosłą misję.
1.15 Godzilla – film s.f., USA/Japonia 2014, reż. Gareth Edwards, wyk. Aaron Taylor-Johnson, CJ Adams, Ken Watanabe, Bryan Cranston, 135 min (FILM)
3.30 Uwaga! – magazyn reporterów
3.45 Kuba Wojewódzki (12) – talk-show
4.50 Recepta na stary dom 3 (7) – program rozrywkowy

P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB T2

5.30 Ten moment (50) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 Szkoła (769-771) – serial paradokumentalny, Polska 2019
8.45 Ukryta prawda (1333, 1435, 1436) – paradok., Polska
11.55 W-11 – Wydział Śledczy (1084-1086): Świetny dzieciak; Despota; Kochani rodzice – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
14.00 Detektywi (117): W obronie matki – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
15.00 Szpital (772, 773) – serial paradokumentalny, Polska 2018
17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (501): Matka po latach – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
18.00 SOS. Ekipy w akcji (13) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Policjanci zostają wezwani na oddział pediatryczny. Okazuje się, że dziewięciolatek zażył środki odurzające. Podejrzanymi są rodzice, narkomani na odwyku. Inny patrol udaje się do kawiarni. Kelnerka nie może poradzić sobie z klientem.
19.00 Ukryta prawda (1524) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Łukasz znajduje na wycieraczce nosidełko z noworodkiem. Jego narzeczona próbuje dociec, dlaczego dziewczynka znalazła się właśnie u nich. Dowiaduje się o niewierności mężczyzny. Zlecone przez policję badania DNA wykluczają jego ojcostwo.

KOMEDIA ROMANTYCZNA



20.00 Walentynki
FILM – USA 2010, 165 min
Kilkoro mieszkańców Los Angeles przeżywa uczuciowe rozterki. Florysta Reed pragnie wykorzystać atmosferę dnia zakochanych, by oświadczyć się dziewczynie. Liz skrywa przed wybrankiem sekret. Julia planuje przyszłość u boku lekarza. Nie wie, że jest on żonaty.

22.45 Footloose – film muzyczny, FILM USA 2011, reż. Craig Brewer, wyk. Kenny Wormald, Julianne Hough, Dennis Quaid, Andie MacDowell, 135 min
Po śmierci syna pastor Moore prowadzi ascetyczny tryb życia. Zabrania swoim parafianom słuchania muzyki oraz urządzania potańcówek. Przeciwstawia się temu młody Ren.
1.00 Wehikuł czasu – film s.f., USA/ FILM Zjednoczone Emiraty Arabskie 2002, reż. Simon Wells, wyk. Guy Pearce, Mark Addy, 115 min
2.55 Żyjąc z potworem 8 (18) – dok.
3.45 Usterka 11 (3) – serial fabularno-dokum., Polska 2019
4.20 Dorota was urządzi! (5, 6) – program rozrywkowy

TV PULS HD DVB T2

6.00 Policjanci z Miami 3 (1, 2): Gdy Irlandczycy płaczą; Wojna Stone'a – serial kryminalny, USA 1986, wyk. Don Johnson, Edward James Olmos
8.00 Kobra – oddział specjalny (5, 6): Naga prawda; Miłość bez granic – serial sensacyjny, Niemcy 2017
10.00 Maria z przedmieścia (45, 46) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (109) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
Marichuy udaje się z Omarem na pogrzeb Nelsona. W uroczystości biorą także udział Juan Miguel z Blanką. Psychoterapeuta przedstawia towarzyszkę jako swoją narzeczoną.
13.00 Wspaniałe stulecie (43) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 Kurierzy (28) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (528, 529) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy (29) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Adam spotyka piosenkarkę. Kobieta nie cieszy się, że została rozpoznana. Kurier dowiaduje się, że ma ona powody, by nie pojawiać się publicznie.
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (966, 967) – serial obyczajowy, Polska 2026
Narkoman Bucior na zlecenie Lotona ma zabić 45-letnią Gałkową. Seler chce też zaoferować mu 50 tysięcy złotych za zlikwidowanie Ryżego.

SENSACYJNY



20.00 Komando
FILM – USA 1985, 115 min
Były dowódca oddziału specjalnego, płk John Matrix, mieszka na odludziu. Pewnego dnia dawny podwładny porywa jego córkę na zlecenie odsuniętego od władzy dyktatora południowoamerykańskiego kraju. Aby ocalić dziecko, John musi pomóc tyranowi na nowo przejąć rządy. Układa własny plan działania.

21.55 Uprowadzona 2 – film FILM sensacyjny, Francja/USA/Turcja 2012, reż. Olivier Megaton, wyk. Liam Neeson, Famke Janssen, Maggie Grace, 110 min
23.45 Szalony lot – dramat FILM sensacyjny, Wielka Brytania/Rumunia/USA 2007, reż. Michael Keusch, wyk. Steven Seagal, Steve Toussaint, Angus MacInnes, Mark Bazeley, 130 min
Zamachowcy porywają najnowocześniejszy samolot wojskowy. Sytuację może opanować tylko agent Sands.
1.55 Lombard. Życie pod zastaw 18 (962) – serial obyczajowy, Polska 2026
2.55 Zobacz to! – pr. powtórkowe

PULS 2 HD DVB T2

5.50 Ale numer! 20 (9) – program rozrywkowy
6.20 Cosie-Ktosie (5) – anim., Fr. 2022
6.30 Kajko i Kokosz (5) – serial animowany, Polska 2021
6.45 Smerfy 2 (47) – serial anim., Belgia/USA/Fr. 2021
7.00 Blaze i megamaszyny 6 (14) – serial animowany, USA 2020
7.30 Psi Patrol (19) – serial animowany, Kanada/USA 2013
7.50 Superkoty (12) – serial anim.
8.30 Wielkie przygody małego rekina (5): Legendarny skarb / Dzień na „tak" – serial dla dzieci, Korea Południowa/USA 2020
8.50 Masza i Niedźwiedź 2 (13, 14) – serial animowany, Rosja 2014
9.20 Straszne historie Maszy (5) – serial animowany, Rosja 2016
9.25 Świnka Peppa (39-41) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
9.45 Bing 4 (25, 26) – serial anim.
10.00 Jeżyk i Przyjaciele (6, 5) – serial animowany, Polska 2023
10.35 Spidey i superkumple 2 (41, 40) – serial anim., USA 2022
11.35 Gus. Mały – wielki rycerz (39, 40) – serial anim., Fr. 2021
12.00 Psi Patrol 8 (2) – serial anim.
12.35 Marta mówi (12) – serial anim.
13.00 Smerfy (156) – anim., Bel. 1988
13.35 Gumisie 4 (8) – serial animowany
14.00 Kacze opowieści (12, 13) – serial animowany, USA 1987
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (22, 23) – anim., Francja/Korea Południowa/Jap.
16.00 Fineasz i Ferb 2 (6, 7) – serial animowany, USA 2007-2011
17.00 Smerfy (155) – anim., Bel. 1988

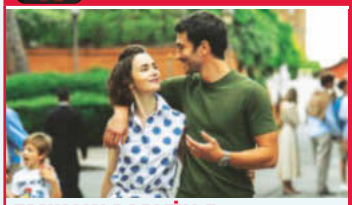
ANIMOWANY



17.35 Gumisie 4 (7) – USA 1992
Ogry wchodzące w skład armii Ightorna zostają zamienione w ogrzątka. Wkrótce jedno z nich dostaje się w ręce Buni. Do Dunwyn przybywa sir Victor, który skrywa pewien sekret.

18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2 (13, 14) – serial animowany, USA
19.00 Kacze opowieści (11, 14) – serial animowany, USA 1987
20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (954) – serial obyczajowy, Polska 2026
21.00 Dzielnica strachu 9 (406, 407) – serial kryminalny, Polska 2025
23.00 Centurion – dramat FILM przygodowy, Wielka Brytania 2010, reż. Neil Marshall, wyk. Michael Fassbender, Olga Kurylenko, Dominic West, 120 min
1.00 Śmiertelna gorączka 3 FILM – horror, USA 2014, reż. Kaare Andrews, wyk. Brando Eaton, Jillian Murray, 120 min
3.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (193) – serial obycz., Polska 2019
4.00 Niesamowite! (23, 24) – dok.
5.00 Kręcimy z gwiazdami (7): Bayer Full – program rozrywkowy

NETFLIX



EMILY W PARYŻU 5

Po objęciu kierownictwa w rzymskim oddziale Agence Grateau Emily (Lily Collins) mierzy się z wyzwaniami zawodowymi oraz miłosnymi problemami. Kiedy jeden błąd wywraca jej życie do góry nogami, a tajemnica wystawia na próbę bliską relację, kobieta musi otworzyć się na nowe możliwości.
►serial obycz. (10 odc.), USA 2025



NERO

Francja, rok 1504. Néro (Pio Marmai), bezwzględny zabójca, zostaje zdradzony przez swojego dawnego mistrza. Musi uciekać przed bezlitosnymi prześladowcami. Zabiera ze sobą Perlę, córkę, która dotąd żyła w przekonaniu, że jest sierotą. W trakcie podróży Néro staje w obliczu trudnego wyboru.
►serial przyg. (8 odc.), Francja 2025



MICHAEL JACKSON: WERDYKT

Ława przysięgłych w Santa Maria w Kalifornii uniewinniła Michaela Jacksona od wszystkich zarzutów, w tym dotyczących molestowania nieletniego Gavina Arvizo i podawania mu alkoholu. Film przybliża przebieg budzącego kontrowersje procesu. Pokazuje jego wpływ na wizerunek i spuściznę muzyka.
►serial dokum. (3 odc.), USA 2026



LIGA SPRAWIEDLIWOŚCI ZACKA SNYDERA

Potężny Steppenwolf pragnie zawładnąć Ziemią. Wonder Woman (Gal Gadot) łączy siły z Batmanem (Ben Affleck). Wspólnie zbierają zespół superbohaterów do walki w obronie ludzkości. Do drużyny dołączają m.in. Aquaman (Jason Momoa) i Flash (Ezra Miller).
►film przyg., USA 2021; 242 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.15 **FBI: Most Wanted 3** (13) – serial kryminalny
7.00 **Agenci NCIS: Hawaje 3** (5, 6) – serial kryminalny
8.45 **Castle 2** (19, 20) – serial kryminalny
10.45 **MacGyver 2** (14, 15) – serial akcji, USA 2017-2018
12.45 **Agenci NCIS: Hawaje 3** (7, 8) – serial kryminalny
14.45 **Agenci NCIS 10** (16, 17) – serial sensacyjny, USA 2012
16.40 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3** (15, 16) – serial krym., USA/Kanada 2002
19.05 **Castle 2** (21, 22) – serial kryminalny

TVP SERIALE HD

5.20 **Rodzinka.pl** (98, 99) – serial kom., Pol. 2013
6.20 **Na sygnale** (481, 482)
7.30 **Ojciec Mateusz 3** (31) – krym., Pol. 2010
8.30 **Komisarz Alex 2** (20)
9.25 **Rodzinka.pl** (100)
10.00 **Klan** (1447, 1448)
10.50 **Ranczo 8** (98, 99)
12.35 **Komisarz Alex 2** (21)
13.35 **Ojciec Mateusz 30** (382, 383) – krym., Pol.
15.30 **Komisarz Alex 2** (22) – serial krym., Polska
16.25 **Na sygnale** (483, 484) – serial fab.-dokum.
17.35 **Ranczo 8** (100, 101) – serial obycz., Polska
19.30 **Ojciec Mateusz 30** (384) – krym., Pol. 2023
20.30 **Komisarz Alex 24** (304) – krym., Pol. 2025

TVP KULTURA HD

12.10 **Jim Morrison – ostatnie dni w Paryżu** – film dokum., Francja 2021
13.20 **Teatr STU. Benefis Zbigniewa Wodeckiego** (1)
14.15 **Muzeum Polskiej Piosenki** (117) – rozr.
14.35 **Książę sezonu** FILM – komedia, Polska 1970, 70 min
15.45 **Wakacje z Madonną** FILM – film obyczajowy, Polska 1983, 95 min
17.20 **Siedem życzeń** (7-ost.) – serial przyg.
18.20 **Video Killed the Radio Star** – dok.
18.55 **Pan wzywał, milordzie? 4** (6) – serial kom., Wlk. Bryt.

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 5** (3) – serial dok., Pol. 2020
7.00 **Wolna krowa** – film krótkometraż.
7.40 **Królowa chmur** FILM – film obyczajowy, Polska 2003, 100 min
9.20 **The Hero** – film krótkometraż.
10.00 **Grantchester 10** (1, 2) – krym., Wlk. Bryt.
12.05 **Vera 5** (3) – krym.
14.00 **Smak życia 3, czyli chińska układanka** FILM – komediodramat, Francja 2013, 135 min
16.15 **Stan wyjątkowy** FILM – komedia, Czechy 2024, reż. Jan Hřebejk, 120 min
18.15 **Vera 5** (4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

CANAL+ PREMIUM HD

10.10 **Peacock** FILM – thriller, USA 2010, 90 min
11.40 **MTV Unplugged: Maryla Rodowicz**
13.00 **Hollywood Buzz**
13.30 **Yintah** – film dokum., Kanada 2024
15.35 **Call me lala** – film krótkometraż.
16.00 **Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu** FILM – film fantasy, Australia/USA 2009, 130 min
18.10 **Łapu capu** – pr. rozr.
18.15 **Niania w Nowym Jorku** FILM – kom. romant., USA 2007, 105 min
20.00 **Czarownice Mayfair 2** (5) – serial fantasy, USA 2025
20.45 **Premierowa jazda**

HBO HD

7.50 **Superman** FILM – przyg., USA 2025, 130 min
10.00 **Ciągnie świnki do... wilkołaka** – anim.
10.10 **Wasza wysokość** FILM – komedia przyg., USA 2011, 105 min
11.55 **Na planie 23** (27)
12.25 **Detektyw Monk: Ostatnia sprawa** FILM – film kryminalny, USA 2023, 95 min
14.00 **Karate kid** FILM – przyg., USA 1984, 125 min
16.05 **Rozważni i romantyczni – klub miłośników Jane Austen** FILM – komediodramat, USA 2007, 105 min
17.50 **Superman** FILM – przyg., USA 2025, 130 min

20

SENSACYJNY



21.05 Uprowadzona 3 FILM – Francja/Hiszpania/USA 2014, 130 min

Emerytowany agent wywiadu Bryan Mills zostaje oskarżony o zabójstwo byłej żony. Ucieka policji, żeby odnaleźć prawdziwego mordercę.

23.15 **Olimp w ogniu** FILM – thriller, USA 2013, 150 min
1.45 **Castle 2** (21, 22) – serial kryminalny
3.35 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3** (15) – krym., USA/Kan.
4.55 **Walker: Strażnik Teksasu** (8) – krym.

OBYCZAJOWY



21.30 Ranczo 8 (102, 103) – Polska 2014

Lucy planuje rezygnację ze stanowiska i wyjazd z rodziną do Ameryki. Tymczasem Kinga i jej nowy przyjaciel, leśniczy, postanawiają doprowadzić do pojednania Klaudii i Dudy.

23.20 **Ojciec Mateusz 30** (385, 386) – krym., Pol.
1.20 **Oficerowie** (5, 6) – serial sens., Pol. 2006
3.15 **Wojna zastępcza** (8) – serial szpiegowski
4.10 **Klan** (1447) – telenowela, Pol. 2008
4.35 **Pan Mama** (20) – serial kom., Pol. 2025

KRYMINALNY



20.00 Powrót Sherlocka Holmesa (5)

Holmes rozwiązuje zagadkę zabójstwa lorda. Żona zabitego oskarża miejscowego rzezimieszka. Przełomem okazują się kieliszki znalezione na miejscu zbrodni.

