NETFLIX Disney+ HBO max prime video CANAL+

PROGRAM TV NR 31/27.07.2026
1.08-7.08.2026

NR INDEKSU 379236

4,29 zł (w tym 8% VAT)

to&owo TV

PONAD 150 OPISÓW FILMÓW NA CAŁY TYDZIEŃ!

SPORT NA ŻYWO



KOLARSTWO
STARTUJE POLSKI KLASYK! 83. TOUR DE POLOGNE

TENIS
TURNIEJ WTA W TORONTO

SKOKI NARCIARSKIE
LETNIE GRAND PRIX W WIŚLE

ŻUŻEL
GRAND PRIX POLSKI W ŁODZI

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

CELESTYNA GRZEBYTA

– NAWET GDY PADA, WARTO SZUKAĆ SŁOŃCA – PRZEKONUJE POGODYNKA PANORAMY s. 2

WYWIAD TO&OWO TV



ANDRZEJ KOZŁOWSKI

PULS KABARET

Mam wielkie szczęście, bo atmosfera w naszym zespole jest naprawdę świetna s. 4



LIONESS 3. SEZON



1670 3. SEZON

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

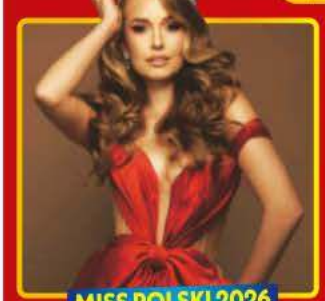


STO LAT SAMOTNOŚCI 2. SEZON

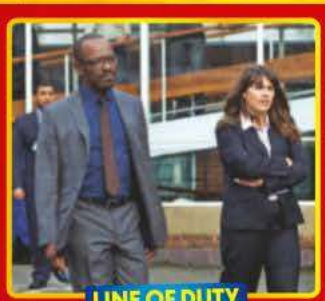
ATRAKCJE W ŚRODKU LATA!



WARSZAWIACY ŚPIEWAJĄ (NIE)ZAKAZANE PIOSENKI



MISS POLSKI 2026



LINE OF DUTY



GRANTCHESTER



MATLOCK

ISSN 1230-8331
9 771230 833607 31

Numer w sprzedaży do 2.08.2026

eprasa.pl dec786d728

PRZYNOSI PIĘKNĄ POGODĘ



Widzowie cenią ją za opanowanie, niesłabnący entuzjazm i za to, że zawsze przynosi piękną pogodę. A jaka jest Celestyna Grzebyta poza pracą? Tego nikt nie wie, bo pogodynka pilnie strzeże prywatności. Wiemy natomiast, że nie zawsze wiązała przyszłość z mediami. Studia skończyła w Szkole Głównej Handlowej w Warszawie. Przygodę z telewizją rozpoczęła zaś w lokalnej stacji TV Południe. Pracowała też w TVP 3 Poznań, gdzie prowadziła m.in. program informacyjny „Teleskop". Ciężka praca przyniosła efekty – dzisiaj cała Polska zna ją z anteny TVP Info, a w 2021 roku prezenterka była nominowana do Telekamery. **JK**



NA ŻYWO

POWSTAŃCZE MELODIE

WIDOWISKO Już po raz 20. odbędzie się wyjątkowy koncert, w którym z takim samym zaangażowaniem uczestniczą zarówno artyści na scenie, publiczność zgromadzona na Placu Piłsudskiego, jak i telewidzowie. „Warszawiacy śpiewają (nie) zakazane piosenki" (SO, 1.08, godz. 20.30, TVP 1) to wydarzenie poruszające serca i skłaniające do refleksji. Pamięć o bohaterskich powstańcach przywołują utwory, które towarzyszyły im w dramatycznych chwilach walki. Zaśpiewajmy więc po raz kolejny na ich cześć m.in. słowa: „Warszawskie dzieci, pójdziemy w bój. Za każdy kamień Twój, Stolico, damy krew!". Koncert poprowadzą: Justyna Dżbik-Kluge i Robert Stockinger. **MJ**



STARZY I NOWI ZNAJOMI

AGNIESZKA FITKAU-PEREPECZKO ponownie wcieli się w szaloną dawną sąsiadkę Mostowiaków Simonę Muller. Na ekranie zobaczymy także Steffena Möllera, który grał jej syna. Oboje przypomnieli o sobie już w odcinku specjalnym „M jak miłość" przygotowanym z okazji walentynek. To właśnie entuzjazm, z jakim fani zareagowali na ten wątek, sprawił, że producenci zaproponowali aktorom powrót na dłuższą chwilę. Na tym nie koniec niespodzianek: jesienią do obsady serialu dołączą również m.in. Marcin Kwaśny oraz Katarzyna Chrzanowska, którą widzowie doskonale pamiętają z tytułowej roli w hicie Polsatu „Adam i Ewa". **BD**



eprasa.pl dec786d728

JUBILEUSZ PEŁEN GWIAZD



ANDREA BOCELLI, jak na jednego z najlepszych tenorów w dziejach przystało, trzy dekady spędzone na scenie postanowił podsumować z rozmachem – jubileuszowym koncertem w rodzinnej Toskanii. My to widowisko obejrzymy w czwartek 6 sierpnia w Polsacie (początek o godz. 19.55). Warto, zwłaszcza że zaproszenie jubilata przyjęła cała śmietanka świata muzycznego (i nie tylko). U jego boku tego wieczoru oprócz 80-osobowej orkiestry, ponad 200 chórzystów oraz rodziny wystąpili m.in. Shania Twain, Sofia Vergara, Brian May, Russell Crowe, Johnny Depp, Will Smith, Ed Sheeran, Placido Domingo oraz Zucchero. **JK**



TAJEMNICZY PROJEKT

TELEWIZJA POLSKA pracuje nad kolejną serialową nowością. Produkcja roboczo nosi tytuł „Zegar czasu" – tyleż logiczny, co i enigmatyczny. Choć na razie niewiele wiadomo o fabule, zdjęcia już się rozpoczęły – ekipa pracuje w Warszawie i okolicach, m.in. w Grójcu i Górze Kalwarii, które mają zagrać fikcyjne miasteczko Mieszków Pomorski. W jednej z głównych ról zobaczymy zaś Joannę Kurowską. Aktorka niedawno próbowała sił w „Wyższej Szkole Jazdy" (odcinek z jej udziałem obejrzymy w TVP VOD). Na wiadomości o tym, kogo zagra w nowym serialu, musimy jeszcze zaczekać – premiera najwcześniej pod koniec roku. **JK**

JUŻ NIE POMOGĄ

INTERWENCJA po 23 latach na stałe znika z Polsatu. Jak wyjaśnia stacja: dotychczasowa formuła wyczerpała swój potencjał. W oficjalnym komunikacie nie zabrakło jednak słów uznania dla całej ekipy ani przypomnienia jej sukcesów, jak m.in. nagród dla reportażu Rafała Zalewskiego „Telewizja – sposób na dłużników" oraz materiału Adama Bogoryi-Zakrzewskiego „Tak kradną kierowcy tirów". Ostatni odcinek obejrzymy w piątek 31 lipca o godz. 16.25. Czy miejsce programu zajmie niebawem nowy magazyn interwencyjny i jaki los czeka Michała Bebłę oraz pozostałych prowadzących? Na razie Polsat niczego nie ujawnia. **JK**



ZAPROSI DO ROZMOWY

EUROPA DA SIĘ LUBIĆ powróci do Telewizji Polskiej! Dwie dekady temu cieszył się ogromną popularnością; wszyscy wiedzieliśmy, kim są Francuzka Elisabeth Duda, Włoch Paolo Cozza czy Brytyjczyk Kevin Aiston – a z kim zaprzyjaźnimy się przez ekran tym razem? Show „Europa da się lubić – nowe pokolenie" ma być wzorowany na dobrze nam znanym formacie, ale skupi się na życiu młodych Europejczyków, którzy postanowili zamieszkać nad Wisłą. Mówi się, że gospodynią zostanie Katarzyna Zielińska, która już wcześniej w „Kocham Cię, Polsko!" miała okazję sprawdzić się jako jedna z prowadzących program rozrywkowy. **JK**





DOOKOŁA ŚWIATA

BBC EARTH codziennie o godz. 19.45 zaprasza na najciekawsze dokumenty! Już w piątek (31.07) wraz z komikiem i muzykiem Billem Baileyem zwiedzimy Wietnam. W sobotę Martin Clunes (zdj.) zabierze nas na afrykańskie Galapagos, czyli Wyspy Świętego Tomasza i Książęcą, oraz na archipelag Bijagos, gdzie podejrzymy życie drapieżników. Z Davidem Attenborough poznamy „Potęgę ssaków" (niedziela) i odkryjemy „Sekretne życie ogrodu" (wtorek). Będzie też coś dla fanów historii („Największe zagadki nauki" – poniedziałek; „Pociągiem przez Imperium Rzymskie" – środa) i ekologii („Morze Śródziemne: przyroda w potrzasku" – czwartek). **JK**

FOT: TVP, AKPA (3), BBC, FORUM (2), MTL MAXFILM, POLSAT

OKŁADKA: WALDEMAR KOMPAŁA / TVP, AKPA (2), EAST NEWS, MATERIAŁY PRASOWE (7)

eprasa.pl dec786d728

WYWIAD

ANDRZEJ KOZŁOWSKI

POMIĘDZY BOOMEREM A MILENIALSEM

Jest jednym z najbardziej wyrazistych artystów polskiej sceny kabaretowej. W piątek 7 sierpnia pojawi się wśród gwiazd widowiska „Puls Kabaret".

Absolwent krakowskiej PWST, od początku kariery zawodowej związany jest z kabaretem. Występował w kilku formacjach, a obecnie można go oglądać m.in. w kabaretach Rak oraz Zdolni i Skromni. Poza tym w jego sercu gra muzyka – z żoną Edytą tworzą zespół Słuchafki. Nieustannie marzy o tym, by pewnego dnia zagrać w filmie sensacyjnym.

Czy kabaretowi artyści mają w wakacje czas na odpoczynek?

Na razie nie ma mowy o odpoczynku. Wakacje to czas festiwali i różnych imprez, które przyciągają mnóstwo ludzi, zwłaszcza tych przebywających na urlopach. Dlatego dla mnie jest to okres bardzo intensywnej pracy.

Jeżdżąc po kraju, sprawdza Pan informacje o miejscowości, w której ma Pan wystąpić?

Różnie z tym bywa. Na pewno sprawdzam w GPS-ie, gdzie dokładnie jest miejsce, do którego jadę, żeby nie zabłądzić i nie wylądować gdzieś na drugim końcu Polski (śmiech). Rzeczywiście bardzo dużo jeżdżę. Najbardziej odczuwa to mój samochód. W dwa lata przejechałem nim już 80 tysięcy kilometrów. Czasem lubię się dowiedzieć, jakie atrakcje oferuje dane miasto, z czego słynie albo ilu ma mieszkańców. Przyznam jednak, że na ogół nie mam czasu, by bardziej to zgłębiać. Zdarza się, że jednego dnia mam dwa występy w dwóch różnych miejscach.

A kiedy w skeczu ma paść nazwa danej miejscowości?

Zawsze muszę wcześniej się upewnić, bo na ogół zapominam. Często szukam bliskoznacznych słów i staram się skojarzyć właściwą nazwę. Czasami trafię, a czasem nie. Gdy nadchodzi momentu, kiedy ma paść nazwa danej miejscowości, patrzę na swoich kolegów i widzę ich wyczekujące miny, co ja tym razem powiem. Ostatnio graliśmy w miejscowości Nędza, a ja powiedziałem... Bieda (śmiech).

To z czym kojarzy się Panu Płock?

Z niesamowitą energią, wielkim śmiechem, a ostatnio również z Telewizją Puls. I oczywiście ze spotkaniem z fantastycznymi ludźmi! Już parę razy występowałem w tym mieście,

ZDOLNI I SKROMNI wystąpią w Płocku w widowisku „Puls Kabaret". Jego motywem przewodnim będzie „walka pokoleń".

NA ŻYWO



Na zdjęciu nasz rozmówca z Eweliną Wojtak, Olgą Łasak oraz Łukaszem Żakiem.

eprasa.pl dec786d728

RÓŻNE TWARZE ARTYSTY



TWOJA TWARZ BRZMI ZNAJOMO (2022) W programie zajął II miejsce. W finale wystąpił jako Luciano Pavarotti.

KABARET RAK (OD 2024) Od dwóch lat możemy go oglądać u boku Krzysztofa Hanke w legendarnym kabarecie ze Śląska.





ŚWIAT W OBŁOKACH (2026) Podczas koncertu poświęconego twórczości Marka Grechuty.

ale nigdy nie miałem okazji go zwiedzić. Może w tym roku mi się to uda przy okazji widowiska „Puls Kabaret", które odbędzie się w Płocku.

Podczas tego wydarzenia odbędzie się pojedynek boomerów i milenialsów. Po której jest Pan stronie? Co podpowiada Panu serce?

Jestem za wszystkimi. Generalnie jestem za ludźmi. Uważam, że milenialsi są fajnym i wartościowym pokoleniem – tak samo jak boomerzy. Najlepiej czuję się jednak pomiędzy boomerem a milenialsem. Czasem tylko technologia mnie wyprzedza: kiedyś, jak wchodziła jakaś nowinka, to człowiek od razu pyk, pyk i ogarniał wszystko. A teraz, kurczę, bywa, że wolniej mi to przychodzi...

Jedno jest pewne: z racji zawodu regularnie trenuje Pan swój mózg. Ile skeczy ma Pan w głowie?

Zapamiętanych i nauczonych – setki. Mózg jest niesamowity. Te wszystkie skecze trafiają do takich „szufladek" i potem wystarczy parę zdań, a mózg bardzo szybko przywołuje je do świadomości. Regularnie uczę się też nowych tekstów – obecnie słów do trzech piosenek na występ w Płocku. Wśród nich będzie jeden duet z Olgą Łasak.

Występujecie razem w kabarecie Zdolni i Skromni. Można też Pana zobaczyć w Kabarecie Rak. Niedawno byliście z koncertami w Kanadzie.

Ten wyjazd zawsze będzie mi się kojarzył z samochodem i z samolotem. Tamtejsze odległości są zupełnie inne niż w Polsce. To nie 100 czy 200 kilometrów, ale 1500 i więcej! Kiedy patrzymy na mapę, widać, że to wielki kraj, ale nie zdawałem sobie sprawy, że jest aż tak ogromny. Ich autostrady są niesamowite. Mieszkający tam ludzie śmieją się, że jak Indianinowi ucieknie pies, to on go widzi jeszcze przez trzy dni, a czwartego dnia wsiada w samochód i po niego jedzie.

Czy „zaraził" się Pan już śląskim akcentem?

Jeśli chodzi o akcenty, to mam rozdwojenie jaźni. Kiedy wracam do domu po trasie z Krzysiem Hanke i Kabaretem Rak, to godom po śląsku, a gdy jadę na Podlasie, to zaczynam mówić z tamtym akcentem. Mam mętlik w głowie. Jestem wielokulturowy (śmiech).

Z czym kojarzą się Panu słowa: „Będziesz zbierać kwiaty, będziesz się uśmiechać..."?

To piosenka Marka Grechuty. Miałem przyjemność i zaszczyt wziąć udział w koncercie poświęconym jego twórczości, który odbył się w Ostródzie. Fantastyczny koncert – genialne piosenki i aranżacje Marcina Partyki. Ludzie śpiewali razem z nami, bisowaliśmy. To było wspaniałe doświadczenie. Poezja jest mi bliska, bardzo ją lubię. Jest to moja oaza spokoju i wyciszenia. Taki kącik dla mojego serduszka i umysłu, które cały czas są atakowane przez media. Piosenkę lubię w każdej formie.



Z ukochaną żoną Edytą poznali się na studiach w Krakowie. Mają córkę Hanię.

Czy czuje się Pan spadkobiercą Marka Grechuty?

Zdecydowanie tak. Marek Grechuta zawsze będzie mi się kojarzył z moim pierwszym rokiem studiów w Szkole Teatralnej w Krakowie. Pamiętam, że w dniu mojego przyjazdu do akademika w pokoju leciała właśnie ta piosenka, którą zaśpiewałem w Ostródzie, czyli „Będziesz moją damą". Wbiło mi się to w pamięć i Marek Grechuta zawsze będzie w moim sercu.

Zaśpiewał Pan tę piosenkę kiedyś swojej żonie?

Nie, ale mimo to moja Edytka od 22 lat jest moją damą każdego dnia i każdej nocy.

Razem tworzycie zespół Słuchafki. Wasze piosenki łączą poetyckie teksty i rockową muzykę.

W dużej mierze to zasługa mojej żony. To ona pisze piękne teksty i przygotowuje aranżacje. Jesteśmy właśnie w trakcie pracy nad nowym utworem, a we wrześniu planujemy nagrać do niego teledysk. To będzie rockowa ballada, a na gitarze, jak zawsze, zagra Jakub Mrajca. To nasze kolejne wspólne dzieło. Naszej muzyki można posłuchać na Spotify i YouTubie. Najważniejsze jest jednak to, żeby spełniać swoje pasje. A jeśli przy okazji nasze piosenki spodobają się innym, mogę się z tego tylko cieszyć.

Czerpie Pan z życia pełnymi garściami. Czy wciąż jest Pan głodny świata i nowych doświadczeń?

Oczywiście! Jestem jak dziecko – lubię, gdy pojawia się coś nowego i zmienia się otoczenie. Lubię poznawać nowych ludzi i nowe miejsca. Gdy tylko mamy taką możliwość, wspólnie z Edytką wyruszamy, żeby pozwiedzać. Samo przebywanie w środku transportu – w samolocie czy w samochodzie – jest już dla mnie przygodą. Uwielbiam czuć się jak ptak w przestworzach, patrzeć na chmury i na świat z góry! O, nawet mi się zrymowało. Może powstanie z tego nowa piosenka o lataniu (śmiech).

Rozmawiała Marzena Juraczko

→ **PULS KABARET PT 7.08 godz. 20.00 TV PULS**

FOT. MARCIN GIBA / ARCHIWUM PRYWATNE, ARCHIWUM PRYWATNE, AKPA (4)

epitasa.pl dec786d728

FILMY SENSACYJNE, KOMEDIE, DRAMATY, SCIENCE

	sobota	niedziela	poniedziałek
SENSACJA			
	Memento **GODZ. 22.30 PARAMOUNT NETWORK** Oryginalnie opowiedziana historia mężczyzny cierpiącego na zaburzenia pamięci, który tropi zabójcę żony. Za kamerą Christopher Nolan – twórca prezentowanej od lipca w kinach „Odysei".	**Ocean ognia** **GODZ. 20.00 TV PULS** Zbuntowany rosyjski wojskowy realizuje plan prowokacji. Jego celem jest wywołanie globalnego konfliktu. Political fiction z wartką akcją i gwiazdorską obsadą, w której znaleźli się Gerard Butler oraz Gary Oldman.	**Kryzys** **GODZ. 21.00 POLSAT FILM** Historie, których tłem jest epidemia uzależnień od opioidów w USA. Zmagająca się z nałogiem Claire poszukuje zaginionego syna.
KOMEDIA			
	W deszczowy dzień w Nowym Jorku **GODZ. 20.00 TVP KULTURA** Student Gatsby chce pokazać ukochanej Nowy Jork. Wizyta odbiega od jego wyobrażeń. Połączenie humoru, sarkazmu i nostalgii, czyli kwintesencja stylu laureata czterech Oscarów Woody'go Allena.	**Oni cię zabiją** **GODZ. 20.00 HBO** Kino grozy zaprawione czarnym humorem. Kobieta zatrudnia się jako pokojówka w luksusowym apartamentowcu na Manhattanie. Przekonuje się, że pełen pułapek budynek jest siedzibą demonicznej sekty.	**Wybuchowa para** **GODZ. 20.00 PARAMOUNT NETWORK** Pasażerka samolotu zostaje uwikłana w szpiegowską rozgrywkę. Cameron Diaz i Tom Cruise w emocjonującym duecie.
DRAMAT			
	Christy **GODZ. 21.00 C+ PREMIUM** Zdolna pięściarka poza ringiem zmaga się z toksycznym mężem. Próbuje odzyskać kontrolę nad swoim życiem. Losy Christy Martin, ikony kobiecego boksu. Przekonująca kreacja Sydney Sweeney.	**Po katastrofie** **GODZ. 21.00 SUPER POLSAT** Załamany mężczyzna wini kontrolera lotów za katastrofę samolotu, w której stracił całą rodzinę. Przytłoczony stratą, zaczyna pragnąć zemsty. W obsadzie Arnold Schwarzenegger i Scoot McNairy.	**Lokatorka** **GODZ. 22.30 KINO POLSKA** Czyściciel kamienic kontra kobieta walcząca o prawo do godnego życia. Scenariusz inspirowany historią aktywistki Jolanty Brzeskiej.
SF/FANTASY			
	Harry Potter i kamień filozoficzny **GODZ. 20.00 TVN FABUŁA** Osierocony Harry dowiaduje się, że jest synem czarodziei. Dostaje zaproszenie do szkoły magii. Adaptacja bestselleru J.K. Rowling. Na 25 grudnia zapowiadana jest premiera serialowej wersji tej opowieści.	**Hellboy** **GODZ. 22.20 TV PULS** Czarownica Nimue, którą przed wiekami pokonał król Artur, odzyskuje moc. Zamierza zawładnąć światem. Jedynie pochodzący z piekła Hellboy może ją powstrzymać. Na motywach komiksów Mike'a Mignoli.	**Assassin's Creed** **GODZ. 20.00 TVN FABUŁA** Skazaniec poznaje prawdę o przodku z czasów inkwizycji. Musi stawić czoło potężnej organizacji. Efektowna adaptacja gry przygodowej.

eprasa.pl dec786d728

wtorek



Mission: Impossible

GODZ. 20.00 PARAMOUNT NETWORK Kino szpiegowskie nawiązujące do serialu z lat 60. i 70. Tom Cruise gra agenta tropiącego zdrajcę w szeregach CIA.



Cudowne życie

GODZ. 20.00 C+ PREMIUM Esther uparcie walczy o szczęście syna, którego lekarze skazują na niepełnosprawność. Adaptacja autobiograficznej książki Rolanda Pereza.



C'mon C'mon

GODZ. 21.25 TVP KULTURA Nowojorski dziennikarz radiowy zabiera 9-letniego siostrzeńca w podróż po kraju. Dla obu to cenna lekcja dojrzałości i zrozumienia.



Alita: Battle Angel

GODZ. 19.55 POLSAT Wojowniczy cyborg przeciwstawia się potężnym wrogom. Losy bohaterki mangi „Gunm" z 1990 roku. Scenariusz współtworzył James Cameron.

środa



Supermarket

GODZ. 22.05 KINO POLSKA Sylwestrowa gorączka zakupowa staje się tłem trzymającej w napięciu konfrontacji ochroniarzy z posądzonym o kradzież klientem.



80 milionów

GODZ. 22.20 TVP HD Oparta na faktach opowieść o brawurowej akcji, którą zorganizowali działacze Solidarności przed wprowadzeniem stanu wojennego.



Powrót Bena

GODZ. 20.00 FILMBOX+ HITS Spokój rodziny Holly burzy wizyta jej syna, narkomana. Popisowe role Julii Roberts i Lucasa Hedgesa („Manchester by the Sea").



Bloodshot

GODZ. 21.00 SUPER POLSAT Korporacja wskrzesza zmarłego wojskowego. Czyni z niego pozbawioną wspomnień maszynę do zabijania. Na motywach komiksu.

czwartek



Diabelska przełęcz

GODZ. 20.00 FILMBOX+ HITS Opowieść o kulisach tzw. sprawy trójki z West Memphis. Detektyw Lax podejmuje własne śledztwo dotyczące satanistycznej zbrodni.



Jak dogryźć mafii

GODZ. 22.00 TV PULS Bruce Willis wraca do roli prywatnego detektywa, którą bawił w serialu „Na wariackich papierach". Próbuje odzyskać psa z rąk gangstera.



Jerry Maguire

GODZ. 22.20 POLSAT Agent sportowy buntuje się przeciwko nieuczciwości, przez co traci pozycję w branży. Oryginalne połączenie dramatu, komedii i romansu.



Kontakt

GODZ. 22.00 WARNER TV Adaptacja książki astronoma Carla Sagana. Eleanor nawiązuje kontakt z pozaziemską cywilizacją. Chce stanąć na czele pionierskiej misji.

piątek



Ambulans

GODZ. 21.00 POLSAT FILM Przybrani bracia napadają na bank. Uciekając, w akcie desperacji, wdzierają się do karetki i biorą zakładników. Rusza za nimi pościg.



W jak morderstwo

GODZ. 22.45 POLSAT Miłośniczka kryminałów pomaga stróżom prawa wytropić mordercę w Podkowie Leśnej. Na motywach książki Katarzyny Stachowicz-Gacek.



Bo we mnie jest seks

GODZ. 20.00 KINO POLSKA Barwna opowieść o życiu i karierze polskiej Marilyn Monroe, czyli Kaliny Jędrusik. Rolę Marii Dębskiej nagrodzono na FPFF w Gdynii.



Nowy początek

GODZ. 21.00 SCI FI Na Ziemi lądują statki kosmiczne. Zgłębiając język obcych, lingwistka odkrywa prawdę o przyszłości swojej i świata. Osiem nominacji do Oscara.

eprasa.pl dec786d728

SERIALE

KŁOPOTLIWE RANDKI, klasyk retro, odrobina magii oraz ponowne spotkanie z bohaterami najlepszych kryminałów.

OD 1. ODCINKA



Tony Gates (Lennie James) wykorzystuje swoją wysoką pozycję w policji, żeby tuszować przestępstwa znajomych.

LINE OF DUTY – WYDZIAŁ WEWNĘTRZNY

Nową partnerką Arnotta zostanie Kate Fleming (Vicky McClure).

KRYMINALNY W wielu krajach policjanci nie należą do najbardziej lubianych grup społecznych. A ci, którzy zajmują się dochodzeniami w sprawie innych funkcjonariuszy, nie mogą liczyć nawet na sympatię kolegów po fachu. Właśnie do wydziału spraw wewnętrznych zostaje przeniesiony były antyterrorysta, Steve Arnott (Martin Compston), po tym, jak odmówił zatuszowania niekompetencji swoich współpracowników. Jego pierwsze, z pozoru dosyć proste śledztwo, szybko się komplikuje... Serial BBC z 2012 roku okazał się wielkim przebojem i doczekał się sześciu sezonów; teraz mamy okazję obejrzeć go jeszcze raz od samego początku. **JK**

→ **LINE OF DUTY – WYDZIAŁ WEWNĘTRZNY CZ 6.08 godz. 21.00 BBC FIRST**



Ekipa serialu konsultowała się z tajnymi informatorami – żaden policjant nie zgodził się na oficjalną współpracę.

OD 1. ODCINKA



MATLOCK

KRYMINALNY Na pierwszy rzut oka 70-letnia Madeline Matlock sprawia wrażenie miłej, nieco zagubionej osoby i doskonale wie, jak to wykorzystać. Kiedy po latach przerwy decyduje się wrócić do zawodu prawniczki, początkowo zarówno koledzy z prestiżowej kancelarii, jak i rywale z sali rozpraw nie traktują jej poważnie. Wizerunek niepozornej starszej pani połączony z przebiegłością i sprytem pozwalają jej jednak docierać do nowych świadków i informacji oraz, co za tym idzie, wygrywać sprawy, które wydają się nie do wygrania... W tytułowej roli zdobywczyni Oscara Kathy Bates, którą pamiętamy m.in. z „Misery" czy „Titanica". **JK**

→ **MATLOCK PO 3.08 godz. 22.55 TVP 2**

NA WSPÓLNEJ

OBYCZAJOWY Ingerowanie bliskich w życie miłosne Juliusza (Daniel Olbrychski) i Krystyny (Małgorzata Knothe) sprawi, że sytuacja znajdzie się na granicy totalnej katastrofy. Bo kiedy Wojtek (Wojciech Szulc) zdecyduje się odpisać Krystynie jako Janusz i zaprosi ją jeszcze raz na spotkanie, w barze na Wspólnej zamiast Agierowej zastanie... córkę Hoffera (Julia Jurek)! Po wyjaśnieniu nieporozumienia oboje zaczną się zastanawiać, jak wszystko wyprostować. Ale gdy Szulc wróci do domu, odkryje, że pod jego nieobecność Juliusz korzystał z laptopa, dowiedział się o planowanym spotkaniu z Krystyną i jest... wściekły. **JP**

→ **NA WSPÓLNEJ PO 3.08 godz. 20.15 TVN**



Wojtek odkryje, że zamiast Krystyny w kawiarni siedzi Ula Hoffer!

FOT. MATERIAŁY PRASOWE (7), EAST NEWS (4)

eprasa.pl dec786d728

OD 1. ODCINKA

RODZINA LEŚNIEWSKICH

OBYCZAJOWY Leśniewscy rozpoczynają życie w nowym mieszkaniu i starają się ułożyć sobie poprawne relacje z sąsiadami. Przy czworgu dzieci trudno jednak o spokój. Jadwiga i Andrzej wychowują nastoletnich Agnieszkę i Leszka oraz siedmioletnie bliźnięta – Beatę i Pawła, nazywane Bąblami. Kiedy w budynku wybucha pożar, podejrzenia padają właśnie na najmłodszych. Tymczasem Jadwiga myśli o powrocie na studia. Rodzina dostrzega, że bez realizacji tego pragnienia nie będzie w pełni szczęśliwa i gorąco ją wspiera. Serial, którego scenariusz współtworzyła Krystyna Boglar, powstał z inspiracji jej książką „Nie głaskać kota pod włos". **MAM**

→ **RODZINA LEŚNIEWSKICH**
CZ 6.08 godz. 17.40
TVP KULTURA



Agata Młynarska debiutowała w serialu jako Agnieszka.



Jadwiga (Krystyna Sienkiewicz) próbuje okiełznać bliźnięta (Tomasz Brzeziński i Magdalena Scholl).



Merlin odkrywa w sobie magiczne moce. Czy zaprzyjaźni się z księciem Arturem na dobre i na złe?



PRZYGODY MERLINA

PRZYGODOWY Gdy w Camelot despotyczny król Uther Pendragon zakazuje uprawiania czarów, nadworny lekarz Gaius przyjmuje nastoletniego Merlina na ucznia. Szybko okazuje się, że chłopak ma niezwykłe, magiczne umiejętności. To dla niego początek szalonej przygody... Grający Merlina Colin Morgan przed otrzymaniem roli nie znał legend arturiańskich! Wszystkiego o swoim bohaterze uczył się ze scenariusza. Ta wieloletnia przygoda nie była dla niego łatwa, a wypowiadanie zaklęć po staroangielsku wymagało od niego godzin ćwiczeń z lingwistą. Jednak w ciągu pięciu sezonów stał się prawdziwym „mistrzem magii"! **PM**

→ **PRZYGODY MERLINA**
PO 3.08 godz. 19.00 SCI FI

GRANTCHESTER

KRYMINALNY W tym sezonie Alphy (Rishi Nair) i Geordie (Robson Green) angażują się m.in. w poszukiwania morderców z uniwersytetu, sierocińca i klubu ze striptizem. Leonard (Al Weaver) popełnia fatalny błąd, który omal nie kończy się dla niego tragicznie, a Alphy zakochuje się w intrygującej bibliotekarce – Meg (Christie Russell-Brown), choć, z powodu jej rodzinnych powiązań, ich związek nie będzie należał do najłatwiejszych. W pierwszym odcinku w Grantchester trwa wielkanocny festyn. Jednak na święcie cieniem kładzie się pewien śmiertelny wypadek. Geordie podejrzewa, że to zabójstwo... **EGP**

→ **GRANTCHESTER 10**
WT 4.08 godz. 10.00
ALE KINO+



Alphy i Geordie znowu mają pełne ręce roboty.

eprasa.pl dec786d728

ROZRYWKA

NAJPIĘKNIEJSZA POLKA czeka na koronę, bawimy się w Poddębicach i w Płocku, spektakl retro, jubileuszowy koncert oraz smaki lawendy.



Na zdjęciu: Ilona Krawczyńska, Agnieszka Hyży i Olek Sikora.

NA ŻYWO

MISS POLSKI 2026

WIDOWISKO W tym roku odbędzie się 38. edycja konkursu Miss Polski. Kandydatki do tytułu najpiękniejszej Polki pojawią się w amfiteatrze Parku Strzeleckiego w Nowym Sączu. Tym razem o tytuł i koronę powalczą 24 finalistki. Swoje przygotowania do gali zaczęły w czerwcu od zgrupowania na Sri Lance; ostatnie szlify zdobywały w Krakowie i w Kamiannej koło Krynicy-Zdroju. Galę finałową Miss Polski 2026 poprowadzą Agnieszka Hyży i Ilona Krawczyńska, a Olek Sikora z Kasandrą Zawal porozmawiają z uczestniczkami konkursu. Galę uświetnią występy Antka Smykiewicza, Cleo i Tatiany Okupnik. Ubiegłoroczną Miss Polski została Oliwia Mikulska. **MJ**

→ **MISS POLSKI 2026 ND 2.08 godz. 19.55 POLSAT**



W ubiegłym roku konkurs wygrała Oliwia Mikulska.



NA ŻYWO

LATO Z RADIEM I TELEWIZJĄ POLSKĄ

WIDOWISKO Pierwszym sierpniowym przystankiem wakacyjnej trasy „Lata z Radiem i Telewizją Polską" będą Poddębice – malownicza miejscowość niedaleko Łodzi, słynąca z bogatych złóż wód termalnych. Na placu przy Termach wystąpią m.in.: Cleo, Reni Jusis, Roksana Węgiel, Maciej Maleńczuk oraz Video. Pojawi się też zespół Kombii. Tworzący grupę Grzegorz Skawiński i Waldemar Tkaczyk świętują w tym roku 50-lecie wspólnej pracy artystycznej. Znają się od czasów licealnych, gdy zaczynali swoją przygodę z muzyką. Poza Kombii współtworzyli także zespoły Skawalker i O.N.A. z wokalistką Agnieszką Chylińską. **MJ**

→ **LATO Z RADIEM I TELEWIZJĄ POLSKĄ SO 1.08 godz. 20.00 TVP 2**

PULS KABARET

NA ŻYWO

WIDOWISKO W pierwszy piątek sierpnia Płock na jeden wieczór stanie się stolicą polskiego kabaretu. W amfiteatrze na nadwiślańskiej skarpie odbędzie się widowisko „Puls Kabaret" z udziałem znakomitych komików. Gospodarzami wieczoru będą Olga Łasak i Marcin „Jabbar" Wójcik, którzy wystąpią również ze swoimi formacjami – Zdolni i Skromni oraz Ani Mru-Mru (na zdj.). Jak zdradziła nam prowadząca, motywem przewodnim wydarzenia będzie „walka pokoleń" – boomerzy zmierzą się z milenialsami. Na scenie pojawią się też m.in. Kabaret Chyba, Formacja Sąsiedzi, Bartosz Gajda i Kabaret Jurki. **MJ**

→ **PULS KABARET PT 7.08 godz. 20.00 TV PULS**



FOT. AKPA (3), POLSAT / BEZCIŚNIENIESTUDIO / PIOTRKOWSKASTUDIO, MATERIAŁY REDAKCYJNE / AI, TVP (2)

eprasa.pl dec736d728



OKRASA ŁAMIE PRZEPISY

KULINARNY Kwiaty lawendy mają charakterystyczny, mocny zapach, dlatego chętnie używane są do produkcji olejków i perfum. Pięknie zdobią też mieszkanie lub balkony. Jednak Karol Okrasa udowodni, że można je również wykorzystać do przygotowania smacznych potraw. I to nie tylko napojów, koktajli i herbat, ale także do dań mięsnych rybnych czy deserów. Jej intensywny gorzkawo-aromatyczny smak przypomina nieco rozmaryn. Kucharz ugotuje karkówkę wieprzową w lawendowym sosie z serowym purée, serowo-ziemniaczane placki z wędzoną rybą i lawendą oraz placek z jabłkami i lawendowym cukrem. **EGP**

→ **OKRASA ŁAMIE PRZEPISY SO 1.08 godz. 14.40 TVP 1**

OSIEM KOBIET

KOBRA Osiem kobiet, jeden trup i osiem powodów, by zabić. W odciętym przez zimę od świata domu ginie jego jedyny męski mieszkaniec. Telefon nie działa, pomoc nie nadchodzi, a morderczyni musi być wśród obecnych. Każda z pań skrywa jakiś sekret i żadna nie zamierza wyjawić całej prawdy. W podejrzane wcielają się m.in. Hanka Bielicka, Zofia Mrozowska i Barbara Wrzesińska. Spektakl z 1970 roku powstał na podstawie sztuki Roberta Thomasa, która miała premierę w Nicei w 1958 roku. Po latach zekranizował ją również François Ozon. To stylowa, doprawiona ironią zagadka kryminalna, w której dawne konflikty mają śmiertelne konsekwencje. **MAM**

→ **OSIEM KOBIET WT 4.08 godz. 20.00 TVP KULTURA**





TO JEST MÓJ SEN

KONCERT Edyta Bartosiewicz na scenie obecna jest od 1989 roku. Początkowo występowała z zespołem Staff (przekształconym później w Holloee Poloy), ale popularność zdobyła dopiero po jego rozpadzie. Od tego czasu nagrała siedem albumów studyjnych i wylansowała takie przeboje jak „Jenny" czy „Ostatni". 30-lecie solowej kariery artystycznej świętowała w marcu zeszłego roku koncertem w Teatrze Wielkim w Warszawie. Na scenie towarzyszyli jej m.in. orkiestra Sinfonia Varsovia pod batutą Daniela Nosewicza oraz Michał Grymuza, który ponad trzy dekady temu nagrał oryginalne partie gitar na album „Sen". **JK**

→ **TO JEST MÓJ SEN SO 1.08 godz. 21.45 TVP KULTURA**

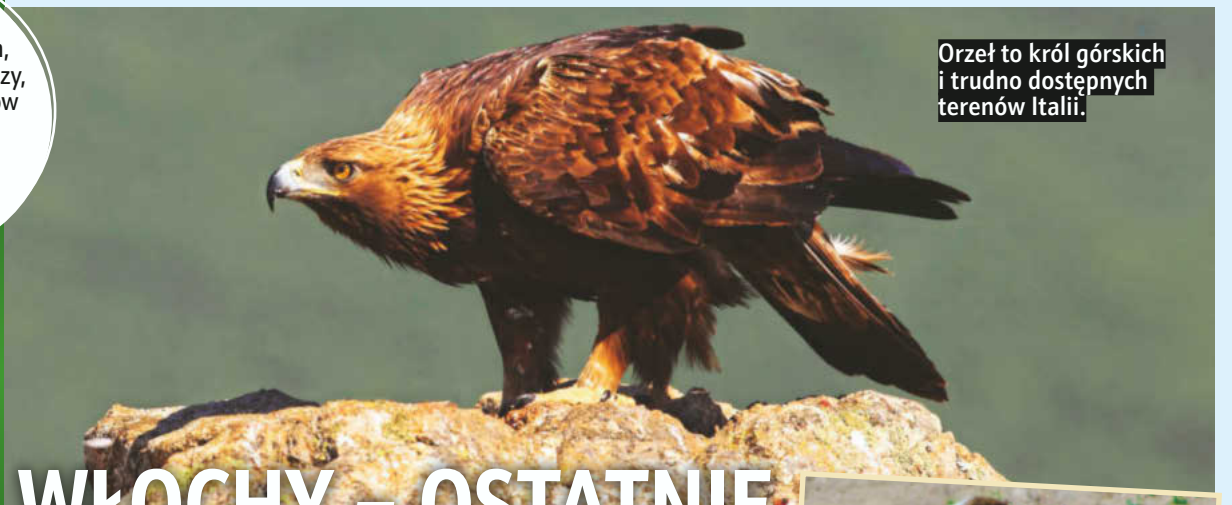


REKLAMA

eprasa.pl dec786d728

CUDA NATURY Włoch, Warszawa walczy, imperium Majów i jego upadek, historyczna wartość przedmiotów.

DOKUMENT



Orzeł to król górskich i trudno dostępnych terenów Italii.

WŁOCHY – OSTATNIE DZIKIE ZAKĄTKI

PIĘKNA ITALIA Twórcy serialu pokazują zagrożone gatunki – wilki, niedźwiedzie, sokoły i orły – w niezwykłym włoskim krajobrazie. Rozciąga się on od szczytów Apeninów po suche kaniony Południa, od lagun Wenecji i Sardynii po skaliste wyspy oraz pradawne lasy bukowe. To opowieść o dzikiej naturze, która odzyskała tereny kształtowane w starożytności przez człowieka. Pierwszy odcinek przenosi nas w masyw Gran Sasso, zwany Małym Tybetem. Ta surowa twierdza w sercu Apeninów jest ostoją wielu gatunków przybyłych tu w epoce lodowcowej. Swój dom mają tu wysokogórskie ptaki, ssaki i rośliny, którym odpowiadają zimne warunki. **MP**

→ **WŁOCHY – OSTATNIE DZIKIE ZAKĄTKI WT-PT 4-7.08 godz. 12.55 TVP 1**



Leżące w środkowej części Włoch Apeniny to miejsce, gdzie spotkamy niedźwiedzia brunatnego.



PREMIERA

ODKOPAĆ HISTORIĘ

POD POWIERZCHNIĄ Archeologia wydobywa z ziemi historie, które zmieniają nasze spojrzenie na przeszłość. W Papui-Nowej Gwinei badania japońskich tuneli i umocnień z II wojny światowej pozwalają odtworzyć dramatyczny przebieg walk. W Efezie Grobowiec Oktagonalny odsłania tajemnice epoki hellenistycznej. W tym odcinku przekonamy się, że równie fascynujące są odkrycia związane z dawnymi wierzeniami: w Polsce tzw. groby „wampirów", a w Meksyku rytualnie deformowane czaszki. Znaleziska te dowodzą, że ziemia wciąż skrywa ślady wojen, lęków i obrzędów, które pomagają lepiej zrozumieć ludzi minionych epok. **MP**

→ **ODKOPAĆ HISTORIĘ ŚR 5.08 godz. 21.00 NATIONAL GEOGRAPHIC**

MAJOWIE: WOJNA PIĘCIU KRÓLESTW

DAWNE IMPERIUM Fascynująca historia rywalizacji najpotężniejszych miast-państw Majów w ich „złotym wieku" (ok. 250-900 r n.e.). Osią opowieści jest wieloletni konflikt między Tikál a Calakmul – stolicami dwóch królestw. Rządzące nimi dynastie zawierały sojusze, toczyły walki o polityczne wpływy i zabiegały o lojalność mniejszych ośrodków. Serial odsłania kulisy intryg, dynastycznych mariaży i brutalnych podbojów; rekonstruuje losy władców czczonych jak bogowie. To opowieść o ambicji, zdradzie i walce, która doprowadziła do osłabienia potęgi Majów i ich zmierzchu. **MP**

→ **MAJOWIE: WOJNA PIĘCIU KRÓLESTW PO-CZ 3-6.08 godz. 18.50 POLSAT VIASAT HISTORY**



FOT.: ADOBE STOCK (5), EAST NEWS, REPORTER, MATERIAŁY PRASOWE (3)

eprasa.pl dec786d728

UMRZEĆ ZA WARSZAWĘ



Powstanie Warszawskie to jeden z najważniejszych momentów w historii Polski XX wieku.



O kontekście wybuchu powstania opowiada m.in. prof. Norman Davies.

WIELKI ZRYW Film przedstawia polityczną sytuację w latach 1939–1944 oraz kulisy decyzji, które doprowadziły do wybuchu Powstania Warszawskiego. Z archiwalnych materiałów filmowych, fotografii żołnierzy AK i relacji świadków wyłania się obraz codzienności powstańców i mieszkańców walczącej stolicy, zestawiony z niemiecką propagandą. O tym, co w czasie walk w Warszawie działo się w Londynie i Moskwie, mówią prof. Norman Davies oraz dr Aleksandra Viatteau i dr Dariusz Gawin. Tytuł nawiązuje do popularnego w Europie Zachodniej przed wybuchem II wojny światowej stwierdzenia podającego w wątpliwość sens „umierania za Gdańsk". **MP**

→ **UMRZEĆ ZA WARSZAWĘ**
SO 1.08 godz. 11.55 TVP 1



Wulkany Islandii zachwycają, choć niekiedy utrudniają życie mieszkańcom i zakłócają ruch lotniczy.

KRAINY CUDÓW NATURY

NIEZWYKŁY ŚWIAT Jedną z tytułowych krain jest Islandia – wyspa z ok. 385 tys. mieszkańców, będąca krainą potężnych żywiołów. Ponad 30 aktywnych wulkanów przypomina, że ląd ten powstał na styku płyt tektonicznych, z ognia i lawy, które z czasem przykrył lód. Erupcje co kilka lat wpływają na ruch lotniczy i życie Europy. Z kolei w Wietnamie Zatoka Ha Long (CZ, 6.08, g. 13.50) zachwyca krasowymi wyspami i jaskiniami, wpisanymi w 1994 r. na listę UNESCO. Jej krajobraz kształtował się przez miliony lat, a legendy o smokach splatają się tu z naukowymi badaniami niezwykłego ekosystemu. **MP**

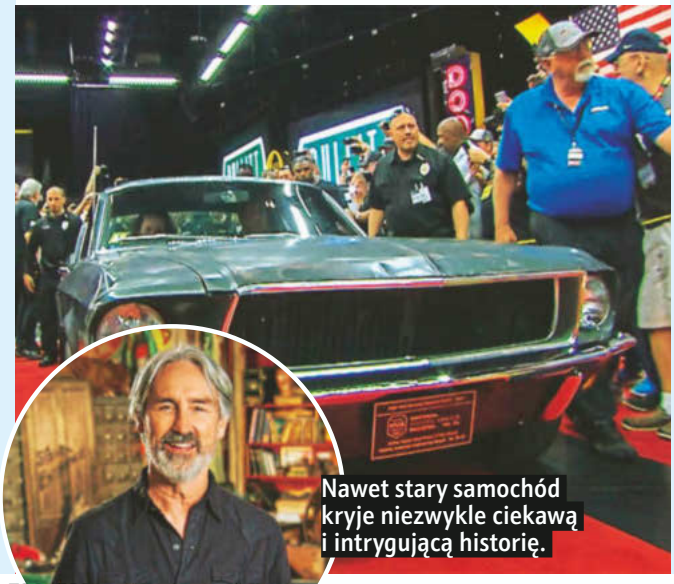
→ **KRAINY CUDÓW NATURY**
CZ 6.08 godz. 08.20
TVP DOKUMENT

ŁOWCA HISTORYCZNYCH SKARBÓW

PREMIERA

NIEZWYKŁE PRZEDMIOTY Mike Wolfe (zdj.), znany z programu „Amerykańscy zbieracze", w nowej produkcji zagłębia się w fascynujące dzieje różnych przedmiotów – choć z pozoru wydają się zwyczajne, skrywają wyjątkowe historie. Będą więc opowieści o artefaktach związanych z przestępczym półświatkiem, przełomowych, choć zapomnianych wynalazkach oraz pamiątkach po gwiazdach kina i muzyki. W pierwszym odcinku twórcy dokumentu przemierzają złomowiska i warsztaty, odkrywając rzadkie modele samochodów. Program pokazuje, jak pasja kolekcjonerska łączy się z historią i rynkiem aukcyjnym. **MP**

→ **ŁOWCA HISTORYCZNYCH SKARBÓW CZ 6.08**
godz. 21.00 HISTORY



Nawet stary samochód kryje niezwykle ciekawą i intrygującą historię.

eprasa.pl dec7867728

PRZED NAMI
m.in. kolarskie tournée po Polsce, turniej WTA w Toronto z udziałem Igi Świątek oraz start Letniego GP w skokach narciarskich.

TOUR DE POLOGNE

KOLARSTWO Startuje 83. edycja najważniejszego wyścigu kolarskiego w naszym kraju. Tegoroczny Tour de Pologne upłynie pod hasłem „Północ – Południe". W dniach 3-9 sierpnia uczestnicy zmagań podejmą wyzwanie składające się z siedmiu etapów o łącznej długości 1111 kilometrów. Impreza rozpocznie się w świętującej stulecie Gdyni, a zakończy jazdą indywidualną na czas wokół Wieliczki. Największym wyzwaniem dla kolarzy ma być odcinek numer sześć ze startem i metą w Bukowinie Tatrzańskiej. W porównaniu z poprzednimi latami jego trasa została skrócona, co ma zdynamizować rywalizację. Na wstępnej liście uczestników organizowanego przez Czesława Langa wyścigu znalazł się między innymi Michał Kwiatkowski. Najlepszy polski kolarz triumfował już w TdP – w 2018 roku. Do ojczyzny przybędzie wprost ze szlaków Tour de France. Tak samo zrobi Olav Kooij. Podbudowany wygraną w piątym etapie tegorocznej Wielkiej Pętli Holender spróbuje poprawić bilans swoich etapowych zwycięstw w Tour de Pologne. Ma ich na koncie pięć. Start w wyścigu planuje też João Almeida, mistrz z 2021 roku. Szansę, by pójść w jego ślady prawdopodobnie otrzymają także Jordi Meeus, Paul Magnier czy Jan Christen. Niestety, do obrony tytułu króla polskich szosa raczej nie stanie Brandon McNulty. Kto go zdetronizuje i dołączy do galerii sław wyścigu, w której znajdują się między innymi Jonas Vingegaard, Ethan Hayter czy Remco Evenepoel?

→ **TOUR DE POLOGNE PO 3.08 godz. 15.20 TVP 1**



JOÃO ALMEIDA to triumfator TdP z 2021 roku.

MICHAŁ KWIATKOWSKI nie ukończył poprzedinego TdP z powodu choroby.



IGA ŚWIĄTEK w połowie lipca zajmowała ósme miejsce w rankingu WTA.

TURNIEJ W TORONTO

TENIS Porażka w trzeciej rundzie Wimbledonu skłoniła Igę Świątek do wzięcia wolnego. Polka postanowiła złapać oddech i naładować baterie na dalszą część sezonu. Do rywalizacji w tourze Raszynianka powróci w Toronto, gdzie zwyciężczyni turnieju dopisze na swoje konto 1000 rankingowych punktów. Byłaby to niezwykle cenna zdobycz dla naszej zawodniczki, której coraz mocniej zagląda w oczy widmo wypadnięcia z najlepszej dziesiątki rankingu WTA. Apetyt na sukces w Kraju Klonowego Liścia mają również między innymi aktualna mistrzyni French Open Mirra Andriejewa, dwukrotna zwyciężczyni Canadian Open Jessica Pegula czy pierwsza rakieta świata, Aryna Sabalenka. Oprócz Świątek napsuć krwi faworytkom postarają się też Maja Chwalińska, Magdalena Fręch oraz Magda Linette.

→ **TURNIEJ WTA W TORONTO PO 3.08 godz. 17.00 C+ SPORT 2**

UFC FIGHT NIGHT

SPORTY WALKI Największą atrakcją gali w Belgradzie będzie pojedynek Uroša Medicia z Danielem Rodriguezem. Starcie czołowych przedstawicieli kategorii półśredniej poprzedzi walka z udziałem Marcina Tybury. Rywalem Polaka w jego 25. występie w UFC będzie debiutujący w wadze ciężkiej Aleksandar Rakić, były przeciwnik Jana Błachowicza. Cieszyńskiego Księcia także zobaczymy w zawodach w stolicy Serbii. Zmierzy się z niepokonanym Navajo Stirlingiem. Z kolei w karcie wstępnej znalazła się potyczka Mateusza Rębeckiego z Kyle'em Prepolcem.

→ **UFC FIGHT NIGHT W BELGRADZIE SO 1.08 godz. 19.00 POLSAT SPORT 1**



eprasa.pl dec786d728

LETNIE GP W WIŚLE

SKOKI NARCIARSKIE Wraz z początkiem sportowej emerytury Kamila Stocha w polskich skokach narciarskich skończyła się pewna epoka. Za sprawą Kacpra Tomasiaka kibice mogą jednak z optymizmem wypatrywać nadchodzącego Pucharu Świata. Tradycyjne przetarcie przed kampanią na śniegu stanowi Letnie Grand Prix. Jego tegoroczną edycję zainaugurują konkursy indywidualne na skoczni im. Adama Małysza, do których trzykrotny medalista igrzysk w Mediolanie i Cortinie d'Ampezzo przystąpi jako jeden z faworytów. To, czy Tomasiak i igelit są ze sobą za pan brat, pozostaje kwestią otwartą. 19-latek zaliczył dotychczas tylko jeden występ w Letnim GP – w październiku 2025 roku zajął ósme miejsce w Klingenthal, najwyższe spośród podopiecznych selekcjonera Macieja Maciusiaka. Przekonamy się, czy w Wiśle rozpocznie pogoń za weteranem Dawidem Kubackim, który wygrał tu rekordowe sześć razy. Jako dobry omen można potraktować triumf Tomasiaka w lipcowym Międzynarodowym Memoriale Olimpijczyków w Szczyrku. Utalentowany Bielszczanin zostawił wówczas w pokonanym polu m.in. Pawła Wąska i Piotra Żyłę.

→ **LETNIE GRAND PRIX W WIŚLE SO 1.08 godz. 17.25, ND 2.08 godz. 15.45 TVP 1**



KACPER TOMASIAK po sukcesach na olimpiadzie musi mierzyć się z presją wyników.



BARTOSZ ZMARZLIK ma w CV sześć tytułów mistrza cyklu SGP.

GRAND PRIX POLSKI

ŻUŻEL Za nami sześć rund walki o indywidualne mistrzostwo świata. Kolejna odbędzie się w Łodzi, gdzie cykl Speedway Grand Prix zawita po raz pierwszy w historii. Przekonamy się, czy miejscowa Moto Arena przyniesie szczęście Bartoszowi Zmarzlikowi. Polak jest liderem klasyfikacji generalnej, lecz jego przewaga nad Bradym Kurtzem wynosi tylko pięć punktów. By umocnić się na prowadzeniu w wyścigu o tytuł, musi pokusić się o wyśrubowanie swojego rekordu zwycięstw w zawodach SGP. Licznik Zmarzlika wskazuje aktualnie trzydzieści triumfów. Ostatni z nich żużlowiec Motoru Lublin odniósł 20 czerwca we Wrocławiu.

→ **GP POLSKI SO 1.08 godz. 18.30 EUROSPORT 3**

EKSTRAKLASA

ŚLĄSK – RAKÓW

PIŁKA NOŻNA Powrót do elity może okazać się dla Śląska Wrocław bolesnym zderzeniem z rzeczywistością. Beniaminek zainaugurował sezon Ekstraklasy konfrontacją z Górnikiem Zabrze, urzędującym wicemistrzem Polski. W drugiej kolejce czeka go potyczka z równie groźnym rywalem, Rakowem. Trener Dawid Kroczek buduje w Częstochowie zespół, który ma zawojować nie tylko rozgrywki krajowe, lecz także europejskie puchary. By pomóc zwiększyć szanse na realizację celów, Medaliki aktywnie działają na rynku transferowym. Latem do ekipy spod Jasnej Góry trafili już m.in. skrzydłowy Adin Molnár oraz dobrze znany kibicom warszawskiej Legii napastnik Mahir Emreli.

→ **ŚLĄSK – RAKÓW ND 2.08 godz. 17.25 TVP SPORT**



PIOTR SAMIEC-TALAR pełni rolę kapitana Śląska Wrocław.

JEAN CARLOS gra w Rakowie od 2023 r. To jego trzeci klub w Polsce.

FOTO: MATERIAŁY PRASOWE

eprasa.pl dec78cd728

TYDZIEŃ SPORTU NA ŻYWO

TRANSMISJE OD SOBOTY 1 DO PIĄTKU 7 SIERPNIA Zaplanuj z nami cały tydzień sportowych emocji!

PIŁKA NOŻNA

PKO BP EKSTRAKLASA

SO Piast Gliwice – Wisła Kraków
14.40 CANAL+ SPORT 3

SO Wieczysta Kraków – Lech Poznań
17.25 CANAL+ SPORT 3

SO Korona Kielce – Górnik Zabrze
20.10 CANAL+ SPORT 3

ND Legia Warszawa – KGHM Zagłębie Lubin
14.40 CANAL+ SPORT 3

ND Śląsk Wrocław – Raków Częstochowa HIT
17.25 CANAL+ PREMIUM; CANAL+ SPORT 3; TVP SPORT

ND GKS Katowice – Radomiak Radom
20.10 CANAL+ SPORT 3

PO Cracovia – Pogoń Szczecin
18.55 CANAL+ SPORT 3; CANAL+ SPORT 5

PT Pogoń Szczecin – Motor Lublin
17.55 CANAL+ SPORT 3

PT Wisła Kraków – Wisła Płock
20.25 CANAL+ SPORT; CANAL+ SPORT 3

BETCLIC 1. LIGA

ND Ruch Chorzów – Miedź Legnica
14.25 TVP POLONIA

PO Chrobry Głogów – Odra Opole
18.55 TVP SPORT

PT Polonia Warszawa – Ruch Chorzów
20.30 TVP SPORT

BETCLIC 2. LIGA

ND Sandecja Nowy Sącz – Chojniczanka Chojnice
19.25 TVP 3

SCOTTISH PREMIER LEAGUE

PO Celtic FC – Dundee FC
20.25 POLSAT SPORT 2

MECZ TOWARZYSKI

SO FC Tokyo – Borussia Dortmund
11.55 ELEVEN SPORTS 1

ŚR AC Milan – Inter Mediolan
13.00 POLSAT SPORT 1
Zieliński

SUPERPUCHAR HOLANDII

ND PSV Eindhoven – AZ Alkmaar
17.50 POLSAT SPORT 3

SUPERPUCHAR PORTUGALII

SO FC Porto – SCU Torreense
21.10 TVP SPORT
Bednarek, Kiwior, Pietuszewski

INNE DYSCYPLINY

GOLF

SO Rocket Classic EUROSPORT 2
19.00 3. runda

ND Rocket Classic EUROSPORT 2
19.00 Finał

CZ Wyndham Championship EUROSPORT 2
21.00 1. runda

PT Wyndham Championship EUROSPORT 2
21.00 2. runda

KOLARSTWO

ND Tour of Denmark EUROSPORT 1
13.30 5. etap

PO Tour de Pologne EUROSPORT 1; TVP SPORT
10.05 1. etap: Gdynia – Koszalin



PO Tour de Pologne TVP 1
15.20 1. etap: Gdynia – Koszalin

WT Tour de Pologne EUROSPORT 1; TVP SPORT
12.00 2. etap: Międzyzdroje – Szczecin

WT Tour de Pologne TVP 1
15.20 2. etap: Międzyzdroje – Szczecin

ŚR Tour de Pologne EUROSPORT 1; TVP SPORT
11.40 3. etap: Gorzów Wielkopolski – Zielona Góra

ŚR Tour de Pologne TVP 1
15.20 3. etap: Gorzów Wielkopolski – Zielona Góra

CZ Tour de Pologne EUROSPORT 1; TVP SPORT
11.50 4. etap: Żagań – Karpacz

CZ Tour de Pologne TVP 1
15.20 4. etap: Żagań – Karpacz

PT Tour de Pologne TVP SPORT; EUROSPORT 1
10.55 5. etap: Opole – Kocierz Resort

PT Tour de Pologne TVP 1
15.20 5. etap: Opole – Kocierz Resort

LEKKOATLETYKA

SO Commonwealth Games – Glasgow 2026 EUROSPORT 1
20.00 6. dzień

ŚR MŚ U-20 – Oregon TVP SPORT
3.00 1. dzień
Reprezentanci Polski

CZ MŚ U-20 – Oregon TVP SPORT
3.00 2. dzień
Reprezentanci Polski

PT MŚ U-20 – Oregon TVP SPORT
2.00 3. dzień
Reprezentanci Polski

PIŁKA NOŻNA KOBIET

SO ORLEN Ekstraliga TVP SPORT
13.10 Mecz: Legia Ladies – Pogoń Szczecin

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN

SO Liga Narodów POLSAT SPORT 1
8.45 Mecz półfinałowy

SO Liga Narodów POLSAT SPORT 1
12.45 Mecz półfinałowy

ND Liga Narodów POLSAT SPORT 1
8.45 Mecz o 3. miejsce

ND Liga Narodów POLSAT SPORT 1
12.45 Mecz finałowy

SIATKÓWKA PLAŻOWA

ND ORLEN Beach Volley Tour w Świnoujściu POLSAT SPORT 2
9.00 Mecz fazy play-off

ND ORLEN Beach Volley Tour w Świnoujściu POLSAT SPORT 2
13.00 Mecz fazy play-off

CZ Grand Prix PGE POLSAT SPORT 1
10.00 Mecz kobiet

CZ Grand Prix PGE POLSAT SPORT 1
14.00 Mecz kobiet

PT Grand Prix PGE POLSAT SPORT 1
10.00 Mecz kobiet

PT Grand Prix PGE POLSAT SPORT 1
14.00 Mecz kobiet

SKOKI DO WODY

SO ME – Paryż 2026 TVP SPORT
19.55 Wieża 10 m synchronicznie kobiet

WT ME – Paryż 2026 TVP SPORT
19.25 Wieża 10 m synchronicznie mężczyzn

WT ME – Paryż 2026 TVP SPORT
21.15 Trampolina 3 m kobiet

ŚR ME – Paryż 2026 TVP SPORT
18.25 Wieża 10 m synchronicznie drużyn mieszanych

ŚR ME – Paryż 2026 TVP SPORT
19.40 Trampolina 3 m mężczyzn

SKOKI NARCIARSKIE

SO Letnie Grand Prix w Wiśle TVP 1; EUROSPORT 2; TVP SPORT
17.25 Konkurs indywidualny
Reprezentanci Polski

ND Letnie Grand Prix w Wiśle TVP1; EUROSPORT 2; TVP SPORT
14.45 Konkurs indywidualny
Reprezentanci Polski

SNOOKER

SO Shanghai Masters EUROSPORT 1
8.00 Mecz półfinałowy

SO Shanghai Masters EUROSPORT 2
14.00 Mecz półfinałowy

ND Shanghai Masters EUROSPORT 1
8.00 Mecz finałowy

ND Shanghai Masters EUROSPORT 2
13.30 Mecz finałowy

ND Shanghai Masters EUROSPORT 2
16.30 Mecz finałowy

SPORTY WALKI

SO UFC Fight Night POLSAT SPORT 1
17.00 Walka: Mateusz Rębecki – Kyle Prepolec

SO UFC Fight Night POLSAT SPORT 1
19.00 Walka: Uros Medic – Daniel Rodriguez

SO Game Changer MMA 6 w Rabce Zdroju SUPER POLSAT
20.00 Walka: Michał Guzik – Aslambek Arsamikov

TENIS

SO ATP w Los Cabos POLSAT SPORT 2
4.30 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

SO ATP w Los Cabos POLSAT SPORT 2
6.30 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

SO Turniej WTA w Waszyngtonie CANAL+ SPORT 2
20.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

SO Turniej WTA w Waszyngtonie CANAL+ SPORT 2
22.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

ND ATP w Los Cabos POLSAT SPORT 2
5.00 Mecz finałowy gry pojedynczej

ND ATP w Montrealu POLSAT SPORT 2
17.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
Hurkacz, Majchrzak

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

ND Turniej WTA w Waszyngtonie CANAL+ SPORT 2
20.30 Mecz finałowy gry pojedynczej

ND ATP w Montrealu POLSAT SPORT 1
21.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

ND ATP w Montrealu POLSAT SPORT 1
23.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

– zawody z udziałem Polaków

eprasa.pl dec786d728

ND **Turniej ATP w Waszyngtonie** POLSAT SPORT 2
23.00 Mecz finałowy gry pojedynczej

ND **ATP w Montrealu** POLSAT SPORT 1
1.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

ND **ATP w Montrealu** POLSAT SPORT 1
3.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

PO **ATP w Montrealu** POLSAT SPORT 1
17.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

PO **WTA w Toronto** CANAL+ SPORT 2
17.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
Świątek, Chwalińska, Fręch, Linette

PO **WTA w Toronto** CANAL+ SPORT 2
18.30 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

PO **ATP w Montrealu** POLSAT SPORT 1
19.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

PO **WTA w Toronto** CANAL+ SPORT 2
20.30 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

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

PO **ATP w Montrealu** POLSAT SPORT 1
23.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

PO **WTA w Toronto** CANAL+ SPORT 2
23.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

PO **ATP w Montrealu** POLSAT SPORT 1
1.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

WT **ATP w Montrealu** POLSAT SPORT 1
17.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

WT **WTA w Toronto** CANAL+ SPORT 2
17.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

WT **ATP w Montrealu** POLSAT SPORT 1
19.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

WT **WTA w Toronto** CANAL+ SPORT 2
20.30 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

WT **ATP w Montrealu** POLSAT SPORT 1
21.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

WT **WTA w Toronto** CANAL+ SPORT 2
23.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

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

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

ŚR **WTA w Toronto** CANAL+ SPORT 2
18.30 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

ŚR **ATP w Montrealu** POLSAT SPORT 1
19.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

ŚR **WTA w Toronto** CANAL+ SPORT 2
20.30 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

ŚR **ATP w Montrealu** POLSAT SPORT 1
21.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

ŚR **WTA w Toronto** CANAL+ SPORT 2
23.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

ŚR **ATP w Montrealu** POLSAT SPORT 1
1.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

CZ **WTA w Toronto** CANAL+ SPORT 2
17.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

CZ **ATP w Montrealu** POLSAT SPORT 1
18.30 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

CZ **WTA w Toronto** CANAL+ SPORT 2
18.30 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

CZ **ATP w Montrealu** POLSAT SPORT 1
20.30 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

CZ **WTA w Toronto** CANAL+ SPORT 2
20.30 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

PT **Turniej WTA w Warszawie** POLSAT SPORT 2
12.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

PT **Turniej WTA w Warszawie** POLSAT SPORT 2
16.00 Mecz finałowy gry podwójnej

PT **WTA w Toronto** CANAL+ SPORT 2
17.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

PT **ATP w Montrealu** POLSAT SPORT 1
18.30 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

PT **WTA w Toronto** CANAL+ SPORT 2
18.30 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

PT **ATP w Montrealu** POLSAT SPORT 1
20.30 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

PT **WTA w Toronto** CANAL+ SPORT 2
20.30 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

PT **WTA w Toronto** CANAL+ SPORT 2
23.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

WIOŚLARSTWO

SO **Mistrzostwa Europy – Varese 2026** TVP SPORT
10.30 1. dzień – finały

ND **Mistrzostwa Europy – Varese 2026** TVP SPORT
11.00 2. dzień – finały

ŻUŻEL

SO **Grand Prix Polski** EUROSPORT 3
14.00 Kwalifikacje
Reprezentanci Polski

SO **Metalkas 2. Ekstraliga** CANAL+ SPORT 5
16.00 Mecz: Abramczyk Polonia Bydgoszcz – Polonia Piła

SO **Grand Prix Polski** EUROSPORT 3
18.30 Moto Arena Łódź
Reprezentanci Polski HIT



ND **Metalkas 2. Ekstraliga** CANAL+ SPORT 5
12.30 Mecz: Hunters PSŻ Poznań – INNPRO ROW Rybnik

ND **Metalkas 2. Ekstraliga** CANAL+ SPORT 5
15.00 Mecz: Cellfast Wilki Krosno – H. Skrzydlewska Orzeł Łódź

ND **PGE Ekstraliga** CANAL+ SPORT
16.45 Mecz: Falubaz Zielona Góra – PRES Grupa Deweloperska Toruń

ND **PGE Ekstraliga** CANAL+ SPORT
19.15 Mecz: FOGO Unia Leszno – BAYERSYSTEM GKM Grudziądz

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

eprasa.pl dec786d728

NETFLIX, HBO MAX, DISNEY+ I INNE



SERIAL KOMEDIOWY

1670 3

Od czasu, gdy na wielkich Dożynkach Królewskich w Adamczysze wyszła na jaw gorzka prawda o pochodzeniu Jana Pawła (Bartłomiej Topa), a wszystkie szlacheckie akta spłonęły w pożarze, Adamczewscy przechodzą kryzys. Tymczasem do Adamczychy ku uciesze rodziców wraca Aniela (Martyna Byczkowska), która chce otworzyć szkołę dla chłopów. Problem w tym, że chłopi Jana Pawła nie są już tak ulegli jak wcześniej i coraz głośniej akcentują swoje niezadowolenie. Tymczasem sam Adamczewski zamierza udowodnić światu, że jest prawdziwym homo sarmatus i... wysłać jednego chłopa na Księżyc.

NETFLIX → PREMIERA 5.08



SERIAL KOMEDIOWY

TED LASSO 4

Tego nikt się nie spodziewał. Nie dość, że Ted Lasso (Jason Sudeikis) wraca do Anglii, to na dodatek okazuje się, że tym razem ma się podjąć zupełnie nowego wyzwania zawodowego. Otóż Ted ma poprowadzić ku zwycięstwu drugoligową kobiecą drużynę piłkarską AFC Richmond. Optymizm i legendarne już metody Teda nie spotkają się jednak z takim entuzjazmem jak niegdyś, co uświadomi mu, że musi stworzyć zupełnie nowy program trenerski. Lasso przekona się też, że w przypadku żeńskich zawodniczek zaufanie zdobyć jest znacznie trudniej, za to bardzo łatwo je stracić.

tv → PREMIERA 5.08



THRILLER SF

OSTATNI DOM

Dom miał być ich azylem – ostatnim bezpiecznym miejscem na świecie. Jednak gdy dwoje dorosłych i dwoje dzieci zostaje nagle uwięzionych w czterech ścianach, bez kontaktu ze światem zewnętrznym i możliwością ucieczki, ich życie się zmienia. Zmagając się z kurczącymi się zapasami i tajemniczym zagrożeniem, które trzyma ich w zamknięciu, muszą zrobić wszystko, by przetrwać. Uczą się uprawiać rośliny w środku domu i dbać o podstawowe potrzeby. Tymczasem mija sześć lat, odkąd znaleźli się w pułapce, i wydaje się, że nigdy już nie zdołają wyjść na zewnątrz.

NETFLIX → PREMIERA 7.08



SERIAL THRILLER

LIONESS 3

Agentka CIA Joe McNamara (Zoe Saldaña) nadal dowodzi tajnym programem operacyjnym „Lwice" i razem z innymi agentkami infiltruje grupy terrorystyczne w ramach operacji wyznaczonych przez swoich przełożonych – Kaitlyn Meade (Nicole Kidman) i Byrona Westfielda (Michael Kelly). Ale kiedy McNamara zostaje skierowana na najbardziej osobistą misję w swojej karierze, okazuje się, że stawką nie jest już bezpieczeństwo kraju czy rozgrywki polityczne, lecz przyszłość jej rodziny. Trzeci sezon serialu Taylora Sheridana ma być najbardziej mroczną odsłoną serii.

sky SHOWTIME → PREMIERA 2.08



KOMEDIODRAMAT

DIAMENTY

Rzym, lata 70. Siostry Alberta (Luisa Ranieri) i Gabriella Canova (Jasmine Trinca) prowadzą jeden z najsłynniejszych zakładów krawieckich we Włoszech. To właśnie u sióstr Canova powstają kostiumy filmowe, które przechodzą do historii i pomagają aktorom wczuć się w grane przez nie postaci. W zrealizowanym z wyjątkową czułością filmie Ferzana Özpeteka, którego akcja rozgrywa się zarówno w latach 70., jak i współcześnie, występuje plejada gwiazd włoskiego kina. W obsadzie znalazły się m.in. Elena Sofia Ricci oraz polska aktorka Kasia Smutniak.

CANAL+ → PREMIERA 21.07

eprasa.pl dec786d728



SERIAL THRILLER

ZAMACH NAD LOCKERBIE

21 grudnia 1988 roku. Na pokładzie samolotu Pan Am, lecącego z Frankfurtu do Detroit, dochodzi do eksplozji, gdy maszyna przelatuje nad szkockim miasteczkiem Lockerbie. Ginie 243 pasażerów i 16 członków załogi, a szczątki samolotu zabijają kolejnych 11 osób – mieszkańców Lockerbie. Tuż po tragedii rozpoczyna się największe w historii Wielkiej Brytanii śledztwo w sprawie zamachu terrorystycznego; bierze w nim też udział amerykańskie FBI. W obsadzie sześcioodcinkowego serialu na faktach znaleźli się m.in. Patrick J. Adams, Eddie Marsan i Merritt Wever.

NETFLIX →PREMIERA 30.07



THRILLER AKCJI

ONE MILE

Chcąc naprawić relacje z nastoletnią córką Alex (Amélie Hoeferle), żołnierz sił specjalnych Daniel Beckett (Ryan Phillippe) zabiera ją w podróż, podczas której mają odwiedzać uczelnie. Kiedy zbaczają z wyznaczonej trasy, nie przypuszczają, że przez tę decyzję ich podróż zmieni się w walkę o przetrwanie. Na położonym z dala od głównej drogi polu kempingowym wpadają w ręce dziwnej, odizolowanej od świata społeczności dowodzonej przez Stanleya Dixona (C. Thomas Howell). Grupa zaczyna osaczać ojca i córkę, próbując uprowadzić Alex.

SKY SHOWTIME →PREMIERA 1.08

SERIAL ANIMOWANY

PREZYDENT CURTIS



Twórcy kultowego „Ricka i Morty'ego" proponują nową animację dla dorosłych. Tym razem poznajemy prezydenta pewnej fikcyjnej republiki – Andre Curtisa – oraz jego najbliższych współpracowników, którzy na własnej skórze przekonują się, że politykowanie jest równie niebezpieczne jak przynależność do zorganizowanych grup przestępczych. Impulsywny i często nieszablonowy Curtis po swojemu, choć nie zawsze kierując się logiką, radzi sobie z konfliktami w rządzie, narastającym buntem oraz widmem krajowego bankructwa.

HBO max →PREMIERA 27.07

SERIAL KOMEDIOWY

KLARA. REWOLUCJA

W życiu i mieszkaniu Klary (Izabela Kuna) wszystko staje na głowie. Powodem jest nie tylko pojawienie się po latach jej ojca, Władysława (Joachim Lamża), ale również działania Aleksa (Adam Woronowicz), który w końcu wydaje się gotów podjąć męską decyzję. Cała sytuacja sprawia, że Klara zaczyna tracić grunt pod nogami, a spokoju i ukojenia nie przynosi jej nawet wizyta w kościele, wsparcie Wronki (Katarzyna Warnke) i Wojtka (Piotr Adamczyk) ani kontrowersyjna terapia u Marioli Puci (Aleksandra Konieczna).

HBO max →PREMIERA 7.08



SERIAL DRAMATYCZNY

STO LAT SAMOTNOŚCI 2

Wracamy do magicznego Macondo w 2. sezonie serialu opartego na wybitnej powieści Gabriela Garcíi Márqueza z 1967 roku. Do miasteczka przybywa z Bogoty Fernanda del Carpio, która szybko zdobywa serce Aureliana Segundo. W tym czasie brat bliźniak Aureliana – José Arcadio Segundo – próbuje połączyć Macondo z resztą świata. Nie ma pojęcia, że klątwa wisząca nad rodem Buendíów, skazanym na sto lat samotności, zapoczątkowana przez jego przodków, José Arcadię Buendíę (Diego Vásquez) i Úrsulę Iguarán (Marleyda Soto), i tak się spełni.

NETFLIX →PREMIERA 5.08





CHCESZ WIEDZIEĆ WIĘCEJ? CZYTAJ NETFILM

POD REDAKCJĄ JOANNY PASZTELAŃSKIEJ FOT.: MATERIAŁY PRASOWE (11)

eprasa.pl

SERIALE

ZAZDROŚĆ BYŁEJ ŻONY
Eliza żałuje tego, że rozbiła swój związek. Nie może patrzeć na Jarka w towarzystwie innej kobiety.



20.15 TVN

→ Igor coraz bardziej martwi się o córkę. Stara dowiedzieć się czegoś od Maćka. Wciąż nie wie, w jakim stanie jest Julka.

Na Wspólnej

OBYCZAJOWY PO Leon budzi odurzoną Julkę po imprezie u Maćka. Uznaje, że jedynym wyjściem z sytuacji jest ich rozstanie. Tymczasem Igor bezskutecznie próbuje skontaktować się z córką. **WT** Nowak stara się pomóc rozbitej Julce i spokojnie pyta, co się z nią dzieje. Dziewczyna zrzuca winę na Leona. Wkrótce umawia się z dilerem. **ŚR** Danka organizuje adoratorowi Halinki korepetycje u Teresy. Ta jest przygnębiona. Wydawnictwo odrzuciło jej powieść. **CZ** Eliza dowiaduje się od Agaty, że Jarka łączy coś z Martyną. To bardzo ją porusza. Wkrótce kochanków przyłapuje wściekły Junior.

HD POLSKA 2026 ▶35 min



16.50 TVN Szpital św. Anny
OBYCZAJOWY

PO Ojciec Marty dochodzi do siebie po operacji. Jego żona przeprasza Tomka za nieporozumienia. Na SOR trafia kobieta z wysoką gorączką. **WT** Zosia zajmuje się 28-latkiem poszkodowanym w wypadku. Zyta próbuje dociec przyczyn nagłego zwolnienia dyrektora. **ŚR** Kaśka decyduje się zatrudnić prawniczkę, by przeprowadziła ją przez sprawę rozwodową. Na SOR-ze przebywa baletmistrz. **CZ** Strecker przystaje na wniosek Zyty o wsparcie na oddziale. Zwiększa obowiązki psychologa. **PT** Do szpitala zostaje przyjęta kobieta z urazem po upadku ze schodów. Jej córka winą obarcza partnera matki.

HD POLSKA 2026 ▶65 min



19.00 TV PULS Lombard. Życie pod zastaw 18
OBYCZAJOWY PO

Opieka społeczna chce odebrać dzieci Joannie z powodu zimna w mieszkaniu. Jaś zatrudnia fachowca, a ten znika z zaliczką. **WT** Jan wchodzi w układ z gangsterem, który handluje fałszywym złotem. Jego syn wykrada jedną ze sztabek. **ŚR** Marcelina niedługo rodzi. Ojciec dziecka nie interesuje się ich losem. Kobieta postanawia udawać partnerkę przyjaciela geja. **CZ** Seniorka Henryka wynajmuje część domu. Najemcy zalegają z rachunkami. Dochodzi do szarpaniny. **PT** Patryk sprzeciwia się konserwatywnej nauczycielce. Umieszcza na forum klasowym zdjęcie z jej randki z kuratorem.

HD POLSKA 2026 ▶60 min



8.55 TVP 1 Ranczo 8
OBYCZAJOWY

SO, PO-PT Hadziukowa i Solejukowa, zachęcone sukcesem małżeńskiej psychoterapii Więcławskich, też chcą z niej skorzystać. Klaudia ma poczucie winy z powodu rozstania Dudy i Jagny. Postanawia wstąpić do klasztoru. Załamana Lucy czuje, że wszyscy ją zawiedli.

HD POLSKA 2014 ▶60 min



9.55 TVP 1 Komisarz Alex 23
KRYMINALNY

SO, PO-PT W luksusowej willi znaleziono ciało. Dom, zarządzany przez system komputerowy, okazuje się pułapką dla funkcjonariuszy. Licealistka Pola ginie pod kołami pociągu. Maszynista widział osobę, która ją popchnęła. Policjanci przesłuchują uczniów.

HD POLSKA 2025 ▶60 min



19.25 TVP 2 Rodzinka.pl
KOMEDIOWY

SO, PT Tomek próbuje sprostać roli samodzielnego ojca. Załamana Magda znajduje wsparcie u Kuby. Ku zaskoczeniu Natalii Ludwik nawiązuje bliską relację z sąsiadem. Marysia podpowiada Boskiej, jak rozmawiać z mężem, by uniknąć kolejnych konfliktów.

HD POLSKA 2026 ▶35 min



20.25 TVP 1 Gra z Cieniem
KRYMINALNY

ND Helena i Staszka uciekają z więzienia w sanitarce. Zostają schwytane. Tortury przerywa rozkaz ministra. Skowronek żąda, by Tomasz przestał szukać Pawełka, sugerując zainteresowanie bezpieki. Kosek spędza czas z Niną. Zależy jej na spotkaniu z Heleną.

HD POLSKA 2024 ▶55 min

NIE PRZEGAP!



22.10 AXN FBI: Most Wanted 4
KRYMINALNY PO Reporterka ginie na parkingu. Gdy w Massachusetts dochodzi do kolejnego morderstwa, śledczy trafiają na nowy trop. Scott odkrywa, że zabójstwo jego brata upozorowano.

HD USA 2022 ▶55 min



22.55 TVP 2 Matlock
KRYMINALNY

PO Emerytowana prawniczka Madeline „Matty" Matlock zatrudnia się w nowojorskiej kancelarii Jacobson Moore jako asystentka. Nie zdradza swojego prawdziwego celu powrotu do zawodu.

HD USA 2024 ▶105 min



20.00 HBO The Pitt 2
OBYCZAJOWY

WT Ojciec Kylie ściera się z personelem w związku z podejrzeniami o stosowanie przemocy domowej. Dana ujawnia, że siniaki na ciele dziewczynki są wywołane chorobą, która wymaga podania sterydów.

HD USA 2026 ▶45 min



22.00 FX Zakłamanie
OBYCZAJOWY

CZ Lucy wraca do domu na święta i kłóci się z matką. Okazuje się, że CJ miała romans. Związek kobiety z Maxem rozpada się po kłótni dotyczącej jej nieuczciwości oraz emocjonalnego bagażu.

USA 2022 ▶65 min

eprasa.pl dec786d728

OD 1 DO 7 SIERPNIA 2026



19.00 Policjantki i Policjanci
TV 4

OBYCZAJOWY **PO** Mikołaj i Miłosz badają porwanie panny młodej. Zniknęła podczas przymiarki sukni. Detektywi podejrzewają byłego partnera. **WT** Lena i Bartosz jadą do nieprzytomnej seniorki. Ktoś zabrał z mieszkania gotówkę. Wiedzieli o niej córka i wnuk. **ŚR** Marek i Daria przyjmują zgłoszenie o zaginięciu nastolatki. W jej mediach społecznościowych są niepokojące zdjęcia. **CZ** Mikołaj i Miłosz zostają wezwani przez rolnika. Na jego polu stoi auto ze śladami krwi. **PT** Lena i Bartosz reagują na zgłoszenie z biura, gdzie roztrzęsiona Viola grozi skokiem z okna. Znajdują plastry z opioidem.

HD POLSKA 2026 ▶60 min



19.25 Barwy szczęścia
TVP 2

OBYCZAJOWY **PO** Romeo martwi się, że Ewa przestała nosić pierścionek od niego. Łukasz postanawia śledzić Ksawerego. Narasta też jego konflikt z Celiną. **WT** W szpitalu pacjent rzuca się na Szczepkę. Daniel obezwładnia napastnika, czym przyciąga uwagę nowej rejestratorki. **ŚR** Gdy Jaworski na chwilę zamyka Krystynę w mieszkaniu, ta wzywa straż. Asia kłóci się z Emilem. Ktoś zniszczył jej dokumenty. **CZ** Krystyna zarabia w sieci dzięki grom online. Romeo namawia Ewę na potajemną randkę. **PT** Po romantycznym wyjeździe z Mariuszem Kasia przeżywa wstrząs. Widzi, jak skandalicznie zachowuje się Ksawery.

HD POLSKA 2026 ▶40 min



20.00 Uroczysko
TV 4

KRYMINALNY **PO** Agata i Olek widzą śmierć informatyka Juliana. Gdy Lucjan z Wróblem zeznają, że miał wrogów i przed wystąpieniem został spoliczkowany, Filip łączy sytuację z sekcją zwłok. **WT** Seniorki znajdują martwą Ludmiłę Kowalską, okradzioną i uduszoną. Śledczy badają sprawę, a przyjazd wnuczki i impas w innej sprawie komplikują sytuację. **ŚR** W klasztorze w Miłośnie odnaleziono ciało zakonnicy. Krwawe symbole na ścianie sugerują rytualny mord. **CZ** Na polu Stasiaka dochodzi do tajemniczego morderstwa. Ciężko ranny mężczyzna tuż przed śmiercią wskazuje zabójcę. Sugeruje przybyszów z przyszłości.

HD POLSKA 2026 ▶65 min



21.50 Na sygnale
TVP 2

FABULAR.-DOKUM. **PO** W stacji z powodu podejrzenia skażenia wąglikiem ogłoszono kwarantannę. Róża, Wiktor i Artur żyją w niepewności, obawiając się o swoje zdrowie. Mimo napięcia ratownicy reagują na kolejne wezwania. **WT** Mężczyzna, który ma ograniczone prawa rodzicielskie, próbuje uprowadzić ze szkoły córkę. Ta doznaje udaru. Interweniuje zespół Góry. Wiktor wspiera śledztwo w sprawie Miłosza i Śmieszka. **ŚR** Piotr i Martyna walczą o życie potrąconego mężczyzny. Odkrywają, że ktoś podmienił ampułki. Doktor Banach pomaga kobiecie po pęknięciu torbieli jajnika. Wiktor leczy Milenę, która traci słuch po lekach.

HD POLSKA 2026 ▶65 min



14.00 Splątane losy
TVP 1

OBYCZAJOWY **PO-PT** Munevver zachęca Mine, by u niej została. Oferuje jej dawny pokój Pakize i prosi, by nazywała ją babcią. Halil odkrywa, że pierwszy mąż Pakize, Tahsin, był przestępcą i uciekł z więzienia. Burak namawia ojca, aby nie ujawniał Munevver całej prawdy.

HD TURCJA 2024 ▶60 min



20.30 07 zgłoś się
TVP 1

KRYMINALNY **PO-ŚR** W jednej z kamienic ginie Ewa Grabik. Podejrzenia padają na byłego narzeczonego. Borewicz, Zubek i Olszańska odkrywają, że dziewczyna szantażowała syna dawnej sąsiadki. Prowadzą też śledztwo w sprawie tajemniczych listów w kilku hotelach.

HD POLSKA 1978 ▶70 min



21.05 Sprawiedliwi. Trójmiasto
TV 4

KRYMINALNY **PO-CZ** Wiktor i Maja badają zabójstwo hodowcy gołębi. Trop prowadzi do więzienia, gdzie wyszkolone zwierzęta służą do przemytu mefedronu. Patrycja i Maksym zajmują się sprawą porwania 18-letniej Ilony, za którą żądany jest okup.

HD POLSKA 2026 ▶60 min



22.05 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny
TV 4

KRYMINALNY **PO-CZ** Podczas bankietu dla pracowników banku w toalecie zostaje znaleziony martwy dyrektor. Podejrzenie pada na upokarzanego sprzedawcę kredytów. Rosa i Walczak badają śmierć Tomasza Kwita. Postrzeliła go żona podczas kłótni.

HD POLSKA 2026 ▶60 min



20.45 Ta inna siostra Bennet
HBO

KOSTIUMOWY **WT** Mary rozważa śmiałą propozycję pana Rydera. Musi zdecydować, czy tego właśnie pragnie. Alternatywą jest rozczarowanie matki. Lizzy i pan Collins dają jej cenną radę.

HD WIELKA BRYTANIA 2026 ▶30 min



20.30 Ojciec Mateusz 34
TVP 1

KRYMINALNY **CZ, PT** Mateusz otrzymuje telefon od ks. Wiesława Brzózki, lecz do spotkania nie dochodzi, a kapłan zostaje znaleziony martwy. Policja podejrzewa Jonasza Puchałę. Bada też sprawę śmierci malarza.

HD POLSKA 2026 ▶55 min



22.25 Czas honoru. Powstanie
TVP 2

WOJENNY **CZ** Godzina „W" zastaje powstańców w różnych miejscach Warszawy. Pluton Władka dociera na zgrupowanie. Oddział Bronka odcinają Niemcy. Walczący chcą przedrzeć się przez ruiny getta.

HD POLSKA 2014 ▶110 min



21.25 Drelich
TVP 1

KRYMINALNY **PT** Ada orientuje się, że ktoś wykorzystuje komputer Krystiana do tworzenia deepfake'ów. Trop prowadzi do Olega. Marek próbuje ustalić jego powiązania z atakiem, którego stał się ofiarą.

HD POLSKA 2025 ▶50 min

eprasa.pl dec786d728

Warto zobaczyć

10.00 SUPER POLSAT
Hotel Transylwania 3
ANIMOWANY Drakula rusza z rodziną na wakacyjny rejs. Zakochuje się w pani kapitan. Nie ma pojęcia, kim jest pozornie urocza wybranka. *Reż.: Genndy Tartakovsky D: Tomasz Borkowski, Agnieszka Mrozińska USA/Korea Płd. 2018* **120 min ► do godz. 12.00**

12.35 TV 4
Z dala od zgiełku
OBYCZAJOWY Anglia, XIX w. Bathsheba dziedziczy farmę. O jej względy zabiega trzech dżentelmenów: rolnik, właściciel ziemski i oficer. *Reż.: Thomas Vinterberg, A: Carey Mulligan, Tilly Vosburgh, Mark Wingett Wlk. Bryt,/USA 2015* **145 min ► do godz. 15.00**

15.25 STOPKLATKA
SexiPistols
WESTERN KOMEDIOWY Wysłannicy banku przejmują za bezcen ziemie pod budowę linii kolejowej. Z wyzyskiem próbują walczyć Sara i Maria. *Reż.: Joachim Roenning, Espen Sandberg, A: Penélope Cruz, Salma Hayek Fr./Meksyk/USA 2006* **95 min ► do godz. 17.00**

16.25 POLSAT
Speed – niebezpieczna szybkość
SENSACYJNY Psychopata przejmuje kontrolę nad miejskim autobusem. Sytuację próbuje opanować policjant Jack. *Reż.: Jan De Bont, A: Keanu Reeves, Sandra Bullock, Dennis Hopper USA 1994* **145 min ► do godz. 18.50**

16.30 TVN FABUŁA
Hrabia Monte Christo
KOSTIUMOWY XIX w. Dantes ucieka z lochu i zdobywa skarb ukryty na wyspie Monte Christo. Mści się na tych, którzy go zdradzili. *Reż.: Alexandre de La Patelliere, Matthieu Delaporte, A: Pierre Niney, Anais Demoustier Francja/Belgia 2024* **210 min ► do godz. 20.00**

16.45 TVN
Rozumiemy się bez słów
KOMEDIA Paula odgrywa rolę łączniczki swojej głuchoniemej rodziny ze światem. Staje w obliczu trudnego wyboru. *Reż.: Eric Lartigau, A: Karin Viard, François Damiens, Eric Elmosnino Francja/Belgia 2014* **135 min ► do godz. 19.00**

20.00 TVP KULTURA
W deszczowy dzień w Nowym Jorku
KOMEDIA Gatsby chce pokazać ukochanej Nowy Jork. Wizyta różni się od jego wyobrażeń. Ścieżki pary się rozchodzą. *Reż.: Woody Allen, A: Timothée Chalamet, Elle Fanning, Liev Schreiber USA 2019* **105 min ► do godz. 21.45**

20.00 HBO
Tak się poznaliśmy
KOMEDIA ROMANTYCZNA Jane i Will spotykają się na weselu znajomych. Dzielą się swoimi miłosnymi historiami. Nawiązują nić porozumienia. *Reż.: Peter Hutchings, A: Lucy Hale, Nat Wolff, John Gallagher Jr. USA 2023* **100 min ► do godz. 21.40**

→ filmowe hity


Przyjaciele mogą na siebie liczyć w najtrudniejszych chwilach.





22.10 TVP 1
Miasto 44
WOJENNY **Poruszające losy młodych ludzi, którym przyszło dorastać w tragicznych czasach okupacji.**

HIT DNIA Lato 1944 roku. Stefan Zawadzki mieszka wraz z rodziną w kamienicy na Woli. Jego ojciec, oficer WP, zginął w trakcie kampanii wrześniowej w 1939 roku. Pomimo obietnicy złożonej matce chłopak wstępuje do AK. Robi to za sprawą przyjaciółki z dzieciństwa, mieszkającej po sąsiedzku Kamy. Zadurzona w Stefanie dziewczyna marzy o wspólnej przyszłości. Zawadzkiemu podoba się jednak subtelna Alicja, zwana Biedronką, którą poznaje tuż przed wybuchem powstania. 1 sierpnia chłopak i jego ukochana wraz z Kamą, Góralem oraz Beksą trafiają do oddziału Kobry. Jako żołnierze jednej z formacji pokonują cały szlak bojowy – od Woli po Czerniaków. Po krótkiej euforii towarzyszącej pierwszym dniom zrywu młodzi Polacy doświadczają pełni grozy, rozpaczy, a także okrucieństwa wojny. HD **135 min ► do godz. 0.25**

Polska 2014 **Reż.:** Jan Komasa **Wyst.:** Zofia Wichłacz, Józef Pawłowski, Anna Próchniak, Karolina Staniec



20.00 TVN
Kwiat pustyni
BIOGRAFICZNY Waris Dirie (Liya Kebede) pracuje jako pokojówka. Przed laty uciekła z Somalii, aby uniknąć zaaranżowanego małżeństwa. Jej urodę dostrzega fotograf Terry (Timothy Spall). Kobieta zostaje modelką.

Reż.: Sherry Hormann Wyst.: Sally Hawkins
Wlk. Bryt. 2009 HD **155 min ► do godz. 22.35**



20.00 TV PULS
Smak zemsty. Peppermint
THRILLER Mąż i dziecko Riley (Jennifer Garner) zostają zabici przez mafijnych egzekutorów długów. Skorumpowani stróże prawa wypuszczają jednak morderców na wolność. Wdowa planuje zemstę.

Reż.: Pierre Morel Wyst.: Cailey Fleming
USA 2018 HD **125 min ► do godz. 22.05**



20.00 STOPKLATKA
Pocałunek śmierci
KRYMINALNY Jimmy (David Caruso) popełnia przestępstwo na zwolnieniu warunkowym. W zamian za wolność musi zebrać informacje pomocne w ujęciu Little Juniora (Nicolas Cage). Przenika do otoczenia mafiosa.

Reż.: Barbet Schroeder Wyst.: Helen Hunt
USA 1995 HD **125 min ► do godz. 22.05**



22.00 POLSAT
Lucy
SENSACYJNY Tajwan. Studentka Lucy (Scarlett Johansson) pod wpływem nowego narkotyku zyskuje nadnaturalne zdolności. Wykorzystuje je w konfrontacji z mafią. Wspiera ją profesor Norman (Morgan Freeman).

Reż.: Luc Besson Wyst.: Analeigh Tipton
Kanada 2014 HD **115 min ► do godz. 23.55**



22.35 TVN
Plan na miłość
KOMEDIA ROMANTYCZNA Zoe (Lily James) dowiaduje się, że jej przyjaciel z dzieciństwa zdecydował się na małżeństwo z wybraną przez rodziców kobietą z Pakistanu. Chce towarzyszyć mu z kamerą w podróży do Lahaur.

Reż.: Shekhar Kapur Wyst.: Shazad Latif
Wlk. Bryt. 2022 HD **140 min ► do godz. 0.55**



22.50 TVN 7
300
HISTORYCZNY Rok 480 p.n.e. Grecji zagrażają perskie wojska. Władca Sparty (Gerard Butler) zbiera trzystu najdzielniejszych wojowników i rusza z nimi do wąwozu Termopile, by stawić czoło stutysięcznej armii wroga.

Reż.: Zack Snyder Wyst.: Lena Headey
USA 2006 HD **135 min ► do godz. 1.05**

Oznaczenia: P! Premiera w TV HD Program także w standardzie HD
patrasa.olsztyn.7801728

→ filmowe hity



20.00 TVN 7

Sherlock Holmes

KRYMINALNY Seria zbrodni wstrząsa Londynem. Duet przenikliwych detektywów podąża tropem mordercy.

HIT DNIA Koniec XIX wieku. W Londynie dochodzi do serii rytualnych morderstw. Tropem tajemniczego sprawcy podążają detektyw Sherlock Holmes i doktor John Watson. Zaprzyjaźnionym śledczym udaje się ustalić tożsamość zabójcy. Jest nim lord Blackwood. Mężczyzna zostaje skazany na śmierć i powieszony. Okazuje się jednak, że to nie koniec makabrycznej sprawy, bowiem rzekomo stracony Blackwood żyje i zabija kolejne osoby. Twierdzi także, że zawładnął siłami zła. Holmes musi go powstrzymać i udaremnić spisek. HD 170 min ▶ do godz. 22.50

USA/Niemcy/Wielka Brytania 2009 **Reż.:** Guy Ritchie **Wyst.:** Robert Downey Jr., Jude Law, Mark Strong, Eddie Marsan



21.00 C+ PREMIUM

Christy

BIOGRAFICZNY Lata 90. XX w. Młoda Christy (Sydney Sweeney) odnosi sukcesy w boksie. Jej znacznie starszy mąż i trener, Jim (Ben Foster), ma skłonności do przemocy. Pięściarka próbuje się uwolnić spod jego wpływu.

Reż.: David Michôd Wyst.: Coleman Pedigo
USA 2025 HD 130 min ▶ do godz. 23.10



23.10 TVP 2

Medicus

PRZYGODOWY XI wiek. Rob Cole (Tom Payne) szuka pomocy dla chorego opiekuna. Od żydowskiego lekarza dowiaduje się o słynnym medyku. Wyrusza do Isfahanu, by pobierać nauki od legendarnego Ibn Siny (Ben Kingsley).

Reż.: Philipp Stölzl Wyst.: Stellan Skarsgard
Niemcy 2013 HD 160 min ▶ do godz. 1.50



21.25 TVP HISTORIA

Kurier

HISTORYCZNY Rok 1944. Jan Nowak (Philippe Tłokiński) ma przedostać się z Anglii do Polski i przekazać dowództwu AK ważną informację. Robi wszystko, by wykonać rozkaz. Po piętach depczą mu gestapo i szpiedzy.

Reż.: Władysław Pasikowski Wyst.: Nico Rogner
Polska 2019 120 min ▶ do godz. 23.25



23.55 POLSAT

Ciemniejsza strona Greya

MELODRAMAT Ana (Dakota Johnson) wiedzie luksusowe życie u boku Christiana (Jamie Dornan), on zaś stara się zrezygnować z przesadnej kontroli. Zakochanym zagraża jednak przeszłość bogacza.

Reż.: James Foley Wyst.: Eric Johnson
USA/Chiny 2017 HD 160 min ▶ do godz. 2.35

→ sport



17.25 TVP 1

Letnie Grand Prix w Wiśle

SKOKI NARCIARSKIE LIVE Inauguracja cyklu LGP. Kibice liczą na to, że zobaczą w akcji Kacpra Tomasiaka. 15 lipca zwyciężył on w Międzynarodowym Memoriale Olimpijczyków w Szczyrku. Rok temu jeden z konkursów w Wiśle wygrał Maciej Kot. HD 125 min ▶ do godz. 19.30



17.25 C+ SPORT 3

Wieczysta Kraków – Lech Poznań

PIŁKA NOŻNA LIVE Beniaminek Ekstraklasy kontra mistrz Polski. Jeśli Kolejorz zagra w Krakowie tak jak w meczu o Superpuchar z Górnikiem Zabrze (3:1), podopieczni Kazimierza Moskala mogą być w opałach. HD 135 min ▶ do godz. 19.40



19.00 POLSAT SPORT 1

UFC Fight Night

SPORTY WALKI LIVE Podczas gali w Belgradzie wystąpi aż trzech Polaków. Jan Błachowicz zmierzy się z Navajo Stirlingiem, Marcin Tybura stawi czoło Aleksandrowi Rakiciowi, a Mateusz Rębecki sprawdzi formę Kyle'a Prepolca. HD 180 min ▶ do godz. 22.00



21.10 TVP SPORT

FC Porto – SCU Torreense

PIŁKA NOŻNA LIVE Mecz o Superpuchar Portugalii. Drużyna Smoków, której barw bronią Jan Bednarek, Jakub Kiwior i Oskar Pietuszewski, zagra z drugoligowcem, sensacyjnym zdobywcą krajowego pucharu. HD 135 min ▶ do godz. 23.25

→ rozrywka



19.55 POLSAT

Kabaret na żywo. Chyba Czesuaf

SATYRA Olga Łasak, Piotr Gumulec oraz ich koledzy po fachu komentują politykę, kulturę i relacje damsko-męskie. Nie zabraknie nowego spojrzenia na klasykę literacką znaną ze szkoły. Satyrycy zajrzą również do gabinetu prezydenta. HD 125 min ▶ do godz. 22.00



20.30 TVP 1

Warszawiacy śpiewają (nie)zakazane piosenki 2026

KONCERT Mieszkańcy stolicy wraz z artystami śpiewają pieśni powstańcze. Podczas okupacji miasta pozwalały one choć na chwilę oderwać się od trudnej wojennej rzeczywistości. HD 100 min ▶ do godz. 22.10



23.05 TVP POLONIA

Warszawskie Combo Taneczne

KONCERT Występ zespołu, na którego repertuar składają się znane przedwojenne piosenki. Formację tworzy siedmioro muzyków, którzy za swój cel obrali próbę ocalenia od zapomnienia warszawskiego folkloru. 60 min ▶ do godz. 0.05

→ dokument



21.20 TVP DOKUMENT

Warszawskie dzieci '44

HISTORIA Inspiracją filmu stała się kolekcja zdjęć młodych powstańców z okresu ich niewoli w Niemczech. Reżyserce po wielu latach udało się dotrzeć do kilku z nich. HD 70 min ▶ do godz. 22.30

eprasa.pl dec786d728

TVP 1 HD DVB T2

5.20 Warszawskie dzieci '44 – film dokumentalny, Polska 2024
6.20 Balans bieli – program religijny
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.40 Rok w ogrodzie (1176) – magazyn
8.05 Rok w ogrodzie extra (449) – magazyn
8.20 Pełnosprawni (663) – magazyn dla niepełnosprawnych
8.55 Ranczo 8 (97): Nowatorska terapia – serial obyczajowy, Polska 2014
9.55 Komisarz Alex 23 (282): Dom miliardera – serial kryminalny, Polska 2025
10.55 Ojciec Mateusz 17 (219): Córka blacharza – serial kryminalny, Polska 2017
11.55 Umrzeć za Warszawę – film dokumentalny, Polska/Francja 2013
13.00 Gwiazdy w południe:
FILM **Teksańczyk** – western, USA/Hiszpania 1966, reż. Lesley Selander, wyk. Audie Murphy, Diana Lorys, Broderick Crawford, Aldo Sambrel, 100 min
Były szeryf dowiaduje się, że jego brat został zastrzelony. Postanawia schwytać zabójcę. Mierzy się z rządzącym miastem gangiem.
14.40 Okrasa łamie przepisy – magazyn kulinarny
15.20 Rozmowy na medal (3) – magazyn sportowy
16.00 Dziedzictwo (996) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 Teleexpress, pogoda

TVP 2 HD DVB T2

5.10 Barwy szczęścia (3362, 3363) – serial obyczajowy, Polska 2026
6.25 M jak miłość (1925) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.10 Tour de Pologne – kroniki – cykl felietonów
11.15 Górna półka smaku (6) – magazyn kulinarny
11.50 Zmiennicy (9): Podróż sentymentalna – serial komediowy, Polska 1986
13.05 Panna młoda (159) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.00 Familiada – teleturniej
14.35 Koło fortuny (1914) – teleturniej
15.15 Szansa na sukces. Opole 2026 2 (3): Natalia Przybysz – widowisko
16.20 Na dobre i na złe (990): Dobrze, dziękuję, wyparłam – serial obyczajowy, Polska 2026
17.15 Panna młoda (160) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Cihan za wszelką cenę próbuje ustalić, kto jest ojcem dziecka Hancer. Cemil siłą zabiera dziewczynę do domu i zamyka ją na klucz. Sytuacja staje się coraz bardziej napięta. W końcu Cihanowi udaje się dotrzeć do matki przebywającej w szpitalu.
18.10 Va banque (1029) – teleturniej
18.45 Wyższa Szkoła Jazdy (9) – magazyn motoryzacyjny
19.10 Słowo na niedzielę
19.25 Rodzinka.pl (305): Gorączka – serial komediowy, Polska 2026

POLSAT HD DVB T2

4.50 Disco Gramy
5.40 Telezakupy TV Okazje – magazyn reklamowy
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.30 halo tu polsat – magazyn
11.30 Nasz nowy dom (363) – reality show
12.50 Garfield 2 – film familijny, USA/
FILM Wielka Brytania 2006, reż. Tim Hill, wyk. Breckin Meyer, Jennifer Love Hewitt, Billy Connolly, Ian Abercrombie, 115 min
14.45 Sezon na misia 2 – film
FILM animowany, USA 2008, reż. Matthew O'Callaghan, 100 min
Jeleń Elliot i jego wybranka Gizela szykują się do ślubu. Ich szczęście zakłóca jednak zniknięcie jamnika Kabanosa. Okazuje się, że pies porwała była właścicielka. Mieszkańcy lasu wyruszają do miasta, by go uwolnić. Trafiają do świata udomowionych zwierząt.
16.25 Speed – niebezpieczna szybkość – film sensacyjny,
FILM USA 1994, reż. Jan De Bont, wyk. Keanu Reeves, Sandra Bullock, Dennis Hopper, Joe Morton, 145 min
Psychopata podkłada bombę w autobusie. Ładunek wybuchnie, jeśli pojazd zwolni. W czasie szaleńczej jazdy ranny zostaje kierowca. Zastępuje go pasażerka Annie. Zakładników próbuje ocalić policjant Jack.
18.50 Wydarzenia
19.15 Prezydenci i premierzy (462) – program publicystyczny
19.30 Sport, pogoda

TVN HD DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1716) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (8): Myślibórz – Domowe Obiady u Rudej – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.30 Na Wspólnej (4252-4255) – serial obyczajowy, Polska 2026
13.30 Młode gliny (37) – serial kryminalny, Polska 2026
Basia Skowron znika bez śladu. Bandyta zatrzymany przez ludzi Deca oferuje policji ważne informacje. Ślad wiedzie do tajemniczego X, mordującego kobiety.
14.35 Wakacje w krzywym
FILM **zwierciadle** – komedia, USA 1983, reż. Harold Ramis, wyk. Chevy Chase, Beverly D'Angelo, Imogene Coca, Anthony Michael Hall, 130 min
Clark Griswold wyrusza z żoną Ellen i dwójką dzieci na wycieczkę do parku rozrywki w Kalifornii. Podróż obfituje w niespodzianki i dziwne sytuacje.
16.45 Rozumiemy się bez słów
FILM – komedia, Francja/Belgia 2014, reż. Eric Lartigau, wyk. Karin Viard, François Damiens, Éric Elmosnino, Louane Emera, 135 min
Szesnastoletnia Paula to jedyna słysząca osoba w rodzinie. Kiedy nauczyciel muzyki namawia ją do nauki w szkole w Paryżu, dziewczyna nie wie, jak powiedzieć o tym bliskim.
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.45 Uwaga! – magazyn reporterów

20

SKOKI NARCIARSKIE



17.25 Letnie Grand Prix w Wiśle:
LIVE

Zawody na skoczni im. Adama Małysza zainaugurują tegoroczny cykl Letniego Grand Prix. Aż sześć razy w historii na tym obiekcie triumfował Dawid Kubacki. Czy znów uda mu się sięgnąć po zwycięstwo na igelicie w Wiśle?