21.00 **Koncert**
23.45 **Czwartkowy klub filmowy** – mag. film.
23.50 **Kronika wypadków miłosnych** FILM – dramat obyczajowy, Polska 1985, 135 min
2.05 **Gruboskórca** – anim.
2.15 **Bestie wokół nas** – film anim., Pol. 2021

THRILLER



20.10 Na fali ryzyka FILM – USA 2023, 125 min

Dovey wychodzi z więzienia. Na zlecenie swojego mentora, który zapewnił mu ochronę w zakładzie, ma odnaleźć jego córkę. Nie wie, że ściąga na nią zagrożenie...

22.15 **Oddział dla zuchwałych** (5, 6) – wojenny, Wlk. Bryt.
0.45 **Niewierny** FILM – thriller, USA 2019, 120 min
2.45 **Powrót** (5) – kom.
3.30 **Na pastwę lasu** FILM – dramat obyczajowy, Polska 2024, 85 min
4.55 **Kot** – film krótkometr.

OBYCZAJOWY



21.00 Rok za rokiem (4) – Wielka Brytania 2019

Daniel wyrusza w niebezpieczną podróż, by uratować ukochanego. Celeste planuje zemstę na Stephenie. Viv Rook pragnie jeszcze więcej, niż dotychczas udało jej się zdobyć.

22.00 **Ballerina.** FILM **Z uniwersum Johna Wicka** – thriller, USA/Węgry 2025, reż. Len Wiseman, wyk. Ana de Armas, 120 min
0.00 **Spalę was wszystkich** FILM – horror, Hiszpania 2021, 115 min

SENSACYJNY



20.00 Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw FILM – USA/Japonia 2019, 135 min

Agent specjalny Luke i były wojskowy Deckard muszą zjednoczyć siły. Ludzkości zaczyna bowiem zagrażać zaawansowany technologicznie cyborg.

22.15 **Księgowy** FILM – thriller, USA 2016, reż. Gavin O'Connor, 125 min
0.20 **Abigail** FILM – horror, USA/Irlandia 2024, 110 min
2.10 **Detektyw Monk: Ostatnia sprawa** FILM – film kryminalny, USA 2023, 95 min

AXN WHITE

8.10 **Szpital nadziei 4** (4)
9.10 **Blondynka 2** (9, 10)
11.15 **Agenci NCIS 19** (19-21)
14.10 **Szpital nadziei 4** (5)
15.10 **Miłość przy świątecznym stole** FILM – komedia romantyczna, USA 2012, 120 min
17.10 **Pocałuj mnie pod jemiołą** FILM – komedia romant., USA 2021, 110 min
19.00 **Dr House 3** (5) – obycz.
20.00 **Dowody zbrodni 2** (1, 2)
22.00 **Unforgettable: Zapisane w pamięci 4** (13) – krym.
23.00 **Agenci NCIS 19** (19-21)
1.35 **Dowody zbrodni 2** (1, 2)
3.25 **Zaklinacze koni 2** (4, 5)

AXN BLACK

8.50 **Zagadki z przeszłości** (22) – przyg., Fr./Niem./Kan.
9.50 **Gwiezdne wrota 3** (13-15) – serial s.f., USA/Kan.
12.50 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4** (5) – serial sens.
13.50 **Renegat 5** (8) – serial sens.
14.50 **Drużyna A 2** (20) – sens.
15.50 **Nieustraszony** (12)
16.55 **Zagadki z przeszłości 2** (1) – przyg., Fr./Niemcy/Kan.
18.00 **Gwiezdne wrota 3** (16-18) – s.f., USA/Kan. 2000
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6** (5-8) – krym.
0.40 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4** (5) – serial sens.
1.40 **Nieustraszony** (12)

WARNER TV

8.05 **Teraz albo nigdy!** (5)
9.05 **Bajer z Bel-Air 4** (24, 25)
10.05 **Prawo Agaty 2** (10)
11.05 **Pełna chata 8** (1, 2) – kom.
12.05 **Teraz albo nigdy!** (6, 7)
14.05 **Bajer z Bel-Air 4** (24-26)
15.35 **Bajer z Bel-Air 5** (1)
16.05 **Pełna chata 8** (1-4) – kom.
18.15 **Głupi i głupszy 2: Kiedy Harry poznał Lloyda** FILM – kom., USA 2003, 105 min
20.00 **Szpiedzy tacy jak my** FILM – komedia sensacyjna, USA 1985, 120 min
22.00 **33** – film katastroficzny, 2015, 150 min
0.30 **San Andreas** – dramat FILM katastrof., 2015, 125 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (136-138, 731-734) – serial paradok.
13.00 **Kowalscy kontra Kowalscy** (33-36) – serial obyczajowy, Polska 2022
15.00 **Świat według Kiepskich** (369-372) – kom., Pol. 2011
17.00 **Columbo** (4, 1) – serial kryminalny, USA
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (119-122) – serial krym., USA/Kanada
0.45 **Ślad** (36, 37) – serial kryminalny, Pol. 2018-2019
2.45 **Święty** (196, 197) – serial komediowy, Polska 2022
4.00 **48h. Zaginieni** (91, 92) – serial kryminalny, Polska

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 łotr** FILM – film anim., 2025, 90 min
10.05 **Wszyscy święci** FILM – film obycz., Polska 2002, 75 min
11.20 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
11.25 **Charlie Chaplin: duch włóczęgi** FILM – film dok., 2024
12.55 **W kogo ja się wrodziłem?** FILM – film obycz., Polska 2001, 60 min
13.55 **Saga „Zmierzch": Zaćmienie** FILM – film fantasy, USA 2010, 120 min
15.55 **Mój jedyny wróg** FILM – film krótkometraż., Pol.
16.15 **L.A.R.P. Miłość, trolle i inne questy** FILM – komedia, Polska 2025, 90 min
17.45 **Battleship: Bitwa o Ziemię** FILM – film s.f., USA/Japonia 2012, 130 min
19.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Dotyk** – melodramat, FILM Islandia/Wielka Brytania 2024, 120 min
22.00 **Wcielenie zła** FILM – horror, Meksyk 2024, 85 min
23.25 **Innego końca nie będzie** FILM – film obycz., 2024, 85 min
0.50 **Paraliż** FILM – thriller, USA 2024, reż. Brian Netto, 90 min
2.20 **Dwie siostry** FILM – dramat obyczajowy, 2024, 95 min
3.55 **Wrooklyn Zoo** FILM – dramat obyczajowy, Polska 2024

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Dzika fauna śródziemnomorska** (3) – film dokumentalny, Hiszpania 2024
11.00 **Naruto** (23-25) – serial anime, Japonia 2003
12.30 **The Office PL 2** (1-3) – serial komediowy, Polska
14.20 **Premierowa jazda** – magazyn
14.35 **Captain Tsubasa** (13-15) – serial anime, Japonia 2018
16.00 **Malediwy. Wodne królestwo Oceanu Indyjskiego** (1-3) – serial dokumentalny, Polska 2023
18.30 **The Office PL 3** (4-6) – serial komediowy, Polska 2023
20.00 **Wywiad z wampirem** (5, 6) – serial fantasy, USA 2022
Claudia opuszcza dom i udaje się na studia. Planuje zdobyć jak najwięcej informacji na temat wampirów.
21.45 **Łapu capu** – program rozrywkowy
22.00 **DNA 2** (5, 6) – serial kryminalny, Dania/Francja 2022-2023
23.35 **Scarlet Hill** (7, 8) – serial kryminalny, Wietnam 2022
1.55 **Klangor** (1-4) – serial kryminalny, Polska 2021
5.35 **Premierowa jazda** – magazyn

CANAL+ 360 HD

8.00 **Porzucone konstrukcje** (3) – serial dok., Wlk. Bryt.
9.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2** (4) – serial dok., Niem. 2014
10.00 **Co poszło nie tak 3** (4)
11.00 **Złombol** (3, 4) – dok., Pol.
13.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2** (5) – serial dok., Niem. 2014
14.00 **Wykrywacz historii 3** (5)
15.00 **Grip – w świecie supersamochodów** (2)
16.00 **Supersamoloty bojowe 11** (1) – serial dok.
17.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach 8** (19) – dok.
18.00 **Porzucone konstrukcje** (4) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.55 **Wykrywacz historii 3** (4)
19.50 **Zholowani: ciężarówki w opałach 8** (20) – dok.
20.50 **Koleją przez świat 4** (2)
22.00 **Grip – w świecie supersamochodów** (4)
23.00 **Supersamoloty bojowe** (4) – serial dokumentalny
0.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata** (3) – serial dok., Niem. 2011
1.00 **Moscow Noir** (4) – krym.
2.00 **Twardzielki** (9) – dok., Pol.
2.40 **Ludzie morza** (8) – dok.
3.45 **Polska z góry: Stadiony 2** (5, 6) – dok.

HBO 2 HD

12.20 **I tak po prostu 2** (8)
13.05 **Kung Fu Panda 4** – anim., FILM Chiny/USA 2024, 90 min
14.35 **Królewskie święta** FILM – komedia romantyczna, USA 2023, 85 min
16.00 **Zmierzch** – film fantasy, FILM USA 2008, 120 min
18.00 **Wyśnione piosenki** FILM – dramat obyczajowy, USA 2025, 90 min
19.30 **Akademia pana Kleksa 2** – film familijny, FILM Polska 2024, 120 min
21.30 **Lisa Frankenstein** FILM – komedia fantasy, USA 2024, 100 min
23.10 **Stół powitalny**

HBO 3 HD

10.05 **Genialna przyjaciółka 4** (3) – serial obycz., Wł./USA
11.00 **Geneza planety małp** FILM – film s.f., 2011, 105 min
12.45 **Lalka** – komedia, Francja FILM 2025, 80 min
14.05 **Kolejna zwyczajna przysługa** FILM – czarna kom., USA 2025, 120 min
16.05 **Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13** (17)
17.10 **Duża ryba** FILM – komediodramat, USA 2003, 125 min
19.15 **Ktoś, gdzieś** (3, 4) – kom.
20.05 **Rzym** (9) – serial hist.
21.00 **Czysta krew 3** (7-12)

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.55 **Na ratunek 112** (860) – serial paradokum.
7.25 **Doktor Martin 4** (31)
8.25 **Przyjaciółki** (125, 126) – obycz., Pol.
10.25 **Świat według Kiepskich** (163, 164, 50, 229) – serial kom.
12.45 **Nadchodzi Polly** FILM – komedia romant., USA 2004, 110 min
14.35 **Zabij mnie, kochanie** FILM – kom. romant., Pol. 2023, 120 min
16.35 **Alfa** FILM – film przyg., USA/Kanada/Chiny 2018, 120 min
18.35 **Jumanji: Przygoda w dżungli** FILM – film przyg., USA/Australia/Indie 2017, 145 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Tata ma plan 2** (7, 8) – serial komediowy, USA 2017
7.00 **Dwóch i pół 4** (19-22) – serial komediowy, USA 2007
8.55 **Przyjaciele 6** (14-19) – serial komediowy, USA 1999-2000
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 6** (5-10) – serial komediowy, USA 2012-2013
14.30 **Dwóch i pół 4** (23, 24) – serial komediowy, USA 2007
15.30 **Dwóch i pół 5** (1, 2) – serial komediowy, USA 2007-2008
16.30 **Przyjaciele 6** (20-25) – serial komediowy, USA 1999-2000

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (775) – serial paradokum.
6.00 **Filmowe duety** (4)
6.30 **Alfabet filmowy** (19)
6.45 **Zakochani po uszy** (83, 84) – telen., Polska
7.45 **Detektywi** (65-68)
9.50 **Prawo Agaty 3** (9)
10.55 **Szpital św. Anny** (66)
11.55 **Miłość czy pomyłka?** (29, 30)
13.55 **Prawo Agaty 3** (8)
14.55 **Detektywi** – fab.-dok.
16.00 **Seriaale: rozmowy 2** (4) – mag.
16.45 **Alfabet filmowy** (19)
16.55 **Wakacje w krzywym zwierciadle** FILM – kom., USA 1983, 125 min
19.00 **Szpital św. Anny** (67) – serial obycz., Polska

13 ULICA

6.15 **Blanca 2** (9, 10) – serial kryminalny, Wł.
8.35 **Na granicy: Sprawa Sikorskiej** FILM – film kryminalny, Niemcy 2018, reż. Stefan Kornatz, 115 min
10.30 **Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (13-16) – serial sensacyjny, USA 2023
14.10 **Blanca 2** (11, 12) – serial kryminalny, Wł.
16.25 **Na granicy: Przepaść** FILM – film kryminalny, Niemcy 2022, reż. Stephan Rick, 115 min
18.20 **Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (17-20) – serial sensacyjny, USA 2023

KINO POLSKA

6.00 **Zwierzęta Wajraka 3** (3, 4) – dok.
6.50 **Polska Kronika Filmowa** – serial dok.
7.20 **Bolek i Lolek** (5, 6) – serial animowany
7.45 **Reksio** (13, 14)
8.05 **Siedem życzeń** (3, 4) – serial przygodowy
10.35 **Podróż za jeden uśmiech** FILM – film przyg., 1972, 105 min
12.20 **To nie ze mną** (3, 4) – serial obyczajowy
13.45 **Pan Anatol szuka miliona** FILM – komedia obycz., 1958, 105 min
15.30 **Tam i z powrotem** FILM – film obyczajowy, 2001, 135 min
17.45 **Czterej pancerni i pies** (4, 5) – wojenny

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Złoty interes** (6)
6.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
7.50 **Robert Makłowicz** (188, 149) – mag. kulin.
9.40 **Zagadki kryminalne panny Fisher** (3) – serial krym., Australia
10.55 **Górski lekarz** (1, 2) – serial obycz., Niemcy
12.55 **Zagadki kryminalne panny Fisher** (4)
14.05 **Katastrofy w przestworzach** (6, 3) – serial dok., Kan.
17.00 **MacGyver 4** (4) – sens., USA/Kan. 1988
18.00 **Wojny magazynowe: Kanada** (4)
19.10 **Aukcja w ciemno 2** (4, 5) – serial dok., USA

THRILLER



21.00 Gwiazdorski piątek: Ukojenie FILM – USA 2015, 130 min

Agent Joe Merriwether tropi seryjnego mordercę. Próbuje zwerbować do pomocy eksperta od parapsychologii, doktora Clancy'ego.

23.10 **Obcy – ósmy pasażer „Nostromo"** FILM – horror s.f., Wielka Brytania/USA 1979, 145 min
1.35 **Ślad** (7-9) – serial krym., Pol. 2018-2019
4.35 **Na ratunek 112** (857, 858) – serial paradokum., Pol. 2023

KOMEDIOWY



19.30 Teoria wielkiego podrywu 6 (11-16)

Sheldon narzeka na Boże Narodzenie przy okazji gry tematycznej D&D. Nie ma z nimi Raja, ponieważ Bernadette i Amy próbują znaleźć mu idealną dziewczynę.