19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.
20.05 Sport, pogoda
20.30 Warszawiacy śpiewają (nie)zakazane piosenki 2026
22.10 Miasto 44 – dramat wojenny,
FILM Polska 2014, reż. Jan Komasa,
HIT DNIA wyk. Zofia Wichłacz, Józef Pawłowski, Anna Próchniak, Karolina Staniec, 135 min
0.25 Pożegnanie z Marią – dramat
FILM obyczajowy, Polska 1993, reż. Filip Zylber, wyk. Marek Bukowski, Katarzyna Jamróz, 100 min
2.05 Moje córki krowy
FILM – komediodramat, Polska 2015, reż. Kinga Dębska, wyk. Agata Kulesza, 100 min
3.45 Odnaleziony walc – film dokumentalny, Polska 2016
5.05 Zakończenie

WIDOWISKO



20.00 Lato z Radiem i Telewizją Polską: Poddębice

Zgromadzona na placu przy Termach publiczność będzie miała okazję posłuchać: Cleo, Reni Jusis, zespołów Afromental, Blue Café, Myslovitz, Kombii i Video, Gromeego, Macieja Maleńczuka, Roksany Węgiel, Kaeyry, Kuby Szmajowskiego i Natalii Szroeder. Na pikniku na uczestników będą czekać atrakcje.

22.10 Gabi Drzewiecka zaprasza (8) – talk-show
23.10 Medicus – film przygodowy,
FILM Niemcy 2013, reż. Philipp Stölzl, wyk. Tom Payne, Stellan Skarsgard, Olivier Martinez, Emma Rigby, 160 min
Anglia, XI wiek. Rob szuka pomocy dla chorego opiekuna. Wyrusza do Isfahanu, by uczyć się od słynnego medyka.
1.50 Mroczne wody – dramat
FILM biograficzny, USA 2019, reż. Todd Haynes, wyk. Mark Ruffalo, Anne Hathaway, Tim Robbins, Bill Pullman, 135 min
4.05 Rodzinka.pl – serial komediowy, Polska 2025
4.35 Zakończenie

ROZRYWKOWY



19.55 Kabaret na żywo. Chyba Czesuaf (167)

Olga Łasak i Piotr Gumulec wspólnie z innymi weteranami satyrycznej sceny komentują politykę, kulturę i obyczaje. Nie zabraknie parodii i nowego spojrzenia na klasykę literacką. Artyści pokażą też dylematy, z którymi musi mierzyć się prezydent.

22.00 Lucy – film sensacyjny, Francja/
FILM Niemcy/Kanada 2014, reż. Luc Besson, wyk. Scarlett Johansson, Morgan Freeman, Min-sik Choi, Amr Waked, 115 min
Studentka Lucy zostaje zakładniczką handlarza narkotyków. Z zaszytą w ciele torebką z używką ma dotrzeć do Europy. Środek przenika do organizmu kobiety. Zyskuje ona niezwykłe zdolności.
23.55 Ciemniejsza strona Greya
FILM – melodramat, USA/Chiny 2017, reż. James Foley, wyk. Dakota Johnson, Jamie Dornan, Eric Johnson, Eloise Mumford, 160 min
2.35 Koszmarna noc – thriller, USA
FILM 2019, reż. Matt Eskandari, wyk. Nicky Whelan, Bruce Willis, Tito Ortiz, Texas Battle, 140 min

DRAMAT BIOGRAFICZNY



20.00 Kwiat pustyni
FILM – Wielka Brytania/Niemcy/Austria 2009, 155 min

Waris Dirie pochodzi z rodziny somalijskich nomadów. W wieku 13 lat ucieka, bo nie chce zostać czwartą żoną starszego mężczyzny. Trafia do Londynu. Podejmuje pracę jako kelnerka. Zostaje zauważona przez fotografa mody.

22.35 Plan na miłość – komedia
FILM romantyczna, Wielka Brytania 2022, reż. Shekhar Kapur, wyk. Lily James, Emma Thompson, Oliver Chris, Shazad Latif, 140 min
Zoe dowiaduje się, że jej przyjaciel zdecydował się na małżeństwo z wybraną przez rodziców panną młodą. Postanawia towarzyszyć mu w podróży do Lahaur.
0.55 Doktor Sen – horror, USA/
FILM Wielka Brytania 2019, reż. Mike Flanagan, wyk. Ewan McGregor, Rebecca Ferguson, Kyliegh Curran, Cliff Curtis, 190 min
4.05 Uwaga! – magazyn reporterów
4.25 Nauka jazdy 5 (1) – program rozrywkowy
5.00 Recepta na stary dom 4 (1) – program rozrywkowy

eprasa.pl dec786d728
P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB T2

5.10 **Szkoła** (840) – serial paradokumentalny, Polska 2020
6.10 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie** (9) – program rozrywkowy
7.05 **Nowe Zwariowane Melodie 3** (10-12) – serial animowany, USA 2019
7.50 FILM **Psi Patrol: Film** – film animowany, Kanada/USA/Hiszpania 2021, reż. Cal Brunker, 105 min
9.35 **Zgłoś remont 11** (9) – program rozrywkowy
10.40 **Bitwa o gości** (5) – reality show
11.45 **Ukryta prawda** (1467-1469) – serial paradokumentalny, Polska 2023
14.40 **Szpital św. Anny** (33, 34) – serial obyczajowy, Polska 2025
16.40 **Detektywi** (7): Sekret mojej matki – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
23-latek zleca detektywom odnalezienie ojca. Wskazuje na mężczyznę, który odwiedził go w domu niedługo po śmierci matki. Śledczym udaje się ustalić tożsamość tego człowieka. Wychodzi na jaw dawna tajemnica.
17.45 FILM **Gremliny rozrabiają** – horror komediowy, USA 1984, reż. Joe Dante, wyk. Hoyt Axton, John Louie, Keye Luke, Don Steele, 135 min
Nastoletni Billy otrzymuje w prezencie egzotyczne zwierzątko. Kontakt z wodą powoduje, że zaczyna się ono rozmnażać. Na świat przychodzą złośliwe, niszczycielskie stworki.

TV PULS HD DVB T2

6.00 **Kobra – oddział specjalny** (11-13): Zły dzień; Swobodny spadek; Krew i woda – serial sensacyjny, Niemcy 2017
9.00 **Taki jest świat 11** (31) – program informacyjny
Anna Bogusiewicz podsumowuje kluczowe wydarzenia minionego tygodnia z kraju i ze świata. Wyjaśnia, jak wpływają na codzienne życie Polaków, co pozwala lepiej zrozumieć bieżącą sytuację.
9.25 **Boso przez świat:** Jedzenie dżungli – cykl reportaży, Polska 2009
Wojciech Cejrowski opowie, czym żywią się plemiona amazońskie. Pokaże, jak przygotowuje się do spożycia ogromne tarantule, uważane za rarytas.
10.00 **Lombard. Życie pod zastaw 11** (561, 563, 565, 567, 569) – serial obyczajowy, Polska 2022
Kasper wraca do domu pod wpływem alkoholu. Wściekła żona wyrzuca go z domu. Dzięki pomocy córki staje on na nogi. Dziewczyna orientuje się, że ojciec utrzymuje dziwną relację z podejrzanym mężczyzną.
15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (983-987) – serial obyczajowy, Polska 2026
15-letni Adaś regularnie jest upokarzany przez Jessikę. Pedagog informuje jego matkę, że chłopak dawno nie pojawił się w szkole i być może boryka się z depresją. Lolek planuje urlop.

PULS 2 HD DVB T2

5.45 **Ale numer! 22** (1) – program rozrywkowy
6.10 **Smerfy** (210, 212) – serial animowany, Belgia 1988
7.20 **Pingwiny z Madagaskaru** (13, 14) – serial animowany, USA 2008-2010
8.10 FILM **Rysiek Lwie Serce** – film animowany, Hiszpania 2013, reż. Manuel Sicilia, 110 min
10.00 FILM **Pszczółka Maja. Mały wielki skarb** – film animowany, Niemcy/Australia 2021, reż. Noel Cleary, 90 min
11.30 **Wojciech Cejrowski. Boso – Karaiby** (1-3) – serial dokumentalny, Polska 2013
13.45 **Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej** (3) – program rozrywkowy
14.45 FILM **Blond ambicja** – komedia romantyczna, USA 2007, reż. Scott Marshall, wyk. Jessica Simpson, Luke Wilson, Penelope Ann Miller, Andy Dick, 120 min
16.45 FILM **Książę i ja** – komedia romantyczna, USA/Czechy 2004, reż. Martha Coolidge, wyk. Julia Stiles, Luke Mably, Ben Miller, Miranda Richardson, 135 min
19.00 FILM **Kurozając i zagadka Chomika Ciemności** – film animowany, Belgia/Francja 2022, reż. Ben Stassen, wyk. Danny Fehsenfeld, Joe Ochman, Mark Irons, Donte Paris, 115 min
Wróg Króla Piotra ucieka z lochu i rusza na poszukiwania Chomika Ciemności. Aby pokrzyżować mu plany, Kurozając i jego przyjaciele udają się w podróż.

KRYMINALNY



20.00 FILM **Sherlock Holmes** – USA/Niemcy/Wielka Brytania 2009, 170 min

Koniec XIX wieku. W Londynie, największej metropolii ówczesnego świata, dochodzi do serii rytualnych morderstw. Śledztwo prowadzą detektyw Sherlock Holmes i jego współpracownik John Watson. Okazuje się, że muszą udaremnić zbrodniczy spisek, który zagraża całemu krajowi.

22.50 FILM **300** – dramat historyczny, USA 2006, reż. Zack Snyder, wyk. Gerard Butler, Lena Headey, Rodrigo Santoro, Dominic West, David Wenham, 135 min
1.05 FILM **Tango i Cash** – film sensacyjny, USA 1989, reż. Andriej Konczałowski, wyk. Sylvester Stallone, Kurt Russell, Teri Hatcher, Jack Palance, 130 min
3.15 **Fachowcy 2** (9) – serial paradokumentalny, Polska 2018
3.50 **Usterka 11** (19) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019
4.30 **Dorota was urządzi!** (8) – program rozrywkowy, Polska 2015

THRILLER



20.00 FILM **Mocne sobotnie kino: Smak zemsty. Peppermint** – Hongkong/USA/Chiny 2018, 125 min

Riley wiedzie szczęśliwe życie u boku męża i córki. To się zmienia w dniu, gdy jej bliscy stają się ofiarami zabójców działających na zlecenie kartelu. Sprawcy zostają schwytani i postawieni przed sądem, ale skorumpowany sędzia wypuszcza ich na wolność. Mija pięć lat. Policja odkrywa ciała trzech zamordowanych członków kartelu.

22.05 FILM **Tomb Raider** – film przygodowy, Wielka Brytania/USA 2018, reż. Roar Uthaug, wyk. Alicia Vikander, Dominic West, Walton Goggins, Daniel Wu, 155 min
Lord Croft zniknął, kiedy jego córka, Lara, była jeszcze nastolatką. Teraz kobieta postanawia porzucić dotychczasowe życie i wyruszyć na poszukiwania.
0.40 FILM **Nieuchwytni** – film sensacyjny, USA 2015, reż. Daniel Benmayor, wyk. Taylor Lautner, Marie Avgeropoulos, Adam Rayner, Rafi Gavron, 105 min
2.25 **Zobacz to!** – pr. powtórkowe

KOMEDIA ROMANTYCZNA



20.55 FILM **Facet (nie)potrzebny od zaraz** – Polska 2014, 110 min

Trzydziestoletnia Zosia rozstaje się z niewiernym chłopakiem. Za namową przyjaciółki postanawia odszukać mężczyzn, z którymi była kiedyś związana. Chce sprawdzić, czy przypadkiem nie przegapiła wielkiej miłości.

22.45 FILM **Brick Mansions. Najlepszy z najlepszych** – film sensacyjny, Francja/Kanada 2014, reż. Camille Delamarre, wyk. David Belle, Paul Walker, Gouchy Boy, RZA, 100 min
Agent Damien ma tylko 24 godziny, aby odnaleźć skradziony pocisk z głowicą nuklearną. Tropy wiodą go do bezwzględnego handlarza narkotyków Tremaine'a. Wkrótce stróż prawa zyskuje sojusznika, Lina.
0.25 **Wstydliwe choroby 5** (6, 7) – serial dok., Wlk. Bryt. 2011
2.25 **Lombard. Życie pod zastaw 5** (217, 218) – serial obyczajowy, Polska 2019
4.20 **Niesamowite!** (23) – serial dokumentalny, Polska 2014
5.00 **Kręcimy z gwiazdami 2** (4): Pectus – program rozrywkowy

NETFLIX



WEDNESDAY 2

Wednesday Addams (Jenna Ortega) powraca do Akademii Nevermore. Musi zmierzyć się z problemami dotyczącymi rodziny, przyjaciół i dawnych wrogów. Zostaje również uwikłana w kolejną tajemniczą sprawę o nadprzyrodzonym charakterze. Tymczasem naukę w szkole rozpoczyna jej młodszy brat.

►**serial fantasy (8 odc.), USA 2025**



BRIDGERTONOWIE 4

Benedict Bridgerton (Luke Thompson) to niespokojny duch o artystycznej naturze. Podczas gdy bracia odnaleźli szczęście w małżeństwie, jego nie pociąga perspektywa stabilizacji i ślubu – aż do momentu, gdy na balu maskowym zorganizowanym przez matkę poznaje tajemniczą Srebrną Damę.

►**serial kostium. (8 odc.), USA 2026**



GLADIATOR 2

Lucjusz (Paul Mescal), który jako dziecko widział śmierć Maximusa, chce walczyć na arenie. Mężczyzna zamierza się przeciwstawić dwóm cesarzom. Nieustannie zmaga się z gniewem i marzy o lepszej przyszłości dla kraju. Musi znaleźć odwagę potrzebną do przywrócenia Rzymowi dawnej chwały.

►**film histor., USA 2024; 148 min**



GLINIARZ Z BEVERLY HILLS: AXEL F

Alex Foley (Eddie Murphy) powraca do Los Angeles. Ponownie naraża się wpływowym osobom. Czeka go nie tylko spotkanie z dawnym znajomymi, Rosewoodem i Taggartem, lecz także pobyt w areszcie. Kompani będą musieli wspólnymi siłami udaremnić spisek.

►**komedia sens., USA 2024; 115 min**

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.10 Saga „Zmierzch”: FILM **Zaćmienie** – film fantasy, USA 2010, reż. David Slade, wyk. Robert Pattinson, Kristen Stewart, Taylor Lautner, Bryce Dallas Howard, 120 min
8.10 **FBI: International 4** (15) – serial kryminalny, USA 2024-2025
9.10 **FBI: Most Wanted 4** (18) – serial kryminalny, USA 2022
10.10 **MacGyver 4** (1-5) – serial akcji, USA 2020, wyk. Lucas Till, Tristin Mays
14.55 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (10-14) – serial kryminalny

TVP SERIALE

5.15 **Na sygnale** (880-882) – serial fab.-dokum.
6.40 **U Pana Boga w ogródku** (11) – serial kom., Pol. 2008
7.30 **Na sygnale** (883-887) – serial fab.-dokum.
10.20 **Ranczo 9** (115, 116) – serial obycz., Polska
12.05 **Rodzinka.pl** (309-311) – serial komediowy, Pol. 2026
13.40 **Ojciec Mateusz 31** (396, 397) – serial kryminalny, Pol. 2024
15.30 **Komisarz Alex 25** (311) – krym., Pol. 2026
16.30 **Ranczo 9** (117) – serial obycz., Polska
17.30 **Czterdziestolatek** (20) – serial obycz., Polska 1977

TVP KULTURA DVB T2

9.25 **Dzieci i ryby** – kom. obycz., 15 min
FILM **Fair play** – film anim.
9.40
10.00 **Dzień czwarty**
FILM – dramat wojenny, Polska 1984, 90 min
11.30 **Kosmos 1999** (17) – serial s.f.
12.35 **Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem** (5) – dok., Wlk. Bryt.
13.35 **Hrabina Cosel**
FILM – film hist., Polska, 165 min
16.20 **Noce i dnie** (10)
17.30 **Festiwal Góry Literatury – Czy świata jest za dużo?** – reportaż, Pol.
18.15 **Dzisiejsze czasy**
FILM – komedia, USA 1936, 105 min

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 2** (7) – serial dok., Pol. 2018
7.00 **Kot** – film krótkometr.
7.10 **Fuks** – komedia sens., Polska 1999, 115 min
FILM
9.05 **Bruce Lee, wejście smoka** – film dokum., USA 2025
10.20 **Arktyka** – dramat przygodowy, Islandia 2018, 120 min
FILM
12.20 **Między światami** – dramat psycholog., USA 2010, 115 min
FILM
14.15 **Niezwykłe miejsce na śmierć** (4) – krym.
16.10 **Zbrodnie na wybrzeżu** (1) – serial krym., Niemcy
18.05 **Stan wyjątkowy**
FILM – komedia, Czechy 2024, 125 min

CANAL+ PREMIUM HD

8.35 **Wolna krowa** – film krótkometraż.
9.05 **Riefenstahl** – film dokum., Niemcy 2024
11.00 **Imagine Dragons: Live at the Hollywood Bowl**
13.10 **Łapu capu** – pr. rozr.
13.25 **Krucjata Bourne’a**
FILM – thriller, USA/Niemcy 2004, 105 min
15.10 **Morderstwo w ambasadzie**
FILM – film kryminalny, Wielka Brytania 2025, 85 min
16.35 **Pod gwiaździstym niebem**
FILM – komedia romantyczna, USA 2025, 100 min
18.15 **Wicked**
FILM – musical, USA/Kanada/Islandia 2024, 165 min

HBO HD

8.55 **Nasz dom**
FILM – komediodramat, Hiszpania 2024, 80 min
10.15 **Po drugiej stronie**
FILM **globu** – musical, USA 2007, reż. Julie Taymor, wyk. Evan Rachel Wood, 130 min
12.25 **Duża ryba**
FILM – komediodramat, USA 2003, 125 min
14.30 **Anakonda**
FILM – komedia przygodowa, USA 2025, 95 min
16.05 **Le Mans ’66**
FILM – dramat biograficzny, USA/Francja 2019, 150 min
18.35 **Warzywne**
FILM **opowieści: Piraci, którzy nic nie robią** – film animowany, USA 2008, 85 min

20

FANTASY



20.00 Saga „Zmierzch”: FILM **Przed świtem. Część 2** – USA 2012, 145 min

Bella i Edward obserwują rozwój swojej niezwykłej córki Renesmee. Wkrótce jednak rodzina staje w obliczu wielkiego zagrożenia ze strony królewskiego rodu Volturi.

22.25 **W 80 dni dookoła**
FILM **świata** – film przygodowy, USA/Niemcy/Irlandia 2004, 140 min
0.45 **Maska Zorro**
FILM – film przygodowy, USA/Meksyk 1998, 175 min

KOMEDIOWY



18.40 **U Pana Boga w ogródku** (12) – Pol.

W restauracji, w której Śliwiak zamierzał urządzić swój przedwyborczy festyn, wybucha pożar. Biznesmen postanawia odpowiedzieć na brutalne ataki kontrkandydata.

19.40 **Ojciec Mateusz 31** (398-400) – krym., Pol.
22.25 **Ranczo 10** (118, 119) – serial obycz., Polska
0.20 **Komisarz Alex 25** (311, 312) – krym., Pol.
2.10 **PitBull** (22) – sens.
3.10 **Oficerowie** (10)
4.10 **Rodzinka.pl** (157, 158) – kom., Pol.

KOMEDIA



20.00 **Bilet do kina:**
FILM **W deszczowy dzień w Nowym Jorku** – USA 2019, 105 min

Student Gatsby chce pokazać ukochanej rodzinne miasto. Ścieżki pary się jednak rozchodzą. Rozczarowany chłopak spotyka siostrę swojej byłej partnerki.

21.45 **To jest mój sen**
22.50 **Bounty**
FILM – dramat przyg., USA/Wielka Brytania 1984, 140 min
1.10 **Festiwal Góry Literatury – Czy świata jest za dużo?** – reportaż, Pol.

DRAMAT SENSACYJNY



20.10 **Podwójna**
FILM **tożsamość** – USA/Niemcy 2007, 120 min

Były żołnierz Tim, by opuścić więzienie, zawiera układ z agentem Gruzsą. Ma się podszyć pod dilera Bobby’ego Z. Pada ofiarą intrygi.

22.10 **Gorący temat**
FILM – dramat biograf., USA/Kanada 2019, 135 min
0.25 **Morderstwo**
FILM **na basenie** – thriller, USA 2024, 105 min
2.10 **Minuta ciszy** (4)
3.10 **Sweat** – dram. obycz., Pol. 2020, 105 min
FILM
4.55 **Meduzy**

DRAMAT BIOGRAFICZNY



21.00 P! **Christy** – USA 2025, 130 min
FILM

Zdolna pięściarka Christy Martin odnosi sukcesy na ringu. Poza nim zmaga się z toksycznym mężem Jimem i próbuje odzyskać kontrolę nad swoim życiem.

23.10 **Dziedzictwo**
FILM **Bourne’a** – film sensacyjny, USA 2012, reż. Tony Gilroy, wyk. Jeremy Renner, Scott Glenn, 130 min
1.20 **Powrót do Silent**
FILM **Hill** – horror, Francja/Wielka Brytania/Niemcy 2026, 105 min

KOMEDIA ROMANT.



20.00 **Tak się poznaliśmy**
FILM – USA 2023, 100 min

Jane i Will spotykają się na weselu znajomych. Dzielą się doświadczeniami dotyczącymi związków i rozczarowań. Uświadamiają sobie, że mogą stać u progu kolejnej miłosnej historii.

21.40 **Sojusznicy**
FILM – komedia sensacyjna, USA 2025, 110 min
23.30 **Mrugnij dwa razy**
FILM – thriller, USA 2024, 100 min
1.10 **Amrum** – dramat
FILM wojenny, Niemcy 2025, reż. Fatih Akin, 95 min

AXN WHITE

7.25 **Detektyw Murdoch 3** (3-7) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
13.00 **Dr House 3** (21-24)
17.05 **Szpital świętej Marii** (1) – serial obycz., Kanada 2020
18.00 **Dowody zbrodni 3** (10-14) – serial kryminalny
23.00 **Złe mamuśki 2: Jak**
FILM **przetrwać święta** – komedia, 2017, 120 min
1.00 **Hitch: Najlepszy**
FILM **doradca przeciętnego faceta** – komedia romant., USA 2005, 150 min
3.30 **Stuart Malutki 3: Trochę**
FILM **natury** – film animowany, USA 2005, 100 min
5.10 **Dr House 3** (21) – obycz.

AXN BLACK

6.00 **Seal Team 7** (1) – sens.
6.45 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6** (21, 22) – serial krym., USA/Kanada
8.15 **S.W.A.T. 6** (19-22) – sens.
12.10 **Gwiezdne wrota 4** (5-9) – serial s.f., USA/Kan. 2000
17.10 **MacGyver 2** (1-4) – serial akcji, USA 2017-2018
21.00 **S.W.A.T. 6** (19-22) – serial sensacyjny, USA 2022
0.30 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6** (21, 22) – serial krym., USA/Kanada
2.25 **MacGyver 2** (1-4) – serial akcji, USA 2017-2018
5.50 **Blok promocyjny AXN Black**

WARNER TV

12.15 **Kopciuszek:**
FILM **Roztańczona historia** – kom. muz., 2008, 110 min
14.05 **Superman 4**
FILM – przyg., USA/Wlk. Bryt. 1987, 105 min
15.50 **Raport Pelikana**
FILM – film sensacyjny, 1993, 175 min
18.45 **Akademia policyjna 2:**
FILM **Pierwsze zadanie** – kom., USA 1985, 100 min
20.25 **Akademia policyjna 3:**
FILM **Powrót do szkoły** – kom., USA 1986, 95 min
22.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (6-8) – serial kryminalny, USA 2011
0.45 **Kobra** – film sensacyjny,
FILM USA/Izrael 1986, 100 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (223-225) – serial paradokumentalny, Polska
9.00 **Poirot** (5-7) – serial krym.
12.20 **Doktor Martin** (17-19) – serial obycz., Wlk. Bryt.
15.20 **Świat według Kiepskich** (217-219) – serial kom., Pol.
17.10 **Gliniarze** (1143-1146) – serial paradok., Pol. 2025
21.00 **Strażnik Teksasu** (1-4) – serial sensacyjny, USA
0.50 **Captain Fantastic**
FILM – komediodramat, USA 2016, 145 min
3.15 **Święty** (250) – serial komediowy, Polska 2022
4.00 **Strażnik Teksasu** (1, 2) – serial sensacyjny, USA

CANAL+ FILM HD

6.00 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
6.05 **Benek** – komediodramat,
FILM Polska 2007, 100 min
7.45 **Orzełek Iggy**
FILM – film anim., Polska/USA 2025, 85 min
9.10 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
9.15 **Kiler** – komedia sens.,
FILM Polska 1997, 100 min
10.55 **Sigourney Weaver. Ikona kina akcji**
11.50 **L.A.R.P. Miłość, trolle**
FILM **i inne questy** – komedia, Polska 2025, 95 min
13.25 **W kogo ja się**
FILM **wrodziłem?** – film obycz., Polska 2001, 65 min
14.30 **The Holiday** – komedia
FILM romant., USA 2006, 135 min
16.45 **Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego**
18.15 **Listy do Julii** – komedia
FILM romant., USA 2010, 100 min
19.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Bridget Jones: Szalejąc**
FILM **za facetem** – komedia romant., Wielka Brytania/Francja/USA 2025, 120 min
22.00 **Cięcie** – thriller, Wielka
FILM Brytania/USA 2024, 100 min
23.40 **Dotyk** – melodramat,
FILM 2024, 120 min
1.40 **Żurek** – film obyczajowy,
FILM Polska 2003, 70 min
2.50 **To się nie dzieje** – thriller,
FILM Polska 2025, 80 min
4.10 **Imago** – dramat biograf.,
FILM Polska 2023, 110 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Polska z góry. Nad wodą 3** (3, 4) – serial dokumentalny, Polska 2023
10.50 **The Office PL 5** (4-6) – serial komediowy, Polska
12.30 **Wszystko o Marii, Matce Bożej** (1, 2) – serial dokumentalny, Fr. 2025
14.30 **Naruto 3** (27, 28) – serial anime, Japonia 2003-2004
15.30 **Premiera: Naruto 4** (1) – serial anime, Japonia 2004
16.00 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy
16.30 **Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć** (4-6) – serial komediowy, Fr.
18.20 **Godzina zero** (1, 2) – serial krym., Wlk. Bryt.
20.00 **Król i zdobywca** (3, 4) – serial historyczny, Wielka Brytania/Islandia/USA 2025
21.45 **Pisarze. Serial na krótko 2** (7) – serial komediowy, Polska 2021
22.00 **Paryż w ogniu. Paris Has Fallen** (7, 8) – serial sens., Wielka Brytania/Francja
23.40 **Talamasca: Sekretny zakon** (1, 2) – serial fantasy, USA 2025
1.30 **Kiedy ślub?** (7, 8) – serial komediowy, Polska 2024
3.20 **Dynastia Kimów: Czas zemsty** (1, 2) – serial dokumentalny, Fr. 2025
5.05 **Złombol** (6) – serial dokumentalny, Polska 2019

CANAL+ 360 HD

6.00 **13 posterunek 2** (9, 10)
7.20 **Sędziowie 2** (3) – dok.
8.00 **Miasta rytm: Zrabowane dzieła sztuki** (1, 2) – dok., 2021
10.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach 6** (22) – dok.
11.00 **Koleją przez świat** (3)
12.05 **Stalowe bestie z demobilu** (1) – dok.
14.00 **Roger Federer: gra o wszystko** – dok., 2023
15.00 **Chwila prawdy** (5, 6)
16.55 **Wykrywacz historii 6** (5)
18.00 **Dover 24/7** (2) – serial dok.
19.00 **Speedshop: warsztat marzeń** (5) – serial dokum.
20.15 **Kolacja z Gavinem Rossdale’em** (1) – dok.
21.10 **Lotniskowce na wojnie** (3) – dok., Wlk. Bryt. 2018
22.05 **Porzucone konstrukcje** (9) – serial dok., Wlk. Bryt.
23.00 **Co poszło nie tak 4** (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 2024
0.05 **Futbolowa gorączka. Jak powstawała Premier League** (1) – dok.
1.15 **Piłkarze na podsłuchu** (7) – serial dok., Polska 2022
2.00 **Polska z góry: Stadiony** (7) – serial dok., Polska 2024
2.35 **Przykrywkowcy. Podwójna gra** (6) – dok.
3.45 **Zwierzęta Wajraka 3** (1, 2) – serial dok., Pol. 2022
4.55 **Pogotowie remontowe Wieśka 3** (10, 11) – mag.

HBO 2 HD

13.55 **Królowa ringu** – film
FILM biograficzny, 2024, 125 min
16.00 **Akademia pana**
FILM **Kleksa 2** – film familijny, Polska 2024, 120 min
18.00 **Zabawy z piłką** – kom.,
FILM USA/Niemcy 2004, 90 min
19.30 **Nocna suka**
FILM – komediodramat, USA 2024, 95 min
21.05 **Lisa Frankenstein**
FILM – komedia fantasy, USA 2024, 100 min
22.45 **Ród smoka 3** (6) – fantasy
23.45 **The Pitt 2** (2) – obycz., USA
0.30 **Miniaturowa żona** (6)
1.10 **Morderczy żar** – thriller,
FILM USA 2024, 95 min

HBO 3 HD

13.55 **Batman Azteków:**
FILM **Starcie imperiów** – film animowany, 2025, 90 min
15.25 **Święta w blasku**
FILM **reflektorów** – komedia romantyczna, USA/Indie 2024, 85 min
16.50 **Kaskader** – komedia
FILM sensacyjna, 2024, 125 min
18.55 **Prawdziwy ból**
FILM – komediodramat, USA 2024, 90 min
20.25 **Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem** (5) – kom.
21.00 **Georgie i Mandy wzięli**
FILM **ślub** (1, 2) – serial kom.
21.30 **Georgie i Mandy wzięli ślub 2** (3-11) – serial kom.

eprasa.pl dec786d728

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.00 **Twoja Twarz Brzmi Znajomo** (178) – rozr.
8.00 **Sąsiedzi** (29, 30) – serial animowany
8.20 **Była sobie Ziemia** (14-17) – anim., Francja
10.35 FILM **Kung Fu Panda** – film anim., USA/Wielka Brytania 2008, 115 min
12.30 FILM **Ania z Zielonego Wzgórza: Dalsze losy** (1/2) – obycz., Kanada 2000, 100 min
14.10 FILM **Gęsia skórka** – kom., USA/Australia 2015, 135 min
16.25 FILM **Super Mario Bros: Film** – film anim., Jap./USA 2023, 120 min
18.25 FILM **Szybcy i wściekli 5** – film sensacyjny, USA 2011, 155 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Tata ma plan 4** (5-9) – kom., USA 2020
8.30 **Teoria wielkiego podrywu 10** (11-22) – serial komediowy, USA 2016-2017
13.30 **Przyjaciele** (1-7) – serial komediowy, USA 1994-1996
17.00 **9JKL** (15, 16) – serial komediowy, USA 2017
18.00 **Przyjaciele** (8, 9) – serial komediowy, USA 1994-1996
19.00 **Duchy** (9, 10) – serial fantasy, USA/Wielka Brytania 2021
W posiadłości pojawia się fan Alberty, który chce ją lepiej poznać. Kobieta jest zachwycona tą wizytą.

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (804) – serial paradokum.
6.00 **Superbohaterowie** (5) – program kult.
6.30 **Motywy filmowe** (1)
6.40 **Artystki** (5) – pr. rozr.
7.35 **Prawo Agaty 6** (5, 6) – serial obycz., Polska
9.30 FILM **Uwolnić orkę 2** – film przygodowy, Fr./USA 1995, 130 min
11.40 FILM **Miss agent** – komedia sensacyjna, USA 2000, 135 min
13.55 FILM **Miss agent 2: Uzbrojona i urocza** – komedia sensacyjna, USA 2005, 155 min
16.30 FILM **Hrabia Monte Christo** – dramat kostiumowy, Francja/Belgia 2024, 210 min

13 ULICA

6.10 **Fałszerstwo** (3) – serial kryminalny, Francja 2025
6.55 FILM **Morderstwo w Rochefort** – film kryminalny, Francja 2021, reż. Lorenzo Gabriele, wyk. Sara Mortensen, Olivier Sitruk, Elizabeth Bourgine, Frédéric van den Driessche, 120 min
8.55 **Mentalista 3** (15-24) – serial kryminalny, USA 2010
18.05 **Kobra – oddział specjalny** (3) – serial sensacyjny, Niemcy 2022
20.00 **Bellefond** (4) – serial kryminalny, Francja 2022

KINO POLSKA

6.00 **Złoty interes** (7)
6.50 **Och! Kabaret** (1)
7.40 **Polska Kronika Filmowa** – serial dok.
8.15 **Przygody Myszki** (1, 2) – serial anim.
8.35 **Bolek i Lolek na wakacjach** (5, 6)
8.55 **Reksio** (18) – anim.
9.05 **Chłopi** (1/2, 2-ost.) – film obyczajowy, 1973, 230 min
12.55 FILM **Agent nr 1** – dram. wojenny, 1971, wyk. Kirił Janew, 130 min
15.05 FILM **1920 Bitwa Warszawska** – dramat wojenny, 2011, 160 min
17.45 **Anna German. Tajemnica białego anioła** (7, 8) – biograf.

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Komisarz Rex 4** (15-18) – serial krym., Niemcy/Austria
10.00 **Hudson i Rex 2** (12, 13) – serial krym.
12.00 **Robin z Sherwood** (5) – serial przygodowy
13.25 FILM **Sierżant Bilko** – komedia, USA 1996, reż. Jonathan Lynn, wyk. Steve Martin, Dan Aykroyd, Phil Hartman, 120 min
15.25 FILM **SexiPistols** – western komediowy, Francja/Meksyk/USA 2006, reż. Joachim Roenning, 95 min
17.00 FILM **Złap mnie, jeśli potrafisz** – komedia kryminalna, USA/Kanada 2002, 180 min

SCIENCE FICTION



21.00 FILM **Sobotni superhit: Predatorzy** – USA 2010, 130 min

W dżungli na obcej planecie budzi się kilka obcych sobie osób, m.in. najemnik Royce. Są obserwowani przez kosmicznych łowców. Czeka ich walka o życie.

23.10 FILM **Kryzys** – dramat sensacyjny, Kanada/Belgia 2021, 150 min
1.40 **Ślad** (43, 26, 27) – serial kryminalny, Polska 2018-2019
4.40 **Na ratunek 112** (885, 886) – serial paradokum., Pol. 2024

KOMEDIA



20.00 FILM **Dwaj zgryźliwi tetrycy** – USA 1993, 130 min

Sąsiedzi John i Max kłócą się ze sobą od ponad 50 lat. Gdy do miasteczka przybywa atrakcyjna wdowa, starsi panowie rozpoczynają rywalizację o jej względy.

22.10 **The Office PL 4** (1) – serial kom., Pol. 2024
22.55 **Comedy Club 9** (13)
23.30 **Comedy Club** (1)
0.00 **Miasteczko South Park 4** (2-5)
2.00 **Pracoholicy 5** (4-7)
4.00 **Śmieszniej nie będzie 2** (13-16)

PRZYGODOWY



20.00 FILM **Harry Potter i kamień filozoficzny** – USA/Wielka Brytania 2001, 200 min

W dniu jedenastych urodzin osierocony Harry dowiaduje się, że jest synem czarodziei, których zabił Voldemort. Otrzymuje zaproszenie do elitarnej szkoły magii.

23.20 **Ostatnie tchnienie** FILM – thriller, Niemcy 2023, 100 min
1.00 **Siedem** – thriller, FILM USA 1995, 155 min
3.35 **Grażyna Torbicka zaprasza 2** (1) – mag.

KRYMINALNY



22.00 P! FILM **Tajemnice Jane: Zabójstwo w Moseby** – Kanada 2024, 115 min

Na swojej dawnej uczelni piosenkarka i detektyw Jane Da Silva pomaga byłemu chłopakowi rozwiązać sprawę przestępstwa, którego ten był świadkiem lata temu.

23.55 FILM **Kontrabanda** – dram. sens., USA/Wlk. Bryt./Francja 2012, 140 min
2.15 FILM **Nikt nie porzuci mojej córki** – film obyczajowy, USA 2024, reż. Stanley M. Brooks, 110 min

DRAMAT WOJENNY



20.00 FILM **Pianista** – Francja/Niemcy/Wielka Brytania 2002, 185 min

Rok 1939, Warszawa. Muzyk Władysław Szpilman trafia do getta. Cudem unika wywózki do obozu zagłady. Po powstaniu artysta ukrywa się w ruinach miasta.

23.05 FILM **Niepokonani** – dram. przyg., USA/Polska/ZEA 2010, 175 min
2.00 FILM **Obcy musi fruwać** – komediodramat, Pol./Niem. 1993, 125 min
4.05 FILM **Żegnaj, Ameryko!** – film obycz., Niemcy/Polska 1994, 115 min

DRAMAT KRYMINALNY



20.00 FILM **Pocałunek śmierci** – USA 1995, 125 min

Przestępca Jimmy zgadza się na współpracę z policją, by uniknąć więzienia. Musi przeniknąć w szeregi gangu, a następnie zdobyć zaufanie jego bossa, Little Juniora.

22.05 FILM **Uprowadzona 3** – film sens., Fr./Hiszp./USA 2014, 125 min
0.10 FILM **13 godzin: Tajna misja w Benghazi** – sens., USA/Malta/Maroko 2016, 185 min
3.15 FILM **Skrzydlate świnie** – komediodramat, Polska 2010, 150 min

CINEMAX HD

15.00 FILM **Po prostu razem** – dram. obycz., Fr. 2007, 100 min
16.40 FILM **Ricky Bobby – Demon prędkości** – komedia obyczajowa, 2006, 105 min
18.25 FILM **Między nami bliźniętami** – komediodramat, USA 2014, 95 min
20.00 FILM **El Mariachi** – dramat sensacyjny, Meksyk/USA 1992, 80 min
21.20 FILM **Tożsamość Bourne'a** – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, 120 min
23.20 FILM **Helikopter w ogniu** – dramat wojenny, USA 2001, 145 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

6.00 **Graczykowie** (15-19)
8.30 **Świat według Kiepskich** (4-9) – serial kom., Pol. 2011
11.30 **Bob kocha Abisholę** (2-7)
14.30 **Święty** (9-13) – kom., Pol.
17.00 **Piękni i bezrobotni** (2) – serial komediowy, Polska
17.30 **Świat według Kiepskich** (4-10) – serial kom., Polska
21.00 **Co ludzie powiedzą? 2** (2-4) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 **Jedną nogą w grobie 5** (4, 5) – kom., Wlk. Bryt. 1994
0.30 **Czarna Żmija 2** (4-6) – serial kom., Wlk. Bryt.
2.30 **Grono nie-pedagogiczne 3** (11-15)
5.00 **Comedy Club 4** (6, 7)

SCI FI

12.45 FILM **Arktyczny Armagedon** – film katastroficzny, USA 2023, 110 min
14.35 FILM **Małpa i Mechamałpa: Nowy porządek** – film s.f., USA 2024, 110 min
16.25 FILM **Ciche miejsce** – horror, USA 2018, 115 min
18.20 FILM **Pompeje** – film katastroficzny, Kanada/Niemcy/USA 2014, 130 min
20.30 FILM **„Odyseja" – Jak powstaje epos?**
21.00 FILM **Dzień Świstaka** – kom., USA 1993, 125 min
23.05 FILM **Tożsamość** – thriller, USA 2003, 115 min
1.00 **Bibliotekarze 2** (1-5)

FX HD

8.15 **Agenci NCIS: Sydney** (1, 2) – krym., Australia/USA
10.05 FILM **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (16, 17) – krym.
11.55 FILM **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (11-13)
14.40 FILM **Z archiwum X** (9-11) – s.f.
17.30 FILM **Anioły i demony** – thriller, USA 2009, 165 min
20.15 FILM **W pogoni za zemstą** – film sens., 2010, 125 min
22.20 FILM **Szklana pułapka 3** – film sensacyjny, 1995, 155 min
0.55 FILM **Liberator 2** – film sensacyjny, 1995, 125 min
3.00 **Zakłamanie** (4) – obycz.
4.05 FILM **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (21) – serial krym.

FILMBOX+ ONE HD

10.00 FILM **Potop Redivivus** – film hist., Polska 2014, 230 min
13.50 FILM **Next** – thriller s.f., USA 2007, 120 min
15.50 FILM **Pierwsza liga** – komedia, USA 1989, reż. David S. Ward, 130 min
18.00 FILM **Grobowiec smoka** – film przyg., Wielka Brytania/Chiny 2013, 120 min
20.00 FILM **Stan zagrożenia** – film sensacyjny, 1994, 170 min
22.50 FILM **Efekt motyla** – thriller, USA 2004, 160 min
1.30 FILM **Kontakt bezpośredni** – film sens., 2009, 125 min
3.35 FILM **Carrie** – horror, USA 2013, 125 min

ROMANCE TV HD

14.05 FILM **Rejs ku szczęściu – Podróż poślubna na Florydę** – film obycz., Niemcy 2009, 115 min
16.00 FILM **Dwie kobiety na wszelkie bóle – Nowy początek** – dram. obycz., Niem. 2025, 115 min
17.55 FILM **Dziewczyna na rowerze** – komedia romant., USA/Niemcy/Fr. 2013, 125 min
20.00 FILM **Zabójcze tropiki** (9, 10)
22.15 FILM **Kryminał z Bolzano – Bez śladu** – film krym., Niemcy 2015, 110 min
0.05 FILM **Mama się zwalnia** – komedia, 2021, 115 min
2.00 FILM **Zabójcze tropiki** (9, 10)

CINEMAX 2 HD

15.35 FILM **Happyend** – dramat s.f., Japonia/USA/Singapur 2024, reż. Neo Sora, 115 min
17.30 FILM **Czerwone pantofle** – dramat obyczajowy, Wł./Meksyk 2022, 85 min
18.55 FILM **Historia Souleymane'a** – film obyczajowy, Francja 2024, 95 min
20.30 P! FILM **Kontinental '25** – komediodramat, Rumunia/Szwajcaria/Luksemburg 2025, reż. Radu Jude, 110 min
22.20 FILM **Stoker** – dramat psycholog., 2013, 100 min
0.00 FILM **Steve Jobs** – dramat biograficzny, 2015, 120 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

11.20 FILM **Agenci NCIS 17** (6-10)
15.50 FILM **Panna Marple: Dlaczego nie Evans?** – film krym., Wlk. Bryt. 2009, 125 min
17.55 **Poirot 4** (1) – serial krym.
20.05 **Detektyw Murdoch 19** (7) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
21.00 FILM **Komisarz Maigret** (2) – film kryminalny, Wielka Brytania 2016, 110 min
22.50 **Hiszpańska księżniczka** (4) – serial kostiumowy, USA
0.05 **Zatraceni w miłości** (46-50) – telen., Turcja 2023
4.20 **Hiszpańska księżniczka** (4) – serial kostiumowy, USA
5.15 **Detektyw Murdoch 19** (7) – krym., Kan./Wlk. Bryt.

NOVELAS+ HD

5.00 **Opowieść o wyspie** (6-10) – telenowela, Turcja 2021, wyk. Ayça Aysin Turan
10.00 **Róże i grzechy** (28-32) – telenowela, Turcja 2025
15.00 **Historia Juany** (56-60) – telenowela, Meksyk 2024, wyk. Camila Valero
19.59 **Sieroty ziemi** (1, 2) – telenowela, Brazylia 2019, wyk. Julia Dalavia
22.00 **Otchłań namiętności** (129-133) – telenowela, Meksyk 2012, wyk. David Zepeda, Angelique Boyer
3.00 **Sieroty ziemi** (1, 2) – telenowela, Brazylia 2019, wyk. Julia Dalavia

FX COMEDY HD

10.00 **Sposób użycia** – kom.
12.30 **Simpsonowie 32** (3-6)
14.30 **Wszyscy kochają Raymonda 8** (10-16)
18.00 **Faceci w czerni** – kom.
19.55 **Faceci w czerni 2** – kom.
21.40 **Ewolucja** – komedia s.f., USA 2001, 130 min
23.50 **Anakonda** – thriller, USA/Brazylia/Peru 1997, 100 min
1.30 **Wszyscy kochają Raymonda 9** (1-5) – kom.
4.00 **Family Guy: Głowa rodziny 19** (20)
4.30 **Family Guy: Głowa rodziny 20** (5)

FILMBOX+ HITS HD

9.25 **Camino** – dramat obycz., Hiszpania 2008, 160 min
12.05 **Obywatelka Jane** – dram. krym., 2009, 100 min
13.45 **Coco Chanel** – dramat biograficzny, 2009, 120 min
15.45 **Szef** – komedia, USA 2014, reż. Jon Favreau, 125 min
17.50 **Spencer** – dramat obycz., Wielka Brytania/Niemcy/USA 2021, 130 min
20.00 **Efekt motyla** – thriller, USA 2004, reż. Eric Bress, 145 min
22.25 **Pan Brooks** – thriller, USA 2007, 130 min
0.35 **Zanim zasnę** – thriller, 2014, 105 min

PARAMOUNT NETWORK HD

9.30 **Przyjaciel gangstera** – kom. krym., 2003, 120 min
11.30 **Rodzina od zaraz** – kom., USA 2018, 150 min
14.00 **Książę w Nowym Jorku** – kom., USA 1988, 165 min
16.45 **Transformers: Ostatni Rycerz** – film s.f., USA/Chiny/Kan. 2017, 195 min
20.00 **Bumblebee** – film s.f., Chiny/USA 2018, reż. Travis Knight, 150 min
22.30 **Memento** – thriller, USA 2000, 140 min
0.50 **Ostatni bastion** – film sensacyjny, 2001, 160 min
3.30 **Projekt: Monster** – film katastroficzny, 2008, 90 min

eprasa.pl dec786d728

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
7.00 Commonwealth Games – Glasgow 2026 – magazyn sportowy
8.00 Snooker: Turniej Shanghai Masters – mecz półfinałowy
11.00 Lekkoatletyka: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 5. dzień
13.00 Kolarstwo: Tour de France – podsumowanie
14.00 Kolarstwo: Tour of Denmark – 3. etap
15.15 Kolarstwo kobiet: Tour de France
15.45 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 1. etap

POLSAT SPORT 1 HD
6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
8.45 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz półfinałowy
11.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – studio
12.45 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz półfinałowy
15.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – studio
16.30 Sporty walki: UFC Fight Night – walka: M. Rębecki – K. Prepolec
17.30 Sporty walki: UFC Fight Night – studio

CANAL+ SPORT HD
6.00 Premier League Review – magazyn piłkarski
7.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Motor Lublin – Jagiellonia Białystok
9.20 Dart: Elten Safety Shoes European Darts Open w Leverkusen – finał
14.00 1 na 1 Extra – magazyn sportowy
14.40 O krok od tytułu – Mistrzostwa świata 1974 – film dokum., Polska 2024
16.00 Premier League Stories (51) – magazyn piłkarski
16.45 1 na 1 Extra – magazyn sportowy

TVP SPORT DVB T2
5.55 Sportowy wieczór
6.25 Retro TVP Sport (23)
8.15 Niezwykłe historie Biało-Czerwonych
8.40 Strongman: Puchar Polski – Mielno 2026
9.40 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – podsumowanie ćwierćfinałów
10.20 Wioślarstwo: ME – Varese 2026 – 1. dzień – finały
13.10 Piłka nożna kobiet: ORLEN Ekstraliga: Legia – Pogoń Szczecin
15.25 Skoki narciarskie kobiet: Letnie Grand Prix w Wiśle
16.15 Skoki narciarskie: Letnie GP w Wiśle – studio i treningi

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 Najlepsi bramkarze Bundesligi lat 90. – magazyn piłkarski
6.40 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski
7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – FC Köln
9.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Torino FC – Inter Mediolan
11.00 AJ Auxerre – Małe miasto, wielki klub – film dokumentalny
11.40 Made in Italy (4) – magazyn piłkarski
11.55 Piłka nożna – mecz towarzyski: FC Tokyo – Borussia Dortmund
14.00 Formuła 1: GP Węgier
16.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Cagliari

DISCOVERY CHANNEL HD
7.00 Klan z Alaski – dok.
8.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dok.
9.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 – serial dok.
10.00 Złoto drwali – dok.
11.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (11) – dok.
12.00 Celnicy na straży Niemiec (5) – dok.
13.00 Złomowisko PL 4 (4, 5) – serial dokum.
15.00 Nic do ukrycia 2 (2)
16.00 Bracia Collins biorą się do roboty (1)
17.00 Ciężarówką przez Afrykę (7) – dok., Pol.
18.00 Ed Stafford: inicjacja – dok.
19.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dok.

20

KOLARSTWO



18.30 Wyścig Clasica San Sebastian

Trudom trasy 45. edycji wyścigu stawi czoło między innymi João Almeida z UAE Teamu Emirates.

19.30 Biegi górskie: GT World Series
20.00 Lekkoatletyka: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 6. dzień
23.00 Snooker: Turniej Shanghai Masters – mecz półfinałowy
0.00 Poker: World Series – Las Vegas
2.00 Lekkoatletyka

SPORTY WALKI



19.00 UFC Fight Night – walka: Uros Medic – Daniel Rodriguez

Obaj uczestnicy walki wieczoru w Belgradzie wejdą do klatki podbudowani trzema zwycięstwami z rzędu.

22.00 Sporty walki: UFC Fight Night – studio
23.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – kwalifikacje
1.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – kwalifikacje
3.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – kwalifikacje

MAGAZYN PIŁKARSKI



18.00 Premier League Review

Przypomnienie skrótów wszystkich spotkań poszczególnych kolejek ligi angielskiej minionego sezonu.

20.00 Boks: BKFC Fight Night: Newcastle: L. Garside – B. Taylor
0.15 Speedway+ – mag.
0.55 Bohater z Cienia – serial dokum., Polska
2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Piast Gliwice – Wisła Kraków
4.25 Premier League: The Big Interview (38) – mag. piłkarski

SKOKI NARCIARSKIE



17.30 Letnie Grand Prix w Wiśle

Zawody na skoczni imienia Adama Małysza inaugurują tegoroczny cykl LGP.

19.55 Skoki do wody: ME – Paryż 2026 – wieża 10 m synchronicznie kobiet
20.40 Sportowy wieczór – program inform.
21.10 Piłka nożna: Superpuchar Portugalii: Porto – SCU Torreense
23.25 Skoki do wody: ME – Paryż 2026 – trampolina 1 m mężczyzn

PIŁKA NOŻNA



18.00 Mecz towarzyski: FC Tokyo – BVB

Wicemistrzowie Niemiec mierzą się z 11. zespołem poprzedniego sezonu J1 League.

20.00 GP Confidential – magazyn Formuły 1
20.40 Formuła 1: GP Węgier
22.40 Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością – film dokumentalny
23.20 Ligue 1 Show (35)
23.55 Bundesliga Special (21) – mag. piłkarski
1.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial

DOKUMENTALNY



20.00 W oku cyklonu: Łowcy burz – USA

Niezwykła trąba powietrzna na północy ściąga łowców burz z Kanady. Freddy, Tanner i Connor przemierzają Nebraskę. Ścigają się z czasem, by dopaść „tornado roku".

21.00 Najniebezpieczniejszy zawód świata 22 – dok.
22.00 Złoto drwali – dok.
23.00 Akta ekspedycji 2 – serial dokum.
0.00 Tajemnice Alaski
1.00 Rolnicy w akcji (4)
2.00 Łowcy staroci 12 (12, 13) – serial dokum.

EUROSPORT 2 HD
10.45 Biegi górskie: GT World Series – Trydent
11.15 Biegi górskie: GT World Series – Quebec
11.45 Biegi górskie: GT World Series – Pitztal
14.00 Snooker: Turniej Shanghai Masters – mecz półfinałowy
16.30 Motocross: Mistrzostwa świata w Loket – 2. wyścig w klasach MX2 i MXGP
17.30 Skoki narciarskie: Letnie Grand Prix w Wiśle
19.00 Golf: Rocket Classic – 3. runda
0.00 Lekkoatletyka: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 6. dzień

POLSAT SPORT 2 HD
4.30 Tenis: Turniej ATP w Los Cabos – półfinały
10.00 Magazyn Polskiego Sportu
11.00 Piłka ręczna plażowa: MP – Tczew 2026
14.20 Piłka ręczna plażowa: MP – Tczew 2026
17.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – kwalifikacje
19.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – kwalifikacje
21.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – kwalifikacje
23.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – kwalifikacje
0.30 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – półfinały

CANAL+ SPORT 2 HD
10.40 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – ćwierćfinał
13.00 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – ćwierćfinał
15.20 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – ćwierćfinał
17.40 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – ćwierćfinał
20.00 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – półfinał
22.00 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – półfinał
0.15 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – półfinał

EXTREME CHANNEL HD
8.00 WWE Classic Gold (1)
9.00 KPW – Kombat Pro Wrestling Arena (27)
11.00 WWE Highlights (1, 6)
12.00 LoW – Legacy of Wrestling (3)
15.00 WWE Classic Gold (73)
15.15 WWE Highlights (49)
15.45 WWE Classic Gold (87)
16.00 New Japan Pro-Wrestling (51)
20.00 AEW Dynamite (2630)
22.00 New Japan Pro-Wrestling (51)
2.00 WWE Highlights (51)
2.30 New Japan Wrestling – Highlights (15)
3.00 X Games – Shanghai

ELEVEN SPORTS 2 HD
12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – 1. FC Köln
14.00 Piłka nożna: Liga włoska: SS Lazio – Inter
16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Mainz – Bayern
18.00 Formuła 1: GP Węgier
20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Parma Calcio 1913
22.00 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag. piłkarski
22.50 Made in Italy (19, 18, 17, 16) – mag.
0.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: AVS Futebol SAD – FC Porto

DISCOVERY LIFE HD
10.30 Pojedynek na modę (4)
11.15 Megasknery 2 (8, 10)
12.45 Klinika bez tajemnic
14.45 Powrót doktora Szczyta
15.45 Szpital (338, 340, 341, 345)
19.45 W czym do ślubu? (1, 2)
20.45 Wielkie wesela amerykańskich Romów
21.45 Gdy jeden mąż to za mało (1) – reality show
22.45 Mroczne sekrety Playboya (3) – serial dok.
23.45 Sekrety chirurgii (5)
0.45 Sekrety lekarzy (9, 10)
2.45 Eks-tra zmiana (6) – rozr.
3.45 19+ (6, 7) – serial paradok.
4.45 Niezwykłe przypadki medyczne (8)

POLSAT SPORT FIGHT HD
13.00 Sporty walki: Game Changer MMA 5: M. Wach – K. Bielecki
14.45 Strzelnica Navala (5)
15.20 Sporty walki: Babilon MMA 51 w Ciechanowie: S. Kołecki – P. Mysiala
17.10 Boks: Rocky Boxing Night w Żukowie – waga bridger: N. Jeżewski – R.Brito
17.55 Z archiwum ESPN – mag.
19.00 Sporty walki: Game Changer MMA 6 w Rabce Zdroju
0.00 Sporty walki: FEN 52 w Ostrowie Wielkopolskim – walka: Marcin Łazarz – Bartosz Szewczyk

POLSAT SPORT 3 HD
6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
10.20 Piłka ręczna plażowa: Mistrzostwa Polski – Tczew 2026
11.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie
15.40 Piłka ręczna plażowa: Mistrzostwa Polski – Tczew 2026
20.00 Magazyn Polskiego Sportu
21.00 Piłka nożna: Liga czeska: FC Banik Ostrawa – Slavia
23.00 Piłka ręczna plażowa: MP – Tczew 2026
1.00 Sporty walki: Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
10.15 Premier League Stories (51) – magazyn piłkarski
10.50 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Motor Lublin – Jagiellonia Białystok
13.10 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Arged – Stal
16.00 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: Polonia Bydgoszcz – Polonia Piła
18.45 Speedway+ – mag.
19.30 1 na 1 Extra – mag.
20.45 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Arged – Stal
23.30 Liga+ – magazyn piłkarski
0.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Korona Kielce – Górnik Zabrze

ELEVEN SPORTS 4 HD
12.00 Werder Double – dok.
13.00 Made in Italy (15-18)
14.00 Goal Arena Bundesligi
16.00 Piłka nożna: Liga francuska: Lens – Nantes
18.00 Ligue 1 Show (35) – mag.
18.30 Bundesliga Special
20.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: GD Estoril Praia – SL Benfica
22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Sassuolo – Milan
0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – 1. FC Köln
2.00 HHH – Hamburger SV – film dokumentalny
2.40 Werder Double – dok.

ELEVEN SPORTS 3 HD
11.00 Bundesliga Special
12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Hellas
14.00 Piłka nożna: Liga francuska – Multiplex
16.00 Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością – dok.
16.30 Ligue 1 Show (35) – mag.
17.00 Made in Italy (15-18)
18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Milan – Atalanta
20.00 Goal Arena Bundesligi
22.00 Piłka nożna: Liga francuska: Lens – Nantes
0.00 Birds of paradise – dok.
0.35 Najlepsi pomocnicy Bundesligi lat 90. – mag.

CANAL+ DOKUMENT HD
14.25 Motocyklem przez Włochy. Niezapomniane przeżycie – film dokum.
15.25 Hannah Arendt: Myślenie jest niebezpieczne – film dok.
16.55 Prost (1, 2) – serial dok., Fr.
18.45 Królestwo koziorożców w zagrożeniu – film dok.
19.45 Lasy deszczowe Borneo
20.45 KarakoRun – film dokum.
21.45 Japonia. Mroźne królestwo – film dok., Fr.
22.45 Legendy Ziemi – dok., Fr.
23.45 Czułe oblicze sawanny
0.45 Dynastia lampartów. Rana władca Parku Jhalana – dok., Austria

eprasa.pl dec786d728
P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Autostrada spotkań z UFO** – serial dok.
8.00 **Zoom na architekturę** – serial dokumentalny
10.00 **Jak to jest zrobione?** – dok.
12.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki** – dok.
14.00 **Tajemnice lądowania na Księżycu** (3, 4) – serial dokumentalny
16.00 **Autostrada spotkań z UFO** – serial dok.
18.00 **Jak to jest zrobione?** – serial dokumentalny, Kanada
20.00 **Największe paranormalne zagadki** – serial dok.

ID HD

6.00 **Wyrok do podważenia** – serial dokumentalny
8.00 **Krótkie życie, niewyjaśniona śmierć** – serial dok.
10.00 **Morderstwo na prowincji 6** – serial dokumentalny
12.00 **Demony Hollywood** – serial dokum.
14.00 **Morderstwo w tropikach** – dok.
16.00 **Nazywali go Mostly Harmless** – film dokum., USA 2024
18.00 **Morderstwo na bagnach 3** – serial dokumentalny, USA
20.00 **Sprawa dla medium i detektywa 9** – serial dokum., USA

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

6.00 **Najniebezpieczniejsze drogi Europy** (3, 4) – serial dokumentalny, Norwegia 2021
7.55 **Ekstremalne zagrożenia** (3, 4): Więźniowie; Drogi – serial dokumentalny, USA 2025
10.00 **Katastrofa w przestworzach** (10, 6, 3, 8, 5, 4) – serial dokumentalny, Kanada
16.00 **Car S.O.S** (3) – serial dokumentalny, USA
17.00 **Wojna z ZSRR: Wielkie konstrukcje III Rzeszy** (2) – film dokumentalny, Kanada 2018

FOKUS TV DVB T2

6.00 **Wehikuł czasu** (801)
6.05 **48h. Zaginieni** (46) – serial krym., Polska
7.00 **Rolnicy. Podlasie** (3, 4) – serial dokum.
9.00 **Pociągiem po Europie** (3) – dok.
10.00 **Świat z góry. Podróże pociągiem** (3) – dok., Wlk. Bryt.
11.00 **Bitwy morskie – historia okrętów wojennych** (3, 4)
13.00 **Rolnicy. Podlasie** (16-18) – serial dok.
16.00 **Podglądacze przyrody 2** (6, 7)
17.00 **Największe statki świata** (5) – dok.
18.00 **Najniebezpieczniejsze drogi do szkoły 3** (2) – dok.

TVP HISTORIA DVB T2

10.20 **Lena na Bałkanach** (2) – cykl reportaży
10.50 **Podziemne Włochy**
11.50 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja
12.55 **Wyspy Kanaryjskie** (4) – serial dok., Niem.
14.00 **Ex Libris** – magazyn
14.30 **Godzina W**
15.55 **Powstanie Warszawskie. Pragnienie wolności**
16.35 **Człowiek, który rozpoczął powstanie**
17.25 **Blisko, coraz bliżej** (18) – obycz., Pol. 1986
18.50 **Powstanie zwykłych ludzi**
19.55 **Pomiędzy – 1944-1945**

HISTORY HD

11.10 **Największe tajemnice świata 7** (5) – serial dok., USA
12.05 **Starożytni kosmici 14** (20) – dok.
13.05 **Tajemnice zaginionych miast** (2) – serial dokum.
14.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 5** (4) – dok., USA 2024
14.55 **Gwiazdy lombardu 25** (17)
15.50 **Gwiazdy lombardu 13** (1)
16.15 **Piątka z historii** (5, 6) – serial dokum.
17.10 **Starożytne armie: Święty Zastęp** (1) – serial dokum.
19.05 **Starożytni kosmici 17** (17, 3)

DOKUMENTALNY



22.00 **Klątwa Trójkąta Bermudzkiego**

Zespół przygląda się sprawom zaginięć osób w regionie Trójkąta Bermudzkiego. Wielu okolicznych mieszkańców jest przekonanych, że ma z tym związek morski potwór.

0.00 **Na tropie legendarnych potworów** – serial dokumentalny, USA
2.00 **Tajemnice Alaski** – serial dokumentalny
4.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki** – serial dok., Wielka Brytania

REALITY SHOW



21.00 **Nawiedzona Irlandia** – Wielka Brytania 2023

Chris Fleming oraz Vogue Williams odwiedzą 200-letni zamek w hrabstwie Offaly. Stary budynek w sercu Irlandii prawdopodobnie zamieszkują istoty nadprzyrodzone.

23.00 **Miasteczko demonów** – dok.
1.00 **Nawiedzona Irlandia** – reality show
3.00 **Sprawa dla medium i detektywa 9** – serial dokum., USA
4.00 **Demony Hollywood** – serial dokum.

DOKUMENTALNY



18.00 **Hitler: Zaginione taśmy III Rzeszy** (2)

Po nieudanej próbie zamachu Hitler został skazany za zdradę stanu. Wyszedł jednak na wolność już po sześciu miesiącach.

19.00 **Spacer bez końca: Chiny** (1, 2) – dok.
20.00 **Pompeje: Podróż w czasie z Tomem Hiddlestonem** (1)
21.00 **Starożytne konstrukcje** (1)
22.00 **Ukryte pod miastami** (1) – dok.
23.00 **Ciemna strona świata** – serial dok.

DOKUMENTALNY



19.00 **Jak to wyjaśnić 2** (28, 1) – USA 2021

Widzowie przekonają się, czy widziane w Gruzji stworzenie przypominające dinozaura jest czymś nowym dla lokalnych naukowców.

20.00 **Tajemnice zamków** (5) – serial dok., Kan.
21.00 **Niezwykłe konstrukcje 2** (5)
22.00 **Niewyjaśnione zagadki** (9) – dok.
23.00 **Poza kontrolą. Erupcja Mount St. Helens** – dok.
0.00 **Przestępcze podziemie** (1)

HISTORYCZNY



21.25 FILM **Kurier** – Polska 2019, reż. Władysław Pasikowski, 120 min

Rok 1944. Jan Nowak ma przedostać się z Anglii do Polski, by przekazać dowództwu AK ważną informację. Jego śladem podążają gestapo i szpiedzy.

23.25 FILM **Sierpniowe niebo. 63 dni chwały** – film wojenny, Polska 2013, 90 min
0.55 **Historia w postaciach zapisana** – cykl dok.
3.00 **Blisko, coraz bliżej** (18) – obycz., Pol. 1986

DOKUMENTALNY



21.00 **Imperium rzymskie: powstanie i upadek** (2) – USA 2026

Od 160 roku n.e. Cesarstwo Rzymskie zaczęło przejawiać coraz więcej kryzysów. Na granicach nasiliły się najazdy plemion germańskich, a kraj dziesiątkowała dżuma.

23.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 7** (1, 2) – serial dok., USA
0.50 **Starożytni kosmici 17** (3) – dok.
1.50 **Starożytne armie: Święty Zastęp** (1) – serial dokum.

DISCOVERY HISTORIA HD

10.00 **Brudne skarby** – dok.
12.00 **Podziemne sekrety** (8)
13.00 **Listy z płonącej Warszawy** – film dokum.
14.00 **Wyścigi po antyki** – dok.
15.00 **Zoom na architekturę**
17.00 **Listy z płonącej Warszawy** – film dokum.
18.00 **Łowcy staroci** (1) – dok.
19.00 **Na ratunek starociom**
19.30 **Wstęp wzbroniony** (1)
20.00 **Hazardziści** – serial dok.
21.00 **Nawiedzona Irlandia**
23.00 **Maria z Nazaretu** – dok.
0.00 **Listy z płonącej Warszawy** – film dokum.
1.00 **Akta ekspedycji** – dok.
2.00 **Było, nie było** (7) – dok.

PLANETE+ HD

13.35 **Krok przed katastrofą**
14.40 **Natura. Proces ciągłej zmiany** – film dok., Niem.
15.50 **Watykan. W jakim stanie jest Kościół?** (1)
16.55 **Wielki smog londyński**
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4**
18.40 **Polska z góry 9** (8, 9)
19.45 **Robert De Niro. W centrum uwagi** – dok.
20.50 **Henry Ford. XX-wieczny życiorys** – film dokum., Fr.
22.00 **Komensky. Edukacja tworzy człowieka** – dok.
23.10 **Eddy Merckx, zwany Kanibalem** – film dokum.
0.20 **Zdrajcy/Patrioci** (1) – dok.
1.25 **Polska z góry 4** (12) – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

13.00 **Tytani afrykańskich rzek** – film dokumentalny
14.00 **Dziki Wietnam** (2) – dok.
15.00 **Afrykańska rzeka widmo** (1) – serial dok.
16.00 **Jezioro Tanganika: serce Afryki** – film dokumentalny
17.00 **Zadziwiająca Australia**
18.00 **Królestwo białego wilka** (3) – film dokum., USA 2019
19.00 **Porażka drapieżnika** (3)
20.00 **Europa z powietrza** (2)
21.00 **Porażka drapieżnika: triumf ofiary** (1) – dok.
22.00 **Najgroźniejsze zwierzęta Afryki** (2)
23.00 **Europa z powietrza** (5)
0.00 **Niezwykły dr Pol** (8, 9)

POLSAT VIASAT NATURE HD

6.25 **Zabójcza pogoda 2** (3-6)
10.30 **W poszukiwaniu irbisów: Pogoń za cieniem** (1) – serial dokum.
11.45 **W okowach mrozu 4**
16.45 **Weterynarz ze szkockich wyżyn** (9, 10)
18.40 **David Attenborough i cmentarzysko mamutów** – film przyrod.
19.50 **David Attenborough i smok morski** – film dok.
21.00 **W poszukiwaniu irbisów: Pogoń za cieniem** (1, 2) – dok., Niem.
23.15 **Zwierzęta: maszyny doskonałe** (2) – dok., Kan.
0.15 **Zabójcza pogoda 2** (2-7)

BBC EARTH HD

10.00 **Sekretne życie ogrodu**
11.05 **Wietnamskie przygody Billa Baileya** (2) – dok.
12.10 **W okowach mrozu 3**
17.15 **Potęga ssaków: kulisy**
17.30 **Wietnamskie przygody Billa Baileya** (2) – dok.
18.40 **Najpiękniejsze trasy spacerowe** (8) – dok.
19.45 **Wyspy Atlantyku** (1, 2)
21.55 **Naturalnie odmienione życie** (1) – dok., Wlk. Bryt.
22.55 **Sekretne życie ogrodu**
0.00 **Na krawędzi katastrofy**
1.00 **Sekrety długowieczności** (2)
2.05 **Wielkie koty 24/7** (3-5)
4.50 **W okowach mrozu 3** (6)

ANIMAL PLANET HD

11.00 **Weterynarz z Gór Skalistych 7** – serial dok.
13.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
15.00 **Śladami rekinów** – dok.
16.00 **Zwierzęta – czego nie widać** – serial dokum., USA
17.00 **Cuda z drewna** – dok.
18.00 **Na suma bez wędki**
19.00 **Jak to robią zwierzęta?**
20.00 **Na tropie dzikich zwierząt 3** (3, 4) – dok.
21.00 **Nowojorskie Zoo – Bronx 3** – serial dokum.
22.00 **Baseny z rozmachem**
23.00 **Człowiek w roli ofiary**
1.00 **Na tropie legendarnych potworów** – serial dokumentalny, USA 2019

TVP DOKUMENT HD

11.50 **Życie lasu. Storczyki**
12.35 **Bocian biały** – film dokum.
13.00 **Podróże Małej i Dużej 4**
13.30 **Tacy byliśmy** (7)
14.00 **Islandia, królestwo maskonurów** – film dok.
15.00 **Królestwo mrówek**
16.05 **To działa. Polskie innowacje bez granic** (4)
17.00 **Podróżnicy – odkrywcy**
18.05 **Sanatorium miłości 7** (2)
18.55 **Wanda. Ostatnia z oddziału** – film dokum.
20.00 **Nowa Warszawa** – dok.
21.20 **Warszawskie dzieci '44**
22.30 **Wstrzymując oddech**
0.15 **Sanatorium miłości 7** (1)
1.10 **Podróże z historią** (10)

POLSAT DOKU HD

11.35 **Sekretny świat amiszów** – dok., Wlk. Bryt.
12.50 **Top Guns – SuperBroń**
13.45 **Kultowe pociągi – najwspanialsze podróże koleją** – film dok.
14.55 **Świat z góry. Jedwabny Szlak** (1-3) – dok., Singapur
18.25 **Świat z góry** (5, 6) – dok.
19.35 **Top 10 Największe tajemnice świata** (1, 2)
20.55 **Militarny top 10** (9) – dok.
22.00 **Tokio nocą. Sekretna Japonia** – film dokum., Fr.
23.10 **Miłość i seks w Chinach** – film dok., Francja 2013
0.30 **Brudne sekrety tajskiej seksturystyki** – film dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

6.00 **Australijscy łowcy bydła 2** (5) – dok., Australia
6.30 **Ekstremalna pomoc drogowa 2** (4-8) – dok.
11.15 **Australijscy poszukiwacze złota 6**
16.10 **Złoto Jukonu** (1-5) – dok.
21.00 **Za kratami: najcięższe więzienia na świecie 5** (4) – serial dok., Kan. 2025
22.00 **Internetowy seksbiznes 2** (1) – dok.
23.00 **Morderstwa w krainie Amiszów** (3) – dok., Kan.
0.00 **Bohaterowie z St. John's** (6-10) – dok., Kan.
3.45 **Bohaterowie z St. John's 2** (1-3) – dok., Kan.

POLSAT VIASAT HISTORY HD

6.15 **Zakazana historia 7** (5)
7.05 **Największe postaci zimnej wojny** (1-3) – dok.
10.25 **Naziści: korzenie zła** (13-15) – serial dokum., Kan.
13.20 **Najgroźniejsi ludzie Hitlera** (1-5) – serial dok.
17.55 **Konkwistadorzy: powstanie i upadek** (4-6) – serial dok., Wlk. Bryt. 2023
21.00 **Życie prywatne przywódców Rzeszy** (1, 2) – serial dokumentalny
22.55 **Informator z Oświęcimia** – film dok.
0.05 **II wojna światowa: cena imperium** (1-5) – dok.
4.45 **Zakazana historia 7** (5)

CI POLSAT HD

15.05 **Absurdalne przestępstwa 3** (12, 14)
16.00 **Dowody zbrodni: Morderstwa na bagnach** (5) – dok.
17.00 **Pogrzebani za domem 6** (13) – serial dokumentalny
18.00 **Cyfrowe dowody zbrodni** (1) – serial dok.
19.00 **Tajemnice sekt: poligamia** (5) – serial dok.
20.00 **Zabójcze wakacje** (1)
21.00 **Wakacyjne zbrodnie**
22.00 **Protokół zbrodni** (5)
23.00 **Najgroźniejsi seryjni mordercy** (4) – serial dok.
23.55 **Chippendales: mroczne sekrety** (4) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 **Dziwaczne potrawy: smakowite miasta**
10.10 **Niezwykłe Stany Prokopa** (3-5, 1) – pr. rozr.
12.15 **Baseny z rozmachem**
14.20 **Ciężarówką przez Stany**
15.55 **Człowiek kontra jedzenie** (34-37) – mag.
18.00 **Dziwaczne potrawy: smakowite miasta** (5-8)
20.00 **Nagi instynkt przetrwania** (16) – dok.
22.00 **Azja Express** (5)
23.35 **Górskie potwory** (9, 10)
1.35 **Hotelowe rewolucje**
4.35 **Tu jest pięknie** (6) – rozr.
5.10 **Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta** (1)

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

eprasa.pl dec786d728

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – mag.
11.10 Cafe Fogg (1)
11.30 Podróże z historią (17) – serial dokum.
12.05 Sto minut wakacji (2, 3) – serial przyg.
13.05 Powstańcy – cykl fel.
13.15 UNESCO: Skarby Polski – dok., 2025
13.45 Echo serca (7)
14.35 Na sygnale (653, 654)
15.35 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin.
16.05 Umrzeć za Warszawę
17.00 Teleexpress
17.15 Powstańcy – cykl fel.
17.20 Chichot losu (2)

TVP ROZRYWKA

12.20 Prywatne życie zwierząt 13 (1)
12.55 Daję słowo – Maciej Orłoś 2 (38)
13.50 Postaw na milion
15.45 Moje przeboje (2)
16.25 Omnibus – szybcy i mądrzy (17) – telet.
16.50 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (17)
17.10 Omnibus – szybcy i mądrzy (18) – telet.
17.40 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (18)
18.00 Koło fortuny (1993)
18.40 Moje przeboje (4)
19.15 Olga Lipińska zaprasza (14)
20.05 Program rozrywkowy

POLSAT CAFÉ

6.00 Komisarz Mama (33, 34) – serial kryminalny
8.00 Bogaty dom – biedny dom (117, 118, 129) – reality show
11.00 Nasz nowy dom (260) – reality show
12.00 Shopping Queens. Królowe Zakupów (55-57) – program rozrywkowy
15.00 Kolacja w ciemno (9-11) – program rozrywkowy
18.00 Nasz nowy dom (261, 262)
Pan Paweł mieszka wraz z córką i ojcem. Ich dom wymaga pilnego remontu.

TV 4 DVB T2

6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (199) – reality show
7.00 Galileo (1201, 1202) – program popularnonaukowy
9.05 #Jesteśmy dla dzieci – magazyn
9.30 Galileo (1203, 1184, 1185) – program popularnonaukowy
12.35 Z dala od zgiełku FILM – dramat obyczajowy, Wielka Brytania/USA 2015, reż. Thomas Vinterberg, wyk. Carey Mulligan, Matthias Schoenaerts, 145 min
15.00 Policjantki i Policjanci (1401-1405) – serial obycz., Polska 2026

TTV HD DVB T2

9.45 Express – pr. inform.
10.05 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (6)
11.05 Nic do zgłoszenia 6 (11) – serial dokum.
12.05 Zakup w ciemno extra (3)
12.35 Zakup w ciemno 6 (10-12) – reality show
15.45 Express – pr. inform.
16.05 Idź na całość 2 (19)
17.05 Usterka 14 (17)
17.45 Express – pr. inform.
18.00 Pogoda, sport
18.10 Zakup w ciemno 6 (9) – reality show
19.05 Zakup w ciemno extra (2)
19.45 Express – pr. inform.
20.00 Idź na całość 2 (17)
21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 16 (2)

TVN STYLE HD

5.35 Anatomia piękna 2 (5) – program rozrywk.
6.30 Co za tydzień – mag.
7.10 Magda gotuje internet (1) – mag.
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.30 Jestem z Polski (6, 7, 9) – serial dok.
14.30 Kobieta na krańcu świata (5) – dok., Pol.
15.35 Projekt City (4) – program rozrywkowy
16.05 Bitwa o gości (8-ost.) – reality show
17.05 Zgłoś remont 11 (1) – program rozrywkowy
18.05 Ugotowani (12-ost.) – pr. kulin.-rozrywk.
19.05 Kuchenne rewolucje (12-ost., 8) – program rozrywkowy

20

WOJENNY



18.10 Godzina „W" FILM – Polska 1979, 80 min

1 sierpnia 1944 roku. Pluton AK pod dowództwem Czarnego szykuje się do ataku na hitlerowskie koszary. Powstańcy ruszają do akcji mimo braku wsparcia.

20.15 Pogoda
20.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu (1)
20.30 Warszawiacy śpiewają (nie) zakazane piosenki 2026 – koncert
22.10 Zatoka szpiegów 2
22.55 Powstańcy

ROZRYWKOWY

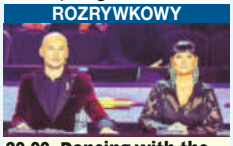


20.25 Kabaret Letnią Porą (17, 18)

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

22.20 Postaw na milion – teleturniej
0.20 Koło fortuny (1993)
1.05 Omnibus – szybcy i mądrzy (17) – telet.
1.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (17)
1.55 Omnibus – szybcy i mądrzy (18) – telet.

ROZRYWKOWY



20.00 Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami (158)

Widzowie będą podziwiać występy Magdy Mołek, Grażyny Szapołowskiej czy Macieja Kurzajewskiego. Umiejętności uczestników oceni m.in. Iwona Pavlović.

22.30 Hardcorowa miłość (4) – serial dokum., Pol.
23.00 Gry małżeńskie (202, 203) – reality show, Polska
1.05 Więzienie kobiet (61-64) – serial dok.
3.00 Zdrady (4-6) – serial paradokum.

KRYMINALNY



20.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (137-140)

W przemysłowej chlewni załoga znajduje zmasakrowane szczątki 30-letniej urzędniczki, powiązanej z właścicielami obiektu, Pawlickimi. Małżeństwo wskazuje na aktywistę.

0.00 Gwiazdy Kabaretu (165, 166) – pr. rozr.
2.05 STOP Drogówka – magazyn policyjny
3.05 Interwencja – mag.
3.25 Lubię disco! (293)
4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.
5.30 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.

SERIAL



22.00 Damy i wieśniaczki. PL 11 (10) – Polska

Justyna z Miszkowic poszukuje inspiracji w toskańskich muzeach, a Dorota z Pizy spróbuje odnaleźć spokój w oborze. Przed nimi szansa na nowe doświadczenia.

23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (8, 9) – pr. rozrywk.
1.00 Diabelnie boskie 2 (23, 24) – reality show
1.55 Zapukaj do moich drzwi (134, 135) – telen., Turcja 2020
3.55 Detektywi (49) – serial fab.-dok., Pol.

DOKUMENTALNY



21.05 Kate. Narodziny księżnej (3-ost.)

Widzowie poznają szczegóły biografii Kate Middleton, w tym losy jej relacji z księciem Williamem. Dowiedzą się, w jakich okolicznościach zdobyła jego serce.

22.10 Ślub od pierwszego wejrzenia (7, 8)
0.20 Seks – wypadki (17, 12) – fab.-dok.
2.20 Nieoczywiste miejsca (8) – dok., Pol.
2.55 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (10, 11) – mag.
4.20 Co nas truje (1)

TVP HD HD

7.55 Rodzinka.pl (269, 270)
8.55 Ojciec Mateusz 24 (312, 313) – krym., Pol. 2020
10.45 Czy wiesz, że? (292)
11.20 Na sygnale (700, 701)
12.25 Ojciec Mateusz 8 (101)
13.20 Komisarz Alex 5 (65)
14.15 Ranczo 10 (129, 130)
16.10 Postaw na milion – telet.
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 27 (344)
19.20 Ranczo 10 (122-124)
22.20 Wielkie wesele – kom. FILM romant., USA 2013, 95 min
23.55 Klangor (6-8) – krym., Pol.
3.00 Polowanie – thriller, FILM Polska 2023, 130 min

TVS HD

7.05 Klachy i Lachy – pr. rozr.
7.40 Koncert życzeń
9.25 Muzyczne dzień dobry
10.05 Przy muzyce po Śląsku
11.00 Klachy i Lachy – pr. rozr.
11.20 Koncert Gwiazd TVS – Rozgrzewka
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

8.00 Jakubiak rozgryza Chorwację (2-4) – mag.
9.35 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
12.55 Sensacje XX wieku
15.10 Czterej pancerni i pies (7, 8) – wojenny, Pol. 1966
17.05 Gang Olsena: Ostatnia misja FILM – komedia sens., Dania 1998, 135 min
19.20 I love kabaret EXTRA
20.05 Hity polskiego kabaretu 7 (3) – pr. rozr.
21.05 Za linią wroga – wojenny, FILM Wlk. Bryt. 2020, 115 min
23.00 Adam szuka Ewy. Niemcy 2 (1) – pr. rozrywk.
0.00 Magia nagości. Włochy

TLC HD

11.00 Rodzina Chantel 3
12.00 Moje paranoje – dok.
13.00 Szalenie oszczędni
14.00 Megaskinery na pomoc
15.00 Wielkie lato małych ludzi – reality show
16.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show
18.00 Wiza na miłość 12
20.00 Baylen – życie na głos 3
21.00 Design w australijskim stylu – program rozrywk.
22.00 Gdy jeden mąż to za mało – reality show
23.00 Moje paranoje – dok.
0.00 Dr Pryszczylla – dok., USA
1.00 Baylen – życie na głos 3 – serial dokumentalny, USA

C+ KUCHNIA HD

15.40 ABC gotowania – kuchnia amerykańska
16.05 M jak mięso 5 (1, 2) – dok.
16.55 Jamie Oliver: 5 składników po śródziemnomorsku (3)
17.50 Ekoporady z Julią Oleś 2 (4) – magazyn kulinarny
17.55 Jakubiak rozgryza Polskę 2 (1, 2) – mag. kulin.
18.50 Jedz, podróżuj, smakuj
19.50 Podróże piekarza z Hebrydów (3) – dok.
20.45 Kulisy wielkiej kuchni
21.40 Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia 2 (3) – pr. rozr.
22.35 Kuchenny recykling

TVN TURBO HD

9.35 Ciężarówką przez Stany
12.30 Wojny samochodowe
15.30 Zawodowi handlarze
17.00 Mobilni mechanicy (2, 4)
18.30 Usterka 16 (19, 20) – serial fab.-dokum., Polska 2025
19.30 Prawko na świecie. Jazda bez zasad (6) – rozr.
20.15 Z drugiej ręki (1) – mag.
21.00 Naprawy nie do naprawy (6) – mag.
21.45 Moto kombat (8) – mag.
22.25 Zawodowi handlarze
23.10 Wojny samochodowe
0.10 Duda kontra Szafrański (4) – program rozrywkowy
0.55 Niebezpieczne dzielnice (9) – serial dok., Polska 2024

NOWA TV DVB T

6.00 Wehikuł czasu (801, 802)
6.20 TV okazje (27, 28)
6.55 Wehikuł czasu (801, 802)
7.30 Interwencja – taka jest Polska (567) – mag.
8.20 Frieren. U kresu drogi
9.30 Dragon Ball Z Kai 2
13.00 One Punch Man (5, 6)
14.00 Co ludzie powiedzą? 3 (21-23) – serial komediowy
16.00 Miodowe lata (87-90)
19.45 Poirot 5 (3-6) – serial krym.
0.00 Ślad (78) – krym., Pol. 2019
1.00 Łowca pedofilów
3.00 TV okazje (28, 29)
3.50 Wehikuł czasu (801, 731)
4.00 Sala operacyjna (2, 5)
5.00 Pod lupą (6, 7) – magazyn

METRO

8.00 Klan z Alaski (13, 14)
10.00 Złomowisko PL 6 (9-11)
13.00 Gwiazdy lumpeksów
14.05 Makłowicz w drodze 2
14.35 Farma Clarksona (1)
15.50 Jestem z Polski (3, 4)
17.50 Kryminalni 4 (12, 13)
20.00 Król życia FILM – komediodramat, Polska 2015, 125 min
22.05 Mroczny rycerz powstaje FILM – sens., USA/Wlk. Bryt. 2012, 190 min
1.15 Szpital (813) – paradok.
2.15 Szkoła (555) – paradok.
3.15 Nowa Maja w ogrodzie 5 (17, 18)
4.20 Złomowisko PL 6 (10)

ANTENA HD DVB T2

9.10 Australijscy poszukiwacze złota 4 (9-12) – serial dok., Australia
13.10 Ciężarówką przez śniegi 3 (3-7) – serial dok.
18.00 77 TV 3 (6, 8) – pr. rozrywk.
20.00 Morderstwa we Francji FILM **– Mont-Saint-Michel** – dramat kryminalny, Francja 2022, 125 min
22.05 Morderstwo w rocznicę ślubu FILM – film kryminalny, USA 2020, 115 min
0.00 Michael Jackson: FILM **w poszukiwaniu szczęścia** – dramat biograficzny, USA 2017, reż. Dianne Houston, 140 min

WP DVB T

13.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2 (11)
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4 (10)
15.00 Policjanci z sąsiedztwa 8 (5, 6)
16.55 Pogoda
17.05 Policjanci z sąsiedztwa 2 (1) – dok.
18.05 Strażacy z sąsiedztwa 2 (9) – serial dok., Polska 2026
19.00 Policjanci w akcji (4) – serial obycz., Polska 2026
20.00 Policjanci z sąsiedztwa 2 (2, 3)
21.55 Pogoda
22.00 Mistrzowie Kabaretu 8
23.05 Mistrzowie Kabaretu 6

C+ DOMO HD

14.10 Wielkie projekty: Australia 11 (5) – dok.
15.20 Gardeners' World 16 (17)
16.30 Mam zamek 3 (4, 5) – dok.
17.30 Kupione i co dalej? 3 (2)
18.00 Daleko od miasta 13
19.00 Zbudujemy ten dom (9)
19.25 Zbudujemy ten dom 2
20.00 Adres: rezydencje marzeń (9) – serial dok.
21.00 Wielkie projekty: Australia 12 (5) – dok.
22.10 W mieście czy na wsi?
23.00 Luksusowa ucieczka 7
0.00 Wielkie projekty: Australia 10 (7) – dok.
1.00 Bitwa o wnętrza (5)
2.00 Meblokreacje 3 (6) – mag.

HGTV HD

12.40 Pogromcy chaosu (1)
13.45 Weekendowa metamorfoza 4 (1, 2)
15.35 Polowanie na ogród 9
16.40 Polowanie na ogród 8 (3)
17.15 House Hunters – Poszukiwacze domów 7 (6) – pr. rozrywk.
17.50 House Hunters – Poszukiwacze domów 8 (1, 2) – pr. rozr.
18.55 Będzie pięknie (4) – rozr.
19.55 Weekendowa metamorfoza 5 (4) – rozr.
20.50 Weekendowa metamorfoza 6 (1) – rozr.
21.45 Mieszkanie na miarę 4
23.40 Usterka 11 (10, 4, 6, 8)

eprasa.pl dec786d728

P! Premiera w TV

STACJE DZIECIĘCE | STACJE INFORMACYJNE

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Bogaty dom – biedny dom** (104) – reality show
7.30 **Ewa gotuje** (566, 567) – magazyn kulinarny
8.30 **Z klimatem i z pasją** (244) – program publicystyczny
9.00 **Dlaczego ja?** (1408-1412) – serial paradokum.
14.00 **Sekrety rodziny** (168) – serial paradokum., Pol. 2020
15.05 **Więzienie kobiet** (140-143) – serial dokumentalny, Polska
17.00 **Nasz nowy dom** (368) – reality show
18.10 **Polsat Hit Festiwal 2026** (6, 2) – koncert

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 **Wydarzenia**
6.40 **SuperLudzie 2** (26) – serial dok., Pol. 2018
7.15 **Była sobie Ziemia** (10-14) – anim., Francja
10.00 **Hotel**
FILM **Transylwania 3** – film animowany, USA/Korea Południowa 2018, reż. Genndy Tartakovsky, 120 min
12.00 **Świat według Kiepskich** (583-588) – serial kom., Pol. 2021
15.00 **Złomiarze** (4, 5) – serial dok., Pol. 2024
17.00 **Świat według Kiepskich** (588, 529-531) – serial komediowy, Polska
19.00 **Kolacja w ciemno** (22) – pr. rozrywk.

TV 6 DVB T

6.00 **Jeźdźcy smoków** – serial animowany, USA 2013
7.30 **Smocze wzgórze**
FILM **2. Magiczna kostka** – film anim., Hiszp. 2006, reż. Ángel Izquierdo, 85 min
8.55 **Cobra Kai** (41, 37-39) – serial przygodowy
11.50 **Strażnik Teksasu** (15, 16) – serial sens., USA 1998-1999
13.45 **Poirot** (2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
16.00 **Columbo** (25, 26) – serial kryminalny, USA 1974
20.05 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (75, 76) – serial kryminalny, USA 2005

BBC FIRST HD

6.00 **Z pamiętnika położnej 11** (7, 8) – serial obyczajowy, Wielka Brytania 2022
7.55 **Co ludzie powiedzą? 3** (4) – serial kom., Wlk. Bryt.
8.30 **McDonald i Dodds 3** (3) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2022
10.25 **Morderstwa w Midsomer** (5, 6) – krym., Wlk. Bryt. 1997
12.35 **Ojciec Brown 9** (3-5) – krym., Wlk. Bryt. 2021
15.35 **My Life is Murder 5** (3, 4) – krym., Australia/Nowa Zelandia 2025
17.35 **Z pamiętnika położnej 10** (3) – serial obyczajowy, Wielka Brytania 2021

TVP ABC DVB T2

7.05 **Agatka** (19, 20)
7.30 **Małe i duże przygody Miffy** (36)
7.40 **Ptyś i Bill** (37) – anim.
7.50 **Czarodziejskie miasteczko Pinokia** (35) – serial anim.
8.10 **Piotruś Królik 2**
8.35 **Wegezaury 2** (36)
8.40 **Świnka Peppa 7**
9.00 **Tru i Tęczowe Królestwo** (10)
9.30 **Studio Stodoła** (11)
10.00 **Kocie kalamburki**
10.20 **Bolek i Lolek w Europie** (4, 5)
10.45 **Rodzina Treflików 6** (76, 77) – serial anim.
11.10 **Odo** (2-4) – anim.
11.35 **Stacyjkowo** (51, 52)
11.55 **Pszczółka Maja** (36)
12.25 **Domisie** – dla dzieci

TVN 24 HD

6.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.50 **Kadr na Kino** – mag.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
15.30 **Ranking Mazura**
16.00 **Fakty po południu** – program inform.
18.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
19.05 **Kadr na Kino** – mag.
19.15 **Serwis informacyjny**
19.25 **Fakty po Faktach** – program informacyjny Dziennikarze prowadzący główny serwis informacyjny stacji wraz z zaproszonymi gośćmi komentują najważniejsze wydarzenia dnia.

CZARNA KOMEDIA



20.00 Życie toczy się dalej
FILM – USA 2022, 110 min
Claire wybiera się na pogrzeb przyjaciółki z college'u, Joyce. Jeszcze przed nabożeństwem podchodzi do jej męża i informuje, że zabije go w najbliższy weekend...
21.50 Człowiek z Toronto
FILM – komedia sensacyjna, USA 2022, 130 min
0.00 Ścigani – sens., USA/
FILM Niemcy 2008, 145 min
2.25 Interwencja – mag.
2.40 Wydarzenia
3.20 Ewa gotuje (499)
4.00 SuperLudzie (3)
5.00 Interwencja – mag.

SPORTY WALKI



20.00 Game Changer
LIVE **MMA 6 w Rabce Zdroju**
Podczas pojedynku wieczoru reprezentant Grappling Kraków, Michał Guzik, zmierzy się z Aslambekiem Arsamikovem. Będzie to pierwsza od roku walka polskiego zawodnika.
0.00 Obcy – ósmy pasażer
FILM **„Nostromo"** – horror s.f., Wielka Brytania/USA 1979, 145 min
2.25 Backdoor. Wyjście awaryjne (2) – kom.
2.55 Świat według Kiepskich (478, 479)

KRYMINALNY



22.00 Kości (131, 132) – USA 2011-2012
Właścicielka jednego z mieszkań w Waszyngtonie znajduje w lokalu zwłoki wynajmującej. Okazuje się, że ofiara była mistrzynią w jedzeniu hot dogów na czas.
23.55 Egzamin dojrzałości – film krótkometraż.
2.00 Krejzi patrol (53) – serial krym., Polska
2.30 Kochane pieniądze (29-31) – paradok., Pol.
5.35 SuperLudzie Extra (41) – magazyn
5.45 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.

KRYMINALNY



18.45 Śmierć z dala od palm (6)
Ktoś włamuje się do domu w miasteczku. Główny podejrzany ma alibi – podczas zdarzenia przebywał w celi. Esther prosi Humphreya, by rozwiązał tę zagadkę.
19.55 Śmierć pod palmami 4 (4) – krym.
21.00 Annika (6) – krym.
22.05 Milczący świadek 23 (3, 4)
0.20 Zaproszona (2)
1.35 Śmierć z dala od palm (6) – serial krym.
2.45 Z pamiętnika położnej 11 (7, 8)

MAGAZYN KULINARNY



13.00 Go-tu-jemy (21, 22)
Ekipa pokaże, jak zrobić puszne, ale też zdrowe placki z dodatkiem kefiru.
13.20 Tygrysek Percy i jego opowieści
13.45 Świnka Peppa (1-3)
14.10 Pająk Lucas 2 (71, 72)
14.30 Oli i Luna (71, 72)
14.55 Oktonauci 2 (71, 72)
15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (36) – mag.
15.40 Bella i Sebastian
16.05 Pat i świat 2
16.35 Dino Ranczo (69, 70)
17.05 Pszczółka Maja
17.30 Robin Hood (19, 20)
18.00 Mała Marinette

MAGAZYN REPORTERÓW



20.00 Superwizjer
Magazyn ukazujący problemy dnia codziennego. Reporterzy ujawniają korupcję władzy, skandale w policji i afery gospodarcze.
21.00 Ranking Mazura
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 Nic do zgłoszenia (1)
2.40 Nowa Maja w ogrodzie – mag.
3.00 Akademia ogrodnika – mag.

POLSAT PLAY HD

6.00 **Dorwać tuńczyka**
9.10 **Poszukiwacze historii**
10.10 **Powstanie warszawskie**
15.05 **Tajna historia XX wieku** (93, 94) – serial dokum., Pol.
16.05 **Pociągi** (9, 10) – dok., Pol.
17.05 **Polacy za granicą** (157)
18.10 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (34-36, 227)
20.05 **Wakacje z Bałtykiem** (27-30) – serial dokum., Pol.
22.00 **Polacy za granicą** (151, 147) – serial dok., Pol.
0.05 **Łowca pedofilów** (231-234) – serial dokum.
2.05 **Jedziemy na ryby!** (22, 23) – serial dokum., Pol.
4.05 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

8.55 **Dziwaczne potrawy** (2)
9.55 **MasterChef** (13) – pr. rozr.
11.25 **Wakacyjny turniej wypieków 2** (5)
12.25 **Kuchnia jak u mamy**
13.35 **Czas na deser** (5, 6)
14.40 **Molly gotuje na farmie**
15.45 **Kobieta na Dzikim Zachodzie** (4, 5) – mag.
16.50 **Szef Jet: przepis na Azję**
17.55 **Elitarny turniej wypieków** (6)
18.55 **Misja: kolacja** (1) – dok.
19.55 **Człowiek kontra jedzenie** (23-25) – mag.
21.25 **Kuchenne rewolucje**
23.35 **Jedzenie w trasie** (7, 1)
1.45 **Rozdrażnić tytanów 2**

POLSAT RODZINA HD

10.00 **Bogaty dom – biedny dom** (109, 110)
12.00 **Rodzina zastępcza** (8-11)
14.10 **Tajna historia Air Force One** – film dokumentalny
15.00 **Misja Santiago de Compostela** (1, 2) – dok.
16.00 **Świat z góry** (4, 5) – dok.
17.20 **Sąsiedzi** (37) – serial anim.
17.35 **Pingwiny z Madagaskaru** (25, 26, 1)
19.00 **Co ludzie powiedzą?** (4-6) – serial kom., Wlk. Bryt.
21.00 **Miodowe lata** (80) – kom.
21.55 **Spider-Man 2** – film
FILM przyg., USA 2004, 155 min
0.30 **Tajemnice Powstania Warszawskiego** (1, 2)

BBC LIFESTYLE HD

13.45 **Na bogato: sekrety pierwszej klasy** (2)
14.45 **Najlepsze hotele Indii** (1)
15.50 **Zapraszam do stołu: Wielka porcja 20** (6)
17.40 **Psyjaciele w potrzebie** (4) – program rozrywkowy
18.40 **Majorka: śródziemnomorskie smaki** (1, 2) – serial dokum.
19.45 **Wielkie amerykańskie wypieki 5** (5) – pr. rozrywk.
20.55 **Wielkie amerykańskie wypieki 7** (6) – pr. rozrywk.
22.00 **Psyjaciele w potrzebie**
23.00 **Wstydliwe choroby: online 3** (1, 2) – serial dokumentalny

NICK JR. HD

16.18 **Świnka Peppa 4** (10, 1-3)
16.43 **Świnka Peppa** (2-6)
17.13 **Świnka Peppa 6** (1)
17.18 **Świnka Peppa** (1, 3)
17.30 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (1) – anim., Fr.
17.55 **Barbapapa – szczęśliwa rodzinka** (1) – serial anim.
18.10 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (25) – anim., Fr.
18.40 **Dora 4** (9) – serial anim.
19.00 **Santiago z mórz** (2, 9)
19.45 **Rubble i jego ekipa** (2)
20.07 **Świnka Peppa 5** (10-13)
20.32 **Świnka Peppa** (20)
20.36 **Świnka Peppa 6** (6, 7, 9)
20.55 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (6-8) – anim.

POLSAT NEWS HD

15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.30 **Czysta Polska** – pr. inf.
16.55 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
17.15 **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 **Wydarzenia 24** – pr. inf.
0.00 **Interwencja – taka jest Polska** – mag. reporterów
0.55 **Wydarzenia wieczorne**

TVP KOBIETA DVB T2

14.00 **Rodzinka.pl** (160, 161) – serial komediowy, Polska
15.00 **Tańcząca ze światem – Chorwacja** (3) – mag.
15.30 **Ojciec Mateusz 4** (55, 56) – serial kryminalny, Polska
17.25 **Anna. Szczęśliwa i pogodzona** – film dok.
18.30 **Kombii na dobry wieczór** – widowisko
19.30 **Miłość i nadzieja** (322) – telenowela, Turcja 2022
20.30 **Wichrowe wzgórze** (303) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **Karol, władca Hiszpanii** (3, 4) – kostium., Hiszp. 2015
23.25 **Wierzę w Ciebie** – dramat
FILM biograf., USA 2020, 120 min

E! ENTERTAINMENT HD

8.50 **Very Cavallari** (7, 8)
10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów 16** (3, 4)
14.20 **Very Cavallari** (1, 2)
16.10 **Plastyczna fuszerka** (25)
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów 16**
20.30 **Very Cavallari** (3, 4)
22.30 **Plastyczna fuszerka** (1)
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów 16** (3, 4)
3.00 **Plastyczna fuszerka**
5.00 **Very Cavallari** (9)

TV TRWAM DVB T

17.30 **Przełamując bariery**
17.55 **Poczet wielkich Polaków** – pr. hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **W Naszej Rodzinie**
19.30 **Manna z Nieba**
19.45 **Modlitwa** – religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Kartka z kalendarza – powstanie warszawskie** – pr. eduk.
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Warto być ojcem** – mag.
22.15 **Głos serca** (142) – obycz.

BBC BRIT HD

11.35 **Jak budowano imperia 4** (1, 2) – dok.
13.40 **Cuda inżynierii** (3, 4)
15.40 **Cuda inżynierii kolejowej** (6) – serial dok.
16.45 **Wynalazki, które zmieniły świat** (5) – dok.
17.50 **Jak budowano imperia 4** (1, 2) – dok.
19.55 **Legendarne samoloty gaśnicze: ostatni lot** (2)
21.00 **Cuda inżynierii kolejowej** (6) – serial dok.
22.00 **Cuda inżynierii kolejowej 2** (1) – dok.
23.05 **Zelensky Story** (2) – dok.
0.10 **Putin i Zachód: kolejny rozdział** (1) – serial dokum.

MINI MINI+ HD

14.00 **Bing** (45, 46) – serial anim.
14.20 **Strażak Sam 16** (17, 18)
14.45 **Looloo Kids** (35) – anim.
15.01 **Gazu, pieski, gazu! 2** (4)
15.28 **Kicia Kocia 2** (3, 4) – anim.
15.45 **Jeżyk Happy** (24, 25)
16.02 **Marta mówi** (18) – anim.
16.30 **Zouk** (17, 18) – serial anim.
16.56 **Ciekawski George 6**
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.57 **Barbie i Teresa – przepis**
FILM **na przyjaźń** – film anim., USA 2025, 67 min
19.04 **Baczne oczka** (1-4)
19.40 **Smerfy** (17) – serial anim.
20.08 **Cloudy & Stormy** (5-8)
20.35 **Dolina Muminków 3** (1)
21.01 **Wierszyki domowe** (16)

TVP 3 DVB T2

12.35 **Rączka gotuje**
13.10 **Regiony na TAK**
13.30 **Program lokalny**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego**
15.25 **Piłka nożna:** Betclic 1. Liga – mecz: Arka Gdynia – Stal Rzeszów
17.30 **Program lokalny**
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.13 **Całkiem niezła historia**
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**

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

eprasa.pl dec786d728

Warto zobaczyć

12.50 TV 4
Wielki błękit
PRZYGODOWY Jacques pragnie zmierzyć się z mistrzem świata w nurkowaniu bez butli tlenowej. Musi wybrać między miłością a pasją. *Reż.: Luc Besson, A: Jean Reno, Jean Bouise, Jean-Marc Barr USA/Fr. 1988* **215 min ▶ do godz. 16.25**

13.30 TVN
Lemony Snicket: Seria niefortunnych zdarzeń
FAMILIJNY Chciwy wuj chce przejąć majątek osieroconych dzieci, którymi się zaopiekował. *Reż.: Brad Silberling, A: Jim Carrey, Meryl Streep, Billy Connolly, USA/Niemcy 2004* **140 min ▶ do godz. 15.50**

14.30 TVP KULTURA
Frankie i Johnny
MUZYCZNY Zakochani zarabiają na życie, śpiewając i tańcząc dla bogatych pasażerów parowca. Mężczyzna jest uzależniony od hazardu. *Reż.: Frederick de Cordova, A: Donna Douglas, Elvis Presley, Harry Morgan USA 1966* **95 min ▶ do godz. 16.05**

16.00 POLSAT
Zaginiony świat: Park jurajski
PRZYGODOWY Para naukowców trafia na wyspę, na której żyją ostatnie dinozaury. Zagraża im chciwy bogacz. *Reż.: Steven Spielberg, A: Jeff Goldblum, Pete Postlethwaite USA 1997* **170 min ▶ do godz. 18.50**

17.20 POLSAT FILM
Hobbit: Niezwykła podróż
FANTASY Grupa krasnoludów uczestniczy w wyprawie, która pozwoli ocalić królestwo Ereboru. Towarzyszy im hobbit. *Reż.: Peter Jackson, A: Ian McKellen, Martin Freeman, Ken Stott USA 2012* **220 min ▶ do godz. 21.00**

17.55 TV PULS
I znowu zgrzeszyliśmy, dobry Boże!
KOMEDIA Verneuilowie usiłują zniechęcić córki do osiedlenia się za granicą. Pokazują zięciom uroki Francji. *Reż.: Philippe de Chauveron, A: Christian Clavier, Chantal Lauby, Ary Abittan Francja 2019* **125 min ▶ do godz. 20.00**

20.00 PULS 2
Zabójca
THRILLER Dziennikarz jedzie do Australii. W trakcie wyprawy do parku narodowego on i pozostali turyści stają się celem wielkiego krokodyla. *Reż.: Greg Mclean, A: Radha Mitchell, Sam Worthington Australia/USA 2007* **115 min ▶ do godz. 21.55**

21.00 POLSAT FILM
Znaki
THRILLER SF Na polu pastora pojawiają się dziwne symbole. W okolicy dochodzi do zdarzeń sugerujących pozaziemską ingerencję. *Reż.: M. Night Shyamalan, A: Mel Gibson, Joaquin Phoenix, Rory Culkin USA 2002* **130 min ▶ do godz. 23.10**

→ filmowe hity


Zakochani mają wszystko, czego pragnęli. Brakuje im tylko dziecka.





21.20 TVP 1
Światło między oceanami

OBYCZAJOWY Weteran i jego żona wychowują przygarniętą córkę. Czeka ich trudna próba.