22.00 **The Office PL 2** (5, 6)
23.05 **Comedy Club 5** (5, 6)
0.05 **Miasteczko South Park 2** (5, 6)
1.00 **Pracoholicy 3** (5, 6)
2.00 **Śmieszniej nie będzie 6** (9, 10, 8)
3.15 **Miasteczko South Park 2** (2-4)
4.20 **Comedy Club 7** (4-7)

FANTASY



20.00 Ciekawy przypadek Benjamina Buttona FILM – USA 2008, 210 min

Rok 1918. W Nowym Orleanie rodzi się dziecko o wyglądzie starca. Z biegiem lat Benjamin... młodnieje. Jego związek z Daisy komplikuje fakt, że czas płynie dla każdego z nich odwrotnie.

23.30 **Zanim odejdą wody** – komedia, USA 2010, 125 min
1.35 **Jestem legendą** FILM – s.f., USA/Australia 2007, 125 min
3.40 **Zawieruchy przepis na kino** (20) – pr. rozr.

KRYMINALNY



22.00 Podróżnik (3) – Francja 2021

Tajemniczy notatnik zawiera listę zbrodni, które zostały popełnione przez tego samego sprawcę. W trakcie śledztwa Kandiński odkrywa, że to on jest kolejnym celem.

23.55 **Worricker – Drugie starcie** FILM – dramat kryminalny, Wielka Brytania 2014, 125 min
2.00 **Na granicy: Przepaść** FILM – film kryminalny, Niemcy 2022, 115 min
3.55 **Blanca 2** (11, 12) – serial kryminalny, Wł.

DRAMAT WOJENNY



20.00 Demony wojny wg Goi FILM – 1998, 120 min

Rok 1996, Bośnia. Śmigłowiec rozbija się w górach. Ludzie majora Kellera ratują dziennikarkę, która posiada nagranie kompromitujące serbskiego prezydenta.

22.00 **Job, czyli ostatnia szara komórka** FILM – komedia obyczajowa, 2006, 120 min
0.00 **Dzień świra** FILM – komediodramat, 2002, reż. Marek Koterski, 120 min
2.00 **Trick** FILM – komedia sens., 2010, 135 min

KOMEDIA OBYCZAJOWA



20.00 Motylem jestem, czyli romans czterdziestolatka FILM – Polska 1976, 120 min

Stefan Karwowski, kierownik robót na budowie Dworca Centralnego, nawiązuje znajomość z atrakcyjną piosenkarką, Ireną. Chce dla niej zostawić swoją żonę.

22.00 **Taśmy Watykanu** FILM – horror, USA 2015, reż. Mark Neveldine, 105 min
23.45 **Oczy smoka** FILM – sens., USA 2012, 120 min
1.45 **Kroll** FILM – film sens., Polska 1991, 135 min

20

CINEMAX HD

14.50 **Napięta struna** FILM – komediodramat, USA 2025, 80 min
16.10 **Miasto kłamstw** FILM – film kryminalny, USA/Wielka Brytania 2018, 110 min
18.00 **Stażyści** FILM – komedia, USA 2013, reż. Shawn Levy, wyk. Vince Vaughn, 120 min
20.00 **Mój przyjaciel szpieg – Wieczne Miasto** FILM – komedia sensacyjna, USA 2024, 110 min
21.50 **Stoker** FILM – dramat psychologiczny, Wielka Brytania/USA 2013, 100 min
23.30 **Fargo** FILM – dramat sens., USA/Wlk. Bryt. 1996, 95 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 **Święty** (29, 30) – kom., Pol.
14.25 **Spadkobiercy 3** (12)
15.25 **Co ludzie powiedzą? 5** (2) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 **Jedną nogą w grobie 2** (5) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 **Czarna Żmija 3** (5) – kom.
17.35 **Bob kocha Abisholę 2** (7-9) – kom., USA 2020-2021
19.00 **Dwóch i pół 4** (19-22)
21.00 **Świat według Kiepskich** (9, 10, 1) – serial komediowy
22.30 **Co ludzie powiedzą? 5** (3) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 **Jedną nogą w grobie 2** (6) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 **Czarna Żmija 3** (6) – kom.
0.30 **Comedy Club 3** (2) – rozr.

SCI FI

10.00 **Kroniki Shannary** (7, 8)
11.50 **Zagubiona tożsamość 2** (4, 5) – s.f., Kan. 2011-2012
13.40 **Grimm 6** (12, 13) – fantasy
15.30 **Kroniki Shannary** (9, 10)
17.20 **Zagubiona tożsamość 2** (6, 7) – s.f., Kan. 2011-2012
19.10 **Bibliotekarz 3: Klątwa kielicha Judasza** FILM – film przygodowy, 2008, 110 min
21.00 **183 metry strachu** FILM – thriller, USA 2016, 110 min
22.50 **DOA: Żywy lub martwy** FILM – film przyg., 2006, 110 min
0.40 **Maszyna** FILM – thriller s.f., Wlk. Bryt. 2013, 115 min
2.35 **Zagubiona tożsamość 2** (6, 7) – s.f., Kan. 2011-2012

FX HD

9.00 **Z archiwum X 2** (18) – s.f.
10.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (6, 7) – serial krym.
11.50 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (17, 18)
13.45 **Agenci NCIS 10** (5, 6)
15.35 **Skymed 2** (2) – obycz.
16.30 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (8, 9) – serial krym.
18.20 **Z archiwum X 2** (19) – s.f.
19.15 **FBI 4** (5) – serial kryminalny
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (19, 20)
22.00 **Grey's Anatomy: Chirurdzy** (16) – obycz.
22.55 **Hellboy** FILM – horror s.f., USA 2004, 150 min
1.25 **Z archiwum X 2** (19) – s.f.

FILMBOX+ ONE HD

9.50 **Panna Scarlet i komisarz 2** (4) – krym.
11.00 **Panna Marple: Noc i ciemność** FILM – krym., Wielka Brytania/USA 2013, 125 min
13.05 **Poirot** – serial kryminalny
15.15 **Zagadki kryminalne panny Fisher 3** (7) – krym.
16.40 **Panna Scarlet i komisarz 2** (5) – krym.
17.50 **Poirot** (5, 6) – serial krym.
20.00 **12 godzin** FILM – film sensacyjny, 2012, 120 min
22.00 **Efekt motyla** FILM – thriller, USA 2004, reż. Eric Bress, 130 min
0.10 **Carrie** FILM – horror, USA 2013, 150 min

ROMANCE TV HD

14.20 **Inga Lindström: Cud z Sandbergen** FILM – film obycz., Niem. 2008, 115 min
16.15 **Katie Fforde: Rodzinne wakacje** FILM – film obycz., Niemcy/USA 2018, 110 min
18.05 **Górski lekarz** (138, 139)
20.00 **Statek marzeń – Nusantara** FILM – film obycz., Niemcy 2024, 115 min
21.55 **Wydział zabójstw: Stambuł: Zwłoki w cysternie** FILM – film krym., Niemcy 2008, 115 min
23.50 **Wydział zabójstw: Stambuł: Morderstwo nad Bosforem** FILM – krym., Niem./Turcja 2009, 115 min

CINEMAX 2 HD

15.10 **Tożsamość Bourne'a** FILM – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, 120 min
17.10 **Simon z gór** FILM – film obycz., Argentyna/Chile/Urugwaj 2024, 100 min
18.50 **Ciche życie** FILM – dramat obyczajowy, Fr./Szwecja/Niemcy 2024, 100 min
20.30 P! **Uderzyć w świat z pięści** FILM – film obyczajowy, Niemcy 2025, 115 min
22.25 **Co ci jest, dziewczyno** FILM – film dla młodzieży, 2025, 90 min
23.55 **Manchester by the Sea** FILM – dramat obyczajowy, USA 2016, 135 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

9.05 **Poirot 4** (1) – serial krym.
11.20 **Zatraceni w miłości** (27, 28) – telen., Turcja 2023
13.20 **Agenci NCIS 18** (5, 6)
15.05 **Lekarze na start** (27, 28)
16.40 **Poirot 4** (2) – serial krym.
19.00 **Zatraceni w miłości** (29, 30) – telen., Turcja 2023
21.00 **Królowa węży** (8)
22.15 **Sprawy pana Booka** (2)
23.20 **Projekt Błękitna Księga** (6) – serial s.f., Kanada/USA
0.20 **Zatraceni w miłości** (29, 30) – telen., Turcja 2023
2.00 **Królowa węży** (8)
3.00 **Sprawy pana Booka** (2)
3.55 **Projekt Błękitna Księga** (6) – serial s.f., Kanada/USA

NOVELAS+ HD

10.00 **Cud miłości** (27) – telen.
11.00 **Otchłań namiętności** (112) – telen., Meksyk 2012
12.00 **Za wszelką cenę** (82)
13.00 **Róże i grzechy** (11)
14.00 **Historia Juany** (39, 40)
16.00 **Róże i grzechy** (12)
17.00 **Za wszelką cenę** (83)
18.00 **Otchłań namiętności** (113) – telen., Meksyk 2012
19.00 **Macocha** (22) – telenowela
20.00 **Cud miłości** (28) – telen.
21.04 **Historia Juany** (40)
22.00 **Róże i grzechy** (12)
23.00 **Za wszelką cenę** (83)
0.00 **Otchłań namiętności** (113) – telen., Meksyk 2012
1.00 **Macocha** (22) – telenowela

FX COMEDY HD

12.00 **Jim wie lepiej 7** (9, 10)
13.00 **Sposób użycia 5** (23, 24)
14.00 **Wszyscy kochają Raymonda 5** (13-16)
16.00 **Simpsonowie 36** (10, 9, 11, 12)
18.00 **Jak poznałem waszą matkę 2** (6-8) – serial kom.
19.30 **Współczesna rodzina 7** (7-9) – kom., USA 2015-2016
21.00 **Family Guy: Głowa rodziny 18** (8, 9)
22.00 **Johnny English: Reaktywacja** FILM – komedia przygodowa, 2011, 125 min
0.05 **Simpsonowie 36** (2, 6)
1.00 **Family Guy: Głowa rodziny 18** (2-5)

FILMBOX+ HITS HD

14.05 **Klub cudownych kobiet** FILM – komediodramat, Irlandia/Wlk. Bryt. 2023, 105 min
15.50 **Scenariusz na miłość** FILM – komedia romantyczna, USA 2014, 120 min
17.50 **Spencer** FILM – dramat obycz., Wielka Brytania/Niemcy/USA 2021, 130 min
20.00 **Tajemnica Trójcy** FILM – western, USA 2024, reż. Richard Gray, wyk. Pierce Brosnan, 105 min
21.45 **Wyspa śmierci** FILM – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2023, 100 min
23.25 **Dziedzictwo. Hereditary** FILM – horror, USA 2018, 140 min

PARAMOUNT NETWORK HD

10.30 **Star Trek: Nemesis** FILM – film s.f., USA 2002, 150 min
13.00 **Czarodziejki** (5, 6) – serial fantasy, USA 2001
15.00 **Pingwiny z Madagaskaru 3** (13)
15.30 **Step Up: Taniec zmysłów** FILM – film muzyczny, USA 2006, 140 min
17.50 **Pompeje** FILM – film katastroficzny, Kanada/Niemcy/USA 2014, 130 min
20.00 **Ojciec chrzestny: Epilog – Śmierć Michaela Corleone** FILM – dramat kryminalny, 2020, 200 min
23.20 **Gorączka** FILM – film sensacyjny, 1995, 200 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
9.30 **Wspinaczka:** World Series w Innsbrucku – bouldering – finały
11.00 **Snooker:** Turniej Players Championship – mecz finałowy
13.00 **Kolarstwo:** Tour de France – 21. etap
15.00 **Cycling Africa** – mag.
15.15 **Kolarstwo:** Tour de France – prezentacja zespołów
16.45 **Kolarstwo górskie:** Mistrzostwa świata – Val di Fassa – podsumowanie
17.15 **Kolarstwo górskie:** LIVE PŚ w La Thuile – short track
19.15 **Kolarstwo górskie:** MŚ – Val di Fassa – podsumowanie

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 2. rundy
11.00 **Halo, tu Wimbledon** – magazyn tenisowy
12.00 **Kronika Wimbledonu** – magazyn tenisowy
13.00 **Tenis:** Turniej LIVE Wimbledon – studio
14.30 **Tenis:** Turniej LIVE Wimbledon – mecz 3. rundy
16.30 **Tenis:** Turniej LIVE Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej

CANAL+ SPORT HD
6.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – KGHM Zagłębie Lubin
8.20 **Speedway+** – mag.
9.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska
11.15 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska
13.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Lech Poznań – Arka Gdynia
16.15 **Premier League Stories** (47) – magazyn piłkarski
16.55 **Speedway+** – mag.
17.30 **Żużel:** PGE Ekstraliga LIVE – mecz: KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa – Stelmet Falubaz Zielona Góra

TVP SPORT DVB T2 HD
4.00 **Piłka nożna:** LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału
8.00 **Strongman:** PP – Polkowice 2026
9.00 **Mundialowy poranek** (22) – mag.
10.15 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – 1/16 finału
12.35 **Mistrzostwa Polski w motocrossie – Prabuty** – reportaż
13.05 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – 1/16 finału
15.25 **Dzień na mundialu** (22) – mag. piłkarski
16.55 **Piłka nożna kobiet:** LIVE ME U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026 – mecz: Polska – Bośnia i Hercegowina

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.20 **Bundesliga Clubs** – magazyn piłkarski
7.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: 1. FC Köln – Bayern
9.00 **Made in Italy** (15-17)
9.50 **Formuła 3:** Grand LIVE Prix Wielkiej Brytanii – sesja treningowa
11.00 **Formuła 2:** Grand LIVE Prix Wielkiej Brytanii – sesja treningowa
12.15 **F2: Chasing the Dream** – mag. motor.
12.30 **GP Confidential**
13.10 **Formuła 1:** Grand LIVE Prix Wielkiej Brytanii – 1. sesja treningowa
14.55 **Formuła 3:** Grand LIVE Prix Wielkiej Brytanii – sesja kwalifikacyjna
15.50 **Ligue 1 Show** (35)

DISCOVERY CHANNEL HD
9.00 **Gorączka złota: rzeka skarbów 7**
10.00 **Klan z Alaski** – dok.
11.00 **Przetrwać nad Jukonem** – serial dok.
12.00 **Włoska kontrola celna** (4) – dok., Wł.
13.00 **Ed Stafford: inicjacja** – dok.
14.00 **Nagi instynkt przetrwania: Elita 3**
15.00 **Złomowisko PL 6** (3)
16.00 **Teorie spiskowe pod lupą** – serial dok.
17.00 **Na straży duńskiego lotniska 2** (2) – dok.
18.00 **Bracia Collins biorą się do roboty** (11) – program rozrywkowy
19.00 **Nagi instynkt przetrwania 12**

20

SNOOKER



19.45 Turniej Players Championship – mecz finałowy

Decydująca rozgrywka czternastego rankingowego turnieju w tym sezonie. Nowy mistrz zgarnie 150 tysięcy funtów. Przegrany otrzyma połowę tej kwoty.

22.00 **Kolarstwo górskie:** Zawody Pucharu Świata w La Thuile – short track kobiet i short track mężczyzn
23.00 **Kolarstwo:** Tour de France – 21. etap
23.45 **Cycling Essential Stories** – mag.

TENIS



18.30 Turniej Wimbledon LIVE – mecz 3. rundy gry pojedynczej

Jannik Sinner z pewnością liczy na powtórkę sprzed roku. Wówczas wygrał Wimbledon, pokonując w finale po zaciętym pojedynku Carlosa Alcaraza 3:1.

21.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej
23.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej
1.00 **Boks**

ŻUŻEL



20.00 PGE Ekstraliga: LIVE Unia Leszno – Betard Sparta Wrocław

Beniaminek przed własną publicznością chce się zrewanżować przeciwnikom za porażkę 40:50 w poprzednim spotkaniu.

23.00 **Boks:** BKFC Fight Night: Hammond – waga półśrednia: Cameron Vancamp – Gregoris Cisneros
1.15 **Premier League Stories** (47) – magazyn piłkarski
2.00 **Boks:** BKFC Liberty LIVE Brawl: Philadelphia

PIŁKA NOŻNA



19.00 Mistrzostwa świata 2026 LIVE – mecz 1/16 finału

Cztery lata temu reprezentacja Australii awansowała do 1/8 finału, w której uległa Argentynie. W tegorocznych MŚ liczy na powtórzenie tego wyniku. W pierwszej kolejce fazy grupowej pokonała Turcję 2:0.

23.00 **Piłka nożna:** LIVE Mistrzostwa świata 2026 – studio
23.50 **Piłka nożna:** LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału

FORMUŁA 1



16.30 Grand Prix Wielkiej Brytanii LIVE – kwalifikacje do sprintu

Sesja kwalifikacyjna jest dla kierowców idealną okazją do wypracowania sobie przewagi nad rywalami już na starcie. Na dobrą pozycję liczy m.in. Lewis Hamilton.

18.35 **Formuła 1**
20.00 **Formuła 1**
21.20 **Formuła 2:** Grand Prix Wielkiej Brytanii – sesja kwalifikacyjna
22.25 **Formuła 3:** Grand Prix Wielkiej Brytanii – sesja kwalifikacyjna
23.25 **Made in Italy** (10, 9)

DOKUMENTALNY



21.00 Specjalistki (6) – Polska 2020

Kobiety coraz częściej próbują swoich sił w zawodach, które dawniej wykonywali tylko panowie. Są dobrymi drwalkami, kierowcami tirów, sokistkami czy operatorami dźwigów.

22.00 **Bimbrownicy 14** – serial dokumentalny
23.00 **Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata** (3) – reality show
1.00 **Hot rod wg Kindiga** – serial dokumentalny
2.00 **Najszybsze pościgi Ameryki** – serial dok.

EUROSPORT 2 HD
13.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Innsbrucku – prowadzenie – finały
15.00 **Triathlon:** T100 World Tour – Pampeluna
17.00 **Snooker:** Turniej Players Championship – finał: John Higgins – Zhao Xintong
19.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Innsbrucku – prowadzenie – finały
19.45 **Kolarstwo:** Tour de France – 21. etap
21.00 **Kolarstwo górskie:** PŚ w La Thuile – short track
22.00 **Golf:** John Deere LIVE Classic – 2. runda
1.00 **Triathlon**

POLSAT SPORT 2 HD
6.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej
8.30 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy
11.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy
14.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon LIVE – mecz 3. rundy
16.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon LIVE – mecz 3. rundy
18.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon LIVE – mecz 3. rundy
21.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
23.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
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 – mecz finałowy gry pojedynczej
23.30 **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – finał
2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – Lechia Gdańsk

EXTREME CHANNEL HD
10.00 **AMA Motocross Series Highlights** (9)
11.00 **X Games – Aspen 2020**
12.00 **Liquid Edge** (10)
13.00 **Action Sports World** (9)
14.00 **WWE Classic Gold**
14.30 **WWE Highlights** (81)
15.30 **WWE Classic Gold**
16.00 **WWE Highlights** (81)
17.00 **KPW Kombat TV** (13, 26)
19.00 **WWE Classic Gold**
20.00 **AEW Dynamite** (2625)
22.00 **PTW Wrestling** (9)
0.30 **WWE Classic Gold** (86)
1.15 **New Japan Wrestling – Highlights** (5)
2.00 **AMA Motocross Series Highlights** (9)

ELEVEN SPORTS 2 HD
12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Lipsk – Bayern
14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Atalanta – Inter
15.50 **Formuła 2:** Grand Prix LIVE Wielkiej Brytanii – sesja kwalifikacyjna
17.00 **Formuła 3:** Grand Prix Wielkiej Brytanii – sesja kwalifikacyjna
18.00 **Formuła 1:** GP Austrii
20.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – Bologna FC
22.00 **Bundesliga Special** (22)
22.40 **Made in Italy** (8) – mag.
23.00 **Serie A** – mag. piłkarski
0.00 **Piłka nożna:** Strasbourg – PSG

DISCOVERY LIFE HD
10.15 **Nowa Maja w ogrodzie 5** (31, 32)
11.15 **Idealna niania 2** (10, 11)
12.45 **Szpital** (511, 506, 513, 514)
16.45 **Idealna niania 2** (9-11)
19.00 **Idealna niania 3** (2)
19.45 **Zrób coś z tym dzieckiem** (2) – mag.
20.15 **Dr Pryszczylla 3** (12)
21.15 **Odnaleźć się w chorobie** (6) – dok., USA
22.15 **Chirurgia otyłości** (12)
23.15 **Nie do uwierzenia!** (16)
0.15 **Sekrety lekarzy** (10)
1.15 **Wycieczkowiec** (5)
2.15 **Druga twarz 2** (6) – rozr.
3.15 **Szpital** (333, 334)
5.15 **Pojedynek na modę** (2)

POLSAT SPORT FIGHT HD
13.55 **Boks:** Babilon Boxing Show w Żyrardowie: Paweł Stępień – Łukasz Staniech
16.20 **K.O. TV Weekly** (27)
16.50 **Sporty walki:** FEN 57 w Piotrkowie Trybunalskim – walka: Damian Rzepecki – Marcin Jabłoński
19.15 **Boks:** Rocky Boxing Night w Kościerzynie – waga ciężka: K. Meyna – A. Wright
20.55 **Sporty walki:** UFC 328 – walka: Khamzat Chimaev – Sean Strickland
23.45 **Strzelnica Navala** (8)
0.10 **Sporty walki:** Babilon MMA 47 w Wieliczce: Rafał Dudek – Anatoly Hunanyan

POLSAT SPORT 3 HD
6.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – 2. runda
12.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon LIVE – mecz 3. rundy
14.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon LIVE – mecz 3. rundy
16.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon LIVE – mecz 3. rundy
18.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon LIVE – mecz 3. rundy
21.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
23.00 **Szef Superligi** – magazyn piłki ręcznej
23.30 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
1.30 **Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
8.30 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: Arged – Polonia Piła
11.20 **Premier League Stories** (47) – magazyn piłkarski
12.00 **Snooker:** LIVE Championship League
17.30 **Żużel:** PGE Ekstraliga: LIVE KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa – Stelmet Falubaz Zielona Góra
20.00 **Snooker:** LIVE Championship League
23.15 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Zagłębie Lubin
2.00 **Boks:** BKFC Liberty LIVE Brawl: Philadelphia

ELEVEN SPORTS 4 HD
12.00 **Made in Italy** (6, 5, 7, 8)
13.00 **Bundesliga Special**
14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: BVB – St. Pauli
16.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Lille – Strasbourg
18.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (5, 6) – mag.
19.00 **Ligue1 Season Review**
20.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: SL Benfica – Estrela Amadora
22.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Juventus – Cremonese
0.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: SC Freiburg – 1. FC Köln

ELEVEN SPORTS 3 HD
12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Lazio – Napoli
14.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – Lille OSC
16.00 **Ligue 1 Show** (36) – mag.
17.00 **Bundesliga Special** (21)
18.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter Mediolan – SSC Napoli
20.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: SC Freiburg – 1. FC Köln
22.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Olympique Marsylia – Lens
0.00 **Bundesliga Special** (18)
0.30 **Magazyn piłkarski**
1.00 **Moi bohaterowie** – mag.

CANAL+ DOKUMENT HD
15.35 **Ostatni bój. Legenda 300 Spartan** – film dokum.
16.35 **Pearl Harbor. Wojna na Pacyfiku** – film dokum.
17.35 **Narodziny dyktatury. Droga Hitlera do władzy**
18.35 **Zapomniane świątynie Tybetu: Królestwo Mustangu** – film dokum.
19.35 **W pogoni za wieczną młodością** – film dok., Fr.
20.35 **Fukushima: atomowy koszmar** – dok., Wlk. Bryt.
22.10 **Gaza oczami reporterów** – film dokum.
23.15 **Rosja kontra Rosja** – dok.
0.15 **Skradzione ciało** – dok.
1.45 **O co biega?** (18) – mag.

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 11** – dok.
8.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
11.00 **Gigantyczne konstrukcje według Hammonda** – program rozrywk.
12.00 **Pomoc drogowa na Alasce** – film dok.
13.00 **Kosmiczna mapa skarbów** – serial dok.
15.00 **NASA – archiwum tajemnic** – serial dok.
18.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 11** – dok.
18.30 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki** (1-5) – serial dokumentalny

ID HD

6.00 **Podejrzany przy telefonie** (1) – dok.
8.00 **Tajemnice jeziora Erie 2** – serial dok.
10.00 **Zbrodnia w sąsiedztwie 2** – serial dokumentalny
12.00 **Taśmy zbrodni**
14.00 **Viralowe zbrodnie 2**
14.30 **Viralowe zbrodnie**
15.00 **Viralowe zbrodnie 2** – serial dokum., USA
15.30 **Viralowe zbrodnie 4** – serial dokumentalny
16.00 **Przerwana sielanka** – serial dokumentalny
18.00 **Spowiedź mordercy: akta strażnika z Teksasu** – serial dokum.
20.00 **Sekrety zbrodni** – serial dokumentalny

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

10.00 **Mega Metro** (3)
11.00 **Plemienna szkoła przetrwania: Chiny** (3)
12.00 **Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy** (4) – dok., Kan.
13.00 **Wojenna szkoła przetrwania** (5)
14.00 **II wojna światowa: Ukryta prawda** (2)
15.00 **Alarm na lotnisku: Peru** (6, 7) – serial dok.
17.00 **Tajemnice dawnych cywilizacji** (2)
18.00 **Atak Hitlera na Amerykę**
19.00 **Tajemnica bomby atomowej Hitlera**
20.00 **Katastrofa w przestworzach** (1) – dok., Kan.

FOKUS TV DVB T2

7.00 **Byli sobie podróżnicy** (23-26)
8.55 **Wehikuł czasu** (703)
9.00 **Starożytni kosmici** (14) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (12, 5, 6) – reality show
12.00 **U-32. Niemiecki okręt podwodny**
13.00 **Poszukiwacze historii** (9, 10) – dok.
14.00 **Najsłynniejsze akcje bojowe II wojny światowej** (5, 6) – serial dok., USA
16.00 **Dorwać tuńczyka** (6, 7) – serial dok., USA
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (8, 9) – serial dokum.
20.00 **Największe wynalazki starożytności** (6)

TVP HISTORIA DVB T2

6.25 **Był taki dzień**
6.30 **Zakochaj się w Polsce** – magazyn
8.05 **Flesz historii** (768)
8.40 **Czterdziestolatek** (13) – obycz., Pol. 1975
9.45 **Plaże Europy** (1)
10.50 **Tajemnice kultowych seriali** (2)
11.45 **Jacek Cygan. Życie jest sztuką**
13.00 **Starożytne mocarstwa** (4) – dok.
14.00 **Królowie** (50) – hist.
14.35 **Czterdziestolatek** (14) – obycz., Pol. 1976
15.35 **Sensacje XX wieku**
18.00 **Czas honoru. Powstanie** (11) – wojenny, Pol. 2014
18.55 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja

HISTORY HD

14.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 4** (2) – serial dok., USA
14.50 **Największe tajemnice świata 6** (13) – serial dok., USA
15.45 **Gwiazdy lombardu 13** (1)
16.15 **Jak to wyjaśnić? 5** (17) – serial dok., USA
17.10 **Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2** (15) – dok.
18.10 **Największe tajemnice świata 6** (2) – serial dok., USA
19.05 **Starożytni kosmici 13** (18) – dok.
20.00 **Starożytni kosmici 14** (20) – dok.
21.00 **Starożytni kosmici 17** (3) – dok.

DOKUMENTALNY



21.00 Tajemnice starożytnych mumii – USA 2019

Fachowcy badają mumię, która może wpłynąć na wiedzę o zabójstwie Abrahama Lincolna. Ramy Romany weryfikuje historię o ucieczce Johna Wilkesa Boothe.

22.00 Podziemne sekrety (8) – serial dok., USA
23.00 Kosmiczna mapa skarbów (3) – serial dokumentalny, USA
1.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok.
4.00 Poszukiwacze dinozaurów – dok.

DOKUMENTALNY



21.00 Boysbandy: mroczna strona sławy

Rozmowy z muzykami należącymi do boysbandów. Widzowie zobaczą członków m.in. zespołu NSYNC. Wywiady pokażą kulisy sztucznie wykreowanej sławy.

23.00 Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2 – dok.
0.00 Boysbandy: mroczna strona sławy – film dokum.
2.00 Spowiedź mordercy: akta strażnika z Teksasu

DOKUMENTALNY



21.00 Korea Północna: Przestępcy w państwie

Dynastia Kimów od dekad sprawuje dyktatorską władzę. Dokłada starań, aby pomnożyć swój majątek, choć kraj znajduje się na granicy bankructwa.

22.00 Korea Północna: Kolejny przywódca
23.00 Czechosłowacja: Tajny front zimnej wojny – dok., Fr. 2022
0.00 Wcielenia zła – dok.
1.00 Korea Północna: Przestępcy w państwie

DOKUMENTALNY



21.00 Największe mity historii (4)

Przekazywane z pokolenia na pokolenie opowieści przechodzą do pamięci zbiorowej społeczeństwa. Dawne czasy wydają się szczęśliwsze niż teraźniejszość.

22.00 Apokalipsa – niekończąca się wojna 1918 – 1926 (1, 2) – serial dokum.
0.00 Hezbollah. Polowanie na ludzi – film dokum., Fr. 2024
1.00 Rolnicy. Podlasie (25-28) – serial dok.
5.00 Kołowrotek (3, 4)

DRAMAT SENSACYJNY



20.00 FILM Mechanik: Czas zemsty – USA/ Niemcy 2005, 100 min

Bliscy Nikołaja giną podczas strzelaniny. Wdowiec wyjeżdża do USA. Pewnego dnia nieznajoma prosi go o odnalezienie córki. Staje się to okazją do zemsty.

21.40 Historia w postaciach zapisana – cykl dokum., Fr. 2007-2026
23.30 Sensacje XX wieku – program historyczny
1.40 Encyklopedia II wojny światowej – serial dokum., Polska

POPULARNONAUKOWY



22.00 W poszukiwaniu potwora 5 (7)

Twórcy programu odwiedzają miejsca w USA, które od lat uchodzą za centra zjawisk paranormalnych. Badają sprawę m.in. słynnego Skinwalkera Rancha w Utah.

23.00 Jak to wyjaśnić: tajemnice UFO (6) – serial dokumentalny
23.55 Jak to wyjaśnić? 5 (10) – serial dok., USA
0.50 Starożytni kosmici 14 (20) – dok.
1.50 Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2 (15) – dok.

DISCOVERY HISTORIA HD

7.00 **Zoom na architekturę**
9.00 **Tajemnice wraków Bałtyku** (1) – serial dok.
10.00 **Wstęp wzbroniony** (1, 2)
11.00 **Wyprawa w nieznane**
13.00 **Podziemne sekrety**
14.00 **Łowcy staroci: Renowacje** (11, 12) – dok.
16.00 **Skarby z szopy – klasyki**
18.00 **Łowcy staroci** (1, 2) – dok.
20.00 **Tajemnice starożytnych mumii** (7, 8) – serial dok.
22.00 **Klub odkrywców** – dok.
0.00 **Wyprawa w nieznane**
2.00 **Pasja – sposób na życie**
3.35 **Profesjonaliści** – cykl dok.
4.25 **Europejskie bazary** (2)
5.10 **Łowcy staroci 9** (7) – dok.