HIT DNIA Bohater wojenny Tom Sherbourne zatrudnia się jako latarnik na bezludnej wyspie, która leży u wybrzeży Australii. Wkrótce dołącza do niego ukochana żona Isabel. Małżonkowie wiodą szczęśliwe życie, dręczy ich jednak niespełnione marzenie o posiadaniu potomstwa. Po miesiącach bezowocnych starań Isabel popada w depresję. Wówczas para doświadcza cudu – do wyspy przybija mała łódź, w której Tom znajduje zwłoki mężczyzny, a u jego boku żywe niemowlę. On i Isabel postanawiają przyjąć dziecko do swego domu, by wychować je jak własne. Niestety, wkrótce okazuje się, że zrozpaczona matka poszukuje w okolicy zaginionej córki. Tom i Isabel stają w obliczu trudnego wyboru. HD **140 min ▶ do godz. 23.40**

Wlk. Bryt./Nowa Zelandia/USA/Kan. 2016
Reż.: Derek Cianfrance **Wyst.:** Michael Fassbender, Alicia Vikander, Rachel Weisz



20.00 TVN 7
Szeregowiec Ryan
WOJENNY Rok 1944. Alianci lądują w Normandii. Oddział kapitana Millera (Tom Hanks) musi odszukać żołnierza, którego trzej bracia polegli na froncie. Giną kolejni członkowie grupy. Ocalali podważają sens całej misji.

Reż.: Steven Spielberg Wyst.: Tom Sizemore
USA 1998 HD **215 min ▶ do godz. 23.35**



20.00 TVP KULTURA
Przełęcz ocalonych
WOJENNY Rok 1942. Desmond Doss (Andrew Garfield) służy w armii jako sanitariusz. Odmawia jednak zabijania, argumentując tę decyzję przekonaniami religijnymi. W trakcie bitwy o Okinawę ratuje 75 żołnierzy.

Reż.: Mel Gibson Wyst.: Sam Worthington
USA 2016 HD **145 min ▶ do godz. 22.25**



20.00 TV PULS
Ocean ognia
THRILLER Rosyjski admirał chce wywołać III wojnę światową. Oddział US Navy Seals stara się mu przeszkodzić. Trudnej misji patronuje szef Sił Zbrojnych Stanów Zjednoczonych, Charles Donnegan (Gary Oldman).

Reż.: Donovan Marsh Wyst.: Gerard Butler
USA/Fr. 2018 HD **140 min ▶ do godz. 22.20**



21.00 ZOOM
Książę i ja
KOMEDIA ROMANTYCZNA Paige (Julia Stiles) pragnie zostać lekarką. Poznaje Eddiego (Luke Mably), następcę duńskiego tronu. Młodzi zakochują się w sobie. Kobieta musi wybrać między uczuciem a zawodowymi ambicjami.

Reż.: Martha Coolidge Wyst.: Ben Miller
USA 2004 HD **130 min ▶ do godz. 23.10**



22.20 TV PULS
Hellboy
SCIENCE FICTION Władczyni czarownic przed wiekami została unicestwiona przez króla Artura. Teraz odzyskuje moc. Zamierza u boku magicznych istot zniszczyć ludzkość. Hellboy (David Harbour) musi ją powstrzymać.

Reż.: Neil Marshall Wyst.: Milla Jovovich
USA/Kan. 2019 HD **150 min ▶ do godz. 0.50**

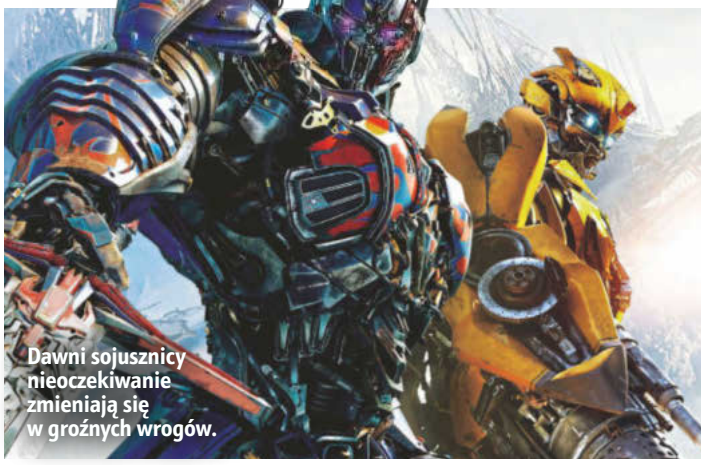


22.45 TVP KULTURA
Silent Twins
BIOGRAFICZNY Bliźniaczki June i Jennifer (Tamara Lawrance) przestają komunikować się ze światem. Milczące siostry karmią się marzeniami o pisarskiej sławie. Nastoletnia wyobraźnia kryje jednak mroczną stronę.

Reż.: A. Smoczyńska Wyst.: Letitia Wright
Pol./USA 2022 HD **125 min ▶ do godz. 0.50**

Oznaczenia: P! Premiera w TV HD Program także w standardzie HD
patrasa.olx.pl 780*726

→ filmo



Dawni sojusznicy nieoczekiwanie zmieniają się w groźnych wrogów.

19.45 TVN Transformers: Ostatni rycerz

SCIENCE FICTION Mieszkańcy Ziemi podejmują walkę z maszynami.

HIT DNIA Kosmiczne roboty od zarania dziejów przybywały na Ziemię, aby pomagać ludziom. Wiele przełomowych wydarzeń w historii dokonało się dzięki ich wsparciu. Porozumienie zostało jednak zerwane. Teraz los cywilizacji leży w rękach zdolnego wynalazcy Cade'a Yeagera, który ukrywa Bumblebee'ego na złomowisku, angielskiego lorda Edmunda Burtona – ostatniego członka tajnej organizacji chroniącej Autoboty, i profesor Wembley. HD 195 min ▶ do godz. 23.00

USA/Chiny/Kanada 2017 **Reż.:** Michael Bay **Wyst.:** Mark Wahlberg, Anthony Hopkins, Josh Duhamel, Laura Haddock



→ P!

20.00 HBO Oni cię zabiją

HORROR KOMEDIOWY Kobieta (Zazie Beetz) odkrywa, że budynek, w którym pracuje, jest siedzibą mrocznej sekty, a ona ma zostać złożona w ofierze. Ku przerażeniu swoich prześladowców zmienia się w skutecznego łowcę.

Reż.: Kirill Sokolov Wyst.: Patricia Arquette
USA 2026 HD 95 min ▶ do godz. 21.35



23.00 TVN Kod dostępu

SENSACYJNY Shear (John Travolta) zamierza okraść nielegalny fundusz rządowej agencji. W tym celu musi uzyskać dostęp do tajnego konta bankowego. Potrzebuje pomocy genialnego hakera, Jobsona (Hugh Jackman).

Reż.: Dominic Sena Wyst.: Halle Berry
USA 2001 HD 130 min ▶ do godz. 1.10



20.00 STOPKLATKA Bez przedawnienia

THRILLER Żołnierz zostaje oskarżony o udział w ludobójstwie. Żona nie wierzy w jego winę. Uważa, że armia chce uczynić z niego kozła ofiarnego. Prosi o pomoc byłego wojskowego prawnika, Grimesa (Morgan Freeman).

Reż.: Carl Franklin Wyst.: Adam Scott
USA 2002 HD 145 min ▶ do godz. 22.25



23.35 TVN 7 Ci, którzy życzą mi śmierci

THRILLER Młoda strażaczka Hannah (Angelina Jolie) chce pomóc nastolatkowi, którego ścigają uzbrojeni napastnicy. Razem uciekają przez las. By zamknąć ich w pułapce, bandyci wzniecają pożar.

Reż.: Taylor Sheridan Wyst.: Jon Bernthal
Kan./USA 2021 HD 130 min ▶ do godz. 1.45

→ sport



12.45 POLSAT SPORT 1 Liga Narodów

SIATKÓWKA LIVE Pora na finał ósmej edycji rozgrywek. Rok temu, także w Ningbo, najlepsza okazała się drużyna z Polski. Biało-Czerwoni w decydującym meczu pokonali Włochów 3:0. Obie reprezentacje przystąpiły również do tegorocznego turnieju finałowego. HD 165 min ▶ do godz. 15.30



14.40 C+ SPORT 3 Legia Warszawa – Zagłębie Lubin

PIŁKA NOŻNA LIVE Wojskowi wygrali z Miedziowymi na własnym stadionie siedem meczów z rzędu. Wzmocniony m.in. Filipem Szymczakiem zespół z Lubina postara się przerwać złą passę w starciach w stolicy. HD 135 min ▶ do godz. 16.55



17.25 TVP SPORT Śląsk – Raków

PIŁKA NOŻNA LIVE W pierwszym meczu u siebie po powrocie do Ekstraklasy Wrocławianie podejmą reprezentanta Polski w Lidze Konferencji. Spróbują zrewanżować się Rakowowi za porażkę 1:2 w 1/8 finału Pucharu Polski 2025/26. HD 170 min ▶ do godz. 20.15



19.15 C+ SPORT Unia Leszno – GKM Grudziądz

ŻUŻEL LIVE Gospodarze są na dobrej drodze, by zagrać o medale Ekstraligi. Po jedenastu rundach są trzeci w tabeli. Przed nimi starcie z GKM-em, który wciąż nie złożył broni w walce o występ w fazie play-off. HD 135 min ▶ do godz. 21.30

→ rozrywka



12.20 TVN Ugotowani

KULINARNY W Radomiu rywalizują ze sobą miłośnicy mięsnych potraw, gotowi na kulinarne wyzwania oraz smakowite eksperymenty. Kolejni uczestnicy prezentują swoje popisowe dania, starając się zachwycić innych nie tylko smakiem, lecz także pomysłowością. HD 70 min ▶ do godz. 13.30



17.35 TVP 1 Żona dla Polaka

REALITY SHOW W trakcie ostatnich spotkań w Chicago uczestnicy koncentrują się na wyborze tej jedynej, z którą wrócą do Polski. Nie brakuje romantycznych chwil podczas rejsów jachtami, na jaw wychodzą też nieoczekiwane uczucia. HD 65 min ▶ do godz. 18.40



21.20 TVP 2 Mazurska Noc Kabaretowa 2026...

SATYRA Przypomnienie widowiska pod hasłem „Muszkieterowie kabaretu". Wystąpili m.in. Ani Mru-Mru, Chyba i Andrzej Grabowski. Show poprowadzili Marcin Daniec, Jerzy Kryszak i Marcin „Jabbar" Wójcik. HD 125 min ▶ do godz. 23.25

→ dokument



10.15 ALE KINO+ Tim Burton: Potwór w kinie

KULTURA Kronika pięciu dekad twórczości filmowca, który uczynił swój znak rozpoznawczy z gotyckiej estetyki, czarnego humoru oraz empatii wobec outsiderów. HD 75 min ▶ do godz. 11.30

eprasa.pl dec786d728

TVP 1 HD DVB T2

5.25 **Sprawa dla reportera** – magazyn interwencyjny
6.20 **Słownik polsko@polski** (686) – 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** (16, 17) – serial wojenny, Polska
10.55 **Ojciec Mateusz 17** (220) – serial kryminalny, Polska 2017
11.55 **Między ziemią a niebem** – magazyn
12.00 **Anioł Pański**
12.15 **Między ziemią a niebem** – magazyn
12.45 **Portret kapłana:** O. Benedykt OFM – cykl reportaży, Polska 2026
13.10 **BBC w Jedynce: Planeta Ziemia 3** (7) – serial dokumentalny, Wielka Brytania
14.15 **Skoki narciarskie:** Letnie LIVE Grand Prix w Wiśle – studio
15.45 **Skoki narciarskie:** Letnie LIVE Grand Prix w Wiśle
16.35 **Skoki narciarskie:** Letnie LIVE Grand Prix w Wiśle – studio
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.35 **Żona dla Polaka** (9) – reality show
18.40 **Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – program publicystyczny
20.05 **Sport, pogoda**
20.25 **Gra z Cieniem** (5) – serial kryminalny, Polska 2024

TVP 2 HD DVB T2

4.45 **Barwy szczęścia** (3364-3366) – serial obyczajowy, Polska 2026
6.25 **M jak miłość** (1926) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.10 **Tour de Pologne – kroniki** – cykl felietonów
11.15 **Dzień z życia artysty:** Joanna Kurowska – talk-show
11.50 **Lato z Radiem i Telewizją Polską:** Poddębice – widowisko
14.00 **Familiada** – teleturniej
14.35 **Koło fortuny** (1915) – teleturniej
15.10 **Szansa na sukces. Opole 2026 2** (4): Pod Budą
16.15 **Tak to leciało!** (70) – teleturniej muzyczny
17.15 **Maxima. Droga na tron** (6) – serial biograficzny, Holandia 2024
Aleksander oficjalnie prosi Maximę o rękę. Zapewnia ukochaną, że dla niej gotów jest zrzec się praw do tronu. W tym samym dniu zostają upublicznione wyniki śledztwa dotyczącego przeszłości jej ojca.
18.15 **Rodzinka.pl** (291): Sny – serial komediowy, Polska 2025
Magdzie trudno pogodzić się z sytuacją mieszkaniową. Ludwik i Natalia odkrywają, że Kacper zamontował w piwnicy kamerę. Zastanawiają się, co mogła ona zarejestrować.
18.55 **Kocham Cię, Polsko!** (8) – program rozrywkowy
20.20 **Postaw na milion** – teleturniej

POLSAT HD DVB T2

4.55 **Disco Gramy**
5.40 **Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
8.30 **halo tu polsat** – magazyn
11.25 **Zakochany Madagaskar** – film animowany, USA 2013
11.50 **Hop** – film familijny, USA 2011, FILM reż. Tim Hill, wyk. James Marsden, Kaley Cuoco, Gary Cole, Elizabeth Perkins, 125 min
Wyspa Wielkanocna. Zajączek Zet ma przejąć po ojcu firmę produkującą słodycze. Marzy jednak o karierze perkusisty. Ucieka do Hollywood. Tymczasem kurczak Carlos próbuje przeprowadzić zamach stanu.
13.55 **Fałszywa dwunastka 2** FILM – komedia, USA 2005, reż. Adam Shankman, wyk. Steve Martin, Bonnie Hunt, Alyson Stoner, Forrest Landis, 125 min
16.00 **Zaginiony świat: Park jurajski** FILM – film przygodowy, USA 1997, reż. Steven Spielberg, wyk. Jeff Goldblum, Pete Postlethwaite, Richard Schiff, Peter Stormare, 170 min
Mija kilka lat od eksperymentów z przywróceniem do życia dinozaurów. John Hammond ponownie zaprasza na wyspę Iana Malcolma i Sarah Harding. O istnieniu gadów dowiaduje się Peter Ludlow. Chce je schwytać, by zarobić na nich fortunę.
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** (1717) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 **Kuchenne rewolucje** (9): Tomaszów Mazowiecki – Toscania – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.30 **Co za tydzień** – magazyn kulturalny
12.20 **Ugotowani** (9) – program kulinarno-rozrywkowy
13.30 **Lemony Snicket: Seria niefortunnych zdarzeń** FILM – film familijny, USA/Niemcy 2004, reż. Brad Silberling, wyk. Jim Carrey, Meryl Streep, Billy Connolly, Liam Aiken, 140 min
Rodzice Violet, Klausa i Słoneczka zginęli w pożarze. Dzieci trafiają pod opiekę dalekiego krewnego, hrabiego Olafa. Chciwy wuj zamierza pozbyć się pociech i przejąć odziedziczony przez nie ogromny majątek.
15.50 **Akademia policyjna 5: Misja w Miami Beach** FILM – komedia, USA 1988, reż. Alan Myerson, wyk. George Gaynes, David Graf, Matt McCoy, Bubba Smith, 125 min
Komendant Lassard na lotnisku przez przypadek zamienia walizki i zabiera bagaż ze skradzionymi diamentami. Złodzieje porywają pechowca. Na pomoc szefowi śpieszą absolwenci akademii policyjnej.
17.55 **Kuchenne rewolucje** (8): Myślibórz – Domowe Obiady u Rudej – program rozrywkowy
19.00 **Fakty, sport i pogoda**

DRAMAT OBYCZAJOWY



21.20 Światło między oceanami FILM – Wielka Brytania/Nowa Zelandia/USA 2016, 140 min

HIT DNIA

Weteran I wojny światowej Tom zatrudnia się jako latarnik na wyspie u wybrzeży Australii. Wraz z ukochaną żoną Isabel bezskutecznie stara się o dziecko. Pewnego dnia natrafia na łódkę, w której znajduje niemowlę. Małżonkowie przygarniają dziewczynkę. Okazuje się, że szuka jej matka.

23.40 **Dewajtis** (2) – serial kostiumowy, Polska 2023
0.40 **Miasto 44** FILM – dramat wojenny, Polska 2014, reż. Jan Komasa, wyk. Zofia Wichłacz, Józef Pawłowski, Anna Próchniak, Karolina Staniec, 135 min
Rok 1944. Zakochani w sobie Stefan i Alicja działają w konspiracji. Podczas walk o Warszawę ich miłość zostaje poddana próbie.
2.55 **Teksańczyk** FILM – western, USA/Hiszpania 1966, reż. Lesley Selander, wyk. Audie Murphy, Diana Lorys, Broderick Crawford, Aldo Sambrel, 90 min
4.25 **Sprawdzamy** – magazyn
4.45 **Zakończenie**

ROZRYWKOWY



21.20 Mazurska Noc Kabaretowa 2026. Muszkieterowie kabaretu (1, 2)

Tegoroczną edycję poprowadziło niezawodne trio satyryków: Marcin Daniec, Jerzy Kryszak oraz Marcin „Jabbar” Wójcik. Na scenie pojawili się m.in. Kabaret Ani Mru-Mru, Katarzyna Pakosińska, Andrzej Grabowski, Kabaret Chyba i Kabaret Małżeński. Premierowe skecze i największe przeboje zapewniły widzom pełen humoru wieczór.

23.25 **Harry Wild** (1, 2) – serial kryminalny, Irlandia/Wielka Brytania/Niemcy 2022, wyk. Jane Seymour, Rohan Nedd
Emerytowana profesor literatury Harriet zostaje napadnięta. Postanawia sama wytropić mordercę, którego poszukuje policja. Jej partnerem zostaje przypadkowo poznany rabuś.
1.30 **Król** (4) – serial sensacyjny, Polska 2020
2.45 **Medicus** FILM – film przygodowy, Niemcy 2013, reż. Philipp Stölzl, wyk. Tom Payne, Stellan Skarsgard, Olivier Martinez, Emma Rigby, 170 min

WIDOWISKO



19.55 Miss Polski 2026 (1-3)

W gali finałowej w Nowym Sączu wystąpią 24 kandydatki do tytułu najpiękniejszej. Zaprezentują się w kilku pokazach modowych, w tym w sukniach wieczorowych i ślubnych. O oprawę muzyczną zadbają m.in. Sound'n'Grace, Tatiana Okupnik oraz Cleo. Wydarzenie poprowadzą Ilona Krawczyńska i Agnieszka Hyży.

23.00 **Mayday** (1, 2) – serial komediowy, Polska 2019, wyk. Piotr Adamczyk
Taksówkarz Janek wraz z żoną Basią mieszka w Warszawie. Jest też mężem Marysi, z którą dzieli dom na obrzeżach miasta. Kobiety nie wiedzą o swoim istnieniu. Dobrą passę bigamisty burzy wypadek. Kłamstwa wychodzą na jaw.
1.00 **Erin Brockovich** FILM – dramat obyczajowy, USA 2000, reż. Steven Soderbergh, wyk. Julia Roberts, David Brisbin, Dawn Didawick, Albert Finney, 175 min
3.55 **Świat według Kiepskich** (394): Erotikon – serial komediowy, Polska 2012

SCIENCE FICTION



19.45 Transformers: Ostatni rycerz FILM – USA/Chiny/Kanada 2017, 195 min

Kosmiczne roboty od zarania dziejów przybywały na Ziemię, aby pomagać ludziom. Porozumienie między dwoma gatunkami zostało jednak zerwane. Teraz los ziemskiej cywilizacji leży w rękach Cade'a Yeagera, lorda Edmunda Burtona oraz oksfordzkiej profesor Vivian Wembley.

23.00 **Kod dostępu** FILM – film sensacyjny, USA 2001, reż. Dominic Sena, wyk. John Travolta, Halle Berry, Hugh Jackman, Sam Shepard, 130 min
1.10 **Tata** FILM – dramat obyczajowy, Polska/Ukraina 2022, reż. Anna Maliszewska, wyk. Eryk Lubos, Polina Gromova, Klaudia Kurak, Sonia Roszczuk, 140 min
3.30 **Uwaga!** – magazyn reporterów
3.45 **Detektywi** (129) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
4.45 **Nauka jazdy 5** (2) – program rozrywkowy
5.15 **Recepta na stary dom 4** (2) – program rozrywkowy

eprasa.pl dec786d728
P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB T2

5.10 **Szkoła** (841) – serial paradokumentalny, Polska 2020
6.05 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie** (10) – program rozrywkowy
7.00 **Nowe Zwariowane Melodie 3** (13-15) – serial animowany, USA 2019
7.45 FILM **Kapitan Majtas: Pierwszy wielki film** – film animowany, Kanada/Francja/Wielka Brytania 2017, reż. David Soren, 110 min
Dwaj uczniowie narażają się dyrektorowi szkoły. Dzięki hipnozie udaje im się wmówić mu, że jest superbohaterem.
9.35 **Ukryta prawda** (1470-1474) – serial paradokumentalny, Polska 2023
14.35 **Szpital św. Anny** (35, 36) – serial obyczajowy, Polska 2025
16.35 **Detektywi** (8): Gdzie jest moje dziecko – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Kobieta prosi ekipę o pomoc w odnalezieniu jej córki Basi. Śledczy sprawdzają ojca dziewczynki, który mieszka za granicą. Okazuje się, że zaginiona korespondowała ze sporo starszym od niej chłopakiem.
17.40 FILM **Jack, pogromca olbrzymów** – film fantasy, USA 2013, reż. Bryan Singer, wyk. Nicholas Hoult, Eleanor Tomlinson, Ewan McGregor, Stanley Tucci, 140 min
Syn farmera przypadkiem otwiera bramę dzielącą świat ludzi i krainę groźnych olbrzymów, czym doprowadza do wznowienia wojny. Chce naprawić swój błąd.

DRAMAT WOJENNY



20.00 FILM **Szeregowiec Ryan** – USA 1998, 215 min
Rok 1944. Amerykański kapitan John H. Miller dostaje rozkaz przeprowadzenia swojego oddziału za linię wroga i odszukania szeregowca Jamesa Ryana. W ciągu ostatniego tygodnia na froncie zginęli trzej jego bracia. Z czasem członkowie grupy zaczynają wątpić w sens misji. Pięć Oscarów.
23.35 FILM **Ci, którzy życzą mi śmierci** – thriller, Kanada/USA 2021, reż. Taylor Sheridan, wyk. Angelina Jolie, Finn Little, Jon Bernthal, Aidan Gillen, 130 min
Strażaczka Hannah z wieży obserwacyjnej zauważa rannego chłopca, którego ścigają przestępcy. Postanawia mu pomóc.
1.45 FILM **Rezolucja 819** – dramat obyczajowy, Francja/Polska/Włochy 2008, reż. Giacomo Battiato, wyk. Benoît Magimel, Hippolyte Girardot, Karolina Gruszka, Hristo Shopov, 120 min
3.45 **Fachowcy 2** (10) – serial paradokumentalny, Polska 2018
4.20 **Dorota was urządzi!** (9) – program rozrywkowy

TV PULS HD DVB T2

6.00 **Taki jest świat 11** (31) – program informacyjny
6.35 **Kobra – oddział specjalny** (14): Przetrwanie – serial sensacyjny, Niemcy 2017
7.30 **Don Matteo: Boski detektyw 15** (5, 6): Ostatni zakład, części 1 i 2 – serial kryminalny, Włochy 2026
9.50 **Kurierzy 2** (45, 46) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
11.40 FILM **Turner i Hooch** – komedia sensacyjna, USA 1989, reż. Roger Spottiswoode, wyk. Tom Hanks, Mare Winningham, Craig T. Nelson, Reginald VelJohnson, 125 min
13.45 FILM **Agentka specjalnej troski** – komedia sensacyjna, Francja/Belgia 2016, reż. Dany Boon, wyk. Alice Pol, Dany Boon, Michel Blanc, Yvan Attal, 130 min
15.55 FILM **Za jakie grzechy, dobry Boże?** – komedia, Francja 2014, reż. Philippe de Chauveron, wyk. Christian Clavier, Chantal Lauby, Ary Abittan, Medi Sadoun, 120 min
17.55 FILM **I znowu zgrzeszyliśmy, dobry Boże!** – komedia, Francja 2019, reż. Philippe de Chauveron, wyk. Christian Clavier, Chantal Lauby, Ary Abittan, Medi Sadoun, 125 min
Verneuilowie pogodzili się już z matrymonialnymi wyborami swoich córek. Te postanawiają jednak opuścić Francję. Rodzice chcą je zatrzymać w kraju. Pokazują zięciom uroki kraju.

THRILLER



20.00 FILM **Niedziela z gwiazdami: Ocean ognia** – USA/Chiny/Wielka Brytania 2018, 140 min
Amerykański kapitan Joe Glass otrzymuje misję zbadania okoliczności katastrofy rosyjskiej łodzi podwodnej. Szybko dochodzi do wniosku, że zatonięcie było skutkiem ataku terrorystycznego. Stoi za nim generał Dmitrij Durow, który dąży do wywołania III wojny światowej. Glass łączy siły z oddziałem US Navy SEALs, żeby nie dopuścić do wybuchu globalnego konfliktu.
22.20 FILM **Hellboy** – film s.f., USA/Wielka Brytania/Bułgaria 2019, reż. Neil Marshall, wyk. David Harbour, Milla Jovovich, Ian McShane, Sasha Lane, 150 min
Czarownica, którą przed wiekami pokonał król Artur, odzyskuje dawną moc. Zamierza zawładnąć światem. Pochodzący z piekła Hellboy ma ją powstrzymać.
0.50 FILM **Skazany na piekło** – dramat sensacyjny, USA 2003, reż. Ringo Lam, wyk. Jean-Claude Van Damme, Lawrence Taylor, Marnie Alton, Lloyd Battista, 120 min
2.50 **Zobacz to!** – pr. powtórkowe

PULS 2 HD DVB T2

6.00 **Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej** (4) – pr. rozrywk.
6.55 **Taki jest świat 11** (31) – program informacyjny
7.20 **Aukcja w ciemno** (12-14) – serial dokum., USA 2011-2012
8.45 **Wojciech Cejrowski. Boso – Karaiby** (4, 5) – serial dokum.
10.05 FILM **Mania wielkości** – komedia kostiumowa, Francja/Hiszpania/Włochy 1971, reż. Gérard Oury, wyk. Louis de Funes, Yves Montand, Karin Schubert, Alberto de Mendoza, 145 min
12.30 FILM **Żandarm z Saint-Tropez** – komedia, Francja/Włochy 1964, reż. Jean Girault, wyk. Louis de Funes, Michel Galabru, Jean Lefebvre, Genevieve Grad, 125 min
14.35 FILM **Najpiękniejsze baśnie: Legenda o górskim olbrzymie** – film przygodowy, Norwegia 2017, reż. Mikkel Branne Sandemose, wyk. Vebjorn Enger, Eili Harboe, Mads Sjogard Pettersen, Elias Holmen Sorensen, 125 min
16.40 FILM **Najpiękniejsze baśnie: W poszukiwaniu złotego zamku** – film przygodowy, Norwegia 2019, reż. Mikkel Branne Sandemose, wyk. Eili Harboe, Vebjorn Enger, Mads Sjogard Pettersen, 125 min
18.45 FILM **Najpiękniejsze baśnie: Prawdziwa narzeczona** – baśń filmowa, Niemcy 2020, reż. Zoltan Spirandelli, wyk. Stefan Górski, Tanja Schleiff, Caroline Hellwig, Basia Barbara, 75 min

THRILLER



20.00 FILM **Zabójca** – Australia/USA 2007, 115 min
Australia. Dziennikarz Pete McKell wraz z grupą turystów bierze udział w rejsie po rzece na terenie Parku Narodowego Kakadu. Kapitan Kate Ryan daje się namówić uczestnikom na zmianę kursu i wpływa na niezbadane dotąd rejony. Statek dociera do odizolowanego jeziora, gdzie zostaje uszkodzony. Rozbitków atakuje potężny krokodyl.
21.55 **Dzielnica strachu 10** (453-457) – serial kryminalny, Polska 2025-2026
Trwa obława na Damiana, rzekomego pedofila. Po tym, jak ktoś opublikował w internecie jego zdjęcie i oskarżył o krzywdzenie dzieci, mieszkańcy postanawiają dokonać samosądu. Poraniony mężczyzna ukrywa się w domu 13-letniej Jagody. Dziewczynka nie wie, czy może mu zaufać.
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 5** (223, 220) – serial obyczajowy, Polska 2019
5.00 **Lombard. Życie pod zastaw 10** (521) – serial obyczajowy, Polska 2022

NETFLIX



LATO 1936

Nicea, 1936 rok. Grupa robotników wyjeżdża na swoje pierwsze wakacje, które w całości opłacili ich pracodawcy. Radość nie trwa jednak długo. Niebawem cztery nieznane sobie kobiety zostają wplątane w sprawę zabójstwa prokuratora, do którego doszło w ekskluzywnym hotelu na Riwierze.
►**serial krym. (6 odc.), Francja 2026**



STRANGER THINGS 5

Ostatnia odsłona popularnej serii. Mike (Finn Wolfhard), Will (Noah Schnapp) i pozostali członkowie grupy próbują odnaleźć sens po dramatycznych wydarzeniach. Muszą podjąć wysiłek, by się zjednoczyć i pokonać Vecnę (Jamie Campbell Bower). Ten jednak zniknął, a jego plany pozostają nieznane.
►**serial fantasy (8 odc.), USA 2025**



JAY KELLY

Słynny aktor Jay Kelly (George Clooney) wyrusza w podróż, by zmierzyć się ze swoją przeszłością i odnaleźć własną tożsamość. Towarzyszy mu menedżer Ron (Adam Sandler). Mężczyzn czekają zarówno chwile triumfów, jak i niepowodzenia. Będą musieli skonfrontować się ze skutkami swoich decyzji.
►**komediodram., USA 2025; 132 min**



NIE BOJĘ SIĘ

Lato 1986 roku. Dziesięcioletni Miguel żyje w odizolowanej od świata wiosce. Spotyka w głębi lasu chłopca o imieniu Felipe, który uważa się za ducha. Zaprzyjaźniają się. Pewnego dnia Miguel odkrywa, że jego nowy przyjaciel został uprowadzony. W dodatku oprawcami Felipe'a mogą być jego bliscy...
►**serial krym. (6 odc.), Meksyk 2026**

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.10 Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 1 – film fantasy, USA 2011, reż. Bill Condon, wyk. Kristen Stewart, 110 min
8.00 Walker: Strażnik Teksasu 2 (5, 6) – serial kryminalny
10.00 MacGyver 4 (6-10) – serial akcji, USA 2020
14.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (15-19) – serial kryminalny, USA 2012
Agenci badają sprawę kradzieży... domu. Wkrótce budynek zostaje odnaleziony. W jednej ze ścian są ukryte zwłoki.

TVP SERIALE

5.10 Na sygnale (886, 887) – serial fab.-dokum.
6.20 Czterdziestolatek (19-21) – serial obycz., Polska 1977
9.55 U Pana Boga w ogródku (11, 12) – serial kom., Pol. 2008
11.50 Czterej pancerni i pies (6, 7) – serial wojenny, Polska 1966
13.50 Ojciec Mateusz 31 (398, 399) – serial kryminalny, Pol. 2024
15.40 Komisarz Alex 25 (312) – serial krym., Polska 2026
16.35 Ranczo 10 (120) – serial obycz., Polska
17.35 Czterej pancerni i pies (8, 9) – serial wojenny, Polska

TVP KULTURA DVB T2

11.00 Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem (5) – dok., Wlk. Bryt.
12.05 Kosmos 1999 (18)
13.05 Opole – koncertowe wspomnienia (16) – cykl felietonów
13.20 KFPP Opole '92 – koncert
14.30 Frankie i Johnny – film muzyczny, USA 1966, 95 min
16.05 Noce i dnie (11)
17.15 Niedziela z... – kult.
18.10 Irena Santor. Magiczny jeden krok – film dokum., Polska 2024
19.15 Piosenki Władysława Szpilmana – koncert

ALE KINO+ HD

6.30 Polska z góry 2 (8)
7.00 Miss mokrego podkoszulka – kom., Polska 2002, 65 min
8.05 Alfa. – dramat przyg., Szwajcaria/Holandia/Słowenia 2024, 130 min
10.15 Tim Burton: Potwór w kinie – film dokum., Francja 2025
11.30 Pęknięte lustro – film kryminalny, Wlk. Bryt. 1980, 130 min
13.40 Tunel – film katastrof., Norwegia 2019, 130 min
15.50 Zbrodnie na wybrzeżu (2-ost.)
17.45 Michael Clayton – thriller, USA 2007, 145 min

CANAL+ PREMIUM HD

6.15 Lilly i kangurek – film familijny, Australia 2025, reż. Kate Woods, 105 min
8.00 Zwierzaki na ratunek – anim., Kan./USA 2024, 85 min
9.25 P! Zmiennokształtni 2 – film familijny, Niemcy 2026, 100 min
11.05 Kopnięci w czasie – komedia, Francja/Belgia 2025, 100 min
12.45 Hollywood Buzz
13.10 Jason Bourne – thriller, USA 2016, 120 min
15.10 Dalej jazda! 2 – kom., Polska 2025, 105 min
16.55 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – wstęp do meczu

HBO HD

7.35 Małe kobietki – melodramat, USA 2019, 135 min
9.50 Warzywne opowieści: Piraci, którzy nic nie robią – film animowany, USA 2008, 85 min
11.15 Birdman – komediodramat, USA 2014, 115 min
13.10 Lista – komedia, USA 2023, 95 min
14.45 Teściowie 3 – kom., Polska 2025, 90 min
16.15 Spider-Man: Uniwersum – anim., USA 2018, 115 min
18.10 Więzień labiryntu – thriller, USA/Kanada/Wielka Brytania 2014, reż. Wes Ball, 110 min

20

PRZYGODOWY



20.00 Maska Zorro – USA/Meksyk 1998, 180 min

Legendarny szermierz szuka godnego siebie następcy. Zostaje nim złodziejaszek Alejandro, który wkrótce zakochuje się w córce gubernatora, pięknej Elenie.

23.00 John Rambo – film sensacyjny, USA/Niemcy 2008, reż. Sylvester Stallone, 105 min
0.45 Resident Evil: Ostatni rozdział – horror, Wielka Brytania/Francja/USA 2016, 130 min

KRYMINALNY



19.45 Ojciec Mateusz 31 (400-402) – Pol. 2024

Podczas prac domowych z Pączkiem Mateusz doznaje kontuzji. Tymczasem w Sandomierzu pojawiają się byli więźniowie, którzy zostali niegdyś schwytani przez księdza.

22.35 Ranczo 10 (121, 122)
0.25 Rodzinka.pl (302, 303) – kom., Pol.
1.35 Korona królów. Jagiellonowie (17, 18) – telen. hist.
2.40 Erynie (10) – krym.
3.35 Londyńczycy (6)
4.35 Dom pod Dwoma Orłami (1) – obycz.

DRAMAT WOJENNY



20.00 Przełęcz ocalonych – USA/Australia 2016, 145 min

Rok 1942. Sanitariusz Desmond T. Doss podczas bitwy o Okinawę odmawia zabijania ludzi i noszenia broni. Na polu walki odznacza się jednak wielkim heroizmem.

22.25 TVP Kultura na Nowych Horyzontach – felieton, Polska 2026
22.45 Silent Twins – dramat biograficzny, Polska/Wlk. Bryt./USA 2022, 125 min
0.50 Kulturalni (29) – mag.

THRILLER



20.10 Szpieg – Francja/Wielka Brytania/Niemcy 2011, 150 min

Zimna wojna. George Smiley musi wytropić podwójnego agenta, który działa w szeregach MI6. Wśród podejrzanych są jego znajomi, Percy Alleline i Bill Haydon.

22.40 Dom Glassów – dramat sensacyjny, USA 2001, 130 min
0.50 Sala samobójców. Hejter – dram. obycz., Pol. 2020, 160 min
3.30 Minuta ciszy (5)
4.40 Warsaw Story
5.10 Powrót (5) – kom.

PIŁKA NOŻNA



17.25 PKO BP Ekstraklasa LIVE – mecz: Śląsk – Raków

Ostatni raz zespoły te grały ze sobą w grudniu ubiegłego roku w 1/8 finału Pucharu Polski. Wówczas 2:1 zwyciężyli piłkarze z Częstochowy.

19.30 Battleship: Bitwa o Ziemię – film s.f., USA/Japonia 2012, reż. Peter Berg, 130 min
21.40 The Wasp – thriller, Wielka Brytania/USA/Finlandia 2024, 95 min
23.15 Wściekłe psy – film sensacyjny, USA 1992, reż. Quentin Tarantino, 95 min

HORROR KOMEDIOWY



20.00 P! Oni cię zabiją – USA 2026, 95 min

Młoda kobieta zatrudnia się jako pokojówka w apartamentowcu. Okazuje się, że oferta pracy była fikcyjna, a budynek jest w siedzibą sekty, która składa ofiarę z krwi. Niespodziewanie jednak zdobycz staje się łowcą.

21.35 No hej! – komedia, USA 2025, 95 min
23.10 Uciekaj! – horror, Japonia/USA 2017, reż. Jordan Peele, 100 min
0.50 La Grazia – dramat obyczajowy, Włochy 2025, 130 min

AXN WHITE

6.05 Sezon na misia – film animowany, 2006, 80 min
7.25 Detektyw Murdoch 3 (8-12) – serial kryminalny
13.00 Rekrut (16-20) – krym.
18.00 Dowody zbrodni 3 (15-19) – serial kryminalny
23.05 Hitch: Najlepszy doradca przeciętnego faceta – komedia romant., USA 2005, 145 min
1.30 Jedz, módl się, kochaj – melodramat, USA 2010, reż. Ryan Murphy, 170 min
4.20 Sezon na misia – film animowany, 2006, 80 min
5.40 Blok promocyjny AXN White

AXN BLACK

6.00 Seal Team 7 (2) – sens.
6.45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6 (23, 24) – serial krym., USA/Kanada
8.15 S.W.A.T. 7 (1-4) – sens.
12.05 Gwiezdne wrota 4 (10-14) – s.f., USA/Kan. 2000
17.05 MacGyver 2 (5-8) – serial akcji, USA 2017-2018
21.00 S.W.A.T. 7 (1-4) – serial sensacyjny, USA 2024
0.30 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6 (23, 24) – serial krym., USA/Kanada
2.25 MacGyver 2 (5-8) – serial akcji, USA 2017-2018
5.50 Blok promocyjny AXN Black

WARNER TV

14.10 Akademia policyjna 3: Powrót do szkoły – kom., USA 1986, 95 min
15.45 Jackie Chan: Pierwsze uderzenie – film sensacyjny, USA/Hongkong/Ukraina 1996, 100 min
17.25 Raport Pelikana – film sensacyjny, 1993, 175 min
20.20 Dziewczyna, która uciekła: Historia Kary Robinson – dramat kryminalny, 2023, 100 min
22.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (9-11) – serial kryminalny, USA
0.45 Uznany za niewinnego – film krym., 1990, 155 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 Gliniarze (226-228) – serial paradokumentalny, Polska
9.00 Niania (119-124) – serial komediowy, Polska
12.05 Miodowe lata (41-44) – serial komediowy, Polska
15.10 Co ludzie powiedzą? (29-31) – serial komediowy
17.05 Świat według Kiepskich (222-225) – kom., Pol. 2002
20.00 Poirot (1-3) – serial kryminalny, Wielka Brytania
23.25 Strażnik Teksasu (5-8) – serial sensacyjny, USA
3.20 Święty (251) – serial komediowy, Polska 2022
4.05 Strażnik Teksasu (3, 4) – serial sensacyjny, USA

CANAL+ FILM HD

6.00 Łapu capu – pr. rozrywk.
6.15 Fuks – komedia sens., Polska 1999, 85 min
7.40 Gru i Minionki: Pod przykrywką – film animowany, 2024, 90 min
9.10 Kawałek po kawałku – film anim., 2024, 95 min
10.45 Łapu capu – pr. rozrywk.
11.00 Kiler-ów 2-óch – komedia, Polska 1999, 115 min
12.55 Masz ci los! – komedia, Polska 2023, 85 min
14.20 Zmierzch – film fantasy, USA 2008, reż. Catherine Hardwicke, 120 min
16.20 Łapu capu – pr. rozrywk.
16.30 Peacock – thriller, USA 2010, reż. Michael Lander, wyk. Cillian Murphy, 90 min
18.00 Krucjata Bourne'a – thriller, USA/Niemcy 2004, 105 min
19.45 Łapu capu – pr. rozrywk.
20.00 Gdy zgasną światła – film sens., 2024, 90 min
21.30 Polowanie – dramat sensacyjny, 2025, 105 min
23.15 30 dni mroku – horror, 2007, 110 min
1.05 To nie mój film – komediodramat, Polska 2024, 95 min
2.40 Wiarołom – dramat obycz., Polska 2021, 80 min
4.00 Pani od polskiego – dramat obyczajowy, Polska 2025, 120 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 Naruto 3 (27, 28) – serial anime, Japonia 2003-2004
10.50 Naruto 4 (1) – serial anime, Japonia 2004
11.25 Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków (3) – serial dokumentalny, USA 2024
12.05 Cat's Eyes (3, 4) – serial przygodowy, Francja 2024
14.10 Łapu capu – program rozrywkowy
14.30 Premiera: Naruto 4 (2-4) – serial anime, Japonia 2004
16.00 Pisarze. Serial na krótko 2 (1) – serial komediowy, Polska 2021
16.15 The Office PL 3 (5-8) – serial komediowy, Polska 2023
18.25 Godzina zero (3, 4) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2025
20.00 Django (3, 4) – serial przygodowy, Fr./Wł. 2022
John kupuje od Waltera platformę wiertniczą. Dla mieszkańców New Babylon to szansa na poprawę losu.
22.00 Pieniądze i krew (7, 8) – serial kryminalny, Francja/Belgia 2023
23.55 Scarlet Hill (7, 8) – serial kryminalny, Wietnam 2022
2.20 Moloch (1-3) – serial sensacyjny, Czechy 2025

CANAL+ 360 HD

6.00 Sędziowie 2 (6) – dok.
7.00 Chwila prawdy (9) – dok.
8.00 Lotniskowce na wojnie (3) – dok., Wlk. Bryt. 2018
9.00 Porzucone konstrukcje (9) – serial dok., Wlk. Bryt.
10.00 Stalowe bestie z demobilu (1) – dok.
11.45 Polska z góry: Stadiony (1) – serial dok., Polska 2024
12.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Wieczysta Kraków – Lech Poznań
14.50 Dover 24/7 (2) – serial dok.
15.50 Speedshop: warsztat marzeń (5) – serial dokum.
17.05 Kolacja z Gavinem Rossdale'em (1) – dok.
18.00 Koleją przez świat (3)
19.00 Co poszło nie tak 4 (6) – serial dok., Wlk. Bryt. 2024
20.00 Porzucone konstrukcje (10) – serial dok., Wlk. Bryt.
21.00 Projekt Fighter (5)
22.05 Kiler – komedia sens., Polska 1997, 125 min
0.10 Nieczysta gra: Skandal w biathlonie (1) – dok.
1.10 Piłkarze na podsłuchu (8) – serial dok., Polska 2022
2.00 Polska z góry: Stadiony (8) – serial dok., Polska 2024
2.35 Przykrywkowcy. Podwójna gra (7) – dok.
3.45 Zwierzęta Wajraka 3 (2, 3) – serial dok., Pol. 2022
4.55 Pogotowie remontowe Wieśka 3 (11, 12) – mag.

HBO 2 HD

11.35 P.S. Kocham Cię – melodram., 2007, 125 min
13.40 Ognie – thriller, Islandia 2025, 105 min
15.25 Twórca – thriller s.f., USA 2023, reż. Gareth Edwards, 125 min
17.30 Everest – film katastrof., Wielka Brytania/USA/Islandia 2015, 120 min
19.30 Twój potwór – czarna komedia, USA/Wielka Brytania 2024, 100 min
21.10 Zaginiona dziewczyna – thriller, USA 2014, reż. David Fincher, 145 min
23.35 Prawa ludzi – film kryminalny, 2024, 95 min

HBO 3 HD

14.15 Wojownicze żółwie ninja – film anim., USA/Hongkong 2007, 85 min
15.40 Czekając na Dalego – komediodramat, Hiszpania 2023, 115 min
17.35 Tokyo Vice (4) – krym.
18.35 Ta inna siostra Bennet (6) – kostium., Wlk. Bryt.
19.10 Miniaturowa żona (6)
19.55 Ród smoka 3 (6) – fantasy
21.00 Krzesła (5) – serial kom.
21.25 Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem (6) – kom.
22.00 Oddaj ją – horror, 2025, 105 min
23.45 Złodziej z przypadku – thriller, USA 2025, 105 min

eprasa.pl dec786d728
P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.00 Twoja Twarz Brzmi Znajomo (179) – program rozrywkowy
8.00 Sąsiedzi (27, 28) – serial animowany
8.25 Była sobie Ziemia (17-19) – anim., Francja
10.00 Super Mario Bros: FILM **Film** – film anim., Jap./USA 2023, 115 min
11.55 Kevin sam w domu FILM – komedia, USA 1990, 145 min
14.20 Spider-Man: Bez drogi do domu FILM – film przygodowy, USA 2021, 180 min
17.20 Hobbit: Niezwykła podróż FILM – film fantasy, USA/Nowa Zelandia 2012, reż. Peter Jackson, 220 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 Tata ma plan 4 (10-13) – serial kom.
8.00 Tata ma plan (1) – serial komediowy
8.30 Teoria wielkiego podrywu 10 (23, 24) – kom., USA 2016-2017
9.25 Teoria wielkiego podrywu 11 (1-10) – serial komediowy
13.30 Przyjaciele (13, 14) – serial komediowy
14.30 Duchy (9, 10) – serial fantasy
15.20 Mr. & Mrs. Smith FILM – komedia sensacyjna, USA 2005, 150 min
17.50 Dwaj zgryźliwi tetrycy FILM – komedia, USA 1993, reż. Donald Petrie, wyk. Jack Lemmon, 130 min

TVN FABUŁA HD

5.05 Szkoła (805) – serial paradokum.
6.00 Szkoła filmowa (2)
6.30 Najpiękniejsza muzyka filmowa (8)
6.50 Artystki (4) – pr. rozr.
7.45 Prawo Agaty 6 (7, 8) – serial obycz., Polska
9.45 Step Up: Taniec zmysłów FILM – film muz., USA 2006, 130 min
11.55 Kochaj i tańcz FILM – komedia romant., Polska 2008, 160 min
14.35 Nigdy w życiu! FILM – komedia romant., Polska 2004, 135 min
16.50 Harry Potter i kamień filozoficzny FILM – film przyg., USA/Wielka Brytania 2001, 190 min

13 ULICA

6.10 Fałszerstwo (4) – serial kryminalny, Francja 2025
6.55 Zabójstwo w lesie FILM **Broceliande** – thriller, Francja 2016, reż. Vincent Giovanni, 120 min
8.55 Mentalista 4 (1-10) – serial kryminalny, USA 2011, wyk. Simon Baker, Robin Tunney
18.05 Niewidomy detektyw (8) – serial kryminalny, Austria/Niemcy 2023
W regionie znanym z winiarni został porwany młody mężczyzna. Jego matce bardzo zależy na opłaceniu okupu.

KINO POLSKA

6.50 Och! Kabaret (2)
7.45 Polska Kronika Filmowa – serial dok.
8.15 Przygody Myszki (3, 4) – serial anim.
8.35 Bolek i Lolek na wakacjach (7, 8)
8.55 Reksio (22) – anim.
9.10 W pustyni FILM **i w puszczy** – film przyg., 2001, 155 min
11.45 C.K. Dezerterzy FILM (1/2, 2-ost.) – komedia, Polska/Węgry 1985, 200 min
15.05 Stara baśń FILM – film kostiumowy, 2003, reż. Jerzy Hoffman, 150 min
17.35 Bitwa pod FILM **Wiedniem** – dramat historyczny, Polska/Włochy 2012, 145 min

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Komisarz Rex 4 (18-20) – serial krym., Niem./Austria 1999
8.55 Komisarz Rex 5 (1) – krym., Niem./Austria
9.55 Hudson i Rex 2 (14-16) – krym., Kan.
12.55 Robin z Sherwood (6) – serial przygodowy
14.00 Smoking – komedia FILM sensacyjna, USA 2002, reż. Kevin Donovan, 125 min
16.05 Kosmiczne jaja FILM – komedia s.f., USA 1987, reż. Mel Brooks, wyk. Daphne Zuniga, Bill Pullman, 115 min
18.00 Brunet wieczorową porą FILM – komedia obyczajowa, Polska 1976, 120 min

THRILLER SF



21.00 Klasyczna niedziela: Znaki FILM – USA 2002, 130 min

Na polu należącym do pastora pojawiają się dziwne symbole. W okolicy dochodzi do zdarzeń sugerujących pozaziemską ingerencję.

23.10 Wojna żeńsko-męska FILM – komedia, Polska 2011, 140 min
1.30 Ślad (44, 45) – serial krym., Pol. 2018-2019
3.30 Gliniarze (355, 356) – serial paradokum.
5.30 Na ratunek 112 (887) – serial paradokumentalny, Pol. 2024

KOMEDIA



20.00 Agent XXL FILM – USA/Niemcy 2000, 125 min

Malcolm ściga niebezpiecznego zbiega. Zastawia na niego pułapkę w domu staruszki Hattie. Kiedy korpulentna seniorka wyjeżdża, śledczy się za nią przebiera.

22.05 The Office PL 4 (2, 3) – serial kom., Pol. 2024
23.05 Comedy Club (2, 3)
0.05 Miasteczko South Park 4 (6-9) – serial anim. dla dorosłych
2.00 Pracoholicy 5 (8-11) – serial komediowy
4.00 Śmieszniej nie będzie 2 (19-22)

PRZYGODOWY



20.00 Harry Potter i Komnata Tajemnic FILM – USA/Wlk. Bryt./Niem. 2002, 210 min

W Hogwarcie wciąż czai się zło. Na ścianie pojawia się budzący grozę napis. Harry oraz jego przyjaciele, Ron i Hermiona, wspólnie stawiają czoło mrocznej sile.

23.30 Blade, Wieczny Łowca FILM – horror, USA 1998, 145 min
1.55 Morderstwo doskonałe FILM – thriller, USA 1998, 130 min
4.05 Ukryta prawda (1387) – paradok., Pol.

KRYMINALNY



20.00 Morderstwo na Wyspach Leryńskich FILM – Francja 2023, 120 min

Na Saint-Marguerite odnaleziono ciało producenta filmowego. Mężczyzna zginął od ciosu w głowę. Komendant Laure Castaldi zostaje przydzielona do tej sprawy.

22.00 Morderstwo w Pont-Aven FILM – krym., Francja 2022, 120 min
0.00 Tajemnice chóru FILM – film kryminalny, Francja 2020, 120 min
2.00 Kobra – oddział specjalny (3) – sens.

BIOGRAFICZNY



20.00 Anna German. Tajemnica białego anioła (9, 10)

Rok 1972. Na tournée w ZSRR Anna zdobywa ogromną popularność i Rosjanie proponują jej obywatelstwo. German odmawia. W 1975 roku rodzi syna.

22.15 Wygrany FILM – dramat obyczajowy, Polska/USA/Szwajcaria 2011, 150 min
0.45 Bo we mnie jest seks FILM – film biograf., 2021, 145 min
3.10 Obudź się FILM – dramat obycz., 2022, 100 min

THRILLER



20.00 Bez przedawnienia FILM – USA 2002, 145 min

Prawniczka Claire walczy o uniewinnienie swojego męża – byłego żołnierza oskarżonego o udział w zbrodni. Wspiera ją były wojskowy adwokat, Grimes.

22.25 Najlepsi z najlepszych 4: Bez ostrzeżenia FILM – sens., USA 1998, 100 min
0.05 Anna German (1, 2)
2.35 Historie miłosne FILM – film obyczajowy, Polska 1997, 100 min
4.15 Kabaretowe hity (1)
5.30 Wskrzeszenie

CINEMAX HD

10.15 Megalomani FILM – komediodramat, 2025, 105 min
12.00 Tożsamość Bourne'a FILM – thriller, 2002, 115 min
13.55 Witamy na Hawajach FILM – komedia romantyczna, USA 2015, 105 min
15.40 Motyl i skafander FILM – dramat biograficzny, Francja/USA 2007, 110 min
17.30 Tenet – thriller s.f., USA/Wlk. Bryt. 2020, 150 min
20.00 Challengers – dramat FILM obyczajowy, 2024, 130 min
22.10 Ex Machina – dramat s.f., FILM Wlk. Bryt. 2014, 110 min
0.00 Fargo 4 (3, 4) – serial krym.

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

6.00 Graczykowie (20-24)
8.30 Świat według Kiepskich (10-15) – serial kom., Polska
11.30 Bob kocha Abisholę (11-16) – serial komediowy
14.30 Święty (14-18) – kom., Pol.
17.00 Świat według Kiepskich (11-15, 1-3) – serial kom.
21.00 Co ludzie powiedzą? 2 (5, 6) – kom., Wlk. Bryt. 1991
22.25 Jedną nogą w grobie 5 (6) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 Jedną nogą w grobie 6 (1, 2) – kom., Wlk. Bryt. 1994
0.30 Czarna Żmija 3 (1, 2)
2.00 Grono nie-pedagogiczne 3 (16-20)
4.30 Comedy Club 4 (8-10)

SCI FI

14.40 Podziemny wstrząs FILM – film katastroficzny, Wielka Brytania/USA 2024, 110 min
16.30 „Odyseja" – Jak powstaje epos?
17.00 Anakondy: Polowanie na krwawą orchideę FILM – film sens., 2004, 125 min
19.05 183 metry strachu FILM – thriller, USA 2016, 115 min
21.00 DOA: Żywy lub martwy FILM – film przyg., USA/Niem./Wlk. Bryt. 2006, 110 min
22.50 Ciche miejsce – horror, FILM USA 2018, 115 min
0.45 „Odyseja" – Jak powstaje epos?
1.15 Bibliotekarze 2 (6-10)

FX HD

8.40 Agenci NCIS: Sydney (3, 4) – krym., Australia/USA
10.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (18-20) – krym., USA
13.15 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (14, 15)
15.05 Z archiwum X (12, 13)
16.55 The Hunting Party (2)
17.50 Faceci w czerni 2 – kom. FILM s.f., USA 2002, 100 min
19.30 Anakondy: Polowanie na krwawą orchideę FILM – film sens., 2004, 125 min
21.35 Anioły i demony – thriller, FILM USA 2009, 165 min
0.20 Bad Boys – komedia FILM sensacyjna, 1995, 145 min
2.45 Zabójcze umysły (1, 2)

FILMBOX+ ONE HD

9.40 Pan Wołodyjowski – film FILM hist., Polska 1968, 190 min
12.50 Wciąż ją kocham FILM – melodram., 2010, 130 min
15.00 Bitwa o Anglię – dramat FILM wojenny, Wielka Brytania 1969, 165 min
17.45 RoboCop – film s.f., USA FILM 2014, reż. José Padilha, wyk. Joel Kinnaman, 135 min
20.00 Rob Roy – przyg., USA/FILM Wlk. Bryt. 1995, 175 min
22.55 Walkiria – dramat FILM wojenny, 2008, 155 min
1.30 Oddział Delta 2 – film FILM sensacyjny, 1990, 140 min
3.50 Prowokacja – film FILM sensacyjny, 2005, 120 min

ROMANCE TV HD

12.05 Toni akuszer – Szczęście innych FILM – film obyczajowy, Niemcy 2024, 115 min
14.00 Zabójcze tropiki (7, 8)
16.15 Tajemnica Karaibów FILM – dramat obyczajowy, Niemcy 2004, 110 min
18.05 Lato na Long Island FILM – komedia romantyczna, Niemcy 2009, 115 min
20.00 Lato na Mazurach – film FILM obyczajowy, Niemcy 2015, reż. Karola Meeder, 115 min
21.55 Lato na Istrii – film obycz., FILM Niemcy 2021, 115 min
23.50 Lena Lorenz: Za kratami FILM – dramat obyczajowy, Niemcy 2021, 115 min

CINEMAX 2 HD

13.40 Ława przysięgłych FILM – dramat obyczajowy, USA 2003, 125 min
15.45 Zaraza – dramat FILM obyczajowy, Bułgaria 2023, reż. Ivan Vladimirov, 105 min
17.30 Delikatne liście – film FILM obycz., Belgia 2025, 100 min
19.10 Jutro o świcie – dramat FILM obyczajowy, Islandia/Hol./Chorwacja 2024, 80 min
20.30 Tamte dni, tamte noce FILM – melodramat, Wł./Francja/Brazylia 2017, 130 min
22.40 Dźwięki miłości – dramat FILM obycz., Hiszp. 2025, 100 min
0.20 Suche utonięcie – dramat FILM obyczajowy, 2024, 90 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

10.55 Poirot 3 (8-10) – krym.
14.10 Poirot 5 (1) – serial krym.
15.15 Dalgliesh 2 (1) – krym.
17.15 Inspektor George Gently 7 (4) – serial krym.
19.10 Projekt Błękitna Księga (10) – serial s.f., Kanada/USA
20.00 Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (8)
21.00 Morderstwo w małym mieście (4) – krym., Kan.
22.00 Marlow: klub zbrodni (4)
23.00 Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (8)
23.55 Detektyw Murdoch 19 (7) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
0.50 Detektyw Murdoch 18 (16-20) – serial kryminalny

NOVELAS+ HD

5.00 Historia Juany (56-60) – telenowela, Meksyk 2024, wyk. Camila Valero
10.00 Otchłań namiętności (129-133) – telenowela, Meksyk 2012
15.00 Róże i grzechy (28-32) – telenowela, Turcja 2025, wyk. Murat Yildirim
20.00 Sieroty ziemi (3, 4) – telenowela, Brazylia 2019, wyk. Julia Dalavia
22.00 Za wszelką cenę (99-103) – telenowela, Brazylia 2025, wyk. Paolla Oliveira
3.00 Sieroty ziemi (3, 4) – telenowela, Brazylia 2019, wyk. Julia Dalavia

FX COMEDY HD

7.30 Diabli nadali (15-19)
10.00 Sposób użycia (1-5)
12.30 Simpsonowie 32 (7-10)
14.30 Wszyscy kochają Raymonda 8 (17-23)
18.00 Truman Show FILM – komediodramat, USA 1998, 130 min
20.10 Epoka lodowcowa 4: FILM **Wędrówka kontynentów** – film animowany, 2012, 105 min
21.55 Straszny film 2 – horror FILM komediowy, 2001, 95 min
23.30 Wszyscy kochają Raymonda 9 (6-8) – kom.
1.00 Family Guy: Głowa rodziny 20 (3, 1, 4, 2, 6-9)

FILMBOX+ HITS HD

12.15 Spencer – dramat FILM obyczajowy, 2021, 130 min
14.25 Jak kochać się z D FILM – komedia, Wielka Brytania 2019, 105 min
16.10 Zaginiona – thriller, USA FILM 2012, 110 min
18.00 Scenariusz na miłość FILM – komedia romantyczna, USA 2014, 120 min
20.00 Powrót Bena – dramat FILM obyczajowy, 2018, 115 min
21.55 Ostatni gliniarz FILM – komedia kryminalna, Niemcy 2019, 110 min
23.45 Diabelska przełęcz FILM – dramat kryminalny, USA 2013, 125 min

PARAMOUNT NETWORK HD

12.05 Naga broń: Z akt FILM Wydziału Specjalnego – kom. krym., 1988, 115 min
14.00 Naga broń 2 1/2 – kom. FILM sens., USA 1991, 110 min
15.50 Naga broń 33 1/3: FILM **Ostateczna zniewaga** – kom., USA 1994, 100 min
17.30 Bumblebee – film s.f., FILM Chiny/USA 2018, reż. Travis Knight, 150 min
20.00 Uprowadzona – film FILM sens., Francja 2008, 120 min
22.00 Człowiek w ogniu FILM – dramat sensacyjny, USA/Wlk. Bryt. 2004, 175 min
0.55 Ciche miejsce – horror, FILM USA 2018, 115 min

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

eprasa.pl dec786d728

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD

8.00 Snooker: Turniej Shanghai Masters – finał
11.00 Lekkoatletyka: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 6. dzień
12.30 Kolarstwo: Tour of Denmark – 4. etap
13.30 Kolarstwo: LIVE Tour of Denmark – 5. etap
15.30 Cycling Show – magazyn sportowy
15.45 Kolarstwo kobiet: LIVE Tour de France – 2. etap
18.30 Kolarstwo górskie: Mistrzostwa Europy – Monteceneri 2026 – cross-country kobiet

POLSAT SPORT 1 HD

6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – półfinał
8.00 Siatkówka mężczyzn: LIVE Liga Narodów – studio
8.45 Siatkówka mężczyzn: LIVE LN – mecz o 3. miejsce
11.30 Siatkówka mężczyzn: LIVE Liga Narodów – studio
12.45 Siatkówka mężczyzn: LIVE Liga Narodów – finał
15.30 Siatkówka mężczyzn: LIVE Liga Narodów – studio
17.00 Sporty walki: UFC Fight Night – walka: Uros Medic – Daniel Rodriguez 01.08.2026

CANAL+ SPORT HD

6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Korona Kielce – Górnik Zabrze
8.20 Liga+ – magazyn piłkarski
9.30 Wysoki Pressing – magazyn sportowy
11.00 Na pierwszym planie (2) – dok., Pol.
11.40 1 na 1 Extra – magazyn sportowy
12.40 Bohater z Cienia – dok., Polska
13.15 Liga+ – mag. piłkarski
14.30 Wysoki Pressing – magazyn sportowy
16.10 Speedway+ – magazyn sportowy
16.45 Żużel: PGE Ekstraliga: LIVE Falubaz – PRES Grupa Deweloperska Toruń

TVP SPORT DVB T2

5.55 Sportowy wieczór – program informacyjny
6.30 Kolarstwo kobiet: Tour de Pologne – podsumowanie
7.55 Piłka nożna: Betclic 1. Liga – mecz: Arka Gdynia – Stal Rzeszów
10.05 Kamerą TVP Sport
10.45 Wioślarstwo: LIVE Mistrzostwa Europy – Varese 2026 – 2. dzień – finały
13.50 Skoki narciarskie: LIVE Letnie Grand Prix w Wiśle
W zeszłym roku jeden z konkursów w Wiśle wygrał Maciej Kot. Który z Polaków błyśnie tym razem?

ELEVEN SPORTS 1 HD

6.00 Najlepsi pomocnicy Bundesligi lat 90. – magazyn piłkarski
6.45 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski
7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: VfL Wolfsburg – FC Bayern Monachium
9.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Parma Calcio 1913
11.00 Formuła 3: Grand Prix Węgier
12.30 Formuła 2: Grand Prix Węgier
14.00 Formuła 1: Grand Prix Węgier
16.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Torino FC – Inter Mediolan

DISCOVERY CHANNEL HD

7.00 Najniebezpieczniejszy zawód świata 22 – dok.
8.00 Rolnicy w akcji (4)
9.00 Złomowisko PL 4 (4, 5) – serial dokum.
11.00 Poza cywilizacją (2)
12.00 Bracia Collins biorą się do roboty (1)
13.00 Ciężarówką przez Afrykę (8) – dok., Pol.
14.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 – serial dok.
15.00 Złoto drwali – dok.
16.00 Zawodowcy (2)
17.00 Nic do ukrycia 2 (2) – serial dok., Pol. 2022
18.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (11) – dok.
19.00 Celnicy na straży Niemiec (5) – dok.

20

SNOOKER



20.30 Turniej Shanghai Masters – mecz finałowy

Zwycięzca tego pojedynku wróci do domu bogatszy o 210 tysięcy funtów.

22.30 Biegi górskie: GT World Series – Pitztal
23.00 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 2. etap
0.00 Poker: World Series – Las Vegas
2.00 Kolarstwo górskie: ME – Monteceneri 2026 – cross-country
3.30 Snooker: Turniej Shanghai Masters

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN



19.00 Liga Narodów – mecz finałowy

Czas na mecz o złoty medal tej edycji rozgrywek. Rok temu zdobyła go reprezentacja Polski, która w trzech setach pokonała Włochów.

21.00 Tenis: Turniej ATP LIVE w Montrealu – mecz 1. rundy
23.00 Tenis: Turniej ATP LIVE w Montrealu – mecz 1. rundy
1.00 Tenis: Turniej ATP LIVE w Montrealu – mecz 1. rundy
3.00 Tenis: Turniej ATP LIVE w Montrealu – 1. runda

ŻUŻEL



19.15 PGE Ekstraliga LIVE – mecz: Unia Leszno – GKM Grudziądz

Zawodnicy Unii są żądni rewanżu za porażkę 40:50 w poprzednim spotkaniu tych zespołów.

21.30 Magazyn PGE Ekstraliga – mag.
23.10 Sporty walki: ONE Friday Fights 164
0.20 Premier League Stories (51) – mag.
1.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: GKS Katowice – Radomiak
3.25 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA

PIŁKA NOŻNA



17.00 PKO BP Ekstraklasa: LIVE Śląsk Wrocław – Raków Częstochowa

Drużyna gospodarzy po roku powróciła do najwyższej klasy rozgrywkowej.

20.15 Kolarstwo: Tour de Pologne – prezentacja ekip
22.00 Sportowy wieczór
22.30 Skoki narciarskie: Letnie GP w Wiśle
0.20 Skoki do wody: ME – Paryż 2026 – trampolina 3 m synchroniczne drużyn mieszanych, trampolina 1 m kobiet

PIŁKA NOŻNA



18.00 Liga niemiecka: Bayern – 1. FC Köln

Monachijczycy wieńczą sezon, w którym udało im się zdobyć 35. mistrzostwo w klubowej historii.

20.00 Made in Italy (20, 19) – magazyn piłkarski
20.40 Formuła 1: GP Węgier
22.40 Ligue 1 Show (35)
23.20 Serie A Season Preview – mag.
0.25 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag.
1.15 GP Confidential
1.45 F2: Chasing the Dream

DOKUMENTALNY



20.00 Akta ekspedycji 2: Groźne prognozy

Josh stara się rozwiązać zagadki związane z ekstremalnymi zjawiskami pogodowymi. Odkrywa m.in. tajemnice arktycznej bazy z czasów zimnej wojny.

21.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 – serial dok.
22.00 W oku cyklonu: Łowcy burz – dok.
23.00 Celnicy na straży Niemiec (5) – dok.
0.00 Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata

EUROSPORT 2 HD

12.00 Formuła E: ePrix Japonii – podsumowanie
13.00 Snooker: Turniej Shanghai Masters – mecz finałowy
13.30 Snooker: Turniej Shanghai LIVE Masters – mecz finałowy
14.45 Skoki narciarskie: LIVE Letnie Grand Prix w Wiśle
16.30 Snooker: Turniej Shanghai LIVE Masters – mecz finałowy
17.00 Motocross: MŚ w Lommel LIVE – 2. wyścig w klasie MXGP
18.00 Formuła E: ePrix Japonii – 2. wyścig
19.00 Golf: Rocket LIVE Classic – finał
0.00 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 2. etap

POLSAT SPORT 2 HD

7.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – kwalifikacje
9.00 Siatkówka plażowa: LIVE Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Świnoujściu
11.00 Cafe Futbol
13.00 Siatkówka plażowa: LIVE Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Świnoujściu
17.00 Tenis: Turniej ATP LIVE w Montrealu – 1. runda
19.00 Tenis: Turniej ATP LIVE w Montrealu – 1. runda
21.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – finał
23.00 Tenis: Turniej ATP LIVE w Waszyngtonie – finał
1.00 Sporty walki

CANAL+ SPORT 2 HD

8.20 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – mecz półfinałowy gry pojedynczej
10.40 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – półfinał
13.00 Padel: Turniej Premier LIVE Padel w Pretorii – finał kobiet i finał mężczyzn
17.30 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – półfinał
19.45 8 wspaniałych (5) – dok.
20.30 Tenis: Turniej WTA LIVE w Waszyngtonie – finał
23.00 Padel: Turniej Premier Padel w Pretorii – mecz finałowy kobiet
1.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

EXTREME CHANNEL HD

6.00 Beyond The Beaten Path (1, 2) – serial dokumentalny
8.00 KPW Kombat TV (11) – program sportowy
9.00 WWE Classic Gold (11) – program sportowy
10.00 AEW Dynamite (2630) – program sportowy
12.00 AEW Collision 2 (2630)
14.00 AEW PPV (11)
19.00 WWE Classic Gold (55, 44) – program sportowy
20.30 WWE Highlights (49) – program sportowy
21.00 PTW Wrestling (8, 9, 11) – program sportowy
3.00 Action Sports World (1-3) – magazyn sportowy

ELEVEN SPORTS 2 HD

9.15 Bundesliga Special (22)
10.00 Piłka nożna: Liga portugalska: AVS Futebol – FC Porto
12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Mainz – Bayern
14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Cagliari
16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: VfL Wolfsburg – Bayern
18.00 Formuła 1: GP Węgier
20.00 Piłka nożna: Liga włoska: SS Lazio – Inter
22.00 Ligue1 Season Review
23.00 Bundesliga Special (21)
0.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: FC Porto – CD Santa Clara

DISCOVERY LIFE HD

10.30 Pojedynek na modę (5)
11.15 Megasknery 2 (10) – dok.
12.15 Raj za pół ceny (1) – rozr.
12.45 Klinika bez tajemnic (10)
13.45 Powrót doktora Szczyta
15.45 Jak to robią zwierzęta?
16.15 Misja ratunkowa (3, 4)
17.45 Wycieczkowiec (9)
18.45 W czym do ślubu? (1, 2)
19.45 Salon sukien ślubnych: Dubaj (1, 2) – pr. rozrywk.
20.45 Szokujące sekrety rodzinne (1) – serial dok.
21.45 Rodzina wielkiej wagi
22.45 Historie wielkiej wagi
0.45 Sekrety lekarzy (10)
1.45 Sekrety chirurgii (5)
2.45 Szpital (379, 380)

POLSAT SPORT FIGHT HD

14.45 Boks: Rocky Boxing Night w Żukowie – waga ciężka: K. Meyna – K. Twardowski
17.45 Z archiwum ESPN – mag.
18.30 Sporty walki: Babilon MMA 52 w Nowym Targu: K. Mendlewski – M. Skrzek
20.40 Sporty walki: One Punch w Ostrowcu Świętokrzyskim: Adrian Gunia – Rafael Hudson
21.55 Strzelnica Navala (3)
22.30 Boks: Gala w Kościerzynie – waga ciężka: Nikodem Jeżewski – Jakub Sosiński
0.35 Sporty walki: FEN 54 w Pile: Gracjan Wyrosłak – Maksim Grabovich

POLSAT SPORT 3 HD

13.00 Piłka ręczna plażowa: LIVE Mistrzostwa Polski – Tczew 2026
13.40 Piłka ręczna plażowa: LIVE MP – Tczew 2026 – mecz o 3. miejsce kobiet i mecz o 3. miejsce mężczyzn
15.10 Piłka ręczna plażowa: LIVE MP – Tczew 2026 – finał kobiet i finał mężczyzn
17.50 Piłka nożna: Superpuchar LIVE Holandii – mecz: PSV Eindhoven – AZ Alkmaar
20.30 Sporty walki: UFC Fight Night – walka: Uros Medic – Daniel Rodriguez
0.30 Siatkówka mężczyzn – mecz finałowy

CANAL+ SPORT 5 HD

11.10 Ligomistrzowe historie
11.55 Speedway+ – mag.
12.30 Żużel: Metalkas LIVE 2. Ekstraliga: Hunters PSŻ Poznań – ROW Rybnik
15.00 Żużel: Metalkas LIVE 2. Ekstraliga: Wilki – Orzeł
17.35 Bohater z Cienia – dok.
18.10 Wysoki Pressing – mag.
19.50 Sporty walki: ONE Friday Fights 164
22.00 Boks: BKFC Fight Night: Newcastle: Lewis Garside – Bradley Taylor
23.15 Magazyn PGE Ekstraliga – magazyn żużlowy
1.00 Ligomistrzowe historie (3) – magazyn piłkarski

ELEVEN SPORTS 4 HD

12.45 Bundesliga Clubs
13.00 Made in Italy
14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: 1. FC Köln – 1. FC Heidenheim
16.00 Piłka nożna: Liga francuska – Multiplex
18.00 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag. piłkarski
18.40 Bundesliga Special (21)
19.35 Podróż do świata Calcio – magazyn piłkarski
20.00 Piłka nożna: Liga portugalska: Sporting – Gil Vicente
22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Milan – Atalanta
0.00 Goal Arena Bundesligi

ELEVEN SPORTS 3 HD

12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Sassuolo – Milan
14.00 Piłka nożna: Liga francuska – Multiplex
16.00 Bundesliga Special (21)
17.00 Serie A – mag. piłkarski
18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Napoli – Bologna
20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Eintracht
22.00 Piłka nożna: Liga francuska – Multiplex
0.00 Najszybsze gole Bundesligi – mag. piłkarski
0.15 Dramatyczne rzuty karne – magazyn piłkarski
0.30 Najlepsze gole Bayernu Monachium – mag.

CANAL+ DOKUMENT HD

10.05 Polska z góry 4 (5-7)
11.40 Maria Callas. Nieznane lata – film dokum., Grecja
13.30 Sekretne życie lasów mangrowych (1) – dok.
14.30 W stronę słońca – dok.
16.10 Czy AI zabija internet?
17.10 Prost (4-6) – serial dok., Fr.
18.55 Dwadzieścia lat później: C.K.O.D.3 – film dok., Pol.
20.10 Walka o Jerozolimę
21.10 Spowity tajemnicą
22.10 Matterhorn: Śmiercionośny szczyt
23.10 Szkoda, że nareszcie
0.50 Kui Buri. Ukryty raj w Tajlandii – film dokum.
1.50 O co biega? (22) – mag.

eprasa.pl dec786d728

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Tajemnice lądowania na Księżycu** (1, 2) – serial dokumentalny
8.00 **Zoom na architekturę**
10.00 **Jak to jest zrobione?** – dok.
12.00 **Zwykłe rzeczy, niezwykłe wynalazki 15** – dok.
14.00 **Pogromca mitów w akcji** – serial dok.
16.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
18.00 **Jak to jest zrobione?** – dok.
20.00 **Wyprawa w nieznane 10** – serial dokumentalny
21.00 **Wyprawa w nieznane 9** – dok.

DOKUMENTALNY



22.00 **Pojedynki wizjonerów**

Stalowy magnat Andrew Carnegie oraz król węgla Henry Clay Frick konsolidują siły, aby zbudować największe imperium przemysłowe amerykańskiego „wieku pozłacanego".

23.00 **Poszukiwacze dinozaurów** – dok.
0.00 **Tajemnice lądowania na Księżycu** (3, 4)
2.00 **Autostrada spotkań z UFO** – serial dok.
4.00 **Zwykłe rzeczy, niezwykłe wynalazki 15** – dok.

ID HD

6.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet** – serial dokumentalny, USA 2024
8.00 **Ciało w piwnicy** – serial dokumentalny, USA 2024
10.00 **Tylko martwi znają prawdę:** Anioły diabła; Nasze sekrety – serial dokumentalny
12.00 **Śmierć w cieniu stadionu** – serial kryminalny, USA 2022
14.00 **W sieci kłamstw** – serial dokumentalny, USA 2021
16.00 **Zbrodnia w sąsiedztwie 2** (12) – serial dokumentalny, USA 2011-2012

DOKUMENTALNY



18.00 **Żyjąc z potworem:** Muszę to zrobić; Moja pokręcona siostra – USA 2018

Tim Kreider odkrywa, że jego syn popełnił zbrodnię. Wie, że musi to zgłosić na policję. Widzowie przekonają się, do czego zdolny jest ojciec, który pragnie chronić dziecko.

20.00 **Zabójczy blond 2** – serial dok., USA 2025
21.00 **Śmierć na schodach** (1-3) – serial dok., USA
0.00 **Życie w cieniu śmierci** – serial dok.
1.00 **Śmierć na schodach** (1-3) – serial dok., USA

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

10.00 **Niszczycielskie żywioły** (5) – dok.
11.00 **Porzucone konstrukcje** (5)
12.00 **Stacja Amsterdam** (5) – serial dok., Hol.
13.00 **O czasie i wodzie**
15.00 **Inkowie: Powstanie i upadek imperium** (1) – dok., Wlk. Bryt.
16.00 **Starożytne konstrukcje** (4)
17.00 **Wojna z ZSRR: Wielkie konstrukcje III Rzeszy** (3) – film dokum., Kanada 2018
18.00 **Hitler: Zaginione taśmy III Rzeszy** (3)
19.00 **UFO: Przełomowe śledztwa** (3) – dok.
20.00 **CIA: Tajemnice i szpiedzy** (5) – dok.

DOKUMENTALNY



21.00 **Pompeje: Podróż w czasie z Tomem Hiddlestonem**

Aktor wpada na trop dowodów, które rzucają nowe światło na wiedzę dotyczącą dramatycznych wydarzeń w Pompejach. Zdradzi również, kto zdołał ocaleć erupcję Wezuwiusza.

22.00 **Katastrofa w przestworzach** (2, 3, 6, 4) – dok., Kan.
2.00 **Alaska: Następne pokolenie** (9, 10) – serial dokumentalny
4.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy** (4) – dok.

FOKUS TV DVB T2

6.00 **Wehikuł czasu** (802) – program informacyjny
6.05 **48h. Zaginieni** (47) – serial krym., Polska
7.00 **Rolnicy. Podlasie** (5, 6) – serial dokum.
9.00 **Działkowcy** (7, 8) – serial dok., Pol. 2021
11.00 **Z klimatem i z pasją** (11) – program publicystyczny
11.30 **Wojny magazynowe** (13-17) – reality show
14.00 **Gwiazdy lombardu 25** (17) – reality show
15.00 **Przygody poszukiwaczy złota** (1, 2) – serial dokum., Australia 2022

DOKUMENTALNY



17.00 **Rolnicy. Podlasie** (28-31) – Polska 2026

W Bronowie Jarek świętuje zakup długo szukanego ciągnika. Razem z Agnieszką i Wiktorią przygotowuje ogiera do wystawy.

21.00 **Podróże Gienka i Jastrzębia** (1, 2) – serial dokum.
22.00 **Świat według Kim Dzong Una**
23.00 **Pogromcy mafii** (7)
0.00 **Największe śledztwa CBŚP** (7)
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (23-26) – serial dok.
5.00 **Kołowrotek** (10, 11)

TVP HISTORIA DVB T2

11.05 **Po złoto**
12.20 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja
13.25 **Wędrówki szlakami granicznymi** (1)
14.20 **Kurier** – film hist., FILM Polska 2019, 120 min
16.20 **Puszczyk mszarny. Duch poleskich bagien**
16.35 **Tutanchamon: życie, śmierć i dziedzictwo** (2)
17.30 **Blisko, coraz bliżej** (19) – obycz., Pol. 1986
19.00 **Powstanie warszawskie w dokumentach** – film dok., Pol. 1994
20.05 **II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa** (5)

DRAMAT WOJENNY



21.05 **Kanał** – Polska 1956, FILM reż. Andrzej Wajda, wyk. Tadeusz Janczar, 105 min

Pierwszy film o tragedii powstania warszawskiego. Walcząca na Mokotowie kompania „Zadry" schodzi do kanałów, przechodząc do Śródmieścia.

22.50 **Godzina „W"** FILM – film wojenny, Polska 1979, 95 min
0.25 **Zagadka Heweliusza** – film dokum., Polska 2025
1.25 **Blisko, coraz bliżej** (19) – obycz., Pol. 1986

HISTORY HD

10.10 **Gwiazdy lombardu 25** (5, 6, 19) – reality show
13.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 4** (1) – serial dok., USA
14.00 **Piątka z historii** (2)
14.25 **David Duchovny: archiwum tajemnic 2** (8) – dok.
15.20 **Starożytni kosmici 17** (14) – dok.
16.10 **Tajemnice zaginionych miast** (2): Pompeje
17.10 **Jak Hitler przegrał wojnę** (1, 2) – dok.
19.05 **Starożytni kosmici 13** (17, 21)
21.00 **David Duchovny: archiwum tajemnic 2** (4) – dok.

DOKUMENTALNY



22.00 **Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2** (20)

Twórcy programu przyglądają się kolejnym sensacyjnym odkryciom. Badają m.in. niepozorną ramkę, w której został ukryty egzemplarz Deklaracji Niepodległości.

23.00 **Starożytni kosmici 17** (8, 9)
0.50 **Starożytni kosmici 13** (21) – dok.
1.50 **Jak Hitler przegrał wojnę** (1, 2) – dok.
3.40 **Niewyjaśnione tajemnice świata 4** (1) – serial dok., USA

DISCOVERY HISTORIA HD

9.00 **Wyścigi po antyki** – dok.
10.00 **PrzeTwórcy** (6, 5) – dok.
12.00 **Podziemne sekrety**
13.00 **Walka o bagaż** (13) – dok.
13.30 **Skarby z szopy** (1) – dok.
14.00 **Brudne skarby** – dok.
15.00 **Zoom na architekturę**
17.00 **Zaginione miejsca** – dok.
18.00 **Pogromca mitów w akcji** – serial dok., USA
19.00 **Wstęp wzbroniony** (2, 5)
20.00 **Legendarne miejscówki**
22.00 **Akta ekspedycji** – dok.
23.00 **Nawiedzona Irlandia**
0.00 **Spotkania z obcymi: fakty czy mity** (1) – dok.
1.00 **Hazardziści** – serial dok.
2.00 **Było, nie było** (8) – dok.

PLANETE+ HD

13.35 **Pod ciśnieniem. Śledztwo w sprawie Ryanaira** – film dokum., Fr.
14.40 **Świat według termitów**
15.50 **Watykan. W jakim stanie jest Kościół?** (2)
16.55 **Udowodnić teorię względności** – film dok.
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4**
18.40 **Polska z góry 9** (10) – dok.
19.10 **Polska z góry. Zamki, dworki, pałace** (1) – dok.
19.45 **Venus i Serena. Tenisowa rewolucja**
20.50 **Bestie ze Złego** – dok.
22.35 **Superheroes** – film dok.
0.25 **Żydowski nazista** (1)
1.25 **Polska z góry 4** (13) – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

13.00 **Dzikie maluchy z amerykańskich parków narodowych**
14.00 **Sekretne życie pszczół**
15.00 **Blask natury** – film dok.
16.00 **Parki narodowe Stanów Zjednoczonych** (2) – dok.
17.00 **Królowe świata zwierząt** (1) – serial dok.
18.00 **Oko w oko z dziką naturą** (1) – dok., Wlk. Bryt.
19.00 **Dzika przyroda strefy równikowej** (4) – dok.
20.00 **Europa z powietrza** (5)
21.00 **Dzika konfrontacja** (2)
22.00 **Dzikie cuda Europy** (3)
23.00 **Dzika Północ Europy** (3)
0.00 **Myśliwy kontra ofiara**

POLSAT VIASAT NATURE HD

6.20 **W okowach mrozu 4** (17-20) – serial dokum., USA
10.15 **Dzika Kuba: Wyprawa na Karaiby** (1) – film dok.
11.25 **Wielka Afryka** (1-5) – dok.
17.00 **Zwierzęta: maszyny doskonałe** (4) – dok., Kan.
18.00 **Dzikie śpiochy** – film dok.
19.05 **Narodziny ptaków** (1, 2) – serial dok., Wlk. Bryt. 2024
21.15 **Nasza zima zła** (1, 2) – serial dok., Wlk. Bryt. 2024
23.30 **Rzeczne potwory 7** (2-4) – serial dok., Wlk. Bryt. 2015
2.20 **Rzeczne potwory 6** (6) – serial dokumentalny, USA
3.15 **Rzeczne potwory 7** (1)
4.05 **Nasza zima zła** (1, 2)

BBC EARTH HD

10.00 **Najpiękniejsze trasy spacerowe** (8) – dok.
11.00 **Sekretne życie ogrodu**
12.05 **David Attenborough i cuda natury 3** (1) – dok.
12.40 **W okowach mrozu 3** (8)
13.40 **Wietnamskie przygody Billa Baileya** (2) – dok.
14.45 **Wyspy Atlantyku** (1, 2)
16.45 **Życie na pustkowiu 2**
18.40 **Potęga ssaków** (1, 2)
20.50 **Sekretne życie ogrodu**
21.55 **Naturalnie odmienione życie** (2) – dok., Wlk. Bryt.
22.55 **Morze Śródziemne: przyroda w potrzasku**
23.55 **Największe zagadki nauki** (3) – dok., Wlk. Bryt.

ANIMAL PLANET HD

10.00 **Na tropie wymarłych gatunków** – serial przyrod.
11.00 **Weterynarz z Gór Skalistych 7** – serial dok.
13.00 **Klan z Alaski** (13) – dok.
15.00 **Zwierzęta – czego nie widać** – serial dokum., USA
17.00 **Cuda z drewna** – dok.
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 3** – serial dokum.
22.00 **Baseny z rozmachem**
23.00 **Człowiek w roli ofiary**
1.00 **Na haczyku** – serial dok.

TVP DOKUMENT HD

11.45 **Życie lasu. Ptaki** – dok.
12.35 **Łabędź niemy** – film dok.
13.00 **Podróże Małej i Dużej 4**
13.30 **Tacy byliśmy** (8)
14.00 **W krainie pszczoły miodnej** – film dokum., Fr.
15.00 **Nietoperz – zagadka**
16.00 **W głąb wszechświata: zagadki kosmosu** (2)
17.00 **Kultura miejska** (9)
18.05 **Sanatorium miłości 7** (3)
18.55 **Fenomen Fogga** – dok.
20.00 **Ciemna strona Everestu** – film dokum., Kanada
21.40 **Odnaleziony walc** – dok.
22.45 **Tamte lata, tamte dni**
23.20 **Nowa Warszawa** – dok.
0.40 **Sanatorium miłości 7** (2)

POLSAT DOKU HD

10.55 **Potęga i mit hitlerowskiego SS** (5)
12.05 **Wyspa kanibali** – dok., Fr.
13.20 **1945 – rok, który odmienił historię** – dok.
14.30 **Potęga i mit hitlerowskiego SS** (5)
15.45 **Polowanie na nazistów** (1/2, 2-ost.) – film dok., Fr.
17.35 **Największe mity historii**
19.55 **Planeta skarbów** (1)
21.00 **Jezus i jego życie** (5)
22.00 **Niewyjaśnione tajemnice** (1, 2) – dok.
23.50 **Kroniki Hitlera** (9) – dok.
1.00 **Niewyjaśnione tajemnice** (4) – serial dok.
1.55 **Kołowrotek** (137, 138)

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

6.00 **Australijscy łowcy bydła 2** (7) – dok., Australia
6.30 **Drwale z Kolumbii Brytyjskiej 2** (7, 8) – dok.
8.15 **Drewno z Kolumbii Brytyjskiej** (1-3) – dok.
11.10 **Kowboje z zimnych wód 4** (3-7) – serial dok.
16.10 **Australijscy poszukiwacze złota 8**
21.00 **Special Ops: Prawda** (3, 4) – serial dokumentalny
22.10 **Tytani KSW** (3) – film dok.
23.05 **Militarny ranking** (9)
0.10 **Samochody marzeń** (6-8)
2.45 **Czarodzieje z kanadyjskich złomowisk** (1-4) – dok.

POLSAT VIASAT HISTORY HD

6.15 **Konkwistadorzy: powstanie i upadek** (4-6)
9.00 **Piraci z Morza Śródziemnego** – film dok.
10.10 **Starożytność: zdrady**
13.25 **Kryminologia starożytności** (3, 4) – dok.
15.30 **II wojna światowa: cena imperium** (1-5) – dok.
21.00 **Tajemnica Włóczni Przeznaczenia** – film dok.
22.10 **Cesarstwo Rzymskie: mity i fakty** (3, 4) – dok.
0.30 **Najgroźniejsi ludzie Hitlera** (1-5) – serial dok.
4.15 **Piraci z Morza Śródziemnego** – film dok.
5.15 **Zakazana historia 7** (6)

CI POLSAT HD

16.00 **Wakacyjne zbrodnie**
17.00 **Zbrodnia: oszukać prawdę** (9) – serial dokum.
18.00 **Sędzia Rinder: zbrodnia, której nie da się zapomnieć** (2) – serial dok.
19.00 **Akta Fajbusiewicza** (3, 4)
20.00 **Najsłynniejszy dom publiczny – Mroczne sekrety** (3) – serial dok.
21.00 **Najbardziej szokujące przypadki sądowe 8**
22.00 **W cztery oczy z mordercą** (1) – dok.
23.00 **Dowody zbrodni: krwawy Zachód** (5) – dok.
23.55 **Jak zostałem seryjnym mordercą** (2) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

6.00 **Z wędką na koniec świata** (8, 9) – serial dok.
8.05 **Smakuj świat z Pascalem** (10, 1-3)
10.15 **Azja Express** (5)
11.50 **Baseny z rozmachem** (4)
14.00 **Człowiek kontra jedzenie** (10-13) – mag.
16.00 **Kobieta na krańcu świata** (7, 8) – serial dok.
18.15 **Ciężarówką przez Stany** (2-5) – program rozrywkowy
21.15 **Święte miejsca** (2, 3)
23.20 **Ambasady luksusu** (4, 6)
1.20 **W co wierzą Osbournowie** (10-13)
5.20 **Za Donalem... do Europy** (9) – magazyn kulinarny

eprasa.pl dec786d728

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

12.50 Słowo na niedzielę
13.00 Transmisja mszy świętej z kościoła pw. św. Krzyża w Łapach – religijny
14.15 Piłka nożna: Betclic LIVE 1. Liga – studio
14.25 Piłka nożna: Betclic LIVE 1. Liga: Ruch Chorzów – Miedź Legnica
16.30 Piłka nożna: Betclic LIVE 1. Liga – studio
17.00 Teleexpress
17.25 Chichot losu (3)
18.20 Kabaretomaniacy (72) – pr. rozrywk.
19.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu (2)
19.30 Program informacyjny 19.30
20.05 Sport, pogoda

TVP ROZRYWKA

13.40 Prywatne życie zwierząt 13 (2)
14.10 Przyrodnik na tropie (41) – dok.
14.45 Olga Lipińska zaprasza (14)
15.35 Program rozrywkowy
15.45 Moje przeboje (3)
16.25 Omnibus – szybcy i mądrzy (19) – telet.
16.50 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (19)
17.10 Omnibus – szybcy i mądrzy (20) – telet.
17.40 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (20)
18.00 Koło fortuny (1994)
18.40 Szansa na sukces. Opole 2026 (7)

POLSAT CAFÉ

6.00 Komisarz Mama (35, 36) – serial krym.
8.00 Bogaty dom – biedny dom (119)
9.00 Rolniczki (21, 22)
11.00 Działkowcy (9) – dok.
12.00 Bogaty dom – biedny dom (120, 121)
13.55 Nasz nowy dom (263) – reality show
14.55 Demakijaż (208)
15.25 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (41) – reality show
17.00 Bogaty dom – biedny dom (122) – reality show
18.00 Nasz nowy dom (264, 265)
20.00 Bogate dzieciaki bez kasy (38)

TV 4 DVB T2

6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (200) – reality show
7.00 The Americas (6, 7) – serial dok., Wlk. Bryt.
8.55 Galileo (1186, 1187) – program popularnonaukowy
10.55 Bez hamulców FILM – film sensacyjny, USA 2012, reż. David Koepp, 115 min
12.50 Wielki błękit – dram. przyg., USA/Francja/Wł. 1988, 215 min
16.25 Déja vu FILM – thriller s.f., USA 2006, reż. Tony Scott, wyk. Denzel Washington, Paula Patton, 150 min
18.55 Uroczysko (187, 188) – serial krym., Polska

TTV HD DVB T2

12.10 Zakup w ciemno 4 (11) – reality show
13.05 Zakup w ciemno extra (4)
13.40 Damy i wieśniaczki. PL 10 (3) – fab.-dok.
14.40 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (8)
15.45 Express – pr. inform.
16.05 Idź na całość 2 (20)
17.10 Życie na kredycie 8 (15) – reality show
17.45 Express – pr. inform.
18.00 Pogoda, sport
18.10 Życie na kredycie 8 (16) – reality show
18.45 Żony Podlasia 3 (9)
19.45 Express – pr. inform.
20.00 Zakup w ciemno 6 (10) – reality show
21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 22 (9)

TVN STYLE HD

5.20 I nie opuszcze Cię aż do ślubu (9) – reality show
5.55 Zgłoś ogród 2 (1)
6.50 Zgłoś remont 11 (1)
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.30 Ostre cięcie 12 (1)
12.35 Babski biznes (1)
13.35 Jestem z Polski 16 (29, 33, 30) – dok., Pol.
16.35 Bitwa o gości (1) – reality show
17.35 Do zobaczenia 2 (2) – mag. poradnikowy
18.10 Ugotowani 13 (1) – pr. kulin.-rozrywk.
19.10 Kuchenne rewolucje (1, 6) – program rozrywkowy
21.06 Ostre cięcie 12 (1) – program rozrywkowy

20

KRYMINALNY



20.20 Komisarz Alex 23 (288) – Polska 2025

Pod blokiem z czasów PRL-u znaleziono ciało przedstawiciela handlowego. Jeden z tropów prowadzi śledczych do żony, z którą denat właśnie się rozwodził.

21.15 Lato z Radiem i Telewizją Polską
23.15 Kabaret Neo-Nówka – pr. rozrywk.
0.10 63. KFPP w Opolu – Hip-hop. Jedno podwórko 2
0.40 Chichot losu (3)
1.30 Program informacyjny 19.30

ROZRYWKOWY



19.45 Kabaret Neo-Nówka

Wrocławska grupa przedstawia parodię programów telewizyjnych, w których różnego formatu gwiazdy tańczą, śpiewają lub wykonują akrobatyczne ćwiczenia.

20.45 Kocham Cię, Polsko! (10) – pr. rozrywk.
22.20 Postaw na milion – teleturniej
0.20 Koło fortuny (1994)
0.55 Omnibus – szybcy i mądrzy (19) – telet.
1.25 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (19)

REALITY SHOW



21.00 Gry małżeńskie (206) – Polska 2026

Tym razem widzowie będą obserwować poczynania singla Patryka, szukającego swojej drugiej połówki. Na randki zaproszą go Natalia, Amelia i Aleksandra.

22.00 Kolacja w ciemno (91) – program rozrywkowy
23.00 Gry małżeńskie (204, 85) – reality show
1.05 Więzienie kobiet (65-68) – serial dokum.
3.00 Zdrady (7-9) – serial paradokumentalny, Polska 2013

KRYMINALNY



20.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1020-1023) – Pol. 2026

Mikołaj trafia do szpitala po przedawkowaniu leków. W jego mieszkaniu Izabela i Barbara znajdują hurtowe ilości specyfików i telefon, który naprowadza je na trop lekarza.

0.00 STOP Drogówka
1.00 Tokio nocą. Sekretna Japonia
2.20 Miłość i seks w Rosji – dok.
3.25 Lubię disco! (294)
4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.

DOKUMENTALNY



22.00 Żony Podlasia 3 (10) – Polska 2025

Aldona czeka na wyniki testu DNA. Wspiera ją Larysa. Karolina prosi Kociego o pomoc w zrobieniu babki ziemniaczanej. Jacek z Magdą jadą po nowe krowy.

23.00 Nic do zgłoszenia 5 (8) – serial dokum., Pol.
0.00 Damy i wieśniaczki. PL 10 (4) – fab.-dok.
1.00 Kanapowcy 5 (8)
2.00 SOS. Ekipy w akcji (17, 18) – paradok., Pol.
4.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (521) – serial fab.-dok., Pol.

DOKUMENTALNY



22.10 Śmierć Diany: dwa śledztwa (1)

Widzowie poznają kulisy kluczowych policyjnych dochodzeń dotyczących śmierci księżnej Diany. Widzowie przyjrzą się pracy brytyjskich i francuskich detektywów.

23.15 EuroPOLKI studentki (6) – rozr.
0.20 Kobieta na krańcu świata (6) – dok., Pol.
1.20 Domy z potencjałem: Nowa odsłona (5) – program rozrywkowy
2.20 Nieoczywiste miejsca (9) – dok.

TVP HD HD

8.55 Ojciec Mateusz 24 (314, 316) – krym., Pol. 2020
10.45 Czy wiesz, że? (293)
11.20 Na sygnale (702, 703)
12.25 Ojciec Mateusz 8 (102)
13.20 Komisarz Alex 6 (66)
14.15 Ranczo 3 (27, 28) – obycz.
16.10 Postaw na milion – telet.
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 27 (345)
19.20 Ranczo 10 (125-127)
22.20 Weiser – dramat FILM psychologiczny, Niem./Pol./Szwajcaria 2000, 110 min
0.10 Jan Serce (9, 10-ost.)
3.00 Wielkie wesele – kom. FILM romant., USA 2013, 100 min

TVS HD

8.05 Przy muzyce po Śląsku
8.35 Muzyczne dzień dobry
9.35 Przy muzyce po Śląsku
10.50 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.
21.50 Rosamunde Pilcher: FILM **Zaręczona, zakochana, zagubiona** – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2011, 105 min
23.35 Śląska karuzela – muz.

ZOOM

9.00 Jakubiak rozgryza Włochy (1) – mag. kulin.
9.35 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
11.45 Sensacje XX wieku
13.55 Stawka większa niż życie (1, 2) – wojenny, Pol.
16.45 Jaś Fasola (1-3) – kom.
18.30 Kabaretowe przeboje 4
19.40 I love kabaret EXTRA (1)
20.00 Kabaretowe przeboje 4
21.00 Książę i ja – komedia FILM romantyczna, USA/Czechy 2004, 130 min
23.10 Magia nagości. Polska – Najsmaczniejsze kąski
0.10 Adam szuka Ewy. Niemcy 2 (1) – pr. rozrywk.

TLC HD

12.00 Wielkie lato małych ludzi (4) – reality show
13.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 7 (4)
14.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 4
15.00 Włoskie zdrady (27, 28)
16.00 Wiza na miłość: ostatnia szansa 2 – reality show
18.00 100 kucharzy
19.00 Słodki biznes
20.00 Wielkie lato małych ludzi (4) – reality show
21.00 Wiza na miłość 12 (11)
23.00 Ciało, w którym żyję
0.00 Dr Pryszczylla – dok., USA
1.00 Wielkie lato małych ludzi (4) – reality show

C+ KUCHNIA HD

16.35 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2 (4)
16.50 Moje smaki wsi (1) – dok.
17.15 U sąsiadów w kuchni 16 (17, 18) – serial dok., Niem.
18.25 Podróże piekarza z Hebrydów (4) – dok.
19.20 Nie bój ryby! (1) – mag.
19.45 Dzień dobry, obiad (3, 4)
20.35 M jak mięso 5 (1, 2) – dok.
21.30 Wszystkie smaki fermentacji 2 (2) – dok.
22.05 Podróż przez smaki Chin 2 (5) – serial dokum.
23.00 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 8 (8)
23.50 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 9 (1)

TVN TURBO HD

11.45 Naprawy nie do naprawy (4) – mag.
12.30 Wojny samochodowe
14.30 Zawodowi handlarze
15.15 Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia (1, 2) – rozr.
16.15 Moto Fachury (7) – mag.
17.00 Moto kombat (9) – mag.
17.45 Raport końcowy (829)
18.10 Ciężarówką przez Stany (3-6) – program rozrywkowy
21.10 Wojny samochodowe
22.10 Z drugiej ręki (6) – mag.
22.55 Naprawy nie do naprawy (4) – mag.
23.40 Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia (1, 2) – rozr.
0.40 Moto Fachury (7) – mag.

NOWA TV DVB T

7.30 Interwencja – taka jest Polska (569) – mag.
8.20 Frieren. U kresu drogi
9.30 Dragon Ball Z Kai 2
13.00 One Punch Man (7, 8)
14.00 Kabaretowa Dynastia
16.00 Nowa Rewia Kabaretowa (24, 1) – rozr.
18.00 Kabaret na żywo. Przystanek Radość (8)
20.00 Nowa Rewia Kabaretowa (17) – pr. rozr.
21.00 Zdrady (96-99) – paradok.
1.00 Łowca pedofilów
3.00 TV okazje (30, 31)
3.50 Wehikuł czasu (802, 801)
4.00 Sala operacyjna (6, 8)
5.00 Pod lupą (8, 9) – magazyn

METRO

8.00 Klan z Alaski 5 (15-ost.)
9.00 Klan z Alaski 2 – dok.
10.00 The Floor (2, 5) – telet.
11.25 Gremliny rozrabiają FILM – horror komediowy, USA 1984, 125 min
13.30 Diagnoza (13-ost.) – obycz.
14.35 Diagnoza 3 (1) – obycz.
15.35 Kryminalni (7) – krym.
16.40 Kryminalni 4 (10, 11)
18.55 Milionerzy (629, 630)
20.00 Yellowstone 2 (3, 4)
22.05 Wytańczyć marzenia FILM – dramat obyczajowy, USA 2006, 135 min
0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 3 (4) – dok.
1.20 Szpital (814) – paradok.

ANTENA HD DVB T2

8.05 Oszukali przeznaczenie. Historie prawdziwe 15 (3) – serial dok., Wlk. Bryt.
8.35 Celnicy (3) – serial dokum.
9.05 Co Polak potrafi na drodze? (13) – pr. rozr.
10.05 Tajemnice ludzkości
12.05 Polska. Największe dylematy (2) – pr. publ.
13.10 Detektyw Candice: Niezawodny instynkt 2 (1-4) – serial kryminalny, Fr.
17.55 77 TV 4 (1, 4) – pr. rozrywk.
20.00 Alex Hugo – górski detektyw (5, 6) – krym., Fr.
0.05 Morderstwo w rocznicę ślubu FILM – film kryminalny, USA 2020, 110 min

WP DVB T

10.55 Pogoda
11.05 Pogromca tajemnic (1)
12.05 Sekrety tajnych stowarzyszeń (1) – dok.
13.05 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4 (11)
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2 (12)
15.00 Strażacy z sąsiedztwa 2
16.00 Policjanci w akcji (3)
16.55 Pogoda
17.05 Policjanci z sąsiedztwa 5 (2-4, 6, 7)
21.55 Pogoda
22.00 Mistrzowie Kabaretu 2
22.55 Mistrzowie Kabaretu (4)
23.55 Przebojowe kabarety (7)
0.55 Mistrzowie Kabaretu 5

C+ DOMO HD

14.10 Wielkie projekty: Australia 12 (5) – dok.
15.15 Luksusowa ucieczka 7
16.15 Adres: rezydencje marzeń (9) – serial dok.
17.15 Bitwa o wnętrza (5)
18.10 Mam zamek 3 (3) – dok.
18.35 Daleko od miasta 14 (4)
19.05 Ucieczka na wieś 22
21.00 Domy na krańcu świata (3) – serial dok., Wlk. Bryt.
22.00 Najbrzydszy dom na naszej ulicy (3) – dok.
22.55 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo (9, 10) – dok.
0.35 Kupiliśmy sobie zamek – damy radę 2 (1) – dok.

HGTV HD

9.00 Nowa Maja w ogrodzie 4 (31, 32)
10.00 Nowa Maja w ogrodzie
11.05 Polowanie na ogród 7
12.10 Polowanie na ogród 9 (4)
12.45 Letnia chata na lata 3
14.41 Będzie pięknie (4) – rozr.
15.40 Zgłoś remont 4 (8) – rozr.
16.40 Weekendowa metamorfoza 6 (3) – rozr.
18.35 Kolekcjonerski obłęd wart miliony (3, 4) – rozr.
19.40 House Hunters – Poszukiwacze domów 8 (3-5) – pr. rozr.
21.25 Pogromcy chaosu (1)
22.20 Dorota inspiruje 3 (2)
23.20 Zamek w spadku (1, 2)

eprasa.pl dec786d728

P! Premiera w TV

STACJE DZIECIĘCE | STACJE INFORMACYJNE

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Sekrety rodziny** (169) – serial paradokum., Pol. 2020
7.30 **Z klimatem i z pasją** (243) – program publicystyczny
8.00 **Sekrety rodziny** (170) – serial paradokum., Pol. 2020
9.00 **Trudne sprawy** (922-926) – serial paradokum., Pol. 2020
14.00 **Sekrety rodziny** (171) – serial paradokum., Pol. 2020
15.05 **Więzienie kobiet** (70-73) – serial dokum.
17.00 **Nasz nowy dom** (369) – reality show
18.15 **Awantura o kasę** – teleturniej

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 **Wydarzenia**
6.40 **SuperLudzie 2** (27)
7.15 **Była sobie Ziemia**
9.50 **SuperMocni** (11, 12)
10.50 **Daleko jeszcze?** FILM – komedia, USA 2005, reż. Brian Levant, 115 min
12.45 **Aniołki Charliego: Zawrotna szybkość** FILM – film sensacyjny, USA 2003, 135 min
15.00 **Ponad wszystko** FILM – film obyczajowy, USA 2017, 120 min
17.00 **Polacy w świecie** (19, 20) – serial dok.
18.00 **Świat według Kiepskich** (532, 533) – kom., Pol. 2017-2018
19.00 **Randka w ciemno** (11, 12) – pr. rozrywk.

TV 6 DVB T

6.00 **Columbo** (25, 26) – serial kryminalny, USA 1974
10.05 **Poirot** (2) – serial kryminalny, Wielka Brytania 1992
12.30 **Jak ukraść milion dolarów** FILM – komedia sensacyjna, USA 1966, reż. William Wyler, wyk. Audrey Hepburn, Hugh Griffith, Peter O'Toole, Eli Wallach, 150 min
15.00 **Policjantki i Policjanci** (248-250) – serial obyczajowy, Polska 2017
18.00 **Strażnik Teksasu** (17, 18) – serial sensacyjny, USA 1998-1999

BBC FIRST HD

6.00 **Ojciec Brown 9** (6, 7) – krym., Wlk. Bryt. 2021
7.40 **Detektyw z Chelsea** (8) – serial kryminalny
8.40 **Śmierć z dala od palm** (6) – serial krym., Wielka Brytania 2023
9.50 **Sanditon** (7, 8) – kostium., Wlk. Bryt.
11.50 **Duchy 2** (7) – serial komediowy, Wlk. Bryt.
12.30 **Duchy 3** (1, 2) – serial komediowy, Wlk. Bryt.
13.50 **Morderstwa w Midsomer** (7, 8) – krym., Wlk. Bryt. 1997
15.55 **Tajemnice Brokenwood 12** (5) – krym., Nowa Zelandia
17.50 **Z pamiętnika położnej 10** (4) – serial obyczajowy

TVP ABC DVB T2

7.05 **Agatka** (21, 22)
7.30 **Małe i duże przygody Miffy** (37)
7.40 **Ptyś i Bill** (38) – anim.
7.50 **Czarodziejskie miasteczko Pinokia**
8.10 **Piotruś Królik 2**
8.35 **Wegezaury 2** (37)
8.40 **Świnka Peppa 7**
9.00 **Tru i Tęczowe Królestwo** (11)
9.30 **Ziarno** – pr. dla dzieci
10.00 **Go-tu-jemy** (23, 24)
10.20 **Przygody Bolka i Lolka** (1, 2) – anim.
10.45 **Rodzina Treflików 6** (78) – anim., Pol. 2021
10.55 **Rodzina Treflików**
11.10 **Odo** (5-7) – anim.
11.35 **Stacyjkowo** (53, 54)
11.55 **Pszczółka Maja** (37)
12.25 **Studio Stodoła** (12)

TVN 24 HD

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

SENSACYJNY



20.35 Strzelec wyborowy FILM – USA 2021, 130 min

Były snajper amerykańskiej armii poznaje Rosę, która stała się celem kartelu. Gdy kobieta ginie, musi zapewnić ochronę jej synowi.