PLANETE+ HD

13.45 **Ocalić raj** (3) – serial dok.
14.50 **Najpiękniejsze rzeki świata 2** (10) – serial dok.
15.50 **Niezwykłe podróże koleją 8** (5) – serial dok., Fr.
16.55 **360° Świat bez granic**
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4** (59, 60)
18.45 **Życie codzienne w Protektoracie Czech i Moraw** (3) – film dokum.
19.45 **Ołtarz pergamoński. Zrabowany zabytek**
20.50 **Berlusconi. Początki imperium** (1) – serial dok.
22.00 **Wytwórz i wyślij** (3)
23.10 **Strefa nagości** (2) – dok.
0.20 **Niezwykłe podróże koleją 8** (6) – serial dok., Fr.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

8.00 **Oko w oko z dziką naturą** (2) – dok., Wlk. Bryt.
9.00 **Niezwykły dr Pol**
12.00 **Najgroźniejsze zwierzęta Afryki** (1)
13.00 **Dzikie miejsca Europy**
14.00 **Sekretne życie ośmiornic** (3) – serial dok.
15.00 **Walki zwierząt** (4) – dok.
16.00 **Dziewica Ameryka** (3)
17.00 **Małpie wojny** – film dok.
18.00 **Amazonia** (3) – film dok.
19.00 **Królestwo drapieżników: Rebelia**
20.00 **Niszczycielskie żywioły 2** (8) – serial dok.
21.00 **Niezwykły dr Pol**
2.00 **Dzikie miejsca Europy**

POLSAT VIASAT NATURE HD

10.10 **Dziki Zachód** (3) – dok.
11.15 **Życie ekstremalne** (3)
12.15 **Zwierzęta: mistrzowie survivalu 2** (4) – serial dok.
13.25 **Zabójcza pogoda 2** (12)
14.30 **Wielkie rzeki** (3) – dok.
15.30 **Dziki Zachód** (3) – dok.
16.35 **Oaza Wielkiego Brata** (3)
17.55 **Likaony: stado vs. reszta świata 2** (5, 6) – serial dok.
18.55 **Wielkie rzeki** (3) – dok.
20.00 **Zwierzęta: mistrzowie survivalu 2** (5) – serial dok.
21.05 **Dziki Zachód** (3) – dok.
22.15 **Życie ekstremalne** (3)
23.15 **Likaony: stado vs. reszta świata 2** (5, 6) – serial dok.
0.20 **Zabójcza pogoda 2** (12)

BBC EARTH HD

13.20 **Mroźna planeta 2** (2)
14.30 **W okowach mrozu 3** (6)
15.30 **Życie na pustkowiu: powroty 4** (2) – serial dok.
16.30 **Dzikie konie Gór Skalistych i ja** – film dok.
17.40 **Dziewicze zakątki Ziemi** (3) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.45 **Malownicze trasy kolejowe 3** (1) – serial dok.
19.45 **Indie z Alexandrem Armstrongiem** (1) – dok.
20.55 **Życie na pustkowiu: powroty 4** (3) – serial dok.
21.55 **W okowach mrozu 3** (7)
22.55 **Na krawędzi katastrofy** (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
23.55 **Zabójcza pogoda 5** (4)

ANIMAL PLANET HD

13.00 **Irwinowie – następne pokolenie 4** – serial dok.
14.00 **Resocjalizacja z pitbullem** – serial dok.
15.00 **Kot z piekła rodem 8**
17.00 **Dwa oblicza survivalu 3**
18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych** – serial dok.
19.00 **Mieszkanie na pniu**
20.00 **Rewir rekinów** – dok.
21.00 **Weterynarz z Alaski**
22.00 **Projekt akwarium** (18)
23.00 **Resocjalizacja z pitbullem** – serial dok.
0.00 **Alaska: Ostatni przystanek** – serial dok.
1.00 **Irwinowie – następne pokolenie 4** – serial dok.

TVP DOKUMENT HD

13.45 **Pójdźki ziemne – historia miłości** – dok.
14.50 **Reunion – laboratorium ewolucji** – film dokum.
15.55 **Tajemnice piorunów**
16.55 **Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem** (5) – serial dok.
17.55 **Sanatorium miłości 4** (3)
18.55 **Siłaczka** – film dok., Pol.
20.00 **Ludzie z mikroplastiku**
21.05 **Honk – opowieść o pewnym gąsiorze**
22.05 **Lucia w pajęczej sieci** (5)
23.10 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
23.15 **Kuba i Alaska** – film dok.
0.25 **Sanatorium miłości 4** (2)

POLSAT DOKU HD

12.00 **Wojny kontenerowe**
13.05 **Poszukiwacze historii**
13.30 **I wojna światowa w liczbach** (5) – serial dok.
14.30 **Hitlerowscy poszukiwacze skarbów**
15.30 **Skanowanie historii** (5)
16.35 **Koszty wojny** (5) – dok.
17.45 **Podglądacze przyrody**
19.50 **Tajemnice Bałtyku i Morza Północnego** (1)
20.55 **David Attenborough i cuda natury** (1, 2) – dok.
22.00 **Laponia – opowieść o śpiących olbrzymach**
23.05 **Świat z góry. Parki narodowe** (5) – serial dok.
0.15 **Kroniki Hitlera** (7) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

14.10 **Australijscy poszukiwacze złota 5**
16.10 **Ciężarówką po lepsze życie** (1) – serial dokum.
17.05 **Bohaterowie z St. John's** (9) – serial dokum.
18.00 **Klątwa umarlaka: W poszukiwaniu zaginionego złota 3** (2)
19.00 **Australijscy poszukiwacze złota 10**
21.00 **Złoto Jukonu 5** – dok.
22.00 **Australijscy poszukiwacze złota 10**
23.00 **Katastrofy w przestworzach 3** (4)
0.00 **Poszukiwacze klejnotów: Australia 2**

POLSAT VIASAT HISTORY HD

11.20 **Hitler i jego władza** (2)
12.30 **Tajemnice Adriatyku**
16.35 **Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze** (5)
17.40 **Punkty zwrotne II wojny światowej** (3)
18.50 **Rzymianie, ukrzyżowanie i kości**
20.00 **Kobiety pod piracką banderą** (2) – dok., Austria
21.00 **Świta Hitlera** (1) – dok.
22.15 **Królowe areny: kobiety-gladiatorki**
23.30 **Naziści: ściśle tajna nauka** (1) – serial dok., USA
0.30 **Tajemnice Adriatyku**
3.50 **Naziści: korzenie zła** (23)

CI POLSAT HD

14.10 **I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5** (13) – dok.
15.05 **Ferie, impreza, morderstwo** (1) – dok.
16.00 **Pogrzebani za domem 3**
17.00 **Lepiej nie otwieraj drzwi** (9) – serial dokum.
18.00 **Z archiwum 997** (7, 8)
19.00 **Dowody zbrodni: ślady DNA** (7) – serial dok., USA
20.00 **Kobiety, które niosły śmierć 11** (4) – serial dok.
21.00 **Psy na służbie z Jimem Belushim** (1, 2) – dok., USA
22.00 **Seryjni mordercy: Joel Rifkin** (2) – film dok., USA
23.55 **Kobiety, które niosły śmierć 11** (4) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 **Walka o bagaż** (13, 14)
10.10 **Kulinarne podróże z Guyem Fierim** (3-6)
12.15 **Kamperem przez świat**
14.20 **Człowiek kontra jedzenie** (32) – mag. kulin.
14.55 **Niezwykłe Stany Prokopa** (4-6, 1) – pr. rozr.
17.00 **Śladami Wielkiej Stopy** (7, 8) – serial dokumentalny
19.00 **Niezwykłe Stany Prokopa** (2, 3) – pr. rozr.
21.05 **Nagi instynkt przetrwania** (10) – dok.
23.00 **Kobieta na krańcu świata** (3-5) – serial dok.
0.45 **Kamperem przez świat**
2.50 **Śladami Wielkiej Stopy**

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

12.10 Ja wam pokażę!
13.50 Polonia 24 Tygodnik
15.00 Słowo daję! – mag.
15.10 Wszystko przed nami (93) – obycz.
15.40 Gwiazdy opolskich kabaretonów – rozr.
16.00 Miłosz – film dokum., Polska 2013
17.00 Gra słów. Krzyżówka (1054)
17.30 Teleexpress
17.50 Teleexpress Extra
18.15 Stacja Arktyka
18.45 Info Wilno – pr. inf.
19.05 Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny – inf.
19.15 63. KFPP w Opolu – Premiery
20.10 Program informacyjny 19.30

TVP ROZRYWKA

6.40 Gra słów. Krzyżówka (1133)
7.10 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin.
8.20 Familiada – telet.
8.50 Va banque (936)
9.25 Koło fortuny (2043)
10.05 Makłowicz w podróży – mag.
10.45 Postaw na milion
12.35 Familiada – telet.
13.15 Matki, żony i kochanki (16)
14.15 Pan Mama (34, 35)
15.20 Program rozrywkowy
15.35 Tak to leciało! (65)
16.35 Do śmiechu! (73)
17.25 Va banque (937)
18.00 Koło fortuny (2044)
18.35 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin.

POLSAT CAFÉ

6.00 Przyjaciółki (61, 62) – serial obycz., Polska
8.00 halo tu polsat cafe (2) – mag. poradnikowy
11.00 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (40) – reality show
13.00 Drugie życie sukni ślubnej (31) – pr. rozr.
13.30 Bogaty dom – biedny dom (136)
14.30 10 lat młodsza w 10 dni (5, 6) – pr. rozrywk.
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (45) – reality show
18.00 Nasz nowy dom (314, 315)
20.00 Kolacja w ciemno (65) – pr. rozrywk.
21.00 Więzienie kobiet (132, 133) – dok., Pol.

TV 4 DVB T2

6.00 Strażnik Teksasu (2, 3) – sens., USA 1999
7.55 Bogaty dom – biedny dom (70)
8.55 Policjantki i Policjanci (500, 501) – serial obycz., Polska
10.55 Na ratunek 112 (1158, 1159) – paradok.
11.55 Dlaczego ja? (1527, 1528) – paradok.
13.55 Trudne sprawy (1343-1345) – paradok.
16.55 Policjantki i Policjanci (1394) – serial obycz., Polska
18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (489) – reality show
19.00 Policjantki i Policjanci (1395) – serial obycz., Polska

TTV HD DVB T2

5.10 Złomowisko PL 4 – serial dokumentalny
6.00 24 godziny (18) – inf.
7.10 Express – pr. inform.
7.35 DeFacto 13 (5, 6)
8.30 Kartoteka (4, 5) – serial fab.-dokum.
10.35 Detektywi (17, 18)
12.35 Zakup w ciemno 7 (26, 27) – reality show
14.35 Nic do zgłoszenia (3)
15.35 Złomowisko PL 5 (1)
16.45 Express – pr. inform.
16.58 Pogoda, sport
17.05 Usterka 14 (8) – serial fabularno-dokum., Pol.
17.45 Życie na kredycie 8 (7, 8) – reality show
18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 22 (2)
19.45 Express – pr. inform.
20.00 Pogoda

TVN STYLE HD

5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (2) – reality show
5.50 Damy i wieśniaczki. PL 8 (15) – fab.-dok.
6.45 Będzie pięknie (4) – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.25 Ugotowani (1, 2) – pr. kulin.-rozrywk.
13.30 Kuchenne rewolucje (4, 3) – program rozrywkowy
15.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (5, 6) – reality show
17.05 W czym do ślubu? (3) – program rozrywk.
17.40 Kuchenne rewolucje (3, 6, 7) – program rozrywkowy

20

OBYCZAJOWY



20.50 Echo serca (5) – Polska 2019

Ordynator Stomma, choć nie ma zaufania do Magdy, zleca jej nietypowe zadanie. Borska ma nakłonić księdza Grzegorza, by poddał się podstawowym badaniom.

21.40 Na sygnale (649, 650)
22.40 Moje przeboje (4)
23.15 Dziennik regionów
23.40 Matki, żony i kochanki (16)
0.40 Rodzinka.pl (266)
1.05 Polacy światu
1.10 Szlakiem miejsc niezwykłych: Pomniki historii (1)

MAGAZYN KULINARNY



19.40 Makłowicz w podróży

Prowadzący udaje się do Niemiec, gdzie zwiedza Meklemburgię. Odwiedzi miasta o hanzeatyckiej historii, m.in. Wismar. Przyrządzi frykadelki w sosie kaparowym.

20.15 Postaw na milion
22.10 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (44) – pr. rozr.
22.50 Kabaret Letnią Porą (10) – pr. rozrywk.
23.50 Do śmiechu! (75)
0.45 Niepewne sytuacje 3 (5) – rozr.

REALITY SHOW



22.00 Gry małżeńskie (210, 144, 145)

W programie widzowie będą obserwować poczynania singla Marcina, szukającego swojej drugiej połówki. Na randki zaprosz ą go Alicja, Emilia i Monika. Wybór między nimi nie będzie łatwy.

1.00 Kolacja w ciemno (86, 7) – program rozrywkowy
3.00 Więzienie kobiet (5, 6) – serial dokumentalny, Polska
4.00 Zdrady (145, 146) – serial paradokum., Polska 2021

ROZRYWKOWY



20.00 Gwiazdy Kabaretu (174, 165) – program

Artyści z kabaretu Układ Komediowy zaprezentują skecze: „Rafał i Aneta: W lesie", „Obrączki", „Milionerzy", „Bóbr" i „Desperatki", oraz piosenkę „Kawał wuja".

22.00 Patriota – FILM dramat historyczny, USA/Niemcy 2000, 205 min
1.25 STOP Drogówka – magazyn policyjny
2.25 Love Island. Wyspa miłości (26)
3.25 Lubię disco! (273)
4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.

REALITY SHOW



20.05 Zakup w ciemno 7 (33) – Polska 2026

W Tarnowie na licytatorów czekają ubrania. W Sokołowie można kupić dwie palety z mixem, a w Starym Sączu gadżety sportowe. Zapowiada się zacięta walka.

21.05 Zakup w ciemno extra (40)
21.45 Express – pr. inform.
22.00 Ostre cięcie 12 (7)
23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (1)
0.00 Gogglebox. Przed telewizorem 21 (3)
1.00 Diabelnie boskie 2 (5, 6) – reality show

DOKUMENTALNY



20.50 Jestem z Polski (9) – Polska 2023

Jana razem z rodziną mieszka w Kalifornii. Zabiera widzów na spacer po swojej dzielnicy La Jolla. Pokazuje, czym mogą zaskoczyć turystów miejscowe domy.

21.50 Jestem z Polski 16 (15) – serial dokum.
22.50 Hotel Paradise 6 (21)
23.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9
1.35 Dorota was urządzi! (3) – program rozrywk.
2.20 Nieoczywiste miejsca (1) – dok.

TVP HD HD

8.55 Ojciec Mateusz 20 (254, 255) – krym., Pol. 2018
10.45 Gra słów. Krzyżówka
11.20 Na sygnale (643, 543)
12.25 Ojciec Mateusz 6 (72)
13.20 Komisarz Alex 3 (36)
14.15 Ranczo 6 (71, 72) – obycz.
16.10 Postaw na milion – telet.
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 24 (314)
19.20 Ranczo 6 (78) – obycz., Pol.
20.10 Rodzinka.pl (283, 284)
21.25 Ojciec Mateusz 34 (436)
22.20 Pozdrowienia z Paryża FILM – film sensacyjny, Francja 2010, 105 min
0.05 Profilerka (4-6) – krym.