22.45 **Nieobliczalny** – film FILM sens., USA/Rumunia 2006, 120 min
0.45 **Wydarzenia**
1.25 **Komisarz Mama** (8) – serial krym., Polska
2.55 **Piotr Rubik: Koncert Wielkanocny** (3)
4.10 **Oblicza Ameryki**
4.40 **#Jesteśmy dla dzieci** – magazyn

DRAMAT PRZYGODOWY



21.00 Po katastrofie FILM – USA/Wielka Brytania 2017, 115 min

Dochodzi do wypadku lotniczego, w którym giną wszyscy pasażerowie dwóch samolotów, w tym cała rodzina Romana. Załamany mężczyzna zamierza się zemścić.

22.55 **28 dni** FILM – komediodramat, USA 2000, 130 min
1.05 **Backdoor. Wyjście awaryjne** (3) – kom.
1.30 **Świat według Kiepskich** (480-484)
4.05 **Nasz nowy dom** (287, 288)

KRYMINALNY



20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (77, 78) – USA 2005

Tobey w pisemnym zeznaniu przyznaje się do morderstwa. Jednak detektyw Horatio Caine uważa go za niewinnego. W więzieniu Tobey zabija w obronie własnej...

21.55 **Kości** (133, 134) – serial kryminalny
23.50 **Ultraviolet** – film s.f., FILM USA 2006, reż. Kurt Wimmer, 110 min
1.40 **Kochane pieniądze** (32-35) – paradok., Pol.
5.45 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

KRYMINALNY



18.55 Detektyw z Chelsea (8) – Wlk. Bryt./USA

W elitarnej prywatnej szkole w Chelsea na jaw wychodzą sekrety związane ze śmiercią nauczyciela Olivera Cowie. Placówka zyskuje drugie, mroczniejsze oblicze...

19.55 **Śmierć pod palmami 4** (5) – krym.
21.00 **Tajemnice Brokenwood 12** (6)
22.55 **Annika** (6) – krym.
0.00 **Blackshore** (5, 6)
2.20 **Tajemnice Brokenwood 12** (6)
4.05 **Ojciec Brown 9** (6)
4.55 **Duchy 3** (1, 2) – kom.

EDUKACYJNY



13.00 Zwierzaki Czytaki (189)

Pan Krzyś stworzył Gwiezdną Marchewę. Konstrukcja jest wspaniała i ma służyć zwierzakom do zabawy.

13.20 **Tygrysek Percy...**
13.45 **Świnka Peppa** (4-6)
14.10 **Pająk Lucas 2** (73, 74)
14.30 **Oli i Luna** (73, 74)
14.55 **Oktonauci 3** (73, 74)
15.20 **Cześć, czy mogę...**
15.40 **Bella i Sebastian**
16.05 **Pat i świat 2**
16.35 **Dino Ranczo**
17.05 **Pszczółka Maja**
17.30 **Robin Hood** (21, 22)
18.00 **Mała Marinette**

MAGAZYN



20.30 Kawa na ławę

Gospodarz wraz z gośćmi prognozuje, jakie skutki mogą powodować podejmowane przez władze decyzje i czy okażą się one korzystne dla naszego kraju.

21.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.00 **Fakty po Faktach**
0.45 **Kawa na ławę**
1.55 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
2.25 **Szkło kontaktowe**
3.25 **Nic do zgłoszenia** (5) – serial dok., Pol. 2025

POLSAT PLAY HD

6.00 **Dorwać tuńczyka** (2-4)
9.00 **Kołowrotek** (238) – mag.
9.30 **Taaaka ryba** (122) – mag.
10.00 **Jedziemy na ryby!** (5, 6)
12.05 **Chłopaki do wzięcia**
13.00 **Zawód glina** (5) – dok.
14.00 **Budowlańcy** (63, 64)
15.00 **Złomiarze** (49) – dok., Pol.
16.00 **Polacy za granicą**
18.05 **Górale** (182-186, 240)
21.05 **Chłopaki do wzięcia** (477, 478) – serial dokum.
22.00 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (237) – dok.
22.30 **Łowca pedofilów** (240)
23.00 **Siły specjalne – Polska**
1.40 **Tajna historia XX wieku**
4.05 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

9.55 **Co nas truje** (3, 4) – rozr.
11.25 **Wiem, co jem i wiem, co kupuję** (6) – mag.
12.10 **Wiem, co jem 4** (14)
12.45 **24/24** (5) – maraton kulin.
13.45 **Kuchenne rewolucje**
15.50 **Kuchnia jak u mamy**
17.00 **Symon gotuje w ogrodzie** (13, 14) – mag.
18.10 **MasterChef** (13) – pr. rozr.
19.40 **Posiekani** (1) – telet. kulin.
20.40 **Pojedynek na grille** (5)
21.45 **Miasto smaków Guya Fieriego** (6) – reality show
22.50 **Najlepszy smak w mieście** (5) – serial dok.
23.50 **Perfekcyjni gospodarze 9** (38, 39)

POLSAT RODZINA HD

10.30 **Msza święta dla dzieci** – program religijny
11.25 **Tajemnice zamków** (5)
12.30 **Co ludzie powiedzą?** (4-6) – serial kom., Wlk. Bryt.
14.30 **Niezwykłe pociągi** (3, 4)
16.30 **Świat z góry 6** (9, 10)
17.45 **Sąsiedzi** (38, 39) – anim.
18.05 **Pingwiny z Madagaskaru** (2, 3)
19.00 **Ania z Zielonego** FILM **Wzgórza: Dalsze losy** – film obyczajowy, Kanada 2000, 115 min
20.55 **Miodowe lata** (54) – kom.
22.00 **Twoja Twarz Brzmi Znajomo** (180) – pr. rozr.
23.55 **Tajemnice zamków** (5)

BBC LIFESTYLE HD

13.35 **Wielkie amerykańskie wypieki 5** (5) – pr. rozrywk.
14.45 **Wielkie amerykańskie wypieki 7** (6) – pr. rozrywk.
15.50 **Tajemnice królewskich ogrodów** (1) – serial dok.
16.50 **Dzień ślubu Willa i Kate** (1) – film dokum., Wlk. Bryt.
17.50 **Wielkie brytyjskie wypieki: gwiazdy 6** (1)
18.55 **Najlepsze hotele Indii** (1)
19.55 **Wielkie nowozelandzkie wypieki 4** (1, 2) – pr. rozr.
22.45 **Kardashianowie: rodzina miliarderów** (1, 2) – film dok., Wlk. Bryt.
0.45 **Wstydliwe choroby: online 3** (3) – serial dokum.

NICK JR. HD

16.18 **Świnka Peppa 4** (11, 4-6)
16.43 **Świnka Peppa** (9-13)
17.13 **Świnka Peppa 6** (2)
17.18 **Świnka Peppa** (4, 6)
17.30 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (2) – anim., Fr.
17.55 **Barbapapa – szczęśliwa rodzinka** (1) – serial anim.
18.10 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (26) – anim., Fr.
18.40 **Dora 4** (10) – serial anim.
19.00 **Santiago z mórz** (3, 9)
19.45 **Rubble i jego ekipa** (3)
20.07 **Świnka Peppa 5** (14-17)
20.32 **Świnka Peppa** (21)
20.36 **Świnka Peppa 6**
20.55 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (9-11) – anim.

POLSAT NEWS HD

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

TVP KOBIETA DVB T2

14.00 **Rodzinka.pl** (162, 163)
15.00 **Podróże Małej i Dużej 7**
15.30 **Ojciec Mateusz 5** (57, 58) – serial kryminalny, Polska
17.25 **Maledivy – sztuczny raj** – film dok., Francja 2024
18.30 **Daję słowo – Maciej Orłoś** (10) – talk-show
19.30 **Miłość i nadzieja** (323) – telenowela, Turcja 2022
20.30 **Wichrowe wzgórze** (304) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **Karol, władca Hiszpanii** (5, 6) – kostium., Hiszp. 2015
23.25 **Uciekinier** – dramat FILM obycz., USA 2012, 140 min
1.45 **Przystań** (1) – obycz., Pol.
2.40 **Ranczo 9** (107) – obycz.

E! ENTERTAINMENT HD

8.50 **Very Cavallari** (1, 2)
10.40 **Plastyczna fuszerka** (25)
12.30 **Z kamerą u Kardashianów 16** (5, 6)
14.20 **Very Cavallari** (3, 4)
16.10 **Plastyczna fuszerka** (1)
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów 16**
20.30 **Very Cavallari** (5, 6)
22.30 **Plastyczna fuszerka**
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów 16** (5, 6)
3.00 **Plastyczna fuszerka** (25)
5.00 **Very Cavallari** (1)

TV TRWAM DVB T

17.55 **Poczet wielkich Polaków** – pr. hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone** – pr. publ.
19.30 **Baśniowy teatr lalek**
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Od Lutra do Marxa – Historia Kościoła** (5)
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Retrospekcja** – pr. publ.
21.45 **Stan bezpieczeństwa państwa** – pr. publicyst.
22.00 **Mocni Jego mocą**
22.30 **Muzyczne chwile** – kult.

BBC BRIT HD

13.15 **Kolekcja aut Goldberga**
14.20 **Alfabet Top Gear** (1)
15.35 **Cuda inżynierii kolejowej 2** (1) – dok.
16.40 **Wynalazki, które zmieniły świat** (6) – dok.
17.50 **Legendarne samoloty gaśnicze: ostatni lot** (2)
18.55 **Kolekcja aut Goldberga**
20.00 **Niewyjaśnione tajemnice: Loch Ness** (1) – film dok., Wielka Brytania
21.00 **Cuda inżynierii kolejowej 2** (1) – dok.
22.00 **Alfabet Top Gear** (2)
23.15 **Arktyczny wojownik: Guy Martin** (1) – dok.
0.15 **Kolekcja aut Goldberga**

MINI MINI+ HD

14.00 **Bing** (47, 48) – serial anim.
14.20 **Strażak Sam 16** (19, 20)
14.45 **Looloo Kids** (36) – anim.
15.01 **Gazu, pieski, gazu! 2** (5)
15.28 **Kicia Kocia 2** (5, 6) – anim.
15.45 **Jeżyk Happy** (26, 1)
16.02 **Marta mówi** (19) – anim.
16.30 **Zouk** (19, 20) – serial anim.
16.56 **Ciekawski George 6**
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.57 **Barbie: Przygody** FILM **księżniczek** – film anim., USA 2020, 75 min
19.12 **Baczne oczka** (5-7)
19.40 **Smerfy** (18) – serial anim.
20.08 **Cloudy & Stormy** (5-8)
20.35 **Dolina Muminków 3** (2)
21.01 **Wierszyki domowe** (17)

TVP 3 DVB T2

12.55 **Piosenka dla Ciebie**
14.00 **Rączka gotuje** – mag.
14.30 **Program lokalny**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Program lokalny**
19.25 LIVE **Piłka nożna:** Betclic SPORT 2. Liga: Sandecja Nowy Sącz – Chojniczanka Chojnice
21.30 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.20 **Pogoda**
22.30 **Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie** – publ.
23.00 **Kościół z bliska** – mag.
23.30 **Całkiem niezła historia**
23.55 **Panorama**
0.25 **Serwis Info Wieczór**

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

eprasa.pl dec786d728

Warto zobaczyć

15.45 KINO POLSKA **Komedia małżeńska**
KOMEDIA OBYCZAJOWA Niedoceniana gospodyni domowa robi karierę w stolicy. Jej mąż w nowej sytuacji nie radzi sobie równie dobrze. *Reż.: Roman Załuski, A: Ewa Kasprzyk, Jan Englert, Zdzisław Wardejn, Polska 1993* **130 min ► do godz. 17.55**

16.25 FILMBOX+ HITS **Magik z Nowego Jorku**
KOMEDIODRAMAT Szewc odkrywa tajemnicę rodzinnej firmy. Jej magia pozwala mu poznać życie klientów. *Reż.: Tom McCarthy, A: Elli, Adam B. Shapiro, Evan Neumann, USA 2014* **110 min ► do godz. 18.15**

16.35 CINEMAX **Szczęśliwy dzień**
KOMEDIODRAMAT Trzej przyjaciele pragną uciec z ośrodka dla nieletnich. Wyruszają w drogę, jednak nie wszystko idzie po ich myśli. *Reż.: Hisham Zaman, A: Mohamed Salah, Salah Qadi, Ravand Ali Taha, Norwegia 2023* **110 min ► do godz. 18.25**

17.50 TVN FABUŁA **Step Up: Taniec zmysłów**
MUZYCZNY Młodego chuligana z biednej dzielnicy oraz baletnicę z dobrego domu zaczyna łączyć taneczna pasja. *Reż.: Anne Fletcher, A: Channing Tatum, Jenna Dewan, USA 2006* **130 min ► do godz. 20.00**

19.20 POLSAT FILM **Lot 93 z Newark**
SENSACYJNY 11 września 2001 roku. Po starcie terroryści przejmują kontrolę nad samolotem. Pasażerowie udaremniają ich zbrodnicze plany. *Reż.: Peter Markle, A: Jeffrey Nordling, Brennan Elliott, Ty Olsson, USA 2006* **100 min ► do godz. 21.00**

19.40 WARNER TV **Rodzinne rewolucje**
KOMEDIA Samotni rodzice, Lauren i Jim, mają za sobą nieudaną randkę. Oboje już nigdy nie zamierzają się spotkać. Los jednak płata im figla. *Reż.: Frank Coraci, A: Adam Sandler, Drew Barrymore, Kevin Nealon, USA 2014* **140 min ► do godz. 22.00**

21.00 POLSAT FILM **Kryzys**
SENSACYJNY Historie, których tłem jest epidemia uzależnień od opioidów w USA. Prof. Tyrone konfrontuje się z koncernem farmaceutycznym. *Reż.: Nicholas Jarecki, A: Gary Oldman, Armie Hammer, Evangeline Lilly, Kanada/Belgia 2021* **150 min ► do godz. 23.30**

23.20 SUPER POLSAT **Pusty człowiek**
HORROR James, były policjant, dowiaduje się, że Amanda, córka jego przyjaciółki Nory, zniknęła bez śladu. Postanawia zbadać sprawę. *Reż.: David Prior, A: James Badge Dale, Marin Ireland, Sasha Frolova, RPA/USA 2020* **165 min ► do godz. 2.05**

→ filmowe hity



JJ udaje się z córką ukochanej do Włoch. Wycieczka zmieni się w szpiegowską rozgrywkę.





20.50 TVN Mój przyjaciel szpieg – Wieczne Miasto

KOMEDIA SENSACYJNA **Agent towarzyszy szkolnemu chórowi w tournée. Musi udaremnić zamach.**

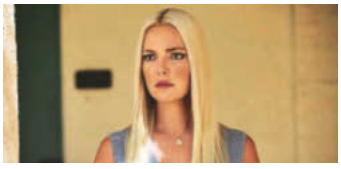
HIT DNIA Sophie, pasierbica agenta JJ, należy do licealnego chóru, który ma wyruszyć na tournée po Włoszech. Punktem kulminacyjnym trasy będzie występ młodych śpiewaków przed samym papieżem w Watykanie. Funkcjonariusz widzi w tym szansę na nawiązanie więzi z córką ukochanej i zgłasza się do pomocy w opiece nad grupą. Razem podziwiają najbardziej malownicze miejsca Italii – weneckie kanały, mosty Florencji czy zabytki Rzymu. Z pozoru beztroska wycieczka szybko przybiera niebezpieczny obrót. Nieświadomi niczego agent i nastolatka stają się pionkami w międzynarodowym spisku terrorystycznym. Zaprawiony w szpiegowskich misjach JJ zrobi wszystko, by znaleźć wyjście z trudnej sytuacji. **HD 140 min ► do godz. 23.10**

USA 2024 **Reż.:** Peter Segal **Wyst.:** Dave Bautista, Chloe Coleman, Kristen Schaal, Ken Jeong, Anna Faris



20.00 POLSAT **Świat w płomieniach**
SENSACYJNY Terroryści przejmują kontrolę nad Białym Domem. Biorą zakładników. Do akcji wkracza John Cale (Channing Tatum) ze Straży Kapitolu. Od niego zależy los prezydenta (Jamie Foxx).

Reż.: Roland Emmerich Wyst.: Jason Clarke
USA 2013 **HD 170 min ► do godz. 22.50**



20.00 TVN 7 **Niezapomniany**
THRILLER Tessa (Katherine Heigl) nie może pogodzić się z rozpadem małżeństwa. Na domiar złego były partner znalazł już nową miłość – Julię, z którą planuje ślub. Zazdrosna rozwódka zamierza zniszczyć życie rywalce.

Reż.: Denise Di Novi Wyst.: Rosario Dawson
USA 2017 **HD 135 min ► do godz. 22.15**



20.00 TVP KULTURA **Basen**
KRYMINALNY Marianne spędza wakacje w Saint-Tropez z ukochanym Jean-Paulem (Alain Delon). Odwiedza ich jej dawny kochanek, Harry (Maurice Ronet). Zazdrosny partner kobiety topi go w basenie, pozorując wypadek.

Reż.: Jacques Deray Wyst.: Romy Schneider
Fr./Wł. 1969 **HD 135 min ► do godz. 22.15**



22.15 TVP KULTURA **Piskle**
HORROR Nastoletnia gimnastyczka Tinja (Siiri Solalinna) jest poddawana presji matki. Pewnego dnia znajduje jajko, które z czasem rośnie do ogromnych rozmiarów. To, co się z niego wykluwa, szokuje wszystkich...

Reż.: Hanna Bergholm Wyst.: Sophia Heikkilä
Fin./Szw. '22 **HD 100 min ► do godz. 23.55**



22.15 TV PULS **Śmiertelna eskorta**
THRILLER Detektyw Johansen (Dolph Lundgren) eskortuje z Meksyku do USA dwie kobiety, które naraziły się kartelowi. Dołącza do niego oficer De La Cruz. Policjanci muszą odeprzeć atak uzbrojonej grupy.

Reż.: Dolph Lundgren Wyst.: Kelsey Grammer
USA 2024 **HD 105 min ► do godz. 0.00**



22.50 POLSAT **Pierwszy śnieg**
KRYMINALNY Oslo. Harry Hole (Michael Fassbender) bada sprawę zaginięcia kobiety i zabójstwa innej. W śledztwie pomaga mu Katrine (Rebecca Ferguson). Okazuje się, że zbrodnia ma związek z tragedią z przeszłości.

Reż.: Tomas Alfredson Wyst.: Charlotte Gainsbourg
Wlk. Bryt. 2017 **HD 150 min ► do godz. 1.20**

Oznaczenia: P! Premiera w TV HD Program także w standardzie HD
patrasa.olx.pl 784n739

→ filmowe hity



Dla swojego dobra Micky musi odciąć się od brata i matki.

21.40 TVP 1 Fighter

BIOGRAFICZNY Trudne rodzinne relacje komplikują drogę boksera na szczyt. Sukces ma wysoką cenę.

HIT DNIA Lata 80. XX wieku, Lowell w stanie Massachusetts. Micky Ward jest robotnikiem drogowym. Co jakiś czas bierze udział w podrzędnych walkach bokserskich. Jego sprawami zajmuje się apodyktyczna matka, a trenowaniem – przyrodni brat Dicky, uzależniony od narkotyków były pięściarz. Pewnego dnia Micky poznaje Charlene i zakochuje się w niej z wzajemnością. Była sportsmenka szybko uświadamia sobie, że jeśli Ward chce osiągnąć coś na ringu, musi odciąć się od rodziny. Nie jest to łatwe. HD 120 min ▶ do godz. 23.40

USA 2010 **Reż.:** David O. Russell **Wyst.:** Mark Wahlberg, Christian Bale, Amy Adams, Melissa Leo, Mickey O'Keefe



20.00 TV PULS Terytorium wroga

WOJENNY Grupa komandosów pod wodzą Kovaksa (Djimon Hounsou) uwalnia porwaną w Afganistanie dziennikarkę (Diane Kruger). Pozbawionych wsparcia żołnierzy oraz ich podopieczną czeka przeprawa przez góry Hindukusz.

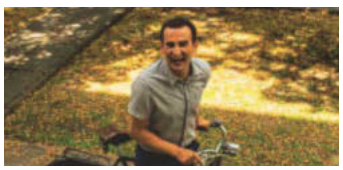
Reż.: Stéphane Rybojad Wyst.: Tchéky Karyo
Francja 2011 HD 135 min ▶ do godz. 22.15



23.05 TV 4 Purpurowe rzeki

THRILLER Komisarz Niemans (Jean Reno) przyjeżdża do miejscowości w Alpach, gdzie popełniono morderstwo. Policjant Kerkerian (Vincent Cassel) prowadzi śledztwo dotyczące profanacji grobu. Sprawy okazują się powiązane.

Reż.: Mathieu Kassovitz Wyst.: Nadia Fares
Francja 2000 HD 140 min ▶ do godz. 1.25



20.00 KINO POLSKA 7 uczuć

KOMEDIODRAMAT Adam Miauczyński (Michał Koterski) ma problemy z nazwaniem towarzyszących mu emocji. Wraca do czasów dzieciństwa. Wspomina rodzinę, przyjaciół, szkolnych rówieśników i dawną miłość.

Reż.: Marek Koterski Wyst.: Katarzyna Figura
Polska 2018 150 min ▶ do godz. 22.30



23.15 TVN 7 Epidemia

SENSACYJNY Pułkownik Daniels (Dustin Hoffman) bada wirusy lasów tropikalnych. Trafia do osady w dżungli, którą zdziesiątkowała tajemnicza choroba. Wkrótce epidemia atakuje Kalifornię. Zaczyna się walka z czasem.

Reż.: Wolfgang Petersen Wyst.: Rene Russo
USA 1995 HD 160 min ▶ do godz. 1.55

→ sport



15.20 TVP 1 Tour de Pologne

KOLARSTWO LIVE Rusza 83. edycja wyścigu. TdP wróci na Pomorze po 22 latach. Kolarze wystartują z Gdyni, a pierwszy etap zakończą w Koszalinie. W rywalizacji weźmie udział m.in. Jan Christen z UAE Teamu Emirates-XRG, świeżo upieczony podwójny mistrz Szwajcarii. HD 90 min ▶ do godz. 16.50



17.00 POLSAT SPORT 1 Turniej ATP w Montrealu

TENIS LIVE To już 136. edycja Canadian Open. Zagra w niej 71 z 72 najwyżej notowanych tenisistów w rankingu ATP. Prawdopodobnie w Montrealu pierwszy występ po kontuzji zaliczy Hubert Hurkacz. HD 120 min ▶ do godz. 19.00



18.55 C+ SPORT 3 Cracovia – Pogoń

PIŁKA NOŻNA LIVE Pasy w jednym z meczów towarzyskich pokonały Sevillę 1:0. Okaże się, czy był to zwiastun dobrej formy drużyny Bartosza Grzelaka w Ekstraklasie. Na wygraną z Pogonią Cracovia czeka już niemal dwa lata. HD 125 min ▶ do godz. 21.00



20.25 POLSAT SPORT 2 Celtic – Dundee

PIŁKA NOŻNA LIVE The Bhoys rozpoczną marsz po pięćdziesiąte siódme mistrzostwo Szkocji od meczu z ekipą The Dee, która poprzedni sezon ligowy zakończyła na ósmym miejscu. Za sterami Celticu nadal stoi 74-letni Martin O'Neill. HD 155 min ▶ do godz. 23.00

→ rozrywka



15.00 FOKUS TV Truckersi przez Australię

REALITY SHOW Mick King rusza z pomocą do poszkodowanych przez ogromne pożary buszu. Dostarcza najbardziej potrzebne zaopatrzenie tym, którzy w jednej chwili stracili cały dorobek i zostali odcięci od podstawowych środków do życia. HD 60 min ▶ do godz. 16.00



17.25 TVP 1 Jaka to melodia?

TELETURNIEJ W muzycznym quizie swoją wiedzą wykaże się trójka melomanów. Ich zadaniem jest rozpoznanie prezentowanych fragmentów utworów i podanie ich prawidłowych tytułów. O atmosferę w studiu dba Robert Janowski. HD 40 min ▶ do godz. 18.05



22.15 TVN 7 Bez kompleksów

LIFESTYLE Małgorzata Rozenek-Majdan poznaje 47-letnią Consuelę, która ma kompleksy na punkcie biustu i uśmiechu. Unika plaży i trudno jej dobierać ubrania. Czekają ją operacja plastyczna piersi i leczenie stomatologiczne. HD 60 min ▶ do godz. 23.15

→ dokument



17.00 NATIONAL GEO. Sekrety starożytnej medycyny

NAUKA Eksperci odkrywają tajemnice dawnych lekarzy. Prowadzą prace badawcze we Włoszech, w Szkocji oraz egipskich kryptach. Znajdują np. starożytną protezę. HD 60 min ▶ do godz. 18.00

eprasa.pl dec786d728

TVP 1 HD DVB T2

5.00 Splątane losy (13) – serial obyczajowy, Turcja 2024
5.50 Akacjowa 38 (908) – telenowela, Hiszpania 2018
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.30 Studio Raban – mag.
8.00 Serwis Info – program inform.
8.10 Pogoda Info
8.15 Kolumbowie (5-ost.) – serial wojenny, Polska 1970
9.15 Ranczo 8 (98) – obycz., Pol. 2014
10.05 Komisarz Alex 23 (283) – serial kryminalny, Polska 2025
11.00 Ojciec Mateusz 17 (221) – serial kryminalny, Polska 2017
12.00 Serwis Info – program inform.
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12.30 Agropogoda – program inform.
12.40 Rok w ogrodzie extra – mag.
12.55 BBC w Jedynce: Planeta Ziemia 3 (7) – dok., Wlk. Bryt.
14.00 Splątane losy (14)
15.00 Serwis Info – program inform.
15.15 Kolarstwo: Tour de Pologne – studio LIVE
15.20 Kolarstwo: Tour de Pologne – 1. etap: Gdynia – Koszalin LIVE
16.50 Kolarstwo: Tour de Pologne – studio LIVE
17.00 Teleexpress
17.25 Jaka to melodia? – telet. muz.
18.05 Reporterzy – mag. reporterów
18.25 Akacjowa 38 (925) – telenowela, Hiszpania 2018
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.
20.10 Sport, pogoda
20.30 07 zgłoś się (7): Brudna sprawa – serial kryminalny, Polska 1978

TVP 2 HD DVB T2

5.35 M jak miłość (1807) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 Rodzina (nie od) święta – magazyn religijny
6.55 Barwy szczęścia (3367) – 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 (9) – magazyn motoryzacyjny
12.35 Koło fortuny (1915) – teleturniej
13.15 Panna młoda (160) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 Va banque (1029) – teleturniej
14.35 Na sygnale (889): Demolka – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
Podczas domowej produkcji mydła dochodzi do wybuchu. Mężczyzna i jego syn trafiają do szpitala. Ratownicy pomagają też seniorowi z afazją.
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (446) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
16.00 Koło fortuny (1916) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (161) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Cihan wyznaje Enginowi, że Hancer jest w ciąży, lecz dziecko nie jest jego. Nocą Yonca zakrada się do rezydencji i bierze na ręce syna. Cemil nagle opuszcza dom.
18.15 Va banque (1030) – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej

POLSAT HD DVB T2

4.40 Disco Gramy
5.25 Telezakupy TV Okazje – magazyn reklamowy
6.00 Nowy dzień z Polsat News
9.15 Malanowski i partnerzy (368, 369): Mordercze zamiary; Stracona reputacja – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
10.20 Trudne sprawy (1289) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.20 Gliniarze (905, 906) – serial paradokumentalny, Polska 2024
13.25 Dlaczego ja? (1534, 1535): Gra o wszystko; Gdzie są nasze pieniądze – serial paradokumentalny, Polska 2026
Edyta zaczyna podejrzewać męża o romans z pracownicą seksualną. Szuka wsparcia u przyjaciela, adwokata Michała, który sugeruje jej, by zdobyła dowody. Ich relacja się zacieśnia. Wkrótce wychodzą na jaw rodzinne tajemnice.
15.30 Wydarzenia, pogoda
15.55 Milionerzy – teleturniej
16.35 Gliniarze (1103, 1104) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Krystian i Olgierd odbierają zgłoszenie o mężczyźnie, który grozi bronią sąsiadom. Gdy przyjeżdżają na miejsce, okazuje się, że sprawca uciekł, ale zostawił w mieszkaniu ładunki wybuchowe. Wkrótce policjanci odnajdują jego ciało.
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń” – program publicystyczny
19.35 Sport, pogoda

TVN HD DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1718) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (1): Czechowice-Dziedzice – Irlandia – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.20 Doradca smaku (35) – magazyn kulinarny
11.25 Kuchenne rewolucje (8): Myślibórz – Domowe Obiady u Rudej – program rozrywkowy
12.35 Ukryta prawda (1509, 1510, 1741) – serial paradok., Polska
15.45 Detektywi (130) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
16.50 Szpital św. Anny (81) – serial obyczajowy, Polska 2026
Ojciec Marty dochodzi do siebie po operacji. Jego żona przeprasza Tomka za nieporozumienia. Na SOR trafia kobieta z gorączką. Zosia podejrzewa zakażenie wirusem odzwierzęcym.
17.55 Młode gliny (38) – serial kryminalny, Polska 2026
Daniel, mistrz Polski w skokach przez przeszkody, zostaje brutalnie pobity. Z kolei jego brat Igor ginie. W przeszłości spowodował on śmiertelny wypadek samochodowy.
19.00 Fakty, sport
19.40 Kroniki Tour de Pologne (1) – magazyn sportowy
19.45 Pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów
20.15 Na Wspólnej (4256) – serial obyczajowy, Polska 2026

DRAMAT BIOGRAFICZNY



21.40 Fighter
FILM – USA 2010, 120 min

Lata 80. XX w. Micky Ward jest podrzędnym bokserem. Jego sprawami zajmuje się apodyktyczna matka, a trenowaniem – brat narkoman. Zakochana w Mickym Charlene próbuje mu uświadomić, że jeśli chce osiągnąć coś na ringu, musi odciąć się od rodziny.

23.40 Tour de Pologne – kroniki – cykl felietonów
23.50 Świat bez fikcji: Wanda. Ostatnia z oddziału – film dokumentalny, Polska 2024
0.55 Światło między oceanami FILM – dramat obyczajowy, Wielka Brytania/Nowa Zelandia/USA 2016, reż. Derek Cianfrance, wyk. Michael Fassbender, Alicia Vikander, Rachel Weisz, Florence Clery, 160 min
3.35 Wykrywacz kłamstw – program publicystyczny
3.55 Pytanie dnia – program publicystyczny
4.15 Reporterzy – magazyn reporterów
4.25 Oko na świat – magazyn
4.45 Zakończenie

OBYCZAJOWY



19.25 Barwy szczęścia (3367) – Polska 2026

Łukasz coraz bardziej oddala się od Ksawerego. W pewnym momencie, zdesperowany, postanawia go śledzić. Romeo zauważa, że Ewa przestała nosić pierścionek, który jej wręczył, co budzi w nim niepokój.

20.05 Omnibus – szybcy i mądrzy (31) – teleturniej
20.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (31) – teleturniej
20.55 Postaw na milion – teleturniej
21.50 Na sygnale (885, 886) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
22.55 Matlock (1, 2) – serial kryminalny, USA 2024, wyk. David Del Rio, Kathy Bates
0.40 Karol, władca Hiszpanii (15) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015
1.40 Nasz dom w górach (22) – serial obyczajowy, Niemcy 2024
2.35 Akacjowa 38 – telenowela, Hiszpania 2015-2021
3.30 Rodzinka.pl – serial komediowy, Polska 2025
4.00 Zakończenie

SENSACYJNY



20.00 Megahit: Świat w płomieniach
FILM – USA 2013, 170 min

John Cale pracuje w Straży Kapitolu. Chciałby dołączyć do agencji odpowiadającej za ochronę prezydenta Sawyera, ale jego kandydatura zostaje odrzucona. Pewnego dnia mężczyzna zabiera córkę na wycieczkę do Białego Domu. W tym samym czasie terroryści przejmują kontrolę nad budynkiem i biorą zakładników. John wkracza do akcji.

22.50 Pierwszy śnieg – film FILM kryminalny, Wielka Brytania/USA/Szwecja 2017, reż. Tomas Alfredson, wyk. Michael Fassbender, Rebecca Ferguson, Charlotte Gainsbourg, Jonas Karlsson, 150 min
1.20 Siła rażenia – film sensacyjny, FILM Rumunia/USA/Wielka Brytania 2006, reż. Michael Keusch, wyk. Steven Seagal, Lisa Lovbrand, David Kennedy, Matthew Chambers, 130 min
3.30 Nasz nowy dom (301) – reality show
4.35 Kabaretowa Ekstraklasa (130) – program rozrywkowy

KOMEDIA SENSACYJNA



20.50 Mój przyjaciel szpieg – Wieczne Miasto
FILM – USA 2024, 140 min
HIT DNIA

Zaprawiony w szpiegowskich misjach JJ zgłasza się do pomocy w opiece nad licealnym chórem jego pasierbicy Sophie, który ma wystąpić w Watykanie. Agent, przemierzając historyczne miejsca Włoch, nie wie, że stał się pionkiem w grze terrorystów.

23.10 Transformers: Ostatni rycerz FILM – film s.f., USA/Chiny/Kanada 2017, reż. Michael Bay, wyk. Mark Wahlberg, Anthony Hopkins, Josh Duhamel, Laura Haddock, 195 min
Kosmiczne roboty zagrażają ludzkości. By ocalić ziemską cywilizację, wynalazca Cade Yeager zawiera sojusz z lordem Edmundem Burtonem i badaczką Vivian Wembley.
2.25 Co za tydzień – magazyn kulturalny
3.10 Uwaga! – magazyn reporterów
3.30 Wallander 2 (5) – serial kryminalny, Szwecja/Niemcy/Dania 2009
5.15 Nauka jazdy 5 (3) – program rozrywkowy

eprasa.pl dec786d728
P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB T2

5.20 **Ten moment** (11) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 **Szkoła** (842-844) – serial paradokumentalny, Polska 2020
8.45 **Ukryta prawda** (1354, 1477, 1478) – serial paradokumentalny, Polska
11.50 **W-11 – Wydział Śledczy** (1147-1149) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2014
13.55 **Kryminalni 2** (8): Gorzki weekend – serial kryminalny, Polska 2005
15.00 **Szpital** (814, 815) – serial paradokumentalny, Polska 2018
17.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (522): Działkowicze – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
Były wojskowy rzekomo pobił i uwięził w swojej ziemiance sąsiada. Twierdzi, że poszkodowany usiłował go okraść.
18.00 **SOS Ekipy w akcji** (34) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Funkcjonariusze zauważają szarpaninę dwóch kobiet. Okazuje się, że doszło do porwania niemowlęcia. Młoda matka oskarża swoją znajomą, że ta ma coś wspólnego ze zniknięciem dziecka.
19.00 **Ukryta prawda** (1545) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Taksówkarz Marcin odkrywa na tylnym siedzeniu niewielką torbę. W środku znajduje się kilogramowa sztabka złota. Kierowca postanawia poczekać, czy właściciel zgłosi się po zgubę.

THRILLER



20.00 **Niezapomniany**
FILM – USA 2017, 135 min
Małżeństwo Tessy i Davida nie przetrwało próby czasu. Kobieta nie może się z tym pogodzić. Jej były mąż szybko znajduje nową miłość, Julię. Zamierza ją poślubić. Zazdrosna Tessa postanawia zniszczyć życie swojej rywalki. Nie przebiera w środkach.

22.15 **Bez kompleksów** (5) – program rozrywkowy
23.15 **Epidemia** – film sensacyjny, FILM USA 1995, reż. Wolfgang Petersen, wyk. Dustin Hoffman, Rene Russo, Morgan Freeman, Kevin Spacey, 160 min
Epidemiolog Sam Daniels trafia do osady, której ludność została zdziesiątkowana przez tajemniczą chorobę. Wywołujący ją wirus przenika do Kalifornii.
1.55 **After** – melodramat, USA 2019, FILM reż. Jenny Gage, wyk. Josephine Langford, Hero Fiennes Tiffin, Khadijha Red Thunder, 125 min
4.00 **Fachowcy 2** (11) – serial paradokumentalny, Polska 2018
4.35 **Dorota was urządzi!** (10) – program rozrywkowy

TV PULS HD DVB T2

6.00 **Policjanci z Miami 3** (22, 23): Wikingowie piekieł; Wszyscy robią w show-biznesie – serial kryminalny, USA 1987
8.00 **Kobra – oddział specjalny** (15, 16): Bollywood; Autohaker – serial sensacyjny, Niemcy 2017
10.00 **Maria z przedmieścia** (87, 88) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 **Nie igraj z aniołem** (130) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
Patricio uczestniczy w przesłuchaniu Isabeli. Marichuy wierzy, że Juan Miguel i Bianca się pobrali. Isabela zrzuca całą winę na Estefanię. Ana Julia dowiaduje się, że Marichuy nie widzi.
13.00 **Wspaniałe stulecie** (64) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 **Kurierzy 2** (49) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 11** (570, 571) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 **Kurierzy 2** (50) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Do kraju wraca Robert mieszkający przez wiele lat w Stanach. Odwiedza fotografa Zanettiego. Desperacko poszukuje pewnego starego zdjęcia. Jest gotów zapłacić za nie każde pieniądze.
18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (987, 988) – serial obyczajowy, Polska 2026
Cierpiący na raka płuc Maciek i jego żona spodziewają się dziecka. Chory uważa, że onkolog zignorował jego dolegliwości. Poznaje Roberta, który też pragnie wyrównać rachunki z lekarzem.

DRAMAT WOJENNY



20.00 **Terytorium wroga**
FILM – Francja 2011, 135 min
Grupa komandosów pod dowództwem Kovaksa dostaje zadanie uwolnienia porwanej w Afganistanie dziennikarki. Pozbawionych wsparcia żołnierzy oraz ich podopieczną czeka mordercza wędrówka przez góry Hindukusz.

22.15 **Śmiertelna eskorta**
FILM – thriller, USA 2024, reż. Dolph Lundgren, wyk. Dolph Lundgren, Christina Villa, Kelsey Grammer, Michael Paré, 105 min
0.00 **6 kul** – film sensacyjny, USA
FILM 2012, reż. Ernie Barbarash, wyk. Jean-Claude Van Damme, Joe Flanigan, Anna-Louise Plowman, Charlotte Beaumont, 135 min
2.15 **Dzielnica strachu 10** (446): Schiza – serial kryminalny, Polska 2025-2026
3.15 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (983) – serial obyczajowy, Polska 2026
4.20 **Taki jest świat 11** (31) – program informacyjny
5.00 **Dzielnica strachu 10** (449): Lokator – serial kryminalny, Polska 2025-2026

PULS 2 HD DVB T2

5.50 **Ale numer! 22** (2) – pr. rozrywk.
6.20 **Cosie-Ktosie** (26) – serial anim.
6.30 **Kajko i Kokosz 2** (26) – serial animowany, Polska 2021
6.45 **SamSam: Kosmiczne przygody** (16) – serial anim.
7.00 **Blaze i megamaszyny 6** (23) – serial animowany, USA 2020
7.30 **Psi Patrol 2** (15) – serial anim.
7.50 **Dora** (7) – anim., Kan./USA 2024
8.30 **Wielkie przygody małego rekina 2** (2) – serial dla dzieci, USA/Korea Południowa 2023
8.50 **Masza i Niedźwiedź 6** (3, 4) – serial animowany, Rosja
9.20 **Straszne historie Maszy** (26) – serial animowany, Rosja 2016
9.25 **Świnka Peppa 2** (50-52) – anim.
9.45 **Bing** (43, 44) – serial animowany
10.00 **Jeżyk i Przyjaciele** (3, 2) – anim.
10.35 **Spidey i superkumple 2** (33, 32) – serial anim., USA 2022
11.35 **Gus. Mały – wielki rycerz** (29, 30) – serial anim., Fr. 2021
12.00 **Psi Patrol** (12) – serial anim.
12.35 **Marta mówi** (33) – serial anim.
13.00 **Smerfy** (212, 211) – serial anim.
14.00 **Baranek Shaun 4** (13-15) – serial anim., Wielka Brytania
14.35 **My Little Pony: Przyjaźń to magia** (6) – anim., USA/Kan. 2011
15.00 **Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2** (43, 44) – anim., Fr./Jap./Korea Południowa 2017
16.00 **Fineasz i Ferb 2** (27, 28) – serial animowany, USA 2007-2011
17.00 **Smerfy** (1, 2) – serial anim., Bel.
18.00 **Pingwiny z Madagaskaru** (15, 16) – serial animowany, USA
19.00 **Kacze opowieści** (22, 23) – serial animowany, USA 1987

OBYCZAJOWY



20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (975) – Polska 2026
Andżela wraca z ośrodka medytacyjnego. Choć jest głodna i niewyspana, zdaje się zadowolona z wyjazdu. Roman jest zaniepokojony. Również Becia zwierza się Kazimierzowi, że zauważyła dziwne zachowania u pracownicy.

21.00 **Dzielnica strachu 10** (457, 458): Zabójczy nokaut; Zaraz wracam – serial kryminalny, Polska 2025-2026
23.00 **Wstydliwe choroby 5** (6, 7) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2011
1.00 **Dzielnica strachu 10** (453): Polowanie z nagonką – serial kryminalny, Polska 2025-2026
2.00 **Lombard. Życie pod zastaw 12** (658) – serial obyczajowy, Polska 2023
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 5** (224) – serial obyczajowy, Polska 2019
4.00 **Niesamowite!** (18, 19) – serial dokumentalny, Polska 2014
5.00 **Lombard. Życie pod zastaw 10** (522) – serial obyczajowy, Polska 2022

NETFLIX



THE UPSHAWS 7

Ostatni sezon popularnego serialu, w którym zostaną zamknięte wszystkie wątki dotyczące pracowitej rodziny z Indiany. Bennie Upshaw i jego bliscy mierzą się z nowymi trudnościami – od kampanii wyborczej Reginy (Kim Fields), przez rozmaite moralne rozterki, po wyzwania codzienności.
►serial kom. (12 odc.), USA 2021



OAZA

Oaza to elegancki kurort dla bogaczy. Oferuje prywatne plaże i dyskretną, lecz skuteczną ochronę. Sielankowa atmosfera pryska jednak w chwili, w której na teren ośrodka wkracza policja, by wyjaśnić sprawę zaginięcia gościa. Nikt nie może opuścić Oazy, dopóki porywacz nie zostanie ujęty.
►krym. (8 odc.), Hiszpania 2026



ELIZE: CIENIE KOBIETY

Historia inspirowana prawdziwymi wydarzeniami. Dawna eskortka (Lorena Comparato) poślubia wpływowego przedsiębiorcę. Z czasem związek pary zaczyna się rozpadać pod naporem tajemnic, narastającej zazdrości i potrzeby wzajemnej kontroli. W końcu kobieta postanawia pozbyć się partnera.
►krym., Brazylia 2026; 93 min



DAMA

Elodie (Millie Bobby Brown) z poczucia obowiązku wychodzi za mąż za księcia. Wkrótce okazuje się, że rodzina królewska widzi w niej tylko kolejną ofiarę, której potrzebuje do utrzymania harmonii w kraju. Aby spłacić starożytny dług, wtrąca ją do jaskini smoka. Elodie musi stanąć do walki o przetrwanie.
►film przyg., USA 2024; 108 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.25 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (11) – serial kryminalny, USA 2012
7.10 **Ostry dyżur 2** (11, 12) – serial obyczajowy
9.00 **Castle 4** (13, 14) – serial kryminalny
11.00 **MacGyver 4** (11, 12) – serial akcji, USA 2020
12.55 **Dowody zbrodni 2** (16, 17) – serial kryminalny, USA 2004
15.00 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (12, 13) – serial kryminalny
17.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5** (11, 12) – serial krym., USA/Kanada 2004
19.10 **Castle 4** (15, 16) – serial kryminalny

TVP SERIALE HD

5.35 **Rodzinka.pl** (120) – serial kom., Pol. 2013
6.05 **Na sygnale** (502, 503)
7.15 **Ojciec Mateusz 4** (52) – krym., Pol. 2010
8.10 **Komisarz Alex 4** (41)
9.05 **Rodzinka.pl** (121)
9.45 **Klan** (1468) – telen.
10.15 **Ranczo 10** (119, 120)
11.55 **Komisarz Alex 4** (42)
12.45 **Ojciec Mateusz 31** (402-404) – krym., Pol.
15.35 **Komisarz Alex 4** (43) – serial krym., Polska
16.25 **Na sygnale** (504, 505) – serial fab.-dokum.
17.35 **Ranczo 10** (121, 122) – serial obycz., Polska
19.30 **Ojciec Mateusz 31** (405) – krym., Pol. 2024
20.30 **Ojciec Mateusz 4** (53) – krym., Pol. 2010

TVP KULTURA DVB T2

9.00 **Niewiarygodne przygody Marka Piegusa** (1, 2) – przyg.
10.05 FILM **W deszczowy dzień w Nowym Jorku** – komedia, USA 2019, 105 min
11.50 **Głos Carusa – narodziny nagrań muzycznych** – film dokum., Włochy 2022
13.05 **Kosmos 1999** (17) – serial s.f.
14.10 **Hrabina Cosel** – film
FILM hist., Polska, 170 min
17.00 **Niewiarygodne przygody Marka Piegusa** (3, 4) – serial przygodowy, Pol. 1966
18.15 **Dźwięk Nowego Jorku** (10) – serial dok.
18.55 **Rawhide** (21) – przyg.

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 2** (9) – serial dok., Pol. 2018
7.00 **Wszyscy święci**
FILM – film obyczajowy, Polska 2002, 110 min
8.50 **The Office PL** (1, 2) – kom., Pol. 2021-2022
10.00 **Vigil 2** (5, 6) – serial sensacyjny, Wlk. Bryt.
12.35 **Vera 10** (4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
14.30 **Pies przed sądem**
FILM – komedia obyczajowa, Szwajcaria/Francja 2024, 105 min
16.15 **Niebo Montany**
FILM – film obyczajowy, USA 2007, reż. Mike Robe, wyk. Ashley Williams, 120 min
18.15 **Vera 11** (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

CANAL+ PREMIUM HD

9.15 **Naturalna dzikość serca** – film dokum., Norwegia 2024
10.40 **W kogo ja się**
FILM **wrodziłem?** – obycz., Polska 2001, 60 min
11.40 **Zmierzch** – film
FILM fantasy, USA 2008, 120 min
13.40 **Zgred** – dram. obycz.,
FILM Pol. 2025, 85 min
15.05 **Ekstremalne opady: niszczycielski żywioł** – film dokum., USA 2026
15.55 **The Holiday**
FILM – komedia romant., USA 2006, 135 min
18.10 **Łapu capu** – pr. rozr.
18.15 **Listy do Julii**
FILM – komedia romant., USA 2010, 105 min

HBO HD

7.25 **Grinch** – anim., Fr./
FILM Jap./USA 2018, 85 min
8.50 **Więzień labiryntu**
FILM – thriller, USA/Kanada/Wielka Brytania 2014, reż. Wes Ball, 110 min
10.40 **W skrócie**
FILM – komediodramat, Niemcy 2024, 105 min
12.25 **Milion minut**
FILM – dramat obyczajowy, Niemcy 2024, 125 min
14.30 **Zmierzch** – film
FILM fantasy, USA 2008, 120 min
16.30 **Makbet** – dramat
FILM obycz., Wlk. Bryt./Fr./USA 2015, 110 min
18.20 **Wielka mała koza**
FILM – anim., USA/Brazylia/Japonia 2026, 100 min
20.00 **Ród smoka 3** (7)

20

KRYMINALNY



21.05 **FBI: International 4** (16) – USA 2024-2025

Rodzina biznesmena Mayfielda zostaje uprowadzona w Pradze. Porywacze żądają okupu w kryptowalucie. Driscoll prosi Mitchella i Fly Team o wsparcie.

22.10 **FBI: Most Wanted 4** (19) – serial kryminalny
23.05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5** (11, 12) – serial krym.
0.50 **Castle 4** (15, 16)
2.50 **FBI: International 4** (16) – serial kryminalny
3.45 **FBI: Most Wanted 4** (19) – serial kryminalny

OBYCZAJOWY



21.30 **Ranczo 10** (123, 124) – Polska 2016

Biskup Kozioł coraz bardziej przeżywa kandydaturę swojego brata w wyborach na urząd prezydenta. Tymczasem Więcławski składa Pietrkowi pewną propozycję.

23.20 **Ojciec Mateusz 31** (406) – krym., Pol. 2024
0.20 **Prokurator** (1) – serial kryminalny, Pol. 2015
1.15 **Londyńczycy** (4, 5) – serial obycz., Polska
3.15 **Stulecie Winnych 2** (23) – obycz., Pol. 2020
4.05 **Klan** (1468) – telen.
4.35 **Pan Mama** (41)

DRAMAT KRYMINALNY



20.00 **Basen** – Francja/
FILM Włochy 1969, 135 min

Marianne spędza wakacje w Saint-Tropez ze swym ukochanym, Jean-Paulem. Niespodziewanie odwiedza ich jej dawny kochanek, Harry. Zazdrosny partner topi go w basenie, pozorując wypadek.

22.15 P! FILM **Piskle** – horror, Finlandia/Szwecja 2022, reż. Hanna Bergholm, 100 min
23.55 **Muzyka w zabytkach** (1) – film dokum., Fr. 2022
0.55 **Kulturalni** (29) – magazyn kulturalny

DRAMAT KRYMINALNY



20.10 **Feralna noc** – USA
FILM 2014, 130 min

Płatny zabójca Jack przewozi torbę z nieznaną zawartością do hotelu na odludziu, gdzie ma ją odebrać mafioso. Będzie musiał chronić cenną przesyłkę i stoczyć walkę o życie.

22.20 **Miasteczko Cut**
FILM **Bank** – thriller, USA 2014, 120 min
0.20 **Czerwone niebo**
FILM – komediodramat, Niemcy 2023, 125 min
2.25 **Minuta ciszy** (6-ost.)
3.30 **Ultima Thule**
FILM – dramat obyczajowy, Polska 2023, 80 min

KRYMINALNY



20.00 **Spirala kłamstw** (3) – Francja/Belgia 2025

Hugo zostaje zastrzelony. Morgane trafia do aresztu, skąd wyciąga ją Simon. Razem wpadają na trop Vincenta, właściciela klubu surfingowego i dilera narkotyków.

20.55 **Dirty dancing**
FILM – film muzyczny, USA 1987, 100 min
22.35 **Dreams**
FILM – melodramat, Meksyk/USA 2025, reż. Michel Franco, 95 min
0.10 **Ex Machina** – dramat
FILM s.f., Wielka Brytania 2014, 105 min

KOMEDIOWY



21.00 **Miniaturowa żona** (7) – USA 2026

Les stopniowo popada w obsesję, a Lindy mimo niepozornych rozmiarów przejmuje kontrolę. Skandal zagraża jej karierze i prezentowanej przez nią wersji wydarzeń.

21.40 **Babygirl** – thriller,
FILM Holandia/USA 2024, reż. Halina Reijn, wyk. Nicole Kidman, Harris Dickinson, Antonio Banderas, 110 min
23.30 **Na rauszu**
FILM – komediodramat, Dania/Holandia/Szwecja 2020, 115 min

AXN WHITE

8.00 **Szpital nadziei 5** (7)
9.00 **Dom nad rozlewiskiem** (12, 13) – obycz., Pol. 2009
11.10 **Agenci NCIS 11** (15-17)
14.05 **Szpital nadziei 5** (8)
15.05 **Gwiazdka w Wiedniu**
FILM – dramat obyczajowy, USA/Austria 2019, 115 min
17.00 **Boże Narodzenie po**
FILM **angielsku** – film obycz., Wlk. Bryt. 2019, 120 min
19.00 **Szpital świętej Marii** (2)
20.00 **Dowody zbrodni 3** (20, 21) – serial kryminalny
22.05 **Rekrut 2** (1) – serial krym.
23.00 **Agenci NCIS 11** (15-17)
1.45 **Dowody zbrodni 3** (20, 21) – serial kryminalny

AXN BLACK

12.40 **Kobra – oddział specjalny 12** (7) – sens.
13.45 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 5** (2) – serial sens.
14.45 **Drużyna A 3** (18) – sens.
15.45 **Nieustraszony 2** (11) – serial sensacyjny, USA
16.50 **Zagadki z przeszłości 2** (22) – przyg., Fr./Niem./Kan.
17.55 **Gwiezdne wrota 6** (13-15) – serial s.f., USA/Kan.
21.00 **Saga „Zmierzch":**
FILM **Przed świtem. Część 1** – film fantasy, USA 2011, reż. Bill Condon, 135 min
23.15 **Wykiwać klawisza**
FILM – komedia obyczajowa, USA 2005, 135 min

WARNER TV

8.40 **Bajer z Bel-Air 6** (15, 16)
9.35 **Prawo Agaty 4** (5)
10.35 **Pełniejsza chata 2** (6, 7)
11.50 **Teraz albo nigdy! 2** (13)
12.50 **Teraz albo nigdy! 3** (1)
13.45 **Bajer z Bel-Air 6** (15-18)
15.40 **Pełniejsza chata 2** (6-9)
18.05 **Jackie Chan: Pierwsze**
FILM **uderzenie** – film sensacyjny, USA/Hongkong/Ukraina 1996, 95 min
19.40 **Rodzinne rewolucje**
FILM – komedia, USA 2014, reż. Frank Coraci, 140 min
22.00 **Złoto pustyni** – film
FILM wojenny, 1999, 130 min
0.10 **Zaklęci w czasie** – dram.
FILM s.f., USA 2009, 125 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (229-231) – serial paradokumentalny, Pol.
8.55 **Cobra Kai** (2-8) – przyg.
13.05 **Kowalscy kontra Kowalscy** (29-32) – obycz.
15.05 **Świat według Kiepskich** (455-458) – serial kom., Pol.
17.05 **Strażnik Teksasu** (1-4) – serial sensacyjny, USA
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (191) – serial krym., USA/Kanada
21.55 **Malanowski i partnerzy** (768-771) – serial fab.-dok.
23.55 **Ślad** (84-86) – serial krym.
2.55 **Święty** (252, 253) – kom.
4.05 **Strażnik Teksasu** (5, 6) – serial sensacyjny, USA

CANAL+ FILM HD

8.35 **Dziki robot** – film
FILM animowany, 2024, 100 min
10.15 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
10.30 **Długi weekend** – film
FILM obycz., Polska 2004, 75 min
11.45 **Miss mokrego**
FILM **podkoszulka** – komedia, Polska 2002, 55 min
12.40 **Liza Minnelli. Niesamowita historia absolutnie prawdziwa**
14.20 **Mamma mia** – komedia
FILM muz., USA/Wielka Brytania/Niemcy 2008, 110 min
16.10 **Ida** – dram. obycz., Polska/
FILM Dania/Fr. 2013, 80 min
17.30 **Call me lala** – film krótkometraż., Pol.
17.55 **Ultimatum Bourne'a**
FILM – film sensacyjny, USA/Niemcy 2007, 110 min
19.45 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Thelma** – komedia,
FILM Szwajcaria/USA 2024, reż. Josh Margolin, 95 min
21.35 **Kiedy nadchodzi jesień**
FILM – dramat obyczajowy, Francja 2024, 100 min
23.15 **Zabójcza orka** – horror,
FILM 2026, 85 min
0.40 **Zapiski śmiertelnika**
FILM – komediodramat, Polska 2025, 100 min
2.20 **Utrata równowagi**
FILM – dramat psychologiczny, Polska 2024, 95 min
3.55 **Wrooklyn Zoo** – dramat
FILM obycz., Pol. 2024, 125 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Planeta Singli. Osiem historii** (5) – serial komediowy, Polska 2021
10.55 **Naruto 4** (2-4) – serial anime, Japonia 2004
12.25 **Łapu capu Extra** (7) – program rozrywkowy
13.00 **Karl Lagerfeld. Objawienie** (1, 2) – serial dokumentalny, Fr. 2023
14.30 **Naruto 3** (27, 28) – serial anime, Japonia 2003-2004
15.30 **Naruto 4** (1) – serial anime, Japonia 2004
16.00 **Łapu capu** – program rozrywkowy
16.20 **Wszystkie kolory świata 5** (1, 2) – serial dokumentalny, Fr. 2024
18.15 **13 posterunek 2** (16-18) – serial komediowy, Polska
20.00 **Czarownice Mayfair** (7, 8) – serial fantasy, USA 2023
21.35 **Czarna woda** – film krótkometrażowy, Pol. 2023
22.00 **Maria Antonina** (5, 6) – serial biograficzny, Francja 2022
0.00 **Kruk. Czorny Woron nie śpi** (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2021
1.55 **Kiedy ślub?** (1, 2) – serial komediowy, Polska 2024
3.40 **Belfer 2** (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2017
5.30 **Twardzielki** (6) – serial dokumentalny, Polska 2019

CANAL+ 360 HD

6.55 **Lotnisko na Alasce 3** (5)
8.00 **Porzucone konstrukcje** (12) – serial dok., Wlk. Bryt.
9.00 **Okręty wojenne** (10)
9.55 **Co poszło nie tak 4** (1)
11.00 **Polska z góry: Stadiony** (1) – serial dok., Polska 2024
11.30 **Champions Club** – mag.
13.05 **Klopp: transfer stulecia** (1) – dok., Wlk. Bryt. 2020
14.00 **Chwila prawdy** (6) – dok.
15.00 **Okręty wojenne** (1) – dok.
16.00 **Lotnisko na Alasce 3** (6)
17.00 **Klopp: transfer stulecia** (1) – dok., Wlk. Bryt. 2020
17.55 **Porzucone konstrukcje** (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.50 **Chwila prawdy** (5) – dok.
19.50 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata** (1) – serial dok., Niem. 2011
20.45 **Co poszło nie tak 4** (4)
21.50 **Speedshop: warsztat marzeń** (5) – serial dokum.
23.05 **Lotnisko na Alasce 3** (4)
0.00 **Piłkarze na podsłuchu** (1) – serial dok., Polska 2022
0.55 **Projekt Fighter** (5)
2.00 **Twardzielki** (1) – dok., Pol.
2.35 **Przykrywkowcy. Podwójna gra** (8) – dok.
3.45 **Zwierzęta Wajraka 3** (3, 4) – serial dok., Pol. 2022
4.55 **Pogotowie remontowe Wieśka 3** (12) – mag.
5.30 **Pogotowie remontowe Wieśka 4** (1) – mag.

HBO 2 HD

14.20 **Ciągnie świnki do... wilkołaka** – film anim.
14.30 **Emotki. Film** – film
FILM animowany, 2017, 85 min
15.55 **Pan Popper i jego**
FILM **pingwiny** – komedia, USA 2011, 90 min
17.25 **Kaskader** – komedia
FILM sensacyjna, 2024, 125 min
19.30 **Blue Moon** – dramat
FILM biograficzny, USA/Irlandia 2025, 100 min
21.10 **Mumia: Film Lee**
FILM **Cronina** – horror, Irlandia/USA 2026, reż. Lee Cronin, wyk. Jack Reynor, 130 min
23.20 **Wasza wysokość** – kom.
FILM przyg., 2011, 100 min

HBO 3 HD

13.05 **Pingwiny**
FILM **z Madagaskaru** – film animowany, 2014, 90 min
14.35 **Władca Pierścieni:**
FILM **Drużyna Pierścienia** – film fantasy, USA/Nowa Zelandia 2001, 175 min
17.30 **The Last Showgirl**
FILM – dramat obyczajowy, USA 2024, 90 min
19.00 **Biały Lotos 2** (6) – kom.
20.05 **Stamtąd** (8) – serial grozy
21.00 **Ród smoka 3** (7) – fantasy
22.05 **Miniaturowa żona** (7)
22.50 **To: Witajcie w Derry** (4)
23.50 **Ostatni pojedynek** – film
FILM historyczny, 2021, 150 min
2.20 **Ród smoka 3** (7) – fantasy

eprasa.pl dec786d728

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 Górale (36-38) – serial dokumentalny, Pol.
7.25 Doktor Martin (52) – serial obyczajowy
8.25 Przyjaciółki (167, 168) – obycz., Pol.
10.25 Świat według Kiepskich (24, 25, 115, 116, 204, 207) – serial kom., Polska
14.25 Kevin sam w domu FILM – komedia, USA 1990, reż. Chris Columbus, 130 min
16.35 Szybcy i wściekli 5 FILM – film sensacyjny, USA 2011, reż. Justin Lin, 165 min
19.20 Lot 93 z Newark FILM – dramat sensacyjny, USA 2006, reż. Peter Markle, 100 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 Tata ma plan (2, 3) – serial komediowy
7.00 Dwóch i pół 8 (14-16) – serial komediowy
8.25 Dwóch i pół (1) – serial komediowy
8.55 Przyjaciele 2 (1-6) – serial komediowy
11.55 Teoria wielkiego podrywu 11 (11-16) – serial komediowy
14.30 Dwóch i pół (2) – serial komediowy
15.00 Dwóch i pół 9 (3-5) – serial komediowy, USA 2011-2012
16.30 Przyjaciele 2 (7-12) – serial komediowy, USA 1996
19.30 Duchy (11, 12) – serial fantasy, USA/Wielka Brytania 2021

TVN FABUŁA HD

5.05 Szkoła (806) – serial paradokum.
6.00 Filmowe duety (5)
6.30 Dziewczyny z Hollywood 2 (1)
6.45 Zakochani po uszy (125, 126) – telen., Pol.
7.45 Detektywi (149-152) – serial fab.-dokum.
9.50 Prawo Agaty 5 (4)
10.55 Lekarze (11) – obycz.
11.55 Zapukaj do moich drzwi (28, 29) – telen.
13.55 Prawo Agaty 5 (3)
14.55 Detektywi – fab.-dok.
16.05 Na Wspólnej (21, 22) – serial obycz., Polska
17.10 Top 100: filmy wszech czasów (3)
17.50 Step Up: Taniec zmysłów FILM – film muz., USA 2006, 130 min

13 ULICA

6.05 Knok (1) – serial krym.
6.55 Zagadki Hailey
FILM **Dean: Chęć zabijania** – film kryminalny, USA 2020, reż. Michael Robison, 110 min
8.45 Zabójstwo w Strasburgu FILM – thriller, Francja 2016, 120 min
10.45 Mentalista 4 (7-10) – serial kryminalny
14.25 Darrow i Darrow FILM – film kryminalny, USA/Kanada 2017, 115 min
16.20 Morderstwa w Lotaryngii FILM – film kryminalny, Francja/Belgia 2019, 120 min
18.20 Mentalista 4 (11-14) – serial kryminalny

KINO POLSKA

6.55 Polska Kronika Filmowa – serial dok.
7.20 Podróże kapitana Klipera (8, 9) – anim.
7.45 Bolek i Lolek (5, 6)
8.05 Reksio (13) – anim.
8.20 Diabeł – film krótkometraż., 2022
8.45 Siedem życzeń (1) – serial przygodowy
9.45 Podróż za jeden uśmiech FILM – film przyg., 1972, 115 min
11.40 Pan Wołodyjowski FILM – hist., 1968, 200 min
15.00 Ranking naj polskiego kina (2)
15.45 Komedia małżeńska FILM – komedia obyczajowa, 1993, 130 min
17.55 Czterej pancerni i pies (6, 7) – wojenny

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Kabaretowe hity (1)
6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
7.55 Robert Makłowicz (218, 205) – mag. kulin.
9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (11) – serial krym., Australia
10.55 Górski lekarz 13 (16) – serial obycz., Niemcy
11.55 Górski lekarz 14 (1) – serial obyczajowy
12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (12) – serial krym., Australia
14.00 Zajazd. Będzie się działo (11, 12)
16.00 Katastrofy w przestworzach (13, 7, 4) – dok., Kan.
19.00 Aukcja w ciemno 2 (25, 26) – serial dokum.

DRAMAT SENSACYJNY



21.00 Kryzys – Kanada/ FILM Belgia 2021, 150 min

W USA trwa epidemia uzależnień od opioidów. Agent tropi przestępcę, który organizuje przemyt fentanylu. Zmagająca się z nałogiem Claire szuka syna.

23.30 Tropiciel – film FILM przygodowy, USA/Kanada 2007, 135 min
1.45 Gliniarze (644) – serial paradokum.
2.45 Fala zbrodni (90, 91) – serial sens., Pol. 2007
4.45 Na ratunek 112 (887, 888) – serial paradokum., Pol. 2024

KOMEDIOWY



20.30 Teoria wielkiego podrywu 11 (17-19)

Howard i Bernadette muszą zdecydować, kto zostanie w domu z dziećmi. Koncern farmaceutyczny, w którym pracuje Penny, ma współpracować z Billem Gatesem.

22.00 The Office PL 4 (4, 5)
23.05 Comedy Club (4, 5)
0.05 Miasteczko South Park 4 (12, 13)
1.00 Pracoholicy 6 (1, 2)
2.00 Śmieszniej nie będzie 3 (1, 2) – rozr.
3.00 Miasteczko South Park 4 (9-11)
4.30 Comedy Club (10)

PRZYGODOWY



20.00 Assassin's Creed FILM – USA/Francja/Wielka Brytania 2016, 155 min

Skazaniec Callum Lynch odkrywa prawdę o swoim przodku. Zostaje wojownikiem o niezwykłych zdolnościach. Wkrótce musi stawić czoło potężnej organizacji.

22.35 Trzy tysiące lat tęsknoty FILM – film fantasy, USA/Australia 2022, 125 min
0.40 Ostatnie tchnienie FILM – thriller, Niemcy 2023, 115 min
2.35 Motywy filmowe (1, 2) – magazyn film.

KRYMINALNY



22.00 Astrid i Raphaëlle (1, 2) – Francja/Bel./ Szwajcaria 2019

Znany prawnik umiera. Prawdopodobną przyczyna zgonu był silny strach. Raphaëlle i Astrid rozpoczynają śledztwo w sprawie rzekomo nawiedzonego domu.

0.15 Niewidomy detektyw (8) – krym.
2.10 Morderstwa w Lotaryngii FILM – krym., Fr./Bel. 2019, 120 min
4.10 Zabójstwo w Strasburgu FILM – thriller, Francja 2016, 110 min

KOMEDIODRAMAT



20.00 7 uczuć FILM – 2018, 150 min

Adam Miauczyński nie umie nazywać towarzyszących mu emocji. Wraca myślami do czasów dzieciństwa. Wspomina swoją rodzinę, przyjaciół i dawną miłość.

22.30 Lokatorka – dramat FILM krym., 2021, 145 min
0.55 Game Over – dramat FILM obycz., 2024, 110 min
2.45 Po miłość – dramat FILM obycz., 2021, 120 min
4.45 Wagary – film krótkometraż., 2024
5.35 High Life – film krótkometraż., 2024

THRILLER



20.00 Kontrakt na zabijanie FILM – Niemcy/USA 2006, 120 min

Były stróż prawa Ray podczas wycieczki z synem spotyka zbiegłego bandytę. Chce przekazać go w ręce policji. Na pomoc kryminaliście ruszają jego wspólnicy.

22.00 Ekstradycja (1, 2) – serial sens., Pol. 1995
0.30 Prawo ojca FILM – dramat sensacyjny, Polska 1999, 135 min
2.45 Obrońca – film sens., FILM USA/Niemcy/Rumunia 2004, 125 min

CINEMAX HD

12.00 Wzgórza Gaby
12.25 Piękna i Bestia – film FILM fantasy, 2014, 110 min
14.15 Hulk – dramat s.f., USA FILM 2003, reż. Ang Lee, 140 min
16.35 Szczęśliwy dzień FILM – komediodramat, Norwegia 2023, 110 min
18.25 Wrześniowe dzieci FILM – dramat sensacyjny, Szwajcaria 2024, 95 min
20.00 P! FILM **Gang Amazonek** – komediodramat, Francja 2025, 125 min
22.05 Portland Tower (1-3)
0.25 Deszcze nad klubem
FILM **Babel** – komediodramat, 2025, 115 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 Święty (19, 20) – kom., Pol.
14.25 Spadkobiercy (11) – rozr.
15.25 Co ludzie powiedzą? 2 (6) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 Jedną nogą w grobie 6 (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 8 (14-16)
20.30 Dwóch i pół (1) – kom.
21.00 Świat według Kiepskich (4-6) – serial kom., Pol. 2011
22.30 Co ludzie powiedzą? 2 (7) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 Jedną nogą w grobie 6 (3) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 Czarna Żmija 3 (3) – kom.

SCI FI

8.00 Bibliotekarze 3 (1, 2)
9.50 Medium 2 (13, 14) – krym.
11.40 Zagubiona tożsamość 4 (11, 12) – serial s.f., USA
13.30 Małpa i Mechamałpa: FILM **Nowy porządek** – film s.f., USA 2024, 110 min
15.20 Medium 2 (15, 16) – krym.
17.10 Zagubiona tożsamość 4 (13) – serial s.f., USA 2014
18.05 Zagubiona tożsamość 5 (1) – serial s.f., Kanada 2014
19.00 Przygody Merlina (1, 2)
21.00 Sahara – film przygodowy, FILM USA/Hiszpania/Niemcy 2005, 150 min
23.30 183 metry strachu
FILM – thriller, USA 2016, 115 min

FX HD

9.00 SkyMed (5) – obycz., Kan.
10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (24, 1) – serial krym.
11.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (2, 3)
13.45 Agenci NCIS 8 (5, 6)
15.35 CSI: Kryminalne zagadki Miami (2, 3) – serial krym.
17.25 Z archiwum X (13, 14)
19.15 Agenci NCIS: Sydney (5)
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (4, 5)
22.00 The Hunting Party (3)
22.55 Z archiwum X (14) – s.f.
23.50 Punisher – film sens., FILM Niemcy/USA 2004, 155 min
2.25 CSI: Kryminalne zagadki Miami (2, 3) – serial krym.

FILMBOX+ ONE HD

8.05 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (6) – krym.
9.10 Panna Scarlet i komisarz 3 (1) – krym.
10.15 Panna Marple: FILM **Karaibska tajemnica** – film krym., 2013, 120 min
12.15 Hudson i Rex 4 (11, 12)
14.15 Poirot 7 (2) – serial krym.
16.40 Strażnik Teksasu (18, 19)
18.55 Poirot (7) – serial krym.
20.00 G.I. Jane – dramat FILM obyczajowy, USA/Wielka Brytania 1997, 165 min
22.45 Honor zabójcy – film FILM sensacyjny, 1996, 120 min
0.45 Nieuchwytny cel – film FILM sensacyjny, 1993, 130 min

ROMANCE TV HD

10.25 Diagnoza Betty (167, 168)
12.20 Käthe i ja: Śpiąca
FILM **Królewna** – dramat obycz., Niem. 2019, 115 min
14.15 Dr Nice – Mój
FILM **najukochańszy wróg** – film obyczajowy, Niemcy 2025, 115 min
16.10 Pokój ze stajnią:
FILM **Ucieczka** – kom. romant., Niemcy 2022, 110 min
18.00 Górski lekarz (178, 179)
20.00 Wiza do miłości
FILM – komedia, USA 2024, reż. Brian Brough, 110 min
21.50 Bella Casa – komedia, FILM Niemcy 2014, 115 min
23.45 Górski lekarz (178, 179)

CINEMAX 2 HD

11.30 Dźwięki miłości – dramat FILM obycz., Hiszp. 2025, 100 min
13.10 Mężczyzna, który
FILM **widział niedźwiedzia** – komediodramat, Francja 2025, 85 min
14.35 Małpiarnia
FILM – komediodramat, Izrael/ Włochy 2023, 125 min
16.40 Kundel – obycz., Tajwan/ FILM Singapur/Fr. 2024, 130 min
18.50 Rubieże – film obyczajowy, FILM USA 2025, 100 min
20.30 Jaśniejsza od gwiazd
FILM – melodramat, Wlk. Bryt./ Australia/Fr. 2009, 120 min
22.30 Pogubieni (1-3) – obycz., FILM Wlk. Bryt. 2024, 185 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

8.30 Detektyw Murdoch 18 (21) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
9.25 Wszystkie stworzenia duże i małe 3 (7) – obycz.
10.30 Lekarze na start (17, 18)
12.05 Zatraceni w miłości (51)
13.05 Sprawy pana Booka (1)
14.10 Agenci NCIS 17 (10)
15.10 Panna Marple: Próba
FILM **niewinności** – krym., Wlk. Bryt. 2007, 115 min
17.05 Poirot 13 (3) – serial krym.
19.00 Agenci NCIS 17 (11)
19.55 Poirot 5 (3) – serial krym.
21.00 Robin Hood (5) – przyg.
22.10 Sprawy pana Booka (6)
23.15 Poirot 5 (3) – serial krym.
0.25 Agenci NCIS 17 (11)

NOVELAS+ HD

10.00 Opowieść o wyspie (10)
11.00 Otchłań namiętności (133) – telen., Meksyk 2012
12.00 Za wszelką cenę (103)
13.00 Róże i grzechy (32)
14.00 Historia Juany (60, 61)
16.00 Róże i grzechy (33)
17.00 Za wszelką cenę (104)
18.00 Otchłań namiętności (134) – telen., Meksyk 2012
19.00 Macocha (43) – telenowela
20.00 Opowieść o wyspie (11)
21.00 Historia Juany (61)
22.00 Róże i grzechy (33)
23.00 Za wszelką cenę (104)
0.00 Otchłań namiętności (134) – telen., Meksyk 2012
1.00 Macocha (43) – telenowela

FX COMEDY HD

8.15 Simpsonowie 32 (11, 12)
9.10 Diabli nadali (18-21)
11.00 Jim wie lepiej (15, 16)
12.00 Sposób użycia 2 (6, 7)
13.00 Wszyscy kochają Raymonda 9 (12-16)
15.30 Simpsonowie 32 (11-14)
17.30 Jak poznałem waszą matkę 5 (3-5) – serial kom.
19.00 Współczesna rodzina 10 (4-7) – kom., USA 2018-2019
21.00 Family Guy: Głowa rodziny 20 (10, 11)
22.00 Ja, szpieg – komedia FILM sensacyjna, 2002, 120 min
0.00 Simpsonowie 32 (7, 8)
1.00 Family Guy: Głowa rodziny 20 (4, 2, 6, 7)

FILMBOX+ HITS HD

14.35 Rok, w którym Dolly
FILM **Parton była moją mamą** – komediodramat, Kanada 2011, 110 min
16.25 Magik z Nowego Jorku
FILM – komediodramat, USA 2014, 110 min
18.15 Wesele Jenny – komedia, FILM USA 2015, 105 min
20.00 Under Fire – thriller, USA FILM 2025, 105 min
21.45 Milczący las – dramat FILM kryminalny, Niemcy 2022, reż. Saralisa Volm, 110 min
23.35 Mroczna korona – film FILM fantasy, 2025, 150 min
2.05 Il Boemo – dramat FILM biograficzny, 2022, 160 min

PARAMOUNT NETWORK HD

10.30 Pingwiny z Madagaskaru 2 (17)
11.00 Naga broń: Z akt
FILM **Wydziału Specjalnego** – kom. krym., 1988, 120 min
13.00 Czarodziejki (3, 4)
15.00 Transformers – film s.f., FILM USA 2007, 185 min
18.05 Gang Wiewiór – anim., FILM Kanada/Korea Południowa/ USA 2014, 115 min
20.00 Wybuchowa para
FILM – komedia sensacyjna, USA 2010, 145 min
22.25 Uprowadzona – film FILM sens., Francja 2008, 100 min
0.05 Cloverfield Lane 10
FILM – thriller, USA 2016, 140 min

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

eprasa.pl dec786d728

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD

7.00 **Commonwealth Games – Glasgow 2026** – mag. sportowy
8.00 **Motocross:** MŚ w Lommel – 1. wyścig w klasie MX2 i w klasie MXGP
10.00 **Kolarstwo** – LIVE – studio
10.30 **Kolarstwo:** Tour LIVE de Pologne – 1. etap
16.45 **Kolarstwo kobiet:** LIVE Tour de France – 3. etap
18.30 **Kolarstwo** LIVE – studio
19.00 **Kolarstwo:** Tour de Pologne – 1. etap
20.00 **Racing on the Edge** – magazyn sportowy
20.30 **E-sports Show** – magazyn sportowy

POLSAT SPORT 1 HD

6.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
8.30 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
11.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
13.30 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
17.00 **Tenis:** Turniej ATP LIVE w Montrealu – mecz 1. rundy
Tysięcznik w Kanadzie dla wielu tenisistów będzie jednym z najważniejszych etapów przygotowań do wielkoszlemowego US Open.

CANAL+ SPORT HD

6.00 **Liga+ Extra** – magazyn piłkarski
8.15 **Na pierwszym planie** (2): Caroline de Fries
9.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – FC Barcelona
11.20 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – KGHM Zagłębie Lubin
13.40 **Liga+ Extra** – magazyn piłkarski
15.50 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – FC Barcelona
18.20 **Na pierwszym planie** (2): Caroline de Fries

TVP SPORT DVB T2

5.40 **Sportowy wieczór** – program informacyjny
6.10 **Kolarstwo:** Tour de Pologne – prezentacja ekip
8.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Śląsk Wrocław – Raków Częstochowa
10.05 **Kolarstwo:** Tour LIVE de Pologne – start 1. etapu: Gdynia – Koszalin
10.40 **Kolarstwo:** Tour LIVE de Pologne – 1. etap: Gdynia – Koszalin
16.45 **Kolarstwo:** Tour LIVE de Pologne – studio
17.30 **Betclic 1. Liga magazyn** (78)

ELEVEN SPORTS 1 HD

6.00 **Najlepsi dryblerzy Bundesligi** – mag.
6.25 **Magazyn piłkarski**
7.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – RB Lipsk
9.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter Mediolan – Hellas Verona
11.00 **Formuła 3:** Grand Prix Węgier
12.30 **Formuła 2:** Grand Prix Węgier
14.00 **Formuła 1:** GP Węgier
16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Bologna – Inter
18.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – Freiburg
20.00 **AJ Auxerre – Małe miasto, wielki klub** – film dokumentalny

DISCOVERY CHANNEL HD

8.00 **Poszukiwacze kamieni szlachetnych** (13)
9.00 **Parker na złotym szlaku** – serial dok.
10.00 **Stacja Alaska** – dok.
11.00 **Przetrwać nad Jukonem** – serial dok.
12.00 **Celnicy na straży Turcji** (11) – serial dok.
13.30 **Nagi instynkt przetrwania: Brazylia 2** – dok.
15.00 **Złomowisko PL 7** (10) – serial dokum.
16.00 **Celnicy na straży Niemiec** (5) – dok.
17.00 **Celnicy na straży Szwecji 4** (11) – dok.
18.00 **Polscy truckersi** (2)
19.00 **Nagi instynkt przetrwania** – dok.

20

SNOOKER



21.00 **Welsh Open** – finał: Barry Hawkins – Jack Lisowski

Przypomnienie pojedynku, który rozstrzygnął o losie mistrzostwa 15. rankingowej imprezy sezonu 2025/26.

22.00 **Kolarstwo kobiet:** Tour de France
23.00 **Kolarstwo:** Tour de Pologne – 1. etap
0.00 **Snooker:** Turniej Welsh Open w Llandudno – finał
1.30 **Kolarstwo:** Tour de Pologne – 1. etap
2.30 **Kolarstwo kobiet:** Tour de France

TENIS



19.00 **Turniej ATP LIVE w Montrealu** – mecz 1. rundy

Jannik Sinner już raz wygrał tysięcznik w Kanadzie. W 2023 roku w finale ograł Alexa de Minaura. W tym sezonie lider rankingu chce triumfować po raz drugi.

21.00 **Tenis:** Turniej ATP LIVE w Montrealu – mecz 1. rundy
23.00 **Tenis:** Turniej ATP LIVE w Montrealu – 1. runda
1.00 **Tenis:** Turniej ATP LIVE w Montrealu – 1. runda
3.00 **Tenis:** Turniej ATP LIVE w Montrealu – 1. runda

MAGAZYN SPORTOWY



19.05 **Wysoki Pressing**

Gospodarz programu, m.in. Daria Kabała-Malarz, wraz z zaproszonymi gośćmi omówi najważniejsze wydarzenia w futbolu. Nie zabraknie wnikliwych analiz.

20.45 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Wisła Kraków – GKS Katowice
23.05 **Ekstraklasa po godzinach** – mag.
0.15 **Ekstrapaka** – mag.
1.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Cracovia – Pogoń Szczecin

PIŁKA NOŻNA



18.55 **Betclic 1. Liga** LIVE – mecz: Chrobry Głogów – Odra Opole

W poprzednim sezonie obydwa spotkania tych zespołów zakończyły się wygraną piłkarzy z Głogowa.

21.00 **Betclic 1. Liga magazyn** (78)
21.35 **GOL** – magazyn
23.00 **Sportowy wieczór**
23.25 **Kolarstwo:** Tour de Pologne – 1. etap
0.55 **Skoki do wody:** ME – Paryż 2026
2.00 **Piłka nożna:** Superpuchar Portugalii: Porto – Torreense

FORMUŁA 1

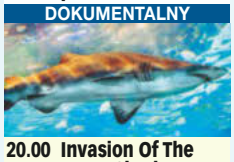


20.40 **Grand Prix Węgier**

W poprzednim sezonie podium wyścigu na Hungaroringu zdominowali kierowcy McLarena: Lando Norris i Oscar Piastri.

22.40 **Made in Italy** (20, 19, 18, 17) – mag.
23.50 **Bundesliga Special** (21) – mag. piłkarski
0.55 **Bundesliga Goal Special** (18) – mag.
1.25 **Bundesliga Special**
2.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: AS Roma – SS Lazio
4.00 **Najlepsi obrońcy Bundesligi lat 90.**

DOKUMENTALNY



20.00 **Invasion Of The Mega Sharks**

Naukowcy poszukują u wybrzeży Nowej Szkocji okazu żarłacza białego mierzącego 5,5 metra. W trakcie badań odkrywają całą rodzinę potężnych rekinów.

21.00 **Nic do ukrycia 2** (3)
22.00 **Celnicy na straży Szwecji 4** (12) – dok.
23.00 **Skok na Luwr: jak skradziono klejnoty za 102 miliony dolarów** – dok., Wlk. Bryt./USA 2025
0.00 **Teorie spiskowe pod lupą** – serial dok.

EUROSPORT 2 HD

15.45 **Kolarstwo kobiet:** Tour LIVE de France – 3. etap
18.30 **Snooker:** Turniej Shanghai Masters – finał
19.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Madrycie – bouldering mężczyzn
20.00 **Kolarstwo kobiet:** Tour de France – 3. etap
21.00 **Kolarstwo:** Tour de Pologne – 1. etap
22.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Madrycie – speed kobiet i mężczyzn
23.00 **Snooker:** Welsh Open – finał: Hawkins – Lisowski
0.00 **Kolarstwo kobiet:** Tour de France – 3. etap

POLSAT SPORT 2 HD

6.00 **Tenis:** Turniej ATP w Montrealu – mecz 1. rundy gry pojedynczej
8.30 **Tenis:** Turniej ATP w Montrealu – 1. runda
11.00 **Cafe Futbol** – mag.
12.30 **Tenis:** Turniej ATP w Montrealu – 1. runda
15.00 **Tenis:** Turniej ATP w Montrealu – 1. runda
17.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
19.00 **Cafe Futbol** – mag.
20.25 **Piłka nożna:** Liga szkocka LIVE – mecz: Celtic – Dundee FC
23.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
1.00 **Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD

8.30 **Padel:** Turniej Premier Padel w Pretorii – mecz finałowy kobiet i mecz finałowy mężczyzn
13.30 **8 wspaniałych** (1) – dok.
14.30 **Tenis:** Turniej WTA w Waszyngtonie – finał
17.00 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Toronto – mecz 1. rundy
18.30 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Toronto – mecz 1. rundy
20.30 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Toronto – mecz 1. rundy
23.00 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Toronto – mecz 1. rundy
1.20 **8 wspaniałych** (3) – dok.
2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa

EXTREME CHANNEL HD

10.00 **AMA Motocross Series Highlights 2017** (15)
11.00 **X Games – Minneapolis**
12.00 **Drift Style** (5, 6) – mag.
13.00 **Action Sports World** (4)
14.00 **WWE Highlights** (52)
15.00 **WWE Classic Gold** (10)
15.45 **WWE Highlights** (54)
17.00 **KPW Kombat TV** (12)
18.00 **WWE Classic Gold** (17)
18.30 **WWE Highlights** (56, 25)
19.15 **WWE Classic Gold** (4, 61)
20.00 **AEW Collision 2** (2630)
22.00 **LoW – Legacy of Wrestling** (3)
1.00 **WWE Highlights** (81)
2.00 **AMA Motocross Series Highlights 2017** (15)

ELEVEN SPORTS 2 HD

12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – Köln
14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – Hellas
16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: St. Pauli – Bayern
18.00 **Formuła 1:** GP Węgier
20.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Bologna FC – Inter
22.00 **Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach** – mag. piłkarski
22.50 **Serie A** – mag. piłkarski
0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: PSG – Stade Rennais FC
2.00 **Bundesliga Special** (16)

DISCOVERY LIFE HD

8.15 **Szpital** (535, 536)
10.15 **Nowa Maja w ogrodzie**
11.15 **Idealna niania 4** (11)
12.00 **Idealna niania 5** (1)
12.45 **Klinika naturalnego piękna** (4-7) – reality show
14.45 **Szpital** (534, 535)
16.45 **Idealna niania 4** (10, 11)
18.15 **Idealna niania 5** (1, 2)
19.45 **Zrób coś z tym dzieckiem** (8) – mag.
20.15 **Skórze na ratunek 4** (2)
21.15 **Dr Pryszczylla 3** (16)
22.15 **Nie do uwierzenia!**
1.15 **Bez tabu** (3, 4) – magazyn
2.15 **Druga twarz 3** (2) – rozr.
3.15 **Szpital** (380, 381)
5.15 **Klinika urody** (13) – mag.

POLSAT SPORT FIGHT HD

12.45 **K.O. TV Classics**
13.30 **Sporty walki:** FEN 55 w Ostródzie – walka: M. Abdurzakov – M. Pietrzak
15.35 **Z archiwum ESPN** – mag.
16.00 **Sporty walki:** UFC 326: M. Holloway – C. Oliveira 2
18.25 **Atleci** – magazyn sportowy
18.50 **Boks:** Rocky Boxing Night w Koszalinie – waga ciężka: K. Meyna – A. Kownacki
21.20 **Sporty walki:** Gala Babilon MMA 54 w Grudziądzu – walka: Rafał Błachuta – Krystian Szczęsny
23.05 **Strzelnica Navala** (6)
23.40 **Sporty walki:** UFC Fight Night: R. Fiziev – M. Torres

POLSAT SPORT 3 HD

11.00 **Piłka ręczna plażowa:** MP – Tczew 2026
13.00 **Magazyn Polskiego Sportu**
14.00 **Piłka ręczna plażowa:** MP – Tczew 2026
16.00 **Cafe Futbol** – mag.
17.30 **Atleci** – magazyn sportowy
18.00 **Magazyn Polskiego Sportu**
19.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
21.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
23.00 **Piłka ręczna plażowa:** MP – Tczew 2026
1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD

10.15 **Żużel:** PGE Ekstraliga – mecz: Falubaz – KS Toruń
13.00 **Bohater z Cienia** – dok.
14.00 **Żużel:** PGE Ekstraliga: Unia Leszno – GKM Grudziądz
16.45 **Magazyn PGE Ekstraliga**
18.25 **Piłka nożna:** PKO BP LIVE Ekstraklasa – mecz: Cracovia – Pogoń Szczecin
21.00 **Ekstraklasa po godzinach** – mag. piłkarski
22.00 **Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga** – mag.
23.00 **Boks:** Lewis Garside – Bradley Taylor
0.10 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Legia – Zagłębie Lubin

ELEVEN SPORTS 4 HD

13.00 **Bundesliga Special** (21)
14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: St. Pauli – BVB
16.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: RC Lens – Angers
18.00 **AJ Auxerre – Małe miasto, wielki klub**
18.25 **Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach**
19.05 **Serie A**
20.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska: Benfica – Porto
22.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Milan – Cagliari
0.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Heidenheim – Köln
2.00 **Podróż do świata Calcio**

ELEVEN SPORTS 3 HD

11.00 **Bundesliga Special**
12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Pisa – Napoli
14.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Brestois – Lille
16.00 **Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością** – dok.
16.35 **AJ Auxerre – Małe miasto, wielki klub**
17.00 **Ligue1 Season Review**
18.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: SSC Napoli – Udinese Calcio
20.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Köln – Freiburg
22.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Marsylia – Lens
0.00 **Ligue 1 Show** (35) – mag.

CANAL+ DOKUMENT HD

11.40 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi...**
14.40 **Bałtyk**
15.50 **Wiraż** – film dokumentalny
17.20 **Dalajlama. Przez mądrość do szczęścia**
19.00 **Baleary: Cztery piękne siostry** (4) – serial dokum.
20.00 **Apulia, skarb południowych Włoch**
21.00 **Zabójcze asteroidy. Jak uniknąć apokalipsy**
22.00 **Emilie Schindler. Zapomniana bohaterka**
23.00 **Australia: Dziki kontynent** – film dokum.
23.55 **Gwadelupa. Od szczytów do głębin oceanu**

eprasa.pl dec786d728

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 Jak to jest zrobione? (9, 10) – serial dokumentalny
8.00 Jak działa wszechświat? 6 – serial dokumentalny
11.00 Pogromca mitów w akcji – serial dokumentalny, USA
12.00 Inżynieria ekstremalna – serial dokumentalny, USA
13.00 Kosmiczna mapa skarbów (3): Niebezpieczne wody – serial dokumentalny
15.00 Jak działa wszechświat? (8) – serial dokumentalny
18.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny, Kanada

DOKUMENTALNY



21.00 Jak działa wszechświat? – USA

Między gwiazdami jest wiele rozległej przestrzeni. Najnowsze odkrycia pokazują, że jest to powierzchnia niezwykła i wbrew pozorom wcale nie pusta.

23.00 NASA – archiwum tajemnic 4 – serial dok., Wielka Brytania
1.00 Jak działa wszechświat? (8) – serial dokumentalny, USA 2019
4.00 Podziemne sekrety – serial dokumentalny, USA 2017

ID HD

6.00 Celnicy na straży Europy 4 (3, 5, 4, 6) – serial dok., Hiszpania
8.00 Przerwana sielanka – serial dokumentalny
10.00 Krwawe tajemnice – serial paradokum.
12.00 Wyrok do podważenia – serial dokumentalny
14.00 Morderstwo na prowincji 6 – dok.
15.00 Morderstwo na prowincji – dok.
16.00 Morderstwo na bagnach 3 – dok.
18.00 Morderstwo w tropikach – serial dok., Wielka Brytania
20.00 Prawdziwy koszmar z ulicy Wiązów – serial dok.

DOKUMENTALNY



21.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet: uciekłam seryjnemu mordercy – USA

Młoda kobieta wpada w sidła seryjnego mordercy znanego jako Piekarz Rzeźnik. Cudem udaje jej się uciec i doprowadzić do tego, że sprawca staje przed sądem.

22.00 Ciała w wodzie – serial dokumentalny
23.00 Morderca z kręgu przyjaciół – dok., USA
0.00 Szokująca prawda 14 – serial dokumentalny, USA

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

12.00 Maszyny wagi ciężkiej (1-3) – dok.
15.00 Katastrofa w przestworzach (3)
16.00 Pompeje: Podróż w czasie z Tomem Hiddlestonem (1) – film dokumentalny, Wlk. Bryt./USA 2026
17.00 Sekrety starożytnej medycyny (1) – dok.
18.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Wojna z Ameryką (4, 1) – serial dokumentalny
20.00 Katastrofa w przestworzach (7) – serial dokum., Kan.
21.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (5) – serial dok., Kan.

DOKUMENTALNY



22.00 Ostatni lot: Anatomia katastrofy (5)

19 lipca 1989 roku podczas lotu United Airlines 232 doszło do awarii silnika. Zniszczenia instalacji hydraulicznych całkowicie uniemożliwiły sterowanie samolotem.

23.00 Katastrofa w przestworzach (3)
0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (4, 6) – serial dokum.
2.00 Katastrofa w przestworzach (6)
3.00 Car S.O.S. 7 (2, 6)

FOKUS TV DVB T2

6.00 Wehikuł czasu (803)
6.05 48h. Zaginieni (80) – serial krym., Polska
7.00 Była sobie Ziemia
8.55 Wehikuł czasu (803)
9.00 Starożytni kosmici (20) – serial dok., USA
10.00 Gwiazdy lombardu (27, 28) – reality show
12.00 Tajemnice II wojny światowej (1) – dok.
13.00 Poszukiwacze historii (3, 4) – dok.
14.00 Łowcy nazistów (9)
15.00 Truckersi przez Australię (1) – dok.
16.00 Dorwać łuńczyka (15, 1) – serial dokum.
18.00 Rolnicy. Podlasie (50, 51) – serial dok.
20.00 Galileo 28 (7) – pr. popularnonaukowy

DOKUMENTALNY



21.00 Najkrwawsze bitwy drugiej wojny światowej (1): Omaha – Wlk. Bryt.

Dzięki połączeniu relacji naocznych świadków i unikatowych archiwaliów twórcy ukazują, jak odwaga oraz improwizacja determinowały losy całych kampanii.

22.00 Ostatni bastion Hitlera (1, 2) – dok.
0.00 Starożytni kosmici (7) – serial dok., USA
1.00 Rolnicy. Podlasie (27-30) – serial dok.
5.00 Kołowrotek (12, 1) – magazyn wędkarski

TVP HISTORIA DVB T2

8.30 Tajemnica Enigmy (6) – serial hist., Polska
9.10 Ex Libris – magazyn
9.40 Człowiek, który rozpoczął powstanie
10.35 W sercu Ameryki – Oregon
11.25 Wyspy Kanaryjskie (4) – serial dok., Niem.
12.25 Pomiędzy – 1944-1945
13.50 Królowie (71) – hist.
14.25 Czterej pancerni i pies (14) – wojenny
15.35 Sensacje XX wieku
18.05 Tajemnica Enigmy (7) – serial hist., Polska
19.00 Tajemnice początków Polski. Droga do królestwa – film dok., Pol. 2018

SENSACYJNY



20.00 Oficerowie (9) – Polska 2006

Oficerowie CBŚ sądzą, że na czele układu stoi Kaliński. Odkrywają, że Kanibal służy w Legii. Rita odbija Granda z konwoju więziennego.

21.00 II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa (5) – dok., Wlk. Bryt.
22.00 Putin i Zachód (2)
23.15 Sensacje XX wieku
1.35 Encyklopedia II wojny światowej
2.05 Oficerowie (9) – sens.
2.50 Czterej pancerni i pies (14) – wojenny

HISTORY HD

13.05 Starożytni kosmici 17 (4) – dok.
14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 5 (5) – serial dok., USA
14.50 Największe tajemnice świata 5 (14) – serial dok., USA
15.45 Gwiazdy lombardu 13 (2)
16.15 Wykute w ogniu 4 (14) – reality show
17.10 Tajne kryjówki dyktatorów (4) – dok.
18.10 Największe tajemnice świata 6 (9) – serial dok., USA
19.05 Starożytni kosmici 13 (18) – dok.
20.00 Starożytni kosmici 17 (4, 10) – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY



22.00 Największe tajemnice świata 7 (16) – USA 2026

Pod koniec wojny secesyjnej konfederaci zabrali część państwowego skarbca. Twórcy programu próbują odpowiedzieć na pytanie, co stało się z ukradzionymi pieniędzmi.

23.00 Niewyjaśnione tajemnice wszechświata (7) – dok., USA 2024
23.55 David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (8) – dok.
0.50 Starożytni kosmici 17 (4) – dok.

DISCOVERY HISTORIA HD

6.00 Brudne skarby – dok.
14.00 Łowcy staroci: Renowacje (10, 11) – dok.
16.00 Walka o bagaż (3-6)
18.00 Łowcy staroci (9, 10)
20.00 Nawiedzona Irlandia – reality show
21.00 Spotkania z obcymi: fakty czy mity (1) – dok.
22.00 Tajemnice Alaski – dok.
0.00 Na tropie legendarnych potworów – serial dok.
2.00 Żwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki – serial dokum., Polska
3.00 Mikroprzygoda (5) – dok.
4.00 Pasja – sposób na życie
5.00 Łowcy staroci (3) – dok.

PLANETE+ HD

13.50 Patagonia. Życie na krańcu świata (6)
14.45 Zdrajcy/Patrioci (1) – dok.
15.50 Niezwykłe podróże koleją 11 (5) – serial dok.
16.55 Świat z góry 7 (14) – dok.
17.25 Świat z góry (1) – dok.
17.55 Dokąd dzisiaj? 4 (117) – serial dok., Francja 2020
18.15 Polska z góry 10 (5, 6)
19.10 Mam zamek 2 (7) – dok.
19.45 Byblos. Wielki port Fenicjan – film dokum., Fr.
20.50 Zapomniane królowe epoki żelaza – dok., Niem.
22.00 Triady. Chińska mafia podbija świat (1) – dok.
23.15 Planeta Seks (1) – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

9.00 Niezwykły dr Pol
12.00 Najgroźniejsze zwierzęta świata (4)
13.00 Cuda Afryki (1) – dok., Hol.
14.00 Blask natury – film dok.
15.00 Wrogi świat (6) – dok.
16.00 Dzika Afryka Południowa (1) – dok.
17.00 Bertie Gregory: bliskie spotkanie z młotowatymi – dok.
18.00 Parki Narodowe Ameryki (1) – serial dok.
19.00 Dzika konfrontacja (1)
20.00 Królestwo drapieżników (1) – dok.
21.00 Niezwykły dr Pol
2.00 Cuda Afryki (1)

POLSAT VIASAT NATURE HD

11.45 Wojny zwierząt (1) – dok.
12.50 W okowach mrozu 4 (20)
13.50 Nasza nieprzewidywalna planeta (1) – serial dokum.
14.50 Rzeczne potwory 7 (5)
15.55 W okowach mrozu 4 (20)
16.55 Dzikie tajemnice Chin
17.55 Dzienniki jaguara (1)
18.55 Rzeczne potwory 7 (5)
20.05 W okowach mrozu 4 (1)
21.00 Wulkany: odliczanie (1)
22.05 Wojny zwierząt (1) – dok.
23.15 W okowach mrozu 4 (1)
0.10 Nasza nieprzewidywalna planeta (1) – serial dokum.
1.10 Rzeczne potwory 7 (5)

BBC EARTH HD

11.00 Wędrówki z dinozaurami (1) – dok.
12.05 Malownicze trasy kolejowe 5 (5) – serial dok.
13.05 Wielkie koty 24/7 2 (2)
14.20 W okowach mrozu 5
16.20 Wietnamskie przygody Billa Baileya (2) – dok.
17.30 Wielkie koty 24/7 2 (2)
18.45 Malownicze trasy kolejowe 5 (6) – serial dok.
19.45 Największe zagadki nauki (4) – dok., Wlk. Bryt.
20.55 W okowach mrozu 5
22.55 Wietnamskie przygody Billa Baileya (2) – dok.
0.00 Paryż-Stambuł z Sue Perkins (5) – serial dokum.

ANIMAL PLANET HD

13.00 Irwinowie – następne pokolenie 2 – serial dok.
14.00 Resocjalizacja z pitbullem 7 – serial dok.
15.00 Kot z piekła rodem
17.00 Na tropie wymarłych gatunków – serial przyrod.
18.00 Weterynarz z Gór Skalistych 7 – serial dok.
19.00 Cztery kąty, cztery łapy – serial dokumentalny, USA
20.00 Zwierzęta – czego nie widać – serial dokum., USA
21.00 Klan z Alaski – serial dok.
22.00 Projekt akwarium (2)
23.00 Resocjalizacja z pitbullem 7 – serial dok.
0.00 Cuda z drewna – dok.

TVP DOKUMENT HD

16.15 Owady. Czy czeka nas katastrofa? – film dok.
17.05 Pociągiem dookoła świata (6) – cykl dokum.
18.00 Sanatorium miłości 7 (4)
19.00 Legenda. Hubert Jerzy Wagner – film dok., Pol.
20.00 Góry. Granice ludzkich możliwości – film dok.
20.45 Opowieści o niedźwiedziu – dok.
21.05 Plaże Europy (1)
22.10 Kto zabił Tupaca Shakurę? – dok., Wlk. Bryt.
23.20 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn
23.25 Zabójcze roboty: przyszłość wojny – dok.

POLSAT DOKU HD

8.20 48h. Zaginieni (158, 159)
10.20 Polacy za granicą (53, 54)
12.20 Wojny kontenerowe 2
13.25 Poszukiwacze historii
13.50 Świat z góry. Jedwabny Szlak (3) – dok., Singapur
15.00 Świat z góry. Zamki (1, 2)
17.20 Top 10 Największe tajemnice świata (1, 2)
18.35 Militarny top 10 (9) – dok.
19.45 Arktyka się zbroi – dok.
20.50 Poza kontrolą: Pinatubo – erupcja stulecia – dok.
22.00 Wielkie ucieczki z amerykańskich więzień – film dok., USA
23.55 Świat według Kim Dzong Una – film dok., Fr.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

12.20 Złoto Jukonu 2 – dok.
13.15 Gruchoty z kanadyjskiej głuszy (8) – serial dokum.
14.15 Australijscy poszukiwacze złota 7
16.10 Drwal z Vancouver Island 2 (4) – reality show
17.10 Lodowi wikingowie (4)
18.05 Złoto Jukonu (8) – dok.
19.00 Australijscy poszukiwacze złota 9
21.00 Największe budowle 3
22.00 Nago, samotnie i do domu daleko (3)
23.00 Za kratami: najcięższe więzienia na świecie 2
0.05 Nago, samotnie i do domu daleko (1)

POLSAT VIASAT HISTORY HD

12.20 Cesarz: powstanie i upadek dynastii (1-3)
15.20 Sekretne życie rzymskich cesarzy – dok.
16.35 II wojna światowa: cena imperium (6) – serial dok.
17.45 Największe postaci zimnej wojny (4) – dok.
18.50 Majowie: wojna pięciu królestw (1) – serial dok.
20.00 Ramzes: władca Egiptu
21.00 Najgroźniejsi ludzie Hitlera (6) – serial dokum.
22.05 Maria Stuart: listy pisane szyfrem – dok., Fr.
23.15 Tajne bazy nazistów (1)
0.10 Cesarz: powstanie i upadek dynastii (1-3)

CI POLSAT HD

14.10 Dla mnie już nie żyjesz
15.05 Zabójcze wakacje (8)
16.00 Pogrzebani za domem 6
17.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 2 (5) – dok.
18.00 Polskie zabójczynie (3, 4)
19.00 Ktoś ma coś do ukrycia (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
20.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (16) – dok.
21.00 Pogrzebani za domem 6 (14) – serial dokumentalny
22.00 Psy na służbie z Jimem Belushim (9, 10) – dok.
23.00 Zbrodnia: oszukać prawdę (9) – serial dokum.
23.55 Kobiety, które niosły śmierć 13 (3) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 Jak to robią zwierzęta?
10.10 Dziwaczne potrawy: smakowite miasta (5-8)
12.15 Budowa na końcu świata (1, 2) – serial dok.
14.20 Człowiek kontra jedzenie (9) – mag. kulin.
14.55 Kulinarne podróże z Guyem Fierim (6-9)
17.00 Dorwać komandosa
19.00 Megaładunki (5, 6) – dok.
21.05 Sprawa dla medium i detektywa (4, 5) – dok.
23.10 Kobieta na krańcu świata (1-3) – serial dok.
0.55 Budowa na końcu świata (1, 2) – serial dok.
3.00 Dorwać komandosa

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

eprasa.pl dec786d728

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA
15.40 **63. KFPP w Opolu – Kiedy mnie już nie będzie... W hołdzie Magdzie Umer i Agnieszce Osieckiej**
16.00 **Zaraz wracam 2** (117) – serial obycz.
16.30 **Barwy szczęścia** (3352) – serial obycz.
17.00 **Teleexpress**
17.20 **Gra słów. Krzyżówka** (1075)
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **Słownik polsko@polski** (687)
18.45 **Panorama**
19.20 **Powstanie Warszawskie dzień po dniu** (3) – cykl reportaży, Polska 2017
19.55 **Pytanie dnia** – publ.

TVP ROZRYWKA
8.50 **Va banque** (957)
9.25 **Koło fortuny** (1994)
10.05 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Daleko od szosy** (6)
14.35 **Rodzinka.pl** (210, 211) – kom., Pol.
15.40 **Program rozrywkowy**
15.50 **Kocham Cię, Polsko!** (10) – pr. rozrywk.
17.25 **Va banque** (958)
18.00 **Koło fortuny** (1995)
18.35 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
19.40 **Makłowicz w podróży** – mag.
20.15 **Postaw na milion**
21.15 **Kabaret Letnią Porą** (41) – pr. rozrywk.