TVS HD

5.30 Pasmo ciekawostek
6.00 Telesprzedaż
10.05 Dzisiaj w regionie – inf.
10.15 Pogoda
10.20 Ekomisja – mag. ekolog.
10.50 Wochenblatt TV – pr. inf.
11.10 Dzisiaj w regionie – inf.
11.15 Pogoda
11.25 Muzyczne dzień dobry
12.45 Klachy i Lachy – pr. rozr.
14.25 Spotkanie z balladą
16.55 Muzyczne podróże
18.00 Koncert życzeń
19.05 Koncert w TVS – pr. muz.
22.55 Szlagierowa lista – muz.
0.55 Program kulinarny
3.00 Pasmo ciekawostek – pr. popularnonaukowy

ZOOM

6.00 Kojak 3 (3, 4)
8.05 Strażnik Teksasu 9 (4, 5)
9.55 MacGyver 3 (1, 2)
12.05 Pułapki umysłu 7 (6)
13.15 Wojny magazynowe: Kanada 2 (14, 15, 17, 16)
15.35 Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (2)
16.35 Dynamo: Więcej niż magia (4) – dok., Wlk. Bryt.
17.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
20.00 Kobra – oddział specjalny 23 (17, 18)
22.00 Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (3)
23.00 Magia nagości. Niemcy – reaktywacja (7) – rozr.

TLC HD

11.00 Rodzina 10+ 8
12.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5
14.00 Cztery żony i mąż 12
15.00 Wiza na miłość: pościelove rozmowy 11
16.00 Historie wielkiej wagi (7)
18.00 Pokonać otyłość (4)
19.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach 3
20.00 Baylen – życie na głos 3 (4) – serial dokumentalny
21.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show
22.00 Wiza na miłość: Single na polowaniu
23.00 Dr Pryszczylla 5 – dok.
0.00 Dr Pryszczylla – kulisy

C+ KUCHNIA HD

13.25 M jak mięso 6 (7, 8) – dok.
14.25 ABC gotowania – kuchnia francuska (4)
14.50 U sąsiadów w kuchni 12
15.45 Z pola na stół 2 (4, 5)
16.40 Jamie Oliver: jedz na zdrowie (5) – dok.
17.35 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień
18.30 Maximum Foodie 4 (8)
18.55 M jak mięso 10 (6-8)
20.15 Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków
21.10 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 11
23.55 M jak mięso 10 (7, 8)
0.50 Top Chef 22 (3)

TVN TURBO HD

8.20 Nic do zgłoszenia (6)
9.15 Samochód marzeń – kup i zrób 6 (5) – mag.
10.15 Ciężarówką przez RPA
11.15 101 napraw 4 (3, 4) – mag.
12.15 Jeździć, obserwować
13.00 Mobilni mechanicy (5, 6)
14.30 Zawodowi handlarze
16.00 Wojny samochodowe
18.00 Raport Turbo – mag. inf.
18.15 Zawodowi handlarze
22.00 Raport Turbo – mag. inf.
22.15 Wojny samochodowe
0.10 Niebezpieczne dzielnice (1, 2) – serial dok., Pol. 2024
1.40 Najpopularniejsze auta świata (3) – mag. motor.
2.05 K2 – kierowców dwóch

NOWA TV DVB T

9.30 Całkiem nowe lata miodowe (14) – kom., Pol.
10.00 Miodowe lata (13) – kom.
10.30 Więzienie (118) – dok., Pol.
10.45 Poirot 12 – serial krym.
13.00 Poirot 13 – serial krym.
15.00 Świat według Bundych 8 (163-168)
18.00 Całkiem nowe lata miodowe (11) – kom., Pol.
18.30 Miodowe lata (16-19)
21.00 Zdrady (5) – paradok., Pol.
22.00 Ślad (39, 40, 104) – krym.
1.00 Łowca pedofilów
3.00 TV okazje (87, 88)
3.50 Wehikuł czasu (703, 702)
4.00 Sala operacyjna (3, 4)
5.00 Pod lupą MIGACZ (7, 8)

METRO

10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (349, 350)
12.30 SOS Ekipy w akcji (27)
13.30 Brzydula (25, 26) – kom.
14.35 Kiedy ktoś kocha bardziej (12) – obycz.
15.45 The Floor (19) – teleturniej
17.00 Fani czterech kółek 17
18.00 Prawo Agaty 7 (1)
19.00 Kartoteka 2 (4) – fab.-dok.
20.00 Adwokat diabła – thriller, FILM USA/Niemcy 1997, 180 min
23.00 Oszukać przeznaczenie 4 FILM – horror, USA 2009, reż. David R. Ellis, 100 min
0.40 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5 (2) – dok.

ANTENA HD DVB T2

11.55 Klątwa Wyspy Dębów 6
13.50 Australijscy poszukiwacze złota 3
15.50 Wojny kontenerowe 2
16.50 77 TV 4 (17, 13) – pr. rozr.
18.50 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (6) – serial kryminalny
20.00 Morderstwa we Francji – Sarlat FILM – thriller, Francja 2017, 120 min
22.00 Morderstwa we Francji – Saint-Paul de Vence FILM – krym., Fr. 2017, 125 min
0.05 Uprowadzona Elizabeth FILM **Smart** – dramat biograficzny, USA 2017, reż. Sarah Walker, 105 min

WP DVB T

10.00 Zawody z piekła rodem
11.00 Niepojęte: Strefa tajemnic (5) – serial dok.
12.00 Wariaci za kierownicą 5
13.00 Makłowicz w podróży
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (21, 22, 16)
16.50 Pogoda
17.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 5 (1)
19.00 Strażacy z sąsiedztwa
20.00 Policjanci w akcji (7, 8)
21.55 Pogoda
22.00 1, 2, 3... Kabaret! (5)
23.00 Przebojowe kabarety (4)
0.00 Mistrzowie Kabaretu 5
1.00 Mistrzowie Kabaretu 12 (1) – program rozrywkowy

C+ DOMO HD

14.05 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo (2) – dok., Kan.
15.00 Kupcie sobie zamek! 2
15.55 Przekopiemy Ci ogródek (1, 2) – dok., Pol.
16.50 Gardeners' World 14 (4)
18.00 Ucieczka na wieś 22 (9)
19.00 Wielkie projekty: Szwecja 3 (1) – serial dok.
20.00 Daleko od miasta 10
21.00 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo (3) – dok., Kan.
21.55 Wielkie projekty: transformacje (8) – dok.
23.05 Pomocy! Kupiliśmy wioskę (15, 16) – dok.

HGTV HD

9.00 Remontujemy dom na plaży 5 (19) – pr. rozr.
10.00 Letnia chata na lata 3
11.50 Usterka 11 (6) – fab.-dok.
12.30 Usterka 10 (1) – fab.-dok.
13.00 Moje miasto, mój dom 9
15.05 Mieszkanie na miarę
17.00 Polowanie na ogród (4)
17.40 Polowanie na ogród 2 (1)
18.15 Weekendowa metamorfoza 3 (2, 3)
20.10 Będzie pięknie (8) – rozr.
21.10 Zgłoś remont 4 (4) – rozr.
22.10 House Hunters – Poszukiwacze domów 8 (7-10) – pr. rozr.
0.25 Usterka 11 (2, 4, 8) – serial fab.-dokum., Polska 2019

P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (296) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (919, 920) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 **Sekrety rodziny** (372-374) – paradok.
11.30 **Trudne sprawy** (946) – serial paradokum.
12.30 **Dlaczego ja?** (1342, 1343) – paradok.
14.30 **Świat według Kiepskich** (514-518) – serial kom., Polska
17.00 **48h. Zaginieni** (149, 150) – krym., Pol.
19.00 **Gliniarze** (992) – serial paradokum.
20.00 **Ślad** (68) – krym., Pol.
21.00 **Gliniarze** (787) – serial paradokum.

SUPER POLSAT DVB T2

6.45 **SuperLudzie Extra** (23) – magazyn
7.00 **Na ratunek 112** (704, 705) – paradok.
8.00 **Doktor Martin** (49, 50) – serial obycz.
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **Świat według Kiepskich** (441, 442)
11.35 **Twoja Twarz Brzmi Znajomo** (193) – rozr.
13.30 **Bitwa o palety** (24)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6** (60)
16.30 **Ninja Warrior Polska** (32)
18.30 **Świat według Kiepskich** (457)
19.00 **Rolniczki** (12) – dok.
20.00 **Kolacja w ciemno** (9) – program rozrywk.

TV 6 DVB T

6.00 **Więzienie** (152, 153)
6.55 **Policjantki i Policjanci** (699, 700) – serial obycz., Polska
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (18, 19) – serial sens., Niemcy
10.55 **48h. Zaginieni** (133-135) – krym., Pol.
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1195) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (35, 36) – krym., Pol. 2023-2024
15.55 **Kobra – oddział specjalny** (20, 21) – serial sens., Niemcy
18.00 **Strażnik Teksasu** (4, 5) – sens., USA 1999
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (41, 42) – serial krym.

BBC FIRST HD

6.00 **Zagadki doktora Blake'a 3** (1) – krym.
6.55 **Śledztwa siostry Bonifacji 3** (5, 6)
8.40 **Lewis 4** (6) – krym.
9.40 **Ojciec Brown 13** (10)
10.40 **Śmierć pod palmami 15** (6)
11.45 **Zagadki doktora Blake'a 3** (1) – krym.
12.55 **Śledztwa siostry Bonifacji 3** (7, 8)
15.00 **Ojciec Brown 7** (4)
16.00 **Lewis 4** (6) – krym.
17.00 **My Life is Murder 2** (8) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 20** (6) – krym., Wlk. Bryt. 2018
19.50 **Śmierć pod palmami 15** (7) – serial kryminalny

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

7.15 **Agatka** (1) – anim.
7.30 **Małe i duże przygody Miffy** (7)
7.40 **Ptyś i Bill** (8) – anim.
7.50 **Czarodziejskie miasteczko Pinokia**
8.10 **Piotruś Królik**
8.35 **Wegezaury 2** (7)
8.40 **Świnka Peppa**
9.00 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
9.30 **Domisie** – dla dzieci
10.00 **Ugotuj nam bajkę**
10.20 **Bolek i Lolek na wakacjach** (4, 5)
10.45 **Rodzina Treflików**
10.55 **Rodzina Treflików 2** (14) – anim., Pol. 2017
11.10 **Odo** (19-21) – anim.
11.35 **Stacyjkowo**
11.55 **Pszczółka Maja** (7)
12.25 **Domisie** – dla dzieci

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.

DRAMAT WOJENNY



22.00 **Łzy słońca** – USA
FILM 2003, 155 min

Porucznik Waters wraz z oddziałem ma ewakuować lekarkę z ogarniętej wojną Nigerii. Kobieta nie chce zostawić swych podopiecznych. Dowódca postanawia ocalić całą grupę.

0.35 **Pitch Perfect 3**
FILM – komedia muz., USA/Chiny 2017, 120 min
2.35 **Wydarzenia**
3.15 **Ewa gotuje** (545)
3.45 **Interwencja** – mag.
4.00 **SuperLudzie** (31, 32)
5.00 **Interwencja** – mag.
5.10 **Drwale** (1) – dok., Pol.

THRILLER



21.00 **Kod 7500** – Niemcy/Austria/USA
FILM 2019, 115 min

Młody pilot Tobias Ellis musi przejąć stery samolotu lecącego do Paryża, gdy jego doświadczony kolega ginie z rąk terrorystów. Los niemal stu osób spoczywa w jego rękach.

22.55 **Księga Clarence'a**
FILM – komediodram., USA/Włochy 2023, 160 min
1.35 **Backdoor. Wyjście awaryjne** (9) – kom.
2.05 **Świat według Kiepskich** (374-377)
4.05 **Nasz nowy dom** (241, 242)

KRYMINALNY



21.55 **Kości** (105, 106) – USA

Rozpoczyna się proces seryjnej zabójczyni z Waszyngtonu, która porywała ludzi i zakopywała ich żywcem. Przed sądem zeznają Booth, Brennan i Hodgins.

23.50 **Resident Evil: Retrybucja** – horror
FILM s.f., Niemcy/Kanada/USA 2012, 125 min
1.55 **Krejzi patrol** (22-26)
4.30 **Kochane pieniądze** (78) – serial paradok.
5.35 **SuperLudzie Extra** (1) – magazyn
5.45 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

KRYMINALNY



21.00 **Lynley** (3, 4) – Irlandia/Wielka Brytania 2025

Inspektor i Havers mają zbadać zagadkę zniknięcia agenta nieruchomości, który jest powiązany z Helen Clyde, dawną koleżanką pierwszego z funkcjonariuszy.

22.55 **Tajemnice Brokenwood 12** (1)
0.50 **Annika** (1) – krym.
1.55 **Morderstwa w Midsomer 20** (6)
3.45 **My Life is Murder 2** (8) – serial kryminalny
4.30 **Moja rodzinka 2** (7)
5.00 **Zagadki doktora Blake'a 3** (1) – krym.

DLA DZIECI



13.00 **Kocie kalamburki** (2, 3) – Polska

Koci bracia, Pimpek i Pompek, zapraszają dzieci do wspólnej zabawy w kalambury.

13.20 **Tru i Tęczowe Królestwo** (7) – anim.
13.45 **Świnka Peppa**
14.10 **Pająk Lucas 2** (13, 14)
14.30 **Oli i Luna** (13, 14)
14.55 **Oktonauci** (13, 14)
15.20 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (7) – mag.
15.40 **Billy – chomik, który został kowbojem**
16.05 **Pat i świat** (19-21)
16.35 **Rev i Roll** (41, 42)
17.05 **Pszczółka Maja**

PUBLICYSTYCZNY



20.00 **Bez kitu**

Przy jednym stole spotkają się przedstawiciele różnych ugrupowań, instytucji i urzędów, aby prowadzić dyskusje dotyczące polityki, społeczeństwa i gospodarki.

21.00 **Polska i świat** – inf.
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
23.40 **Biznes** – pr. publicyst.
0.00 **Fakty po Faktach**
0.45 **Bez kitu** – pr. publ.
1.50 **Tak jest** – pr. publ.
2.45 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
3.10 **Akademia ogrodnika** – mag.

POLSAT PLAY HD

6.00 **Budowlańcy** (3) – dok.
6.30 **Kołowrotek** (198) – mag.
7.00 **Dorwać tuńczyka** (10, 11)
9.00 **Wojny magazynowe 15**
10.00 **Wojny kontenerowe** (4, 5) – serial dokumentalny
11.00 **Hardkorowy lombard** (22-27) – serial dokum., USA
14.00 **Polacy za granicą**
16.00 **Złomiarze** (27, 28) – dok.
18.05 **Poszukiwacze historii** (248-250, 245) – dok., Pol.
20.05 **Chłopaki do wzięcia** (489-492) – serial dokum.
22.00 **Zawód glina** (1) – dok.
23.05 **Łowca pedofilów** (165, 167, 169, 171-177) – dok.
4.00 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

13.10 **Apetyt na miłość** (10)
14.10 **Akcja: Restauracja!** (12)
15.10 **Miasto smaków Guya Fieriego** (2) – reality show
16.15 **Kuchenne rewolucje** (4)
17.15 **Sexy kuchnia Magdy Gessler** (5) – mag. kulin.
17.50 **Miłość od kuchni** (4)
18.50 **Dziecięce mistrzostwa wypieków 11** (5)
19.50 **Bójka na plaży 2** (7) – serial dokumentalny, USA
20.50 **Elitarny turniej wypieków** (3)
21.55 **Pyszne miejscówki** (2)
22.55 **Akcja: Restauracja!** (12)
23.55 **Człowiek kontra jedzenie** (6-9) – mag. kulin.