POLSAT CAFÉ
6.05 **Demakijaż** (1-6) – program rozrywkowy
9.00 **Drugie życie sukni ślubnej** (1) – program rozrywkowy
9.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (3, 4) – reality show
12.30 **Oszukane** (1, 2) – serial paradokum., Polska 2015
14.30 **Komisarz Mama** (1) – serial krym., Polska
15.30 **Bogaty dom – biedny dom** (123) – reality show
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (66) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (266, 267) – reality show, Polska

TV 4 DVB T2
6.00 **Strażnik Teksasu** (19, 20) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (103) – reality show
8.55 **Policjantki i Policjanci** (542, 543) – serial obycz., Polska
10.55 **Na ratunek 112** (1140, 1141) – serial paradokum.
11.55 **Dlaczego ja?** (1569, 1570) – serial paradokum.
13.55 **Trudne sprawy** (806-808) – paradok.
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1415) – serial obycz., Polska
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (533) – reality show

TTV HD DVB T2
10.35 **Detektywi** (59, 60)
12.35 **Zakup w ciemno 4** (16) – reality show
13.35 **Zakup w ciemno 6** (13) – reality show
14.35 **Nic do zgłoszenia 4** (8) – serial dokum., Pol.
15.35 **Złomowisko PL 6** (6)
16.45 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, sport**
17.05 **Gogglebox. Przed telewizorem 18** (7)
18.05 **Zakup w ciemno extra** (10)
18.40 **Gogglebox. Przed telewizorem 16** (3)
19.45 **Express** – pr. inform.
20.05 **Zakup w ciemno 6** (14) – reality show
21.05 **Zakup w ciemno extra** (5)
21.45 **Express** – pr. inform.

TVN STYLE HD
5.20 **Ach, ten ślub!** (4) – program rozrywkowy
6.15 **Anatomia piękna 2** (5) – program rozrywkowy
7.05 **Co za tydzień** – magazyn kulturalny
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Ugotowani** (1, 2) – program kulinarno-rozrywkowy
13.25 **Kuchenne rewolucje** (10, 9) – program rozrywkowy
15.35 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (2, 3) – reality show
17.05 **Magda gotuje internet** (1) – magazyn kulinarny, Polska 2026

20

WOJENNY



20.25 Czas honoru. Powstanie (11) – Pol.

Kompania broni domu. Michał odbiera nietypowy sygnał. Podejrzewa, że to instrukcja od sowieckich agentów. Namawia Słowińskiego, by odszyfrował wiadomość.

21.15 **Królowa Bona** (10)
22.20 **Tajemnice kultowych seriali** (5)
23.15 **Panorama**
23.45 **Gabi Drzewiecka zaprasza** (3)
0.30 **Andrzej Wajda – Notatki**
0.40 **Zaraz wracam 2** (117) – serial obycz.

KOMEDIOWY



22.10 Rodzinka.pl (66) – Polska 2012

Kuba urządza swój nowy pokój. Negocjuje z rodzicami budżet na meble. Kacper przyprowadza do domu swoją koleżankę Zosię. Dzieciaki uczą się sztuki całowania.

22.50 **Lato z Radiem i Telewizją Polską** – widowisko
0.55 **Koło fortuny** (1995, 2059) – teleturniej
2.20 **Kabaret Letnią Porą** (11, 21) – pr. rozrywk.
4.20 **Hity wszech czasów** (15) – mag.

ROZRYWKOWY



20.00 Kolacja w ciemno (46) – Polska

Bohaterka odcinka otrzymuje menu w pięciu wersjach. Wybiera spośród nich trzy i spotyka się z ich autorami. Następnym etapem jest kolacja w restauracji.

21.05 **Więzienie kobiet** (100, 101) – dok., Pol.
22.05 **Miłość z internetu** (5, 6) – serial dokum.
23.00 **Gry małżeńskie** (86, 87) – reality show
1.05 **Więzienie kobiet** (69-72) – serial dokum.
3.00 **Zdrady** (10-12) – serial paradokum.

OBYCZAJOWY



19.00 Policjantki i Policjanci (1416)

Mikołaj i Miłosz szukają zaginionej panny młodej. Nina zniknęła podczas przymiarki sukni ślubnej.

20.00 **Uroczysko** (229, 230)
21.05 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (141)
22.05 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1024)
23.05 FILM **Purpurowe rzeki** – thriller, Francja 2000, 140 min
1.25 **Love Island. Wyspa miłości** (45) – reality show, Wlk. Bryt. 2016

ROZRYWKOWY



22.00 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (4)

Andrzej i Katarzyna Gąsienicowie przekonają się, jaka jest wytrzymałość „Królowych przetrwania", a także poznają śmiałków, którzy zdecydują się iść na całość.

23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 16** (4)
0.00 **Damy i wieśniaczki. PL 11** (10) – fab.-dok.
1.00 **Ciężarówką przez Wietnam** (5) – dok.
2.00 **Wyburzacze 9** (3, 4)
3.25 **Sędzia Anna Maria Wesołowska 7** (8, 9) – serial fab.-dokum.

ROZRYWKOWY



17.40 Kuchenne rewolucje (9, 2, 7)

Magda Gessler odwiedza karczmę w stolicy Kujaw. Lokal przywodzi na myśl czasy PRL-u. Okazuje się, że prowadzą go osoby na stałe mieszkające w Londynie.

20.50 **Jestem z Polski** (1, 2)
22.50 **Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9**
0.20 **Mroczne sekrety małżeńskie** (1) – dok.
1.20 **Dorota was urządzi!** (12) – pr. rozrywk.
2.05 **Nieoczywiste miejsca** (10) – dok.

TVP HD HD
13.20 **Komisarz Alex 6** (67)
14.15 **Ranczo 3** (29, 30) – obycz.
16.10 **Gwiazdorska kuchnia Ani 4** (37) – magazyn kulin.
16.40 **Tańcząca ze światem – Grecja** (2) – magazyn
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 27** (346)
19.20 **Ranczo 10** (128) – obycz.
20.10 **Rodzinka.pl** (288, 289)
21.25 **Ojciec Mateusz 33** (422)
22.20 **W samo południe**
FILM – western, USA 1952, reż. Fred Zinnemann, 90 min
23.50 **Weiser** – dramat
FILM psychologiczny, Niem./Pol./Szwajcaria 2000, 115 min

TVS HD
16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel** – krym., Austria
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział** – obycz., Niemcy/Austria
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny** – serial obycz.
19.50 **Rosamunde Pilcher**
FILM **– Nieokiełznane szczęście** – melodramat, Niemcy/Austria 2012, reż. Thomas Hezel, 120 min
21.50 **Rosamunde Pilcher:**
FILM **Lordowie nie kłamią** – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2010, 105 min
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

ZOOM
8.05 **Strażnik Teksasu** (1) – serial sensacyjny, USA
10.00 **MacGyver 4** (2, 3) – sens.
12.05 **Wojny magazynowe: Kanada 2** (33, 34)
13.25 **Sensacje XX wieku** (5)
15.45 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
18.00 **FBI 4** (1, 2) – serial krym.
20.00 **Kobra – oddział specjalny 25** (1, 2) – sens.
22.05 **Hity polskiego kabaretu 7** (1) – pr. rozr.
23.00 **Magia nagości 5** (10)
0.05 **Magia nagości. Norwegia** (3) – pr. rozrywk.
1.00 **Adam szuka Ewy. Finlandia** (3) – reality show

TLC HD
12.00 **Wiza na miłość – oczami bohaterów 7** (3)
13.00 **Wiza na miłość: znowu do wzięcia 3**
15.00 **Wiza na miłość: dalsze losy, pościelowe rozmowy 9** – reality show
16.00 **Historie wielkiej wagi**
18.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 7** (1)
20.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
21.00 **Wiza na miłość 12**
23.00 **Koleżanki na zabój**
0.00 **Dr Pryszczylla** – dok., USA
1.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
2.00 **Wiza na miłość 12**

C+ KUCHNIA HD
15.55 **Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2** (8)
16.10 **Kulinarne szlaki: Południowa Afryka 2** (8)
16.35 **Jamie Oliver: 5 składników** (17, 18)
17.35 **Po prostu Jamie: szybko i łatwo** (1) – magazyn kulin.
18.30 **Maximum Foodie 5** (9)
19.00 **M jak mięso 4** (1, 2) – dok.
19.50 **Zgrillowani** (1) – mag.
20.15 **Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień**
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 6** (8)
22.05 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 10**
23.55 **Nie bój ryby! 2** (8) – mag.

TVN TURBO HD
13.00 **Mobilni mechanicy** (7, 8)
14.30 **Zawodowi handlarze**
16.00 **Wojny samochodowe**
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Jeździć, obserwować**
19.00 **Prawko na świecie. Jazda bez zasad** (6) – rozr.
19.45 **Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia** (1) – pr. rozr.
20.15 **Naprawy nie do naprawy** (4) – mag.
21.00 **Wojny samochodowe** (8)
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Jeździć, obserwować**
23.45 **Z drugiej ręki** (5) – mag.
0.30 **Usterka 16** (21) – fab.-dok.
1.00 **101 gadżetów motoryzacyjnych** (9)

NOWA TV DVB T
9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (1, 4) – kom.
10.30 **Więzienie** (169, 2, 3) – dok.
12.00 **Poirot** (6, 7) – serial krym.
14.00 **Świat według Kiepskich** (389, 390) – kom., Pol. 2012
15.00 **Świat według Bundych** (226-231) – serial kom., USA
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (15) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (100-102)
21.00 **Zdrady** (26) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (60, 61, 99) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (32, 33)
3.50 **Wehikuł czasu** (803, 802)
4.00 **Sala operacyjna** (3, 7)
5.00 **Pod lupą** (10, 11) – mag.

METRO
8.30 **Szpital** (822, 823)
10.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (391, 392)
12.30 **SOS Ekipy w akcji** (48)
13.30 **Brzydula** (67, 68) – kom.
14.40 **Kiedy ktoś kocha bardziej** (33) – obycz.
15.50 **Magda M.** (9) – obycz., Pol.
16.55 **Idź na całość** (1) – pr. rozr.
18.00 **Złomowisko PL 6** (9)
19.00 **Kartoteka 5** (1, 2)
21.05 **Kryminalni** (5, 6) – krym.
23.15 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (18) – krym.
0.20 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 3** (5) – dok.
1.20 **Szpital** (815) – paradok.
2.20 **Szkoła** (557) – paradok.

ANTENA HD DVB T2
13.00 **Ciężarówką przez śniegi 3** (6) – serial dokum.
14.00 **Klątwa Wyspy Dębów 3**
15.00 **Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw** (12, 13) – serial dok., USA
15.55 **Australijscy poszukiwacze złota 5**
18.00 **77 TV 4** (10, 11) – pr. rozr.
20.00 **Alex Hugo – górski detektyw** (25) – krym., Fr.
22.10 **Detektyw Candice: Niezawodny instynkt 2** (5) – serial kryminalny, Fr.
23.15 **Detektywi z Bordeaux 5** (4) – serial krym., Fr./Bel.
0.25 **Polska. Największe tajemnice 2** (8) – pr. rozr.

WP DVB T
12.00 **Wariaci za kierownicą 2**
13.00 **Makłowicz w podróży**
14.05 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5**
16.00 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2** (3)
17.00 **Pogoda**
17.05 **Tajemnice Brokenwood 5** (3) – krym.
19.00 **Strażacy z sąsiedztwa 2** (10) – serial dok., Pol. 2026
20.00 **Pogromca tajemnic** (1)
21.00 **Sekrety tajnych stowarzyszeń** (1) – dok.
21.55 **Pogoda**
22.00 **Mistrzowie Kabaretu 9**
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 16** (8) – program rozrywkowy

C+ DOMO HD
13.05 **Cuda z drewna** (2) – dok.
14.05 **Wakacyjne domy na wynajem** (9) – dok.
15.00 **Pomocy! Kupiliśmy wioskę** (16) – serial dok.
15.50 **Meblokreacje** (5, 6)
16.50 **Gardeners' World 14** (25)
18.00 **Ucieczka na wieś 22** (30)
19.00 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia** (2) – serial dok.
20.05 **Daleko od miasta 14**
21.00 **Wakacyjne domy na wynajem** (10) – dok.
21.55 **Wielkie projekty: Australia 12** (5) – dok.
23.05 **Wielkie projekty: Australia 11** (5) – dok.
0.10 **Luksusowa ucieczka 7**

HGTV HD
8.05 **Moje miasto, mój dom 9**
10.00 **Widok, na który cię stać**
11.00 **Usterka 11** (11, 12) – serial fab.-dokum., Polska 2019
12.30 **Podwórkowa reaktywacja 9** (1-4) – rozr.
14.25 **Mieszkanie na miarę 4**
15.20 **Mieszkanie na miarę** (1)
16.25 **Polowanie na ogród** (1-3)
18.05 **Będzie pięknie** (4) – rozr.
19.00 **Weekendowa metamorfoza 6** (8) – rozr.
20.00 **Zgłoś remont 4** (8) – rozr.
20.55 **Dorota was urządzi!**
22.25 **House Hunters – Poszukiwacze domów 8** (8-11) – pr. rozr.
0.40 **Usterka 11** (9) – fab.-dok.

eprasa.pl dec786d728
P! Premiera w TV

STACJE DZIECIĘCE | STACJE INFORMACYJNE

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (321) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (961, 962) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 **Sekrety rodziny** (38-40) – paradok., Pol.
11.30 **Trudne sprawy** (967) – serial paradokum.
12.30 **Dlaczego ja?** (1384, 1385) – serial paradokum.
14.30 **Świat według Kiepskich** (31-35) – serial kom., Polska
17.00 **48h. Zaginieni** (191, 192) – serial kryminalny, Pol. 2023
19.00 **Gliniarze** (1013) – serial paradokum.
20.00 **Ślad** (5) – krym., Pol.

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 **Wydarzenia**
6.45 **SuperLudzie Extra** (44) – magazyn
6.55 **Na ratunek 112** (745, 746) – paradok.
8.00 **Doktor Martin** (11, 12) – serial obycz.
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **SuperLudzie** (6, 7)
11.30 **Świat według Kiepskich** (414-417) – serial kom., Pol. 2013
13.30 **Bitwa o palety** (21)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (1) – reality show
16.00 **Ninja Warrior Polska** (25)
17.55 **Świat według Kiepskich** (498, 499, 534, 535)
19.55 **Złomiarze** (21) – dok.

TV 6 DVB T

6.00 **Więzienie** (194, 195)
6.55 **Policjantki i Policjanci** (741, 742) – serial obycz., Polska
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (60, 61) – serial sens., Niemcy
10.55 **48h. Zaginieni** (196-198) – krym., Pol.
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1216) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (77, 78) – serial krym., Polska
16.00 **Kobra – oddział specjalny** (62, 63) – serial sens., Niemcy
18.05 **Strażnik Teksasu** (21, 22) – serial sens.
20.05 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (87, 88) – krym.

BBC FIRST HD

6.00 **Zagadki doktora Blake'a 5** (7) – krym.
6.55 **Ulica nadziei 2** (5, 6)
8.40 **Lewis 7** (3) – krym.
9.40 **My Life is Murder 5** (4) – serial kryminalny
10.40 **Śmierć pod palmami 4** (5) – krym.
11.45 **Zagadki doktora Blake'a 5** (7) – krym.
12.55 **Ulica nadziei 2** (7, 8)
15.00 **Ojciec Brown 9** (5)
16.00 **Lewis 7** (3) – krym.
17.00 **My Life is Murder** (1) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 25** (3) – krym., Wlk. Bryt. 2025
19.55 **Śmierć pod palmami 4** (6) – krym.
21.00 **My Life is Murder 5** (5) – serial kryminalny

TVP ABC DVB T2

7.40 **Ptyś i Bill** (39) – anim.
7.50 **Czarodziejskie miasteczko Pinokia** (37) – serial anim.
8.10 **Piotruś Królik 2**
8.35 **Wegezaury 2** (38)
8.40 **Świnka Peppa 7**
9.00 **Tru i Tęczowe Królestwo** (12)
9.30 **Domisie** – dla dzieci
10.00 **Zwierzaki Czytaki** (181) – program eduk.
10.20 **Przygody Bolka i Lolka** (3, 4) – anim.
10.45 **Rodzina Treflików**
11.10 **Odo** (8-10) – anim.
11.35 **Stacyjkowo** (55, 56)
11.55 **Pszczółka Maja** (38)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
13.00 **Figu Migu na planecie Czochras** (38)

TVN 24 HD

7.30 **Jeden na jeden**
8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.55 **Biznes** – pr. publicyst.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.55 **Biznes** – pr. publicyst.
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.55 **Biznes** – pr. publicyst.
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
13.55 **Biznes** – pr. publicyst.
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.55 **Biznes** – pr. publicyst.
15.00 **15 na żywo** – inf.
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Tak jest** – pr. publ.
19.15 **Serwis informacyjny**
19.30 **Fakty po Faktach**
20.10 **Fakty o świecie**

PARADOKUMENTALNY



21.00 Gliniarze (808) – Polska 2023

Zgwałcono pracownicę Biura Służby Celnej, Dorotę. Funkcjonariusze ustalają, że kobiecie groził Grzegorz, któremu poszkodowana udaremniła przemyt.

22.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (121, 122) – dok., Pol.
23.00 Świat według Kiepskich (387, 388)
0.00 Ślad (107) – krym., Pol.
1.00 Zdrady II (25)
2.00 Wydarzenia
2.40 Ewa gotuje (500)
3.15 Demakijaż (99) – rozr.

KOMEDIA ROMANT.



20.55 I że ci nie odpuszczę – FILM USA 2018, 145 min

Samotna matka Kate ma na utrzymaniu troje dzieci. Pewnego dnia rozkapryszony playboy Leo nie chce jej zapłacić za sprzątanie jachtu. Kobieta postanawia się zemścić.

23.20 Pusty człowiek – FILM horror, RPA/USA/Wielka Brytania 2020, 165 min
2.05 Świat według Kiepskich (485-488) – serial kom., Pol. 2016
4.05 Nasz nowy dom (217, 218)

KRYMINALNY



22.00 Czarna lista 2 (37) – USA 2014

Podczas śledztwa, w którym Keen jest przesłuchiwana jako podejrzana o morderstwo kapitana portu, wychodzą na jaw jej powiązania z Redem. Reddington chce uratować Liz przed karą więzienia.

22.55 Łowca pedofilów (197-200) – dok., Pol.
0.55 Więzienie (146, 148, 147) – dok.
2.25 Cobra Kai (40)
3.30 Septagon (27, 28)
5.35 SuperLudzie Extra
5.45 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.

KRYMINALNY



22.00 Afera podsłuchowa (1, 2) – Wlk. Bryt.

Nick Davies jest dziennikarzem śledczym. Gdy otrzymuje informacje o podsłuchiwaniu rozmów telefonicznych reporterów, rozpoczyna dochodzenie.

0.10 Harry Wild 4 (8) – serial kryminalny
1.10 Śmierć pod palmami 4 (6) – krym.
2.20 Morderstwa w Midsomer 25 (3)
3.55 My Life is Murder 5 (5) – serial kryminalny
4.45 Moja rodzinka (2)
5.15 My Life is Murder (1)

ANIMOWANY



13.20 Tygrysek Percy i jego opowieści

Percy boi się wchodzić na drzewa. Pani Sowa przypomina sobie historię o rycerzu, który miał lęk wysokości.

13.45 Świnka Peppa (7-9)
14.10 Pająk Lucas 2 (75, 76)
14.30 Oli i Luna (75, 76)
14.55 Oktonauci 3 (75, 76)
15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (38) – mag.
15.40 Bella i Sebastian
16.05 Pat i świat 2
16.35 Dino Ranczo (73, 74)
17.05 Pszczółka Maja
17.30 Robin Hood (23, 24)
18.00 Kucharz Shane

MAGAZYN



21.00 Polska i świat

Marta Kuligowska porusza zagadnienia budzące szczególne zainteresowanie wśród polskich obywateli.

22.00 Szkło kontaktowe
23.00 Dzień po dniu – mag.
0.25 Biznes – pr. publicyst.
0.45 Fakty po Faktach
1.30 Tak jest – pr. publ.
2.35 Nowa Maja w ogrodzie – mag.
3.00 Akademia ogrodnika – mag.
3.05 Fakty po Faktach
3.50 Tak jest – pr. publ.
4.40 Nowa Maja w ogrodzie – mag.

POLSAT PLAY HD

6.00 **Budowlańcy** (25) – dok.
6.30 **Kołowrotek** (219) – mag.
7.00 **Dorwać tuńczyka** (5, 6)
9.05 **Wojny magazynowe**
10.05 **Wojny kontenerowe** (1, 2) – serial dokumentalny
11.00 **Hardkorowy lombard** (149, 148, 150-153) – dok.
14.05 **Polacy za granicą** (73, 74)
16.00 **Złomiarze** (21, 22) – dok.
18.05 **Poszukiwacze historii** (211-214) – serial dokum.
20.00 **Złomiarze** (43, 49) – dok.
22.00 **Siły specjalne – Polska** (1, 2) – reality show
1.00 **Kołowrotek** (212-217)
4.05 **Starożytni kosmici** (144, 143) – serial dok., USA

FOOD NETWORK HD

13.15 **Apetyt na miłość** (12)
14.15 **Akcja: Restauracja!** (5)
15.15 **Elitarny turniej wypieków** (7)
16.15 **Kuchenne rewolucje** (12)
17.15 **Sexy kuchnia Magdy Gessler** (3) – mag. kulin.
17.50 **Sąsiedzi kontra sąsiedzi** (4) – program rozrywkowy
18.50 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** (6)
19.50 **Perfekcyjni gospodarze 9** (19) – dok.
20.50 **Pojedynek na grille** (8)
21.55 **Pyszne miejscówki** (10)
22.55 **Posiekani na słodko** (1)
23.55 **Człowiek kontra jedzenie** (14) – mag. kulin.

POLSAT RODZINA HD

11.55 **Bogaty dom – biedny dom** (112) – reality show
12.50 **Rodzina zastępcza** (255, 256) – kom., Pol. 2007
14.50 **Wielkie wycieczkowce**
15.50 **Świat z góry** (10, 11)
17.05 **Pingwiny z Madagaskaru** (6-9)
19.00 **Rodzina zastępcza** (324)
20.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (14, 15) – kom.
21.05 **Miodowe lata** (115)
22.00 **Nasz nowy dom**
23.55 **Tajemnice Powstania Warszawskiego** (2, 3)
0.55 **Prawdziwe zło. Ludzie, którzy stworzyli nazizm** (1) – serial dok., Wlk. Bryt.

BBC LIFESTYLE HD

9.00 **Koreańska uczta Eda i Ryu** (4) – dok., Wlk. Bryt.
10.00 **Winnice Australii i Gary Barlow** (1) – dok., Wlk. Bryt.
11.00 **Mistrzowie szycia 11**
13.10 **Mistrzowie ceramiki 6**
14.15 **Wielkie nowozelandzkie wypieki 4** (10) – pr. rozr.
15.40 **Zapraszam do stołu 21**
17.50 **Wymarzone domy 2** (21)
18.50 **Mistrzowie szycia 5** (5)
19.50 **Wielkie brytyjskie wypieki 15** (1) – pr. rozr.
21.10 **Najlepsze hotele Indii** (2)
22.15 **House of Kardashian** (3)
23.20 **Wstydliwe choroby: online 3** (6) – serial dokum.
0.20 **Ratunek dla skóry** (1)

NICK JR. HD

16.10 **Świnka Peppa** (21)
16.24 **Świnka Peppa 8** (17)
16.29 **Świnka Peppa 7** (1-3)
16.49 **Świnka Peppa**
17.19 **Świnka Peppa 6** (3)
17.23 **Świnka Peppa** (7, 9)
17.40 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (3) – anim., Fr.
18.05 **Barbapapa i jego rodzinka** (1) – serial anim.
18.30 **Dora 4** (11) – serial anim.
18.55 **Santiago z mórz** (4, 18)
19.40 **Rubble i jego ekipa** (4)
20.00 **Dobranocki z Ryanem**
20.32 **Świnka Peppa** (22)
20.36 **Świnka Peppa 8**
20.55 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (12-14) – anim.

POLSAT NEWS HD

13.55 **Pogoda**
14.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Najważniejsze pytania**
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – publ.
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Najważniejsze pytania**

TVP KOBIETA DVB T2

13.00 **Na dobre i na złe** (588)
13.55 **Kiedyś to było...** – mag.
14.30 **Okrasa łamie przepisy**
15.00 **Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka** (65)
15.30 **Ojciec Mateusz 5** (59, 60)
17.25 **Dobre wieści z planety Ziemia** (1) – cykl dokum.
18.30 **Hity wszech czasów** (10)
19.30 **Miłość i nadzieja** (324) – telenowela, Turcja 2022
20.30 **Wichrowe wzgórze** (305) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (287) – obycz.
22.30 **Miłość, ślub i inne nieszczęścia** – FILM komedia romant., USA 2020, 100 min

E! ENTERTAINMENT HD

8.50 **Very Cavallari** (3, 4)
10.40 **Plastyczna fuszerka** (1)
12.30 **Z kamerą u Kardashianów 16** (7, 8)
14.20 **Very Cavallari** (5, 6)
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (1, 2)
20.30 **Very Cavallari** (7, 8)
22.30 **Plastyczna fuszerka**
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów 16** (7, 8)
3.00 **Plastyczna fuszerka** (1)
5.00 **Very Cavallari** (3)

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 **Poznajemy Polskę** (10)
19.45 **Modlitwa** – religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Kartka z kalendarza – powstanie warszawskie** – pr. eduk.
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Z wędką nad wodę w Polskę i świat** – rozr.

BBC BRIT HD

9.20 **Alfabet Top Gear** (2)
10.35 **W warsztacie** (7) – dok.
11.30 **Brytyjskie fabryki 4** (5)
12.35 **Top Gear 10** (8) – mag.
13.40 **W warsztacie** (8) – dok.
14.35 **Cuda inżynierii 3** (5)
15.40 **Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 5** (11)
16.40 **Brytyjskie fabryki 4** (5)
17.50 **Top Gear 10** (9) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii 3** (5)
19.55 **Brytyjskie fabryki 4** (6)
21.00 **Olbrzymie maszyny 2** (1)
22.00 **Legendarne samoloty gaśnice: ostatni lot** (3)
23.05 **Top Gear 10** (8) – mag.
0.10 **Top Gear 24** (3) – mag.

MINI MINI+ HD

9.05 **Bing** (74-78, 1) – anim.
10.00 **Edzio i Lusia** (1-6) – anim.
11.25 **Baczne oczka** (9-12)
11.55 **Marta mówi** (13, 14)
12.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
12.59 **Marta mówi** (15, 16)
13.55 **Moje urodziny** – dla dzieci
14.00 **Basia** (9-13) – serial anim.
15.10 **Kicia Kocia** (11-13, 1, 2)
15.55 **Marta mówi** (1, 5, 10)
17.20 **Staś i fajna Babcia**
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.57 **Staś i fajna Babcia** (17)
18.15 **Leśna rodzina: Piwonia**
18.40 **Dora i przyjaciele 2**
19.35 **Kicia Kocia** (12, 13) – anim.
19.51 **Kicia Kocia 2** (1-3) – anim.
20.25 **Mały Charlie** (11-13, 1, 2)

TVP 3 DVB T2

12.30 **Okrasa łamie przepisy**
13.00 **Agrobiznes**
13.20 **Agropogoda**
13.30 **Rozmowy (nie)wygodne**
14.10 **Całkiem niezła historia**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Dlaczego krowa...** – mag.
19.45 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.13 **Gość Regionów** – pr. publ.
20.30 **Kryminalna siódemka**
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.30 **Złoty chłopak** (208) – serial obycz., Turcja 2022

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

eprasa.pl dec786d728

Warto zobaczyć

14.00 ALE KINO+
Sny o miłości
KOMEDIODRAMAT Johanne zakochuje się w nauczycielce. Opisuje własne uczucia. Jej wyznania znajdują mama i babcia, która jest poetką. *Reż.: Dag Johan Haugerud, A: Ella Overbye, Selome Emnetu, Ane Dahl Torp*
Norwegia 2024 **135 min ▶ do godz. 16.15**

14.25 KINO POLSKA
Ziemia obiecana
OBYCZAJOWY Ziemianin Karol, Żyd Moryc i Niemiec Maks zakładają fabrykę włókienniczą w Łodzi. Piętrzą się przed nimi kolejne trudności. *Reż.: Andrzej Wajda, A: Daniel Olbrychski, Wojciech Pszoniak*
Polska 1974 **210 min ▶ do godz. 17.55**

15.35 TVP KULTURA
Dzień czwarty
WOJENNY Trwa powstanie warszawskie. Na tle wojennej pożogi rozwija się uczucie poety Krzysztofa Kamila Baczyńskiego oraz Barbary. *Reż.: Ludmiła Niedbalska, A: Krzysztof Pieczyński, Jarosław Domin*
Polska 1984 **90 min ▶ do godz. 17.05**

17.30 TVN FABUŁA
Kochaj i tańcz
KOMEDIA ROMANTYCZNA Początkująca dziennikarka poznaje żywiołowego tancerza. Dzięki niemu zdobywa nową pasję i prawdziwą miłość. *Reż.: Bruce Parramore, A: Izabella Miko, Mateusz Damięcki, Jacek Koman*
Polska 2008 **150 min ▶ do godz. 20.00**

17.55 WARNER TV
Willy Wonka i fabryka czekolady
FAMILIJNY Charlie zdobywa zaproszenie do fabryki czekolady. Wycieczka jest fascynującą, ale i niebezpieczną przygodą. *Reż.: Mel Stuart, A: Gene Wilder, Jack Albertson, Peter Ostrum*
USA 1971 **125 min ▶ do godz. 20.00**

18.45 POLSAT FILM
Policja zastępcza
KOMEDIA SENSACYJNA Nowojorscy detektywi Terry i Allen po śmierci sławnych kolegów zyskują szansę, by się wykazać. Trafiają na trop afery. *Reż.: Adam McKay, A: Mark Wahlberg, Will Ferrell, Samuel L. Jackson*
USA 2010 **135 min ▶ do godz. 21.00**

20.00 C+ PREMIUM
Cudowne życie
KOMEDIODRAMAT Paryż, 1963 rok. Syn Esther Perez rodzi się z poważną wadą stopy. Wbrew rokowaniom matka uparcie walczy o jego sprawność. *Reż.: Ken Scott, A: Leila Bekhti, Jonathan Cohen, Joséphine Japy*
Francja/Kan. 2025 **100 min ▶ do godz. 21.40**

22.15 TVN 7
Annabelle wraca do domu
HORROR Ed i Lorraine zamykają demoniczną lalkę w pokoju. Pod ich nieobecność złowrogie siły zostają przebudzone. *Reż.: Gary Dauberman, A: Vera Farmiga, Patrick Wilson, Mckenna Grace*
USA 2019 **135 min ▶ do godz. 0.30**

→ filmowe hity



Strażnik Gotham mierzy się z okrutnym Człowiekiem Zagadką. Musi przerwać serię zabójstw.





20.50 TVN — Batman

SENSACYJNY Zamaskowany mściciel odkrywa mroczną prawdę o elitach metropolii, której broni.

HIT DNIA Sadystyczny Człowiek Zagadka zabija wpływowych ludzi. Wśród ofiar jest burmistrz. Dokonując swoich zbrodni, sprawca zostawia obrońcy Gotham City zaszyfrowane wiadomości. By go odnaleźć, ukryty pod maską nietoperza Bruce Wayne rozpoczyna śledztwo wspólnie z porucznikiem Jamesem Gordonem. Trop prowadzi do klubu nocnego zarządzanego przez Pingwina. Dzięki pomocy kelnerki Batman odkrywa, jak bardzo skorumpowane są bronione przez niego elity miasta. To nie koniec rozczarowań. Kiedy kolejny ślad wiedzie samotnego mściciela do ruin sierocińca, prowadzonego niegdyś przez bliską mu osobę, musi on przyznać, że nadużywanie władzy nie ominęło też jego rodziny. Jednocześnie jest coraz bliższy odkrycia tożsamości ściganego zbrodniarza. HD **215 min ▶ do godz. 0.25**

USA 2022 **Reż.:** Matt Reeves **Wyst.:** Robert Pattinson, Zoë Kravitz, Jeffrey Wright, Colin Farrell, Paul Dano



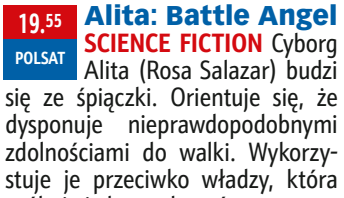
19.55 POLSAT
Alita: Battle Angel
SCIENCE FICTION Cyborg Alita (Rosa Salazar) budzi się ze śpiączki. Orientuje się, że dysponuje nieprawdopodobnymi zdolnościami do walki. Wykorzystuje je przeciwko władzy, która próbuje ją kontrolować.
Reż.: Robert Rodriguez Wyst.: Christoph Waltz
USA 2019 HD **165 min ▶ do godz. 22.40**



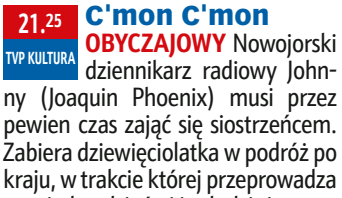
21.25 TVP KULTURA
C'mon C'mon
OBYCZAJOWY Nowojorski dziennikarz radiowy Johnny (Joaquin Phoenix) musi przez pewien czas zająć się siostrzeńcem. Zabiera dziewięciolatka w podróż po kraju, w trakcie której przeprowadza wywiady z dziećmi i młodzieżą.
Reż.: Mike Mills Wyst.: Gaby Hoffmann
USA 2021 HD **120 min ▶ do godz. 23.25**



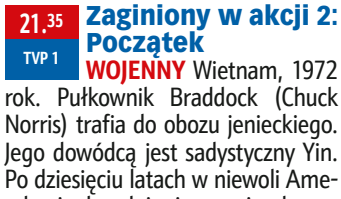
21.35 TVP 1
Zaginiony w akcji 2: Początek
WOJENNY Wietnam, 1972 rok. Pułkownik Braddock (Chuck Norris) trafia do obozu jenieckiego. Jego dowódcą jest sadystyczny Yin. Po dziesięciu latach w niewoli Amerykanin decyduje się na ucieczkę.
Reż.: Lance Hool Wyst.: Soon-Tek Oh
USA 1985 HD **100 min ▶ do godz. 23.15**



22.00 TV PULS
Angielska robota
SENSACYJNY Rok 1971, Londyn. Terry Leather (Jason Statham) ma kłopoty finansowe. Znajoma proponuje mu zorganizowanie napadu na bank. W ręce złodziei wpadają zdjęcia, które mogą zapewnić im nietykalność.
Reż.: Roger Donaldson Wyst.: Saffron Burrows
Wlk. Bryt. 2008 HD **135 min ▶ do godz. 0.15**



22.40 POLSAT
Dziedzictwo Bourne'a
SENSACYJNY Byer dowodzi grupą mającą zatrzeć ślady dotyczące projektu Outcome. Musi zlikwidować byłego uczestnika programu, Crossa (Jeremy Renner). Ściganemu agentowi pomaga lekarka.
Reż.: Tony Gilroy Wyst.: Rachel Weisz
USA 2012 HD **160 min ▶ do godz. 1.20**



23.05 TV 4
Klucz do wieczności
THRILLER Umierający miliarder Hale (Ben Kingsley) poddaje się zabiegowi przeniesienia świadomości do ciała młodego mężczyzny (Ryan Reynolds). Zaczynają nawiedzać go niepokojące wizje.
Reż.: Tarsem Singh Wyst.: Natalie Martinez
USA 2015 HD **145 min ▶ do godz. 1.30**

Oznaczenia: P! Premiera w TV HD Program także w standardzie HD
Strona użytkownika 7891739

→ sport



15.20 TVP 1
Tour de Pologne
KOLARSTWO LIVE
Przed Jhonatanem Narvaezem i jego kolegami po fachu drugi etap o długości 151 km z Międzyzdrojów do Szczecina. Trasa jest pozbawiona większych wzniesień, co sprawia, że o zwycięstwo powinni walczyć sprinterzy. HD 90 min ► do godz. 16.50



16.45 EUROSPORT 1
Tour de France
KOLARSTWO LIVE
Jazda indywidualna na czas wraca do programu żeńskiego TdF po roku przerwy. W ramach czwartego etapu kolarki, np. Elisa Longo Borghini, pokonają 21-kilometrowy odcinek z metą w Dijon. HD 105 min ► do godz. 18.30



17.00 C+ SPORT 2
Turniej WTA w Toronto
TENIS LIVE
Wszystko wskazuje na to, że Maja Chwalińska właśnie w Kanadzie zaliczy pierwszy występ po urazie, jakiego nabawiła się podczas Wimbledonu. Jej forma pozostaje niewiadomą. HD 90 min ► do godz. 18.30



19.25 TVP SPORT
Mistrzostwa Europy – Paryż
SKOKI DO WODY LIVE
Czwartego dnia ME o medale zawalczą pływacy specjalizujący się w skokach synchronicznych z wieży 10-metrowej oraz zawodniczki skaczące z trampoliny 3-metrowej. HD 90 min ► do godz. 20.55

→ rozrywka



15.55 POLSAT
Milionerzy
TELETURNIEJ
Wyłonieni w castingu uczestnicy mierzą się z pytaniami z różnych dziedzin – od sportu po politykę. W przypadku wątpliwości mają do dyspozycji trzy z czterech kół ratunkowych. Mogą np. poprosić o pomoc prowadzącego Huberta Urbańskiego. HD 40 min ► do godz. 16.35



20.50 TVN STYLE
Jestem z Polski
PODRÓŻE
Iwona od 17 lat mieszka we włoskim mieście Fabriano. W tej urokliwej miejscowości w średniowieczu powstała pierwsza w Europie papiernia. Tylko tutaj można spróbować włoskiej wersji słynnego polskiego trunku. HD 60 min ► do godz. 21.50



20.55 TVP 2
Postaw na milion
TELETURNIEJ
Łukasz Nowicki zaprasza do gry dwoje uczestników. Na wstępie dostają oni milion złotych. Jeśli chcą zabrać pieniądze do domu, muszą poprawnie odpowiedzieć na osiem pytań. Nagroda wydaje się w zasięgu ręki. HD 55 min ► do godz. 21.50

→ dokument



21.40 C+ PREMIUM
Co ukrywa Elon Musk?
REPORTAŻ
Dokumentaliści odsłaniają prawdę o dramatach związanych z produkcją autonomicznych aut. Współpracownicy, sygnaliści i rodziny ofiar przerywają milczenie. HD 95 min ► do godz. 23.15

Zamów najbliższe wydania swojego ulubionego tytułu!



Oferta PRENUMERATY

Od teraz możesz kupić **to&owoTV** dla siebie i swoich bliskich bez wychodzenia z domu.
5 wydań za 21,45 zł lub 26 wydań za 111,54 zł

Możesz także zamówić **e-wydanie** na www.czytelnia.pl
– to wygodny i szybki dostęp do najlepszych treści na Twoim smartfonie, tablecie czy komputerze.



Aby zamówić kolejne wydania **to&owoTV**:
→ przez internet: wejdź na **www.czytelnia.pl**
→ telefonicznie (w godz. 8.00 – 17.00):
zadzwoń pod numer:
67 210 86 05, 67 354 16 05
prenumerata@bauer.pl

* Najdogodniejszą formą składania zamówień jest nasz sklep www.czytelnia.pl
* Szacowany czas dostawy: 4 dni od daty ukazania się w kiosku.
* Wysyłka za pośrednictwem Poczty Polskiej listami ekonomicznymi, na terenie Polski. W przypadku wysyłki poza granice kraju do cen prenumeraty doliczamy opłatę pocztową zgodną z aktualnym cennikiem Poczty Polskiej.

eprasa.pl dec786d728

TVP 1 HD DVB T2

5.00 **Splątane losy** (14) – serial obyczajowy, Turcja 2024
5.50 **Akacjowa 38** (909) – telenowela, Hiszpania 2018
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
7.30 **Kościół z bliska** – mag. religijny
8.00 **Serwis Info** – program inform.
8.15 **Chłopi** (1): Boryna – serial obyczajowy, Polska 1972, wyk. Emilia Krakowska, Krystyna Królówna, Władysław Hańcza
9.15 **Ranczo 8** (99) – obycz., Pol. 2014
10.05 **Komisarz Alex 23** (284): Sekrety – serial kryminalny, Polska 2025
11.00 **Ojciec Mateusz 17** (222)
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: Włochy – ostatnie dzikie zakątki** (1)
14.00 **Splątane losy** (15)
15.00 **Serwis Info** – program inform.
15.15 **Kolarstwo:** Tour de Pologne – studio
LIVE
15.20 **Kolarstwo:** Tour de Pologne – 2. etap: Międzyzdroje – Szczecin
LIVE
16.50 **Kolarstwo:** Tour de Pologne – studio
LIVE
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
18.05 **Reporterzy** – mag. reporterów
18.25 **Akacjowa 38** (926) – telenowela, Hiszpania 2018
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
20.10 **Sport, pogoda**
20.30 **07 zgłoś się** (8) – serial kryminalny, Polska 1978

TVP 2 HD DVB T2

4.35 **Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2024
5.35 **M jak miłość** (1808) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 **Wnuczka Anisy. Śladami starowierów** – reportaż, Polska 2026
6.55 **Barwy szczęścia** (3368) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.30 **Rodzinka.pl** (60, 61): Gwiazda rocka; Biznes is biznes – serial komediowy, Polska 2012
12.35 **Koło fortuny** (1916) – teleturniej
13.15 **Panna młoda** (161) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 **Va banque** (1030) – teleturniej
14.35 **Na sygnale** (890): Czytajcie ulotki – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (447) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
16.00 **Koło fortuny** (1917) – teleturniej
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (162) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 **Va banque** (1031) – teleturniej
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
19.25 **Barwy szczęścia** (3368) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.05 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (32) – teleturniej
20.35 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (32) – teleturniej
20.55 **Postaw na milion** – teleturniej

POLSAT HD DVB T2

4.50 **Disco Gramy**
5.40 **Telezakupy TV Okazje**
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
9.15 **Malanowski i partnerzy** (370, 371): Zobowiązania małżeńskie; Przypadkowe zdjęcie – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
10.20 **Trudne sprawy** (1290) – serial paradokumentalny, Polska 2024
Lech został porzucony przed ślubem przez Helenę. Nie załamał się dzięki wsparciu sąsiadki, Zofii. Po roku od bolesnych wydarzeń zakochał się w Natalii. Jego spokój burzy tajemniczy telefon.
11.20 **Gliniarze** (907, 908) – serial paradokumentalny, Polska 2024
13.25 **Dlaczego ja?** (1536, 1537): Chłopiec z psem; Stara miłość – paradok., Polska 2026
Barbara przez skargi sąsiadów musi oddać psa. Poznaje kynologa Adama. Zakochują się w sobie, planują ślub i adopcję chłopca. Sprawy się komplikują.
15.30 **Wydarzenia, pogoda**
15.55 **Milionerzy** – teleturniej
16.35 **Gliniarze** (1105, 1106) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Zamaskowany sprawca napada na jubilera. Na miejscu zdarzenia zabezpieczono portfel policjanta. Mężczyzna zostaje zatrzymany. Natalia i Kuba podejrzewają, że ktoś wrabia ich kolegę po fachu.
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** (1719) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 **Kuchenne rewolucje** (2): Szczecin – Cafe Elegancko – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Doradca smaku** (18) – magazyn kulinarny
11.25 **Kuchenne rewolucje** (1): Bartoszyce – Gościnna/Piwem Podlane – program rozrywkowy
12.35 **Ukryta prawda** (1511, 1512, 1742) – serial paradok., Polska
15.45 **Detektywi** (131) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
Piętnastoletnia córka klientów detektywów odebrała sobie życie, przedawkowując leki antydepresyjne. Śledczy znajdują dowody podważające tezę o samobójstwie.
16.50 **Szpital św. Anny** (82) – serial obyczajowy, Polska 2026
17.55 **Młode gliny** (39) – serial kryminalny, Polska 2026
Nurkowie wyławiają z rzeki walizkę z poćwiartowanym ciałem kobiety. Monika i Agata rozpoczynają śledztwo, a Laura ustala, że ofiara niedawno przeszła operację plastyczną.
19.00 **Fakty, sport**
19.40 **Kroniki Tour de Pologne** (2) – magazyn sportowy
19.45 **Pogoda**
19.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów
20.15 **Na Wspólnej** (4257) – serial obyczajowy, Polska 2026
player

20

DRAMAT WOJENNY



21.35 Zaginiony w akcji 2: Początek – USA 1985, 100 min
FILM

Wietnam, 1972 rok. Pułkownik Braddock wraz z kilkoma towarzyszami trafia do obozu jenieckiego, którego dowódcą jest sadystyczny Yin. Rząd amerykański uznaje ich za zaginionych. Po dziesięciu latach Braddock podejmuje próbę ucieczki z niewoli. Czeka go nierówna walka z oprawcami.

23.15 **Tour de Pologne – kroniki** – cykl felietonów
23.25 **Dzieci w niewoli lajków** – film dokumentalny, Francja 2024
0.35 **Fighter** – dramat biograficzny, USA 2010, reż. David O. Russell, wyk. Mark Wahlberg, Christian Bale, Amy Adams, Melissa Leo, Mickey O'Keefe, 125 min
FILM
2.40 **Powstanie zwykłych ludzi** – film dokumentalny, Polska 2004
3.40 **Wykrywacz kłamstw** – program publicystyczny
4.00 **Pytanie dnia** – program publicystyczny
4.20 **Reporterzy** – magazyn reporterów
4.30 **Oko na świat** – magazyn
4.50 **Zakończenie**

FAB.-DOKUM.

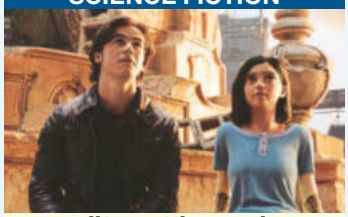


21.50 **Na sygnale** (887, 888): Porwanie rodzicielskie; Wszystko z miłości – Polska 2026

Sonia i Róża pomagają pacjentowi z podejrzeniem odrzutu przeszczepu płuc. Po dyżurze druga z ratowniczek odnawia kontakt z Leonem, który zaprosił ją niedawno na randkę. Benio ostrzega ją przed podjęciem zbyt pochopnej decyzji. Wiktor wspiera śledztwo w sprawie Miłosza i Śmieszka. Zdzisio mówi Arturowi o planowanej wizycie telewizji w domu.

22.55 **Berlin Ku'damm 59** (9) – serial obyczajowy, Niemcy 2018
23.50 **PitBull 2** (17) – serial sensacyjny, Polska 2007
0.50 **Karol, władca Hiszpanii** (16) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015
1.50 **Nasz dom w górach** (23): Ramię w ramię, część 1 – serial obyczajowy, Niemcy 2024
2.45 **Bez maski** (1/2) – film dokumentalny, Wielka Brytania 2021
3.45 **Rodzinka.pl** – serial komediowy, Polska 2025
4.15 **Zakończenie**

SCIENCE FICTION

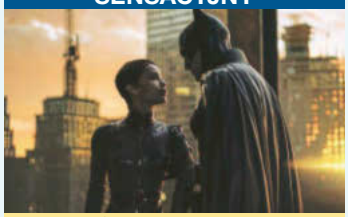


19.55 Alita: Battle Angel – USA 2019, 165 min
FILM

Mija 300 lat od zakończenia konfliktu zbrojnego, który doprowadził do zniszczenia Ziemi. W nowej rzeczywistości rządy sprawują najsilniejsi. Pewnego dnia ze śpiączki budzi się cyborg Alita. Odkrywa, że jest uzdolnioną wojowniczką. Musi wykorzystać swoje umiejętności w konfrontacji z władzą.

22.40 **Dziedzictwo Bourne'a** – film sensacyjny, USA 2012, reż. Tony Gilroy, wyk. Jeremy Renner, Scott Glenn, Stacy Keach, Edward Norton, 160 min
FILM
Kontynuacja cyklu zapoczątkowanego przez powieść Roberta Ludluma. Agent Cross brał udział w tajnym projekcie. Teraz ma zostać zlikwidowany. Tropią go wyszkoleni zabójcy. Zbieg zyskuje sojuszniczkę.
1.20 **Split** – thriller, Japonia/USA 2016, reż. M. Night Shyamalan, wyk. James McAvoy, Anya Taylor-Joy, Betty Buckley, Haley Lu Richardson, 160 min
FILM
4.00 **Ewa gotuje** (563) – magazyn kulinarny

SENSACYJNY



20.50 Batman – USA 2022, 215 min
FILM

HIT DNIA

Człowiek Zagadka zaczyna mordować członków elity Gotham City. Pozostawia Batmanowi zaszyfrowane wiadomości. Zamaskowany mściciel podejmuje walkę. Niebawem odkrywa, jak wiele na sumieniu mają ci, których broni.

0.25 **Kuba Wojewódzki** (7) – talk-show
Gośćmi wydania są Maciej Sekulski, Ignacy Liss, Piotr Stramowski oraz Tomasz Oświeciński.
1.45 **Kod dostępu** – film sensacyjny, USA 2001, reż. Dominic Sena, wyk. John Travolta, Halle Berry, Hugh Jackman, Sam Shepard, 120 min
FILM
Shear zamierza okraść nielegalny fundusz rządowej agencji. Potrzebuje do tego pomocy genialnego hakera, Jobsona.
3.45 **Uwaga!** – magazyn reporterów
4.00 **Detektywi** (130) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
5.00 **Recepta na stary dom 4** (3) – program rozrywkowy

eprasa.pl dec786d728
P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB T2

5.20 **Ten moment** (12) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 **Szkoła** (845-847) – serial paradokumentalny, Polska 2020
8.45 **Ukryta prawda** (1355, 1479, 1480) – paradok., Polska
11.50 **W-11 – Wydział Śledczy** (1150-1152) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2014
13.55 **Kryminalni 2** (9): Pułapka – serial kryminalny, Polska 2005
15.00 **Szpital** (816, 817) – serial paradokumentalny, Polska 2018
17.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (523): Już Cię nie kocham, synku – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
Adrian miał poparzyć żelazkiem twarz adopcyjnej matki, a następnie uderzyć nim ją w głowę. Utrzymuje, że się bronił, ponieważ groziła mu nożem. Przez lata znęcała się nad nim.
18.00 **SOS Ekipy w akcji** (35) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Funkcjonariusze interweniują w sprawie bójki między dwoma studentami. Przyjmują też zgłoszenie od kobiety, która oskarża o kradzież opiekunkę swojego syna. Odkrywają dramatyczne podłoże konfliktu.
19.00 **Ukryta prawda** (1546) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Monika spotyka się z Krystianem. Nigdy nie była w jego mieszkaniu. Nabiera podejrzeń, że ma on żonę. Za radą przyjaciółki postanawia go śledzić.

TV PULS HD DVB T2

6.00 **Policjanci z Miami 3** (23, 24): Wszyscy robią w show-biznesie; Bohaterowie rewolucji – serial kryminalny, USA 1987
8.00 **Kobra – oddział specjalny** (16, 17): Autohaker; Niewidomy świadek – serial sensacyjny, Niemcy 2017
10.00 **Maria z przedmieścia** (89, 90) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 **Nie igraj z aniołem** (131) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
Estefania przyznaje się do próby zabicia Marichuy. Dodaje, że Isabela była jej wspólniczką. Blanca żegna się z Juanem Miguelem. Nagle na lotnisku pojawia się Omar i wyznaje jej miłość.
13.00 **Wspaniałe stulecie** (65) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 **Kurierzy 2** (50) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 11** (572, 573) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 **Kurierzy 2** (51) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Anonimowy wielbiciel przesyła Alicji w czerwonych kopertach dowody miłości. Dorota dostarcza jej jeden z takich prezentów. Jest nim zaproszenie do teatru.
18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (988, 989) – serial obyczajowy, Polska 2026
Joanna, samotna matka Jasia i Niny, mieszka z rodziną w trudnych warunkach. Opieka społeczna rozważa odebranie dzieci. Jaś zatrudnia fachowca, który znika z zaliczką.

PULS 2 HD DVB T2

5.50 **Ale numer! 22** (3) – program rozrywkowy
6.20 **Cosie-Ktosie** (27-29) – serial animowany, Francja 2022
6.45 **SamSam: Kosmiczne przygody** (17) – serial anim., Fr./Belgia 2023
7.00 **Blaze i megamaszyny 6** (24) – serial animowany, USA 2020
7.30 **Psi Patrol 2** (16) – serial animowany, USA/Kanada 2014
7.50 **Dora** (8) – anim., Kan./USA 2024
8.30 **Wielkie przygody małego rekina 2** (3): Sekretne hasło/Wesoły poniedziałek – serial dla dzieci, USA/Korea Południowa 2023
8.50 **Masza i Niedźwiedź 6** (5-7) – serial animowany, Rosja
9.25 **Świnka Peppa** (1-3) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
9.45 **Bing** (45, 46) – serial animowany
10.00 **Jeżyk i Przyjaciele** (4, 3) – serial animowany, Polska 2023
10.35 **Spidey i superkumple 2** (34, 33) – serial anim., USA 2022
11.35 **Gus. Mały – wielki rycerz** (31, 32) – serial anim., Fr. 2021
12.00 **Psi Patrol** (13) – serial anim.
12.35 **Marta mówi** (34) – serial anim.
13.00 **Smerfy** (1, 2) – serial anim., Bel.
14.00 **Baranek Shaun 4** (16-18) – serial anim., Wielka Brytania
14.35 **My Little Pony: Przyjaźń to magia** (7) – anim., USA/Kan. 2011
15.00 **Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2** (44, 45) – anim., Fr./Jap./Korea Południowa 2017
16.00 **Fineasz i Ferb 2** (28, 29) – serial animowany, USA 2007-2011
17.00 **Smerfy** (3, 4) – serial anim., Bel.

NETFLIX



OPONIARZE 2

Will dostał w spadku po ojcu sieć podupadających warsztatów samochodowych. Robi wszystko, aby uratować rodzinny biznes. Opracowuje kolejne strategie marketingowe w celu przyciągnięcia klientów i wyeliminowania konkurencji. Sprawy komplikuje jego kuzyn, Shane (Shane Gillis).

►serial kom. (6 odc.), USA 2024



MINISTRANCI

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

►komediodramat, Polska 2025



CZŁOWIEK W OGNIU

Serial inspirowany cyklem powieści A.J. Quinnella. John Creasy (Yahya Abdul-Mateen), były elitarny najemnik, niegdyś potrafił przetrwać w najtrudniejszych warunkach. Obecnie próbuje uporać z przeszłością. Szukając odkupienia, ponownie zostaje wciągnięty do świata pełnego przemocy.

►serial sens. (7 odc.), USA 2026

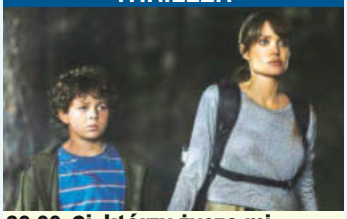


MANGO

Kierowniczka hotelu, Larke (Josephine Park), jedzie wraz z córką do Malagi, gdzie ma zaplanować luksusowy obiekt na farmie mango. Właściciel, Alex (Dar Salim), nie chce sprzedać ziemi, z którą wiąże się jego tragiczna przeszłość. Między doświadczonymi życiowo ludźmi zaczyna się rodzić uczucie.

►dram. obycz., Dania 2025; 113 min

THRILLER



20.00 **Ci, którzy życzą mi śmierci** – Kanada/USA 2021, 135 min
FILM

Hannah pracuje w straży pożarnej. Z wieży obserwacyjnej zauważa zakrwawionego chłopca, Connora. Jego ojciec zginął z rąk złoczyńców. Przestępcy odnajdują kryjówkę ocalałego dziecka. Hannah ucieka z nim przez las. Jeden z bandytów wznieca pożar.

22.15 **Annabelle wraca do domu** – horror, USA 2019, reż. Gary Dauberman, wyk. Vera Farmiga, Patrick Wilson, 135 min
FILM
Demonolodzy Ed i Lorraine Warrenowie muszą ocalić córkę, której zagrażają złowrogie siły. Dziewczynka staje się celem demonicznej lalki Annabelle.
0.30 **300** – dramat historyczny, USA 2006, reż. Zack Snyder, wyk. Gerard Butler, Lena Headey, Rodrigo Santoro, 145 min
FILM
2.55 **Zgłoś remont 11** (9) – program rozrywkowy
3.50 **Fachowcy 2** (12) – serial paradokumentalny, Polska 2018
4.30 **Dorota was urządzi!** (11) – program rozrywkowy

SENSACYJNY

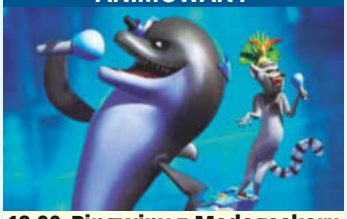


20.00 **Wtorki z Frankiem Grillo: Poziom mistrza** – USA 2020, 120 min
FILM

Roy Pulver był agentem sił specjalnych. Uwięziony w pętli czasu, odkrywa, że jest częścią tajnego rządowego eksperymentu. Postanawia wyrwać się z matni. Aby to jednak zrobić, musi dopaść pułkownika Ventora.

22.00 **Angielska robota** – film sensacyjny, Wielka Brytania/USA 2008, reż. Roger Donaldson, wyk. Jason Statham, Saffron Burrows, Stephen Campbell Moore, Daniel Mays, 135 min
FILM
Właściciel podupadającego warsztatu samochodowego, Terry Leather, ma kłopoty finansowe. Znajoma proponuje mu udział w napadzie na bank.
0.15 **Babylon A.D.** – film s.f., USA/Francja/Wielka Brytania 2008, reż. Mathieu Kassovitz, wyk. Vin Diesel, Michelle Yeoh, Gérard Depardieu, 130 min
FILM
2.25 **Dzielnica strachu 10** (447): Zwyczajny wypadek – serial kryminalny, Polska 2025-2026
3.20 **Zobacz to!** – pr. powtórkowe

ANIMOWANY



18.00 **Pingwiny z Madagaskaru** (17, 18) – USA

Największy wróg pingwinów, złowrogi doktor Bulgot, chce przejąć władzę nad światem. Porywa Króla Juliana. Nieustraszone nieloty ze Skipperem na czele próbują pokrzyżować delfinowi plany zniszczenia planety.

19.00 **Kacze opowieści** (23, 24) – serial animowany, USA 1987
20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (976) – serial obyczajowy, Polska 2026
21.00 **Dzielnica strachu 10** (458, 459) – serial krym., Polska 2025-2026
23.00 **Bez wyjścia** – horror, USA 2022, reż. Damien Power, wyk. Dale Dickey, Dennis Haysbert, Havana Rose Liu, Danny Ramirez, 120 min
FILM
1.00 **Dzielnica strachu 10** (454) – serial krym., Polska 2025-2026
2.00 **Lombard. Życie pod zastaw 12** (659) – serial obyczajowy, Polska 2023
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 5** (225, 226) – obycz., Polska 2019
5.00 **Lombard. Życie pod zastaw 10** (523) – serial obyczajowy, Polska 2022

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.30 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (13) – serial kryminalny, USA 2012
7.15 **Ostry dyżur 2** (13, 14) – serial obyczajowy
9.10 **Castle 4** (15, 16) – serial kryminalny
11.10 **MacGyver 4** (13) – serial akcji, USA 2020
12.10 **MacGyver 5** (1) – serial akcji, USA
13.10 **Dowody zbrodni 2** (18, 19) – serial krym.
15.10 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (14, 15) – serial kryminalny
17.10 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5** (13, 14) – serial krym.
19.10 **Castle 4** (17, 18) – serial kryminalny

TVP SERIALE HD

5.35 **Rodzinka.pl** (121) – serial kom., Pol. 2013
6.05 **Na sygnale** (503, 504) – serial fab.-dokum.
7.15 **Ojciec Mateusz 4** (53) – krym., Pol. 2010
8.15 **Komisarz Alex 4** (42) – serial krym., Polska
9.10 **Rodzinka.pl** (122) – telen.
9.45 **Klan** (1469) – telen.
10.15 **Ranczo 10** (120, 121)
11.55 **Komisarz Alex 4** (43)
12.45 **Ojciec Mateusz 31** (403-405) – krym., Pol.
15.35 **Komisarz Alex 4** (44) – serial krym., Polska
16.30 **Na sygnale** (505, 506) – serial fab.-dokum.
17.40 **Ranczo 10** (122, 123) – serial obycz., Polska
19.35 **Ojciec Mateusz 31** (406) – krym., Pol. 2024

TVP KULTURA DVB T2

11.50 **Pan Olbrychski** – film dok., Pol. 2025
12.55 **Dziki Zachód**
FILM **Calamity Jane** – film animowany, Francja/Dania 2020, 95 min
14.30 **Kosmos 1999** (18)
15.35 **Dzień czwarty**
FILM – dramat wojenny, Polska 1984, 90 min
17.05 **Niewiarygodne przygody Marka Piegusa** (5, 6) – przyg.
18.20 **Poszukiwacze zaginionych dzieł sztuki** (10) – dok.
18.55 **Rawhide** (22) – przyg.
20.00 **Teatr Telewizji. Kobra: Osiem kobiet** – spektakl teatralny, Polska 1970, reż. Jan Kulczyński

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 2** (10) – serial dok., Pol. 2018
7.00 **Ciotka Hitlera**
FILM – dramat wojenny, Polska 2021, 110 min
8.50 **The Office PL** (3, 4) – kom., Pol. 2021-2022
10.00 **Grantchester 10** (1, 2) – krym., Wlk. Bryt.
12.05 **Vera 11** (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
14.00 **Sny o miłości**
FILM – komediodramat, Norwegia 2024, reż. Dag Johan Haugerud, 135 min
16.15 **Konie Valdeza**
FILM – western, Francja/Hiszpania/Włochy 1973, 120 min
18.15 **Vera 11** (2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

CANAL+ PREMIUM HD

10.05 **Ida** – dramat obyczajowy, Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min
11.25 **Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu**
FILM – film fantasy, Australia/USA 2009, 130 min
13.35 **Chopin, Chopin!**
FILM – dramat biograficzny, Polska 2025, 130 min
15.45 **Czy AI zabija internet?** – film dokum., Niemcy 2025
16.40 **Kawałek po kawałku**
FILM – film animowany, USA/Dania 2024, 100 min
18.20 **Łapu capu** – pr. rozr.
18.25 **Thelma** – komedia, Szwajcaria/USA 2024, 95 min

HBO HD

7.45 **Wielka mała koza**
FILM – anim., USA/Brazylia/Japonia 2026, 100 min
9.25 **Hobbit: Niezwykła podróż**
FILM – film fantasy, USA/Nowa Zelandia 2012, 165 min
12.10 **Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13** (18)
12.55 **Księga życia** – anim.,
FILM USA 2014, 95 min
14.30 **Eddie zwany Orłem**
FILM – film biograficzny, Wielka Brytania/Niem./USA 2016, 105 min
16.15 **Bliżej** – dramat obycz.,
FILM USA 2004, 105 min
18.00 **Alita: Battle Angel**
FILM – film s.f., USA 2019, 120 min
20.00 **The Pitt 2** (3) – obycz.

20

KRYMINALNY



21.05 **Rekrut 5** (2) – USA 2022-2023

John zbliża się do osiągnięcia stanowiska instruktora. Lucy zakończyła sukcesem tajną akcję. Dzięki temu dostaje zaproszenie na specjalistyczny trening w Sacramento.

22.05 **Rekrut: FBI** (2)
23.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5** (13, 14) – serial krym.
0.45 **Castle 4** (17, 18)
2.45 **Rekrut 5** (2) – krym.
3.40 **Rekrut: FBI** (2)
4.35 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4** (7) – krym., USA/Kan.

KRYMINALNY



20.30 **Ojciec Mateusz 4** (54) – Polska 2010

W trakcie wycieczki mdleje córka Nocula. W szpitalu policjant zwraca uwagę na jednego z pielęgniarzy, byłego więźnia Pluskwę. Niebawem w tym samym ośrodku zostaje zamordowany lekarz.

21.30 **Ranczo 10** (124, 125)
23.20 **Ojciec Mateusz 31** (407) – krym., Pol. 2024
0.20 **Prokurator** (2)
1.20 **Dom pod Dwoma Orłami** (1, 2) – obycz.
3.20 **Stulecie Winnych 2** (24) – obycz., Pol. 2020
4.10 **Klan** (1469) – telen.

DRAMAT OBYCZAJOWY



21.25 **Kino bez granic: C'mon C'mon**
FILM – USA 2021, 120 min

Nowojorski dziennikarz radiowy Johnny jest zmuszony zająć się swoim siostrzeńcem. Podczas wspólnej podróży nawiązuje się między nimi bliska więź.

23.25 **Kod Hanekego** – film dokum., Francja 2021
0.35 **Basen** – dramat
FILM kryminalny, Francja/Włochy 1969, 135 min
2.50 **Kulturalni** (29) – magazyn kulturalny
3.45 **Podróże z historią** (16) – serial dokum.

KOMEDIODRAMAT



20.10 **W trójkącie**
FILM – Szwecja/Fr./Wielka Brytania 2022, 170 min

Wskutek sztormu pasażerowie i personel luksusowego jachtu trafiają na bezludną wyspę. Pieniądze i pozycja społeczna tracą znaczenie. Zaczyna się walka o życie.

23.00 **Plan ucieczki**
FILM – thriller, USA 2013, reż. Mikael Hafström, 140 min
1.20 **Sharon Stone. Instynkt przetrwania** – dok., Hiszp./Fr./USA 2024
2.30 **Klangor** (1) – krym.

KOMEDIODRAMAT



20.00 **P!** **Cudowne życie** – Fr./Kanada 2025, 100 min
FILM

Esther Perez nie przyjmuje do wiadomości, że jej najmłodszy syn jest skazany na niepełnosprawność. Walczy o to, by mógł chodzić i wieść satysfakcjonujące życie.

21.40 **Co ukrywa Elon Musk?** – film dokum., Niemcy 2025
23.15 **Herosi wojny**
FILM – thriller, USA 2024, reż. John Swab, wyk. Frank Grillo, 105 min
1.00 **Rytuał** – horror, USA
FILM 2025, reż. David Midell, wyk. Al Pacino, 95 min

KOSTIUMOWY



20.45 **Ta inna siostra Bennet** (7) – Wlk. Bryt.

Zaskoczona Mary rozważa niedawną propozycję pana Rydera. Musi zdecydować, czym dla niej jest szczęście.

21.15 **Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem** (6) – serial kom., USA
21.50 **G20** – film sensacyjny,
FILM USA 2025, wyk. Viola Davis, 105 min
23.35 **Mroczny fajter**
FILM – film sensacyjny, USA 2023, 115 min
1.30 **W dzikim galopie**
FILM – dramat obyczajowy, USA 2024, 120 min

AXN WHITE

8.15 **Szpital nadziei 5** (8)
9.15 **Miłość nad rozlewiskiem** (1, 2)
11.25 **Agenci NCIS 11** (18-20)
14.20 **Szpital nadziei 5** (9)
15.15 **Zagadkowe święta**
FILM – dramat obyczajowy, USA 2022, 115 min
17.10 **Miłość w pakiecie**
FILM **na święta** – kom. romant., Wlk. Bryt. 2023, 115 min
19.05 **Szpital świętej Marii** (3)
20.00 **Dowody zbrodni 3** (22, 23) – serial kryminalny
22.05 **Rekrut 2** (2) – serial krym.
23.00 **Agenci NCIS 11** (18-20)
1.40 **Dowody zbrodni 3** (22, 23) – serial kryminalny

WARNER TV

8.30 **Bajer z Bel-Air 6** (17, 18)
9.30 **Prawo Agaty 4** (6)
10.30 **Pełniejsza chata 2** (8, 9)
11.35 **Teraz albo nigdy! 3** (1, 2)
13.35 **Bajer z Bel-Air 6** (17-20)
15.35 **Pełniejsza chata 2** (8-11)
17.55 **Willy Wonka i fabryka**
FILM **czekolady** – film familijny, USA 1971, reż. Mel Stuart, wyk. Gene Wilder, 125 min
20.00 **Zabójcza broń** – film
FILM sensacyjny, 1987, 130 min
22.10 **Bez smyczy** – komedia,
FILM USA 2011, 125 min
0.15 **Rzeka tajemnic** – dramat
FILM sensacyjny, USA, 50 min
1.05 **Zaklęci w czasie** – dram.
FILM s.f., USA 2009, 110 min

CANAL+ FILM HD

6.00 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
6.05 **Królowa chmur** – film
FILM obycz., Polska 2003, 75 min
7.20 **Heidi ratuje rysia** – film
FILM animowany, 2025, 80 min
8.40 **Mikołaj i ekipa** – anim.,
FILM Hiszpania/Kan. 2024, 90 min
10.10 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
10.15 **Pan Tadeusz** – kostium.,
FILM Pol./Francja 1999, 150 min
12.45 **Mamma Mia! Here We**
FILM **Go Again** – komedia muzyczna, 2018, 110 min
14.35 **Zgred** – dramat obycz.,
FILM Polska 2025, 85 min
16.00 **Premierowa jazda** – mag.
16.15 **Kopnięci w czasie**
FILM – komedia, Francja/Belgia 2025, 100 min
17.55 **Jason Bourne** – thriller,
FILM USA 2016, reż. Paul Greengrass, wyk. Matt Damon, Tommy Lee Jones, Alicia Vikander, 120 min
19.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Kuracja** – czarna
FILM komedia, USA 2024, reż. Max Minghella, 100 min
21.40 **8. mila** – dramat obycz.,
FILM USA/Niemcy 2002, 110 min
23.30 **Kill Bill: Vol. 2** – film
FILM sensacyjny, 2004, 135 min
1.45 **Wyrwa** – thriller, Polska
FILM 2023, 95 min
3.20 **Wspaniałe kilka minut** – film krótkometraż., Pol.
3.55 **Franz Kafka** – dramat
FILM biograficzny, 2025, 125 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Naruto 3** (21-23) – serial anime, Japonia 2003-2004
11.20 **13 posterunek 2** (16-18) – serial kom., Polska 2000
13.05 **Chwile szczęścia** (6) – dok., Polska 2019
14.05 **Łapu capu** – pr. rozr.
14.30 **Naruto 3** (24-26) – serial anime, Japonia 2003-2004
16.00 **Łapu capu Extra** (7) – program rozrywkowy
16.35 **Planeta Singli. Osiem historii** (3, 4) – serial komediowy, Polska 2021
18.25 **Prost** (1-3) – serial dok., Francja 2024
20.00 **Kontyngent** (1, 2) – serial wojenny, Szwecja 2025

Rok 1993. Szwedzkie oddziały przybywają do obozu położonego w północnej Bośni. Żołnierz Mikael Forss i jego ekipa muszą udrożnić kanalizację.

21.30 **Świeżak** – film krótkometr., Polska 2024
22.00 **Koniec lata** (3) – serial kryminalny, Szwecja 2023
23.00 **Premiera: Spartakus: Bogowie areny** (5) – serial historyczny, USA 2011
0.00 **Czarne stokrotki** (1, 2) – serial krym., Polska 2024
2.05 **Kiedy ślub?** (3, 4) – serial komediowy, Polska 2024
3.55 **Belfer 2** (3, 4) – serial kryminalny, Polska 2017

CANAL+ 360 HD

7.05 **Lotnisko na Alasce 3** (6)
8.00 **Porzucone konstrukcje** (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
9.00 **Okręty wojenne** (1) – dok.
10.00 **Co poszło nie tak 4** (2)
11.05 **Nieczysta gra: Skandal w biathlonie** (1) – dok.
12.05 **Kolacja z Gavinem Rossdale'em** (1) – dok.
13.00 **Porzucone konstrukcje** (3) – serial dok., Wlk. Bryt.
14.00 **Chwila prawdy** (7) – dok.
15.00 **Okręty wojenne** (2) – dok.
16.00 **Lotnisko na Alasce 3** (7)
17.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata** (1) – serial dok., Niem. 2011
17.55 **Porzucone konstrukcje** (2) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.50 **Chwila prawdy** (6) – dok.
19.50 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata** (2) – serial dok., Niem. 2011
20.50 **Co poszło nie tak 4** (5)
22.00 **Porzucone konstrukcje** (4) – serial dok., Wlk. Bryt.
23.00 **Lotnisko na Alasce 3** (5)
23.55 **Piłkarze na podsłuchu** (2) – serial dok., Polska 2022
1.00 **Misja Afganistan** (2)
2.00 **Twardzielki** (2) – dok., Pol.
2.40 **W rytmie wolności** (1)
3.45 **Zwierzęta Wajraka 3** (4, 5) – serial dok., Pol. 2022
4.55 **Pogotowie remontowe Wieśka 4** (1, 2) – mag.

HBO 2 HD

14.35 **Harry Potter i Komnata**
FILM **Tajemnic** – film przyg., USA/Wielka Brytania/Niemcy 2002, 155 min
17.10 **Marsjanin** – film s.f., USA/
FILM Wielka Brytania/Jordania 2015, reż. Ridley Scott, wyk. Matt Damon, 140 min
19.30 **Batman: Początek** – film
FILM sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2005, 135 min
21.45 **Historia Deweya Coksa**
FILM – komedia muzyczna, USA 2007, 95 min
23.20 **Tokyo Vice** (4) – krym.
0.15 **Przepiękne!**
FILM – komediodramat, Polska 2025, 115 min

AXN BLACK

12.40 **Kobra – oddział specjalny 12** (8) – sens.
13.45 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 5** (3) – serial sens.
14.45 **Drużyna A 3** (19) – sens.
15.50 **Nieustraszony 2** (12)
16.50 **Zagadki z przeszłości 3** (1) – przyg., Fr./Niemcy/Kan.
17.55 **Gwiezdne wrota 6** (16-18) – s.f., USA/Kan. 2003
21.00 **Saga „Zmierzch":**
FILM **Przed świtem. Część 2** – film fantasy, USA 2012, reż. Bill Condon, 135 min
23.15 **John Rambo** – film sens.,
FILM USA/Niemcy 2008, 105 min
1.00 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 5** (3) – serial sens.

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (232-234) – serial paradokumentalny, Polska
9.00 **Co ludzie powiedzą?** (39, 40, 1-4) – serial kom.
13.00 **Kowalscy kontra Kowalscy** (33-36) – obycz.
15.00 **Świat według Kiepskich** (459-462) – kom., Pol. 2015
17.00 **Strażnik Teksasu** (5-8) – serial sensacyjny, USA
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (192-195) – serial krym., USA/Kanada
0.50 **Ślad** (87, 88) – krym., Pol.
2.50 **Święty** (254, 255) – serial komediowy, Polska 2022
4.05 **Strażnik Teksasu** (7, 8) – serial sensacyjny, USA

HBO 3 HD

13.05 **Zabawy z piłką** – kom.,
FILM USA/Niemcy 2004, 90 min
14.35 **Władca Pierścieni: Dwie**
FILM **wieże** – film fantasy, USA/Nowa Zelandia/Niemcy 2002, 175 min
17.30 **Kung Fu Panda 4** – film
FILM animowany, Chiny/USA 2024, 90 min
19.00 **Biały Lotos 2** (7) – kom.
20.15 **Stamtąd** (9) – serial grozy
21.00 **The Pitt 2** (3) – obycz., USA
21.45 **Ta inna siostra Bennet** (7) – kostium., Wlk. Bryt.
22.15 **Jedna bitwa po drugiej**
FILM – thriller, USA 2025, 160 min
0.55 **Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem** (6) – kom.

eprasa.pl dec786d728

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 **Górale** (39-41) – serial dokumentalny, Polska
7.25 **Doktor Martin** (53) – serial obyczajowy
8.30 **Przyjaciółki** (169, 170) – obycz., Pol.
10.25 **Świat według Kiepskich** (26, 27, 117, 118, 172) – serial komediowy, Polska
13.15 **Kung Fu Panda** – film FILM anim., USA/Wielka Brytania 2008, 105 min
15.00 **Hobbit: Niezwykła podróż** – film FILM fantasy, USA/Nowa Zelandia 2012, reż. Peter Jackson, wyk. Ian McKellen, 225 min
18.45 **Policja zastępcza** – komedia sensacyjna, FILM USA 2010, 135 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Tata ma plan** (4, 5) – serial komediowy, USA 2016
7.00 **Dwóch i pół** (2) – serial komediowy, USA 2003
7.25 **Dwóch i pół 9** (3-5) – kom., USA 2011-2012
8.55 **Przyjaciele 2** (7-12) – serial komediowy
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 11** (17-22) – serial komediowy
14.30 **Dwóch i pół 9** (6-9) – kom., USA 2011-2012
16.30 **Przyjaciele 2** (13-18) – serial komediowy, USA 1996
19.30 **Teoria wielkiego podrywu 11** (23, 24) – serial komediowy, USA 2017

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (807) – serial paradokum.
6.00 **Top 100: filmy wszech czasów** (7)
6.30 **Kino Buzz Top 5** (9)
6.40 **Seriaale Top 5** (4)
6.45 **Zakochani po uszy** (127, 128) – telen., Pol.
7.45 **Detektywi** (153-156) – serial fab.-dokum.
9.50 **Prawo Agaty 5** (5)
10.55 **Lekarze** (12) – obycz.
11.55 **Zapukaj do moich drzwi** (30, 31) – telen.
13.55 **Prawo Agaty 5** (4)
14.55 **Detektywi** – fab.-dok.
16.05 **Na Wspólnej** (23, 24) – serial obycz., Polska
17.10 **Motywy filmowe** (3)
17.30 **Kochaj i tańcz** FILM – komedia romant., Polska 2008, 150 min

13 ULICA

6.00 **Knok** (2) – serial krym.
6.50 **Darrow i Darrow** FILM – film kryminalny, USA/Kanada 2017, 115 min
8.45 **Morderstwa w Lotaryngii** FILM – film kryminalny, Francja/Belgia 2019, 120 min
10.45 **Mentalista 4** (11-14) – serial kryminalny
14.25 **Darrow i Darrow: Dowód zbrodni** FILM – film kryminalny, USA 2018, reż. Mel Damski, wyk. Kimberly Williams, 115 min
16.20 **Morderstwa w Rochefort** FILM – film kryminalny, Francja 2019, 120 min
18.20 **Mentalista 4** (15-18) – serial kryminalny

KINO POLSKA

6.50 **Polska Kronika Filmowa** – serial dok.
7.25 **Podróże kapitana Klipera** (10, 11)
7.45 **Bolek i Lolek** (7, 8)
8.10 **Reksio** (1, 3) – anim.
8.30 **Książę**
8.45 **Siedem życzeń** (2)
9.50 **Skradziona** FILM **kolekcja** – komedia krym., 1979, 110 min
11.40 **Ranking najpolskiego kina** (3)
12.30 **Papierowe** FILM **małżeństwo** – kom. obycz., Polska/Wlk. Bryt. 1991, 115 min
14.25 **Ziemia obiecana** FILM – dramat obyczajowy, 1974, 210 min
17.55 **Czterej pancerni i pies** (7, 8) – wojenny

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Kabaretowe hity** (2)
6.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
7.55 **Robert Makłowicz** (207, 129) – mag. kulin.
9.40 **Zagadki kryminalne panny Fisher 2** (12) – serial krym., Australia
10.55 **Górski lekarz 14** (1, 2) – serial obycz.
12.55 **Zagadki kryminalne panny Fisher 2** (13) – serial krym., Australia
14.00 **Zajazd. Będzie się działo** (12, 13)
16.00 **Katastrofy w przestworzach** (1, 8, 5) – serial dokum.
19.00 **Aukcja w ciemno 2** (26) – serial dok., USA
19.35 **Aukcja w ciemno 3** (1) – serial dok., USA

KOMEDIA



21.00 **Wojna żeńsko-męska** FILM – Polska 2011, 150 min

Zakompleksiona Barbara pod wpływem przyjaciół zmienia się w skandalistkę i znawczynię meandrów męskiej natury. Medialny sukces ma jednak swoją cenę...

23.30 **Tylko nie ty** FILM – komedia romantyczna, USA/Australia 2023, reż. Will Gluck, 130 min
1.40 **Fala zbrodni** (91-93) – serial sens., Pol. 2007
4.40 **Na ratunek 112** (888, 889) – paradok.

KOMEDIOWY



20.25 **Teoria wielkiego podrywu 12** (1-4)

Amy i Sheldon spędzają miesiąc miodowy w Nowym Jorku. Leonard i Penny odkrywają, że w mieszkaniu Cooperów ukrywa się przed żoną pan Fowler, ojciec Amy.

22.00 **The Office PL 4** (6, 7)
23.05 **Comedy Club** (6, 7)
0.05 **Miasteczko South Park 4** (15, 16)
1.00 **Pracoholicy 6** (3, 4)
2.00 **Śmieszniej nie będzie 3** (3, 4) – rozr.
3.00 **Miasteczko South Park 4** (11-13)
4.30 **Comedy Club 2** (2-4)

SENSACYJNY



20.00 **Szukając sprawiedliwości** FILM – USA 1991, 130 min

Policjant Gino Felino próbuje walczyć z mafią legalnymi sposobami. Gdy jednak w strzelaninie z gangsterami ginie jego przyjaciel, całkowicie zmienia metody.

22.10 **Bękarty** – komedia FILM przygodowa, USA 2017, 135 min
0.25 **Blade, Wieczny Łowca** FILM – horror, USA 1998, 145 min
2.50 **Dziewczyny z Hollywood** (8)
3.10 **Szkoła** (762)

THRILLER



22.00 **Tożsamość** – USA FILM 2003, 115 min

Dziesięcioro obcych sobie ludzi chroni się przed nawałnicą w odludnym motelu. Są całkowicie odcięci od świata. Wkrótce zaczynają ginąć w dziwnych okolicznościach.

23.55 **Kobra – oddział specjalny** (3) – serial sensacyjny, Niemcy
1.55 **Morderstwa w Rochefort** FILM – film kryminalny, Francja 2019, 120 min
3.55 **Darrow i Darrow** FILM – film kryminalny, USA/Kanada 2017, 130 min

DRAMAT OBYCZAJOWY



20.00 **Słodko-gorzki** FILM – 1996, 115 min

Mateusz próbuje wyjaśnić, dlaczego jego kolega popełnił samobójstwo. Niebawem zakochuje się w nowej uczennicy. Z czasem na jaw wychodzą szokujące fakty.

21.55 **Konsul** – komedia FILM krym., 1989, 125 min
0.00 **Mój dług** – dramat FILM krym., 2021, 130 min
2.10 **Ściema po polsku** FILM – komedia obyczajowa, 2021, 130 min
4.20 **Jesteśmy razem** – film dokum., 2025
5.45 **Instalove**

THRILLER



20.00 **Efekt motyla** FILM – USA 2004, 150 min

Evan zyskuje zdolność cofania się w czasie. Próbuje zapobiec tragedii, która spotkała jego przyjaciół. Skutki jego ingerencji okazują się jednak katastrofalne.

22.30 **Pocałunek śmierci** FILM – dramat kryminalny, USA 1995, 125 min
0.35 **Kryptonim Banshee** FILM – thriller, USA 2022, 120 min
2.35 **Pieczone gołąbki** FILM – komedia, Polska 1966, 125 min
4.40 **Kabaretowe hity** (6)

CINEMAX HD

11.30 **Gang Amazonek** FILM – komediodramat, Francja 2025, 130 min
13.40 **Marzyciel** – dram. obycz., FILM Fr./Belgia 2023, 95 min
15.15 **Twarzą w twarz** – obycz., FILM Hiszpania/Bel. 2025, 95 min
16.50 **Jak być normalną** – film FILM obyczajowy, 2025, 100 min
18.30 **Fremont** – dramat FILM obyczajowy, 2023, 90 min
20.00 **Challengers** – dramat FILM obyczajowy, 2024, 130 min
22.10 **Charlie** – dramat FILM obyczajowy, 2012, 100 min
23.50 **Krokodyle łzy** – thriller, FILM Indonezja/Francja/Singapur 2024, 100 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 **Święty** (21, 22) – kom., Pol.
14.25 **Spadkobiercy** (12) – rozr.
15.25 **Co ludzie powiedzą? 2** (7) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 **Jedną nogą w grobie 6** (3) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 **Czarna Żmija 3** (3) – kom.
17.35 **Młody Sheldon** (1-3) – serial komediowy, USA
19.00 **Dwóch i pół 9** (2-5) – kom.
21.00 **Świat według Kiepskich** (7-9) – serial kom., Pol. 2011
22.30 **Co ludzie powiedzą? 2** (8) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 **Jedną nogą w grobie 6** (4) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 **Czarna Żmija 3** (4) – kom.
0.30 **Comedy Club 4** (12) – rozr.

SCI FI

9.40 **Medium 2** (15, 16) – krym.
11.30 **Zagubiona tożsamość 4** (13) – serial s.f., USA 2014
12.25 **Zagubiona tożsamość 5** (1) – serial s.f., Kanada 2014
13.20 **Przygody Merlina** (1, 2)
15.20 **Medium 2** (17, 18) – krym.
17.10 **Zagubiona tożsamość 5** (2, 3) – serial s.f., Kan. 2014
19.00 **Przygody Merlina** (3, 4)
21.00 **Zmierzch** – film fantasy, FILM USA 2008, 150 min
23.30 **Człowiek widmo** FILM – thriller, 2000, 135 min
1.45 **DOA: Żywy lub martwy** FILM – film przyg., 2006, 100 min
3.25 **Zagubiona tożsamość 5** (2, 3) – serial s.f., Kan. 2014

FX HD

9.00 **SkyMed** (6) – obycz., Kan.
10.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (2, 3) – serial krym.
11.55 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (4, 5)
13.45 **Agenci NCIS 8** (7, 8)
15.35 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (4, 5) – serial krym.
17.25 **Z archiwum X** (14, 15) – serial s.f., USA/Kan. 1995
19.15 **Agenci NCIS: Sydney** (6)
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (6, 7)
22.00 **9-1-1: Nashville** (4)
22.55 **Z archiwum X** (15) – s.f.
23.50 **Adrenalina 2. Pod napięciem** FILM – film sensacyjny, 2009, 120 min

FILMBOX+ ONE HD

9.15 **Panna Scarlet i komisarz 3** (2) – krym.
10.20 **Panna Marple:** FILM **Szaleństwo Greenshawa** – krym., Wlk. Bryt. 2013, 115 min
12.15 **Hudson i Rex 4** (12, 13)
14.15 **Poirot** – serial kryminalny
16.40 **Strażnik Teksasu** (20, 21)
18.55 **Poirot** (8) – serial krym.
20.00 **3:10 do Yumy** – western, FILM USA 2007, reż. James Mangold, 155 min
22.35 **Ucieczka gangstera** FILM – film sens., 1994, 140 min
0.55 **Nim diabeł dowie się,** FILM **że nie żyjesz** – dramat sensacyjny, 2007, 165 min

ROMANCE TV HD

12.20 **Przyjaźń to coś więcej** FILM **– Poczwórna dawka emocji** – dramat obycz., Niemcy 2022, 115 min
14.15 **Bella Familia** – komedia, FILM Niemcy 2013, 110 min
16.05 **Szkoła jazdy** – komedia, FILM Niemcy 2012, 115 min
18.00 **Górski lekarz** (180, 181)
20.00 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Letnie marzenie** – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2004, 110 min
21.50 **Käthe i ja: W cieniu ojca** FILM – dramat obyczajowy, Niemcy 2021, 115 min
23.45 **Górski lekarz** (180, 181) – obycz., Niemcy/Austria

CINEMAX 2 HD

11.15 **Pierwsza krowa** FILM – western, 2019, 125 min
13.20 **Jaśniejsza od gwiazd** FILM – melodram., 2009, 120 min
15.20 **Tootsie** – komedia, USA FILM 1982, 115 min
17.15 **Niekończąca się** FILM **opowieść** – film fantasy, RFN/USA 1984, reż. Wolfgang Petersen, 95 min
18.50 **Faceci w czerni** – kom. FILM s.f., USA 1997, 100 min
20.30 **Transformers** – film s.f., FILM USA 2007, 140 min
22.50 **Szczęki** – thriller, USA FILM 1975, 125 min
0.55 **Mrok lasu** – horror, FILM Francja 2023, 75 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

9.30 **Wszystkie stworzenia duże i małe 4** (1) – obycz.
10.30 **Lekarze na start** (19, 20)
12.00 **Zatraceni w miłości** (52)
13.00 **Sprawy pana Booka** (2)
14.10 **Agenci NCIS 17** (11)
15.10 **Panna Marple: Godzina** FILM **zero** – film kryminalny, Wlk. Bryt./USA 2007, 110 min
17.00 **Poirot 13** (4) – serial krym.
19.00 **Agenci NCIS 17** (12)
19.55 **Poirot 5** (4) – serial krym.
21.00 **Hiszpańska księżniczka** (5) – serial kostiumowy, USA
22.10 **Domina** (5) – serial hist.
23.20 **Poirot 5** (4) – serial krym.
0.30 **Agenci NCIS 17** (12)
1.15 **Sprawy pana Booka** (2)

NOVELAS+ HD

10.00 **Opowieść o wyspie** (11)
11.00 **Otchłań namiętności** (134) – telen., Meksyk 2012
12.00 **Za wszelką cenę** (104)
13.00 **Róże i grzechy** (33)
14.00 **Historia Juany** (61, 62)
16.00 **Róże i grzechy** (34)
17.00 **Za wszelką cenę** (105)
18.00 **Otchłań namiętności** (135) – telen., Meksyk 2012
19.00 **Macocha** (44) – telenowela
20.00 **Opowieść o wyspie** (12)
21.00 **Historia Juany** (62)
22.00 **Róże i grzechy** (34)
23.00 **Za wszelką cenę** (105)
0.00 **Otchłań namiętności** (135) – telen., Meksyk 2012
1.00 **Macocha** (44) – telenowela

FX COMEDY HD

9.10 **Diabli nadali** (20-23)
11.00 **Jim wie lepiej** (17, 18)
12.00 **Sposób użycia** (8) – kom.
12.30 **Sposób użycia 2** (9)
13.00 **Wszyscy kochają Raymonda** (1-5) – kom.
15.30 **Simpsonowie 32** (13-16)
17.30 **Jak poznałem waszą matkę 5** (6-8) – serial kom.
19.00 **Współczesna rodzina 10** (8-11) – serial komediowy
21.00 **Family Guy: Głowa rodziny 20** (12, 13)
22.00 **Grimsby** – komedia, FILM 2016, 100 min
23.40 **Simpsonowie 32** (9, 10)
0.35 **Family Guy: Głowa rodziny 20** (6-9)

FILMBOX+ HITS HD

11.25 **Rycząca otchłań**
13.05 **Joga dla dwojga** – obycz., FILM USA/Kanada 2019, 100 min
14.45 **Do zobaczenia we** FILM **wrześniu** – komedia romant., USA 2010, 105 min
16.30 **Zadbaj o siebie** FILM – komedia romantyczna, USA 2014, 105 min
18.15 **Miłość x 3** FILM – komediodramat, USA 2020, 105 min
20.00 **Whiplash** – dramat FILM obyczajowy, 2014, 120 min
22.00 **Efekt motyla** – thriller, FILM USA 2004, 125 min
0.05 **Bandyta bez szczęścia** FILM – film sens., 2026, 105 min

PARAMOUNT NETWORK HD

10.30 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (18)
11.00 **Naga broń 2 1/2** – kom. FILM sens., 1991, 120 min
13.00 **Czarodziejki** (5, 6)
15.00 **Transformers: Zemsta** FILM **Upadłych** – film s.f., USA 2009, reż. Michael Bay, wyk. Shia LaBeouf, 185 min
18.05 **Gang Wiewióra 2** – film FILM anim., Korea Południowa/Kanada 2017, 115 min
20.00 **Mission: Impossible** FILM – film sens., 1996, 145 min
22.25 **Kickboxer** – film FILM sensacyjny, 1989, 100 min
0.05 **Uprowadzona** – film FILM sens., Francja 2008, 120 min

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

eprasa.pl dec786d728

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD

8.30 **Kolarstwo:** Tour de Pologne – 1. etap
9.30 **Kolarstwo kobiet:** Tour de France – 3. etap
10.30 **Racing on the Edge** – magazyn sportowy
11.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze – bouldering mężczyzn – finały
11.30 **Kolarstwo:** Tour de Pologne – 1. etap
12.30 **Kolarstwo** LIVE – studio
13.00 **Kolarstwo:** Tour LIVE de Pologne – 2. etap
16.45 **Kolarstwo kobiet:** LIVE Tour de France – 4. etap
18.30 **Kolarstwo** LIVE – studio

POLSAT SPORT 1 HD

6.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
8.30 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
11.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
13.30 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
17.00 **Tenis:** Turniej ATP LIVE w Montrealu – 2. runda
Start w Canadian Open zapowiedział Hubert Hurkacz. Wrocławianin ma w CV występ w finale tego turnieju. W 2022 roku przegrał z Pablem Carreno Bustą.

CANAL+ SPORT HD

6.00 **Ekstrapaka:** 2. kolejka
7.10 **Ekstraklasa po godzinach** – magazyn piłkarski
8.25 **1 na 1 Extra** – magazyn sportowy
9.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt – Valencia
11.20 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Cracovia – Pogoń Szczecin
13.40 **Ekstraklasa po godzinach** – magazyn piłkarski
14.50 **Na pierwszym planie** (1) – dok., Pol.
15.40 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt – Valencia

TVP SPORT DVB T2 HD

7.40 **Piłka nożna:** Betclic 1. Liga: Chrobry – Odra
9.45 **Motocross Mistrzostwa Polski – Mníšek nad Hnilicom** – reportaż
10.10 **GOL** – mag. piłkarski
11.30 **Wioślarstwo:** Mistrzostwa Europy – Varese 2026 – podsumowanie
12.30 **Kronika TdP Junior**
12.40 **Kolarstwo:** Tour de LIVE Pologne – start 2. etap
13.15 **Kolarstwo:** Tour de LIVE Pologne – 2. etap
17.30 **Magazyn 2. ligi piłkarskiej** (68)
18.15 **Skoki narciarskie:** Letnie Grand Prix w Wiśle – podsumowanie

ELEVEN SPORTS 1 HD

6.00 **Magazyn piłkarski**
6.40 **Najszybsze gole Bundesligi** – magazyn piłkarski
7.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: FC Bayern Monachium – Hamburger SV
9.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Bologna FC – Inter Mediolan
11.00 **Formuła 3:** Grand Prix Węgier
12.30 **Formuła 2:** Grand Prix Węgier
14.00 **Formuła 1:** Grand Prix Węgier
16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Hellas Verona

DISCOVERY CHANNEL HD

9.00 **Parker na złotym szlaku** – serial dok.
10.00 **Stacja Alaska** – dok.
11.00 **Przetrwać nad Jukonem** – dok., USA
12.00 **Celnicy na straży Turcji** (12) – serial dok.
13.15 **Nagi instynkt przetrwania: Brazylia 2** – dok.
14.30 **Strażacy** (5) – dok.
15.00 **Złomowisko PL 7** (11) – serial dokum.
16.00 **Bimbrownicy 14:** Podejrzani – serial dok.
17.00 **Przemytnicy: na lotnisku** – dok.
18.00 **Polscy truckersi** (3)
19.00 **Nagi instynkt przetrwania** – dok.
20.00 **Niezwykłe rekiny z Ameryki**

20

KOLARSTWO



19.00 **Tour de Pologne** – 2. etap

Drugiego dnia rywalizacji kolarze wystartują w Międzydzrojach, a zakończą zmagania w Szczecinie. Tym razem będą mieli do przejechania 151 kilometrów.

20.00 **Snooker:** World Open – finał: R. O'Sullivan – T. Un-Nooh
21.30 **E-sport** – magazyn
22.00 **Kolarstwo kobiet:** Tour de France – 4. etap
23.00 **Kolarstwo:** Tour de Pologne – 2. etap

TENIS



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

Alexander Zverev ma na koncie jeden triumf w Canadian Open. Niemiec wygrał turniej w 2017 r. Potem tylko raz zbliżył się do tego wyniku. Zrobił to w poprzednim sezonie, kiedy dotarł do półfinału.

21.00 **Tenis:** Turniej ATP LIVE w Montrealu – 2. runda
23.00 **Tenis:** Turniej ATP LIVE w Montrealu – 2. runda
1.00 **Tenis:** Turniej ATP LIVE w Montrealu – 2. runda
3.00 **Tenis:** Turniej ATP LIVE w Montrealu – 2. runda

MAGAZYN PIŁKARSKI



18.00 **Liga+ Extra**

Bramki, akcje i kontrowersje z ostatniej kolejki Ekstraklasy. Zapraszają Krzysztof Marciniak i Bartosz Gleń.

20.00 **Premier League Review** – mag.
21.00 **Wysoki Pressing**
22.45 **Boks:** BKFC Fight Night: Newcastle: L. Garside – B. Taylor
0.00 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 164
1.15 **Ligomistrzowe historie** (1) – mag.
2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Wieczysta – Lech Poznań

SKOKI DO WODY



19.25 **ME – Paryż 2026** LIVE – wieża 10 m synchronicznie mężczyzn

W poprzednim czempionacie w tej konkurencji triumfowali reprezentanci Ukrainy.

20.55 **Sportowe ABC**
21.15 **Skoki do wody:** ME LIVE – Paryż 2026 – trampolina 3 m kobiet
22.35 **Sportowy wieczór**
23.05 **Kolarstwo:** Tour de Pologne – 2. etap
0.35 **Skoki do wody:** ME – Paryż 2026 – wieża 10 m synchronicznie mężczyzn

PIŁKA NOŻNA



18.00 **Liga niemiecka** – mecz: Bayern – Lipsk

Pierwsza kolejka sezonu 2025/26. W spotkaniu z mistrzem Niemiec skok na głęboką wodę zaliczy nowy trener Byków, Ole Werner.

20.00 **Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością** – film dokumentalny
20.40 **Formuła 1:** GP Węgier
22.40 **Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach** – mag.
23.30 **Ligue1 Season Review** (36) – mag.
0.40 **Made in Italy**

DOKUMENTALNY



21.00 **Premiera: Rolnicy w akcji** (5) – 2026

Program prezentuje życie rolników z hiszpańskich gospodarstw. Każdego dnia wykonują ciężką pracę. Nie brakuje im też nieoczekiwanych wyzwań.

22.00 **W oku cyklonu**
23.00 **Najniebezpieczniejszy zawód świata 22** – dok.
0.00 **Teorie spiskowe pod lupą** – serial dok.
1.00 **Hotrod wg Kindiga 7** – dok., USA
2.00 **Królowie kempingu** (4) – serial dok., Niem.

EUROSPORT 2 HD

15.45 **Kolarstwo kobiet:** Tour LIVE de France – 4. etap
18.30 **E-sport** – magazyn
19.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze – bouldering kobiet – finały
20.00 **Kolarstwo kobiet:** Tour de France – 4. etap
21.00 **Kolarstwo:** Tour de Pologne – 2. etap
22.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze – bouldering mężczyzn
23.00 **Snooker:** Turniej World Open – mecz finałowy: R. O'Sullivan – T. Un-Nooh
0.00 **Kolarstwo kobiet:** Tour de France – 4. etap

POLSAT SPORT 2 HD

6.00 **Tenis:** Turniej ATP w Montrealu – mecz 1. rundy gry pojedynczej
8.30 **Tenis:** Turniej ATP w Montrealu – mecz 1. rundy gry pojedynczej
11.00 **Cafe Futbol** – mag.
13.00 **Tenis:** Turniej ATP w Montrealu – 1. runda
15.00 **Piłka nożna:** Liga szkocka – mecz: Celtic – Dundee FC
17.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
19.30 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
22.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
1.00 **Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD

8.20 **Tenis:** Turniej WTA w Toronto – mecz 1. rundy
10.40 **Tenis:** Turniej WTA w Toronto – mecz 1. rundy
13.00 **8 wspaniałych** (7, 1)
14.40 **Tenis:** Turniej WTA w Toronto – mecz 1. rundy
17.00 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Toronto – mecz 2. rundy
18.30 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Toronto – mecz 2. rundy
20.30 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Toronto – mecz 2. rundy
23.00 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Toronto – mecz 2. rundy
1.20 **8 wspaniałych** (4) – dok.
2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa

EXTREME CHANNEL HD

9.00 **Liquid Edge** (4)
10.00 **World of X Games 2018**
11.00 **X Games – Minneapolis**
12.00 **Drift Style** (7, 8) – mag.
13.00 **Action Sports World** (5)
14.00 **WWE Classic Gold**
16.00 **WWE Highlights** (60, 20)
17.00 **KPW Kombat TV** (13, 14)
19.00 **WWE Classic Gold** (11)
20.00 **AEW Collision 2** (2631)
22.00 **PTW Wrestling** (12)
0.30 **WWE Highlights** (80)
1.00 **New Japan Wrestling – Highlights** (6)
1.30 **WWE Highlights** (63)
2.00 **World of X Games 2018**
3.00 **Liquid Edge** (4)
4.00 **Drift Style** (7, 8) – mag.

ELEVEN SPORTS 2 HD

12.00 **Piłka nożna:** Bayern – Wolfsburg
14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Bologna FC – Inter
16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – 1. FC Köln
18.00 **Formuła 1:** GP Węgier
20.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – Hellas
22.00 **Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością** – dok.
22.40 **Bundesliga Special** (21)
23.45 **Najszybsze gole Bundesligi** – mag. piłkarski
0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Toulouse – PSG

DISCOVERY LIFE HD

7.15 **Nowa Maja w ogrodzie**
8.15 **Szpital** (536, 537)
10.15 **Nowa Maja w ogrodzie**
11.15 **Idealna niania 5** (1, 2)
12.45 **Klinika naturalnego piękna** (6-9) – reality show
14.45 **Szpital** (535, 536)
16.45 **Idealna niania 4** (11)
17.30 **Idealna niania 5** (1, 2, 4)
19.45 **Klinika naturalnego piękna** (1) – reality show
20.15 **Wycieczkowiec** (10)
21.15 **Moje koszmarne stopy**
22.15 **Historie wielkiej wagi**
0.15 **Sekrety lekarzy** (3)
1.15 **Szpital** (382, 384)
3.15 **Eks-tra zmiana** (6, 7)
5.15 **Klinika urody** (1) – mag.

POLSAT SPORT FIGHT HD

13.05 **Sporty walki:** UFC Freedom 250 – walka: Ilia Topuria – Justin Gaethje
15.20 **Boks:** Babilon Boxing Show w Chojnicach: P. Stępień – S. Chusanow
18.00 **Sporty walki:** First Step Championship 11 w Bytowie: Rafał Błachuta – Wallison Henrique
19.35 **Z archiwum ESPN** – mag.
20.00 **Strzelnica Navala** (7, 8)
21.00 **Sporty walki:** Babilon MMA 55 w Radomiu: M. Łazarz – S. Kołecki
23.50 **Boks:** Rocky Boxing Night 19 w Karlinie: Jan Lodzik – Mateusz Polski 2

POLSAT SPORT 3 HD

8.30 **Piłka nożna:** Liga szkocka: Celtic FC – Dundee FC
11.00 **Piłka ręczna plażowa:** MP – Tczew 2026
13.00 **Cafe Futbol**
14.30 **Atleci**
15.00 **Piłka ręczna plażowa:** MP – Tczew 2026
17.00 **Magazyn Polskiego Sportu**
18.30 **Piłka nożna:** Liga szkocka – mecz: Celtic – Dundee FC
20.30 **Atleci** – magazyn sportowy
21.00 **Piłka ręczna plażowa:** MP – Tczew 2026
23.00 **Piłka nożna:** Liga szkocka: Celtic FC – Dundee FC
1.00 **Sporty walki:** Babilon

CANAL+ SPORT 5 HD

8.45 **Żużel:** PGE Ekstraliga: Unia Leszno – GKM Grudziądz
11.45 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: Hunters PSŻ Poznań – ROW Rybnik
14.30 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: Wilki – Orzeł
17.15 **Żużel:** PGE Ekstraliga – mecz: Falubaz – KS Toruń
20.00 **Żużel:** PGE Ekstraliga: Unia Leszno – GKM Grudziądz
22.45 **Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga** – mag.
0.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Motor Lublin – Jagiellonia Białystok
2.30 **Premier League: The Big Interview** (19) – mag.

ELEVEN SPORTS 4 HD

13.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial**
14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Köln – Freiburg
16.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Toulouse – Lille
18.00 **Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością** – dok.
18.30 **Ligue 1 Show** (35) – mag.
19.00 **Made in Italy**
20.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska: Sporting – Tondela
22.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Torino – Juventus
0.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: BVB – Heidenheim

ELEVEN SPORTS 3 HD

12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Juventus – Fiorentina
14.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Olympique Lyon – FC Metz
16.00 **Bundesliga Special** (21)
16.55 **Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach** – mag. piłkarski
17.30 **Made in Italy** (19, 20)
18.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Pisa – Napoli
20.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: St. Pauli – BVB
22.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Paris FC – Lens
0.00 **Podróż do świata Calcio** – magazyn piłkarski

CANAL+ DOKUMENT HD

14.35 **Papua Zachodnia: ostatni raj na Ziemi**
15.35 **W pogoni za wieczną młodością** – film dok., Fr.
16.35 **24 godziny na kole podbiegunowym** – dok.
17.30 **Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego** – film dok.
19.05 **Pearl Harbor. Wojna na Pacyfiku** – film dokum.
20.05 **Pod powierzchnią** – dok.
21.55 **Kamala Harris. Łamiąc bariery** – film dokum., Fr.
23.00 **Chiny od środka. Walka o Tybet** – dok., Wlk. Bryt.
0.05 **Wszystkie smaki Prowansji** – film dok., Fr.

eprasa.pl dec786d728

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny, Kanada
8.00 Jak działa wszechświat? 6 – serial dokumentalny, USA 2018
11.00 Czy jest z nami inżynier? (2, 3) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2015
13.00 Kosmiczna mapa skarbów – serial dokumentalny, USA 2018
15.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny, USA 2020
18.00 Jak to jest zrobione? (23) – serial dokum., Kanada 2013

ID HD

6.00 Morderstwo na prowincji 6 – serial dok., USA 2023
7.00 Morderstwo na prowincji – serial dokumentalny
8.00 Morderstwo na bagnach 3 – serial dokumentalny, USA
10.00 Morderstwo w tropikach – serial dok., Wielka Brytania
12.00 Krótkie życie, niewyjaśniona śmierć – serial dokumentalny, 2020
14.00 Zniknięcie Heather Elvis – film dokumentalny, USA 2020
16.00 Żyjąc z potworem (1, 4) – serial dok., USA

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

10.00 Porzucone konstrukcje (1)
11.00 Plemienna szkoła przetrwania: Mekong (4) – dok.
12.00 Katastrofa w przestworzach (10, 1, 2, 4) – dok., Kan.
16.00 Pompeje: Podróż w czasie z Tomem Hiddlestonem (2)
17.00 Sekrety starożytnej medycyny (2) – dok.
18.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Wojna z Ameryką (6, 2)
20.00 Katastrofa w przestworzach (1) – serial dokumentalny
21.00 Starożytne konstrukcje (1) – serial dokum.

FOKUS TV DVB T2

7.00 Była sobie Ziemia
8.55 Wehikuł czasu (804)
9.00 Starożytni kosmici (1) – serial dok., USA
10.00 Gwiazdy lombardu (29, 1) – reality show
12.00 Tajemnice II wojny światowej (2) – dok.
13.00 Poszukiwacze historii (5, 6) – dok.
14.00 Łowcy nazistów (10)
15.00 Truckersi przez Australię (2) – dok.
16.00 Dorwać tuńczyka (2, 3) – serial dok., USA
18.00 Rolnicy. Podlasie (52, 1) – serial dok., Pol.
20.00 Galileo 28 (8) – pr. popularnonaukowy
21.00 Najkrwawsze bitwy drugiej wojny światowej (2) – dok.

TVP HISTORIA DVB T2

8.20 Tajemnica Enigmy (7) – serial hist., Polska
9.05 Życie lasu. Wielcy roślinożercy
9.55 W sercu Ameryki – Stan Missisipi – nad Wielką Rzeką
10.55 Plaże Europy (5)
11.55 Wędrówki szlakami granicznymi (1)
12.50 Putin i Zachód (2)
13.40 Królowie (72) – hist.
14.15 Czterej pancerni i pies (15) – wojenny
15.30 Sensacje XX wieku
17.55 Tajemnica Enigmy (8-ost.) – serial hist.
19.00 I powiem: nie będąc – jestem. Krzysztof Kamil Baczyński
20.00 Oficerowie (10) – serial sens., Pol. 2006

HISTORY HD

13.05 Starożytni kosmici 17 (5) – dok.
14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (3) – serial dok., USA
14.50 Największe tajemnice świata 5 (3) – serial dok., USA
15.45 Gwiazdy lombardu 13 (3)
16.15 Gwiazdy lombardu 25 (15) – reality show
17.10 Tajne kryjówki dyktatorów (5) – dok.
18.10 Największe tajemnice świata 7 (4) – serial dok., USA
19.05 Starożytni kosmici 13 (19) – dok.
20.00 Starożytni kosmici 17 (5) – dok.

DOKUMENTALNY



21.00 Pogromca mitów w akcji – USA 2019

Adam zamierza poeksperymentować z nitrogliceryną. Dla bezpieczeństwa towarzyszy mu ekspert od wyburzeń. Przeprowadzą kilka niebezpiecznych doświadczeń.

23.00 W sieci eksperymentów – serial dokumentalny, USA/Wielka Brytania
1.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny, USA 2020
4.00 Podziemne sekrety – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY



18.00 Ostatnia impreza: śmierć na wyspie Tresco

Josh Clayton spełnia swoje marzenie, gdy obejmuje posadę na ekskluzywnej prywatnej wyspie. Jednak po hucznej imprezie znika bez śladu.

21.00 Tajemnice jeziora Erie 2 – serial dok.
22.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet: uciekłam seryjnemu mordercy – dok., USA
23.00 Zabójczy blond 2
0.00 Tajemnice jeziora Erie 2 – dok., USA

DOKUMENTALNY



22.00 Ukryte pod miastami (1) – Kan.

W Turcji archeolodzy natrafiają na starożytne miasto Matiate. W Royston robotnicy znajdują komnatę pełną rzeźb. Pod Orvieto odkryto etruski kompleks.

23.00 Tajemnice podwodnych wraków (2) – dok.
0.00 Katastrofa w przestworzach (7, 3, 8) – serial dokum.
3.00 Car S.O.S. 7 (7, 8) – serial dok., Wlk. Bryt.
5.00 Katastrofa w przestworzach (6)

DOKUMENTALNY



22.00 Ostatni bastion Hitlera (3, 4) – Kanada 2018

W Caen toczyły się walki z Niemcami w ramach alianckiej inwazji we Francji w 1944 roku. 8 lipca kanadyjskiemu pułkowi powierzono zadanie zdobycia zabudowań opactwa położonego nieopodal miasta.

0.00 Starożytni kosmici (8) – serial dokumentalny, USA 2012
1.00 Rolnicy. Podlasie (31-34) – serial dokumentalny, Polska
5.00 Kołowrotek (2, 3) – magazyn wędkarski

DOKUMENTALNY



20.50 Starożytny Egipt – kroniki imperium (5) – Niemcy 2022

Piramidy, które wciąż kryją w sobie wiele tajemnic, są symbolem zaawansowanej cywilizacji. Razem z naukowcami widzowie mogą prześledzić historię budowy egipskich grobowców.

21.55 Nieznana wojna na Północy (5) – dok.
23.00 Sensacje XX wieku
1.10 Encyklopedia II wojny światowej
1.45 Oficerowie (10)
2.30 Czterej pancerni i pies (15) – wojenny

DOKUMENTALNY



21.00 Tom Hanks: II wojna światowa (3, 4)

W 1941 roku Hitler zainicjował operację „Barbarossa", atakując Związek Radziecki. Niemcy rozpoczęły największą ofensywę militarną w dziejach ludzkości.

23.00 II wojna światowa w kolorze – przełomowe momenty (7) – dok.
23.55 Jak to wyjaśnić? 5 (10) – serial dok., USA
0.50 Starożytni kosmici 17 (5) – dok.
1.50 Tajne kryjówki dyktatorów (5)

DISCOVERY HISTORIA HD

9.00 Kwatery Hitlera (9) – dok.
10.00 Sekrety i skarby III Rzeszy (7, 8) – dok.
11.00 Militaria na warsztat
12.00 Muzealne tajemnice
14.00 Łowcy staroci: Renowacje (12, 13) – dok.
16.00 Walka o bagaż (7-10)
18.00 Łowcy staroci (11, 12)
20.00 Zoom na architekturę
22.00 Hazardziści – serial dok.
23.00 Legendarne miejscówki
0.00 Na tropie legendarnych potworów – serial dok.
2.00 Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki
3.00 Mikroprzygoda (6) – dok.
4.00 Pasja – sposób na życie

PLANETE+ HD

11.25 Superskały. Historia wykuta w kamieniu (2)
12.35 360° Świat bez granic
13.40 Ocalić raj (1) – serial dok.
14.45 Zdrajcy/Patrioci (2) – dok.
15.50 Niezwykłe podróże koleją 11 (6) – serial dok.
16.55 Świat z góry (1, 2) – dok.
18.00 Dokąd dzisiaj? 4
18.35 Wielki smog londyński
19.40 Udowodnić teorię względności – film dok.
20.50 T-Rex. Historia ewolucji
22.00 Triady. Chińska mafia podbija świat (2) – dok.
23.15 Planeta Seks (2) – dok.
0.15 Niezwykłe podróże koleją 11 (7) – serial dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

8.00 W świecie szympansów
9.00 Niezwykły dr Pol
12.00 Najgroźniejsze zwierzęta świata (3)
13.00 Cuda Afryki (2) – dok., Hol.
14.00 Morze Czerwone: magiczny ogród ewolucji – dok., Austria
15.00 Wrogi świat (5) – dok.
16.00 Chiny: ukryte królestwa
17.00 Dzikie koty z Indii (1)
19.00 Dzika konfrontacja (2)
20.00 Królestwo drapieżników (2) – dok.
21.00 Niezwykły dr Pol (18, 3, 6, 7, 16) – serial dok., USA
2.00 Cuda Afryki (2) – dok., Hol.
3.00 Morze Czerwone...

POLSAT VIASAT NATURE HD

8.25 Wielkie rzeki (1) – dok.
9.30 W okowach mrozu 4 (1)
10.30 Wulkany: odliczanie (1)
11.35 Wojny zwierząt (2) – dok.
12.45 W okowach mrozu 4 (1)
13.40 Śpiące olbrzymy: wulkany Europy – dok.
14.50 Wielkie rzeki (1) – dok.
15.55 W okowach mrozu 4 (1)
16.55 Dzikie tajemnice Chin
17.55 Dzienniki jaguara (2)
18.55 Wielkie rzeki (1) – dok.
20.00 W okowach mrozu 4 (2)
21.00 Wulkany: odliczanie (2)
22.05 Wojny zwierząt (2) – dok.
23.15 W okowach mrozu 4 (2)
0.10 Śpiące olbrzymy: wulkany Europy – dok.

BBC EARTH HD

9.55 Życie na pustkowiu 7 (6)
11.00 Wędrówki z dinozaurami (2) – dok.
12.00 Malownicze trasy kolejowe 5 (6) – serial dok.
13.00 Wielkie koty 24/7 2 (3)
14.15 W okowach mrozu 5
16.20 Pociągiem przez Imperium Rzymskie (1)
17.30 Wielkie koty 24/7 2 (3)
18.45 Malownicze trasy kolejowe 5 (7) – serial dok.
19.45 Sekretne życie ogrodu
20.55 W okowach mrozu 5
22.55 Sekrety długowieczności (3)
0.00 W 80 kilo dookoła świata (5) – dok., Wlk. Bryt.

ANIMAL PLANET HD

13.00 Irwinowie – następne pokolenie 2 – serial dok.
14.00 Resocjalizacja z pitbullem 7 – serial dok.
15.00 Kot z piekła rodem
17.00 Na tropie wymarłych gatunków – serial przyrod.
18.00 Weterynarz z Gór Skalistych – serial dok.
19.00 Cztery kąty, cztery łapy – serial dokumentalny, USA
20.00 Alaska: Ostatni przystanek – serial dok.
21.00 Klan z Alaski – serial dok.
22.00 Projekt akwarium (1)
23.00 Resocjalizacja z pitbullem 7 – serial dok.
0.00 Żarłacze kontratakują

TVP DOKUMENT HD

13.55 Zwierzęta, które zmieniły historię – dok.
14.55 Fascynujące migracje (1)
15.55 Czy to autyzm? – dok.
16.50 Pociągiem dookoła świata (7) – cykl dokum.
17.45 Sanatorium miłości 7 (5)
18.45 Rozdarcie, czyli Gombro w Berlinie – film dokum.
20.00 Miód – słodka namiętność – film dokum.
21.05 Plaże Europy (2)
22.10 Nierozwikłane zbrodnie Kuby Rozpruwacza – film dok., Wielka Brytania 2023
23.10 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn
23.20 Kobieta w Kabulu – dok.

POLSAT DOKU HD

8.05 48h. Zaginieni (160, 161)
10.05 Polacy za granicą (55, 56)
12.05 Wojny kontenerowe 2
13.05 Poszukiwacze historii
14.05 Arktyka się zbroi – dok.
15.15 Poszukiwacze historii
16.10 Niewyjaśnione tajemnice (1, 2) – dok.
18.05 Świat z góry (5) – dok.
18.35 Świat z góry. Jedwabny Szlak (3) – dok., Singapur
19.45 Nowoczesne maszyny wojenne (3, 4) – serial dok.
22.00 Top Guns – SuperBroń
22.55 U-32. Niemiecki okręt podwodny – film dokum.
0.00 Kroniki Hitlera (10) – dok.
1.10 Piekło na Ziemi (7) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

12.20 Złoto Jukonu 2 – dok.
13.15 Gruchoty z kanadyjskiej głuszy (9) – serial dokum.
14.10 Australijscy poszukiwacze złota 7
16.10 Drewno z Kolumbii Brytyjskiej 2 (6) – dok.
17.05 Kowboje z zimnych wód 2 (4) – serial dokum.
18.05 Złoto Jukonu (9) – dok.
19.00 Australijscy poszukiwacze złota 9
21.00 Największe budowle 3
22.00 Ciężarówką po lepsze życie (7) – serial dokum.
23.00 Special Ops: Prawda
0.05 Nago, samotnie i do domu daleko (2)

POLSAT VIASAT HISTORY HD

13.00 Kleopatra: tajemnicza władczyni (1, 2) – dok., Fr.
15.20 Czarni faraonowie – dok.
16.35 II wojna światowa: cena imperium (7) – serial dok.
17.40 Największe postaci zimnej wojny 2 (1) – dok.
18.50 Majowie: wojna pięciu królestw (2) – serial dok.
19.55 Wojny faraonów (1)
21.05 Najgroźniejsi ludzie Hitlera (7) – serial dokum.
22.05 Anna Boleyn i Elżbieta I: królowe-więźniarki – film dok., Wielka Brytania
23.00 Tajne bazy nazistów (2)
0.00 Maria Stuart: listy pisane szyfrem – dok., Fr.

CI POLSAT HD

14.10 Dla mnie już nie żyjesz
15.05 Zabójcze wakacje (9)
16.00 Pogrzebani za domem 6
17.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 2 (6) – dok.
18.00 Polskie zabójczynie (5, 6)
19.00 Ktoś ma coś do ukrycia
20.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (17) – dok.
21.00 Zwłoki w walizce: Deborah Chong (1) – dok.
22.00 Zbrodnia na żywo (1)
23.00 Dzieci, które zabijają 3
23.55 Kobiety, które niosły śmierć 13 (4) – serial dok.
0.50 Mroczne sekrety amerykańskich kampusów (3) – dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 Człowiek kontra jedzenie (40, 1-3) – mag.
10.10 Andy Bates i uliczne przysmaki Ameryki
12.15 Nowi badacze UFO (4, 5)
14.20 Człowiek kontra jedzenie (10) – mag. kulin.
14.55 Dziwaczne potrawy: smakowite miasta (5-8)
17.00 Śluby świata (1, 2) – rozr.
19.00 Budowa na końcu świata (1, 2) – serial dok.
21.00 Nagi instynkt przetrwania (17) – dok.
22.55 Kobieta na krańcu świata (4-6) – serial dok.
0.40 Nowi badacze UFO (4, 5)
2.45 Śluby świata (1, 2) – rozr.

eprasa.pl dec786d728

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA
14.30 **Moda na język polski** – magazyn
15.10 **Polskie dziedzictwo** (4) – magazyn hist.
15.40 **Dobry żart** (10) – rozr.
16.00 **Zaraz wracam 2** (118) – serial obycz.
16.30 **Barwy szczęścia** (3353) – serial obycz.
17.00 **Teleexpress**
17.20 **Gra słów. Krzyżówka** (1076) – teleturniej
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **Oko na Wschód**
18.45 **Panorama**
19.20 **Powstanie Warszawskie dzień po dniu** (4)
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – publ.

TVP ROZRYWKA
7.10 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
8.20 **Familiada** – telet.
8.50 **Va banque** (958)
9.25 **Koło fortuny** (1995)
10.05 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Daleko od szosy** (7-ost.) – serial obycz.
14.50 **Rodzinka.pl** (212)
15.20 **Program rozrywkowy**
15.30 **Kabaret Letnią Porą** (15, 16) – pr. rozrywk.
17.25 **Va banque** (959)
18.00 **Koło fortuny** (1996)
18.35 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
19.40 **Makłowicz w podróży** – mag.

POLSAT CAFÉ
6.05 **Demakijaż** (7-12)
9.00 **Drugie życie sukni ślubnej** (2) – pr. rozr.
9.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (5, 6) – reality show
12.30 **Oszukane** (3, 4) – serial paradokum.
14.30 **Komisarz Mama** (2) – serial krym., Polska
15.30 **Bogaty dom – biedny dom** (124)
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (67) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (268, 269) – reality show, Polska
20.00 **Kolacja w ciemno** (48) – pr. rozrywk.
21.05 **Więzienie kobiet** (102, 103) – dok., Pol.

TV 4 DVB T2
6.00 **Strażnik Teksasu** (21, 22) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (104)
8.55 **Policjantki i Policjanci** (544, 545)
10.55 **Na ratunek 112** (1142, 1143) – paradok.
11.55 **Dlaczego ja?** (1571, 1572) – paradok.
13.55 **Trudne sprawy** (809-811) – paradok.
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1416)
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (534)
19.00 **Policjantki i Policjanci** (1417) – serial obycz., Polska
20.00 **Uroczysko** (231, 232)
21.00 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (142)

TTV HD DVB T2
10.35 **Detektywi** (61, 62)
12.35 **Zakup w ciemno 4** (17) – reality show
13.35 **Zakup w ciemno 6** (14) – reality show
14.35 **Nic do zgłoszenia 5** (1) – serial dokum., Pol.
15.35 **Złomowisko PL 6** (7)
16.45 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, sport**
17.05 **Gogglebox. Przed telewizorem 24** (8)
18.05 **Zakup w ciemno extra** (11)
18.40 **Gogglebox. Przed telewizorem 16** (6)
19.45 **Express** – pr. inform.
20.05 **Zakup w ciemno 6** (15) – reality show
21.05 **Zakup w ciemno extra** (6)
21.45 **Express** – pr. inform.

TVN STYLE HD
5.15 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (1) – reality show
5.50 **Ach, ten ślub!** (5) – program rozrywkowy
6.45 **Damy i wieśniaczki. Ukraina 7** (15) – serial fab.-dokum.
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Ugotowani** (3, 4)
13.25 **Kuchenne rewolucje** (12-ost., 11) – pr. rozr.
15.35 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (4, 5) – reality show
17.05 **W czym do ślubu?** (1) – program rozrywk.
17.40 **Kuchenne rewolucje** (10, 3, 8) – program rozrywkowy

20

FANTASY



20.25 Wiedźmin (10) – Polska 2001-2002

Geralt przybywa do Blaviken, gdzie spotyka znajomego maga Stregobora. Ten informuje go o strasznym losie kapłanek Melitele. Błaga o obronę przed księżniczką Renfri zwaną Dzierzbą.

21.20 **Ojciec Mateusz 2** (29) – krym., Pol. 2009
22.15 **Wyszyński. Wróg nr 1** – dok., Pol. 2020
23.15 **Panorama**
23.45 **Lato z Radiem i Telewizją Polską**
0.40 **Zaraz wracam 2** (118) – serial obycz.

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.

21.10 **Kabaret Letnią Porą** (42) – pr. rozrywk.
22.10 **Rodzinka.pl** (67) – serial kom., Pol. 2012
22.50 **Tak to leciało!** (74)
23.45 **Gabi Drzewiecka zaprasza** (9)
0.45 **Koło fortuny** (1996, 2060) – telet.
2.10 **Kabaret Letnią Porą** (12, 20) – pr. rozrywk.

REALITY SHOW



22.00 Bogaty dom – biedny dom (130) – Polska 2025

W Polsce są coraz większe różnice majątkowe. Aby zrozumieć, jak wygląda życie na przeciwnych krańcach skali, dwie rodziny na pięć dni zamieniają się domami.

23.00 **Gry małżeńskie** (88, 89) – reality show
1.05 **Więzienie kobiet** (73-76) – serial dokumentalny, Polska 2024-2025
3.00 **Zdrady** (13-15) – serial paradokumentalny, Polska

KRYMINALNY



22.05 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1025)

Ciało dwunastoletniej Amelki znaleziono w rzece. Sekcja zwłok wykazała uduszenie. Śledczy znajdują jej bluzę w opuszczonej fabryce, a podejrzenia padają na Brajana.

23.05 **Klucz do wieczności** FILM – thriller, USA 2015, 145 min
1.30 **Love Island. Wyspa miłości** (46)
2.40 **Interwencja** – mag.
2.50 **SuperLudzie** (6, 8, 9)
5.30 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

DOKUMENTALNY



22.00 Nic do zgłoszenia 6 (12) – Polska 2025

W Terespolu Przemek i Konrad z pomocą psa kontrolują autobus. Znajdują paczki papierosów. Funkcjonariusze z Poznania zabezpieczają nielegalne automaty do gier.

23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 16** (5)
0.00 **Fachowcy 2** (15) – serial paradokum.
0.45 **Żony Podlasia 3** (10)
1.45 **Niebezpieczne dzielnice** (9) – dok.
2.25 **Nauka jazdy 5** (11)
3.00 **Szpital** (928)
4.00 **Szkoła** (810)

DOKUMENTALNY



20.50 Jestem z Polski (3, 4) – Polska 2021

Iwona od 17 lat mieszka we włoskim Fabriano. W średniowieczu powstała tu pierwsza w Europie papiernia. Tylko tam można spróbować włoskiej wersji polskiego trunku.

22.50 **Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9** – reality show
0.40 **Mroczne sekrety małżeńskie** (2) – dok.
1.45 **Tu jest pięknie** (1) – program rozrywkowy
2.20 **Nieoczywiste miejsca** (11) – dok.

TVP HD HD
10.45 **Gra słów. Krzyżówka**
11.20 **Na sygnale** (706, 707)
12.25 **Ojciec Mateusz 8** (104)
13.20 **Komisarz Alex 6** (68)
14.15 **Ranczo 3** (31, 32) – obycz.
16.10 **Górna półka smaku** (4)
16.40 **Przystanek slow food 4**
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 27** (347)
19.20 **Ranczo 10** (129) – obycz.
20.10 **Rodzinka.pl** (212, 213)
21.25 **Ojciec Mateusz 33** (423)
22.20 **Wszystko, co kocham** FILM – dramat obyczajowy, Polska 2009, 105 min
0.05 **Syn** (10) – obycz., USA 2017
1.05 **Archiwista** (7, 8) – krym.

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 **Angielskie wino** – melodramat, Niemcy/Austria 2011, 120 min
21.50 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Zakonnica na niby** – melodramat, Niemcy 2012, 105 min
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

ZOOM
8.05 **Strażnik Teksasu** (2, 3)
10.00 **MacGyver 4** (3, 4) – sens.
12.05 **Wojny magazynowe: Kanada 2** (34, 35)
13.25 **Sensacje XX wieku** (5, 6)
15.45 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
18.00 **FBI 4** (1, 3) – serial krym.
20.00 **Kobra – oddział specjalny 25** (2, 3) – sens.
22.05 **Hity polskiego kabaretu 7** (2) – pr. rozr.
23.00 **Magia nagości. Polska**
0.00 **Magia nagości 5** (10)
1.05 **Magia nagości. Niemcy**
2.10 **Hity polskiego kabaretu 7** (7, 8) – pr. rozr.
4.30 **Kabaretowe przeboje** (3)

TLC HD
10.00 **Wiza na miłość: pościelove rozmowy 11**
11.00 **Wiza na miłość 12**
13.00 **Klinika bez tajemnic**
15.00 **Wiza na miłość: dalsze losy 9** – reality show
16.00 **Historie wielkiej wagi**
18.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 7**
20.00 **Ciało, w którym żyję**
21.00 **Nie do uwierzenia!**
22.00 **Historie wielkiej wagi: Brazylia** – reality show
23.00 **Klinika koszmarnej stopy** – serial dokum., USA
0.00 **Dr Pryszczylla** (12) – dok.
1.00 **Ciało, w którym żyję**
2.00 **Nie do uwierzenia!**

C+ KUCHNIA HD
14.55 **U sąsiadów w kuchni 14** (11, 12) – serial dok., Niem.
15.55 **Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2** (1)
16.10 **Kulinarne szlaki: Południowa Afryka 2** (9)
16.40 **Jamie Oliver nad Morzem Śródziemnym**
17.35 **Po prostu Jamie: szybko i łatwo** (2) – magazyn kulin.
18.30 **Maximum Foodie 5** (10)
18.55 **M jak mięso 4** (3, 4) – dok.
19.50 **Zgrillowani** (2) – mag.
20.15 **Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia 2** (3) – pr. rozr.
21.10 **Świat szefów kuchni 2** (1-3) – serial dokumentalny

TVN TURBO HD
12.15 **Jeździć, obserwować**
13.00 **Mobilni mechanicy**
14.30 **Zawodowi handlarze**
16.00 **Wojny samochodowe**
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Zawodowi handlarze**
19.00 **Moto kombat** (9) – mag.
19.45 **Duda kontra Szafrański**
20.30 **Prawko na świecie. Jazda bez zasad** (7) – rozr.
21.15 **Z drugiej ręki** (6) – mag.
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Jeździć, obserwować**
23.45 **Naprawy nie do naprawy** (4) – mag.
0.30 **Usterka 16** (22) – fab.-dok.
1.00 **101 gadżetów motoryzacyjnych** (10)

NOWA TV DVB T
9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (2, 5) – kom.
10.30 **Więzienie** (4-6) – dok., Pol.
12.00 **Poirot** (7, 8) – serial krym.
14.00 **Świat według Kiepskich** (391, 392) – kom., Pol. 2012
15.00 **Świat według Bundych** (229-234) – serial kom., USA
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (16) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (103-105)
21.00 **Zdrady** (27) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (61, 62, 100) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (34, 35)
3.50 **Wehikuł czasu** (804, 803)
4.00 **Sala operacyjna** (10, 9)
5.00 **Pod lupą** (12, 13) – mag.

METRO
8.30 **Szpital** (824, 825)
10.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (393, 394)
12.30 **SOS Ekipy w akcji** (49)
13.30 **Brzydula** (69, 70) – kom.
14.40 **Kiedy ktoś kocha bardziej** (34) – obycz.
15.50 **Magda M.** (10) – obycz.
16.55 **Idź na całość** (2) – pr. rozr.
18.00 **Złomowisko PL 6** (10)
19.00 **Kartoteka 5** (3, 4)
21.05 **Kryminalni** (7, 8) – krym.
23.15 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (19) – krym.
0.20 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 3** (6) – dok.
1.20 **Szpital** (816) – paradok.
2.20 **Szkoła** (559) – paradok.

ANTENA HD DVB T2
13.05 **Ciężarówką przez śniegi 3** (7) – serial dokum.
14.00 **Klątwa Wyspy Dębów 3**
15.00 **Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw**
15.55 **Australijscy poszukiwacze złota 5**
18.00 **77 TV 4** (14, 15) – pr. rozr.
20.00 **Alex Hugo – górski detektyw** (26) – krym., Fr.
22.05 **Detektyw Candice: Niezawodny instynkt 2** (6) – serial kryminalny, Fr.
23.15 **Detektywi z Bordeaux 5** (4) – serial krym., Fr./Bel.
0.30 **Polska. Największe tajemnice** (3-5) – pr. rozr.
4.00 **Kryminał Rawicz** (6)

WP DVB T
11.55 **Wariaci za kierownicą 2**
12.55 **Makłowicz w podróży**
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5** (21, 22)
15.55 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2** (4)
16.55 **Pogoda**
17.00 **Tajemnice Brokenwood 5** (4) – krym.
19.00 **Strażacy z sąsiedztwa**
20.00 **Policjanci z sąsiedztwa 7** (8, 9)
21.50 **Pogoda**
21.55 **Mistrzowie Kabaretu 14** (7) – program rozrywkowy
22.55 **Mistrzowie Kabaretu 3**
23.50 **Mistrzowie Kabaretu 10** (5) – program rozrywkowy

C+ DOMO HD
13.05 **Cuda z drewna** (3) – dok.
14.05 **Wakacyjne domy na wynajem** (10) – dok.
15.00 **Pomocy! Kupiliśmy wioskę** (17) – serial dok.
15.55 **Kupione i co dalej? 4**
16.50 **Gardeners' World 14** (26)
18.00 **Ucieczka na wieś 22** (31)
19.00 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia** (3) – serial dok.
20.00 **Daleko od miasta 14**
21.00 **Wakacyjne domy na wynajem** (11) – dok.
21.55 **Wielkie projekty: Australia 10** (8) – dok.
22.55 **W mieście czy na wsi?**
23.45 **Gardeners' World 16** (17)
1.00 **Cuda z drewna** (5) – dok.

HGTV HD
12.35 **Podwórkowa reaktywacja 9** (5-8) – rozr.
14.30 **Mieszkanie na miarę** (2)
15.30 **Pogromcy chaosu** (1)
16.30 **Polowanie na ogród** (4)
17.05 **Polowanie na ogród 2**
18.10 **Weekendowa metamorfoza** (1) – pr. rozr.
19.05 **Zgłoś remont 4** (8) – rozr.
20.05 **Dorota inspiruje 3** (3)
21.00 **Dorota was urządzi!**
22.30 **House Hunters – Poszukiwacze domów 8** (12) – pr. rozr.
23.00 **House Hunters – Poszukiwacze domów 9** (1-3) – pr. rozr.
0.40 **Usterka 11** (11) – fab.-dok.

eprasa.pl dec786d728
P! Premiera w TV

STACJE DZIECIĘCE

STACJE INFORMACYJNE

POLSAT 2 HD

5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (322) – reality show
7.30 Na ratunek 112 (963, 964) – serial paradokumentalny, Polska 2024
8.30 Sekrety rodziny (41-43) – serial paradokumentalny, Polska 2018
11.30 Trudne sprawy (968) – serial paradokumentalny, Polska 2020
12.30 Dlaczego ja? (1386, 1387) – serial paradokum., Pol. 2024
14.30 Świat według Kiepskich (36-40) – serial komediowy, Polska

SUPER POLSAT DVB T2

6.00 Wydarzenia
6.45 SuperLudzie Extra (45) – magazyn
7.00 Na ratunek 112 (747, 748) – paradok.
8.00 Doktor Martin (13, 14) – serial obycz.
10.00 Wydarzenia
10.30 SuperLudzie (8, 9)
11.35 Świat według Kiepskich (418-421) – serial kom., Polska
13.30 Bitwa o palety (22)
14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (2) – reality show
16.00 Ninja Warrior Polska (26)
18.00 Świat według Kiepskich (500, 501, 536, 537)
20.00 Złomiarze (22) – dok.

TV 6 DVB T

6.00 Więzienie (196, 197) – serial dok., Pol. 2025
6.55 Policjantki i Policjanci (743, 744) – serial obycz., Polska
8.55 Kobra – oddział specjalny (62, 63) – serial sens., Niemcy
10.55 48h. Zaginieni (199-201) – serial kryminalny, Pol. 2023
13.55 Policjantki i Policjanci (1217) – serial obycz., Polska
14.55 Uroczysko (79, 80) – serial krym., Polska
16.00 Kobra – oddział specjalny (64, 65) – serial sens., Niemcy
18.05 Strażnik Teksasu (23, 24) – serial sensacyjny, USA 2000

BBC FIRST HD

6.00 Zagadki doktora Blake'a 5 (8) – krym.
6.55 Ulica nadziei 2 (7, 8) – krym., Wlk. Bryt. 2022
8.40 Lewis 7 (4) – krym.
9.40 Ojciec Brown 2 (7) – serial kryminalny
10.40 Śmierć pod palmami 4 (6) – krym.
11.45 Zagadki doktora Blake'a 5 (8) – krym.
12.55 Ulica nadziei 2 (9, 10)
15.00 Ojciec Brown 9 (6) – krym., Wlk. Bryt. 2021
16.00 Lewis 7 (4) – krym.
17.00 My Life is Murder (2) – serial kryminalny
18.00 Morderstwa w Midsomer 25 (4) – krym., Wlk. Bryt. 2025
19.55 Śmierć pod palmami 4 (7) – krym.

TVP ABC DVB T2

8.10 Piotruś Królik 2 (76, 77) – serial anim.
8.35 Wegezaury 2 (39)
8.40 Świnka Peppa 7
9.00 Tru i Tęczowe Królestwo (13)
9.30 Domisie – dla dzieci
10.00 Figu Migu na planecie Czochras (18)
10.20 Przygody Bolka i Lolka (5, 6) – anim.
10.45 Rodzina Treflików
11.10 Odo (11-13) – anim.
11.35 Stacyjkowo (57, 58)
11.55 Pszczółka Maja (39)
12.25 Domisie – dla dzieci
13.00 Zagadki zwierzogromadki (20) – mag. dla dzieci
13.20 Tygrysek Percy i jego opowieści

TVN 24 HD

6.52 Konkret24 weryfikuje
7.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
7.30 Jeden na jeden
8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
9.55 Biznes – pr. publicyst.
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
10.55 Biznes – pr. publicyst.
11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
11.55 Biznes – pr. publicyst.
12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
13.55 Biznes – pr. publicyst.
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
14.55 Biznes – pr. publicyst.
15.00 15 na żywo – inf.
16.00 Fakty po południu

KRYMINALNY



17.00 48h. Zaginieni (193, 194) – Pol. 2023

Martyna zgłasza zaginięcie syna. Żąda, by policjanci znaleźli go jak najszybciej, bo tego dnia chłopak ma wystąpić na kontrowersyjnej gali, której jest gwiazdą.

19.00 Gliniarze (1014)
20.00 Ślad (6) – krym., Pol.
21.00 Gliniarze (809)
22.05 Łowca pedofilów (167, 169) – dok., Pol.
23.00 Świat według Kiepskich (389, 390)
0.00 Ślad (108) – krym., Pol.
1.00 Zdrady II (26)
2.05 Wydarzenia

THRILLER



21.00 Nigdy więcej – USA
FILM 2002, 150 min

Maltretowana przez męża Slim ucieka z domu. Choć zmienia nazwisko i wygląd, nie może ukryć się przed prześladowcą. Dochodzi do wniosku, że istnieje tylko jeden sposób, by się uwolnić.

23.30 Ostatni Mohikanin
FILM – film przygodowy, USA 1992, 135 min
1.45 Świat według Kiepskich (489-492) – serial kom., Pol. 2016
3.50 Nasz nowy dom (219, 220) – reality show, Polska 2021

KRYMINALNY



20.05 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (89, 90)

W szkole zostaje zamordowany Robert Greggs, doradca uczelni. Stella Bonasera konfiskuje uczniom telefony komórkowe. Okazuje się, że licealiści mają swobodny dostęp do alkoholu i narkotyków.

22.00 Czarna lista 2 (38)
22.55 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (729, 730) – krym., Pol.
1.00 Kości (129, 130)
3.00 Cobra Kai (41)
3.35 Septagon (29, 30)

KRYMINALNY



21.00 Zbrodnie Saint-Pierre (1) – Kan.

Inspektor Fitz przybywa na posterunek w Saint-Pierre. Niedługo po tym, jak rozpoczyna tam pracę, dochodzi do morderstwa.

22.00 Afera podsłuchowa (3, 4) – krym., Wlk. Bryt.
0.10 McDonald i Dodds 3 (3) – serial kryminalny
2.00 Śmierć pod palmami 4 (7) – krym.
3.10 Morderstwa w Midsomer 25 (4)
4.40 Moja rodzinka (3) – kom., Wlk. Bryt. 2000
5.15 My Life is Murder (2)

ANIMOWANY



13.45 Świnka Peppa (10-12) – Wielka Brytania 2024

Do wesołych przygód sympatycznej świnki często dołączają brat oraz rodzice.

14.10 Pająk Lucas 2 (77)
14.15 Henrietta (1) – anim.
14.30 Oli i Luna (77, 78)
14.55 Oktonauci 3 (77, 78)
15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (39) – mag.
15.40 Bella i Sebastian
16.05 Pat i świat 2
16.35 Dino Ranczo (75, 76)
17.05 Pszczółka Maja
17.30 Robin Hood (25, 26)
18.00 Kucharz Shane

PUBLICYSTYCZNY



18.00 Tak jest

Prowadzący przedstawiają wydarzenia z polskiej areny politycznej, które wzbogacają uwagi komentatora.

19.15 Serwis informacyjny
19.30 Fakty po Faktach
20.10 Fakty o świecie
21.00 Polska i świat – inf.
22.00 Szkło kontaktowe
23.00 Dzień po dniu – mag.
0.25 Biznes – pr. publicyst.
0.45 Fakty po Faktach
1.30 Tak jest – pr. publ.
2.35 Nowa Maja w ogrodzie – mag.
3.00 Akademia ogrodnika – mag.

POLSAT PLAY HD

6.00 Budowlańcy (26) – dok.
6.30 Kołowrotek (220) – mag.
7.00 Dorwać tuńczyka (7, 8)
9.00 Wojny magazynowe
10.00 Wojny kontenerowe
11.00 Hardkorowy lombard
14.00 Polacy za granicą (75, 76)
16.00 Złomiarze (23, 24) – dok.
18.05 Poszukiwacze historii
20.00 Bitwa o Atlantyk
FILM – dramat historyczny, Norwegia 2023, 65 min
21.05 Tajna historia XX wieku (55, 56) – serial dokum., Pol.
22.00 Poszukiwacze historii
22.30 Pociągi (5) – serial dokum.
23.05 Wakacje z Bałtykiem
4.00 Starożytni kosmici

FOOD NETWORK HD

11.35 Człowiek kontra jedzenie (3-5) – mag. kulin.
13.05 Apetyt na miłość (1)
14.05 Akcja: Restauracja! (6)
15.05 Pojedynek na grille (8)
16.05 Kuchenne rewolucje (13)
17.05 Sexy kuchnia Magdy Gessler (4) – mag. kulin.
17.35 MasterChef (13) – pr. rozr.
19.05 Dziecięce mistrzostwa wypieków (7)
20.05 Perfekcyjni gospodarze 9 (20) – dok.
21.05 24/24 (7) – maraton kulin.
22.10 Pyszne miejscówki (11)
23.10 Posiekani na słodko (2)
0.10 Sposób na smaczne życie (1-3) – magazyn kulin.

POLSAT RODZINA HD

12.00 Bogaty dom – biedny dom (113) – reality show
13.00 Rodzina zastępcza (257, 258) – kom., Pol. 2007
14.55 Wielkie wycieczkowce
15.55 Świat z góry (12, 13)
17.10 Pingwiny z Madagaskaru (8-11)
19.05 Rodzina zastępcza (325)
20.00 Całkiem nowe lata miodowe (16, 17) – kom.
21.10 Miodowe lata (116)
22.05 Nasz nowy dom
0.00 Tajemnice Powstania Warszawskiego (3, 4)
1.00 Prawdziwe zło. Ludzie, którzy stworzyli nazizm (2) – serial dok., Wlk. Bryt.

BBC LIFESTYLE HD

11.05 Mistrzowie szycia 11
13.15 Mistrzowie ceramiki 6
14.25 Wielkie brytyjskie wypieki 15 (1) – pr. rozr.
15.45 Zapraszam do stołu 21
17.50 Wymarzone domy 2 (22)
18.45 Mistrzowie szycia 5 (6)
19.50 Wielkie brytyjskie wypieki 15 (2) – pr. rozr.
21.10 Majorka: śródziemnomorskie smaki (3, 4) – serial dokum.
22.00 Tajlandia: mroczne oblicze raju (1) – film dok.
23.20 Wstydliwe choroby: online 3 (7) – serial dokum.
0.20 Ratunek dla skóry (2)
1.15 Mistrzowie szycia 11

NICK JR. HD

16.10 Świnka Peppa (28)
16.24 Świnka Peppa 8 (18)
16.29 Świnka Peppa 7 (4-6)
16.49 Świnka Peppa
17.19 Świnka Peppa 6 (4)
17.23 Świnka Peppa (10, 12)
17.40 Barbapapa i jego rodzinka 2 (4) – anim., Fr.
18.05 Barbapapa i jego rodzinka (2) – serial anim.
18.30 Dora 4 (12) – serial anim.
18.55 Santiago z mórz (5, 20)
19.40 Rubble i jego ekipa (5)
20.00 Dobranocki z Ryanem
20.32 Świnka Peppa (23)
20.36 Świnka Peppa 8
20.55 Barbapapa i jego rodzinka 2 (15-17) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.55 Pogoda
15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny
15.30 Sport, pogoda
15.50 Wydarzenia 15:50
16.30 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.
18.00 Punkt widzenia Szubartowicza – pr. publ.
19.15 Gość „Wydarzeń" – program publicystyczny
19.50 Debata Gozdyry – publ.
21.50 Wydarzenia wieczorne
22.30 Dzień na świecie – pr. inf.
23.30 Obraz dnia – serwis informacyjny
0.00 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.

TVP KOBIETA DVB T2

13.00 Na dobre i na złe (589)
13.55 Reunion – laboratorium ewolucji – film dokum.
15.00 Rosół polski (34) – mag.
15.30 Ojciec Mateusz 5 (61, 62)
17.25 Dobre wieści z planety Ziemia (2) – cykl dokum.
18.30 Lato z Radiem i Telewizją Polską
19.30 Miłość i nadzieja (325) – telenowela, Turcja 2022
20.30 Wichrowe wzgórze (306) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 La Promesa – pałac tajemnic (288) – obycz.
22.30 Wszystko albo nic
FILM – komedia romant., Czechy/Słowacja/Pol. 2017, 120 min

E! ENTERTAINMENT HD

8.50 Very Cavallari (5, 6)
10.40 Plastyczna fuszerka
12.30 Z kamerą u Kardashianów 16
14.20 Very Cavallari (7, 8)
16.10 Plastyczna fuszerka
18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
18.30 Z kamerą u Kardashianów (3, 4)
20.30 Very Cavallari (9, 10)
22.30 Plastyczna fuszerka
0.30 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
1.00 Z kamerą u Kardashianów 16
3.00 Plastyczna fuszerka
5.00 Very Cavallari (5)

TV TRWAM DVB T

17.55 Poczet wielkich Polaków – pr. hist.
18.00 Anioł Pański
18.05 Informacje dnia
18.15 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 Kartka z kalendarza – powstanie warszawskie – pr. eduk.
21.00 Apel Jasnogórski
21.20 Informacje dnia
21.40 Polski punkt widzenia
22.00 Droga do świętości (1)

BBC BRIT HD

10.30 W warsztacie (8) – dok.
11.30 Brytyjskie fabryki 4 (6)
12.35 Top Gear 10 (9) – mag.
13.40 W warsztacie (9) – dok.
14.40 Cuda inżynierii 3 (6)
15.45 Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 5 (12)
16.45 Brytyjskie fabryki 4 (6)
17.50 Top Gear 11 (1) – mag.
18.55 Cuda inżynierii 3 (6)
19.55 Brytyjskie fabryki 4 (7)
21.00 Cuda inżynierii kolejowej 2 (1) – dok.
22.00 Arktyczny wojownik: Guy Martin (2) – dok.
22.55 Top Gear 10 (9) – mag.
0.00 Top Gear 24 (4) – mag.

MINI MINI+ HD

8.30 Cloudy & Stormy (5-8)
9.05 Bing 2 (2-7) – serial anim.
10.00 Edzio i Lusia (7-12) – anim.
11.25 Baczne oczka (13, 1-3)
11.55 Marta mówi (17, 18)
12.50 Moje urodziny – dla dzieci
12.59 Marta mówi (19, 20)
13.55 Moje urodziny – dla dzieci
14.00 Basia 2 (1-5) – anim., Pol.
15.10 Kicia Kocia (3-7) – anim.
15.55 Marta mówi (2, 6, 11)
17.20 Staś i fajna Babcia
17.50 Moje urodziny – dla dzieci
17.57 Staś i fajna Babcia (20)
18.15 Leśna rodzina: Piwonia
18.40 Dora i przyjaciele 2
19.35 Kicia Kocia 2 (4-8) – anim.
20.25 Mały Charlie (3-7) – anim.

TVP 3 DVB T2

12.30 Rączka gotuje
13.00 Agrobiznes
13.20 Agropogoda
13.30 Bez retuszu
14.20 Poznaj region
15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – program religijny
15.20 Serwis Info Dzień – inf.
15.30 Program lokalny
19.30 Całkiem niezła historia
19.45 Kryminalna siódemka
20.00 Dziennik regionów – inf.
20.13 Gość Regionów – pr. publ.
20.30 Telekurier – mag., Polska
21.00 Program lokalny
22.00 Dziennik regionów – inf.
22.30 Złoty chłopak (209) – serial obycz., Turcja 2022

eprasa.pl dec786d728

Warto zobaczyć

10.15 TVP KULTURA
Brzezina
OBYCZAJOWY Bolesław od śmierci żony ma depresję. Odwiedza go chory na gruźlicę brat, Stanisław, który do końca zamierza cieszyć się życiem. *Reż.: Andrzej Wajda, A: Daniel Olbrychski, Olgierd Łukaszewicz Polska 1970* **105 min ► do godz. 12.00**

16.00 ALE KINO+
W 80 dni dookoła świata
PRZYGODOWY XIX-wieczny Londyn. Wynalazca chce w niecałe trzy miesiące okrążyć Ziemię. Towarzyszy mu m.in. lokaj. *Reż.: Frank Coraci, A: Jackie Chan, Steve Coogan, Cécile De France USA/Niemcy 2004* **135 min ► do godz. 18.15**

17.50 TVN FABUŁA
Nigdy w życiu!
KOMEDIA ROMANTYCZNA Porzucona przez męża czterdziestolatka musi ułożyć sobie życie na nowo. Buduje dom na wsi i znajduje miłość. *Reż.: Ryszard Zatorski, A: Danuta Stenka, Artur Żmijewski, Joanna Brodzik Polska 2004* **130 min ► do godz. 20.00**

18.00 WARNER TV
Dziewczyna na pożegnanie
KOMEDIA ROMANTYCZNA Singielka musi zamieszkać z nieznajomym. Z czasem rodzi się między nimi sympatia. *Reż.: Herbert Ross, A: Marsha Mason, Richard Dreyfuss, Paul Benedict USA 1977* **135 min ► do godz. 20.15**

18.05 PARAMOUNT NETWORK
Jumper
PRZYGODOWY David odkrywa, że potrafi teleportować się w dowolne miejsce. Niezwykłe umiejętności ściągają na niego zagrożenie. *Reż.: Doug Liman, A: Hayden Christensen, Samuel L. Jackson USA/Kanada 2008* **115 min ► do godz. 20.00**

18.40 POLSAT FILM
S.W.A.T. Jednostka specjalna
SENSACYJNY Elitarny oddział policji eskortuje gangstera. Próba przekupstwa staje się testem dla funkcjonariuszy. *Reż.: Clark Johnson, A: Samuel L. Jackson, Colin Farrell, LL Cool J USA 2003* **140 min ► do godz. 21.00**

22.00 SCI FI
Dzień Świstaka
KOMEDIA Egocentryczny prezenter pogody Phil Connors wpada w spiralę czasu. Wciąż powtarza od nowa znienawidzony Dzień Świstaka. *Reż.: Harold Ramis, A: Bill Murray, Andie MacDowell, Chris Elliott USA 1993* **125 min ► do godz. 0.05**

23.00 PULS 2
Facet (nie)potrzebny od zaraz
KOMEDIA ROMANTYCZNA Zosia chce odszukać byłych partnerów, by sprawdzić, czy nie przegapiła wielkiej miłości. *Reż.: Weronika Migoń, A: Katarzyna Maciąg, Joanna Kulig, Łukasz Garlicki Polska 2014* **120 min ► do godz. 1.00**

→ filmowe hity


Oficerowie opracowują plan dezinformacji nazistów.



21.55 TVP 1
Operacja „Mincemeat”

WOJENNY **Oparta na faktach opowieść o akcji brytyjskiego wywiadu podczas II wojny światowej.**

HIT DNIA Rok 1943. Alianci opracowują strategię, której celem jest pozbawienie Adolfa Hitlera kontroli nad okupowanymi terenami. Obejmuje ona m.in. zmasowany atak na Sycylię. By uniknąć masakry, duet oficerów brytyjskiego wywiadu, Ewen Montagu i Charles Cholmondeley, postanawia odwrócić uwagę Niemców od faktycznego zagrożenia. Plan polega na podrzuceniu na hiszpańskie wybrzeże zwłok rzekomego majora Martina. Przy topielcu alianci chcą umieścić sfabrykowaną notatkę o inwazji na Sardynię i Bałkany, podczas gdy rzeczywistym celem jest Sycylia. Spektakularna strategia dezinformacji ma skłonić nazistów do skoncentrowania sił w innym miejscu i zapobiec potencjalnym stratom. HD **140 min ► do godz. 0.15**

Wlk. Bryt./USA 2021 **Reż.:** John Madden **Wyst.:** Colin Firth, Rufus Wright, Matthew Macfadyen, Nicholas Rowe



19.55 POLSAT
Duże dzieci
KOMEDIA Lenny (Adam Sandler) i jego przyjaciele, w tym Rob, spotykają się na pogrzebie trenera. Uroczystość jest pretekstem, by powspominać dawne czasy. Koledzy postanawiają oddać się szalonej zabawie.

Reż.: Dennis Dugan Wyst.: David Spade
USA 2010 HD **130 min ► do godz. 22.05**



20.00 TV PULS
Bogowie Egiptu
PRZYGODOWY Władca ciemności Set przejmuje rządy. Zabija faraona, okalecza bratanka, a poddanych zmienia w niewolników. Egipt pogrążą się w chaosie. Śmiertelnik Bek (Brenton Thwaites) chce obalić tyrana.

Reż.: Alex Proyas Wyst.: Gerard Butler
USA 2016 HD **140 min ► do godz. 22.20**



20.00 KINO POLSKA
Prawo ojca
SENSACYJNY Nastoletnia Marta zostaje zgwałcona. Sprawcy, mimo dowodów winy, pozostają na wolności. Ojciec dziewczyny (Marek Kondrat), widząc bezradność policji i prokuratury, chce sam wymierzyć sprawiedliwość.

Reż.: Marek Kondrat Wyst.: Nina Roguż
Polska 1999 **125 min ► do godz. 22.05**



20.50 TVN
U Pana Boga w ogródku
KOMEDIA OBYCZAJOWA Do komendy w Królowym Moście trafia aspirant Cielęcki (Wojciech Solarz), najsłabszy absolwent szkoły policyjnej. Tymczasem CBŚ ukrywa w miasteczku świadka koronnego.

Reż.: Jacek Bromski Wyst.: Emilian Kamiński
Polska 2007 HD **150 min ► do godz. 23.20**



21.10 TVP KULTURA
Polowanie na ćmy
OBYCZAJOWY Warszawa, rok 1905. Uwikłana w działalność niepodległościową młoda kobieta (Sonia Mietielica) po opuszczeniu więzienia zaczyna pracę w domu publicznym. Trafia w środek politycznej burzy.

Reż.: Michał Rogalski Wyst.: Piotr Nerlewski
Polska 2022 HD **125 min ► do godz. 23.15**



22.05 POLSAT
Gruby i chudszy 2: Rodzina Klumpów
KOMEDIA Profesor Klump (Eddie Murphy) i Denise (Janet Jackson) planują ślub. Tymczasem alter ego naukowca, Buddy Love, chce ukraść wynaleziony przez niego eliksir młodości. To oznacza kłopoty.

Reż.: Peter Segal Wyst.: Larry Miller, John Ales
USA 2000 HD **150 min ► do godz. 0.35**

patrasa (ruder7891738)

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

→ filmowe hity



Mike poznaje zamożną Maxandrę. Składa mu ona intratną propozycję.

20.00 TVN 7

Magic Mike: Ostatni taniec

KOMEDIODRAMAT Były striptizer zostaje choreografem w teatrze.

HIT DNIA Były striptizer Mike Lane pracuje jako barman dla firmy kateringowej. Na jednym z przyjęć zamożna Maxandra oferuje mu pieniądze w zamian za prywatny występ. Spędzają razem noc. Następnego dnia kobieta proponuje mu, by został choreografem w jej londyńskim teatrze i zaopiekował się grupą striptizerów. Mike źle się czuje w tamtejszym środowisku artystycznym, a jego niejasna relacja z Max dodatkowo komplikują sytuację. HD 150 min ▶ do godz. 22.30

USA 2023 **Reż.:** Steven Soderbergh **Wyst.:** Channing Tatum, Salma Hayek, Jemelia George, Caitlin Gerard



20.00 STOPKLATKA

Dobre zabijanie

OBYCZAJOWY Pilot Tom (Ethan Hawke) pracuje w bazie wojskowej w Nevadzie. Steruje dronami, które likwidują cele w Afganistanie. Gdy liczba niszczycielskich nalotów wzrasta, zaczyna wątpić w sens swojej służby.

Reż.: Andrew Niccol Wyst.: Bruce Greenwood
USA 2014 HD 125 min ▶ do godz. 22.05



22.20 TV PULS

Beowulf: Droga do sprawiedliwości

FANTASY Rycerz króla Hrothgara, Beowulf (Gerard Butler), staje na czele wyprawy przeciw trollowi. Obiecuje władcy głowę potwora. Gdy odkrywa prawdę o monstrum, ogarniają go wątpliwości.

Reż.: Sturla Gunnarsson Wyst.: Stellan Skarsgard
Kanada 2005 HD 120 min ▶ do godz. 0.20

→ sport



13.00 POLSAT SPORT 1

AC Milan – Inter Mediolan

PIŁKA NOŻNA LIVE Areną towarzyskiego starcia gigantów Serie A będzie Optus Stadium w Perth. To czwarte derby Mediolanu, które zostaną rozegrane poza terytorium Włoch, a zarazem pierwsze z Rúbenem Amorimem w roli trenera Milanu. HD 120 min ▶ do godz. 15.00



15.20 TVP 1

Tour de Pologne

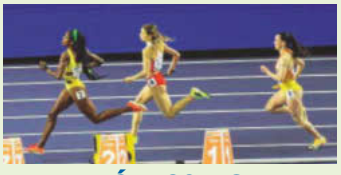
KOLARSTWO LIVE Na wstępnej liście startowej 83. TdP znalazł się Michał Kwiatkowski, który nieco ponad tydzień temu ścigał się w Tour de France. Przed nim trzeci etap z Gorzowa Wlkp. do Zielonej Góry o długości 193,5 km. HD 90 min ▶ do godz. 16.50



17.00 C+ SPORT 2

Turniej WTA w Toronto

TENIS LIVE W Kanadzie zagra niemal cała czołówka kobiecego tenisa. W tym gronie nie zabraknie Igi Świątek. Po niezbyt udanym dla Polki Wimbledonie spadła ona z trzeciego na ósme miejsce w rankingu WTA. HD 90 min ▶ do godz. 18.30



3.00 TVP SPORT

MŚ U-20 – Oregon

LEKKOATLETYKA LIVE Rusza młodzieżowy czempionat, który potrwa do 9 sierpnia. Pierwszego dnia o medale zawalczą kulomioci i sztafety mieszane 4x400 m. Odbędą się też decydujące biegi kobiet i mężczyzn na 5000 metrów. HD 195 min ▶ do godz. 6.15

→ rozrywka



13.05 TVP POLONIA

Giganci nauki

TELETURNIEJ Uczestnicy mierzą się z pytaniami na temat fizyki i chemii Słońca, jego budowy i porównania z innymi gwiazdami. Nie zabraknie także zagadek dotyczących heliocentryzmu i zjawisk astronomicznych. Gospodarzem programu jest Łukasz Nowicki. 55 min ▶ do godz. 14.00



18.00 TV 4

Łowcy skarbów. Kto da więcej?

REALITY SHOW Na licytację trafią talie kart promujących PLL LOT w nienaruszonych stanie, zestaw sześciu srebrnych uchwytów do drobiu z przełomu XIX i XX w. oraz komplet porcelanowych figur. HD 60 min ▶ do godz. 19.00



22.00 DISCOVERY CHANNEL

Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata

REALITY SHOW Uczestnicy mają zbudować ościenie do połowu ryb. Nie wszystko się udaje, a na domiar złego pada deszcz. Fatalna pogoda dodatkowo psuje relacje w drużynach. HD 120 min ▶ do godz. 0.00

→ dokument



20.00 DISCOVERY CHANNEL

K-Pop Shark Heroes

PRZYRODA Ken Jeong i Rei Ami prowadzą kampanię społeczną mającą na celu zmianę postrzegania rekinów w Azji. Wykorzystują do tego celu popularność k-popu. HD 60 min ▶ do godz. 21.00



20.00 FILMBOX+ HITS

Powrót Bena

OBYCZAJOWY Tuż przed świętami Bożego Narodzenia w domu Holly (Julia Roberts) zjawia się jej syn (Lucas Hedges), który powinien przebywać w ośrodku odwykowym. Wizyta sprowadza na rodzinę kłopoty.

Reż.: Peter Hedges Wyst.: Courtney B. Vance
USA 2018 115 min ▶ do godz. 21.55



23.20 TVN

Troja

HISTORYCZNY Książę Parys uprowadza żonę króla Sparty. Prowadzi to do krwawej wojny. Obrońcy Troi pokładają nadzieje w Hektorze. Po stronie ich przeciwników stają legendarny Achilles (Brad Pitt) i sprytny Odyseusz.

Reż.: Wolfgang Petersen Wyst.: Diane Kruger
USA/Malta 2004 HD 200 min ▶ do godz. 2.40

eprasa.pl dec786d728

TVP 1 HD DVB T2

5.00 **Splątane losy** (15) – serial obyczajowy, Turcja 2024
5.50 **Akacjowa 38** (910) – telenowela, Hiszpania 2018
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
7.30 **Rodzina (nie od) święta** – magazyn religijny
8.00 **Serwis Info** – program inform.
8.10 **Pogoda Info**
8.15 **Chłopi** (2) – obycz., Polska 1972
9.15 **Ranczo 8** (100): W blasku fleszy – serial obyczajowy, Polska 2014
10.05 **Komisarz Alex 23** (285) – serial kryminalny, Polska 2025
11.00 **Ojciec Mateusz 17** (223) – serial kryminalny, Polska 2017
12.00 **Serwis Info** – program inform.
12.10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
12.30 **Agropogoda** – program inform.
12.40 **Magazyn rolniczy**
12.55 **Natura w Jedynce: Włochy – ostatnie dzikie zakątki** (2) – serial dokumentalny, Wł.
14.00 **Splątane losy** (16) – serial obyczajowy, Turcja 2024
15.00 **Serwis Info** – program inform.
15.15 **Kolarstwo:** Tour LIVE de Pologne – studio
15.20 **Kolarstwo:** Tour LIVE de Pologne – 3. etap
16.50 **Kolarstwo:** Tour LIVE de Pologne – studio
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
18.05 **Reporterzy** – mag. reporterów
18.25 **Akacjowa 38** (927) – telenowela, Hiszpania 2018
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.

TVP 2 HD DVB T2

4.35 **Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2024
5.30 **M jak miłość** (1809) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.20 **Pożyteczni.pl** – magazyn
6.55 **Barwy szczęścia** (3369) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.30 **Rodzinka.pl** (62, 63): Walka z lenistwem; Bal maturalny – serial komediowy, Polska 2012
Tomek wyznaje Natalii, że zerwał z Magdą. Kuba wyśmiewa się z brata, że staje się kujonem, bo startuje w olimpiadzie.
12.35 **Koło fortuny** (1917) – teleturniej
13.15 **Panna młoda** (162) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 **Va banque** (1031) – teleturniej
14.35 **Na sygnale** (891): Druga twarz – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (448) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
16.00 **Koło fortuny** (1918) – teleturniej
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (163) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Cemil wpada w szał po ucieczce Hancer. Melih wciąż potajemnie jej pomaga. Rozjuszony Cemil omal nie podpala rezydencji. Mahmut przyłapuje Meliha na kłamstwie. Żąda od niego natychmiastowych wyjaśnień.
18.15 **Va banque** (1032) – teleturniej
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej

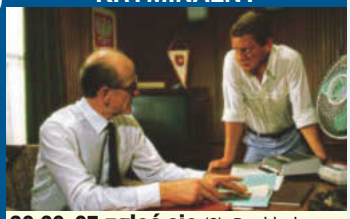
POLSAT HD DVB T2

4.40 **Disco Gramy**
5.25 **Telezakupy TV Okazje**
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
9.15 **Malanowski i partnerzy** (372, 373): Wymuszona miłość; Mroczne sekrety – serial fab.-dok., Polska 2011
Tomek i Magda są świadkami porwania dziewczyny. Ustalają jej tożsamość. Odkrywają, że pracowała ona na plantacji kwiatów. Bronisław wysyła na miejsce Tomka.
10.20 **Trudne sprawy** (1291) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.20 **Gliniarze** (909, 910) – serial paradokumentalny, Polska 2024
13.25 **Dlaczego ja?** (1538, 1539): W sypialni powiało chłodem; W niewoli – serial paradokumentalny, Polska 2026
Rolnik Julian wraca do domu po kilkumiesięcznej nieobecności. Zauważa, że jego żona Halina zachowuje się inaczej niż zwykle. Niebawem dowiaduje się o jej chorobie wenerycznej.
15.30 **Wydarzenia, pogoda**
15.55 **Milionerzy** – teleturniej
16.35 **Gliniarze** (1107, 1108) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Kobieta zostaje napadnięta we własnym mieszkaniu. Jej mąż, sędzia piłkarski, otrzymywał liczne groźby od pseudokibiców. Adam i Olga odkrywają również fakty na temat afery sędziowskiej.
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** (1720) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 **Kuchenne rewolucje** (3): Tomaszów Mazowiecki – „Smaczne...go!” – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Doradca smaku** (37) – magazyn kulinarny
11.25 **Kuchenne rewolucje** (2): Kudowa-Zdrój – Szmaragdowa/Ghvino i Śpiew – program rozrywkowy
12.35 **Ukryta prawda** (1513, 1514, 1743) – serial paradok., Polska
15.45 **Detektywi** (132) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
O pomoc do śledczych zwraca się 17-latek, którego 6-letnia siostra zaginęła z domu dziecka. Detektywi kierują swoje podejrzenia na małżeństwo prowadzące placówkę.
16.50 **Szpital św. Anny** (83) – serial obyczajowy, Polska 2026
Kaśka decyduje się zatrudnić prawniczkę, by przeprowadziła ją przez sprawę rozwodową z Bartkiem. Tymczasem na oddział ratunkowy trafia nastoletni baletmistrz z bólem brzucha.
17.55 **Młode gliny** (40) – serial kryminalny, Polska 2026
19.00 **Fakty, sport**
19.40 **Kroniki Tour de Pologne** (3) – magazyn sportowy
19.45 **Pogoda**
19.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów

KRYMINALNY



20.30 07 zgłoś się (9): Rozkład jazdy – Polska 1978

W różnych zakątkach Polski w ten sam sposób giną kobieta i mężczyzna – zabójca wbił im nóż w serce. Borewicz uważa, że obie zbrodnie popełniła jedna osoba. Odkrywa, że zamordowani mieli związek ze śmiercią żony pewnego cyrkowca.

21.55 Operacja „Mincemeat” FILM – dramat wojenny, Wielka Brytania/USA 2021, reż. John Madden, wyk. Rufus Wright, Matthew Macfadyen, Ruby Bentall, 140 min HIT DNIA

0.15 **Wieczór z Mistrzem. Andrzej Wajda: Kanał** FILM – dramat wojenny, Polska 1956, reż. Andrzej Wajda, wyk. Tadeusz Janczar, Teresa Iżewska, 100 min
1.55 **Zaginiony w akcji 2: Początek** FILM – dramat wojenny, USA 1985, reż. Lance Hool, wyk. Chuck Norris, Soon-Tek Oh, Steven Williams, Bennett Ohta, 100 min
3.35 **Wykrywacz kłamstw** – publ.
3.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
4.15 **Reporterzy** – mag. reporterów
4.25 **Oko na świat** – magazyn
4.45 **Zakończenie**

OBYCZAJOWY



19.25 Barwy szczęścia (3369) – Polska 2026

Asia kłóci się z Emilem, kiedy odkrywa, że ktoś zniszczył jej dokumenty. Wkrótce teczkę z papierami junior znajduje wśród książek Lucyny. Ta szybko odzyskuje jego zaufanie, kiedy zaprasza jego ojca Daniela na święta.

20.05 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (33) – teleturniej
20.35 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (33) – teleturniej
20.55 **Postaw na milion** – teleturniej
21.50 **Na sygnale** (889, 890): Demolka; Czytajcie ulotki – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
22.55 **Berlin Ku'damm 59** (10) – serial obyczajowy, Niemcy 2018
23.50 **PitBull 3** (18) – serial sensacyjny, Polska 2008
0.50 **Karol, władca Hiszpanii** (17) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015
1.50 **Nasz dom w górach** (24): Ramię w ramię, część 2 – serial obyczajowy, Niemcy 2024
2.45 **Twarze Agaty** – film dokum., Pol./Wielka Brytania 2023
4.05 **Zakończenie**

KOMEDIA



19.55 Komediowa środa: Duże dzieci FILM – USA 2010, 130 min

Lenny Fedler i jego przyjaciele z dzieciństwa spotykają się po trzydziestu latach na pogrzebie uwielbianego trenera szkolnej drużyny. Wraz z rodzinami zatrzymują się w położonym nad jeziorem domu zmarłego. Postanawiają raz jeszcze oddać się szalonej zabawie.

22.05 Gruby i chudszy 2: Rodzina Klumpów FILM – komedia, USA 2000, reż. Peter Segal, wyk. Eddie Murphy, Janet Jackson, Larry Miller, John Ales, 150 min
Prof. Sherman Klump i Denise Gaines planują ślub. Tymczasem alter ego naukowca, Buddy Love, chce ukraść wynaleziony przez niego eliksir młodości. To oznacza nowe kłopoty.
0.35 **Alita: Battle Angel** – film s.f., FILM USA 2019, reż. Robert Rodriguez, wyk. Rosa Salazar, Christoph Waltz, Jennifer Connelly, Mahershala Ali, 155 min
3.10 **Nasz nowy dom** (302) – reality show
4.15 **Kabaretowa Ekstraklasa** (114) – program rozrywkowy

OBYCZAJOWY



20.15 Na Wspólnej (4258) player – Polska 2026

Greg mówi Nalepie, że Ewelina polubiła Weronikę. Nie podoba mu się jednak fakt, że partnerka Lwa chce spotkać się z jego żoną. Basia martwi się, jak powiedzieć synom o aferze z handlem dyplomami, w którą zamieszany jest ich ojciec. Krzysztof konfrontuje się z Andrzejem i zapowiada mu, że prawda wyjdzie na jaw.

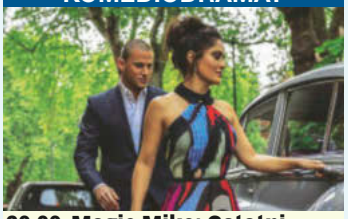
20.50 U Pana Boga w ogródku FILM – komedia obyczajowa, Polska 2007, reż. Jacek Bromski, wyk. Wojciech Solarz, Emilian Kamiński, Andrzej Zaborski, Krzysztof Dzierma, 150 min
23.20 **Troja** – dramat historyczny, FILM USA/Malta 2004, reż. Wolfgang Petersen, wyk. Brad Pitt, Diane Kruger, Orlando Bloom, Brian Cox, 200 min
2.40 **Detektywi** (131) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
3.45 **Uwaga!** – magazyn reporterów
4.00 **Wallander 2** (6) – serial kryminalny, Szwecja/Niemcy/Dania 2009

eprasa.pl dec786d728
P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB T2

5.20 **Ten moment** (13) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 **Szkoła** (848-850) – serial paradokumentalny, Polska 2020
8.45 **Ukryta prawda** (1356, 1481, 1482) – paradok., Polska
11.50 **W-11 – Wydział Śledczy** (1153-1155) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2014
13.55 **Kryminalni 2** (10): Tajemnica Julii Małeckiej – serial kryminalny, Polska 2005
15.00 **Szpital** (818, 819) – serial paradokumentalny, Polska 2018
17.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (524): Nasza klasa – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
Małgorzatę zaatakowano na zjeździe klasowym. Aneta została wskazana jako sprawczyni. Kobiety nie rozmawiały ze sobą przez prawie piętnaście lat. Sędzia bada motywy napastniczki.
18.00 **SOS Ekipy w akcji** (36) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Funkcjonariusze dostają zgłoszenie dotyczące dziewczynki, która błąka się bez opieki na osiedlu w stolicy. Pomagając jej w poszukiwaniach mamy, trafiają na rodzinny dramat.
19.00 **Ukryta prawda** (1547) – serial paradokumentalny, Polska 2023
W lombardzie, w którym zatrudniona jest Urszula, dochodzi do napadu. Policja przesłuchuje kobietę oraz jej szefową. Kilka godzin później Urszula znajduje u partnera broń i pieniądze.

KOMEDIODRAMAT



20.00 FILM **Magic Mike: Ostatni taniec** – USA 2023, 150 min

Były striptizer Lane kończy 40 lat. Obecnie pracuje jako barman dla firmy kateringowej. Na jednym z przyjęć bogata Max proponuje mu, by został choreografem w jej londyńskim teatrze. Mężczyzna ma zaopiekować się grupą tancerzy erotycznych. Na miejscu nic nie idzie gładko. Amerykanin źle się czuje w tamtejszym środowisku, a jego niejasna relacja z Max i rodzące się między nimi uczucie komplikują sytuację.

22.30 FILM **Szeregowiec Ryan** – dramat wojenny, USA 1998, reż. Steven Spielberg, wyk. Tom Hanks, Tom Sizemore, Edward Burns, Barry Pepper, 200 min
1.50 FILM **Wakacje w krzywym zwierciadle** – komedia, USA 1983, reż. Harold Ramis, wyk. Chevy Chase, Beverly D'Angelo, Imogene Coca, Anthony Michael Hall, 125 min
3.55 **Żyjąc z potworem 9** (13) – serial dokumentalny, USA 2024
4.45 **Usterka 11** (20) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019

TV PULS HD DVB T2

6.00 **Policjanci z Miami 3** (24): Bohaterowie rewolucji – serial kryminalny, USA 1987
7.00 **Policjanci z Miami 4** (1): Obraza sądu – serial kryminalny, USA 1987, wyk. Don Johnson, Edward James Olmos
8.00 **Kobra – oddział specjalny** (17, 18): Niewidomy świadek; Bohater ulicy – serial sensacyjny, Niemcy 2017
10.00 **Zaklinaczka duchów 3** (62) – serial fantasy, USA 2008
11.00 **Kotka** (1) – telenowela, Meksyk 2014, wyk. Maite Perroni, Daniel Arenas
12.00 **Nie igraj z aniołem** (132) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
13.00 **Wspaniałe stulecie** (66) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 **Kurierzy 2** (51) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 11** (574, 575) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 **Kurierzy 2** (52) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Znudzona małżeństwem 50-letnia Irena decyduje się odejść. Jej mąż Władek postanawia jednak walczyć o związek. Zamierza zrobić żonie wielką niespodziankę.
18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (989, 990) – serial obyczajowy, Polska 2026
Jan wchodzi w układ z gangsterem Mikołem, który handluje fałszywym złotem. Jego syn wykrada jedną ze sztabek. Chce sprzedać ją w lombardzie.

PRZYGODOWY



20.00 FILM **Bogowie Egiptu** – USA/Australia/Chiny 2016, 140 min

Władca ciemności Set podstępem obejmuje rządy w Egipcie. Zabija faraona, okalecza bratanka i zmienia poddanych w niewolników. Mocarstwo pogrąża się w chaosie. Grupa rebeliantów, którym przewodzi złodziejaszek Bek, postanawia sprzeciwić się tyranowi.

22.20 FILM **Beowulf: Droga do sprawiedliwości** – film fantasy, Kanada/Islandia/Wielka Brytania 2005, reż. Sturla Gunnarsson, wyk. Stellan Skarsgard, Gerard Butler, Ingvar Eggert Sigurdsson, Hringur Ingvarsson, 120 min
0.20 FILM **Rewolwer** – dramat sensacyjny, Francja/Wielka Brytania 2005, reż. Guy Ritchie, wyk. Jason Statham, Ray Liotta, Vincent Pastore, André Benjamin, 125 min
2.25 **Dzielnica strachu 10** (448): Newborn – serial kryminalny, Polska 2025-2026
3.25 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (985) – serial obyczajowy, Polska 2026
4.25 **Zobacz to!** – pr. powtórkowe

PULS 2 HD DVB T2

5.50 **Ale numer! 22** (4) – pr. rozrywk.
6.20 **Cosie-Ktosie** (30-32) – anim., Fr.
6.45 **SamSam: Kosmiczne przygody** (18) – serial anim.
7.00 **Blaze i megamaszyny 6** (25) – serial animowany, USA 2020
7.30 **Psi Patrol 2** (17) – serial anim.
7.50 **Dora** (9) – anim., Kan./USA 2024
8.30 **Wielkie przygody małego rekina 2** (4) – serial dla dzieci, USA/Korea Południowa 2023
8.50 **Masza i Niedźwiedź 6** (8-10) – serial animowany, Rosja
9.25 **Świnka Peppa** (4-6) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
9.45 **Bing** (47, 48) – serial animowany
10.00 **Jeżyk i Przyjaciele** (5, 4) – anim.
10.35 **Spidey i superkumple 2** (35, 34) – serial anim., USA 2022
11.35 **Gus. Mały – wielki rycerz** (33, 34) – serial anim., Fr. 2021
12.00 **Psi Patrol** (14) – serial anim.
12.35 **Marta mówi** (35) – serial anim.
13.00 **Smerfy** (3, 4) – serial anim., Bel.
14.00 **Baranek Shaun 4** (19-21) – serial anim., Wielka Brytania
14.35 **My Little Pony: Przyjaźń to magia** (8) – anim., USA/Kan. 2011
15.00 **Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2** (45, 46) – anim., Fr./Jap./Korea Południowa 2017
16.00 **Fineasz i Ferb 2** (29, 30) – serial animowany, USA 2007-2011
17.00 **Smerfy** (5, 6) – serial anim., Bel.
18.00 **Pingwiny z Madagaskaru** (19, 20) – serial animowany, USA
19.00 **Kacze opowieści** (24, 25) – serial animowany, USA 1987
20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (977) – serial obyczajowy, Polska 2026

KRYMINALNY



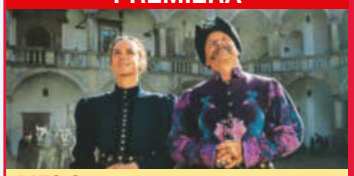
21.00 **Dzielnica strachu 10** (459, 460): Miłość bez granic; Money, Money, Money – Polska 2025-2026

Przy wiadukcie kolejowym zostaje znaleziony martwy cudzoziemiec Nadir. Śledczy próbują ustalić, czy imigrant odebrał sobie życie, czy padł ofiarą zabójcy. Kluczem do rozwiązania sprawy okazuje się dwóch bezdomnych.

23.00 FILM **Facet (nie)potrzebny od zaraz** – komedia romantyczna, Polska 2014, reż. Weronika Migoń, wyk. Katarzyna Maciąg, Joanna Kulig, Krzysztof Globisz, Łukasz Garlicki, 120 min
1.00 **Dzielnica strachu 10** (455): Poza prawem – serial kryminalny, Polska 2025-2026
2.00 **Lombard. Życie pod zastaw** (1) – serial obyczajowy, Polska 2017, wyk. Zbigniew Buczkowski, Jerzy Górski
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 5** (227, 228) – serial obyczajowy, Polska 2019
5.00 **Lombard. Życie pod zastaw 10** (524) – serial obyczajowy, Polska 2022

NETFLIX

PREMIERA



1670 3

Jan Paweł (Bartłomiej Topa) nie radzi sobie z zaskakującymi informacjami dotyczącymi pochodzenia jego rodu i próbuje odnaleźć się w świecie wielkiej polityki. Do dworku wraca Aniela (Martyna Byczkowska) i zakłada szkołę dla chłopów. W duszach prostych ludzi narasta gniew, który przeradza się w bunt.

►**serial kom. (8 odc.), Polska 2026**

PREMIERA



STO LAT SAMOTNOŚCI 2

Druga odsłona serii skupia się na przyczynach upadku miasteczka Macondo. Konserwatyści, obawiając się rosnącej pozycji pułkownika Aureliana Buendii, planują zamach na jego życie. José Arcadio Drugi próbuje otworzyć się na świat. Pojawienie się kolei całkowicie zmienia codzienność jego bliskich.

►**obycz. (8 odc.), Kolumbia 2026**

PREMIERA



KURCZAK NASZ POWSZEDNI: FASTFOODOWY SPISEK

Komik Mo Gilligan podejmuje nietypowe wyzwanie – przez 28 dni je wyłącznie smażonego kurczaka. Kamera śledzi, jak ta dieta wpływa na jego zdrowie i samopoczucie. Twórcy zaglądają też za kulisy sieci fast foodów, analizując mechanizmy masowej produkcji.

►**film dok., Wlk. Bryt. 2026; 96 min**

PREMIERA



AFERA FINANSOWA TRUSTOR

Wiosną 1997 roku pięć osób przejęło firmę inwestycyjną Trustor. Niebawem wyszło na jaw oszustwo, które stało się jedną z największych afer finansowych w Szwecji. Autor przekrętu, Joachim Posener, przez lata ukrywał się przed wymiarem sprawiedliwości. Odnalazła go dokumentalistka Karin af Klintberg.

►**film dok., Szwecja 2026; 101 min**

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (14, 15) – serial kryminalny
7.30 **Ostry dyżur 2** (15, 16) – serial obyczajowy
9.25 **Castle 4** (17, 18) – serial kryminalny
11.25 **MacGyver 5** (2, 3) – serial akcji, USA 2020-2021
13.15 **Dowody zbrodni 2** (20, 21) – serial krym.
15.10 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (16, 17) – serial kryminalny
17.10 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5** (15, 16) – serial krym., USA/Kanada 2004
19.05 **Castle 4** (19, 20) – serial kryminalny

TVP SERIALE

5.40 **Rodzinka.pl** (122) – serial kom., Pol. 2013
6.10 **Na sygnale** (504, 505)
7.20 **Ojciec Mateusz 4** (54) – krym., Pol. 2010
8.15 **Komisarz Alex 4** (43)
9.05 **Rodzinka.pl** (123)
9.45 **Klan** (1470) – telen.
10.15 **Ranczo 10** (121, 122)
11.55 **Komisarz Alex 4** (44)
12.45 **Ojciec Mateusz 31** (404-406) – krym., Pol.
15.35 **Komisarz Alex 4** (45) – serial krym., Polska
16.25 **Na sygnale** (506, 507) – serial fab.-dokum.
17.35 **Ranczo 10** (123, 124) – serial obycz., Polska
19.30 **Ojciec Mateusz 31** (407) – krym., Pol. 2024
20.30 **Ojciec Mateusz 4** (55) – krym., Pol. 2010

TVP KULTURA DVB T2

10.15 **Brzezina** – dramat obyczajowy, Polska 1970, 105 min
12.00 **Tajemnice kultowych seriali** (6) – serial dok., Pol. 2025
13.00 **Kulturalni** (29) – mag.
14.00 **Noce i dnie** (10)
15.15 **Zakochany anioł** – komedia romant., Polska 2005, 110 min
17.05 **Niewiarygodne przygody Marka Piegusa** (7, 8) – przyg.
18.10 **Muzeum Polskiej Piosenki** (52) – rozr.
18.30 **Informacje kulturalne**
18.55 **Rawhide 2** (23) – serial przygodowy
20.00 **Powrót Sherlocka Holmesa** (10) – krym.

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 2** (11) – serial dok., Pol. 2018
7.00 **Przybieżeli** – film krótkometraż.
7.35 **Miss mokrego podkoszulka** – kom., Polska 2002, 75 min
8.50 **The Office PL** (5, 6) – kom., Pol. 2021-2022
10.00 **Grantchester 10** (3, 4) – krym., Wlk. Bryt.
12.05 **Vera 11** (2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
14.00 **Klub wtorkowy** – komediodramat, Szwecja 2022, 120 min
16.00 **W 80 dni dookoła świata** – film przyg., USA/Niem./Irlandia 2004, 135 min
18.15 **Vera 11** (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

CANAL+ PREMIUM HD

10.35 **Moje pieczone kurczaki** – obycz., Polska 2002, 65 min
11.40 **Saga „Zmierzch": Zaćmienie** – film fantasy, USA 2010, reż. David Slade, 120 min
13.40 **Łapu capu** – pr. rozr.
13.45 **Wszyscy święci** – film obyczajowy, Polska 2002, 80 min
15.05 **Dahomej** – dok., Fr./Senegal/Singapur 2024
16.15 **Czarna woda** – film krótkometraż.
16.35 **Kiedy nadchodzi jesień** – dramat obyczajowy, Francja 2024, 100 min
18.15 **Łapu capu** – pr. rozr.
18.20 **Dalej jazda! 2** – kom., Polska 2025, 100 min

HBO HD

7.45 **Alita: Battle Angel** – film s.f., USA 2019, 120 min
9.45 **Pingwiny z Madagaskaru** – film animowany, USA 2014, 90 min
11.15 **Hutnik szkła** – film animowany, Pakistan/USA 2024, 95 min
12.50 **Dzielna banda i tajemnica zaginionego wujka** – film animowany, Hiszpania 2024, 80 min
14.10 **W stronę słońca** – film s.f., Wlk. Bryt./USA 2007, 105 min
15.55 **Śmierć komedianta** – dramat obyczajowy, Argentyna/Belgia 2025, 110 min

20

KRYMINALNY



21.05 **Walker: Strażnik Teksasu 2** (7, 8)

Liam używa fałszywego nakazu aresztowania Dana Millera, co komplikuje jego relacje z Cordellem. Kapitan James informuje braci, że prawnicy Serano wykorzystują te błędy.

23.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5** (15, 16) – serial krym.
0.50 **Castle 4** (19, 20) – serial kryminalny
2.45 **Walker: Strażnik Teksasu 2** (7, 8)
4.35 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4** (8) – krym., USA/Kan.

OBYCZAJOWY



21.30 **Ranczo 10** (125, 126) – Polska 2016

Jola postanawia otworzyć własny interes. Opowiada o swoim pomyśle Więcławskiej. Tymczasem koledzy z ławeczki zauważają w tej sytuacji szansę dla siebie.

23.20 **Ojciec Mateusz 32** (408) – krym., Pol. 2024
0.20 **Prokurator** (3) – serial kryminalny, Pol. 2015
1.20 **Erynie** (10, 11) – krym.
3.15 **Stulecie Winnych 2** (25) – obycz., Pol. 2020
4.10 **Klan** (1470) – telen.
4.35 **Pan Mama** (43) – serial kom., Pol. 2025

DRAMAT OBYCZAJOWY



21.10 **Polowanie na ćmy** – Polska 2022, 125 min

Rok 1905. Zaangażowana w działalność niepodległościową kobieta po opuszczeniu więzienia zaczyna pracę w domu publicznym. Trafia w środek politycznej burzy.

23.15 **Informacje kulturalne**
23.45 **C'mon C'mon** – dramat obyczajowy, USA 2021, 125 min
1.50 **Enter Enea Festival 2025 – Blu/Bry**
2.55 **Muzyka w zabytkach** (1) – film dokum., Fr. 2022

KRYMINALNY



20.10 **Oxen 2** (5, 6-ost.) – Dania 2025

Policja intensyfikuje działania, których celem jest schwytanie Oxena. Margrethe przybywa do portu, gdzie doszło do eksplozji. Ciała veterana wciąż nie odnaleziono.

22.15 **Largo Winch 3: Cena pieniądza** – przyg., Fr./Bel. 2024, 130 min
0.25 **Pokonani** (1, 2) – krym., Fr./Kan./Niem.
2.25 **Klangor** (2) – krym.
3.20 **Narysuj mnie** – dramat obyczajowy, Polska 2024, 80 min
4.40 **Pan młody**

WOJENNY



20.00 **Kontyngent** (6-ost.) – Szwecja 2025

Zbliża się koniec misji. Pułkownik Andreasson i jego ludzie znajdują się w ogniu krytyki ze strony szwedzkiej klasy politycznej. Eldin próbuje odnaleźć zaginioną Lanę.

20.50 **Christy** – dramat biograficzny, USA 2025, reż. David Michôd, 130 min
23.00 **The Walking Dead: Dead City 3** (1) – serial grozy, USA
23.50 **Dźwięk śmierci** – horror, Kanada/Irlandia 2025, 100 min

KOMEDIODRAMAT



17.45 **Bez wyjścia** – Korea Południowa 2025, 135 min

Szczęśliwy mąż i ojciec traci dobrze płatną pracę w fabryce papieru. By zwiększyć swoje szanse na nową posadę, postanawia zlikwidować konkurentów z branży.

20.00 **Oni cię zabiją** – horror komediowy, USA 2026, 95 min
21.35 **Ród smoka 3** (7) – fantasy, USA 2026
22.40 **Obecność 4: Ostatnie namaszczenie** – horror, Wlk. Bryt./USA 2025, 130 min

AXN WHITE

8.05 **Szpital nadziei 5** (9)
9.05 **Miłość nad rozlewiskiem** (3, 4)
11.10 **Agenci NCIS 11** (21-23)
14.05 **Szpital nadziei 5** (10)
15.05 **Boże Narodzenie po angielsku** – film obycz., Wlk. Bryt. 2019, 115 min
17.00 **Święta pod gwiazdami** – komedia romantyczna, USA/Kanada 2021, 120 min
19.00 **Szpital świętej Marii** (4)
20.00 **Dowody zbrodni 4** (1, 2)
22.00 **Rekrut 2** (3) – serial krym.
23.00 **Agenci NCIS 11** (21-23)
1.40 **Dowody zbrodni 4** (1, 2)
3.30 **Zaklinacze koni 4** (14, 15) – serial obycz., Kanada 2010

AXN BLACK

9.40 **Gwiezdne wrota 6** (16-18) – s.f., USA/Kan. 2003
12.40 **Kobra – oddział specjalny 12** (9) – sens.
13.45 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 5** (4) – serial sens.
14.45 **Drużyna A 3** (20) – sens.
15.50 **Nieustraszony 2** (13) – serial sensacyjny, USA
16.55 **Zagadki z przeszłości 3** (2) – przyg., Fr./Niemcy/Kan.
17.55 **Gwiezdne wrota 6** (19-21) – s.f., USA/Kan. 2003
21.00 **Maska Zorro** – film przyg., USA/Meksyk 1998, 165 min
23.45 **Resident Evil: Ostatni rozdział** – horror, Wlk. Bryt./Fr./USA 2016, 125 min

WARNER TV

8.20 **Bajer z Bel-Air 6** (19, 20)
9.20 **Prawo Agaty 4** (7)
10.20 **Pełniejsza chata 2** (10, 11) – serial komediowy
11.35 **Teraz albo nigdy! 3** (2, 3)
13.35 **Bajer z Bel-Air 6** (19-22)
15.30 **Pełniejsza chata 2** (10-13)
18.00 **Dziewczyna na pożegnanie** – komedia romant., USA 1977, 135 min
20.15 **Historia Gabby Petito** – dramat obyczajowy, USA 2022, 105 min
22.00 **Parszywa dwunastka** – wojenny, 1967, 185 min
1.05 **Zaklęci w czasie** – dram. s.f., USA 2009, 120 min
3.05 **Wrogie niebo** (2) – s.f.

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Kabaretowa Ekstraklasa** (71) – pr. rozr.
6.05 **Gliniarze** (235-237)
9.05 **Strażnik Teksasu** (17-20)
13.05 **Kowalscy kontra Kowalscy** (37-40) – obycz.
15.05 **Świat według Kiepskich** (463-466) – kom., Pol. 2015
17.05 **Strażnik Teksasu** (9-12) – serial sensacyjny, USA
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (196, 197) – serial krym., USA/Kanada
22.55 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (1, 2) – serial krym.
0.50 **Ślad** (89, 90) – krym., Pol.
2.50 **Święty** (256, 257) – kom.
4.05 **Strażnik Teksasu** (9, 10)

CANAL+ FILM HD

6.00 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
6.05 **Benek** – komediodramat, Polska 2007, 100 min
7.45 **Orzełek Iggy** – film anim., Polska/USA 2025, 85 min
9.10 **Dumna królewna** – film anim., 2024, 80 min
10.30 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
10.35 **Masz ci los!** – komedia, Polska 2023, 85 min
12.00 **Riefenstahl** – dok., 2024
13.55 **Chopin, Chopin!** – dramat biograf., Pol. 2025, 130 min
16.05 **Peacock** – thriller, USA 2010, reż. Michael Lander, wyk. Cillian Murphy, 90 min
17.35 **Hollywood Buzz** – mag.
18.00 **Jutro będzie nasze** – komediodramat, Włochy 2023, 115 min
19.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Zdążyć przed śmiercią** – western, USA 2025, reż. Ned Crowley, 105 min
21.45 **Niebezpieczne zwierzęta** – thriller, Australia/USA/Kanada 2025, reż. Sean Byrne, 95 min
23.20 **Piła 5** – horror, USA/Kanada 2008, 90 min
0.50 **Dziki** – dramat przyg., Polska 2025, 135 min
3.05 **Żurek** – film obyczajowy, Polska 2003, 70 min
4.15 **Premierowa jazda** – mag.
4.30 **Polana pośród brzeziny** – dramat obycz., Francja/Pol./Niemcy 2003, 90 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Byłem królem** (1) – serial dokum., Polska 2022-2025
10.40 **Premierowa jazda** – magazyn
11.00 **Naruto 3** (27, 28) – serial anime, Japonia 2003-2004
12.00 **Naruto 4** (1-4) – serial anime, Japonia 2004
14.00 **13 posterunek 2** (22-24) – serial komediowy, Polska
15.45 **Pisarze. Serial na krótko 2** (1) – serial komediowy, Polska 2021
16.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 4** (3, 4) – serial dokumentalny, Niemcy 2024
18.00 **The Office PL 3** (5-8) – serial komediowy, Polska
20.00 **Ekspedycja XD** (1-5) – serial komediowy, Polska 2026
21.25 **Nagie Oko** – film krótkometrażowy, Pol. 2023
22.00 **Koniec lata** (4) – serial kryminalny, Szwecja 2023
23.00 **Premiera: Spartakus: Bogowie areny** (6) – serial historyczny, USA 2011
0.10 **Blizna** (5, 6) – serial sensacyjny, Hiszpania 2024
2.00 **Kiedy ślub?** (5, 6) – serial komediowy, Polska 2024
3.45 **Making of CANAL+** – magazyn filmowy
3.55 **Belfer 2** (5, 6) – serial kryminalny, Polska 2017

CANAL+ 360 HD

6.00 **Rekruci** (4) – serial dok.
7.00 **Lotnisko na Alasce 3** (7)
8.00 **Porzucone konstrukcje** (2) – serial dok., Wlk. Bryt.
8.55 **Okręty wojenne** (2) – dok.
9.55 **Co poszło nie tak 4** (3)
11.00 **Kolegium żużlowe**
13.00 **Porzucone konstrukcje** (4) – serial dok., Wlk. Bryt.
14.00 **Chwila prawdy** (8) – dok.
15.00 **Okręty wojenne** (3) – dok.
16.00 **Lotnisko na Alasce 3** (8)
17.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata** (2) – serial dok., Niem. 2011
17.55 **Porzucone konstrukcje** (3) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.50 **Chwila prawdy** (7) – dok.
19.50 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata** (3) – serial dok., Niem. 2011
20.50 **Co poszło nie tak 4** (6) – serial dok., Wlk. Bryt. 2024
22.00 **Porzucone konstrukcje** (5) – serial dok., Wlk. Bryt.
23.00 **Lotnisko na Alasce 3** (6)
23.55 **Piłkarze na podsłuchu** (3) – serial dok., Polska 2022
0.55 **Misja Afganistan** (3) – serial wojenny, Pol. 2012
2.00 **Twardzielki** (3) – dok., Pol.
2.40 **W rytmie wolności** (2)
3.45 **Zwierzęta Wajraka 3** (5, 6) – serial dok., Pol. 2022
4.55 **Pogotowie remontowe Wieśka 4** (2, 3) – mag.

HBO 2 HD

12.00 **Sypiając z innymi** – komediodramat, USA 2015, 95 min
13.35 **Noc przed świętami w Krainie Czarów** – film animowany, 2024, 80 min
14.55 **Gaucho Gaucho**
16.20 **Tajemnica złotnika** – dramat obyczajowy, Hiszpania 2025, 95 min
17.55 **Kraina Jane Austen** – komedia romant., Wielka Brytania/USA 2013, 95 min
19.30 **Pozłacany wiek** (1, 2)
21.30 **Diva Futura** – dramat obyczajowy, 2024, 120 min
23.30 **Holland** – thriller, USA 2025, 105 min

HBO 3 HD

9.25 **Rodzice 4** (1, 2) – kom.
10.05 **Lisa Frankenstein** – kom. fantasy, 2024, 100 min
11.45 **Wszystko pół na pół** – komedia, 2024, 110 min
13.35 **Władca Pierścieni: Powrót króla** – film fantasy, 2003, 195 min
16.50 **Kompletnie nieznany** – dramat biograficzny, USA 2024, 140 min
19.10 **Biały Lotos 3** (1) – kom.
20.10 **Stamtąd** (10) – serial grozy
21.00 **To: Witajcie w Derry** (5)
21.55 **Tokyo Vice** (5) – krym.
23.00 **Porządny człowiek** (2)
23.45 **Abigail** – horror, USA/Irlandia 2024, 105 min

eprasa.pl dec786d728

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 **Górale** (42-44) – serial dokumentalny, Polska
7.25 **Doktor Martin** (54) – serial obyczajowy
8.30 **Przyjaciółki** (171, 172) – obycz., Pol.
10.25 **Świat według Kiepskich** (28, 29, 119, 120, 207, 235) – serial kom., Polska
14.00 **Szybcy i wściekli 5** FILM – film sensacyjny, USA 2011, 165 min
16.45 **Lot 93 z Newark** FILM – dramat sensacyjny, USA 2006, reż. Peter Markle, 115 min
18.40 **S.W.A.T. Jednostka specjalna** FILM – film sensacyjny, USA 2003, reż. Clark Johnson, 140 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Tata ma plan** (6, 7) – serial komediowy, USA 2016
7.00 **Dwóch i pół 9** (6-9) – serial komediowy, USA 2011-2012
8.55 **Przyjaciele 2** (13-18) – serial komediowy, USA 1996
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 11** (23, 24) – serial komediowy, USA 2017
12.50 **Teoria wielkiego podrywu 12** (1-4) – serial komediowy, USA 2018-2019
14.30 **Dwóch i pół 9** (10-13) – serial komediowy
16.30 **Przyjaciele 2** (19-24) – serial komediowy, USA 1996

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (808) – serial paradokum.
6.00 **Szkoła filmowa** (2)
6.30 **Seriaale Top 5** (8)
6.45 **Zakochani po uszy** (129, 130) – telen., Pol.
7.45 **Detektywi** (157-160) – serial fab.-dokum.
9.50 **Prawo Agaty 5** (6) – serial obycz., Polska
10.55 **Lekarze** (13) – obycz.
11.55 **Zapukaj do moich drzwi** (32, 33) – telen.
13.55 **Prawo Agaty 5** (5)
14.55 **Detektywi** – fab.-dok.
16.05 **Na Wspólnej** (25, 26) – serial obycz., Polska
17.10 **Filmowe duety** (1)
17.40 **Alfabet filmowy** (7)
17.50 **Nigdy w życiu!** FILM – komedia romant., Polska 2004, 130 min

13 ULICA

6.05 **Knok** (3) – serial krym.
6.55 **Darrow i Darrow:** FILM **Dowód zbrodni** – film kryminalny, USA 2018, reż. Mel Damski, 115 min
8.50 **Morderstwa w Rochefort** FILM – film kryminalny, Francja 2019, 120 min
10.50 **Mentalista 4** (15-18) – serial kryminalny
14.30 **Darrow i Darrow:** FILM **W tonacji morderstwa** – krym., Kanada 2018, 110 min
16.20 **Morderstwo na plaży Omaha** FILM – film kryminalny, Fr./Belgia 2018, 120 min
18.20 **Mentalista 4** (19-22) – serial kryminalny

KINO POLSKA

6.25 **Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 4** (1) – dok.
6.50 **Polska Kronika Filmowa** – serial dok.
7.15 **Podróże kapitana Klipera** (12, 13)
7.40 **Bolek i Lolek** (9, 10)
8.00 **Reksio** (14, 6) – anim.
8.30 **Syn szczęścia** – film krótkometraż., 2024
8.50 **Siedem życzeń** (3) – serial przygodowy
9.55 **Potop Redivivus** FILM – hist., 2014, 235 min
13.50 **Noce i dnie** FILM (1/2, 2-ost.) – film obycz., 1975, 240 min
17.50 **Czterej pancerni i pies** (8) – wojenny
18.50 **Stawka większa niż życie** (1) – wojenny

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Kabaretowe hity** (3) – program rozrywkowy
6.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
7.50 **Robert Makłowicz** (217, 219) – mag. kulin.
9.40 **Zagadki kryminalne panny Fisher 2** (13) – serial krym., Australia
10.55 **Górski lekarz 14** (2, 3) – serial obycz.
12.55 **Zagadki kryminalne panny Fisher 3** (1) – serial krym., Australia
14.00 **Zajazd. Będzie się działo** (13, 14) – serial obyczajowy, Pol. 2025
16.00 **Katastrofy w przestworzach** (2, 9, 6) – serial dokum.
19.00 **Aukcja w ciemno 3** (1, 2) – serial dok., USA

PRZYGODOWY



21.00 **Tropiciel** – USA/ FILM Kanada 2007, 140 min

Mały wiking przeżył rzeź podczas wyprawy po niewolników. Wychowują go Indianie. Wyrasta na wojownika nazywanego z racji koloru skóry Duchem. Staje w obronie tych, którzy uratowali mu życie.

23.20 **Ambulans** – thriller, FILM Japonia/USA 2022, reż. Michael Bay, 160 min
2.00 **Fala zbrodni** (93) – serial sens., Pol. 2007
3.00 **Ślad** (46, 47) – serial krym., Pol. 2018-2019
5.00 **Na ratunek 112** (889, 890) – paradok.

KOMEDIOWY



19.30 **Teoria wielkiego podrywu 12** (5-10)

Amy nie ma czasu zająć się superasymetrią. Sheldon chce, żeby mu towarzyszyła. Przeprowadza mały sabotaż.

22.00 **The Office PL 4** (8, 9) – serial kom., Pol. 2024
23.05 **Comedy Club** (8, 9)
0.05 **Miasteczko South Park 4** (17)
0.30 **Miasteczko South Park 5** (1)
1.00 **Pracoholicy 6** (5, 6)
2.00 **Śmieszniej nie będzie 3** (5, 6) – rozr.
3.00 **Miasteczko South Park 4** (13, 15, 16)

KOMEDIA ROMANT.



20.00 **Dwoje do poprawki** FILM – USA 2012, 135 min

Kay i Arnold są małżeństwem z trzydziestoletnim stażem. W ich związku brakuje pożądania. Kobieta namawia męża na udział w terapii dla par.

22.15 **Tylko dla** FILM **odważnych** – dramat biograficzny, USA 2017, 155 min
0.50 **Assassin's Creed** FILM – przyg., USA/Fr./Wlk. Bryt. 2016, 145 min
3.15 **Dziewczyny z Hollywood** (9) – program rozrywkowy

KRYMINALNY



22.00 **Niewidomy detektyw** (9)

Odnaleziono dwa ciała w niewielkiej odległości od siebie. Alex i Niko prowadzą śledztwo wśród pracowników wiedeńskiego teatru, by dowiedzieć się, co łączyło ofiary.

23.55 **Astrid i Raphaëlle** (1, 2) – serial krym.
2.05 **Morderstwo** FILM **na plaży Omaha** – film kryminalny, Fr./Belgia 2018, 120 min
4.05 **Darrow i Darrow:** FILM **Dowód zbrodni** – film kryminalny, USA 2018, 125 min

DRAMAT SENSACYJNY



20.00 **Prawo ojca** FILM – 1999, 125 min

Szesnastoletnia córka Michała Korda zostaje zgwałcona. Ojciec, widząc opieszałość policji i prokuratury, postanawia sam wymierzyć sprawiedliwość sprawcom.

22.05 **Supermarket** FILM – thriller, 2012, 105 min
23.50 **Jezioro Słone** FILM – komedia obycz., Pol./Szwecja 2021, 155 min
2.25 **Co dzień bliżej** FILM **nieba** – dramat obycz., 1984, 135 min
4.40 **Najpiękniejsze fajerwerki ever**

DRAMAT OBYCZAJOWY



20.00 **Dobre zabijanie** FILM – USA 2014, 125 min

Pilot Tom Egan pracuje w bazie wojskowej na pustyni w Nevadzie. Steruje dronami, które likwidują cele w Afganistanie. Zaczyna wątpić w sens swojej służby.

22.05 **Bez przedawnienia** FILM – thriller, USA 2002, 135 min
0.20 **Hitmen. Żywi lub** FILM **martwi** – sens., Wlk. Bryt. 2023, 155 min
2.55 **Ostatnia rodzina** FILM – dramat obyczajowy, Polska 2016, 165 min
5.40 **Syn szczęścia**

CINEMAX HD

15.00 **Lepiej później niż** FILM **wcale** – komediodramat, USA 2023, 95 min
16.35 **Mój stryj Jens** FILM – komediodramat, Norwegia 2025, 100 min
18.15 **Nomadland** – dramat FILM obyczajowy, 2020, 105 min
20.00 **Kłamca, kłamca** FILM – komedia, USA 1997, reż. Tom Shadyac, 85 min
21.25 **Pożyteczny duch** FILM – komediodramat, Tajlandia/Singapur/Niemcy 2025, 130 min
23.35 **Co ci jest, dziewczyno** FILM – film dla młodzieży, 2025, 90 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 **Święty** (23, 24) – kom., Pol.
14.25 **Spadkobiercy** (13) – rozr.
15.25 **Co ludzie powiedzą? 2** (8) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 **Jedną nogą w grobie 6** (4) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 **Czarna Żmija 3** (4) – kom.
17.35 **Młody Sheldon** (4-6) – serial komediowy, USA
19.00 **Dwóch i pół 9** (6-9) – kom.
21.00 **Świat według Kiepskich** (10-12) – serial kom., Polska
22.30 **Co ludzie powiedzą? 2** (9) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 **Jedną nogą w grobie 6** (5) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 **Czarna Żmija 3** (5) – kom.
0.30 **Comedy Club 6** (1) – rozr.

SCI FI

6.55 **Bibliotekarze 3** (4-6)
9.40 **Medium 2** (17, 18) – krym.
11.30 **Zagubiona tożsamość 5** (2, 3) – serial s.f., Kan. 2014
13.20 **Przygody Merlina** (3, 4)
15.20 **Medium 2** (19, 20) – krym.
17.10 **Zagubiona tożsamość 5** (4, 5) – serial s.f., Kan. 2014
19.00 **Przygody Merlina** (5, 6)
21.00 **Bibliotekarze: Nowy rozdział** (10) – serial s.f.
22.00 **Dzień Świstaka** – kom., FILM USA 1993, 125 min
0.05 **Człowiek widmo 2** FILM – horror, USA 2006, 115 min
2.00 **Zagubiona tożsamość 5** (4, 5) – serial s.f., Kan. 2014
4.00 **Arcadia 2** (1, 2) – serial s.f.

FX HD

9.00 **SkyMed** (7) – obycz., Kan.
10.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (4, 5) – serial krym.
11.55 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (6, 7)
13.45 **Agenci NCIS 8** (9, 10)
15.35 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (6, 7) – serial krym.
17.25 **Z archiwum X** (15, 16)
19.15 **Agenci NCIS: Sydney** (7)
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (8, 9)
22.00 **Matlock** (18) – serial krym.
22.55 **Z archiwum X** (16) – s.f.
23.50 **Rambo: Pierwsza krew** FILM – film sens., 1982, 110 min
1.40 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (6, 7) – serial krym.

FILMBOX+ ONE HD

8.05 **Zagadki kryminalne panny Fisher 2** (8) – krym.
9.15 **Panna Scarlet i komisarz 3** (3) – krym.
10.15 **Panna Marple: Noc** FILM **i ciemność** – krym., Wielka Brytania/USA 2013, 120 min
12.15 **Hudson i Rex 4** (13, 14)
14.15 **Poirot** – serial kryminalny
16.45 **Strażnik Teksasu** (22) – serial sensacyjny, USA
18.50 **Poirot** (9) – serial krym.
20.00 **Amerykański ninja** – film FILM sensacyjny, 1985, 120 min
22.00 **Najlepsi z najlepszych** FILM – film sens., 1989, 115 min
23.55 **Strefa zrzutu** – film FILM sensacyjny, 1994, 140 min

ROMANCE TV HD

14.15 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Kiedy cię odnajdę** – film obyczajowy, Niemcy 2023, reż. Marc Prill, 115 min
16.10 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Złamane serce** – film obyczajowy, Austria/Niemcy 2010, 110 min
18.00 **Górski lekarz** (182, 183)
20.00 **Malibu – Kemping dla** FILM **początkujących** – film obycz., Niem. 2022, 115 min
21.55 **Następny zjazd** FILM **„Szczęście": Powrót Jurija** – film familijny, Niemcy 2021, 115 min
23.50 **Górski lekarz** (182, 183) – obycz., Niemcy/Austria

CINEMAX 2 HD

13.25 **Neonowa droga** – film FILM obyczajowy, 2024, 115 min
15.20 **Pocałunek** – dramat FILM obyczajowy, Dania 2022, reż. Bille August, 115 min
17.15 **Nieśmiertelne** – obycz., FILM Francja/Kan. 2025, 90 min
18.45 **Nieznajomy pod** FILM **Wielkim Łukiem** – film biograficzny, Francja/Dania 2025, 105 min
20.30 **Kontinental '25** FILM – komediodramat, Rumunia/Szwajcaria/Luksemburg 2025, reż. Radu Jude, 110 min
22.20 **Imperium** – kom., Fr./Wł./ FILM Niemcy 2024, 110 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

9.30 **Wszystkie stworzenia duże i małe 4** (2) – obycz.
10.30 **Lekarze na start** (21, 22)
12.00 **Zatraceni w miłości** (53)
13.00 **Sprawy pana Booka** (3)
14.15 **Agenci NCIS 17** (12)
15.10 **Panna Marple: Nemezis** FILM – film kryminalny, Wielka Brytania 2007, 120 min
17.10 **Poirot 13** (5) – serial krym.
19.00 **Agenci NCIS 17** (13)
19.55 **Poirot 5** (5) – serial krym.
21.00 **Sherlock i córka** (1)
22.00 **Robin Hood** (5) – przyg.
23.05 **Poirot 5** (5) – serial krym.
0.15 **Agenci NCIS 17** (13)
1.00 **Sprawy pana Booka** (3)
1.55 **Sherlock i córka** (1)

NOVELAS+ HD

10.00 **Opowieść o wyspie** (12)
11.00 **Otchłań namiętności** (135) – telen., Meksyk 2012
12.00 **Za wszelką cenę** (105)
13.00 **Róże i grzechy** (34)
14.00 **Historia Juany** (62, 63)
16.00 **Róże i grzechy** (35)
17.00 **Za wszelką cenę** (106)
18.00 **Otchłań namiętności** (136) – telen., Meksyk 2012
19.00 **Macocha** (45) – telenowela
20.00 **Opowieść o wyspie** (13)
21.00 **Historia Juany** (63)
22.00 **Róże i grzechy** (35)
23.00 **Za wszelką cenę** (106)
0.00 **Otchłań namiętności** (136) – telen., Meksyk 2012
1.00 **Macocha** (45) – telenowela

FX COMEDY HD

8.15 **Simpsonowie 32** (15, 16)
9.10 **Diabli nadali** (22-25)
11.00 **Jim wie lepiej** (19, 20)
12.00 **Sposób użycia** (10) – kom.
13.00 **Wszyscy kochają Raymonda** (6-10) – kom.
15.30 **Simpsonowie 32** (15-18)
17.30 **Jak poznałem waszą matkę 5** (9-11) – kom., USA
19.00 **Współczesna rodzina 10** (12-15) – serial komediowy
21.00 **Family Guy: Głowa rodziny 20** (14, 15) – serial animowany dla dorosłych
22.00 **Jackass Forever**
0.00 **Simpsonowie 32** (11, 12)
0.55 **Family Guy: Głowa rodziny 20** (8-11)

FILMBOX+ HITS HD

12.25 **Książę i ja** – komedia FILM romant., 2004, 125 min
14.30 **Książę i ja: Królewskie** FILM **wesele** – komedia romant., USA 2006, 110 min
16.20 **Wampirzyce** – horror FILM komediowy, USA 2012, reż. Amy Heckerling, 105 min
18.05 **Wykrętasy** – komedia FILM romantyczna, Rosja 2010, 115 min
20.00 **Powrót Bena** – dramat FILM obyczajowy, 2018, 115 min
21.55 **Zanim zasnę** – thriller, FILM Wielka Brytania/USA/Francja 2014, 105 min
23.40 **American Ultra** – film FILM sensacyjny, 2015, 105 min

PARAMOUNT NETWORK HD

10.30 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (19)
11.00 **Naga broń 33 1/3:** FILM **Ostateczna zniewaga** – kom., USA 1994, 120 min
13.00 **Czarodziejki** (7, 8)
14.55 **Transformers 3** – film s.f., FILM USA 2011, reż. Michael Bay, wyk. Shia LaBeouf, 190 min
18.05 **Jumper** – film przygodowy, FILM USA/Kanada 2008, 115 min
20.00 **Moje wielkie greckie** FILM **wesele** – kom. romant., USA/Kanada 2002, 125 min
22.05 **John Rambo** – film sens., FILM USA/Niemcy 2008, 100 min
23.45 **Memento** – thriller, USA FILM 2000, 140 min

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

eprasa.pl dec786d728

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
10.00 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 4. etap
11.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Innsbrucku – bouldering kobiet – finały
11.30 Kolarstwo LIVE – studio
12.00 Kolarstwo: Tour LIVE de Pologne – 3. etap
16.45 Kolarstwo kobiet: LIVE Tour de France – 5. etap
18.30 Kolarstwo LIVE – studio
19.00 Kolarstwo: Tour de Pologne – 3. etap
20.00 Biegi górskie: GT World Series – Pitztal – podsumowanie

POLSAT SPORT 1 HD
6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
8.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
11.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
13.00 Piłka nożna – mecz LIVE towarzyski: AC Milan – Inter Mediolan
15.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
17.00 Tenis: Turniej ATP LIVE w Montrealu – 2. runda W turnieju wystąpi Felix Auger-Aliassime. Kanadyjczyk walczy o pierwszy triumf w swojej ojczyźnie.