POLSAT RODZINA HD

10.55 **Megakonstrukcje przeszłości** (4) – dok., Fr.
12.05 **Bogaty dom – biedny dom** (127) – reality show
13.00 **Rodzina zastępcza** (213, 214) – kom., Pol. 2005
14.55 **Wielkie wycieczkowce**
15.55 **Świat z góry** (5, 6) – dok.
17.10 **Pingwiny z Madagaskaru 3** (5-8)
19.05 **Rodzina zastępcza** (303)
20.05 **Miodowe lata** (11, 12, 94)
22.05 **Karate Kid 3** – film
FILM przyg., USA 1989, 150 min
0.35 **Śmierć studentów – tajemnica Przełęczy Diatłowa** – film dokum., Fr.
2.00 **Ewa gotuje** (509, 510)

BBC LIFESTYLE HD

13.40 **Najpiękniej ukryte hotele 2** (4) – serial dokum.
14.40 **Koreańska uczta Eda i Ryu** (4) – dok., Wlk. Bryt.
15.45 **Zapraszam do stołu: Wielka porcja 19** (3)
17.50 **Domy gwiazd z Abbey Clancy** (1) – pr. rozrywk.
18.45 **Mistrzowie ceramiki 4**
19.45 **Wielkie brytyjskie wypieki 13** (2) – pr. rozr.
21.00 **Kobiety, skalpel i liposukcja** (1) – dok.
22.00 **Oblicza seksu 2** (2) – dok.
23.00 **Wstydliwe choroby: Otyłość 2** – dok., Wlk. Bryt.
0.00 **Kuchenne koszmary USA 8** (7, 8) – serial dok.

NICK JR. HD

16.00 **Świnka Peppa 5** (3)
16.10 **Małe Królestwo Bena i Holly** (3) – serial anim.
16.40 **Psi Patrol 4** (3) – anim.
17.00 **Rubble i jego ekipa 2** (18)
18.00 **Barbapapa i jego rodzinka** (22) – serial anim.
18.30 **Tim Rex wśród gwiazd 2** (7) – anim., Wlk. Bryt./Dania
18.55 **Przygody Misia Paddingtona 2** (24)
19.25 **Przygody Misia Paddingtona** (21, 2)
20.02 **Świnka Peppa** (14-18)
20.30 **Małe Królestwo Bena i Holly** (7) – serial anim.
21.00 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (18-20) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.10 **Więcej „Wydarzeń"** – inf.
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Najważniejsze pytania**
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – publ.
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Najważniejsze pytania**

TVP KOBIETA DVB T2

15.00 **Po prostu na wieś** (5-ost.)
15.30 **Ojciec Mateusz 34** (443, 444) – krym., Pol. 2026
17.25 **Najwspanialsze ikony natury** (1) – serial dokum.
18.30 **63. KFPP w Opolu – Autobiografia. Jubileusz Bogdana Olewicza** – koncert
19.30 **Miłość i nadzieja** (293) – telenowela, Turcja 2022
20.30 **Wichrowe wzgórze** (274) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (266) – obycz.
22.30 **Niezapomniany miesiąc miodowy** – komedia
FILM romant., Kan. 2021, 105 min

E! ENTERTAINMENT HD

10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (17, 18)
14.20 **Tyler Henry – medium z Hollywood** – pr. rozrywk.
16.10 **Plastyczna fuszerka**
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** (19) – pr. rozr.
22.30 **Plastyczna fuszerka**
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (17, 18)
3.00 **Plastyczna fuszerka**

TV TRWAM DVB T

17.55 **Poczet wielkich Polaków** – pr. hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Westerplatte młodych**
19.00 **Warto zauważyć... w mijającym tygodniu** – program publicystyczny
19.30 **Historie Starego Testamentu** – serial anim.
19.45 **Modlitwa** – religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Śladami historii** (2) – dok.
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Z niebem w sercu** – dok.

BBC BRIT HD

8.15 **Top Gear 9** (1) – mag.
9.25 **The Best of Top Gear 2012/13** (2) – mag. motor.
10.30 **Warsztat Hammonda 5**
11.30 **Elon Musk Show** (3)
12.35 **Top Gear 7** (5) – mag.
13.40 **Warsztat Hammonda 5**
14.35 **Cuda inżynierii 6** (8)
15.40 **Najsłabsze ogniwo 3** (5)
16.45 **Elon Musk Show** (3)
17.50 **Top Gear 7** (6) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii 6** (8)
20.00 **Najdroższe bufety świata** – dok., Wlk. Bryt.
21.00 **II wojna światowa w kolorze** (9, 10) – dok.
23.05 **Top Gear 7** (5) – mag.
0.10 **Najsłabsze ogniwo 3** (5)

MINI MINI+ HD

15.10 **Baranek Shaun** (23-25)
15.36 **Jeżyk Happy** (7, 8) – anim.
15.55 **Mały Charlie** (1) – anim.
16.05 **Mega Ekspres** (27, 28)
16.30 **Ciekawski George 6** (6)
17.00 **Tomek i przyjaciele 20**
17.25 **Staś i fajna Babcia**
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.56 **Smerfy** (40) – serial anim.
18.25 **Leśna rodzina: Pamiętnik Frei** (5, 6)
18.50 **Baczne oczka** (2, 3)
19.05 **Kicia Kocia 2** (3, 4) – anim.
19.25 **Mały Charlie** (1) – anim.
19.36 **Jeżyk Happy** (7, 8) – anim.
19.52 **Basia 2** (2) – serial anim.
20.05 **Wierszyki domowe** (6-8)
20.35 **Dolina Muminków 3** (3)

TVP 3 DVB T2

13.00 **Agrobiznes**
13.20 **Agropogoda**
13.30 **Niebezpieczne związki**
14.20 **Niezwykłe miejsca**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
17.50 LIVE **Koszykówka**
SPORT **mężczyzn:** Eliminacje MŚ – mecz: Austria – Polska
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** (187)

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

ZNAJDŹ I OPŁAĆ PARKING W APLIKACJI



Nie musisz już krążyć w poszukiwaniu parkingu – **dzięki tym bezpłatnym aplikacjom szybko znajdziesz wolne miejsce, opłacisz postój lub pobierzesz bilet cyfrowy przy centrach handlowych.**

PARKOMAT W SMARTFONIE

DOBRA NA ZAKUPY

APCOA FLOW. PROSTE PARKOWANIE to apka, którą pobierzesz z Google Play lub App Store. Zarejestruj się, podając adres e-mail oraz numer telefonu. Dodaj pojazd, wpisując numer rejestracyjny (możesz dodać kilka aut), i wybierz metodę płatności. Zapłacisz za postój na blisko 50 parkingach, także tych ze szlabanami i automatycznym odczytem tablic. Włącz lokalizację lub wpisz miasto, aby sprawdzić parkingi na mapie. Aplikacja sprawdzi się m.in. przy centrach handlowych, gdzie darmowy postój wymaga pobrania biletu.

WOLNOŚĆ WYBORU

MOBILET to aplikacja dostępna na telefony z Androidem i iPhone'y. Możesz w niej opłacić postój w strefach płatnego parkowania lub na parkingach przy centrach handlowych w ponad 200 miejscowościach. Po pobraniu apki podaj numer telefonu, adres e-mail i ustal hasło. Potem doładuj konto w systemie moBilet (np. przelewem lub Blikiem). Wpisz nazwę miasta, aby znaleźć parking dostępny w systemie. Kliknij i wybierz czas postoju – opłata zostanie pobrana automatycznie.

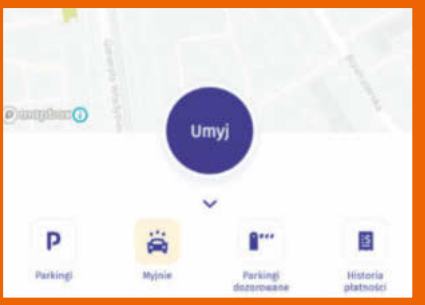
PROSTE ROZWIĄZANIE

EASYPARK – ŁATWE PARKOWANIE pobierzesz z Google Play i App Store. Po zainstalowaniu otwórz apkę, podaj numer telefonu i wpisz kod z SMS-a, aby się zalogować. W menu (w prawym górnym rogu ekranu) wybierz opcję „Pojazdy" i dodaj auto, wpisując numer rejestracyjny – możesz dodać kilka pojazdów.



Kliknij lupę, wpisz nazwę miasta, by sprawdzić możliwość opłaty w strefach parkowania i lokalizacje parkingów. Płacisz w apce kartą, Google Pay, Blikiem.

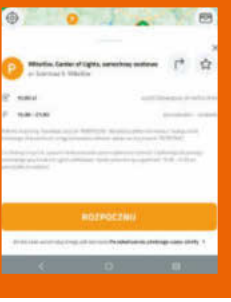
AUTO POD NADZOREM



ANYPARK (DAWNIEJ PANGO) jest dostępna w Google Play i App Store (jako ANYPARK). Zainstaluj aplikację, zaakceptuj zgody, podaj numer telefonu i wpisz kod z SMS-a. Możesz korzystać z wersji bezpłatnej lub włączyć premium (9,99 zł/mies.) – oferuje m.in. informacje o wolnych miejscach w czasie rzeczywistym i powiadomienie o zakończeniu parkowania. Konto doładujesz kartą, Blikiem lub szybkim przelewem. W aplikacji znajdziesz też myjnie i parkingi strzeżone.

WYGODA PONAD GRANICAMI

CITYPARKAPP – PŁAĆ ZA PARKING ułatwi parkowanie w ponad 70 miastach. Pobierz aplikację i zaloguj się przez konto Google lub zarejestruj się, podając adres e-mail. Ustaw hasło i wpisz kod weryfikacyjny z e-maila. Wybierz kraj (Polska, Litwa, Łotwa lub Estonia), ustaw PIN, wpisz numer rejestracyjny i kliknij Kontynuuj. Dodaj metodę płatności (np. Blik, Google Pay). Przy włączonej lokalizacji zobaczysz parkingi w okolicy i ceny. Kliknij strzałkę, a nawigacja poprowadzi cię do celu.



FOT: ADOBE STOCK, MATERIAŁY PRASOWE (5)



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

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

TRUDNY WYBÓR TELEWIZORA

NASZ CZYTELNIK, „emeryt spod Krakowa", chciał kupić telewizor, który będzie używany tylko do odbioru telewizji z satelity (Cyfrowy Polsat). W znanej sieci ze sprzętem RTV, w trzech różnych sklepach, sprzedawcy polecili mu modele różniące się znacząco parametrami i ceną. Ponieważ nie jest fachowcem w tej dziedzinie, prosi o radę, co kupić?

JK Nie sposób wskazać konkretny model czy markę. Szykując się do zakupu, zacząłbym pewnie od kwoty, jaką mogę przeznaczyć na telewizora. Dodam od razu, że droższy, choć w wielu aspektach lepszy od tańszego, wcale nie musi oznaczać trwalszy. Jeśli mamy jeszcze w domu 20-letni telewizor kineskopowy, który nadal „bardzo dobrze gra" i kosztował swego czasu „wszystkie pieniądze", to nie liczmy, że i dzisiaj kupiony drogi telewizor będziemy mieli na lata. Nawet taki telewizor potrafi krótko po okresie gwarancyjnym popsuć się, a naprawa często jest nieopłacalna. Czy kierować się znaną marką? Jest to jakąś wskazówką, choć też nie działa to jak kiedyś. Każdy producent dąży do optymalizacji kosztów. W ofercie tego samego producenta mamy dobre jakościowo drogie modele oraz modele budżetowe, które często od producenta mają tylko logo i podobnie wyglądające menu ekranowe. Trzeba też mieć świadomość, że na rynku jest sporo sprzętu elektronicznego, w tym telewizorów, pod znajomo brzmiącymi nazwami marek bardzo popularnymi pod koniec ubiegłego wieku. Wielu z tych firm już nie ma lub sprzedały prawa do swojej marki. Niekoniecznie musi to oznaczać słaby produkt, ale niejednego potrafi to wprowadzić w błąd. Kolejna rzecz to popularne dzisiaj telewizory „smart", a więc z dostępem do treści internetowych. Choć to bardzo fajna funkcja, przydatna dla ogromnej rzeszy użytkowników, w przypadku osób, które z niej nie korzystają, potrafi przysporzyć sporo kłopotów wynikających przede wszystkim ze skomplikowanego menu ekranowego, a dotyczy to głównie osób starszych. Dodatkowo przy słabych jakościowo modelach dochodzi spowalnianie działania obsługi telewizora. Co zatem Panu polecić? Pewnie nie najtańszy, ale też i nie bardzo drogi model, o ile to możliwe bez funkcji smart, z odpowiednią dla Pana wielkością ekranu i najlepiej dużym, wygodnym pilotem ze wszystkimi klawiszami.

ROZWIĄŻ DLA PRZYJEMNOŚCI

pożywienie dzikich zwierząt klomb
guma na obcasie
zboża od rolników ... Rycembel, aktorka
wada, usterka
szybka reakcja
właz tekturowe pudełko
wódz wikingów
zespół, drużyna
1
Ibiza na parkingu
3
góry z Elbrusem
„... zawodowiec" z Jeanem Reno
ważna dla hodowcy
w ręku murarza
skała koralowa
taniec sceniczny Maja ... „Panny z Wilka"
bagienna mgła
„Harry Potter i ... tajemnic"
łobuz
linijka tekstu
... Torres, „Bleff"
talon
skupienie, koncentracja
2
Frycz albo Borys
kończy litanię
Roger ..., grał Bonda
podobna do kruka
5
żrąca substancja
mahometanizm
przód budynku
nawałnica
klatka filmowa
kolega Burka
satyr
tlen, hel
był walutą Włoch
... Voight, aktor
do smażenia frytek
4
skok do basenu
kółko łańcucha
tłuszcz z wątroby dorsza

LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5

NEWS MEDIA



1400 GODZIN OGLĄDANIA

player **STREAMING** Na Player.pl pojawiły się kanał Puls 2 i produkcje, które miały premierę w TV Puls lub Puls 2, m.in. „Lombard. Życie pod zastaw", „Dzielnica strachu" i „Lekarze na start" (zdj.). Etapami do serwisu trafi w sumie 14 tytułów, w tym Mazurska Noc Kabaretowa – łącznie 1883 odcinki, czyli 1395 godzin treści.