CANAL+ SPORT HD
6.00 Liga+ – magazyn piłkarski
7.15 Wysoki Pressing – magazyn sportowy
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Celta Vigo – FC Barcelona
11.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Motor Lublin – Jagiellonia Białystok
13.40 Ekstrapaka: 2. kolejka
14.50 Na pierwszym planie (2) – dok., Pol.
15.40 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Celta Vigo – Barcelona
18.00 1 na 1 Extra: Piotr Rutkowski – magazyn sportowy

TVP SPORT HD
7.45 Piłka nożna kobiet: ORLEN Ekstraliga: Legia – Pogoń Szczecin
9.45 Skoki narciarskie: Letnie Grand Prix w Wiśle – podsumowanie
11.00 Pełnosprawni (663)
11.30 Kronika TdP Junior (2)
11.40 Kolarstwo: Tour de LIVE Pologne – start 3. etapu
12.15 Kolarstwo: Tour de LIVE Pologne – 3. etap
17.30 Karate: Champion of Champions – Tokio 2026
18.25 Skoki do wody: ME LIVE – Paryż 2026 – wieża 10 m synchronicznie drużyn mieszanych
19.20 Sportowe ABC

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 Magazyn piłkarski
6.40 Dramatyczne rzuty karne – magazyn piłkarski
7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – Freiburg
9.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter Mediolan – Hellas Werona
11.00 Formuła 3: Grand Prix Węgier
12.30 Formuła 2: Grand Prix Węgier
14.00 Formuła 1: Grand Prix Węgier
16.00 Piłka nożna: Liga włoska: Bologna FC – Inter Mediolan
18.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – HSV

DISCOVERY CHANNEL HD
10.00 Stacja Alaska – dok.
11.00 Przetrwać nad Jukonem: Braki – dok.
12.00 Celnicy na straży Turcji (13) – serial dok.
13.15 Nagi instynkt przetrwania: Brazylia 2 – dok.
14.30 Strażacy (6) – dok.
15.00 Złomowisko PL 7 (12) – serial dokum.
16.00 Bimbrownicy 14 – serial dokum.
17.00 Przemytnicy: na lotnisku – dok.
18.00 Polscy truckersi (4)
19.00 Nagi instynkt przetrwania – dok.
20.00 K-Pop Shark Heroes – serial dokumentalny
21.00 Złomowisko PL 4 (6) – serial dok., Pol. 2017

20

SNOOKER



20.30 MŚ w Sheffield: S. Murphy – W. Yize
Anglik stoi przed szansą, by po 21 latach po raz drugi w swojej karierze sięgnąć po tytuł mistrza świata.
22.00 Racing on the Edge
22.30 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 5. etap
23.30 Kolarstwo: Tour de Pologne – 3. etap
0.00 Poker: World Series – Las Vegas
2.00 Kolarstwo: Tour de Pologne – 3. etap
2.30 Kolarstwo kobiet: Tour de France

TENIS



19.00 Turniej ATP LIVE w Montrealu – mecz 2. rundy
Novak Djoković to jeden z najbardziej utytułowanych tenisistów w historii tysięcznika w Kanadzie. Wygrał go cztery razy. Po raz ostatni triumfował w 2016 roku na kortach w Toronto.
21.00 Tenis: Turniej ATP LIVE w Montrealu – 2. runda
23.00 Tenis: Turniej ATP LIVE w Montrealu – 2. runda
1.00 Tenis: Turniej ATP LIVE w Montrealu – 2. runda
3.00 Tenis: Turniej ATP LIVE w Montrealu – 2. runda

MAGAZYN PIŁKARSKI



19.00 Ekstraklasa po godzinach
Podsumowanie najważniejszych wydarzeń ostatniej kolejki PKO BP Ekstraklasy oraz zakulisowe ciekawostki.
20.00 Premier League Stories (52) – mag.
20.40 Liderzy. W centrum gry (5) – dok., Polska
21.35 Na pierwszym planie (2) – dok., Pol.
22.20 Boks: BKFC Fight Night: Newcastle – waga kogucia: L. Garside – B. Taylor
0.30 Ekstrapaka: 2. kolejka

SKOKI DO WODY



19.40 ME – Paryż 2026 LIVE – trampolina 3 m mężczyzn
W ubiegłorocznych mistrzostwach Europy Andrzej Rzeszutek wywalczył w tej konkurencji historyczny złoty medal dla Polski.
21.10 Transmisja
23.45 Sportowy wieczór – program inform.
0.15 Kolarstwo: Tour de Pologne – 3. etap
1.45 Skoki do wody: ME – Paryż 2026 – wieża 10 m synchronicznie drużyn mieszanych
2.35 Kamerą TVP Sport

MAGAZYN PIŁKARSKI



20.00 Made in Italy (12, 14)
Rzut okiem na kluby piłkarskie stanowiące wizytówkę włoskiej Serie A. Kibice zajrzą do szatni takich zespołów, jak Inter, Genoa czy Fiorentina.
20.40 Formuła 1: GP Węgier
22.40 Ligue 1 Show (35)
23.15 Serie A – mag.
0.20 Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością
1.00 AJ Auxerre – Małe miasto, wielki klub
1.35 Podróż do świata Calcio – mag. piłkarski
2.00 Piłka nożna: Liga włoska: Roma – Lazio

REALITY SHOW



22.00 Premiera: Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata (8) – USA 2026
Surwiwaliści rywalizują w 40-dniowych zawodach bushcraftowych. W dwuosobowych zespołach walczą o najwyższą nagrodę pieniężną w historii show.
0.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dok.
1.00 Hotrod wg Kindiga 7 – serial dok.
2.00 Królowie kempingu (5) – serial dok., Niem.
3.00 Łowcy staroci 11 (1)

EUROSPORT 2 HD
13.30 Kolarstwo kobiet: Tour LIVE de France – 5. etap
18.30 Snooker: Turniej World Open – mecz finałowy: Ronnie O'Sullivan – Thepchaiya Un-Nooh
19.00 E-sports Show
19.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Innsbrucku
20.00 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 5. etap
21.00 Kolarstwo: Tour de Pologne – 3. etap
22.00 Discovery golf – mag.
22.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Innsbrucku
0.00 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 5. etap

POLSAT SPORT 2 HD
6.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – mecz 2. rundy gry pojedynczej
8.30 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – mecz 2. rundy gry pojedynczej
11.00 Cafe Futbol – mag.
12.30 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – 2. runda
15.00 Piłka nożna: Liga szkocka – mecz: Celtic – Dundee FC
17.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
19.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
22.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
1.00 Sporty walki: FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
8.20 Tenis: Turniej WTA w Toronto – mecz 2. rundy
10.40 Tenis: Turniej WTA w Toronto – mecz 2. rundy
13.00 8 wspaniałych (3, 2)
14.40 Tenis: Turniej WTA w Toronto – mecz 2. rundy
17.00 Tenis: Turniej WTA LIVE w Toronto – mecz 2. rundy
18.30 Tenis: Turniej WTA LIVE w Toronto – mecz 2. rundy
20.30 Tenis: Turniej WTA LIVE w Toronto – mecz 2. rundy
23.00 Tenis: Turniej WTA LIVE w Toronto – mecz 2. rundy
1.20 8 wspaniałych (8) – dok.
2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

EXTREME CHANNEL HD
10.00 World of X Games 2018
11.00 X Games – Minneapolis
12.00 Drift Allstars: Bust Ups & Burn Outs (1, 2)
13.00 IMMAF European Open
14.00 WWE Highlights (64)
15.00 WWE Classic Gold (15)
15.45 WWE Highlights (65, 31)
17.00 KPW Kombat TV (15)
18.00 WWE Highlights (66)
18.30 WWE Classic Gold
20.00 AEW Dynamite (2630)
22.00 New Japan Pro-Wrestling (17)
0.45 New Japan Wrestling – Highlights (14)
1.00 WWE Highlights (16, 18)
2.00 World of X Games 2018

ELEVEN SPORTS 2 HD
12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: St. Pauli – Bayern
14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Hellas
16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – VfL Wolfsburg
18.00 Formuła 1: GP Węgier
20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Bologna FC – Inter
22.00 AJ Auxerre – Małe miasto, wielki klub
22.40 Ligue1 Season Review
23.45 Ousmane Dembélé – Pierwsze kroki – dok.
0.00 Piłka nożna: Liga francuska: PSG – RC Strasbourg

DISCOVERY LIFE HD
8.15 Szpital (537, 538)
10.15 Nowa Maja w ogrodzie
11.15 Idealna niania 5 (2, 4)
12.45 Klinika naturalnego piękna (8-10)
14.15 Tajemnice salonów piękności – pr. rozrywk.
14.45 Szpital (536, 537)
16.45 Idealna niania 5 (1, 2, 4, 5)
19.45 Klinika naturalnego piękna (2) – reality show
20.15 Miłosny znak zodiaku (4)
21.15 Nie do uwierzenia! (14)
0.15 Sekrety lekarzy (4)
1.15 Druga twarz 3 (4) – rozr.
2.15 Związki z modą (6) – rozr.
3.15 Szpital (384, 385)
5.15 Klinika urody (2) – mag.

POLSAT SPORT FIGHT HD
14.20 Strzelnica Navala (7)
14.50 Sporty walki: UFC 312 – walka: Dricus du Plessis – Sean Strickland 2
15.40 Sporty walki: UFC 324 – walka: Justin Gaethje – Paddy Pimblett
18.05 K.O. TV Classics (27)
18.55 Boks: Babilon Boxing Show w Żyrardowie: Paweł Stępień – Łukasz Stanioch
21.20 Sporty walki: FEN 58 w Częstochowie – walka: W. Bartnik – J. Jędraszczyk
23.25 Atleci – magazyn sportowy
23.50 Sporty walki: UFC Fight Night – walka: Jack Della Maddalena – Carlos Prates

POLSAT SPORT 3 HD
14.30 Atleci – magazyn sportowy
15.00 Piłka ręczna plażowa: MP – Tczew 2026
16.00 Piłka ręczna plażowa: MP – Tczew 2026
17.00 Magazyn Polskiego Sportu – mag. sportowy
18.30 Piłka nożna: Liga szkocka – mecz: Celtic – Dundee FC
21.00 Piłka ręczna plażowa: MP – Tczew 2026
22.00 Piłka ręczna plażowa: MP – Tczew 2026
23.00 Piłka nożna: Liga szkocka – mecz: Celtic FC – Dundee FC
1.00 Sporty walki: Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
8.00 Żużel: PGE Ekstraliga: Falubaz – KS Toruń
10.45 Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga – mag.
11.45 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Arged – Stal
14.30 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: Polonia Bydgoszcz – Polonia Piła
17.15 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: Falubaz – KS Toruń
20.00 Żużel: PGE Ekstraliga: Unia Leszno – GKM Grudziądz
22.45 Sporty walki: ONE Friday Fights 164
0.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia – Zagłębie Lubin

ELEVEN SPORTS 4 HD
10.00 Piłka nożna: Liga portugalska: Sporting – AVS
12.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (5, 6) – mag.
13.00 Bundesliga Special
14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Stuttgart
16.00 Piłka nożna: Liga francuska: Brestois – Lens
18.00 Made in Italy
19.00 Ligue1 Season Review
20.00 Piłka nożna: Liga portugalska: Porto – Arouca
22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Fiorentina
0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Mainz

ELEVEN SPORTS 3 HD
12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Genoa – Milan
14.00 Piłka nożna: Liga francuska: Lens – Lille OSC
16.00 Serie A – mag. piłkarski
16.55 Made in Italy (16, 15, 14)
17.35 Udinese – Najbardziej polski klub we Włoszech – reportaż, Pol.
18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Fiorentina
20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: VfL Wolfsburg – 1. FC Köln
22.00 Piłka nożna: Liga francuska: RC Lens – Angers
0.00 Bundesliga Dino – dok.
0.45 Werder Double – dok.

CANAL+ DOKUMENT HD
16.45 Iran: Pokolenie Z – między wolnością a represją
17.50 Narodziny dyktatury. Droga Hitlera do władzy – dok., Francja 2024
18.50 Cicha wojna – Rosja kontra europejskie demokracje – film dokum.
19.50 Putin i nowa strategia morska – film dokum., Fr.
20.50 Rosja kontra Rosja – dok.
21.50 Broń ostateczna. Od Oppenheimera do Hiroszimy – film dok.
22.50 Ich bronią były kamery: Od plaż Normandii do Dachau – film dokum.

eprasa.pl dec786d728

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Jak to jest zrobione?** (23) – serial dokum., Kanada 2013
8.00 **Jak działa wszechświat? 6** – serial dokumentalny
10.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny
11.00 **Czy jest z nami inżynier?** (4, 5) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2015
13.00 **Kosmiczna mapa skarbów** – serial dokumentalny, USA
15.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny
18.00 **Jak to jest zrobione?** – serial dokumentalny, Kanada

ID HD

6.00 **Zniknięcie Heather Elvis** – film dokum., USA 2020
8.00 **Żyjąc z potworem** (1, 4) – serial dok., USA
10.00 **Ostatnia impreza: śmierć na wyspie Tresco** – film dokum., Wielka Brytania 2024
13.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet** – serial dok.
14.00 **Tylko martwi znają prawdę** – serial dok.
16.00 **Świeża krew** – serial dokumentalny, USA
18.00 **W sieci kłamstw** – serial dokumentalny
20.00 **Prawdziwy koszmar z ulicy Wiązów** – serial dokumentalny

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

10.00 **Porzucone konstrukcje** (2)
11.00 **Plemienna szkoła przetrwania: Mekong** (5) – dok.
12.00 **Gułag – system śmierci** (1-3) – film dokum., Francja 2019
15.00 **Katastrofa w przestworzach** (1)
16.00 **Pompeje: Podróż w czasie z Tomem Hiddlestonem** (3)
17.00 **Sekrety starożytnej medycyny** (3) – dok.
18.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Wojna z Ameryką** (5, 3) – serial dokumentalny
20.00 **Katastrofa w przestworzach** (9) – serial dokumentalny

FOKUS TV DVB T2

6.00 **Wehikuł czasu** (805) – program inform.
6.05 **48h. Zaginieni** (2) – serial krym., Polska
7.00 **Była sobie Ziemia**
8.55 **Wehikuł czasu** (805)
9.00 **Starożytni kosmici** (2) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (2, 3) – reality show
12.00 **Tajemnice II wojny światowej** (3) – dok.
13.00 **Poszukiwacze historii** (7, 8) – dok.
14.00 **Łowcy nazistów** (11) – serial dok., Wlk. Bryt.
15.00 **Truckersi przez Australię** (3) – dok.
16.00 **Dorwać łuńczyka** (4, 5) – serial dok., USA
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (2, 3) – serial dokum.

TVP HISTORIA DVB T2

5.45 **Był taki dzień**
5.50 **Fake czy historia?**
6.35 **Wojownicy czasu** (90) – cykl reportaży
8.30 **Tajemnica Enigmy** (8-ost.) – serial hist.
9.15 **Tajemnice początków Polski. Droga do królestwa**
10.15 **Cietrzew. Ptak wielu odcieni**
10.45 **W sercu Ameryki – New Mexico**
11.45 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja
12.55 **Starożytny Egipt – kroniki imperium** (5): Piramidy
14.00 **Królowie** (73) – hist.
14.35 **Czterej pancerni i pies** (16) – wojenny
15.40 **Sensacje XX wieku**

HISTORY HD

13.05 **Starożytni kosmici 17** (6) – dok.
14.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 3** (1) – serial dok., USA
14.50 **Największe tajemnice świata 6** (1) – dok., USA
15.45 **Gwiazdy lombardu 13** (4)
16.15 **Gwiazdy lombardu 25** (16) – reality show
17.10 **Tajne kryjówki dyktatorów** (6) – dok.
18.10 **Największe tajemnice świata 7** (5) – serial dok., USA
19.05 **Starożytni kosmici 13** (21) – dok.
20.00 **Starożytni kosmici 17** (6) – dok.

DOKUMENTALNY



21.00 Na tropie legendarnych potworów: Wendigo; Yeti – USA 2019

Zajmujący się zjawiskami nadprzyrodzonymi specjaliści przedstawią swoje ustalenia dotyczące pojawiającej się w mitologii Indian tajemniczej istoty – wendigo.

23.00 **Przypadki z archiwum 10** (1, 2) – serial dokumentalny
1.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny
4.00 **Podziemne sekrety** – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY



21.00 Premiera: Ciała w wodzie: Krew w rzece – USA 2024

Nad brzegiem rzeki w stanie Waszyngton policja odnajduje porzuconego złotego SUV-a. Wkrótce wychodzi na jaw ponura prawda, która wstrząsa społecznością Camas.

22.00 **Morderca z sąsiedztwa** – dok.
23.00 **Morderca z sąsiedztwa 2**
0.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet: uciekłam seryjnemu mordercy** – dok., USA

DOKUMENTALNY



21.00 Premiera: Odkopać historię (1) – Kanada

W Polsce archeolodzy natrafili na tajemniczy grób ze szkieletem przyciśniętym do ziemi sierpem na szyi. Wskazuje to na wampiryczny pochówek. Autorzy zastanowią się nad jego znaczeniem.

22.00 **Inżynieria po katastrofie** (5) – dok.
23.00 **Pompeje: Podróż w czasie z Tomem Hiddlestonem** (2)
0.00 **Katastrofa w przestworzach** (9, 5, 4) – serial dokum.
3.00 **Car S.O.S. 7** (9, 10)

POPULARNONAUKOWY



20.00 Galileo 28 (9)

Pojawi się opowieść o skunksie i jego ekscentrycznej opiekunce. Nie zabraknie ciekawostek z Rwandy. Widzowie dowiedzą się też, jak nie paść ofiarą kradzieży roweru.

21.00 **Najkrwawsze bitwy drugiej wojny światowej** (3) – dok.
22.00 **Ostatni bastion Hitlera 2** (1, 2) – dok.
0.00 **Starożytni kosmici** (9) – serial dok., USA
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (35-38) – serial dok.
5.00 **Kołowrotek** (4, 5) – magazyn wędkarski

WOJENNY



18.20 Kolumbowie (1) – Polska 1970

Adaptacja powieści Romana Bratnego. Bohaterami są chłopcy, których wojna zmusza do podejmowania trudnych decyzji. Konspiratorzy otrzymują rozkaz przeniesienia tajnej drukarni.

19.25 **Port wojenny Gdynia 1923-1939**
20.05 **Oficerowie** (11) – serial sens., Pol. 2006
21.00 **Zapomniane agentki II wojny światowej** (6) – hist.
22.00 **Rzeź Woli**
23.05 **Sensacje XX wieku**

DOKUMENTALNY



21.00 David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (9)

David przygląda się operacjom, których sukces zależał od odwrócenia uwagi wroga. Analizuje m.in. misje CIA, przeprowadzone pod przykrywką cywilnej linii lotniczej.

22.00 **Seksualne obsesje dyktatorów** (1) – serial dokum.
23.00 **Tajne kryjówki dyktatorów** (3) – dok.
23.55 **Jak to wyjaśnić? 5** (11) – serial dok., USA
0.50 **Starożytni kosmici 17** (6) – dok.

DISCOVERY HISTORIA HD

9.00 **Kwatery Hitlera** (10)
10.00 **Sekrety i skarby III Rzeszy** (9) – dok.
11.00 **Militaria na warsztat**
12.00 **Muzealne tajemnice**
14.00 **Łowcy staroci: Renowacje** (14, 15) – dok.
16.00 **Walka o bagaż** (11-13)
17.30 **Perełki na warsztat**
18.00 **Łowcy staroci** (13, 14)
20.00 **Zoom na architekturę**
22.00 **Wyścigi po antyki** – dok.
23.00 **Legendarne miejscówki**
0.00 **Na tropie legendarnych potworów** – serial dok.
2.00 **Żwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki**
3.00 **Mikroprzygoda** (7) – dok.

PLANETE+ HD

13.40 **Ocalić raj** (2) – serial dok.
14.45 **Zdrajcy/Patrioci** (3) – dok.
15.50 **Niezwykłe podróże koleją 11** (7) – serial dok.
16.55 **Świat z góry** (2, 3) – dok.
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4**
18.40 **Od 0 do 9. Wielka historia liczb** (1) – dok., Fr.
19.45 **Kwiecień 1974. Portugalia mówi „dosyć!"** – film dokum., Fr.
20.50 **Rzym, renesans, trzej geniusze** – film dokum., Fr.
22.00 **Triady. Chińska mafia podbija świat** (3) – dok.
23.20 **Planeta Seks** (3) – dok.
0.20 **Niezwykłe podróże koleją 12** (1) – serial dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

8.00 **W świecie szympansów**
9.00 **Niezwykły dr Pol**
12.00 **Zwierzaki w amoku** (1)
13.00 **Cuda Afryki** (3) – dok., Hol.
14.00 **Muszle: rzeźby natury**
15.00 **Wrogi świat** (2) – dok.
16.00 **Chiny: ukryte królestwa**
17.00 **Dzikie koty z Indii** (2)
18.00 **Parki Narodowe Ameryki** (3) – serial dok.
19.00 **Dzika konfrontacja** (3)
20.00 **Królestwo drapieżników** (3) – dok.
21.00 **Niezwykły dr Pol**
2.00 **Cuda Afryki** (3) – dok., Hol.
3.00 **Muszle: rzeźby natury**
4.00 **Wrogi świat** (2) – dok.
5.00 **Critter Fixers...**

POLSAT VIASAT NATURE HD

8.30 **Wielkie rzeki** (2) – dok.
9.35 **W okowach mrozu 4** (2)
10.35 **Wulkany: odliczanie** (2)
11.40 **Wojny zwierząt** (3) – dok.
12.45 **W okowach mrozu 4** (2)
13.40 **Yellowstone: bomba zegarowa** – film dokum.
14.50 **Wielkie rzeki** (2) – dok.
15.55 **W okowach mrozu 4** (2)
16.55 **Dzikie tajemnice Chin**
17.55 **Dzienniki jaguara** (3)
18.55 **Wielkie rzeki** (2) – dok.
20.00 **W okowach mrozu 4** (3)
21.00 **Wulkany: odliczanie** (3)
22.05 **Wojny zwierząt** (3) – dok.
23.15 **W okowach mrozu 4** (3)
0.15 **Yellowstone: bomba zegarowa** – film dokum.

BBC EARTH HD

11.05 **Wędrówki z dinozaurami** (3) – dok.
12.05 **Malownicze trasy kolejowe 5** (7) – serial dok.
13.05 **Wielkie koty 24/7 2** (4)
14.20 **W okowach mrozu 5**
16.20 **Człowiek: historia ewolucji** (4) – serial dok.
17.35 **Wielkie koty 24/7 2** (4)
18.45 **Malownicze trasy kolejowe 5** (8) – serial dok.
19.45 **Pociągiem przez Imperium Rzymskie** (2)
20.55 **W okowach mrozu 5**
22.55 **Człowiek: historia ewolucji** (5) – serial dok.
0.05 **Skarby przeszłości i ich tajemnice** (5) – serial dok.

ANIMAL PLANET HD

13.00 **Irwinowie – następne pokolenie 2** – serial dok.
14.00 **Resocjalizacja z pitbullem 7** – serial dok.
15.00 **Kot z piekła rodem**
17.00 **Na tropie wymarłych gatunków** – serial przyrod.
18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych** – serial dok.
19.00 **Cztery kąty, cztery łapy** – serial dokumentalny, USA
20.00 **Poznajcie leniwce** (3)
21.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
22.00 **Projekt akwarium** (3)
23.00 **Resocjalizacja z pitbullem 7** – serial dok.
0.00 **Supermoce małych stworzeń** – serial dok.

TVP DOKUMENT HD

15.00 **Fascynujące migracje** (2)
16.00 **Życie z nerwicą natręctw** – dok., Wlk. Bryt.
16.55 **Pociągiem dookoła świata** (8) – cykl dokum.
17.50 **Sanatorium miłości 7** (6)
18.50 **Jan Englert. Spróbuję jeszcze raz pofrunąć**
20.00 **Z ust royalsów** (1)
20.50 **Lasy północnej Europy** (7) – film dokum., Wlk. Bryt.
21.05 **Plaże Europy** (3)
22.10 **Zbrodnie rodziny Mansona** – dok., Wlk. Bryt.
23.10 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
23.15 **Szybciej, wyżej, mocniej** – film dok., Francja 2024

POLSAT DOKU HD

10.05 **Polacy za granicą** (57, 58)
12.05 **Wojny kontenerowe 2**
13.10 **Poszukiwacze historii**
14.05 **Poza kontrolą: Pinatubo – erupcja stulecia** – dok.
15.15 **Poszukiwacze historii**
15.40 **Jezus i jego życie** (5)
16.35 **Wielkie ucieczki z amerykańskich więzień** – film dok., USA
18.30 **Świat według Kim Dzong Una** – film dok., Fr.
19.45 **Kolaboranci Hitlera** (6, 7)
22.00 **Potęga i mit hitlerowskiego SS** (6)
23.05 **Nieznane zdjęcia Hitlera** (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
0.15 **Kroniki Hitlera** (11) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

13.20 **Gruchoty z kanadyjskiej głuszy** (10) – serial dok.
14.15 **Australijscy poszukiwacze złota 8**
16.10 **Drwale z Kolumbii Brytyjskiej 2** (6) – dok.
17.10 **Ostatni kapitanowie** (5)
18.05 **Złoto Jukonu** (10) – dok.
19.00 **Australijscy poszukiwacze złota 9**
21.00 **Największe budowle 3**
22.00 **Australia: polowanie na złoto** (5) – serial dokum.
23.00 **Tytani KSW** (3) – film dok.
0.00 **Nago, samotnie i do domu daleko** (3)
1.00 **Australijscy poszukiwacze złota 9**

POLSAT VIASAT HISTORY HD

12.55 **Kleopatra: tajemnicza władczyni** (3, 4) – dok., Fr.
15.20 **Grobowce egipskich kapłanek** – dok., Wlk. Bryt.
16.30 **II wojna światowa: cena imperium** (8) – serial dok.
17.35 **Największe postaci zimnej wojny 2** (2) – dok.
18.50 **Majowie: wojna pięciu królestw** (3) – serial dok.
19.50 **Wojny faraonów** (2)
21.05 **Najgroźniejsi ludzie Hitlera** (8) – serial dokum.
22.05 **Próby zamachów na królową Wiktorię**
23.55 **Tajne bazy nazistów** (3)
0.55 **Anna Boleyn i Elżbieta I: królowe-więźniarki**

CI POLSAT HD

14.10 **Dla mnie już nie żyjesz**
15.05 **Zabójcze wakacje** (10)
16.00 **Pogrzebani za domem 6**
17.00 **I nie opuścisz mnie aż do śmierci 2** (9) – dok.
18.00 **Polskie zabójczynie 2**
19.00 **Ktoś ma coś do ukrycia**
20.00 **I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5** (18) – dok.
21.00 **Najsłynniejszy dom publiczny – Mroczne sekrety** (1) – serial dok.
22.00 **Najgroźniejsi seryjni mordercy** (4) – serial dok.
23.00 **W cztery oczy z mordercą** (4) – dok.
23.55 **Kobiety, które niosły śmierć 13** (5) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 **Niezwykłe Stany Prokopa** (3, 4) – pr. rozr.
10.05 **Kobieta na krańcu świata** (2-5) – serial dok.
12.25 **Ciężarówką przez Stany** (5-7) – program rozrywkowy
14.45 **Andy Bates i uliczne przysmaki Ameryki**
16.50 **Włoska podróż pełna smaków** (3, 4) – serial dok.
18.50 **Nowi badacze UFO** (4, 5)
20.55 **Bimbrownicy** (18, 19)
23.05 **Kobieta na krańcu świata** (7, 1, 2) – dok., Pol.
0.50 **Włoska podróż pełna smaków** (3, 4) – serial dok.
2.50 **Bimbrownicy** (18, 19)
4.55 **Dziwaczne potrawy** (3)

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

eprasa.pl dec786d728

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

15.35 20 x 20 lat TVP Kultura – cykl fel.
16.00 Zaraz wracam 2 (119) – serial obycz.
16.30 Barwy szczęścia (3354) – serial obycz.
17.00 Teleexpress
17.20 Gra słów. Krzyżówka (1077) – teleturniej
17.50 Teleexpress Extra
18.15 Decyzja na moście. Opowieść o Zbigniewie Anthonym Kruszewskim
18.45 Panorama
19.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu (5)
19.30 Program informacyjny

TVP ROZRYWKA

6.40 Gra słów. Krzyżówka (1089)
7.10 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin.
8.15 Familiada – telet.
8.50 Va banque (959)
9.25 Koło fortuny (1996)
10.05 Makłowicz w podróży – mag.
10.40 Postaw na milion
12.35 Familiada – telet.
13.15 Czterdziestolatek (1) – obycz., Pol. 1974
14.05 Rodzinka.pl (213)
14.40 Program rozrywkowy
15.20 Lato z Radiem i Telewizją Polską
17.25 Va banque (960)
18.00 Koło fortuny (1997)
18.35 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin.

POLSAT CAFÉ

6.05 Demakijaż (13-18)
9.00 Drugie życie sukni ślubnej (3) – pr. rozr.
9.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (7, 8) – reality show
12.30 Oszukane (5, 6) – serial paradokum.
14.30 Komisarz Mama (3) – serial krym., Polska
15.30 Bogaty dom – biedny dom (125)
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (68) – reality show
18.00 Nasz nowy dom (270, 271) – reality show, Polska
20.00 Kolacja w ciemno (49) – pr. rozrywk.
21.05 Więzienie kobiet (104, 105) – dok., Pol.

TV 4 DVB T2

6.00 Strażnik Teksasu (23, 24) – serial sens.
7.55 Bogaty dom – biedny dom (105)
8.55 Policjantki i Policjanci (546, 547)
10.55 Na ratunek 112 (1144, 1145) – paradok.
11.55 Dlaczego ja? (1573, 1574) – paradok.
13.55 Trudne sprawy (812-814) – paradok.
16.55 Policjantki i Policjanci (1417) – serial obycz., Polska
18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (535)
19.00 Policjantki i Policjanci (1418) – serial obycz., Polska
20.00 Uroczysko (233, 234) – serial krym., Polska

TTV HD DVB T2

10.35 Detektywi (63, 64)
12.35 Zakup w ciemno 4 (18) – reality show
13.35 Zakup w ciemno 6 (15) – reality show
14.35 Nic do zgłoszenia 5 (2) – serial dokum., Pol.
15.35 Złomowisko PL 6 (8)
16.45 Express – pr. inform.
16.58 Pogoda, sport
17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (9)
18.05 Zakup w ciemno extra (12)
18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 16 (7)
19.45 Express – pr. inform.
20.05 Zakup w ciemno 6 (16) – reality show
21.05 Zakup w ciemno extra (7)
21.45 Express – pr. inform.

TVN STYLE HD

5.20 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (2) – reality show
5.55 Ach, ten ślub! (6) – program rozrywkowy
6.50 Damy i wieśniaczki. Ukraina 7 (16) – serial fabularno-dokumentalny, Ukraina 2017
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn, Polska 2026
11.20 Ugotowani (5, 6) – program kulinarno-rozrywkowy
13.25 Kuchenne rewolucje (2, 1) – program rozrywkowy
15.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (6-ost., 1) – reality show

20

OBYCZAJOWY



20.25 Miłość nad rozlewiskiem (12, 13-ost.) – Pol. 2010

Po powrocie do stolicy Małgosia szuka pracy, ale przyjaciele nie mogą jej pomóc. Paula nie jest pewna swoich uczuć względem narzeczonego. Kuba rozkręca biznes.

22.10 To jest grane – wakacyjnie (97)
22.40 Rozmowy (nie) wygodne – pr. publ.
23.15 Panorama
23.45 Kabaret Letnią Porą (3) – program rozrywk.
0.40 Zaraz wracam 2 (119) – serial obycz.

MAGAZYN KULINARNY



19.40 Makłowicz w podróży

Miłośnik kuchni udaje się do Manili. Zwiedza tamtejsze zabytki, testuje też miejscowe dania, m.in. kare z ogonów wołowych duszonych w sosie z orzeszków.

20.10 Postaw na milion
21.10 Kabaret Letnią Porą (43) – pr. rozrywk.
22.10 Rodzinka.pl (68)
22.50 Tak to leciało! (75)
23.50 Gabi Drzewiecka zaprasza (10)
0.50 Koło fortuny (1997, 2061) – telet.
2.10 Do śmiechu! (78, 79)

DOKUMENTALNY



22.00 Rolniczki (19) – Polska 2025

Program przedstawia losy kobiet mieszkających na wsi. Ukazuje ich zajęcia i pasje. Bohaterki łączą tradycyjne metody gospodarowania z bardziej nowoczesnymi rozwiązaniami.

23.00 Gry małżeńskie (90, 91) – reality show
1.05 Więzienie kobiet (77-80) – serial dokumentalny, Polska 2024-2025
3.00 Zdrady (16-18) – serial paradokumentalny, Polska 2013

KRYMINALNY



21.05 Sprawiedliwi. Trójmiasto (143)

Katia zgłasza, że przestępca groził jej partnerowi. Serafin i Osica znajdują porzucone auto mężczyzny i ślad przypalonego tłuszczu, co sugeruje próbę spalenia zwłok.

22.05 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1026)
23.00 Borys – film sens., FILM Polska 2021, 95 min
0.35 Love Island. Wyspa miłości (47)
1.40 Hardkorowy lombard 4 (37, 38)
2.40 Interwencja – mag.

ROZRYWKOWY

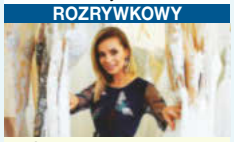


22.00 Idź na całość 2 (20)

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 24 (4)
0.00 Nic do zgłoszenia 6 (12) – serial dokum.
1.00 Życie na kredycie 8 (15, 16) – reality show
2.10 Dobra robota (14) – serial dok., Pol. 2022
3.10 Detektywi. Na zlecenie 3 (4, 5) – serial fab.-dokum.

ROZRYWKOWY



17.05 W czym do ślubu? (2)

Izabela Janachowska pomaga dobrać ślubną kreację dla Moniki, fanki drag race. Metamorfozy potrzebuje mama uczestniczki odcinka, która od lat nie była u fryzjera.

17.40 Kuchenne rewolucje (11, 4, 9) – program rozrywkowy
20.50 Jestem z Polski (10, 11) – serial dok.
22.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9
0.10 Mroczne sekrety małżeńskie (3) – dok.

TVP HD HD

11.20 Na sygnale (708, 709)
12.25 Ojciec Mateusz 8 (105)
13.20 Komisarz Alex 6 (69)
14.15 Ranczo 3 (33, 34) – obycz.
16.10 Polska śródziemnomorska (5) – mag.
16.40 Operacja zdrowie (72)
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 27 (348)
19.20 Ranczo 3 (27) – obycz., Pol.
20.10 Rodzinka.pl (214, 215)
21.25 Ojciec Mateusz 33 (424)
22.20 80 milionów – komedia
FILM sens., Polska 2011, 115 min
0.15 W samo południe
FILM – western, USA 1952, reż. Fred Zinnemann, 100 min

TVS HD

15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział
16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel – krym., Austria
17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział
18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz.
19.50 Rosamunde Pilcher:
FILM **W środku życia** – melodramat, Niemcy/Austria 2012, 120 min
21.50 Rosamunde Pilcher
FILM **– Niebezpieczny przybój** – melodramat, Niemcy 2011, 105 min
23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

ZOOM

8.00 Strażnik Teksasu (3) – serial sensacyjny, USA
9.00 Strażnik Teksasu 2 (1)
10.00 MacGyver 4 (4, 5) – sens.
12.05 Wojny magazynowe: Kanada 2 (35, 36)
13.25 Sensacje XX wieku (6, 7)
15.45 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
18.00 FBI 4 (3, 4) – serial krym.
20.00 Kobra – oddział specjalny 25 (3, 4) – sens.
22.00 Hity polskiego kabaretu 7 (5) – pr. rozr.
23.00 Adam szuka Ewy. Finlandia (4) – reality show
0.00 Magia nagości. Polska
1.05 Magia nagości 7 (7) – rozr.

TLC HD

11.00 Design w australijskim stylu – program rozrywk.
12.00 Dom stworzony dla ciebie 3 – pr. rozrywk.
13.00 Dr Pyszczylla 4 – dok.
15.00 Wiza na miłość: dalsze losy 9 – reality show
16.00 Historie wielkiej wagi
18.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 7
20.00 Transplantacja: drugie życie – serial dokum.
21.00 Ciało, w którym żyję
22.00 Moje paranoje – dok.
23.00 Moje koszmarne stopy
0.00 Dr Pyszczylla (13) – dok.
1.00 Transplantacja: drugie życie – serial dokum.

C+ KUCHNIA HD

15.55 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2 (2)
16.10 Kulinarne szlaki: Południowa Afryka 2
16.40 Jamie Oliver nad Morzem Śródziemnym
17.35 Po prostu Jamie: szybko i łatwo (3) – magazyn kulin.
18.30 Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę (1)
18.55 M jak mięso 4 (5, 6) – dok.
19.50 Zgrillowani (3) – mag.
20.15 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień
21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 10
23.55 Po prostu Jamie: szybko i łatwo (1) – mag. kulin.

TVN TURBO HD

11.45 101 napraw (1) – 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 (6, 5) – mag.
19.45 Moto Fachury (7) – mag.
20.30 Zawodowi handlarze
21.15 Naprawy nie do naprawy (4) – mag.
22.00 Raport Turbo – mag. inf.
22.15 Jeździć, obserwować
23.45 Duda kontra Szafrański (5) – program rozrywkowy
0.30 Usterka 16 (23) – fab.-dok.
1.00 101 gadżetów motoryzacyjnych (11)

NOWA TV DVB T

9.30 Całkiem nowe lata miodowe (3, 6) – kom.
10.30 Więzienie (7-9) – dok., Pol.
12.00 Poirot (8, 9) – serial krym.
14.00 Świat według Kiepskich (393, 394) – kom., Pol. 2012
15.00 Świat według Bundych (232-237) – serial kom., USA
18.00 Całkiem nowe lata miodowe (17) – kom., Pol.
18.30 Miodowe lata (106-108)
21.00 Zdrady (28) – paradok., Pol.
22.00 Ślad (62, 63, 101) – krym.
1.00 Łowca pedofilów
3.00 TV okazje (36, 37)
3.50 Wehikuł czasu (805, 804)
4.00 Sala operacyjna (1, 3)
5.00 Pod lupą (1, 2) – magazyn

METRO

8.30 Szpital (826, 827)
10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (395, 396)
12.30 SOS Ekipy w akcji (50)
13.30 Brzydula (71, 72) – kom.
14.40 Kiedy ktoś kocha bardziej (35) – obycz.
15.50 Magda M. (11) – obycz.
16.55 Idź na całość (3) – pr. rozr.
18.00 Złomowisko PL 6 (11)
19.00 Kartoteka 5 (5, 6)
21.05 Kryminalni (9, 10) – krym.
23.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (20) – krym.
0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 3 (7) – dok.
1.20 Szpital (817) – paradok.
2.20 Szkoła (561) – paradok.

ANTENA HD DVB T2

13.05 Ciężarówką przez śniegi 3 (8) – serial dokum.
14.05 Klątwa Wyspy Dębów 3
15.00 Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw
15.55 Australijscy poszukiwacze złota 6
18.00 Raport 77 (5)
20.00 Alex Hugo – górski detektyw (27) – krym., Fr.
22.05 Detektyw Candice: Niezawodny instynkt 2 (7) – serial kryminalny, Fr.
23.15 Balthazar: Śledczy fenomen 2 (1) – krym., Fr.
0.25 Co Polak potrafi na drodze? (15, 16, 1)
3.40 Kabaretowy szał (14)

WP DVB T

12.00 Wariaci za kierownicą 4
13.00 Makłowicz w podróży
14.05 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (23, 19)
16.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2 (5)
16.55 Pogoda
17.00 Tajemnice Brokenwood 6 (1) – krym.
19.00 Strażacy z sąsiedztwa
20.00 Policjanci z sąsiedztwa 7 (10, 11)
21.50 Pogoda
22.00 Przebojowe kabarety (4)
23.00 Mistrzowie Kabaretu 12 (6) – program rozrywkowy
0.00 1, 2, 3... Kabaret! 4 (7)
1.00 Mistrzowie Kabaretu 6

C+ DOMO HD

13.05 Cuda z drewna (4)
14.05 Wakacyjne domy na wynajem (11)
15.00 Pomocy! Kupiliśmy wioskę (18) – serial dok.
15.55 Mam zamek 3 (4, 5) – dok.
16.50 Gardeners' World 14 (27)
18.00 Ucieczka na wieś 22 (32)
19.00 Wielkie projekty: Nowa Zelandia (4) – serial dok.
20.05 Daleko od miasta 15
21.00 Wakacyjne domy na wynajem (12) – dok.
21.55 Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 9 (3)
22.25 Przekopiemy Ci ogródek (5) – serial dok.
22.55 Daleko od miasta 15 (3)

HGTV HD

10.00 Poszukiwacze domów: Australia (11, 12) – dok.
11.05 Usterka 11 (15, 16) – serial fab.-dokum., Polska 2019
12.30 Podwórkowa reaktywacja 9 (9-12)
14.25 Mieszkanie na miarę (4)
15.25 Będzie pięknie (4) – rozr.
16.30 Polowanie na ogród 2
18.10 Zgłoś remont 4 (8) – rozr.
19.05 Weekendowa metamorfoza (2) – pr. rozr.
20.05 Dorota inspiruje 3 (4)
21.00 Dorota was urządzi!
22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 9 (4-7) – pr. rozr.
0.45 Usterka 11 (13) – fab.-dok.

eprasa.pl dec786d728

P! Premiera w TV

STACJE DZIECIĘCE | STACJE INFORMACYJNE

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (323) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (965, 966) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 **Sekrety rodziny** (44-46) – serial paradokum., Pol. 2018
11.30 **Trudne sprawy** (969) – serial paradokum.
12.30 **Dlaczego ja?** (1388, 1389) – serial paradokum.
14.30 **Świat według Kiepskich** (41-45) – serial kom., Polska
17.00 **48h. Zaginieni** (195, 196) – serial kryminalny, Pol. 2023
19.00 **Gliniarze** (1015) – serial paradokum.

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 **Wydarzenia**
6.45 **SuperLudzie Extra** (46) – magazyn
6.55 **Na ratunek 112** (749, 750) – paradok.
7.55 **Doktor Martin** (15, 16) – serial obycz.
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **SuperLudzie** (10, 12)
11.35 **Świat według Kiepskich** (422-425) – serial kom., Pol. 2013
13.30 **Bitwa o palety** (23)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (3) – reality show
16.00 **Ninja Warrior Polska** (27)
18.00 **Świat według Kiepskich** (502, 503, 538, 539)
20.00 **Złomiarze** (23) – dok.

TV 6 DVB T

6.00 **Więzienie** (198, 199) – serial dok., Pol. 2025
6.55 **Policjantki i Policjanci** (745, 746) – serial obyczajowy, Polska 2020
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (64, 65) – serial sensacyjny, Niemcy 1998
10.55 **48h. Zaginieni** (202-204) – serial kryminalny, Pol. 2023
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1218) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (81, 82) – serial krym., Polska
15.55 **Kobra – oddział specjalny** (66, 67) – serial sensacyjny, Niemcy 2001

BBC FIRST HD

6.00 **Z pamiętnika położnej 10** (1) – serial obyczajowy
6.50 **Ulica nadziei 2** (9, 10) – krym., Wlk. Bryt. 2022
8.45 **Lewis 7** (5) – krym.
9.45 **Ojciec Brown 2** (8) – serial kryminalny
10.45 **Śmierć pod palmami 4** (7) – krym.
11.50 **Z pamiętnika położnej 10** (1) – serial obyczajowy
12.55 **Ulica nadziei 3** (1, 2)
15.00 **Ojciec Brown 9** (7) – krym., Wlk. Bryt. 2021
16.00 **Lewis 7** (5) – krym.
17.00 **My Life is Murder** (3) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 14** (1) – serial kryminalny

TVP ABC DVB T2

9.00 **Tru i Tęczowe Królestwo** (14)
9.30 **Domisie** – dla dzieci
10.00 **Zagadki zwierzogromadki** (21) – mag. dla dzieci
10.20 **Przygody Bolka i Lolka** (7, 8) – anim.
10.45 **Rodzina Treflików**
11.10 **Odo** (14-16) – anim.
11.35 **Stacyjkowo** (59, 60)
11.55 **Pszczółka Maja** (40)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
13.00 **Przyjaciele**
13.20 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
13.45 **Świnka Peppa**
14.10 **Henrietta** (2, 3)
14.30 **Oli i Luna** (1, 2)
14.55 **Oktonauci 3** (79, 80)
15.20 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (40) – mag.

TVN 24 HD

7.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
7.30 **Jeden na jeden**
8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.55 **Biznes** – pr. publicyst.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.55 **Biznes** – pr. publicyst.
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.55 **Biznes** – pr. publicyst.
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
13.55 **Biznes** – pr. publicyst.
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.55 **Biznes** – pr. publicyst.
15.00 **15 na żywo** – inf.
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Tak jest** – pr. publ.
19.15 **Serwis informacyjny**

KRYMINALNY



20.00 **Ślad** (7) – Polska 2018-2019

Ginie siedmiu dilerów. Początkowo podejrzanymi są ich klienci, jednak oni także okazują się poszkodowani. Wkrótce śmierć ponosi komisarz Wydziału Antynarkotykowego.

21.00 **Gliniarze** (810)
22.00 **Tajemnicze zaginięcia kobiet** (2)
23.00 **Świat według Kiepskich** (391, 392)
0.00 **Ślad** (109) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (27)
2.05 **Wydarzenia**
2.45 **Ewa gotuje** (502, 503)
3.45 **Interwencja** – mag.

SCIENCE FICTION



21.00 **Bloodshot** – USA/ FILM Chiny 2020, wyk. Vin Diesel, 145 min

Żołnierz Ray zostaje przywrócony do życia za pomocą nanotechnologii. Pozbawiony wspomnień zaczyna szukać prawdy o swojej przeszłości.

23.25 **Sick** – horror, USA FILM 2022, reż. John Hyams, 95 min
1.00 **Świat według Kiepskich** (353-358) – serial komediowy, Polska 2011
4.00 **Nasz nowy dom** (221, 222)– reality show, Polska 2021

SENSACYJNY



18.05 **Strażnik Teksasu** (1, 2) – USA 1993

Podczas napadu na bank w Dallas ginie partner Cordella, Bob Mobley. Walker dowiaduje się, że napad miał być tylko testem przed większą operacją przestępczą.

20.05 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (91, 92) – krym.
22.00 **Czarna lista 2** (39)
23.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (731, 732) – krym., Pol.
1.00 **Kości** (131, 132)
2.55 **Cobra Kai** (42)

KRYMINALNY



19.55 **Śmierć pod palmami 4** (8)

Detektywi rozwiązują zagadkę dotyczącą zabójstwa więźnia osadzonego w ich areszcie. Humphreya odwiedza ojciec. Namawia syna, by zmienił swoje życie.

21.00 **McDonald i Dodds 4** (1) – serial kryminalny
22.55 **Blackshore** (5, 6) – serial kryminalny, Irl.
1.10 **Sherlock 3** (1) – krym.
3.05 **Morderstwa w Midsomer 14** (1) – serial kryminalny
4.40 **Moja rodzinka** (4)
5.10 **My Life is Murder** (3)

ANIMOWANY



15.40 **Bella i Sebastian** (27, 28) – Francja/ Kanada 2017

Odważny i ciekawy świata Sebastian przeżywa kolejne przygody w wysokich Alpach. Wszędzie towarzyszy mu wierna suczka Bella.

16.05 **Pat i świat 2**
16.35 **Dino Ranczo** (77, 78)
17.05 **Pszczółka Maja**
17.30 **Robin Hood** (27, 28)
18.00 **Kucharz Shane** (5, 6)
18.30 **Yakari** (1, 2) – anim.
19.00 **Ptyś i Bill**
19.10 **Czarodziejskie miasteczko Pinokia**
19.25 **Piotruś Królik 2**

INFORMACYJNY



19.30 **Fakty po Faktach**

Rozmowy reporterów prowadzących główny serwis informacyjny z gośćmi, którzy komentują istotne wydarzenia z kraju i ze świata.

20.10 **Fakty o świecie**
21.00 **Polska i świat** – inf.
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.25 **Biznes** – pr. publicyst.
0.45 **Fakty po Faktach**
1.30 **Tak jest** – pr. publ.
2.35 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
3.00 **Akademia ogrodnika** – mag.
3.05 **Fakty po Faktach**

POLSAT PLAY HD

6.00 **Budowlańcy** (27) – dok.
6.30 **Kołowrotek** (221) – mag.
7.00 **Dorwać tuńczyka** (9, 10)
9.00 **Wojny magazynowe**
10.00 **Wojny kontenerowe** (5, 6) – serial dokumentalny
11.00 **Hardkorowy lombard** (160, 161, 1-4) – serial dok.
14.00 **Polacy za granicą** (77, 78)
16.00 **Złomiarze** (25, 26) – dok.
18.00 **Poszukiwacze historii** (219, 220) – serial dokum.
20.00 **Zawód glina** (5) – dok.
21.00 **Złomiarze** (50) – dok., Pol.
22.00 **Więzienie** (223) – dok., Pol.
22.30 **Łowca pedofilów** (240)
23.00 **Więzienie** (134-143) – dok.
4.00 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

10.55 **Kuchnia dla odważnych**
13.10 **Apetyt na miłość** (2)
14.10 **Akcja: Restauracja!** (7)
15.10 **24/24** (7) – maraton kulin.
16.15 **Kuchenne rewolucje** (14)
17.15 **Sexy kuchnia Magdy Gessler** (5) – mag. kulin.
17.50 **Sąsiedzi kontra sąsiedzi**
18.50 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** (8)
19.50 **Perfekcyjni gospodarze 9** (21) – dok.
20.50 **Ogniem i patelnią 2** (3)
21.55 **Pyszne miejscówki** (12)
22.55 **Posiekani na słodko** (3)
23.55 **Sposób na smaczne życie** (4-6) – magazyn kulin.
1.25 **Pyszne miejscówki** (8, 9)

POLSAT RODZINA HD

9.30 **Jeźdźcy smoków** – anim.
11.00 **Podglądacze przyrody**
12.00 **Bogaty dom – biedny dom** (114) – reality show
12.55 **Rodzina zastępcza** (259, 260) – kom., Pol. 2007
14.50 **Wielkie wycieczkowce**
15.50 **Świat z góry** (1, 2) – dok.
17.05 **Pingwiny z Madagaskaru** (10-13)
19.00 **Rodzina zastępcza** (326)
20.00 **Miodowe lata** (1, 2, 117)
22.00 **Nasz nowy dom**
23.55 **Tajemnice Powstania Warszawskiego** (4, 5)
1.05 **Ostatni rok Hitlera** – dok.
2.00 **Ewa gotuje** (449, 450)
3.00 **SuperLudzie 2** (22, 23)

BBC LIFESTYLE HD

11.30 **Wymarzone domy 2**
13.30 **Mistrzowie ceramiki 6**
14.30 **Wielkie brytyjskie wypieki 15** (2) – pr. rozr.
15.40 **Zapraszam do stołu 21**
17.50 **Wymarzone domy 2** (23)
18.50 **Mistrzowie szycia 5** (7)
19.50 **Wielkie brytyjskie wypieki 15** (3) – pr. rozr.
21.00 **Wielkie australijskie wypieki 6** (2) – pr. rozrywk.
22.00 **Zapraszam do stołu: profesjonaliści** (10) – rozr.
23.00 **Wstydliwe choroby: online 3** (8) – serial dokum.
23.55 **Ratunek dla skóry** (3)
0.50 **Wymarzone domy 2**
2.50 **Mistrzowie ceramiki 6**

NICK JR. HD

16.10 **Świnka Peppa** (35)
16.24 **Świnka Peppa 8** (19)
16.29 **Świnka Peppa 7** (8-10)
16.49 **Świnka Peppa**
17.19 **Świnka Peppa 6** (5)
17.23 **Świnka Peppa** (13, 15)
17.40 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (5) – anim., Fr.
18.05 **Barbapapa i jego rodzinka** (3) – serial anim.
18.30 **Dora 4** (13) – serial anim.
18.55 **Santiago z mórz** (6, 20)
19.40 **Rubble i jego ekipa** (6)
20.00 **Dobranocki z Ryanem**
20.32 **Świnka Peppa** (24)
20.36 **Świnka Peppa 8**
20.55 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (18-20) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Punkt widzenia Szubartowicza** – pr. publ.
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – program publicystyczny
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.

TVP KOBIETA DVB T2

14.00 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (28) – teleturniej
14.35 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka**
15.00 **Piękno, zgłoś się!** (6)
15.30 **Ojciec Mateusz 5** (63, 64)
17.25 **Dobre wieści z planety Ziemia** (3) – cykl dokum.
18.30 **Gabi Drzewiecka zaprasza** (9) – talk-show
19.30 **Miłość i nadzieja** (326)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (307) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (289) – obycz.
22.30 **Miłość jest blisko** FILM – komedia romantyczna, Polska 2021, 115 min

E! ENTERTAINMENT HD

8.50 **Very Cavallari** (7, 8)
10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów 16**
14.20 **Very Cavallari** (9, 10)
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (5, 6)
20.30 **Very Cavallari** (1, 2)
22.30 **Plastyczna fuszerka**
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów 16**
3.00 **Plastyczna fuszerka**
5.00 **Very Cavallari** (7)

TV TRWAM DVB T

17.00 **Po stronie prawdy**
17.55 **Poczet wielkich Polaków** – program hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone** – pr. publ.
19.20 **Odnaleźć siebie** (37)
19.30 **Bóg z nami** (2) – anim.
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Przetrwaliśmy**
22.30 **Ulmowie. Droga do świętości** – pr. religijny

BBC BRIT HD

10.30 **W warsztacie** (9) – dok.
11.30 **Brytyjskie fabryki 4** (7)
12.35 **Top Gear 11** (1) – mag.
13.40 **W warsztacie** (10) – dok.
14.35 **Cuda inżynierii 3** (7)
15.40 **Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 2** (12)
16.45 **Brytyjskie fabryki 4** (7)
17.50 **Top Gear 11** (2) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii 3** (7)
19.55 **Brytyjskie fabryki 4** (8)
21.00 **Zelensky Story** (3) – dok.
22.00 **Putin i Zachód: kolejny rozdział** (2) – serial dokum.
23.15 **Top Gear 11** (1) – mag.
0.20 **Top Gear 24** (5) – mag.
1.30 **Cuda inżynierii 3** (7)

MINI MINI+ HD

9.05 **Bing 2** (8-13) – serial anim.
10.00 **Edzio i Lusia** (13-18)
11.25 **Baczne oczka** (4-7)
11.55 **Marta mówi** (21, 22)
12.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
12.59 **Marta mówi** (23, 24)
13.55 **Moje urodziny** – dla dzieci
14.00 **Basia 2** (6-9, 1) – anim., Pol.
15.10 **Kicia Kocia** (8-12) – anim.
15.55 **Marta mówi** (3, 7, 12)
17.20 **Staś i fajna Babcia**
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.57 **Staś i fajna Babcia** (23)
18.15 **Leśna rodzina 3: Koniczyna** (1-6) – anim.
18.40 **Dora i przyjaciele 2**
19.35 **Kicia Kocia 2** (9-13)
20.25 **Mały Charlie** (8-12)

TVP 3 DVB T2

12.30 **Górna półka smaku**
13.00 **Agrobiznes**
13.20 **Agropogoda**
13.30 **Daję słowo – Maciej Orłoś 2** – talk-show
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **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** (210) – serial obycz., Turcja 2022

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

eprasa.pl dec786d728

Warto zobaczyć

9.25 CINEMAX
Nomadland
OBYCZAJOWY Fern wyrusza vanem w nieznane. Chwyta się dorywczych prac i poznaje ludzi, którzy również wiodą koczowniczy styl życia. *Reż.: Chloé Zhao, A: Frances McDormand, Gay DeForest USA 2020* **105 min ▶ do godz. 11.10**

10.10 TVP KULTURA
Zakochany anioł
KOMEDIA ROMANTYCZNA Giordano, przybysz z nieba, traci swoją moc. Trafia pod opiekę młodej terapeutki Romy, w której się zakochuje. *Reż.: Artur Więcek „Baron", A: Krzysztof Globisz, Anna Radwan-Gancarczyk Polska 2005* **110 min ▶ do godz. 12.00**

14.40 FILMBOX+ HITS
Wyścig o życie
PRZYGODOWY Greg zabiera podopiecznych z ośrodka dla młodych przestępców na wyprawę rowerową. Chce, by odmienili swoje życie. *Reż.: R.J. Daniel Hanna, A: Matthew Modine, Cynthia Kaye McWilliams USA 2023* **120 min ▶ do godz. 16.40**

16.10 ALE KINO+
W sieci wojny
THRILLER Pilot otrzymuje misję dotyczącą planów tajnej operacji. Rozwiązanie zagadki może kryć się na zapomnianej farmie w Massachusetts. *Reż.: Michael Day, A: Jake Abel, Brianna Hildebrand, John Cusack USA 2025* **125 min ▶ do godz. 18.15**

17.45 WARNER TV
Pokerowy blef
KOMEDIODRAMAT Utalentowany hazardzista Huck musi się zmierzyć ze swoim ojcem, legendą pokera. Ma z nim rachunki do wyrównania. *Reż.: Curtis Hanson, A: Eric Bana, Drew Barrymore, Robert Duvall USA/Niemcy 2007* **150 min ▶ do godz. 20.15**

18.25 PARAMOUNT NETWORK
Gnijąca panna młoda
ANIMOWANY Narzeczony ćwiczy ślubną przysięgę. Gnijąca panna młoda porywa go do świata zmarłych. *Reż.: Mike Johnson, Tim Burton, D: Johnny Depp, Helena Bonham Carter Wlk. Bryt./USA 2005* **95 min ▶ do godz. 20.00**

20.00 HBO
Policzalne
DRAMAT PSYCHOLOGICZNY Nawyk liczenia porządkuje świat Grace i daje poczucie bezpieczeństwa. Romans burzy jej spokojne życie. *Reż.: Marcelle Lunam, A: Teresa Palmer, Eamon Farren, Joseph Dempsie Australia 2024* **90 min ▶ do godz. 21.30**

22.10 ALE KINO+
Nieukończony film
OBYCZAJOWY W 2020 roku ekipa filmowa wznawia pracę nad przerwanym projektem w okolicy Wuhan. W tym czasie wybucha epidemia COVID-19. *Reż.: Lou Ye, A: Hao Qin, Xiaorui Mao, Xi Qi, Xuan Huang Singapur/USA 2024* **130 min ▶ do godz. 0.20**

→ filmowe hity



Alice wręcza bliskim wyniki badania DNA, które mają określić ich pochodzenie.

20.00 TV PULS — Test na teściów

KOMEDIA **Laborantka przygotowuje niespodziankę dla rodziny. Staje się ona źródłem problemów.**

HIT DNIA Narzeczeni Alice i François chcą zapoznać ze sobą rodziny. Ona jest córką bogatych właścicieli posiadłości i winnic, Frédérica i Catherine, którzy szczycą się arystokratycznym pochodzeniem, on zaś – synem przedsiębiorczego handlarza samochodów Gérarda i Nicole, wiodących spokojne i dostatnie życie w domu na przedmieściach. Podczas wyczekiwanego, nieco nerwowego pierwszego spotkania w imponującej posiadłości Bouvier Sauvage'ów przyszła panna młoda, która pracuje w amerykańskim laboratorium, wręcza czwórce dumnych ze swoich korzeni rodziców prezent – wyniki testów genetycznych, które ujawniają ich pochodzenie. Prawda o przeszłości wprawia wszystkich w osłupienie. Wychodzi na jaw, jakie niewygodne tajemnice skrywali ich przodkowie. HD **120 min ▶ do godz. 22.00**

Francja/Belgia 2024 **Reż.:** Julien Hervé **Wyst.:** Christian Clavier, Didier Bourdon, Sylvie Testud, Julien Pestel



20.00 TVN 7
Nieoczekiwana zmiana miejsc
KOMEDIA Złodziejaszek (Eddie Murphy) i uczciwy pracownik firmy padają ofiarą manipulacji znudzonych życiem miliarderów. Kiedy obaj odkrywają prawdę, postanawiają odegrać się na intrygantach.

Reż.: John Landis Wyst.: Dan Aykroyd
USA 1983 HD **155 min ▶ do godz. 22.35**



20.00 KINO POLSKA
Lokatorka
KRYMINALNY Nowy właściciel kamienicy zmusza lokatorów do wyprowadzki. Janina Markowska (Sławomira Łozińska), która nie poddaje się presji, znika w niejasnych okolicznościach. Sprawę bada komisarz Szerucka.

Reż.: Michał Otłowski Wyst.: Irena Melcer
Polska 2021 **150 min ▶ do godz. 22.30**



20.00 FILMBOX+ HITS
Diabelska przełęcz
KRYMINALNY Lata 90. Pam Hobbs (Reese Witherspoon) zawiadamia policję o zniknięciu syna. Wkrótce w pobliskiej rzece znalezione zostają zwłoki trzech chłopców. Zbrodnia wygląda na część rytuału.

Reż.: Atom Egoyan Wyst.: Colin Firth
USA 2013 **125 min ▶ do godz. 22.05**



22.00 TV PULS
Jak dogryźć mafii
KOMEDIA SENSACYJNA Prywatny detektyw Steve Ford (Bruce Willis) naraża się mafii. Szef gangu w odwecie porywa jego psa. Aby uwolnić pupila, śledczy zawiera z bossem układ. Zgadza się odzyskać walizkę z kokainą.

Reż.: Mark Cullen Wyst.: John Goodman
USA 2017 HD **115 min ▶ do godz. 23.55**



22.20 POLSAT
Jerry Maguire
OBYCZAJOWY Cyniczny agent sportowy Jerry (Tom Cruise) ma wyrzuty sumienia. Pisze memoriał o potrzebie uczciwości. Zostaje zwolniony, ale zamierza utrzymać się w branży. Jego klientem zostaje futbolista Tidwell.

Reż.: Cameron Crowe Wyst.: Cuba Gooding Jr.
USA 1996 HD **180 min ▶ do godz. 1.20**



23.00 TV 4
Krwawa rozgrywka
SENSACYJNY Agent Lin Dong (Jackie Chan) traci córkę, która umiera na białaczkę. Po latach pewną młodą kobietę zaczynają dręczyć koszmarne sny o dziwnym laboratorium i niepokojących eksperymentach.

Reż.: Leo Zhang Wyst.: Callan Mulvey
Chiny 2017 HD **140 min ▶ do godz. 1.20**

Oznaczenia: P! Premiera w TV HD Program także w standardzie HD
patrasa.olx.pl 780t739

→ filmowe hity


W czasie podróży poślubnej Eddie poznaje prawdziwe oblicze swojej żony.

22.00 TVN Dziewczyna moich koszmarów

KOMEDIA ROMANTYCZNA Żonaty mężczyzna staje w obliczu dylematu.

HIT DNIA Czterdziestoletni Eddie postanawia się ożenić. Poznaje uroczą Lilę. Szybko uznaje, że jest to kobieta, z którą powinien spędzić resztę życia. Po sześciu tygodniach znajomości para pobiera się i wyrusza w podróż poślubną do Meksyku. Tam Eddie z przerażeniem odkrywa, że popełnił błąd. Lila ujawnia bowiem swoje prawdziwe oblicze – jest męcząca i kłótliwa. W dodatku będący na skraju załamania nerwowego mężczyzna spotyka swój ideał kobiety – Mirandę. HD 135 min ▶ do godz. 0.15

USA 2007 **Reż.:** Bobby Farrelly, Peter Farrelly **Wyst.:** Ben Stiller, Malin Akerman, Michelle Monaghan, Jerry Stiller

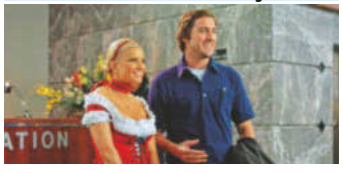


20.00 STOPKLATKA Złap mnie, jeśli potrafisz

KOMEDIA KRYMINALNA

Frank Abagnale (Leonardo DiCaprio) zdobywa fortunę, podając się za pilota, lekarza i bankiera. Schwytanie oszusta staje się obsesją agenta FBI Carla Hanratty'ego.

Reż.: Steven Spielberg Wyst.: Tom Hanks
USA/Kan. 2002 HD 175 min ▶ do godz. 22.55



23.00 PULS 2 Blond ambicja

KOMEDIA ROMANTYCZNA

Katie (Jessica Simpson) cieszy się sławą lokalnej piękności. Kiedy narzeczony wyjeżdża do Nowego Jorku, chce złożyć mu wizytę. Gdy odkrywa, że ma on romans, musi odnaleźć się w wielkiej metropolii.

Reż.: Scott Marshall Wyst.: Penelope Ann Miller
USA 2007 HD 120 min ▶ do godz. 1.00

→ sport



10.00 POLSAT SPORT 1 Grand Prix PGE SIATKÓWKA PLAŻOWA

LIVE Kolejna odsłona zawodów, w których drużyny rywalizujące na co dzień w hali grają na piasku. Na plaży w Ustce wystąpią: Radomka Radom, Płomień Sosnowiec, MKS Kalisz, Stal Mielec, Budowlani Łódź, a także #VolleyWrocław. HD 240 min ▶ do godz. 14.00



15.20 TVP 1 Tour de Pologne

KOLARSTWO LIVE Czwarty etap z Żagania do Karpacza to nie tylko trzy premie górskie i dwie specjalne, ale przede wszystkim finałowy, arcytrudny podjazd pod Orlinek. Wyzwanie podejmie m.in. João Almeida, triumfator TdP z 2021 r. HD 90 min ▶ do godz. 16.50



18.30 POLSAT SPORT 1 Turniej ATP w Montrealu

TENIS LIVE Trwa rywalizacja o występ do 1/8 finału. Z awansem do tej rundy nie powinien mieć problemu Jannik Sinner. Lider rankingu ATP w bieżącym sezonie wygrał już sześć turniejów, w tym Wimbledon. HD 120 min ▶ do godz. 20.30



21.00 EUROSPORT 2 Wyndham Championship

GOLF LIVE W turnieju rozgrywanym na polach Sedgefield Country Clubu w Greensboro w stanie Karolina Płn. wystąpi m.in. Cameron Young. Rok temu odniósł tu swoje pierwsze zwycięstwo w cyklu PGA Tour. HD 180 min ▶ do godz. 0.00

→ rozrywka



11.00 DISCOVERY HISTORIA Militaria na warsztat

MOTORYZACJA Michael Manousakis oraz mechanicy z warsztatu Morlock Motors przywracają świetność wysłużonym pojazdom wojskowym – od czołgów po ciężarówki. Mogą pochwalić się długą listą zrealizowanych projektów. HD 60 min ▶ do godz. 12.00



19.55 POLSAT Andrea Bocelli. Wielki jubileusz 30-lecia występów

KONCERT Do Teatro del Silenzio w Lajatico włoski śpiewak zaprosił wyjątkowych gości. W gali udział wzięli m.in. Russell Crowe, Shania Twain, Johnny Depp i Placido Domingo. HD 145 min ▶ do godz. 22.20



20.05 TVP KULTURA Powidoki

OBYCZAJOWY Władysław Strzemiński (Bogusław Linda) jest malarzem i wykładowcą. Nie zamierza podporządkować się zasadom socrealizmu i nie pozwala, by polityka naznaczała jego artystyczne wybory. Płaci wysoką cenę.

Reż.: Andrzej Wajda Wyst.: Aleksandra Justa
Polska 2016 HD 110 min ▶ do godz. 21.55



23.35 TVP 1 Morderstwa na Côte Bleue

KRYMINALNY Policjantka (Garance Thenault) prowadzi śledztwo w sprawie zabójstwa w swoich rodzinnych stronach. Świadkiem zbrodni okazuje się kochanek jej matki, Marc (Jean-Pierre Foucault).

Reż.: Marjolaine de Lecluse Wyst.: Roby Schinasi
Francja 2024 HD 105 min ▶ do godz. 1.20



20.50 TVN Kuchenne rewolucje

REALITY SHOW Ekipa Magdy Gessler odwiedza Tomaszów Mazowiecki. Krzysztof obawia się zamknięcia restauracji Toscania, co oznaczałoby utratę pracy dla zatrudnianych przez niego trzech kobiet. HD 70 min ▶ do godz. 22.00

→ dokument



22.00 NATIONAL GEO. Katastrofy pod lupą

TECHNIKA Specjaliści wyjaśnią, dlaczego Boeing 737 Max runął na ziemię. Tragiczne w skutkach było też wywrócenie się platformy wiertniczej na Morzu Północnym. HD 60 min ▶ do godz. 23.00

eprasa.pl dec786d728

TVP 1 HD DVB T2

5.00 **Splątane losy** (16) – serial obyczajowy, Turcja 2024
5.50 **Akacjowa 38** (911) – telenowela, Hiszpania 2018
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
7.30 **Dobre historie** – magazyn
8.00 **Serwis Info** – program inform.
8.10 **Pogoda Info**
8.15 **Chłopi** (3) – obycz., Polska 1972
9.15 **Ranczo 8** (101): Grecy i Bułgarzy – serial obyczajowy, Polska 2014
10.05 **Komisarz Alex 23** (286): Trop – serial kryminalny, Polska 2025
11.00 **Ojciec Mateusz 17** (224) – serial kryminalny, Polska 2017
12.00 **Serwis Info** – program inform.
12.10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
12.30 **Agropogoda** – program inform.
12.40 **To się opłaca** – magazyn
13.00 **Natura w Jedynce: Włochy – ostatnie dzikie zakątki** (3) – serial dokum., Włochy 2023
14.00 **Splątane losy** (17) – serial obyczajowy, Turcja 2024
15.00 **Serwis Info** – program inform.
15.15 **Kolarstwo:** Tour
LIVE de Pologne – studio
15.20 **Kolarstwo:** Tour de Pologne
LIVE – 4. etap: Żagań – Karpacz
16.50 **Kolarstwo:** Tour
LIVE de Pologne – studio
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
18.05 **Reporterzy** – mag. reporterów
18.25 **Akacjowa 38** (928) – telenowela, Hiszpania 2018
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
20.10 **Sport, pogoda**

TVP 2 HD DVB T2

4.30 **Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2024
5.30 **M jak miłość** (1810) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 **Operacja zdrowie** (82) – magazyn medyczny
6.55 **Barwy szczęścia** (3370) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.30 **Rodzinka.pl** (64, 65): Wakacje w Lubuskiem; Nowe zwierzątko domowe – serial komediowy, Polska 2012
12.35 **Koło fortuny** (1918) – teleturniej
13.15 **Panna młoda** (163) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 **Va banque** (1032) – teleturniej
14.35 **Na sygnale** (892): Poszukiwani – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (449) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
16.00 **Koło fortuny** (1919) – teleturniej
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (164) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Kiedy Hancer zaczyna krwawić, przerażony Cihan zabiera ją do szpitala. Beyza wpada w szał.
18.15 **Va banque** (1033) – teleturniej
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
19.25 **Barwy szczęścia** (3370) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.05 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (34) – teleturniej
20.35 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (34) – teleturniej

POLSAT HD DVB T2

4.40 **Disco Gramy**
5.25 **Telezakupy TV Okazje**
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
9.15 **Malanowski i partnerzy** (374, 375): Złota klatka; Łowcy organów – serial fabularno-dokumentalny, Polska
10.20 **Trudne sprawy** (952) – serial paradokumentalny, Polska 2020
Kelnerka Małgorzata traci pracę. Jej osiemnastoletni syn przenosi się do szkoły wieczorowej i zatrudnia się na budowie. Wpada w złe towarzystwo.
11.20 **Gliniarze** (911, 912) – serial paradokumentalny, Polska 2024
13.25 **Dlaczego ja?** (1540, 1541) – serial paradokumentalny, Polska 2026
Kasia podejrzewa, że jej matka wspiera finansowo swojego kochanka, Michała. Dowiaduje się, że mężczyzna to jej syn oddany przed laty do adopcji. Niebawem okazuje się, że prawda jest bardziej skomplikowana.
15.30 **Wydarzenia, pogoda** (806) – magazyn informacyjny
15.55 **Milionerzy** – teleturniej
16.35 **Gliniarze** (1109, 1110) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Mężczyzna zostaje ogłuszony i skrępowany na działce, a jego partnerka znika. Olgierd i Krystian kierują podejrzenia na byłego chłopaka zaginionej. Niebawem jednak odzywa się prawdziwy porywacz.
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Gość „Wydarzeń"**
19.30 **Sport, pogoda**

TVN HD DVB T2

5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1721) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 **Kuchenne rewolucje** (4): Puławy – Cudnie – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Doradca smaku** (38) – magazyn kulinarny
11.25 **Kuchenne rewolucje** (3): Racibórz – Imperia – program rozrywkowy
12.35 **Ukryta prawda** (1515, 1516, 1744) – serial paradok., Polska
15.45 **Detektywi** (133) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
16.50 **Szpital św. Anny** (84) – serial obyczajowy, Polska 2026
Do szpitala trafia 70-letni Ukrainiec. Wnuk przypadkowo podał dziadkowi podwójną dawkę leku. Strecker przystaje na wniosek Zyty o wsparcie na oddziale. Zwiększa obowiązki psychologa bez wynagrodzenia.
17.55 **Młode gliny** (41) – serial kryminalny, Polska 2026
We wsi niedaleko Zagadowa zostaje znaleziony nieprzytomny nastolatek. Mieszkańcy kierują podejrzenia na mężczyznę, który żyje samotnie w lesie.
19.00 **Fakty, sport**
19.40 **Kroniki Tour de Pologne** (4) – magazyn sportowy
19.45 **Pogoda**
19.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów
20.15 **Na Wspólnej** (4259) – serial obyczajowy, Polska 2026
player

KRYMINALNY



20.30 Ojciec Mateusz 34 (444): Wieczny niespoczynek – Polska 2026

Do Mateusza telefonuje ksiądz Wiesław z sąsiedniej parafii i prosi o pomoc w tajemniczej sprawie. Następnego dnia zostaje znaleziony martwy. Policja podejrzewa znanego z antyklerykalnych poglądów Jonasza Puchałę.

21.25 **Sprawa dla reportera** – mag.
22.20 **Tour de Pologne – kroniki** – cykl felietonów
22.30 **Anita** – film dokum., Polska 2026
23.35 **Morderstwa na Côte Bleue**
FILM – film kryminalny, Francja/Belgia 2024, reż. Marjolaine de Lecluse, wyk. Jean-Pierre Foucault, Garance Thenault, Alexandra Vandernoot, 105 min
1.20 **Kanał** – dramat wojenny, Polska
FILM 1956, reż. Andrzej Wajda, wyk. Tadeusz Janczar, Teresa Iżewska, Wieńczysław Gliński, 125 min
3.25 **Wykrywacz kłamstw** – program publicystyczny
3.45 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
4.05 **Reporterzy** – mag. reporterów
4.15 **Oko na świat** – magazyn
4.35 **Zakończenie**

ROZRYWKOWY

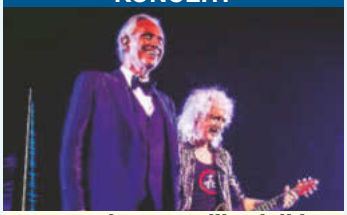


20.55 Kocham Cię, Polsko! (9)

W drużynie Michała Koterskiego wystąpią: Kasia Moś, Zygmunt Kukla i Magdalena Smalara. Ekipę Filipa Gurłacza zasilą Katarzyna Pakosińska oraz Andrzej Krzywy i Grażyna Wolszczak. Gościem muzycznym będzie Halina Mlynkova. Prowadzi Marzena Rogalska.

22.25 **Czas honoru. Powstanie** (3, 4): Hotel Victoria; Kamień na kamieniu – serial wojenny, Polska 2014
Rainer dowiaduje się od Karkowskiego o planowanym ataku na dzielnicę policyjną. Na Ochocie omal nie dochodzi do linczu na rodzinie folksdojczów.
0.15 **PitBull 3** (19) – serial sensacyjny, Polska 2008
1.15 **Wszystko będzie dobrze**
FILM – dramat obyczajowy, Polska 2007, reż. Tomasz Wiszniewski, wyk. Robert Więckiewicz, Adam Werstak, Izabela Dąbrowska, Beata Kawka, 105 min
3.00 **Kruk 3. Jak tu ciemno** (5, 6-ost.) – serial kryminalny, Polska 2022
4.30 **Zakończenie**

KONCERT



19.55 Andrea Bocelli. Wielki jubileusz 30-lecia występów

Niezwykły koncert słynnego włoskiego tenora w amfiteatrze Teatro del Silenzio położonym w Lajatico. Andrea Bocelli zaprosił wyjątkowych gości, m.in. syna Matteo i Briana Maya, a także gwiazdy kina, np. Willa Smitha. Tłem muzyki była olśniewająca scenografia.

22.20 **Jerry Maguire** – dramat
FILM obyczajowy, USA 1996, reż. Cameron Crowe, wyk. Tom Cruise, Cuba Gooding Jr., Renée Zellweger, Kelly Preston, 180 min
Agent sportowy traci pracę, gdy buntuje się przeciwko nieuczciwości w branży. Z pomocą swojego jedynego klienta zamierza odzyskać pozycję.
1.20 **Cztery Gwiazdki** – komedia,
FILM USA/Niemcy 2008, reż. Seth Gordon, wyk. Vince Vaughn, Reese Witherspoon, Robert Duvall, Sissy Spacek, 110 min
3.10 **Nasz nowy dom** (303) – reality show
4.15 **Kabaretowa Ekstraklasa** (129) – program rozrywkowy

ROZRYWKOWY



20.50 Kuchenne rewolucje (9): Tomaszów Mazowiecki – Toscania

Magda Gessler odwiedza restaurację czterdziestoletniego Krzysztofa. Od kilku miesięcy lokal boryka się z problemami finansowymi. Jego właściciel obawia się, że będzie zmuszony zamknąć interes. Restauratorka spróbuje odkryć przyczynę kryzysu.

22.00 **Dziewczyna moich koszmarów**
FILM – komedia romantyczna, USA 2007, reż. Bobby Farrelly, wyk. Ben Stiller, Malin Akerman, Michelle Monaghan, Jerry Stiller, 135 min
0.15 **Dzień, w którym przyjdzie tata**
FILM – komedia, Francja 2012, reż. Martin Valente, wyk. Gérard Jugnot, François Berléand, Olivia Ruiz, Jamie Bamber, 130 min
2.25 **Uwaga!** – magazyn reporterów
2.45 **Kwatery Hitlera** (3) – serial dokumentalny, Pol. 2019
3.50 **Detektywi** (132) – serial fabularno-dokum., Polska 2024
4.50 **Nauka jazdy 5** (4) – pr. rozrywk.
5.15 **Recepta na stary dom 4** (4) – program rozrywkowy

eprasa.pl dec786d728
P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB T2

5.20 **Ten moment** (14) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 **Szkoła** (851-853) – serial paradokumentalny, Polska 2020
8.45 **Ukryta prawda** (1357, 1483, 1484) – paradok., Polska
11.50 **W-11 – Wydział Śledczy** (1156-1158) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2014
13.55 **Kryminalni 2** (11): Egzekucja – serial kryminalny, Polska 2005
15.00 **Szpital** (820, 821) – serial paradokumentalny, Polska 2018
17.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (525): Zwracam ci wolność – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
18.00 **SOS Ekipy w akcji** (37) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Funkcjonariusze reagują w sprawie bójki pod klubem. Wpadają na trop dilera. Tymczasem inny patrol natrafia na pięciolatkę, która ubrana w piżamkę błąka się między garażami.
19.00 **Ukryta prawda** (1548) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Dominika chce, by były partner przejął opiekę na córką. Odrzuca jego propozycję finansową. Mężczyzna zamierza poznać prawdę o motywach byłej partnerki. Staje się świadkiem pewnej kłótni.

REKLAMA

TV PULS HD DVB T2

6.00 **Policjanci z Miami 4** (1, 2): Obraza sądu; Amen... Przyślijcie forsę – serial kryminalny, USA 1987, wyk. Don Johnson, Edward James Olmos
8.00 **Kobra – oddział specjalny** (18, 19): Bohater ulicy; Bez wyjścia – serial sensacyjny, Niemcy 2017
10.00 **Zaklinaczka duchów 4** (63) – serial fantasy, USA 2008-2009
11.00 **Kotka** (2) – telenowela, Meksyk 2014
12.00 **Nie igraj z aniołem** (133) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
13.00 **Wspaniałe stulecie** (67) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 **Kurierzy 2** (52) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 11** (576, 577) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 **Kurierzy 2** (53) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Mariusz, wielki pasjonat fantastyki i gier wideo, zauważa nagłą zmianę zachowania swojej żony. Podejrzewa, że to klon.
18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (990, 991) – serial obyczajowy, Polska 2026
Marcelina niedługo rodzi. Ojciec dziecka nie interesuje się ich losem. Kobieta postanawia udawać partnerkę przyjaciela geja.

PULS 2 HD DVB T2

5.50 **Ale numer! 22** (5) – pr. rozrywk.
6.20 **Cosie-Ktosie** (33-35) – anim., Fr.
6.45 **SamSam: Kosmiczne przygody** (19) – serial anim.
7.00 **Blaze i megamaszyny 6** (26) – serial animowany, USA 2020
7.30 **Psi Patrol 2** (18) – serial anim.
7.50 **Dora** (10) – anim., Kan./USA 2024
8.30 **Wielkie przygody małego rekina 2** (5) – serial dla dzieci, USA/Korea Południowa 2023
8.50 **Masza i Niedźwiedź 6** (11-13) – serial animowany, Rosja
9.25 **Świnka Peppa** (7-9) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
9.45 **Bing** (49, 50) – serial animowany
10.00 **Jeżyk i Przyjaciele** (6, 5) – serial animowany, Polska 2023
10.35 **Spidey i superkumple 2** (36, 35) – serial anim., USA 2022
11.35 **Gus. Mały – wielki rycerz** (35, 36) – serial anim., Fr. 2021
12.00 **Psi Patrol** (15) – serial anim.
12.35 **Marta mówi** (36) – serial anim.
13.00 **Smerfy** (5, 6) – serial anim., Bel.
14.00 **Baranek Shaun 4** (22-24) – serial anim., Wielka Brytania
14.35 **My Little Pony: Przyjaźń to magia** (9) – anim., USA/Kan. 2011
15.00 **Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2** (46, 47) – anim., Fr./Jap./Korea Południowa 2017
16.00 **Fineasz i Ferb 2** (30, 31) – serial animowany, USA 2007-2011

NETFLIX



BAD THOUGHTS 2

Kolejna odsłona antologii nietypowych historii. Każda z nich przesuwa granicę, aby szokować i nie pozwalać widzom oderwać wzroku od ekranu. Tom Segura wcieli się w kilka różnych postaci.
►**serial kom. (6 odc.), USA 2026**



DOM PEŁEN DYNAMITU

Kiedy nieoznaczony pocisk zostaje wystrzelony w stronę USA, służby specjalne natychmiast zaczynają działać. Nie mogą pozwolić, by dotarł do celu. Rozpoczyna się wyścig z czasem.
►**thriller, USA 2025; 112 min**

Dwa odcinki
Czwartek 21:00
LINE OF DUTY
WYDZIAŁ WEWNĘTRZNY

BBC FIRST

KOMEDIA



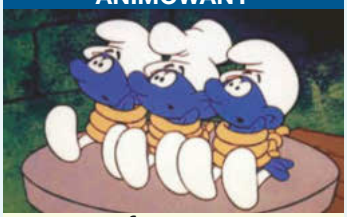
20.00 **Nieoczekiwana zmiana miejsc** FILM – USA 1983, 155 min
Bracia Duke'owie prowadzą firmę, która przynosi ogromne zyski. Zastanawiają się nad tym, od czego zależy życiowy sukces. Spierają się, czy jest on wynikiem indywidualnych predyspozycji czy warunków społecznych. By to sprawdzić, spychają swojego wspólnika Louisa do nizin społecznych, jednocześnie oferując posadę w firmie czarnoskóremu złodziejowi Billy'emu. Oni jednak orientują się w sytuacji. Jednoczą siły i obmyślają plan zemsty.
22.35 **Sherlock Holmes** FILM – film kryminalny, USA/Niemcy/Wielka Brytania 2009, reż. Guy Ritchie, wyk. Robert Downey Jr., Jude Law, Mark Strong, Rachel McAdams, 150 min
1.05 **Romeo musi umrzeć** FILM – film sensacyjny, USA 2000, reż. Andrzej Bartkowiak, wyk. Jet Li, Aaliyah, Isaiah Washington, Russell Wong, 145 min
3.30 **Zgłoś remont 11** (9) – program rozrywkowy
4.25 **Fachowcy 2** (13) – serial paradokumentalny, Polska 2018

KOMEDIA



20.00 **Test na teściów** FILM – Francja/Belgia 2024, 120 min
HIT DNIA Narzeczeni Alice i François chcą zapoznać ze sobą rodziny. Ona jest córką bogatych właścicieli posiadłości i winnic, Frédérica i Catherine, on zaś – synem handlarza samochodów, Gérarda. Przyszła panna młoda wręcza bliskim prezent – wyniki testów DNA, które mają określić ich pochodzenie. Prawda o przodkach wprawia wszystkich w osłupienie.
22.00 **Jak dogryźć mafii** FILM – komedia sensacyjna, USA 2017, reż. Mark Cullen, wyk. Bruce Willis, John Goodman, Jason Momoa, Emily Robinson, 115 min
23.55 **Smak zemsty. Peppermint** FILM – thriller, Hongkong/USA/Chiny 2018, reż. Pierre Morel, wyk. Jennifer Garner, John Gallagher Jr., John Ortiz, 125 min
2.00 **Dzielnica strachu 10** (449): Lokator – serial kryminalny, Polska 2025-2026
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (986) – serial obyczajowy, Polska 2026
4.00 **Zobacz to!** – pr. powtórkowe

ANIMOWANY



17.00 **Smerfy** (7, 8) – Belgia 1988
Niebieskie stworki mają zakopać na pustyni butelkę z magicznym płynem, który wywołuje wzrost roślin. Kropla mikstury spada na pisklę. Pod jej wpływem zmienia się ono w ptaszysko.
18.00 **Pingwiny z Madagaskaru** (21, 22) – serial animowany, USA
19.00 **Kacze opowieści** (25, 26) – serial animowany, USA 1987
20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (978) – serial obyczajowy, Polska 2026
21.00 **Dzielnica strachu 10** (460, 461) – serial krym., Polska 2025-2026
23.00 **Blond ambicja** FILM – komedia romantyczna, USA 2007, reż. Scott Marshall, wyk. Jessica Simpson, Luke Wilson, Penelope Ann Miller, Andy Dick, 120 min
1.00 **Dzielnica strachu 10** (456) – serial krym., Polska 2025-2026
2.00 **Lombard. Życie pod zastaw** (2) – serial obyczajowy, Pol. 2017
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 5** (229, 230) – obycz., Polska 2019
5.00 **Lombard. Życie pod zastaw 10** (525) – serial obyczajowy, Polska 2022

PREMIERA



MOJE ŻYCIE Z WALTERAMI 3

Po ujawnieniu szokujących informacji o miłosnym trójkącie i narastającym kryzysie w rodzinie Walterów Jackie próbuje odnaleźć się w nowej sytuacji. Napięcie rośnie, gdy na ranczu w Kolorado pojawia się jej wujek Richard wraz z Eliotem. Ich przyjazd przypomina dziewczynie dawne życie.
►**dla młodzieży (6 odc.), USA 2026**



TU ZDARZY SIĘ COŚ STRASZNEGO

Trwają przygotowania do ślubu. Przyszła panna młoda (Camila Morrone) przeczuwa, że w dniu ceremonii wydarzy się coś złego, a jej lęk narasta, gdy przybywa do położonej na odludziu posiadłości rodziny ukochanego. Przekonuje się, że łączy ją z tym miejscem przeszłość.
►**serial grozy (8 odc.), USA 2026**

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (16, 17) – serial kryminalny
7.30 **Ostry dyżur 2** (17, 18) – serial obyczajowy
9.25 **Castle 4** (19, 20) – serial kryminalny
11.25 **MacGyver 5** (4, 5) – serial akcji, USA 2020-2021
13.20 **Dowody zbrodni 2** (22, 23) – serial krym.
15.25 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (18, 19) – serial kryminalny
17.10 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5** (17, 18) – serial krym., USA/Kanada 2005
19.15 **Castle 4** (21, 22) – serial kryminalny

TVP SERIALE HD

5.35 **Rodzinka.pl** (123) – serial kom., Pol. 2013
6.05 **Na sygnale** (505, 506) – serial fab.-dokum.
7.15 **Ojciec Mateusz 4** (55) – krym., Pol. 2010
8.10 **Komisarz Alex 4** (44) – serial krym., Polska
9.10 **Rodzinka.pl** (124)
9.45 **Klan** (1471) – telen.
10.15 **Ranczo 10** (122, 123)
11.55 **Komisarz Alex 4** (45)
12.45 **Ojciec Mateusz 31** (405-407) – krym., Pol.
15.35 **Komisarz Alex 4** (46) – serial krym., Polska
16.25 **Na sygnale** (507, 508) – serial fab.-dokum.
17.35 **Ranczo 10** (124, 125) – serial obycz., Polska
19.30 **Ojciec Mateusz 32** (408) – krym., Pol. 2024

TVP KULTURA HD

10.10 **Zakochany anioł** FILM – komedia romant., Polska 2005, 110 min
12.00 **Reżyserzy** (2) – dok.
13.00 **Pióro i rewolwer** – film dok., Pol. 2022
13.45 **Noce i dnie** (11)
14.55 **Papusza** – dramat biograficzny, Polska 2013, 140 min
17.15 **Niewiarygodne przygody Marka Piegusa** (9-ost.) – serial przyg., Polska
17.40 **Rodzina Leśniewskich** (1)
18.15 **Dzień, w którym umarła gwiazda rocka** – serial dokum.
18.55 **Rawhide 2** (24)
20.00 **Czwartkowy klub filmowy** – mag. film.

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 2** (12) – serial dok., Pol. 2018
7.00 **Cudak** – dramat FILM wojenny, Polska 2021, 110 min
8.50 **The Office PL** (7, 8) – kom., Pol. 2021-2022
10.00 **Grantchester 10** (5, 6) – krym., Wlk. Bryt.
12.05 **Vera 11** (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
14.00 **Jak zostać belfrem?** FILM – komediodramat, Francja 2023, 130 min
16.10 **W sieci wojny** FILM – thriller, USA 2025, reż. Michael Day, wyk. Jake Abel, Brianna Hildebrand, Géza Röhrig, 125 min
18.15 **Vera 11** (4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

CANAL+ PREMIUM HD

10.55 **Saga „Zmierzch”:** FILM **Przed świtem. Część 1** – film fantasy, USA 2011, 115 min
12.50 **Premierowa jazda** – magazyn
13.05 **MTV Unplugged: Maryla Rodowicz** – koncert
14.25 **Girl Climber. Wspinaczka** – film dok., Austria/USA 2025
15.50 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy
16.15 **Niania w Nowym** FILM **Jorku** – komedia romantyczna, USA 2007, 105 min
18.00 **Łapu capu** – pr. rozr.
18.05 **Ultimatum Bourne'a** FILM – film sensacyjny, USA/Niemcy 2007, 115 min

HBO HD

9.05 **Angry Birds Film** FILM – film anim., Finlandia/USA 2016, 95 min
10.40 **La Grazia** – dramat FILM obyczajowy, Włochy 2025, 130 min
12.50 **Na planie 23** (31) – magazyn filmowy
13.20 **I.S.S.** – thriller s.f., FILM USA 2023, 95 min
14.55 **O psie, który wrócił** FILM **do domu** – film familijny, Chiny/USA 2019, reż. Charles Martin Smith, 95 min
16.30 **Longing** FILM – komediodramat, Kanada/USA/Izrael 2024, 110 min
18.20 **Wasza wysokość** FILM – komedia przyg., USA 2011, 100 min

20

KRYMINALNY



21.05 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (16, 17)

Mieszkający na wyspie członkowie marynarki zmagają się z serią włamań do aut. Zespół zakłada, że za przestępstwa odpowiada ten sam sprawca.

23.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5** (17, 18) – serial krym.
0.50 **Castle 4** (21, 22) – serial kryminalny
2.45 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (16, 17) – serial kryminalny
4.35 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4** (9) – krym., USA/Kan.

KRYMINALNY



20.30 **Komisarz Alex 25** (312) – Polska 2026

Policjanci badają sprawę zabójstwa Soni Garłacz. Jej ojciec, były gangster Kostuch, odmawia współpracy ze śledczymi. Tymczasem Alex dziwnie się zachowuje.

21.30 **Ranczo 10** (126, 127) – serial obycz., Polska
23.20 **Ojciec Mateusz 32** (409) – krym., Pol. 2024
0.20 **Prokurator** (4)
1.20 **PitBull** (23, 24) – sens.
3.15 **Stulecie Winnych 2** (26) – obycz., Pol. 2020
4.10 **Klan** (1471) – telen.
4.40 **Pan Mama** (44)

DRAMAT OBYCZAJOWY



20.05 **Powidoki** – Polska FILM 2016, 110 min

Malarz Władysław Strzemiński wykłada w łódzkiej uczelni. Nie podporządkowuje się zasadom socrealizmu. Jego bezkompromisowa postawa ma wysoką cenę.

21.55 **Sting: A Free Man** – film dokum., Fr. 2017
23.05 **Polowanie na ćmy** FILM – dramat obyczajowy, Polska 2022, 130 min
1.15 **Handlarz cudów** FILM – dram. obycz., Polska/Szwecja 2009, 110 min
3.05 **Informacje kulturalne**

KOMEDIA KRYMINALNA



20.10 **Tajne przez poufne** FILM – USA/Francja/Wielka Brytania 2008, 120 min

Agent CIA Cox traci pracę i odkrywa, że żona zdradza go z Harrym. Rozgoryczony pisze wspomnienia, które demaskują działania firmy. Wpadają one w niepowołane ręce.

22.10 **Nieukończony film** FILM – dramat obyczajowy, Singapur/Niemcy/USA 2024, 130 min
0.20 **How to Have Sex** FILM – dramat obycz., Wielka Brytania/Fr./Belgia 2023, 115 min
2.15 **Klangor** (3) – krym.

THRILLER



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

Płatna zabójczyni Eve wymyka się spod kontroli macodawców. Chce pomścić ojca zamordowanego przez członków tajemniczej sekty.

22.00 **Spalę was wszystkich** – horror, FILM Hiszp. 2021, 115 min
23.55 **Piła 6** – horror, FILM Kanada/USA/Wielka Brytania 2009, 90 min
1.25 **Zabójcza orka** FILM – horror, Australia/USA 2026, 90 min

DRAMAT PSYCHOLOG.



20.00 **P!** **Policzalne** – Australia FILM 2024, 90 min

Liczby porządkują świat matematyczki Grace. Gdy kobieta nawiązuje romans z Seamusem, musi znaleźć równowagę pomiędzy nawykiem liczenia i przyjaźnią z... Nikolą Teslą.

21.30 **Między nogami a reklamami: Historia Robin Byrd** – film dok., USA 2026
22.50 **No hej!** – komedia, FILM USA 2025, 95 min
0.25 **Panna młoda!** FILM – horror, USA 2026, 125 min

AXN WHITE

8.55 **Miłość nad rozlewiskiem** (5, 6)
11.05 **Agenci NCIS 11** (24)
12.05 **Agenci NCIS 12** (1, 2)
14.05 **Szpital nadziei 5** (11)
15.05 **Święta pod gwiazdami** FILM – komedia romantyczna, USA/Kanada 2021, 115 min
17.00 **Gwiazdka w Wiedniu** FILM – dramat obyczajowy, USA/Austria 2019, 120 min
19.00 **Szpital świętej Marii** (5)
20.00 **Dowody zbrodni 4** (3, 4)
22.05 **Rekrut 2** (4) – serial krym.
23.00 **Agenci NCIS 11** (24)
23.45 **Agenci NCIS 12** (1, 2)
1.45 **Dowody zbrodni 4** (3, 4)
3.40 **Zaklinacze koni 4** (16, 17)

AXN BLACK

9.50 **Gwiezdne wrota 6** (19-21) – s.f., USA/Kan. 2003
12.50 **Kobra – oddział specjalny 12** (10) – sens.
13.55 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 5** (5) – serial sens.
14.50 **Drużyna A 3** (21) – sens.
15.55 **Nieustraszony 2** (14)
16.55 **Zagadki z przeszłości 3** (3) – przyg., Fr./Niemcy/Kan.
18.00 **Gwiezdne wrota 6** (22)
19.00 **Gwiezdne wrota 7** (1, 2) – serial s.f., USA/Kan. 2003
21.00 **W 80 dni dookoła świata** FILM – przyg., USA/Niemcy/Irl. 2004, 145 min
23.25 **Pasażer** – thriller, USA/ FILM Aruba 2002, 105 min

WARNER TV

8.05 **Bajer z Bel-Air 6** (21, 22)
9.05 **Prawo Agaty 4** (8)
10.05 **Pełniejsza chata 2** (12, 13) – serial komediowy
11.20 **Teraz albo nigdy! 3** (3, 4)
13.20 **Bajer z Bel-Air 6** (21-24)
15.20 **Pełniejsza chata 2** (12, 13) – serial komediowy
16.35 **Pełniejsza chata 3** (1, 2)
17.45 **Pokerowy blef** FILM – komediodramat, USA/Australia/Niemcy 2007, reż. Curtis Hanson, 150 min
20.15 **Akademia policyjna 4:** FILM **Patrol obywatelski** – kom., USA 1987, 105 min
22.00 **Kontakt** – film s.f., USA FILM 1997, 185 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (238-240) – serial paradokumentalny, Polska
9.00 **48h. Zaginieni** (205-208) – serial kryminalny, Polska
13.00 **Kowalscy kontra Kowalscy** (41-44) – serial obyczajowy, Polska 2022
15.00 **Świat według Kiepskich** (467-470) – serial kom., Pol.
17.05 **Strażnik Teksasu** (13-16) – serial sensacyjny, USA
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (3-6) – serial krym.
0.50 **Ślad** (91, 92) – krym., Pol.
2.50 **Święty** (258, 259) – serial komediowy, Polska 2022
4.05 **Strażnik Teksasu** (11, 12) – serial sensacyjny, USA

CANAL+ FILM HD

6.05 **Kiler** – komedia sens., FILM Polska 1997, 100 min
7.45 **Lilly i kangurek** – film familijny, 2025, 105 min FILM
9.30 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
9.35 **Fuks** – komedia sens., FILM Polska 1999, 85 min
11.00 **L.A.R.P. Miłość, trolle** FILM **i inne questy** – komedia, Polska 2025, 95 min
12.35 **Saga „Zmierzch”:** FILM **Księżyc w nowiu** – film fantasy, 2009, 130 min
14.45 **Saga „Zmierzch”:** FILM **Zaćmienie** – film fantasy, USA 2010, 120 min
16.45 **Premierowa jazda** – mag.
17.00 **Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego**
18.30 **Morderstwo** FILM **w ambasadzie** – krym., Wlk. Bryt. 2025, 85 min
19.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Pies 51** – thriller, Francja FILM 2025, 100 min
21.40 **Zawód: Szpieg** – dramat FILM sensacyjny, USA/Wlk. Bryt./Niemcy 2001, 125 min
23.45 **Nie mów zła** – thriller, FILM USA 2024, 105 min
1.30 **Masz na imię Justine** FILM – dramat obyczajowy, Pol./Luksemburg 2005, 95 min
3.05 **Trzy miłości** – thriller FILM erot., Polska 2025, 100 min
4.45 **To się nie dzieje** – thriller, FILM Polska 2025, 75 min

CANAL+ SERIALE HD

9.55 **Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków** (3) – serial dokumentalny
10.35 **Premierowa jazda** – magazyn
11.00 **Naruto 4** (2-4) – serial anime, Japonia 2004
12.30 **Cztery pory Igi** (1, 2) – serial dokumentalny, Pol.
14.30 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy
15.00 **Planeta Singli. Osiem historii** (4) – serial komediowy, Polska 2021
15.55 **Łapu capu** – program rozrywkowy
16.15 **Auschwitz. Głosy świadków** (1-3) – serial dokumentalny, Fr. 2024
18.35 **Łapu capu** – program rozrywkowy
18.40 **Captain Tsubasa** (28-30) – serial anime, Japonia 2018
20.00 **Brygada 2** (5, 6) – serial sensacyjny, Francja 2024
21.40 **Premierowa jazda** – magazyn
22.05 **Yellowjackets 2** (5, 6) – serial grozy, USA 2023
0.00 **Pętla** (1, 2) – serial sensacyjny, Polska 2020
1.35 **Czarna woda** – film krótkometraż., Pol.
2.00 **Kiedy ślub?** (7, 8) – serial komediowy, Polska 2024
3.45 **Belfer 2** (7, 8) – serial kryminalny, Polska 2017

CANAL+ 360 HD

6.00 **Rekruci** (5) – serial dok.
7.00 **Lotnisko na Alasce 3** (8)
8.00 **Porzucone konstrukcje** (3) – serial dok., Wlk. Bryt.
9.00 **Okręty wojenne** (3) – dok.
10.00 **Co poszło nie tak 4** (4)
11.05 **Haaland podbija Anglię**
12.00 **Nieczysta gra: Skandal w biathlonie** (1) – dok.
13.00 **Porzucone konstrukcje** (5) – serial dok., Wlk. Bryt.
14.00 **Chwila prawdy** (9) – dok.
15.00 **Okręty wojenne** (4) – dok.
16.00 **Lotnisko na Alasce 4** (1)
17.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata** (3) – serial dok., Niem. 2011
17.55 **Porzucone konstrukcje** (4) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.50 **Chwila prawdy** (8) – dok.
19.50 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata** (4) – serial dok., Niem. 2011
20.50 **Co poszło nie tak 5** (1)
22.00 **Porzucone konstrukcje** (6) – serial dok., Wlk. Bryt.
23.00 **Lotnisko na Alasce 3** (7)
23.55 **Kolacja z Gavinem Rossdale'em** (1) – dok.
1.00 **Misja Afganistan** (4)
2.00 **Twardzielki** (4) – dok., Pol.
2.40 **W rytmie wolności** (3)
3.45 **Zwierzęta Wajraka 3** (6, 7) – serial dok., Pol. 2022
4.55 **Pogotowie remontowe Wieśka 4** (3, 4) – mag.

HBO 2 HD

15.15 **Sound of Metal** – dramat FILM obyczajowy, 2019, 120 min
17.15 **Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw** – film sensacyjny, FILM USA/Japonia 2019, 135 min
19.30 **Kurier Francuski** FILM **z Liberty, Kansas Evening Sun** – komediodramat, Niemcy/USA 2021, 105 min
21.15 **Lighthouse** – horror FILM psychologiczny, USA/Kanada 2019, 105 min
23.00 **Ta inna siostra Bennet** (7) – kostium., Wlk. Bryt.
23.30 **The Pitt 2** (3) – obycz., USA
0.15 **Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem** (6) – kom.

HBO 3 HD

13.00 **Jeszcze piękniej** FILM – komediodramat, Niemcy 2025, 135 min
15.15 **Dziki kot** – dramat FILM biograficzny, 2023, 105 min
17.00 **Miami Vice** – film FILM sensacyjny, USA/Niemcy/Paragwaj 2006, 130 min
19.10 **Biały Lotos 3** (2) – kom.
20.10 **Stamtąd 2** (1)
21.00 **Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13** (19)
21.45 **Porządny człowiek** (3)
22.35 **Ród smoka 3** (7) – fantasy
23.40 **Miniaturowa żona** (7)
0.25 **River Wild** – thriller, USA/ FILM Węgry 2023, 95 min

eprasa.pl dec786d728

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 Górale (45-47) – serial dokumentalny, Polska
7.30 Doktor Martin (55) – serial obyczajowy
8.30 Przyjaciółki (173, 174) – serial obyczajowy, Pol. 2020
10.30 Świat według Kiepskich (30, 31, 121, 122, 209, 210, 79) – serial kom., Polska
14.30 Super Mario Bros: FILM – film anim., Jap./USA 2023, 105 min
16.15 Policja zastępcza FILM – komedia sensacyjna, USA 2010, reż. Adam McKay, 140 min
18.35 Z dala od zgiełku FILM – dramat obyczajowy, Wielka Brytania/USA 2015, 145 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 Tata ma plan (8, 9) – kom., USA 2016
7.00 Dwóch i pół 9 (10-13) – serial komediowy, USA
8.55 Przyjaciele 2 (19-24) – serial komediowy, USA 1996
11.55 Teoria wielkiego podrywu 12 (5-10) – serial komediowy, USA 2018-2019
14.30 Dwóch i pół 9 (14-17) – serial komediowy, USA 2012
16.30 Przyjaciele 3 (1-6) – serial komediowy, USA 1996-1997
Ross zdaje sobie sprawę, że dziewczyny ze wszystkiego się sobie zwierzają.