USŁUGA SMART DLA KIBICÓW

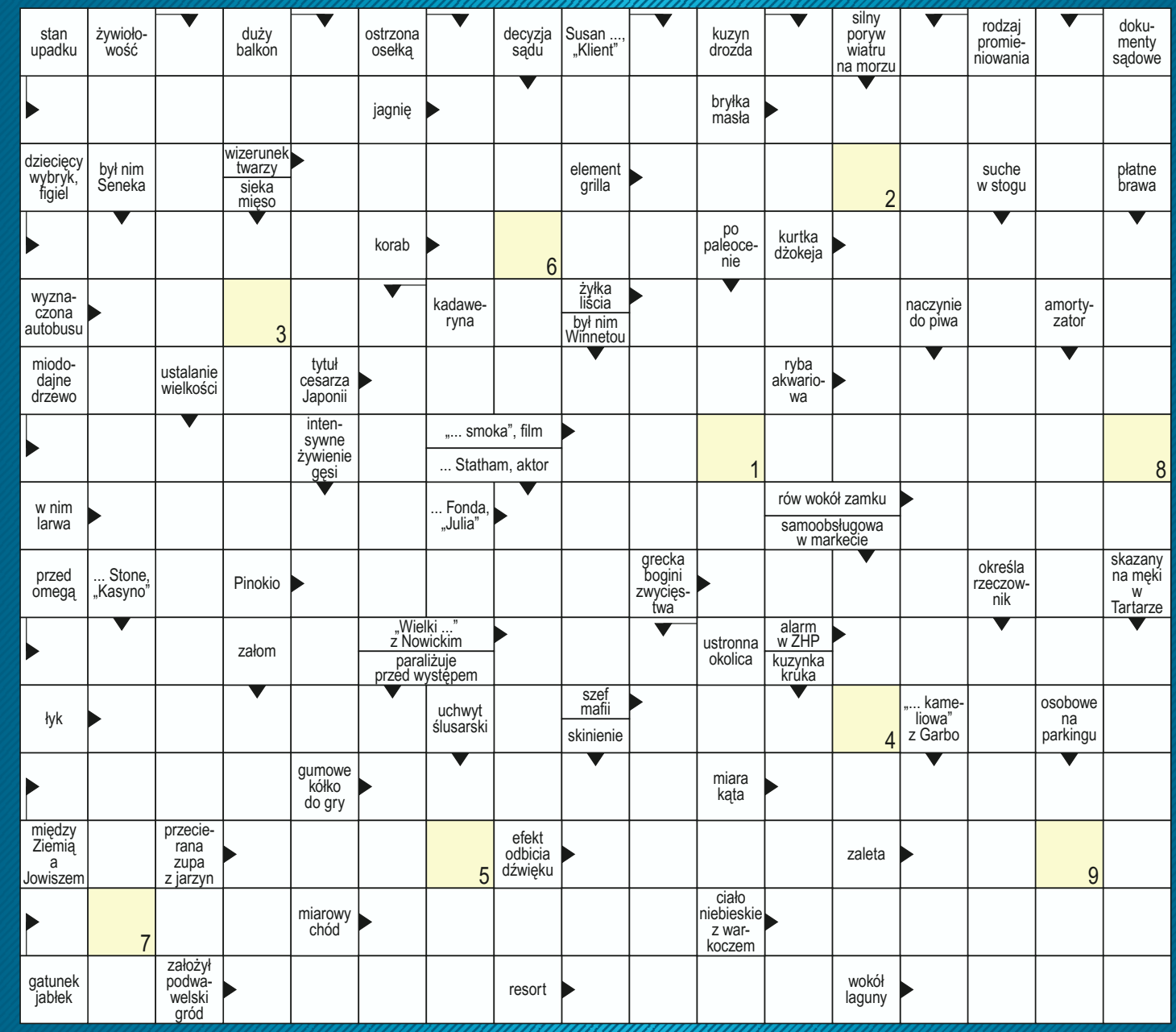
SMART TV Firma LG wprowadza na swoje smart TV z systemem webOS 5.0 lub nowszym usługę Sports Playbook. Oferuje ona m.in. statystyki i analizy spotkań na żywo, podsumowania, wizualizacje danych w przejrzystej formie i drabinki turniejowe. Jest dostępna w aplikacji LG Apps.



FOT. MATERIAŁY PRASOWE

BAW SIĘ Z NAMI!

Rozwiąż dla przyjemności!



LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5	6	7	8	9

REDAKCJA & WYDAWNICTWO

Adres redakcji: ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa, adres mailowy: redakcja@toiowo.pl
Redaktor naczelna: Marta Lubartowska **Redaktor zarządzający:** Artur Kosiński **Hub Rozrywka i TV:**
Red. zarządzająca: Anita Nawrocka **Planner:** Adam Piosik **Koordynator:** Dorota Skalska **Redaktorzy:**
Andrzej Czapski, Bogumiła Deka, Ewa Gassen-Piekarska, Marzena Juraczko, Joanna Kołakowska, Iwona Leończuk, Paulina Miluska, Hanna Miłkowska, Maciej Misiorny, Joanna Pasztelańska, Mirosław Piwowarek, Katarzyna Sobkowicz-Rusiecka **Hub Poradniki: Red. zarządzająca:** Monika Bobowska **Hub Graficzny: Dyrektor:** Robert Latek **Lider:** Mirosław Orzechowski **Koordynator:** Marcin Makarewicz **Graficy:** Edyta Ciuchta, Dominika Kraśnicka-Walinowicz, Sławomir Kozłowski, Agnieszka Glewicka, Małgorzata Porębska, Piotr Piórkowski **Hub Fotoedycji: Lider:** Agata Zasada **Koordynatorzy:** Emil Przygodzki, Magdalena Wojno **Fotoedytorzy:** Magdalena Dąbek-Makowska, Ludmiła Jeruchimowicz, Anna Jurczewska, Grzegorz Lech, Karolina Liżewska, Mirela Taflińska **Sekretariat:** Aleksandra Kominek

Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j.
ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa
Zarząd: Prezes Zarządu: Tomasz Namysł
Członkowie Zarządu: Andrzej Choynowski, Marek Lasota
Director, Publishing Management/Dyrektor Pionu Wydawniczego: Marek Lasota **Dyrektor produkcji:** Piotr Orełko **Publisher/Wydawca:** Justyna Hałas

Prenumerata krajowa i zagraniczna: czytelnia.pl, e-mail: prenumerata@bauer.pl, tel.: 67 210 86 05, 67 354 16 05.

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

Dyrektor ds. dystrybucji i obsługi klienta: Piotr Ludwicki, e-mail: kolportaz@bauer.pl

Druk: Bauer Print Ciechanów Sp. z o.o. Sp.j.

Copyright: Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j.

Program TV – AKPA

Adres do korespondencji:
Redakcja TO&OWO TV
ul. Motorowa 1,
04-035 Warszawa

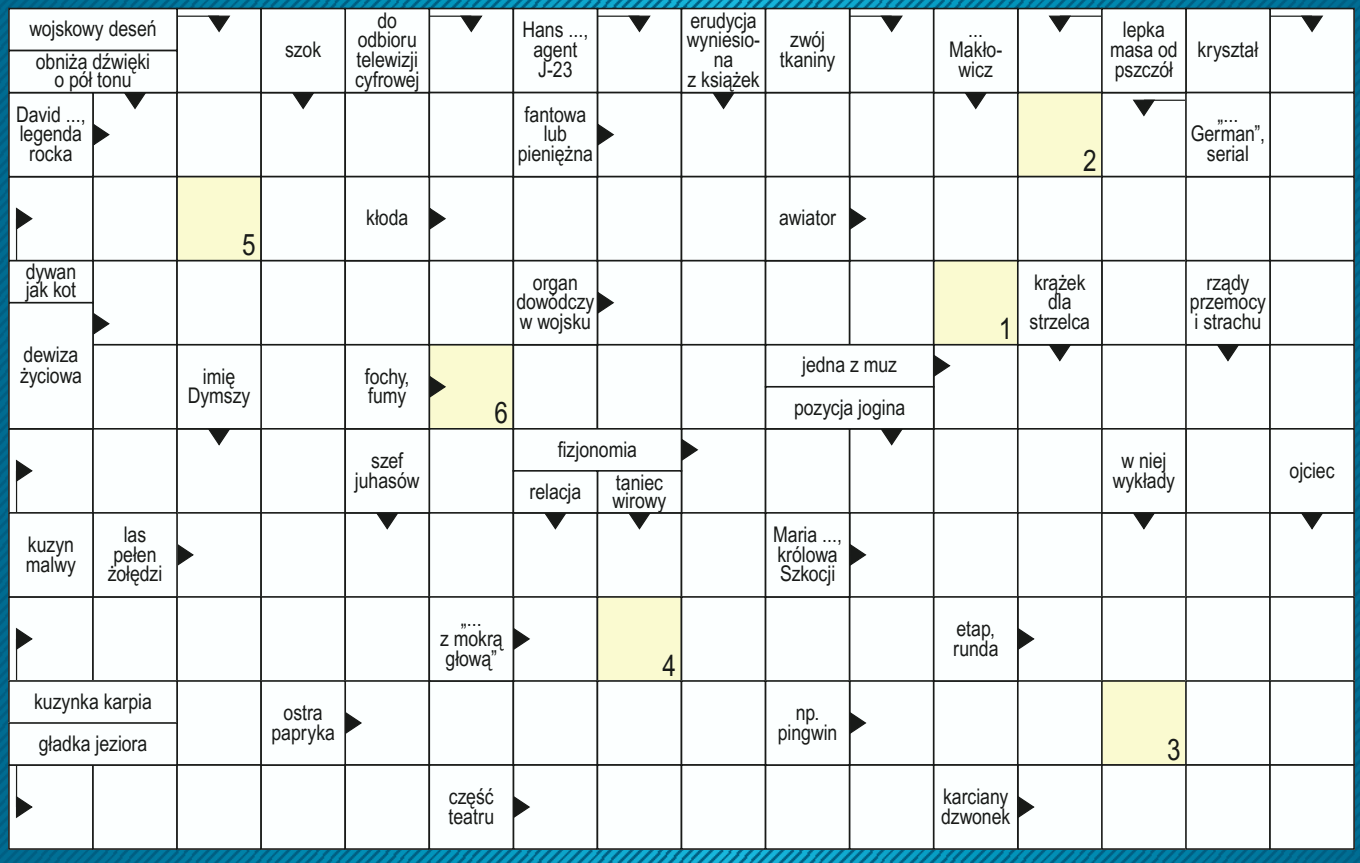
Rozpowszechnianie wszelkich materiałów redakcyjnych bez zgody Wydawcy jest zabronione. Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w programie telewizyjnym wprowadzone przez stacje po oddaniu pisma do druku. Za treść ogłoszeń redakcja ponosi odpowiedzialność w granicach wskazanych w ust. 2 art. 42 ustawy Prawo prasowe. Wydawca ostrzega P. T. Sprzedawców, że sprzedaż aktualnych i archiwalnych numerów czasopisma po innej cenie niż wydrukowana na okładce, jest działaniem na szkodę Wydawcy i skutkuje odpowiedzialnością sądową.
Wszelkie skargi, reklamacje i pytania dotyczące publikowanych reklam należy kierować na adres: **reklama@bauer.pl**

SUDOKU

PUSTE POLA WYPEŁNIJ TAK, ABY W KAŻDEJ KOLUMNIE, KAŻDYM RZĘDZIE I KWADRACIE OBWIEDZIONYM POGRUBIONĄ LINIĄ ZNALAZŁY SIĘ CYFRY OD 1 DO 9.

				2			1	
			7			3		2
					1	4	5	9
3		1						4
	4	5		3		9	2	
8						1		6
6	9	4	5					
1		2			9			
	3			8				

		8						
			3		6	1	8	
	4	6	9				2	
	5							3
8			7		3			9
7							1	
	6				7	5	9	
	2	5	1		4			
						6		



LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5	6

Dzwoniąc, użyj kodu: **WEEKEND50**

i skorzystaj z okazji na tej stronie!

OFERTA WAŻNA DO WYCZERPANIA ZAPASÓW

Zadzwoń teraz:

42 300 33 86

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

Tele Outlet – Znajdź okazję i dzwoń!

REKLAMA

ROTOR TRENINGOWY

Postaw go na stole, aby **ćwiczyć ręce** lub na podłodze, by **pojeździć na rowerku treningowym**. W trakcie ćwiczeń oglądaj ulubiony program w TV albo czytaj książkę! Pamiętaj, że trening ruchowy **wspiera dobre krążenie** i przyczynia się do lepszej kondycji fizycznej. Może stanowić wsparcie przy rehabilitacji.





Dla seniorów

169 zł

Mikrokamera MONITORINGOWA

Zabezpieczenie **domu, mieszkania, garażu i działki** przed włamaniem! Nagrywa w jakości Full HD – można zobaczyć niemal każdy szczegół i usłyszeć szept. Aktywuje się, gdy wykryje ruch, i może **działać do 30 dni na jednym ładowaniu!** W razie zagrożenia włącza alarm i wysyła powiadomienie na smartfon.

WYRAŹNY OBRAZ I DŹWIĘK FULL HD



119 zł

5 cm x 4,5 cm x 4,5 cm



Uchwyt magnetyczny ułatwia mocowanie kamery



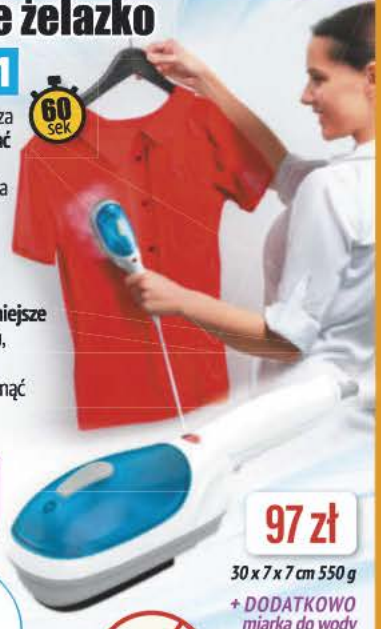
Wbudowany noktowizor i podczerwień



Superwygodne żelazko PAROWE 3 w 1

Prasuje, odświeża i czyści ubrania – za jednym zamachem. Możesz **prasować w poziomie i pionie**, nie zdejmując nawet ubrań z wieszaka! Technologia pozwala prasować bez ryzyka przypalenia i wybłyszczenia tkaniny.

- **Do wszystkich materiałów:** od jedwabiu po syntetyki
- Z łatwością **wyprasujesz najtrudniejsze zagniecenia**: nawet przy guzikach, mankietach i kołnierzykach
- Nakładka czyszcząca pomaga usunąć kurz, włosy i inne zabrudzenia





97 zł

30 x 7 x 7 cm 550 g

+ DODATKOWO miarka do wody





Wszechstronna maszynka do mielenia

Polecana przez szefów kuchni!

Mielenie mięsa nigdy nie było prostsze! Niezależnie od tego, czy przygotowujesz delikatne klopsiki, soczyste burgery czy wykwintne pasztety – ta maszynka zapewni Ci **jednolitą konsystencję** i niezrównany smak za każdym razem.

Wielofunkcyjna: również do siekania warzyw (np. czosnku, cebuli, ziemniaków na placki), orzechów, serów.

- **Mieli 1 kg mięsa w 1 minutę!**
- Nóż krzyżowy ze stali szlachetnej
- **Ekspresowe czyszczenie**

149 zł



Tradycyjne sitko

Przykręcana do stołu! Zapewnia stabilność (nie przesuwa się w trakcie pracy)

Każdy produkt otrzymasz tylko w sprzedaży telefonicznej.

Gwarantujemy wysoką jakość!

42 300 33 86

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

Zajęte? Dzwoń ponownie!

Darmowa dostawa przy zakupie min. 2 produktów

Bezpieczna płatność przy odbiorze

Szczegóły oraz informacje dot. zwrotów i reklamacji dostępne pod adresem sprzedawcy: NARGO INVEST SP. Z O.O. UL. ŻOŁNIERZY I ARMII WOJSKA POLSKIEGO 10/B6, 81-383 GDYNIA, contactpl@globadvice.info, +48 538 448 631. Regulamin: https://customers-statute.com/statute/pl/.