TVN FABUŁA HD

5.05 Szkoła (809) – serial paradokum.
6.00 Kino w drodze (2)
6.30 Dziewczyny z Hollywood 2 (5)
6.45 Zakochani po uszy (131, 132) – telen., Pol.
7.45 Detektywi (161-164) – serial fab.-dokum.
9.50 Prawo Agaty 5 (7)
10.55 Lekarze 2 (1) – obycz.
11.55 Zapukaj do moich drzwi (34, 35) – telen.
13.55 Prawo Agaty 5 (6)
14.55 Detektywi – fab.-dok.
16.05 Na Wspólnej (27, 28) – serial obycz., Polska
17.10 Seriaale: rozmowy 2 (4) – mag.
17.45 Seriaale Top 5 (24)
17.55 Mała Stopa – anim., FILM USA 2018, 125 min

13 ULICA

6.10 Knok (4) – serial krym.
7.00 Darrow i Darrow: FILM W tonacji morderstwa – krym., Kanada 2018, 110 min
8.50 Morderstwo na plaży Omaha FILM – film kryminalny, Fr./Belgia 2018, 120 min
10.50 Mentalista 4 (19-22)
14.30 Zabójczy zjazd FILM absolwentów: Aurora Teagarden na tropie – film krym., USA 2020, 110 min
16.20 Morderstwa FILM w Tuluzie – krym., Francja 2021, 120 min
18.20 Mentalista 4 (23, 24) – serial kryminalny
20.10 Mentalista 5 (1, 2) – serial kryminalny

KINO POLSKA

6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dok.
7.25 Bolek i Lolek (11, 12)
7.50 Miś Kudłatek (2, 1)
8.15 Reksio (2) – anim.
8.30 Szumy i fonie – film krótkometraż., 2024
8.50 Siedem życzeń (4)
10.00 Diabeł
10.25 Widzisz?
10.50 Agent nr 1 – dram. FILM wojenny, 1971, wyk. Kirił Janew, 140 min
13.10 Bitwa pod FILM Wiedniem – dramat historyczny, Polska/Włochy 2012, 155 min
15.45 C.K. Dezerterzy (1/2) FILM – komedia, Polska/Węgry 1985, 115 min
17.40 Stawka większa niż życie (1, 2) – wojenny

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Kabaretowe hity (4) – program rozrywkowy
6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
7.50 Robert Makłowicz (127, 154) – mag. kulin.
9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (1) – serial krym., Australia
10.55 Górski lekarz 14 (3, 4) – serial obycz.
12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (2) – serial krym., Australia
14.00 Zajazd. Będzie się działo (14, 15) – serial obyczajowy, Pol. 2025
16.00 Katastrofy w przestworzach (3, 10, 7) – dok., Kan.
19.00 Aukcja w ciemno 3 (2, 3) – serial dok., USA

KOMEDIA ROMANT.



21.00 Tylko nie ty FILM – USA/Australia 2023, 125 min

Bea prosi niedoszłego chłopaka Bena, żeby udawali parę przed jej krewnymi. Sprawy wymykają się spod kontroli, ponieważ wciąż mają się ku sobie.

23.05 Prometeusz – horror FILM s.f., USA/Wielka Brytania 2012, reż. Ridley Scott, 155 min
1.40 Ślad (25, 48, 49) – serial kryminalny, Pol.
4.45 Na ratunek 112 (890, 891) – serial paradokum., Pol. 2024

KOMEDIOWY



19.30 Teoria wielkiego podrywu 12 (11-16)

Denise unika pracy w sklepie z komiksami Stuarta. On z kolei nadal czuje się niepewnie w tej relacji.

22.00 The Office PL 4 (10, 11) – serial kom.
23.05 Comedy Club (10)
23.35 Comedy Club 2 (1)
0.05 Miasteczko South Park 5 (2, 3) – serial anim. dla dorosłych
1.00 Pracoholicy 6 (7, 8)
2.00 Śmieszniej nie będzie 3 (7, 8) – rozr.
3.00 Miasteczko South Park 4 (16, 17)

DRAMAT HISTORYCZNY



20.00 300 FILM – USA 2006, 155 min

Rok 480 p.n.e. Król Sparty Leonidas wyrusza do wąwozu Termopile. Trzystu Spartan toczy tam heroiczną walkę ze stutysięczną armią.

22.35 300: Początek FILM imperium – dramat historyczny, USA 2014, 120 min
0.35 Szukając FILM sprawiedliwości – film sensacyjny, USA 1991, 120 min
3.10 Szkoła (763)
4.05 Ukryta prawda (1391) – paradok.

SENSACYJNY



22.00 Kobra – oddział specjalny (1) – Niem.

Zespół Kobra 11 wraca z jeszcze bardziej spektakularnymi pościgami, wypadkami, strzelaninami i wybuchami. Policjanci dążą do sprawiedliwości na autostradach.

23.55 Tożsamość – thriller, FILM USA 2003, reż. James Mangold, 115 min
1.50 Morderstwa FILM w Tuluzie – krym., Francja 2021, 125 min
3.55 Darrow i Darrow: FILM W tonacji morderstwa – krym., Kanada 2018, 135 min

DRAMAT KRYMINALNY



20.00 Lokatorka FILM – 2021, 150 min

Nowy właściciel kamienicy zmusza mieszkańców do wyprowadzki. Janina Markowska, która nie ulega presji, niespodziewanie znika. Sprawę bada komisarz Szerucka.

22.30 Pianista – dram. FILM wojenny, Francja/Niemcy/Wielka Brytania 2002, 195 min
1.45 Wygrany – dramat FILM obyczajowy, Polska/USA/Szwajcaria 2011, 160 min
4.25 Wracając do Marka – film dokum., 2002

KOMEDIA KRYMINALNA



20.00 Złap mnie, jeśli FILM potrafisz – USA/Kanada 2002, 175 min

Frank Abagnale to genialny oszust, który potrafi podszyć się pod każdą osobę na świecie. Jego tropem podąża nieustępliwy agent federalny, Carl Hanratty.

22.55 Oczy smoka – sens., FILM USA 2012, 115 min
0.50 Mgła – horror, USA/FILM Kanada 2005, 130 min
3.00 Mów mi Vincent FILM – komediodramat, USA 2014, 150 min
5.30 Najpiękniejsze fajerwerki ever

20

CINEMAX HD

12.35 Carissa – dramat FILM obyczajowy, 2024, 90 min
14.05 Moje ulubione ciasto FILM – komediodramat, Iran/Fr./Szwecja 2024, 95 min
15.40 Francuski minister FILM – kom., Fr. 2013, 110 min
17.30 Wytłumaczenie FILM wszystkiego – dramat obyczajowy, Węgry/Słowacja 2023, 150 min
20.00 Fargo 4 (5, 6) – serial krym.
21.40 Zjawa – dramat biograf., FILM USA/Hongkong/Tajwan 2015, 155 min
0.15 Obsługiwałem FILM angielskiego króla – komedia, 2006, 115 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 Święty (25, 26) – kom., Pol.
14.25 Spadkobiercy (1) – rozr.
15.25 Co ludzie powiedzą? 2 (9) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 Jedną nogą w grobie 6 (5) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 Czarna Żmija 3 (5) – kom.
17.35 Młody Sheldon (7-9) – serial komediowy, USA
19.00 Dwóch i pół 9 (10-13)
21.00 Świat według Kiepskich (1-3) – serial kom., Pol. 2012
22.30 Co ludzie powiedzą? 2 (10) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 Jedną nogą w grobie 6 (6) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 Czarna Żmija 3 (6) – kom.
0.30 Comedy Club 6 (2) – rozr.

SCI FI

9.40 Medium 2 (19, 20) – krym.
11.30 Zagubiona tożsamość 5 (4, 5) – serial s.f., Kan. 2014
13.20 Przygody Merlina (5, 6)
15.20 Medium 2 (21, 22) – krym.
17.10 Zagubiona tożsamość 5 (6, 7) – serial s.f., Kan. 2014
19.00 Przygody Merlina (7, 8)
21.00 Wojna królestw (1)
22.00 Pompeje – film katastrof., FILM 2014, 130 min
0.10 Sahara – przyg., USA/FILM Hiszp./Niem. 2005, 150 min
2.40 „Odyseja" – Jak powstaje epos?
3.10 Zagubiona tożsamość 5 (6, 7) – serial s.f., Kan. 2014
5.00 Arcadia 2 (3) – serial s.f.

FX HD

9.00 SkyMed (8) – obycz., Kan.
10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (6, 7) – serial krym.
11.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (8, 9)
13.45 Agenci NCIS 8 (11, 12)
15.35 CSI: Kryminalne zagadki Miami (8, 9) – serial krym.
17.25 Z archiwum X (16, 17) – serial s.f., USA/Kan. 1995
19.15 Agenci NCIS: Sydney (8)
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (10, 11)
22.00 Zakłamanie (5) – obycz.
23.05 Z archiwum X (17) – s.f.
0.05 Speed. Niebezpieczna FILM prędkość – film sensacyjny, 1994, 145 min

FILMBOX+ ONE HD

8.05 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (9) – krym.
9.10 Panna Scarlet i komisarz 3 (4) – krym.
10.15 Panna Marple. Noc FILM w bibliotece – film kryminalny, 2004, 120 min
12.15 Hudson i Rex 4 (14, 15)
14.30 Poirot (1) – serial krym.
16.40 Strażnik Teksasu (23, 1) – serial sensacyjny, USA
18.55 Poirot (10) – serial krym.
20.00 Lot Feniksa – dramat FILM sensacyjny, 2004, 145 min
22.25 Stan zagrożenia – film FILM sensacyjny, 1994, 165 min
1.10 Przychodzą z ciemności FILM – horror, 2014, 140 min

ROMANCE TV HD

12.25 Bella Vita – kom. romant., FILM Niemcy 2010, 115 min
14.20 Tajne komando FILM „Rodzina" – komedia, Niemcy 2022, 105 min
16.05 Wiosenne dzieci FILM – melodramat, Niemcy 2013, 115 min
18.00 Górski lekarz (184, 185)
20.00 Inga Lindström: FILM Uciekające konie w Sudermanii – dramat obyczajowy, Niemcy 2022, 115 min
21.55 Zawsze Wiosna FILM – komedia romantyczna, Niemcy 2011, 115 min
23.50 Górski lekarz (184, 185)

CINEMAX 2 HD

11.35 Valmont – dramat FILM kostiumowy, 1989, 140 min
13.55 Trucizna – dramat FILM obyczajowy, 2024, 90 min
15.25 Barwy dźwięków – film FILM anim., 2024, 100 min
17.05 Hamlet – dramat FILM kostiumowy, Wielka Brytania 2024, 115 min
19.00 Sztuka kradzieży FILM – komedia kryminalna, Kanada/USA 2013, 90 min
20.30 Jackie Brown – film FILM sensacyjny, 1997, 155 min
23.05 Republika Jagogłowych FILM – film s.f., 2025, 100 min
0.45 Triada – komediodramat, FILM USA 2024, 95 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

9.30 Wszystkie stworzenia duże i małe 4 (3) – obycz.
10.30 Lekarze na start (23, 24)
12.00 Zatraceni w miłości (54)
13.05 Sprawy pana Booka (4)
14.15 Agenci NCIS 17 (13)
15.10 Panna Marple: Kieszeń FILM pełna żyta – film krym., Wlk. Bryt. 2008, 115 min
17.05 Dalgliesh (1) – serial krym.
19.00 Agenci NCIS 17 (14)
19.55 Poirot 5 (6) – serial krym.
21.00 Detektyw Murdoch 19 (8) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
21.55 Agenci NCIS 17 (6)
22.55 Poirot 5 (6) – serial krym.
0.00 Agenci NCIS 17 (14)
0.55 Sprawy pana Booka (4)

NOVELAS+ HD

10.00 Opowieść o wyspie (13)
11.00 Otchłań namiętności (136) – telen., Meksyk 2012
12.00 Za wszelką cenę (106)
13.00 Róże i grzechy (35)
14.00 Historia Juany (63, 64)
16.00 Róże i grzechy (36)
17.00 Za wszelką cenę (107)
18.00 Otchłań namiętności (137) – telen., Meksyk 2012
19.00 Macocha (46) – telenowela
20.00 Opowieść o wyspie (14)
21.00 Historia Juany (64)
22.00 Róże i grzechy (36)
23.00 Za wszelką cenę (107)
0.01 Otchłań namiętności (137) – telen., Meksyk 2012
1.00 Macocha (46) – telenowela

FX COMEDY HD

8.15 Simpsonowie 32 (17, 18)
9.10 Diabli nadali (24, 25, 1, 2)
11.00 Jim wie lepiej (21, 22)
12.00 Sposób użycia 2 (12, 13)
13.00 Wszyscy kochają Raymonda (11-15) – kom.
15.30 Simpsonowie 32 (17-20)
17.30 Jak poznałem waszą matkę 5 (12-14) – kom.
19.00 Współczesna rodzina 10 (16-19) – serial komediowy
21.00 Family Guy: Głowa rodziny 20 (16, 17)
22.00 Straszny film 4 – horror FILM komediowy, 2006, 100 min
23.40 Simpsonowie 32 (13, 14)
0.35 Family Guy: Głowa rodziny 20 (10-13)

FILMBOX+ HITS HD

12.55 Wesele Jenny – komedia, FILM USA 2015, 105 min
14.40 Wyścig o życie – dramat FILM przygodowy, 2023, 120 min
16.40 Proza życia – komedia, FILM USA 2017, reż. Mike White, wyk. Ben Stiller, 115 min
18.35 10 rzeczy do zrobienia, FILM zanim zerwiemy – komedia romantyczna, USA 2020, 85 min
20.00 Diabelska przełęcz FILM – dramat kryminalny, USA 2013, 125 min
22.05 Granica – dramat fantasy, FILM 2018, 125 min
0.10 Under Fire – thriller, USA FILM 2025, 100 min

PARAMOUNT NETWORK HD

10.30 Pingwiny z Madagaskaru 2 (20)
11.00 Gang Wiewiórа – film FILM animowany, 2014, 120 min
13.00 Czarodziejki (9, 10)
15.00 Transformers: Wiek FILM zagłady – film s.f., USA/Chiny 2014, 205 min
18.25 Gnijąca panna młoda FILM – anim. dla dorosłych, Wlk. Bryt./USA 2005, 95 min
20.00 Miasto aniołów FILM – melodramat, USA/Niemcy 1998, 150 min
22.30 Mission: Impossible FILM – film sens., 1996, 135 min
0.45 Kickboxer – film FILM sensacyjny, 1989, 125 min

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

eprasa.pl dec786d728

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
8.30 **Discovery golf** – magazyn sportowy
9.00 **Kolarstwo:** Tour de Pologne – 3. etap
10.00 **Kolarstwo kobiet:** Tour de France – 5. etap
11.00 **Snooker:** World Open: Ronnie O'Sullivan – Thepchaiya Un-Nooh
11.45 **Kolarstwo** LIVE – studio
12.15 **Kolarstwo:** Tour LIVE de Pologne – 4. etap: Żagań – Karpacz
16.45 **Kolarstwo kobiet:** LIVE Tour de France – 6. etap
18.30 **Kolarstwo** LIVE – studio
19.00 **Kolarstwo:** Tour de Pologne – 4. etap

POLSAT SPORT 1 HD
6.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
8.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
10.00 **Siatkówka** LIVE **plażowa:** Grand Prix PGE – mecz kobiet
14.00 **Siatkówka** LIVE **plażowa:** Grand Prix PGE – mecz kobiet
Zawody w Ustce pozostają jednym z etapów przygotowań drużyn Tauron Ligi do sezonu. W tegorocznej edycji do rywalizacji przystąpi między innymi Moya Zbyszko Radomka Radom.

CANAL+ SPORT HD
6.00 **Byłem królem** (3) – serial dokum.
7.10 **Ekstraklasa po godzinach** – mag.
8.20 **Premier League Stories** (52) – mag.
9.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Elche CF – Real Madryt
11.20 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Wieczysta – Lech Poznań
13.50 **Wysoki Pressing** – magazyn sportowy
15.40 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Elche CF – Real Madryt
18.00 **Premier League Stories** (52) – mag.
18.35 **Na pierwszym planie** (2) – dok., Pol.
19.20 **Ekstrapaka** – mag.

TVP SPORT DVB T2 HD
6.15 **Kolarstwo:** Tour de Pologne – 3. etap: Gorzów Wielkopolski – Zielona Góra
7.50 **Retransmisja**
10.00 **Lekkoatletyka:** Mistrzostwa świata U-20 – Oregon 2026 – 1. dzień
11.40 **Kronika TdP Junior** (3)
11.50 **Kolarstwo:** Tour LIVE de Pologne – start 4. etapu
12.25 **Kolarstwo:** Tour de LIVE Pologne – 4. etap: Żagań – Karpacz
17.30 **Piłka nożna:** STS LIVE Puchar Polski – losowanie 1. rundy
18.30 **Sportowe ABC** – magazyn sportowy

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 **Najlepsi dryblerzy Bundesligi** – magazyn piłkarski
6.25 **Magazyn piłkarski**
7.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: VfB Stuttgart – FC Bayern Monachium
9.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Bologna FC – Inter Mediolan
11.00 **Formuła 3:** Grand Prix Węgier
12.30 **Formuła 2:** Grand Prix Węgier
14.00 **Formuła 1:** Grand Prix Węgier
16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Hellas Verona

DISCOVERY CHANNEL HD
8.00 **Zoom na architekturę** (2)
9.00 **Parker na złotym szlaku** – serial dok.
10.00 **Stacja Alaska** – dok.
11.00 **Przetrwać nad Jukonem** – serial dok.
12.00 **Celnicy na straży Turcji** (14) – serial dok.
13.15 **Nagi instynkt przetrwania: Brazylia 2** – dok.
14.30 **Strażacy** (7) – dok.
15.00 **Złomowisko PL 7** (13) – serial dokum.
16.00 **Łowcy opali 8** – dok.
17.00 **Przemytnicy: na lotnisku** – dok.
18.00 **Polscy truckersi** (5)
19.00 **Nagi instynkt przetrwania** – dok.
20.00 **Jurajskie rekiny**

20

SZERMIERKA


20.00 **Mistrzostwa świata – Hongkong 2026** – podsumowanie
Polska delegacja liczyła na poprawę wyniku sprzed roku, kiedy wywalczyła tylko jeden medal MŚ.
22.00 **Kolarstwo kobiet:** Tour de France – 6. etap
23.00 **Poker:** World Series – Las Vegas
1.00 **Snooker:** Mistrzostwa świata w Sheffield – mecz finałowy: S. Murphy – W. Yize
1.30 **Kolarstwo:** Tour de Pologne – 4. etap

TENIS


18.30 **Turniej ATP** LIVE **w Montrealu** – mecz 3. rundy gry pojedynczej
W tym sezonie tysięczniki na terenie Ameryki Północnej nie służą Flavio Cobollemu. Włoch z każdym żegnał się po 1. lub 2. rundzie. Zmienić to spróbuje w Kanadzie, gdzie rok wcześniej zameldował się w najlepszej szesnastce.
20.30 **Tenis:** Turniej ATP LIVE w Montrealu – 3. runda
23.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
1.00 **Boks**

MAGAZYN SPORTOWY


20.30 **Speedway+**
W najbliższą niedzielę fanów czarnego czekają dwa spotkania PGE Ekstraligi kończące dwunastą kolejkę.
21.10 **1 na 1 Extra** – mag.
22.15 **Boks:** BKFC Fight Night: Newcastle: L. Garside – B. Taylor
0.30 **Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**
1.25 **Speedway+** – mag.
2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Śląsk – Raków Częstochowa
4.25 **Premier League: The Big Interview** (41) – mag. piłkarski

MAGAZYN BOKSERSKI


18.45 **Ring TVP Sport**
Zapowiedź nadchodzących walk bokserskich, a także spotkania z wybitnymi polskimi pięściarzami.
19.45 **Transmisja**
23.00 **Sportowy wieczór** – program inform.
23.30 **Kolarstwo:** Tour de Pologne – 4. etap: Żagań – Karpacz
1.05 **Skoki do wody:** ME – Paryż 2026 – trampolina 3 m synchronicznie kobiet
2.00 **Skoki do wody:** ME – Paryż 2026 – wieża 10 m mężczyzn

PIŁKA NOŻNA


18.00 **Liga niemiecka:** Bayern – SC Freiburg
Niepokonani od dziesięciu kolejek Bawarczycy przystępują do tego spotkania w roli zdecydowanych faworytów.
20.00 **AJ Auxerre – Małe miasto, wielki klub** – film dokumentalny
20.40 **Formuła 1:** Grand Prix Węgier
22.40 **Made in Italy** (20, 19, 18, 17) – mag.
23.50 **Bundesliga Special** (21) – mag. piłkarski
0.55 **Bundesliga Goal Special** (18) – mag.
1.25 **Bundesliga Special**

DOKUMENTALNY


21.00 **Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5**
Na Alasce Dave Turin i Juan mierzą się z kolejnymi przeciwnościami losu – muszą naprawiać 9-metrową płukarkę, by z jej pomocą wydobyć 150 uncji złota.
23.00 **Akta ekspedycji 2**
0.00 **Teorie spiskowe pod lupą** – serial dok.
1.00 **Hotrod wg Kindiga 7** – serial dok.
2.00 **Królowie kempingu** (6) – serial dok., Niem.
3.00 **Łowcy staroci 11:** Francja – serial dokum.

EUROSPORT 2 HD
14.00 **Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Paryż 2024**
15.00 **Kolarstwo kobiet:** Tour de France – 5. etap
15.45 **Kolarstwo kobiet:** Tour LIVE de France – 6. etap
18.30 **Snooker:** Tour Championship – finał
19.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Krakowie – speed par – finały
20.00 **Kolarstwo kobiet:** Tour de France – 6. etap
20.30 **Discovery golf** – mag.
21.00 **Golf:** Wyndham LIVE Championship – 1. runda
0.00 **Kolarstwo kobiet:** Tour de France – 6. etap

POLSAT SPORT 2 HD
6.00 **Tenis:** Turniej ATP w Montrealu – mecz 2. rundy gry pojedynczej
8.30 **Tenis:** Turniej ATP w Montrealu – mecz 2. rundy gry pojedynczej
11.00 **Cafe Futbol** – mag.
12.30 **Tenis:** Turniej ATP w Montrealu – 2. runda
15.00 **Piłka nożna:** Liga szkocka – mecz: Celtic – Dundee FC
17.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
19.30 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
22.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
1.00 **Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
8.20 **Tenis:** Turniej WTA w Toronto – mecz 2. rundy
10.40 **Tenis:** Turniej WTA w Toronto – mecz 2. rundy
13.00 **8 wspaniałych** (6, 8)
14.40 **Tenis:** Turniej WTA w Toronto – mecz 2. rundy
17.00 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Toronto – mecz 3. rundy
18.30 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Toronto – mecz 3. rundy
20.30 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Toronto – mecz 3. rundy
23.00 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Toronto – mecz 3. rundy
1.20 **8 wspaniałych** (4) – dok.
2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa

EXTREME CHANNEL HD
9.00 **Beyond The Beaten Path**
10.00 **World of X Games 2018**
11.00 **X Games – Minneapolis**
12.00 **Drift Allstars: Bust Ups & Burn Outs** (3, 4)
13.00 **IMMAF European Open**
14.00 **WWE Highlights** (69, 70)
14.35 **WWE Classic Gold** (6)
16.00 **EFC – Extreme Fighting Championship 133** (1)
19.00 **WWE Classic Gold** (57, 65, 18) – pr. sportowy
20.00 **AEW Collision 2** (2631)
22.00 **PTW Wrestling** (13)
0.45 **WWE Classic Gold** (3, 4)
2.00 **World of X Games 2018**
3.00 **Beyond The Beaten Path** (3) – serial dokumentalny

ELEVEN SPORTS 2 HD
12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – FC Köln
14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Bologna FC – Inter
16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: St. Pauli – Bayern
18.00 **Formuła 1:** GP Węgier
20.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – Hellas
22.00 **Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach** – mag. piłkarski
22.50 **Serie A** – mag. piłkarski
0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: PSG – Stade Rennais FC

DISCOVERY LIFE HD
10.15 **Nowa Maja w ogrodzie**
11.15 **Idealna niania 5** (4, 5)
12.45 **Klinika naturalnego piękna** (10) – reality show
13.15 **Tajemnice salonów piękności** – pr. rozrywk.
13.45 **Klinika bez tajemnic** (1)
14.45 **Szpital** (537, 538)
16.45 **Idealna niania 5** (2, 4-6)
19.45 **Klinika naturalnego piękna** (3) – reality show
20.15 **Ostatnia szansa** (6) – rozr.
21.15 **Wycieczkowiec** (10)
22.15 **Lekarz z piekła** (1) – dok.
23.15 **Nie do uwierzenia!** (16)
0.15 **Sekrety lekarzy** (5)
1.15 **Mroczne sekrety Playboya** (3) – serial dok.

POLSAT SPORT FIGHT HD
12.45 **Z archiwum ESPN** – mag.
13.30 **Sporty walki:** DWM Fight Night 3 w Białogardzie: M. Łazarz – M. Gutowski
15.25 **Atleci** – magazyn sportowy
15.50 **Sporty walki:** FEN 59 w Lubinie – walka: Damian Rzepecki – Patryk Duński
18.05 **Boks:** Babilon Boxing Show & K1 w Nowym Sączu: R. Dudek – K. Kalinowski 2
20.55 **K.O. TV Weekly** (32)
21.25 **Sporty walki:** UFC Fight Night – walka: Israel Adesanya – Joe Pyfer
1.00 **Boks:** Polsat Boxing Promotions 5 w Lubinie: N. Jeżewski – A. Mann

POLSAT SPORT 3 HD
12.00 **Piłka ręczna plażowa:** MP – Tczew 2026
13.00 **Cafe Futbol** – mag.
14.30 **Atleci** – magazyn sportowy
15.00 **Piłka ręczna plażowa:** MP – Tczew 2026
16.00 **Piłka ręczna plażowa:** MP – Tczew 2026
17.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
19.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
21.00 **Piłka ręczna plażowa:** MP – Tczew 2026
22.00 **Piłka ręczna plażowa:** MP – Tczew 2026
23.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów

CANAL+ SPORT 5 HD
8.15 **Żużel:** PSŻ Poznań – ROW Rybnik
11.15 **Wysoki Pressing** – mag.
13.00 **Ekstraklasa po godzinach** – mag. piłkarski
14.10 **Ekstrapaka** – mag.
15.15 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Legia – Zagłębie Lubin
17.45 **Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga** – mag.
18.45 **Magazyn PGE Ekstraliga**
20.30 **Speedway+** – mag.
21.10 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: Wilki – Orzeł
0.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: mecz: Wieczysta – Lech

ELEVEN SPORTS 4 HD
14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: FC Köln – HSV
16.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Olympique Lyon – Stade Rennais FC
18.00 **AJ Auxerre – Małe miasto, wielki klub**
18.25 **Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach** – mag. piłkarski
19.05 **Serie A** – mag. piłkarski
20.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: SL Benfica – FC Porto
22.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: SSC Napoli – Udinese Calcio
0.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: BVB – Bayern

ELEVEN SPORTS 3 HD
14.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Olympique Lyon – PSG
16.00 **Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością** – dok.
16.35 **AJ Auxerre – Małe miasto, wielki klub** – film dokumentalny
17.00 **Ligue1 Season Review**
18.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Torino – Juventus
20.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: BVB – Stuttgart
22.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Toulouse – Lille
0.00 **Ligue 1 Show** (35) – mag.
0.30 **Made in Italy** (1, 2)

CANAL+ DOKUMENT HD
10.05 **Polska z góry 5** (4-6)
11.35 **Hot Roads: Najniebezpieczniejsze drogi świata 4**
14.35 **Afryka z góry 2** (1-3)
17.35 **Fukushima: atomowy koszmar** – dok., Wlk. Bryt.
19.10 **Jak działa rosyjska propaganda** – film dokum.
20.10 **Wcielenie zła: Akta Epsteina** – film dok., 2026
21.50 **Depp kontra Heard. Sprawiedliwość według social mediów** – film dok.
22.50 **Skradzione ciało** – dok.
0.20 **Obczyzna** – film dok., Pol.
1.45 **O co biega?** (26) – mag.
2.20 **Czarna domena** (1, 2)

eprasa.pl dec786d728
P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny, Kanada
8.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny, USA 2019
11.00 Czy jest z nami inżynier? (6) – serial dok., Wielka Brytania
12.00 Niemiecka budowlanka (1) – program rozrywkowy
13.00 Kosmiczna mapa skarbów: Smocze kły; Wyspa skarbów – serial dokumentalny, USA 2018
15.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny, USA 2020

ID HD

6.00 Tylko martwi znają prawdę – serial dok.
8.00 Świeża krew – serial dokumentalny, USA
10.00 W sieci kłamstw – serial dokumentalny
12.00 Dowody z miejsca zbrodni – serial dokumentalny, USA
14.00 Śmierć w cieniu stadionu 2 – serial kryminalny, USA
16.00 Mroczne sekrety Ameryki – cykl dokumentalny, USA
18.00 Zbrodnia w sąsiedztwie 2 – serial dokumentalny
20.00 Prawdziwy koszmar z ulicy Wiązów – serial dokument., USA

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

10.00 Porzucone konstrukcje (3)
11.00 Plemienna szkoła przetrwania: Mekong (6) – dok.
12.00 Inżynieryjne tragedie (1-3) – dok.
15.00 Katastrofa w przestworzach (6) – serial dok., Kan.
16.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic (1) – dok.
17.00 Sekrety starożytnej medycyny (4) – dok.
18.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (1, 2) – serial dok., Wlk. Bryt.
20.00 Katastrofa w przestworzach (10) – serial dokum.
21.00 Ekstremalne katastrofy (4) – dok.

FOKUS TV DVB T2

6.00 Wehikuł czasu (806)
6.05 48h. Zaginieni (4) – serial krym., Polska
7.00 Była sobie Ziemia
8.55 Wehikuł czasu (806)
9.00 Starożytni kosmici (3) – serial dok., USA
10.00 Gwiazdy lombardu (4, 1) – reality show
12.00 Tajemnice II wojny światowej (4) – dok.
13.00 Poszukiwacze historii (9, 10) – dok.
14.00 Łowcy nazistów (12)
15.00 Truckersi przez Australię (4) – dok.
16.00 Dorwać łuńczyka (6, 7) – serial dok., USA
18.00 Rolnicy. Podlasie (4, 5) – serial dokum.
20.00 Galileo 28 (10) – pr. popularnonaukowy

TVP HISTORIA DVB T2

6.00 Fake czy historia?
6.45 Było, nie minęło – kronika zwiadowców historii – mag. hist.
8.40 Kolumbowie (1)
9.45 Lena na Bałkanach (3) – cykl reportaży
10.20 Wszystkie kolory świata – dok., Francja
11.25 Ex Libris – magazyn
11.50 Podziemne Włochy
12.50 Zapomniane agentki II wojny światowej (6) – hist.
14.00 Królowie (74) – hist.
14.35 Czterej pancerni i pies (17) – wojenny
15.40 Sensacje XX wieku
18.10 Kolumbowie (2)
19.15 Ex Libris – magazyn
19.45 Flesz historii

HISTORY HD

13.05 Starożytni kosmici 17 (7) – dok.
14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 3 (3) – serial dok., USA
14.50 Największe tajemnice świata 6 (2) – serial dok., USA
15.45 Gwiazdy lombardu 13 (5)
16.15 Gwiazdy lombardu 25 (26)
17.10 Skarby Hitlera: ostatnia wyprawa (1) – serial dokum.
18.10 Największe tajemnice świata 6 (10) – serial dok., USA
19.05 Starożytni kosmici 13 (20) – dok.
20.00 Starożytni kosmici 17 (7) – dok.

DOKUMENTALNY



18.00 Jak to jest zrobione? – Kan.

Twórcy serii odwiedzają różne fabryki, by przyjrzeć się procesowi produkcji. W tym odcinku poznamy bliżej tajniki powstawania rowerów górskich i karabinów.

21.00 Jak to jest zrobione? 25 (16) – serial dokumentalny
23.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16 (9-12) – serial dok., Wlk. Bryt.
1.00 Jak działa wszechświat? – dok.
4.00 Podziemne sekrety

DOKUMENTALNY



21.00 Szokująca prawda 14

Policja trafia na trop podejrzanego w sprawie zabójstwa młodej matki. Śledczy analizują dowody. W centrum zainteresowania pojawiają się napięcia w małżeństwie.

22.00 Zabójczy blond 2 – serial dok., USA 2025
23.00 Ciała w wodzie
0.00 Tajemnice jeziora Erie 2 – serial dok.
1.00 Szokująca prawda 14 – dok.
2.00 Prawdziwy koszmar z ulicy Wiązów – serial dok.

DOKUMENTALNY



22.00 Katastrofy pod lupą (1) – USA 2026

Specjaliści wyjaśnią, czemu nowy Boeing 737 Max runął na ziemię. Równie tragiczne w skutkach było wywrócenie się platformy wiertniczej.

23.00 Maszyny wagi ciężkiej (2) – dok.
0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (9) – dok., Kanada
1.00 Katastrofa w przestworzach (7, 1) – serial dok., Kan.
3.00 Car S.O.S. (1, 2) – dok., Wlk. Bryt. 2020

DOKUMENTALNY



21.00 Poszukiwacze historii (7-10)

Ekipa postara się potwierdzić historię walk w Przepałkowie. W 1997 roku odnaleziono tam pojazd bojowy. Bagna otaczające miejscowość mogą kryć jeszcze trzy maszyny.

23.00 U-32. Niemiecki okręt podwodny – film dokumentalny, Niemcy 2016
0.00 Starożytni kosmici (10) – serial dok., USA
1.00 Rolnicy. Podlasie (39-42) – serial dok.
5.00 Kołowrotek (6, 7) – magazyn wędkarski

SENSACYJNY



20.10 Oficerowie (12) – Polska 2006

Pieczur przyprowadza Monda do Zenona. Wiedząc, że córka znajduje się w jego rękach Zenon sprzedaje mu stację. Ala ucieka porywaczom. Grand zwabia Monda w pułapkę i przekazuje go Aldonie.

21.05 Zapomniana granica Europy
22.05 Matka wołyńskich sierot – dok., Pol.
23.15 Sensacje XX wieku (1-4) – program hist.
1.20 Encyklopedia II wojny światowej
1.55 Oficerowie (12)

DOKUMENTALNY



21.00 Łowca historycznych skarbów (1) – USA

Twórcy programu przeglądają złomowiska i garaże, odkrywając historie rzadkich kół i modeli samochodów, które zostały zapomniane.

22.00 Wojny magazynowe 17 (10) – reality show
23.00 Wojownicy wszech czasów (4) – dok.
23.55 Jak to wyjaśnić? 5 (12) – serial dok., USA
0.50 Starożytni kosmici 17 (7) – serial dokum., USA

DISCOVERY HISTORIA HD

9.00 Polscy szpiedzy (1) – dok.
10.00 Sekrety i skarby III Rzeszy (10) – dok.
11.00 Militaria na warsztat (1)
12.00 Muzealne tajemnice
14.00 Łowcy staroci: Renowacje (16, 17) – dok.
16.00 Perełki na warsztat
18.00 Łowcy staroci (15) – dok.
20.00 Zoom na architekturę
22.00 Akta ekspedycji – dok.
23.00 Legendarne miejscówki
0.00 Na tropie legendarnych potworów – serial dok.
2.00 Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki
3.00 Mikroprzygoda (8) – dok.
4.00 Pasja – sposób na życie

PLANETE+ HD

11.25 Superskały. Historia wykuta w kamieniu (4)
12.35 360° Świat bez granic
13.40 Ocalić raj (3) – serial dok.
14.45 Zdrajcy/Patrioci (4) – dok.
15.50 Niezwykłe podróże koleją 12 (1) – serial dok.
16.55 Świat z góry (3, 4) – dok.
18.00 Dokąd dzisiaj? 4
18.40 Od 0 do 9. Wielka historia liczb (2) – dok., Fr.
19.45 Normanowie na Sycylii
20.50 Żydowski nazista (1)
22.00 Skradzione dzieci NRD
23.10 Planeta Seks (4) – dok.
0.15 Niezwykłe podróże koleją 12 (2) – serial dok.
1.25 Polska z góry 5 (4) – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

8.00 W świecie szympansów
9.00 Niezwykły dr Pol
12.00 Zwierzaki w amoku (2)
13.00 Geniusze afrykańskiej dziczy – film dokum., USA
14.00 Obcy z głębin – film dok.
15.00 Wrogi świat (1) – dok.
16.00 Chiny: ukryte królestwa
17.00 Dzikie koty Tajlandii
18.00 Parki Narodowe Ameryki (4) – serial dok.
19.00 Dzika konfrontacja (4)
20.00 Zabójcze safari (1) – dok.
21.00 Niezwykły dr Pol
2.00 Geniusze afrykańskiej dziczy – film dokum., USA
3.00 Obcy z głębin – film dok.
4.00 Wrogi świat (1) – dok.

POLSAT VIASAT NATURE HD

8.30 Wielkie rzeki (3) – dok.
9.35 W okowach mrozu 4 (3)
10.35 Wulkany: odliczanie (3)
11.40 Wojny zwierząt (4) – dok.
12.45 W okowach mrozu 4 (3)
13.45 San Andreas: wyścig z czasem – dok., Wlk. Bryt.
14.55 Wielkie rzeki (3) – dok.
15.55 W okowach mrozu 4 (3)
16.55 Dzikie tajemnice Chin
17.55 Dzienniki jaguara (4)
19.00 Wielkie rzeki (3) – dok.
20.00 W okowach mrozu 4 (4)
21.00 Wulkany: odliczanie (4)
22.05 Wojny zwierząt (4) – dok.
23.15 W okowach mrozu 4 (4)
0.15 San Andreas: wyścig z czasem – dok., Wlk. Bryt.

BBC EARTH HD

12.05 Malownicze trasy kolejowe 5 (8) – serial dok.
13.05 Wielkie koty 24/7 2 (5)
14.20 W okowach mrozu 5
16.25 Największe zagadki nauki (4) – dok., Wlk. Bryt.
17.30 Wielkie koty 24/7 2 (5)
18.45 Malownicze trasy kolejowe 5 (9) – serial dok.
19.45 Morze Śródziemne: przyroda w potrzasku
20.55 W okowach mrozu 6
22.55 Cała prawda o zastrzykach na odchudzanie – dok.
0.00 Sekrety długowieczności (3)
1.05 Wielkie koty 24/7 2 (5)

ANIMAL PLANET HD

13.00 Irwinowie – następne pokolenie 2 – serial dok.
14.00 Resocjalizacja z pitbullem 7 – serial dok.
15.00 Kot z piekła rodem
17.00 Na tropie wymarłych gatunków – serial przyrod.
18.00 Weterynarz z Gór Skalistych – serial dok.
19.00 Cztery kąty, cztery łapy – serial dokumentalny, USA
20.00 Małżeństwo w dżungli 2 – serial dokumentalny, USA
21.00 Klan z Alaski – serial dok.
22.00 Projekt akwarium – dok.
23.00 Resocjalizacja z pitbullem 7 – serial dok.
0.00 Poznajcie leniwce (3)

TVP DOKUMENT HD

15.55 Zdumiewające ciało człowieka (1) – film dok.
16.55 Pociągiem dookoła świata (9) – cykl dokum.
17.50 Sanatorium miłości 7 (7)
18.50 Królowa Leokadia
FILM – anim., Pol. 2023, 70 min
20.00 Z ust royalsów (2)
20.50 Lasy północnej Europy (18) – film dok., Wlk. Bryt.
21.05 Plaże Europy (4)
22.10 Zaginięcie Madeleine McCann – dok., Wlk. Bryt.
23.20 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn
23.30 Człowiek kontra AI – eksperyment twórczy – film dok., Australia 2023

POLSAT DOKU HD

8.00 48h. Zaginieni (164, 165)
10.00 Polacy za granicą (59, 60)
12.00 Wojny kontenerowe 2
13.10 Poszukiwacze historii
13.30 Kolaboranci Hitlera (6, 7)
15.50 U-32. Niemiecki okręt podwodny – film dokum.
16.55 Top Guns – SuperBroń
17.50 Nowoczesne maszyny wojenne (3, 4) – serial dok.
20.00 Koloseum (1, 2) – dok.
22.00 Rycerze przestworzy (1)
23.05 Bitwy morskie – historia okrętów wojennych (1)
0.10 Apokalipsa – bitwa pod Verdun (1, 2) – serial dok.
2.30 Kołowrotek (142) – mag.
3.05 Tajna historia XX wieku

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

13.15 Czarodzieje z kanadyjskich złomowisk (1) – dok., Kan.
14.15 Australijscy poszukiwacze złota 8
16.10 Ekstremalna pomoc drogowa 2 (5) – serial dok.
17.10 Zabójczy połów (7) – dok.
18.10 Złoto Jukonu 2 (1) – dok.
19.00 Australijscy poszukiwacze złota 9
21.00 Największe budowle 3
23.00 Internetowy seksbiznes 2 (2) – dok.
0.00 Nago, samotnie i do domu daleko (4)
1.00 Australijscy poszukiwacze złota 10

POLSAT VIASAT HISTORY HD

14.20 Maria Stuart: listy pisane szyfrem – dok., Fr.
15.30 Anna Boleyn i Elżbieta I: królowe-więźniarki
16.30 II wojna światowa: cena imperium (9) – serial dok.
17.35 Największe postaci zimnej wojny 2 (3) – dok.
18.50 Majowie: wojna pięciu królestw (4) – serial dok.
19.50 Wojny faraonów (3)
21.05 Najgroźniejsi ludzie Hitlera (9) – serial dokum.
22.05 Tajemnice królowej Wiktorii – dok., Wlk. Bryt.
23.20 Tajne bazy nazistów (4)
0.20 Próby zamachów na królową Wiktorię

CI POLSAT HD

13.15 Medycy, którzy zabijają 3 (1) – serial dok.
14.10 Dla mnie już nie żyjesz
15.05 Zabójcze wakacje (11)
16.00 Pogrzebani za domem 6
17.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 2 (10) – dok.
18.00 Polskie zabójczynie 2
19.00 Ktoś ma coś do ukrycia (4) – serial dok., Wlk. Bryt.
20.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (19) – dok.
21.00 Zbrodnia: oszukać prawdę (10) – serial dok.
22.00 28 mil, by zabić (1, 2) – serial kryminalny
23.55 Kobiety, które niosły śmierć 13 (6) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

6.00 Nowe życie w Meksyku
8.05 Kobieta na krańcu świata (5-8) – serial dok.
10.25 Niezwykłe Stany Prokopa (2, 3) – pr. rozr.
12.30 Survival we dwoje (4, 5)
14.35 Człowiek kontra jedzenie (11) – mag. kulin.
15.10 Kobieta na krańcu świata (2-5) – serial dok.
17.30 Baseny z rozmachem (4)
19.30 Ciężarówką przez Stany (5-7) – program rozrywkowy
21.50 Podróż w głąb strachu
23.55 Kobieta na krańcu świata (3-5) – serial dok.
1.40 Survival we dwoje (4, 5)
3.40 Baseny z rozmachem (4)

eprasa.pl dec786d728

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA
14.40 **Turystyczna jazda**
15.10 **Tamte lata, tamte dni** – magazyn kult.
15.40 **Słownik polsko@polski** (687)
16.10 **Rozrywka retro**
16.30 **Barwy szczęścia** (3355) – serial obycz.
17.00 **Teleexpress**
17.20 **Gra słów. Krzyżówka** (1078)
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **Tańcząca ze światem – Grecja** (2) – magazyn
18.45 **Panorama**
19.20 **Powstanie Warszawskie dzień po dniu** (6)
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – publ.

TVP ROZRYWKA
8.20 **Familiada** – telet.
8.50 **Va banque** (960)
9.25 **Koło fortuny** (1997)
10.05 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Czterdziestolatek** (2) – obycz., Pol. 1974
14.05 **Pan Mama** (43, 44) – serial kom., Pol. 2025
15.10 **Program rozrywkowy**
15.35 **Tak to leciało!** (74)
16.30 **Do śmiechu!** (2)
17.25 **Va banque** (961)
18.00 **Koło fortuny** (1998)
18.35 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
19.40 **Makłowicz w podróży** – mag.
20.15 **Postaw na milion**

POLSAT CAFÉ
6.05 **Demakijaż** (19-22)
8.00 **halo tu polsat cafe** (11) – mag.
11.00 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (9) – reality show
12.30 **Oszukane** (7, 8) – serial paradokum.
14.30 **Komisarz Mama** (4) – serial krym., Polska
15.30 **Bogaty dom – biedny dom** (126)
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (69) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (272, 273) – reality show, Polska
20.00 **Kolacja w ciemno** (50) – pr. rozrywk.
21.05 **Więzienie kobiet** (106, 107) – dok., Pol.

TV 4 DVB T2
6.00 **Strażnik Teksasu** (1, 2) – sens., USA 1993
8.00 **Bogaty dom – biedny dom** (106)
8.55 **Policjantki i Policjanci** (548, 549) – serial obycz., Polska
10.55 **Na ratunek 112** (1146, 1147) – paradok.
11.55 **Dlaczego ja?** (1575, 1576) – paradok.
13.55 **Trudne sprawy** (815-817) – paradok.
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1418) – serial obycz., Polska
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (536) – reality show
19.00 **Policjantki i Policjanci** (1419) – serial obycz., Polska

TTV HD DVB T2
9.35 **Kartoteka 5** (1)
10.35 **Detektywi** (65, 66)
12.35 **Zakup w ciemno 4** (19) – reality show
13.35 **Zakup w ciemno 6** (16) – reality show
14.35 **Nic do zgłoszenia 5** (3) – serial dokum., Pol.
15.35 **Złomowisko PL 6** (9)
16.45 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, sport**
17.05 **Gogglebox. Przed telewizorem 22** (4)
18.05 **Nauka jazdy 6** (6)
18.40 **Gogglebox. Przed telewizorem 16** (8)
19.45 **Express** – pr. inform.
20.05 **Zakup w ciemno 6** (17) – reality show
21.05 **Zakup w ciemno extra** (8)
21.45 **Express** – pr. inform.

TVN STYLE HD
5.20 **I nie opuszcze Cię aż do ślubu** (4) – reality show
5.55 **Ach, ten ślub!** (7) – program rozrywkowy
6.50 **Damy i wieśniaczki. Ukraina 7** (17) – serial fab.-dokum.
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Ugotowani** (7, 8) – program kulinarno-rozrywkowy
13.25 **Kuchenne rewolucje** (4, 3) – program rozrywkowy
15.35 **Pary młode ponad miarę** (3, 4) – program rozrywkowy
17.40 **Kuchenne rewolucje 14** (12) – program rozrywkowy

20

OBYCZAJOWY



20.25 Ranczo 3 (31) – Polska 2008

U Więcławskiej zjawia się pomoc sklepowa. Robi wrażenie na Pietrku. Po tym, jak bywalcy ławeczki zniechęcili ekipę do remontu klubu, sami muszą zabrać się do pracy.

21.20 **Polonia 24 Tygodnik**
22.25 **Ekstradycja** (1) – serial sens., Pol. 1995
23.20 **Panorama**
23.50 **Wanda. Ostatnia z oddziału**
0.40 **Rodzinka.pl** (275)
1.10 **Tour de Pologne – kroniki** – cykl fel.
1.12 **Kresy (nie)znane** (5)

ROZRYWKOWY



22.15 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (48)

Wybór najlepszych skeczy warszawskiej grupy. Kultowe scenki ukazują codzienne sytuacje w krzywym zwierciadle i przypominają, za co widzowie kochają kabaret.

22.50 **Kabaret Letnią Porą** (19) – pr. rozrywk.
23.55 **Do śmiechu!** (4) – program rozrywkowy
0.50 **Niepewne sytuacje 3** (9) – rozr.
1.15 **Koło fortuny** (1998, 2062) – telet.

DOKUMENTALNY



22.00 Ambulans (6) – Polska 2025

Praca ratownika medycznego to codzienna walka ze stresem i ekstremalnymi sytuacjami. Wymaga też zimnej krwi. Serial ukazuje również koordynację zgłoszeń przez dyspozytorów.

23.00 **Gry małżeńskie** (92, 93) – reality show
1.05 **Więzienie kobiet** (81-84) – serial dokumentalny, Polska 2024-2025
3.00 **Zdrady** (19-21) – serial paradokumentalny, Polska 2013

KRYMINALNY



20.00 Uroczysko (235, 236) – Polska 2026

Na polu dochodzi do tajemniczego morderstwa, które Wróbel ogłasza światową sensacją. Ciężko ranny mężczyzna tuż przed śmiercią wskazuje zabójcę.

21.00 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (144)
22.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1027)
23.00 **Krwawa rozgrywka** FILM – sens., Chiny/Hongkong 2017, 140 min
1.20 **Love Island. Wyspa miłości** (48)

REALITY SHOW



22.00 Życie na kredycie 8 (17, 18) – Polska 2026

Kamil wyjawia kolegom po fachu problem, o którym nie wie Dorota. Para z Głogowa funduje sobie japoński relaks. Rodzina ze Szkocji zjawia się w wynajętym w Polsce domu.

23.05 **Żony Podlasia 3** (10)
0.05 **99 – Gra o wszystko. VIP 6** (3) – pr. rozrywk.
1.05 **Orzeł czy reszka? 3** (2) – pr. podróżniczy
2.05 **Dobra robota 3** (25)
2.40 **Osadzone. Blok F** (25, 26) – paradok., Pol.
3.45 **Damy i wieśniaczki. Ukraina 8** (11)

ROZRYWKOWY



18.45 Kuchenne rewolucje (5, 10)

Magda Gessler próbuje ocalić lokal Marzeny i Huberta w Rawiczu. Duża różnica wieku między właścicielami jest źródłem plotek i braku klientów w restauracji.

20.50 **Jestem z Polski** (12)
21.50 **Jestem z Polski 16** (17) – serial dokum.
22.50 **Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9**
0.10 **Mroczne sekrety małżeńskie** (4) – dok.
1.15 **Dorota was urządzi!** (2) – program rozrywk.

TVP HD HD
10.45 **Gra słów. Krzyżówka**
11.20 **Na sygnale** (710, 711)
12.25 **Ojciec Mateusz 8** (106)
13.20 **Komisarz Alex 6** (70)
14.15 **Ranczo 3** (35, 36) – obycz.
16.10 **Tańcząca ze światem – Grecja** (2) – magazyn
16.40 **Wyższa Szkoła Jazdy** (9)
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 27** (349)
19.20 **Ranczo 3** (28) – obycz., Pol.
20.10 **Rodzinka.pl** (216, 217)
21.25 **Komisarz Alex 25** (317)
22.20 **Youngblood** – film
FILM obycz., USA 1986, 120 min
0.20 **Red** – film sensacyjny,
FILM USA/Chiny 2010, 125 min

TVS HD
16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel** – krym., Austria
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział** – obycz., Niemcy/Austria
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny** – serial obycz.
19.50 **Rosamunde Pilcher:**
FILM **Tajemnica białej gołębicy** – melodramat, Niemcy/Austria 2012, reż. Dieter Kehler, 120 min
21.50 **Rosamunde Pilcher:**
FILM **Kwestia honoru** – melodramat, Niemcy 2013, 105 min
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

ZOOM
8.05 **Strażnik Teksasu 2** (1, 2)
10.00 **MacGyver 4** (5, 6) – sens.
12.05 **Sekrety starożytnej inżynierii** (1) – serial dok.
13.25 **Sensacje XX wieku** (7, 8)
15.45 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
18.00 **FBI 4** (4, 5) – serial krym.
20.00 **Kobra – oddział specjalny 25** (4, 5) – sens.
22.00 **Hity polskiego kabaretu 7** (6) – pr. rozr.
23.00 **Magia nagości. Szwecja**
23.55 **Magia nagości 6** (5) – rozr.
1.00 **Magia nagości** (3) – rozr.
2.10 **Hity polskiego kabaretu 7** (1, 3) – pr. rozr.
4.25 **I love kabaret** (4) – rozr.

TLC HD
11.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
13.00 **Przyjaźń wielkiej wagi 3**
15.00 **Wiza na miłość: dalsze losy, pościelove rozmowy 9** – reality show
16.00 **Historie wielkiej wagi**
18.00 **Wiza na miłość: Stephanie i Erika**
19.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
21.00 **Wielkie lato małych ludzi** (5) – reality show
22.00 **Wiza na miłość – oczami bohaterów 7**
23.00 **Skórze na ratunek 7**
0.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show

C+ KUCHNIA HD
14.55 **U sąsiadów w kuchni 14**
15.55 **Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2** (3)
16.10 **Jakubiak rozgryza Polskę** (1) – magazyn kulin.
16.40 **Jamie Oliver nad Morzem Śródziemnym**
17.35 **Po prostu Jamie: szybko i łatwo** (4) – magazyn kulin.
18.30 **Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę** (2)
18.55 **M jak mięso 4** (7, 8) – dok.
19.50 **Zgrillowani** (4) – mag.
20.15 **M jak mięso 9** (2, 3)
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 10**
23.55 **Po prostu Jamie: szybko i łatwo** (2) – mag. kulin.

TVN TURBO HD
10.15 **Ciężarówką przez Indie**
11.15 **101 napraw** (2, 3) – 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** (9) – mag.
21.00 **Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia** (1, 2) – rozr.
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Jeździć, obserwować** (5, 6) – serial dok., Pol. 2024
23.45 **Zawodowi handlarze**
0.30 **Usterka 16** (24) – fab.-dok.
1.00 **101 gadżetów motoryzacyjnych** (1)

NOWA TV DVB T
9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (4, 7) – kom.
10.30 **Więzienie** (10-12) – dok.
12.00 **Poirot** (9, 10) – serial krym.
14.00 **Świat według Kiepskich** (395, 396) – kom., Pol. 2012
15.00 **Świat według Bundych** (235-240) – serial kom., USA
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (1) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (109-111)
21.00 **Zdrady** (29) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (63, 64, 102) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (38, 39)
3.50 **Wehikuł czasu** (806, 805)
4.00 **Sala operacyjna** (2, 5)
5.00 **Pod lupą** (3, 5) – magazyn

METRO
8.30 **Szpital** (828, 829)
10.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (397, 398)
12.30 **SOS Ekipy w akcji** (51)
13.30 **Brzydula** (73, 74) – kom.
14.40 **Kiedy ktoś kocha bardziej** (36) – obycz.
15.50 **Magda M.** (12) – obycz.
16.55 **Idź na całość** (4) – pr. rozr.
18.00 **Złomowisko PL 6** (12)
19.00 **Kartoteka 5** (7, 8) – serial fab.-dokum., Polska 2014
21.05 **Kryminalni** (11, 12) – krym.
23.15 **Kuba Wojewódzki** (11)
0.25 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 3** (8) – dok.
1.20 **Szpital** (818) – paradok.
2.20 **Szkoła** (563) – paradok.

ANTENA HD DVB T2
12.05 **Co Polak potrafi na drodze?** (8) – pr. rozr.
13.05 **Ciężarówką przez śniegi 4** (1) – serial dokum.
14.05 **Klątwa Wyspy Dębów 3**
15.00 **Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw**
15.55 **Australijscy poszukiwacze złota 6**
18.00 **77 TV 4** (16, 17) – pr. rozr.
20.00 **Alex Hugo – górski detektyw** (28) – krym., Fr.
22.10 **Detektyw Candice: Niezawodny instynkt 2** (8) – serial kryminalny, Fr.
23.15 **Balthazar: Śledczy fenomen 2** (2) – krym., Fr.
0.30 **Tajemnice ludzkości**

WP DVB T
12.55 **Makłowicz w podróży**
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5** (20, 21)
16.00 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2** (6)
16.55 **Pogoda**
17.00 **Tajemnice Brokenwood 6** (2) – krym.
19.00 **Strażacy z sąsiedztwa**
20.00 **Policjanci z sąsiedztwa 7** (12) – dok.
21.00 **Policjanci z sąsiedztwa 8** (1) – dok.
21.50 **Pogoda**
22.00 **Mistrzowie Kabaretu 8**
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 16** (6) – program rozrywkowy
0.00 **Mistrzowie Kabaretu 5**

C+ DOMO HD
13.05 **Cuda z drewna** (5) – dok.
14.05 **Wakacyjne domy na wynajem** (12) – dok.
15.00 **Pomocy! Kupiliśmy wioskę** (19) – serial dok.
15.55 **Daleko od miasta 15**
16.50 **Gardeners' World 14** (28)
18.00 **Ucieczka na wieś 22** (33)
19.00 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia** (5) – serial dok.
20.05 **Daleko od miasta 15**
21.00 **Wakacyjne domy na wynajem** (13) – dok.
21.55 **Cztery pory roku w ogrodach Kew 2** (3)
22.45 **Gardeners' World 14** (23)
23.55 **Kupiliśmy sobie zamek – damy radę 2** (1) – dok.

HGTV HD
11.05 **Usterka 11** (17, 18) – serial fab.-dokum., Polska 2019
12.35 **Podwórkowa reaktywacja 10** (1-4)
14.30 **Mieszkanie na miarę 2**
16.25 **Polowanie na ogród 2**
18.10 **Weekendowa metamorfoza** (3) – pr. rozr.
19.05 **Pogromcy chaosu** (1)
20.05 **Dorota was urządzi!**
21.35 **Będzie pięknie** (4) – rozr.
22.35 **House Hunters – Poszukiwacze domów 9** (8) – pr. rozrywk.
23.05 **House Hunters – Poszukiwacze domów 10** (1-3) – pr. rozr.
0.45 **Usterka 11** (15) – fab.-dok.

eprasa.pl dec786d728

P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (324) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (967, 968) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 **Sekrety rodziny** (47-49) – paradok., Pol.
11.30 **Trudne sprawy** (970) – serial paradokum.
12.30 **Dlaczego ja?** (1390, 1391) – paradok.
14.30 **Świat według Kiepskich** (46-50) – serial kom., Polska
17.00 **48h. Zaginieni** (197, 198) – krym., Pol.
19.00 **Gliniarze** (1016) – serial paradokum.
20.00 **Ślad** (8) – krym., Pol.
21.00 **Gliniarze** (811) – serial paradokum.

KRYMINALNY



22.00 **Komisarz Mama** (9) – Polska 2021

Maria wraz z ekipą bada okoliczności napadu na terapeutę w ośrodku leczenia uzależnień. Ktoś uderzył go w głowę kamienną figurką.

23.00 **Świat według Kiepskich** (393, 394) – serial kom., Pol. 2012
0.00 **Ślad** (110) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (28) – serial paradokum.
2.05 **Wydarzenia**
2.45 **Ewa gotuje** (504, 505)
3.45 **Interwencja** – mag.
4.00 **SuperLudzie** (5)
5.00 **Interwencja** – mag.

SUPER POLSAT DVB T2

6.45 **SuperLudzie Extra** (47) – magazyn
7.00 **Na ratunek 112** (751, 752) – paradok.
8.00 **Doktor Martin** (17, 18) – serial obycz.
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **SuperMocni** (11, 12)
11.30 **Świat według Kiepskich** (426-429)
13.35 **Bitwa o palety** (24)
14.35 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (4) – reality show
16.05 **Ninja Warrior Polska** (28)
18.00 **Świat według Kiepskich** (504, 457, 540, 541) – kom., Polska
20.00 **Złomiarze** (24) – serial dokumentalny

KRYMINALNY



21.00 **Plan ucieczki 2**
FILM – Chiny/USA 2018, 120 min

Ray zajmuje się uwalnianiem ludzi z więzień. Kiedy członek jego zespołu zostaje porwany i umieszczony w zakładzie karnym, mężczyzna rusza mu na ratunek.

23.00 **Nigdy więcej**
FILM – thriller, USA 2002, reż. Michael Apted, 145 min
1.25 **Świat według Kiepskich** (359-363) – serial kom., Pol. 2011
3.55 **Nasz nowy dom** (223, 224)

TV 6 DVB T

6.00 **Więzienie** (200, 201) – serial dok., Pol. 2025
6.55 **Policjantki i Policjanci** (747, 748) – serial obycz., Polska
8.50 **Kobra – oddział specjalny** (66, 67) – serial sens., Niemcy
10.55 **48h. Zaginieni** (205-207) – serial kryminalny, Pol. 2023
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1219) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (83, 84) – serial krym., Polska
16.00 **Kobra – oddział specjalny** (68, 69) – serial sens., Niemcy
18.05 **Strażnik Teksasu** (3, 4) – serial sensacyjny, USA 1993

KRYMINALNY



20.05 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (79, 80) – USA 2005

Samochód z dwiema nastolatkami wpada do wody. Podczas akcji ratunkowej zostają znalezione zwłoki kobiety niezwiązanej z wypadkiem. Ofiara jest znajomą Caine'a.

22.00 **Czarna lista 2** (40) – serial kryminalny
23.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (733, 734) – krym., Pol.
1.00 **Kości** (133, 134)
2.55 **Cobra Kai** (43)
3.35 **Septagon** (33, 34)

BBC FIRST HD

6.00 **Z pamiętnika położnej 10** (2) – serial obyczajowy
6.50 **Ulica nadziei 3** (1, 2) – krym., Wlk. Bryt. 2023
8.45 **Lewis 7** (6) – krym.
9.45 **Ojciec Brown 2** (9)
10.45 **Śmierć pod palmami 4** (8) – krym.
11.50 **Z pamiętnika położnej 10** (2)
12.55 **Ulica nadziei 3** (3, 4)
15.00 **Ojciec Brown 9** (8) – krym., Wlk. Bryt. 2021
16.00 **Lewis 7** (6) – krym.
17.00 **My Life is Murder** (4) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 14** (2) – serial kryminalny
19.55 **Śmierć pod palmami 5** (1) – krym.

KRYMINALNY



21.00 **Line of Duty – Wydział wewnętrzny** (1, 2)

Arnott, funkcjonariusz karnie przeniesiony do wydziału antykorupcyjnego, podejrzewa, że inspektor Gates nie postępuje uczciwie. Zaczyna obserwować działania kolegi.

23.25 **Zaproszona** (2) – krym., Wlk. Bryt. 2025
0.40 **Sherlock 3** (2) – krym.
2.35 **Śmierć pod palmami 5** (1) – krym.
3.40 **Morderstwa w Midsomer 14** (2) – serial kryminalny
5.15 **My Life is Murder** (4)

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

8.40 **Świnka Peppa 7**
9.00 **Tru i Tęczowe Królestwo** (15)
9.30 **Domisie** – dla dzieci
10.00 **Przyjaciele** (20)
10.20 **Przygody Bolka i Lolka** (9, 10) – anim.
10.45 **Rodzina Treflików**
11.10 **Odo** (17-19) – anim.
11.35 **Stacyjkowo** (61, 62)
11.55 **Pszczółka Maja** (41)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
13.00 **Ugotuj nam bajkę**
13.20 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
13.45 **Świnka Peppa**
14.10 **Henrietta** (4, 6)
14.30 **Oli i Luna** (3, 4)
14.55 **Oktonauci 3** (81, 82)
15.20 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (67) – mag.
15.40 **Bella i Sebastian**

ANIMOWANY



16.05 **Pat i świat 2** (121-123) – Francja/Włochy/Belgia 2020

Lola jedzie z tatą po preparat owadobójczy, gdy znajduje drewnianego konika podgryzanego przez termity. Pat pilnuje zabawki, bo Czapuś i gołębie mają ochotę na owady.

16.35 **Dino Ranczo** (79, 80)
17.05 **Pszczółka Maja**
17.30 **Robin Hood** (29, 30)
18.00 **Kucharz Shane** (7, 8)
18.30 **Yakari** (3, 4) – anim.
19.00 **Ptyś i Bill**
19.10 **Czarodziejskie miasteczko Pinokia**
19.25 **Piotruś Królik 2**

TVN 24 HD

7.30 **Jeden na jeden**
8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.55 **Biznes** – pr. publicyst.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.55 **Biznes** – pr. publicyst.
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.55 **Biznes** – pr. publicyst.
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
13.55 **Biznes** – pr. publicyst.
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.55 **Biznes** – pr. publicyst.
15.00 **15 na żywo** – inf.
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Tak jest** – pr. publ.
19.15 **Serwis informacyjny**
19.30 **Fakty po Faktach** – program inform.

INFORMACYJNY



20.10 **Fakty o świecie**

Podsumowanie najważniejszych wydarzeń z areny międzynarodowej, poruszających historii i najlepszych zdjęć z całego świata.

21.00 **Polska i świat** – inf.
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.25 **Biznes** – pr. publicyst.
0.45 **Fakty po Faktach**
1.30 **Tak jest** – pr. publ.
2.35 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
3.00 **Akademia ogrodnika** – mag.
3.05 **Fakty po Faktach**
3.50 **Tak jest** – pr. publ.

POLSAT PLAY HD

6.00 **Budowlańcy** (28) – dok.
6.30 **Kołowrotek** (222) – mag.
7.00 **Dorwać tuńczyka** (1, 2)
9.05 **Wojny magazynowe**
10.05 **Wojny kontenerowe** (7, 8) – serial dokumentalny
11.00 **Hardkorowy lombard**
14.00 **Polacy za granicą** (79, 80)
16.00 **Złomiarze** (27, 28) – dok.
18.05 **Poszukiwacze historii** (221-224) – serial dokum.
20.05 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (124-127)
22.00 **Górale** (241) – serial dok.
22.30 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (228, 194, 193, 196, 195, 197-202)
4.00 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

13.10 **Apetyt na miłość** (3)
14.10 **Akcja: Restauracja!** (8)
15.10 **Ogniem i patelnią 2** (3)
16.15 **Kuchenne rewolucje** (1)
17.15 **Sexy kuchnia Magdy Gessler** (6) – mag. kulin.
17.50 **Sąsiedzi kontra sąsiedzi**
18.50 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** (9)
19.45 **Perfekcyjni gospodarze 9** (22) – dok.
20.50 **Miasto smaków Guya Fieriego** (7) – reality show
21.55 **Pyszne miejscówki** (13)
22.55 **Posiekani na słodko** (4)
23.55 **Sposób na smaczne życie** (7-9) – magazyn kulin.
1.25 **Pyszne miejscówki**

POLSAT RODZINA HD

9.30 **Jeźdźcy smoków** – anim.
11.00 **Podglądacze przyrody**
12.00 **Bogaty dom – biedny dom** (115) – reality show
12.55 **Rodzina zastępcza** (261, 262) – krym., Pol. 2007
14.50 **Wielkie wycieczkowce**
15.50 **Świat z góry 4** (3) – dok.
16.25 **Świat z góry** (4) – dok.
17.05 **Pingwiny z Madagaskaru** (12-15)
19.00 **Rodzina zastępcza** (327)
20.00 **Miodowe lata** (3, 4, 118)
21.55 **Nasz nowy dom**
23.50 **Tajemnice Powstania Warszawskiego** (5, 6)
1.10 **Naziści – wcielone zło**
2.00 **Ewa gotuje** (450, 451)

BBC LIFESTYLE HD

10.00 **Majorka: śródziemnomorskie smaki** (1, 2) – serial dokum.
11.05 **Wymarzone domy 2**
13.05 **Mistrzowie ceramiki 6**
14.15 **Wielkie brytyjskie wypieki 15** (3) – pr. rozr.
15.40 **Zapraszam do stołu 21**
17.50 **Wymarzone domy 2** (24)
18.50 **Mistrzowie szycia 5** (8)
19.50 **Wielkie brytyjskie wypieki 15** (4) – pr. rozr.
21.00 **10 lat mniej w 10 dni 2**
22.00 **Superchirurdzy: szansa na życie 2** (1) – serial dok.
23.00 **Wstydliwe choroby: online 4** (1) – serial dokum.
0.00 **Ratunek dla skóry** (4)

NICK JR. HD

16.10 **Świnka Peppa** (42)
16.24 **Świnka Peppa 8** (20)
16.29 **Świnka Peppa 7** (11-13)
16.49 **Świnka Peppa**
17.19 **Świnka Peppa 6** (6)
17.23 **Świnka Peppa** (16, 18)
17.40 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (6) – anim., Fr.
18.05 **Barbapapa i jego rodzinka** (4) – serial anim.
18.30 **Dora** (1) – serial anim.
18.55 **Santiago z mórz** (7, 2)
19.40 **Rubble i jego ekipa** (7)
20.00 **Dobranocki z Ryanem**
20.32 **Świnka Peppa** (25)
20.36 **Świnka Peppa 8**
20.55 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (21-23) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Punkt widzenia Szubartowicza** – pr. publ.
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – program publicystyczny
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.

TVP KOBIETA DVB T2

14.40 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka**
15.00 **Operacja zdrowie** (62)
15.30 **Ojciec Mateusz 5** (65, 66) – serial kryminalny, Polska
17.20 **Dobre wieści z planety Ziemia** (4) – cykl dokum.
18.30 **Żona dla Polaka. Toronto** (9) – reality show
19.30 **Miłość i nadzieja** (327)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (308) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (290) – obycz.
22.30 **Nic śmiesznego**
FILM – komediodramat, Polska 1995, 105 min
0.15 **Antidotum** – film dokum.

E! ENTERTAINMENT HD

8.50 **Very Cavallari** (9, 10)
10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (1, 2)
14.20 **Very Cavallari** (1, 2)
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (7, 8)
20.30 **Very Cavallari** (3, 4)
22.30 **Plastyczna fuszerka**
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (1, 2)
3.00 **Plastyczna fuszerka**
5.00 **Very Cavallari** (9)

TV TRWAM DVB T

15.50 **Ma się rozumieć**
16.35 **Sól ziemi**
17.00 **Modlitwa**
19.25 **Rodzinny Ogród Zoologiczny „Królestwo Stworzenia"** (10) – program edukacyjny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Kartka z kalendarza – powstanie warszawskie** – pr. eduk.
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Głos serca** (143) – obycz.
22.45 **Beatus, źródła Camino de Santiago** – film dokum.

BBC BRIT HD

11.30 **Brytyjskie fabryki 4** (8)
12.35 **Top Gear 11** (2) – mag.
13.40 **Brytyjski megaport** (1)
14.40 **Cuda inżynierii 3** (8)
15.40 **Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 2** (13)
16.45 **Brytyjskie fabryki 4** (8)
17.50 **Top Gear 11** (3) – mag.
18.50 **Cuda inżynierii 3** (8)
19.55 **Brytyjskie fabryki 4** (9)
21.00 **Fenomeny współczesnego życia 3**
22.00 **Niewyjaśnione tajemnice: Loch Ness** (2) – film dok., Wielka Brytania
23.00 **Top Gear 11** (2) – mag.
0.05 **Top Gear 24** (6) – mag.

MINI MINI+ HD

9.05 **Bing 2** (14-19) – serial anim.
10.00 **Edzio i Lusia** (19-24)
11.25 **Baczne oczka** (8-11)
11.55 **Marta mówi** (25, 26)
12.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
12.59 **Marta mówi** (27, 28)
13.55 **Moje urodziny** – dla dzieci
14.00 **Basia 2** (2-6) – anim., Pol.
15.10 **Kicia Kocia** (13, 1-4)
15.55 **Marta mówi** (4, 8, 13)
17.20 **Staś i fajna Babcia**
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.57 **Staś i fajna Babcia** (26)
18.15 **Leśna rodzina 3: Koniczyna** (7-12) – anim.
18.40 **Dora i przyjaciele 2**
19.35 **Kicia Kocia 2** (1-5) – anim.
20.25 **Mały Charlie** (13, 1-4)

TVP 3 DVB T2

13.00 **Agrobiznes**
13.20 **Agropogoda**
13.30 **Bez trybu. Justyna Dobrosz-Oracz**
14.20 **Poznaj region**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Całkiem niezła historia**
19.45 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.13 **Gość Regionów** – pr. publ.
20.30 **Telekurier** – mag., Polska
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.30 **Złoty chłopak** (211) – serial obycz., Turcja 2022

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

eprasa.pl dec786d728

Warto zobaczyć

10.00 TVP KULTURA
Miłość po południu
KOMEDIA ROMANTYCZNA Córka detektywa ratuje Franka przed mężem jego kochanki. Ocalony mężczyzna pragnie bliżej poznać wybawicielkę. *Reż.: Billy Wilder, A: Audrey Hepburn, Gary Cooper, Van Doude USA 1957* **140 min ▶ do godz. 12.20**

14.00 ALE KINO+
Monster
PSYCHOLOGICZNY Minato pada ofiarą agresji ze strony nauczyciela. Matka staje w jego obronie. Mężczyzna twierdzi, że to syn jest prześladowcą. *Reż.: Hirokazu Koreeda, A: Sakura Andô, Eita, Soya Kurokawa Japonia 2023* **150 min ▶ do godz. 16.30**

16.25 FILMBOX+ HITS
Pokonać górę
PRZYGODOWY Donald zabiera dzieci na wycieczkę. Dwunastoletni Donn oddala się od rodziny. Musi sam przetrwać w dziczy. *Reż.: Andrew Kightlinger, A: Caitlin Fitzgerald, Ethan Slater, Paul Sparks, Bates Wilder USA 2024* **110 min ▶ do godz. 18.15**

17.55 TVN FABUŁA
Słodko-ostro
KOMEDIA Studentka Alia spędza lato w rodzinnych stronach, na przedmieściach New Jersey. W trakcie pobytu poznaje tajemnice bliskich. *Reż.: Geeta Malik, A: Sophia Ali, Rish Shah, Manisha Koirala USA 2021* **125 min ▶ do godz. 20.00**

18.05 PARAMOUNT NETWORK
Zakręcony
KOMEDIA Elliot podpisuje pakt z wysłanniczką piekieł, która obiecuje, że za jego duszę spełni siedem życzeń. Chce zdobyć ukochaną. *Reż.: Harold Ramis, A: Brendan Fraser, Elizabeth Hurley, Miriam Shor USA/Niemcy 2000* **115 min ▶ do godz. 20.00**

18.55 POLSAT FILM
1000 lat po Ziemi
SCIENCE FICTION Rozbitkowie, ojciec i syn, próbują przetrwać na opuszczonej przez ludzi planecie. Zamieszkują ją zmutowane zwierzęta. *Reż.: M. Night Shyamalan, A: Jaden Smith, Will Smith, Sophie Okonedo USA 2013* **125 min ▶ do godz. 21.00**

20.00 TVN
Valerian i Miasto Tysiąca Planet
PRZYGODOWY Obrońcy porządku muszą przeciwstawić się potężnej sile, która zagraża międzyplanetarnej unii. *Reż.: Luc Besson, A: Dane DeHaan, Cara Delevingne, Ethan Hawke Francja/USA 2017* **180 min ▶ do godz. 23.00**

21.00 SCI FI
Nowy początek
SCIENCE FICTION Na Ziemi lądują statki kosmiczne. Lingwistka Louise i fizyk Donnelly chcą nawiązać kontakt z obcymi, by poznać ich zamiary. *Reż.: Denis Villeneuve, A: Amy Adams, Jeremy Renner, Forest Whitaker USA 2016* **140 min ▶ do godz. 23.20**

→ filmowe hity


Max i Furiosa zawierają sojusz przeciwko Wiecznemu Joe.

23.00 TVN
Mad Max: Na drodze gniewu

SCIENCE FICTION Tajemniczy samotnik i buntowniczka łączą siły, by pokonać tyrana.

HIT DNIA Po zagładzie nuklearnej na planecie szerzą się przemoc i bezprawie. Max Rockatansky w pojedynkę przemierza opustoszałe bezdroża. Zostaje schwytany przez grupę Wiecznego Joe, który ma monopol na wodę pitną. Więzień trafia do fortecy, gdzie staje się dawcą krwi dla wojownika, Nuxa. Tymczasem poddana despoty, Furiosa, jedzie opancerzoną ciężarówką po nową dostawę paliwa i amunicję. Ciemiężca odkrywa jej zdradę. Orientuje się, że w samochodzie ukryło się pięć jego zniewolonych kochanek. Za uciekinierkami wyrusza armia. Do bitwy dołączają Nux oraz jego wybawiciel. W trakcie starcia Max i Furiosa łączą siły. Razem stają do nierównej konfrontacji z wrogiem. HD **145 min ▶ do godz. 1.25**

Australia/USA 2015 **Reż.:** George Miller **Wyst.:** Tom Hardy, Nicholas Hoult, Charlize Theron, Hugh Keays-Byrne



19.55 POLSAT
Piąty element
SCIENCE FICTION Rok 2259. Ludziom grozi zagłada. Ziemię może ocalić jedynie tajemniczy piąty element. Mieszkańcom Błękitnej Planety pomaga kosmitka Leeloo. Wspiera ją taksówkarz Korben (Bruce Willis).

Reż.: Luc Besson Wyst.: Milla Jovovich, Ian Holm Francja 1997 HD **170 min ▶ do godz. 22.45**



20.00 TVN 7
After 2
MELODRAMAT Tessa (Josephine Langford) próbuje zapomnieć o zawodzie miłosnym. Rozpoczyna staż w wydawnictwie. O jej względy zaczyna zabiegać Trevor, ale dziewczyna wciąż coś czuje do Hardina (Hero Fiennes Tiffin).

Reż.: Roger Kumble Wyst.: Dylan Sprouse USA 2020 HD **140 min ▶ do godz. 22.20**



20.00 TVP KULTURA
Pani Bovary
OBYCZAJOWY Emma (Isabelle Huppert) wychodzi za mąż za dużo od siebie starszego Charlesa Bovary'ego. Czuje się samotna i marzy o wielkiej miłości. Wkrótce wikła się w romans z przystojnym uwodzicielem.

Reż.: Claude Chabrol Wyst.: Jean Yanne Francja 1991 HD **150 min ▶ do godz. 22.30**



20.00 STOPKLATKA
Brunet wieczorową porą
KOMEDIA OBYCZAJOWA W mieszkaniu Michała (Krzysztof Kowalewski) zjawia się Dzidek, który wkrótce ginie w dziwnych okolicznościach. Gospodarz z pomocą przyjaciela usiłuje rozwikłać zagadkę.

Reż.: Stanisław Bareja Wyst.: Wiesław Gołas Polska 1976 HD **125 min ▶ do godz. 22.05**



22.00 TV 4
Leon zawodowiec
SENSACYJNY Rodzina Mathildy (Natalie Portman) zostaje zamordowana. Dwunastolatka chroni się w mieszkaniu sąsiada, płatnego mordercy (Jean Reno). Gdy odkrywa jego profesję, nakłania go, by pomógł jej pomścić brata.

Reż.: Luc Besson Wyst.: Gary Oldman Fr./USA 1994 HD **140 min ▶ do godz. 0.20**



22.00 ANTENA
Morderstwa we Francji – Saint Martin
KRYMINALNY Dwoje rywalizujących ze sobą policjantów, kapitan Firmain i inspektor de Voort (Aude Legastelois), muszą współpracować, by rozwiązać sprawę zabójstwa.

Reż.: François Guérin Wyst.: Fabrice Deville Francja 2024 **120 min ▶ do godz. 0.00**

Oznaczenia: P! Premiera w TV HD Program także w standardzie HD
patrasa.olx@7801738

→ filmowe hity



Marcin zostaje ojcem. Jego szwagier też zaczyna myśleć o powiększeniu rodziny.

22.25 TVP 1 Baby boom, czyli Kogel Mogel 5

KOMEDIA Rodzina mierzy się z wyzwaniami związanymi z dzieckiem.

HIT DNIA Agnieszka zachodzi w ciążę. Przyjście na świat małego Kuby jest wyzwaniem dla jej związku. Marcinowi nie jest łatwo odnaleźć się w roli ojca. Przerażony mężczyzna znika bez śladu. Tymczasem jego szwagier Piotruś zaczyna coraz poważniej myśleć o dziecku, co niepokoi Marlenę i jej matkę. Wpada nawet na pomysł wynajęcia surogatki. Duże poruszenie wywołuje pojawienie się w Brzózkach ciężarnej Kamili, która szuka Marcina... HD 100 min ▶ do godz. 0.05

Polska 2024 **Reż.:** Anna Wieczur **Wyst.:** Maciej Zakościelny, Aleksandra Hamkało, Nikodem Rozbicki, Katarzyna Skrzynecka

→ sport



12.00 POLSAT SPORT 2 Turniej WTA w Warszawie

TENIS LIVE Najlepsze tenisistki rywalizują obecnie w Montrealu. Tymczasem w stolicy Polski trwa turnieju rangi WTA 125. Przystąpiły do niego m.in. Katarzyna Kawa, Linda Klimovicova, a także Ella Seidel, Daria Snigur oraz Lilli Tagger. HD 120 min ▶ do godz. 14.00



15.20 TVP 1 Tour de Pologne

KOLARSTWO LIVE Piąty etap rozpocznie się w Opolu, skąd kolarze ruszą w stronę Beskidów. Dziś przejadą 218,5 km, a na trasie czekają na nich m.in. premie górskie na Górze Św. Anny i Przełęczy Przegibek oraz podjazd pod Kocierz. HD 90 min ▶ do godz. 16.50

→ rozrywka



9.55 HGTV Letnia chata na lata 12

LIFESTYLE Ekipa zajmuje się odnawianiem starych, zaniedbanych domów, które zmienia w rezydencje, idealne miejsca letniego wypoczynku. Dzięki kreatywności i zaradności zespół radzi sobie z nawet najbardziej wymagającymi projektami. HD 60 min ▶ do godz. 10.55



20.00 TV PULS Puls Kabaret

SATYRA Wyjątkowe wydarzenie, który łączy boomerów, pokolenia X, Z i millenialsów. Wystąpią kabarety Ani Mru-Mru, Jurki, Czwarta Fala, Zdolni i Skromni oraz Trupa Wysokiego Ryzyka. Show poprowadzą Olga Łasak i Marcin Wójcik. HD 240 min ▶ do godz. 0.00



20.00 HBO MaXXXine

THRILLER Los Angeles, lata 80. XX w. Maxine (Mia Goth) jest gwiazdą filmów pornograficznych. Producentka powierza jej główną rolę w sequelu horroru klasy B. Tymczasem Los Angeles terroryzuje Nocny Prześladowca.

Reż.: Ti West Wyst.: Charley Rowan McCain USA 2024 HD 105 min ▶ do godz. 21.45



20.00 KINO POLSKA Bo we mnie jest seks

BIOGRAFICZNY Lata 60. XX w. Aktorka Kalina Jędrusik (Maria Dębska), żona Stanisława Dygata, uchodzi za symbol seksu i nie stroni od romansów. W końcu naraża się wpływowemu człowiekowi.

Reż.: K. Klimkiewicz Wyst.: Leszek Lichota Polska 2021 130 min ▶ do godz. 22.10



20.25 C+ SPORT Wisła Kraków – Wisła Płock

PIŁKA NOŻNA LIVE Od poprzedniego spotkania tych zespołów w Ekstraklasie minęły cztery lata. Nafciarze wygrali wtedy w Krakowie 4:3. Czy po raz piąty z rzędu nie dadzą się zaskoczyć Białej Gwieździe na jej boisku? HD 125 min ▶ do godz. 22.30



22.00 TLC Jay i Pamela

REALITY SHOW Dalsze perypetie Jaya i Pameli, których codzienność obfituje w wyzwania związane z chorobą – łamliwością kości. Para nie popada w pesymizm mimo trudnych doświadczeń, planuje ślub i pragnie niezależności. HD 60 min ▶ do godz. 23.00



22.20 TVN 7 Nad życie

BIOGRAFICZNY Odnosząca sukcesy siatkarka Agata Mróz (Olga Bołądź) zmaga się z mielodysplazją szpiku. Po ślubie zachodzi w ciążę. Lekarze radzą, by ją usunęła i skupiła się na terapii. Ona jednak pragnie urodzić dziecko.

Reż.: A. Plutecka-Mesjasz Wyst.: Danuta Stenka Polska 2012 HD 120 min ▶ do godz. 0.20



22.45 POLSAT W jak morderstwo

KOMEDIA KRYMINALNA W Podkowie Leśnej ginie kobieta. Zwłoki znajduje Magda (Anna Smołowik), miłośniczka powieści kryminalnych. Postanawia pomóc komisarzowi Sikorze (Paweł Domagała) w wyjaśnieniu sprawy.

Reż.: Piotr Mularuk Wyst.: Piotr Adamczyk Polska 2021 HD 135 min ▶ do godz. 1.00



20.30 TVP SPORT Polonia Warszawa – Ruch Chorzów

PIŁKA NOŻNA LIVE Starcie drużyn z ambicjami powrotu do Ekstraklasy. Czarne Koszule przystąpią do realizacji celu bez Łukasza Zjawińskiego, który odszedł do Legii. Ruch musi radzić sobie m.in. bez Mateusza Szwocha. HD 115 min ▶ do godz. 22.25

→ dokument



21.00 HISTORY Wojownicy wszech czasów

HISTORIA Spartańscy żołnierze od dziecka byli poddawani szkoleniom wojskowym i dyscyplinie. Tak powstała jedna z najskuteczniejszych armii świata starożytnego. HD 60 min ▶ do godz. 22.00

eprasa.pl dec786d728

TVP 1 HD DVB T2

5.00 **Splątane losy** (17) – serial obyczajowy, Turcja 2024
5.50 **Akacjowa 38** (912) – telenowela, Hiszpania 2018
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
7.30 **Welon, fura i brawura**
8.00 **Serwis Info** – program inform.
8.10 **Pogoda Info**
8.15 **Chłopi** (4) – obycz., Polska 1972
9.15 **Ranczo 8** (102) – serial obyczajowy, Polska 2014
10.05 **Komisarz Alex 23** (287) – serial kryminalny, Polska 2025
11.05 **Ojciec Mateusz 17** (225) – serial kryminalny, Polska 2017
12.00 **Serwis Info** – program inform.
12.10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
12.30 **Agropogoda** – program inform.
12.40 **Magazyn rolniczy**
12.55 **Natura w Jedynce: Włochy – ostatnie dzikie zakątki** (4)
14.00 **Splątane losy** (18)
15.00 **Serwis Info** – program inform.
15.15 **Kolarstwo:** Tour LIVE de Pologne – studio
15.20 **Kolarstwo:** Tour de Pologne LIVE – 5. etap: Opole – Kocierz Resort
16.50 **Kolarstwo:** Tour LIVE de Pologne – studio
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
18.05 **Reporterzy** – mag. reporterów
18.25 **Akacjowa 38** (929) – telenowela, Hiszpania 2018
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
20.10 **Sport, pogoda**
20.30 **Ojciec Mateusz 34** (445) – serial kryminalny, Polska 2026

TVP 2 HD DVB T2

4.35 **Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2024
5.30 **M jak miłość** (1811) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 **Anna Dymna – spotkajmy się:** Maciej Wiatrowski – talk-show
6.55 **Barwy szczęścia** (3371) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.30 **Operacja zdrowie** (83) – magazyn medyczny
12.00 **Rodzinka.pl** (66): Król jest nagi – serial komediowy, Polska 2012
12.35 **Koło fortuny** (1919) – teleturniej
13.15 **Panna młoda** (164) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 **Va banque** (1033) – teleturniej
14.30 **Na sygnale** (893): To nic śmiesznego – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (450) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
16.00 **Koło fortuny** (1920) – teleturniej
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (165) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Cihan odnajduje Hancer nieprzytomną w starym domu. Derya wyjawia Cemilowi, że jego siostra jest w ciąży. Mine nie przekazuje Sinem listu od Meliha. Wściekła Beyza poprzysięga zabić Hancer i jej dziecko.
18.15 **Va banque** (1034) – teleturniej
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
19.25 **Barwy szczęścia** (3371) – serial obyczajowy, Polska 2026

POLSAT HD DVB T2

4.40 **Disco Gramy**
5.25 **Telezakupy TV Okazje**
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
9.15 **Malanowski i partnerzy** (376, 377): Pierwsza miłość; Tato po latach – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2012
Katarzyna obawia się, że jej 16-letni syn Dawid wdał się w romans z dojrzałą kobietą. Prosi detektywów, by zweryfikowali jej podejrzenia. Ci rozpoczynają obserwację chłopaka.
10.20 **Trudne sprawy** (953) – serial paradokumentalny, Polska 2020
11.20 **Gliniarze** (913, 914) – serial paradokumentalny, Polska 2024
13.40 **Dlaczego ja?** (1542, 1543) – serial paradokumentalny, Polska 2026
Krystian jest bez wzajemności zakochany w koleżance z pracy, Adzie. Gdy w dniu swoich urodzin kobieta znika w tajemniczych okolicznościach, staje się głównym podejrzanym.
15.30 **Wydarzenia, pogoda**
15.55 **Milionerzy** – teleturniej
16.35 **Gliniarze** (1111, 1112) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Turyści znajdują w wynajętym mieszkaniu ciało dziewczyny. Natalia i Kuba odkrywają, że ofiara rozbierała się przed kamerkami w internecie. Podejrzewają o zbrodnię fantazjującego o przemocy klienta.
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
19.30 **Sport, pogoda**

TVN HD DVB T2

5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1722) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 **Kuchenne rewolucje** (5): Zakręt – Sakartvelo – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.25 **Babski biznes** (6) – program rozrywkowy
W Bytomiu Marta Klepka poznaje Agatę, właścicielkę kwiaciarni, której biznes mimo zaangażowania przynosi rozczarowania i niski zysk. Kobieta zmaga się z konkurencją.
12.35 **Ukryta prawda** (1517, 1518, 1745) – serial paradok., Polska
Adam razem z kolegą znajduje w lesie walizkę wypełnioną pieniędzmi. Mężczyźni dzielą ją między siebie. Tymczasem w okolicy pojawiają się Łysy i Bolek. Wypytują o pewnego dłużnika.
15.45 **Detektywi** (134) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
Śledczy mają schwytać napastnika, który próbował zgwałcić studentkę. Trop prowadzi do klubu, w którym bawiła się klientka. Niebawem detektywi znajdują w jej sypialni ukrytą kamerę.
16.50 **Szpital św. Anny** (85) – serial obyczajowy, Polska 2026
Do placówki zostaje przyjęta kobieta z urazem po upadku ze schodów. Zosia dowiaduje się, że konieczne jest wstrzymanie procesu adopcyjnego Kalinki. To sąd zadecyduje o jej dalszych losach.

20

KRYMINALNY

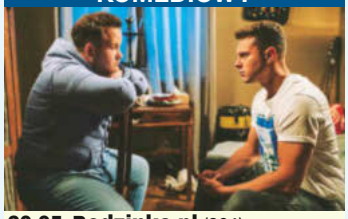


21.25 Drelich (4) – Polska 2025

Po śmierci Natana Drelich staje się celem gangsterów z całej Polski. Ada orientuje się, że ktoś wykorzystuje komputer Krystiana do tworzenia deepfake'ów. Trop prowadzi do Olega, z którym właśnie nawiązała bliższą relację.

22.15 **Tour de Pologne – kroniki** – cykl felietonów
22.25 FILM **Baby boom, czyli Kogel Mogel 5** – komedia, Polska 2024, reż. Anna Wieczur, wyk. Maciej Zakościelny, Katarzyna Skrzynecka, 100 min
0.05 FILM **Operacja „Mincemeat”** – dramat wojenny, Wielka Brytania/USA 2021, reż. John Madden, wyk. Rufus Wright, Matthew Macfadyen, 135 min
2.20 FILM **Morderstwa na Côte Bleue** – film kryminalny, Francja/Belgia 2024, reż. Marjolaine de Lecluse, wyk. Jean-Pierre Foucault, Garance Thenault, 95 min
3.55 **Wykrywacz kłamstw** – publ.
4.15 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
4.35 **Reporterzy** – mag. reporterów
4.50 **Oko na świat** – magazyn
5.10 **Zakończenie**

KOMEDIOWY

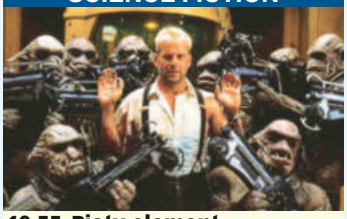


20.05 Rodzinka.pl (306): Szachy – Polska 2026

Kuba przedstawia Filipowi Sonię, lecz rozwój wydarzeń wyraźnie mu się nie podoba. Majka czuje się zawiedziona przez dziadka. Marysia podpowiada Natalii, jak rozmawiać z mężem, by uniknąć kolejnych konfliktów.

20.40 **Lato z Radiem i Telewizją Polską:** Poddębice – widowisko
22.50 **To jest grane – wakacyjnie** (100) – program muzyczny
23.30 **Kabaretowa Noc pod Gwiazdami – Lidzbark Warmiński 2025** (1, 2) – program rozrywkowy
Hasłem przewodnim było „Męskie żartowanie”. Wystąpili m.in. Rak, Kabaret pod Wyrwigroszem oraz Formacja Chatelet.
1.45 FILM **9. życie Louisa Draxa** – thriller, Wielka Brytania/Kanada/USA 2016, reż. Alexandre Aja, wyk. Aiden Longworth, Jamie Dornan, Sarah Gadon, Michael Adamthwaite, 115 min
3.40 **Akacjowa 38** – telenowela, Hiszpania 2015-2021
4.35 **Zakończenie**

SCIENCE FICTION



19.55 Piąty element FILM – Francja 1997, 170 min

Rok 2259. Ziemi zagrażają mroczne siły, którym służy okrutny Zorg. Na pomoc ludziom przybywa kosmitka Leeloo. Ląduje ona na dachu taksówki prowadzonej przez byłego komandosa, Korbena. Oboje muszą dotrzeć do mnicha Vita Corneliusa, który zna sposób na ocalenie ludzkości.

22.45 FILM **W jak morderstwo** – komedia kryminalna, Polska 2021, reż. Piotr Mularuk, wyk. Anna Smołowik, Paweł Domagała, Szymon Bobrowski, Piotr Adamczyk, 135 min
W Podkowie Leśnej dochodzi do zbrodni. Zwłoki odkrywa Magda, miłośniczka kryminałów. Kobieta pomaga nieporadnemu komisarzowi w śledztwie. Jednym z tropów jest naszyjnik ofiary.
1.00 FILM **Świat w płomieniach** – film sensacyjny, USA 2013, reż. Roland Emmerich, wyk. Channing Tatum, Jamie Foxx, Maggie Gyllenhaal, Jason Clarke, 175 min
3.55 **Ewa gotuje** (564) – magazyn kulinarny

KRYMINALNY



17.55 Młode gliny (42) – Polska 2026

Sandra i Olek wyjaśniają okoliczności potrącenia piętnastoletniej Klary. Sprawcy wypadku napadli i obrabowali melinę jednego z gangów. Ich ofiary, członkowie konkurencyjnych grup, przerzucają się oskarżeniami.

19.00 **Fakty, sport**
19.35 **Kroniki Tour de Pologne** (5) – magazyn sportowy
19.40 **Pogoda**
19.50 **Uwaga!** – magazyn reporterów
20.00 **Valerian i Miasto Tysiąca Planet** FILM – film przygodowy, Francja/Chiny/Belgia 2017, reż. Luc Besson, wyk. Dane DeHaan, Cara Delevingne, Clive Owen, Ethan Hawke, 180 min
23.00 FILM HIT DNIA **Mad Max: Na drodze gniewu** – film s.f., Australia/USA 2015, reż. George Miller, wyk. Tom Hardy, Nicholas Hoult, Hugh Keays-Byrne, Charlize Theron, 145 min
1.25 FILM **Batman** – film sensacyjny, USA 2022, reż. Matt Reeves, wyk. Robert Pattinson, Zoë Kravitz, Jeffrey Wright, 215 min
5.00 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.15 **Nauka jazdy 5** (5) – pr. rozrywk.

eprasa.pl dec786d728
P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB T2

5.20 **Ten moment** (15) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 **Szkoła** (854-856) – serial paradokumentalny, Polska 2020
8.45 **Ukryta prawda** (1358, 1485, 1486) – paradok., Polska
11.50 **W-11 – Wydział Śledczy** (1159-1161) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2014
13.55 **Kryminalni 2** (12): Łowcy dusz – serial kryminalny, Polska 2005
15.00 **Szpital** (822, 823) – serial paradokumentalny, Polska 2018
17.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (526): Kleptomanka – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
Karolina odpowiada za kradzież naszyjnika. Zaprzecza winie mimo nagrania przedstawiającego, jak podrzuca biżuterię do biurka szefa. W przeszłości skazano ją za podobne przestępstwo.
18.00 **SOS Ekipy w akcji** (38) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Funkcjonariusze zostają wezwani do przedszkola. Dyrektorka placówki podejrzewa, że dzieci zaczepiał pedofil. Mieszkańcy kamienicy zawiadamiają policję, gdyż od kilku dni nie widzieli sąsiadki. Impreza nad Wisłą kończy się interwencją straży.
19.00 **Ukryta prawda** (1549) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Właściciel kilku firm, Jacek, niedawno kupił drukarnię. Odkąd został multimilionerem, bardzo się zmienił. Jego siostra Edyta proponuje mu nietypowy zakład.

TV PULS HD DVB T2

6.00 **Policjanci z Miami 4** (2, 3): Amen... Przyślijcie forsę; Śmierć i dziewczyna – serial kryminalny, USA 1987
8.00 **Kobra – oddział specjalny** (19, 20): Bez wyjścia; Wycieczka szkolna – serial sensacyjny, Niemcy 2017
10.00 **Zaklinaczka duchów 4** (64) – serial fantasy, USA 2008-2009
11.00 **Kotka** (3) – telenowela, Meksyk 2014
12.00 **Nie igraj z aniołem** (134) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
Patricio mówi Marichuy, że Estefania i Isabela przyznały się do wyrządzonych jej krzywd. Stan Patricia się pogarsza.
13.00 **Wspaniałe stulecie** (68) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 **Kurierzy 2** (53) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 11** (578, 579) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 **Kurierzy 2** (54) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Radiowiec, 50-letni Lipski, uwielbia żartować sobie z innych na antenie. Pewnego dnia w trakcie audycji odbiera telefon z pogróżkami.
18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (991, 992) – serial obyczajowy, Polska 2026
Henryka wynajmuje część domu. Najemcy zalegają z rachunkami. Dochodzi do szarpaniny. Henryka zostaje uwięziona w piwnicy. Sąsiadkę zaczyna zastanawiać jej nieobecność.

PULS 2 HD DVB T2

5.50 **Ale numer! 22** (6) – program rozrywkowy
6.20 **Cosie-Ktosie** (36-38) – serial animowany, Francja 2022
6.45 **SamSam: Kosmiczne przygody** (20) – serial anim.
7.00 **Blaze i Megamaszyny 7** (14) – serial animowany, USA 2022
7.30 **Psi Patrol 2** (20) – serial anim.
7.50 **Dora** (11) – anim., Kan./USA 2024
8.30 **Wielkie przygody małego rekina 2** (6) – serial dla dzieci, USA/Korea Południowa 2023
8.50 **Masza i Niedźwiedź 6** (14-16) – serial animowany, Rosja
9.25 **Świnka Peppa** (10-12) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
9.45 **Bing** (51, 52) – serial animowany
10.00 **Jeżyk i Przyjaciele** (7, 6) – serial animowany, Polska
10.35 **Spidey i superkumple 2** (37, 36) – serial anim., USA 2022
11.35 **Gus. Mały – wielki rycerz** (37, 38) – serial anim., Fr. 2021
12.00 **Psi Patrol** (16) – serial anim.
12.35 **Marta mówi** (37) – serial anim.
13.00 **Smerfy** (7, 8) – serial anim., Bel.
14.00 **Baranek Shaun 4** (25-27) – serial anim., Wielka Brytania
14.35 **My Little Pony: Przyjaźń to magia** (10) – anim., USA/Kanada
15.00 **Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2** (47, 48) – anim., Fr./Jap./Korea Południowa 2017
16.00 **Fineasz i Ferb 2** (31, 32) – serial animowany, USA 2007-2011
17.00 **Smerfy** (9, 10) – anim., Bel. 1988
18.00 **Pingwiny z Madagaskaru** (23, 24) – serial animowany, USA
19.00 **Kacze opowieści** (26, 27) – serial animowany, USA 1987

NETFLIX

PREMIERA



OSTATNI DOM

Członkowie czteroosobowej rodziny niespodziewanie zostają uwięzieni we własnym domu. Nie mogą się wydostać na zewnątrz. Aby przetrwać, muszą zjednoczyć siły i stawić czoło nie tylko malejącym zapasom, lecz także tajemniczemu zagrożeniu, które czai się gdzieś w ciemnościach.
►horror, Fr./USA 2026; 110 min

PREMIERA



ŚMIERĆ SP. Z O.O. 4

W finałowym sezonie okaże się, kto przejmie kontrolę nad rodzinnym zakładem pogrzebowym Torregrosa. Po śmierci założyciela firmy rozpoczęła się bezwzględna rywalizacja o dobrze prosperującą firmę. Zakulisowe rozgrywki podsyca bezwzględny protegowany zmarłego, Damaso (Carlos Areces).
►kom. (6 odc.), Hiszpania 2026

PREMIERA



RICKY GERVAIS: KOCIE ŻYCIE

Grupa brytyjskich zdziczałych kotów wspólnie spędza czas, nawiązując przyjaźnie, romanse i rozważając sens własnej egzystencji. Produkcja łączy humor z absurdem, a jej ton nawiązuje do charakterystycznego stylu Gervaisa – pełnego ironii i celnych obserwacji, które przyniosły mu szerokie grono fanów.
►anim. dla dorosłych (6 odc.) 2026

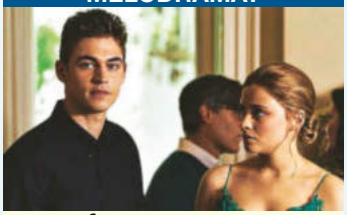
PREMIERA



PRZESŁODZENI

Ambitna pani prokurator Go Eun-sae (Shin Ha-young) niespodziewanie traci pamięć. Zdezorientowana i pozbawiona punktu odniesienia trafia pod opiekę trenera boksu, który przedstawia się jako jej partner. Kobieta wprowadza się do niego, próbując odzyskać wspomnienia i zrozumieć, kim naprawdę jest.
►kom. (12 odc.), Korea Płd. 2026

MELODRAMAT



20.00 **After 2**
FILM – USA 2020, 140 min

Po rozstaniu z Hardinem Tessa próbuje zapomnieć o zawodzie miłosnym. Rozpoczyna staż w wydawnictwie, gdzie świetnie sobie radzi. W nowej pracy poznaje Trevora, przeciwieństwo Hardina. Mężczyzna zabiega o jej względy, ale ona nie może zapomnieć o dawnym ukochanym. Ten z kolei robi wszystko, by odzyskać byłą partnerkę.

22.20 **Nad życie** – dramat biograficzny, Polska 2012, reż. Anna Plutecka-Mesjasz, wyk. Olga Bołądź, Michał Żebrowski, Danuta Stenka, Andrzej Mastalerz, 120 min
FILM
0.20 **Gremliny rozrabiają** – horror komediowy, USA 1984, reż. Joe Dante, wyk. Hoyt Axton, John Louie, Keye Luke, Don Steele, 140 min
FILM
2.40 **Żyjąc z potworem 9** (14) – serial dokumentalny, USA 2024
3.35 **Fachowcy 2** (14) – serial paradokumentalny, Polska 2018
4.10 **Usterka 11** (21) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019

ROZRYWKOWY



20.00 **Puls Kabaret**

W Płocku wystąpią między innymi Ani Mru-Mru, Jurki, Czwarta Fala, Zdolni i Skromni oraz Trupa Wysokiego Ryzyka. Widzowie zobaczą premierowe skecze, muzyczne parodie i wspólne projekty artystów, a całość poprowadzą Marcin Wójcik i Olga Łasak. To pełna humoru podróż przez dekady – począwszy od kolorowych lat 90. aż po współczesność.

0.00 **Kobiety mafii** – film sensacyjny, Polska 2018, reż. Patryk Vega, wyk. Olga Bołądź, Agnieszka Dygant, Aleksandra Popławska, Katarzyna Warnke, 175 min
FILM
Bela przechodzi szkolenie pod okiem FBI. Zostaje oficerem wydziału S, co oznacza, że czeka ją misja pod zmienioną tożsamością. Ma za zadanie rozpracować grupę mokotowską. Szefem gangsterów jest Padrino. W ramach akcji kobieta udaje prostytutkę.
2.55 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (987) – serial obyczajowy, Polska 2026
3.50 **Zobacz to!** – pr. powtórkowe

OBYCZAJOWY



20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (979) – Polska 2026

Kurator Konrad Zalewski samotnie wychowuje córkę Polę. Jej ucieczka z Łukaszem, jego podopiecznym, to ogromny cios. Młodzi otrzymują anonimowe groźby. Marceli składa Andżeli niespodziewaną propozycję biznesową.

21.00 **Dzielnica strachu 10** (461, 462) – serial kryminalny, Polska 2025-2026
23.00 **Zabójca** – thriller, Australia/USA 2007, reż. Greg Mclean, wyk. Radha Mitchell, Michael Vartan, Sam Worthington, Caroline Brazier, 115 min
FILM
0.55 **Piła** – thriller, USA 2004, reż. James Wan, wyk. Leigh Whannell, Cary Elwes, Danny Glover, Ken Leung, 125 min
FILM
3.00 **Dzielnica strachu 10** (457): Zabójczy nokaut – serial kryminalny, Polska 2025-2026
4.00 **Lombard. Życie pod zastaw 5** (231) – serial obyczajowy, Polska 2019
5.00 **Kręcimy z gwiazdami 2** (5): Bracia Cugowscy – program rozrywkowy

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.25 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (19) – serial kryminalny, USA 2012
7.10 **Ostry dyżur 2** (19, 20) – serial obyczajowy
9.00 **Castle 4** (21, 22) – serial kryminalny
11.00 **MacGyver 5** (6, 7) – serial akcji, USA
13.00 **Dowody zbrodni 3** (1, 2) – serial krym.
15.00 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (20, 21) – serial kryminalny
17.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5** (19, 20) – serial krym.
19.05 **Castle 4** (23) – serial kryminalny, USA 2012
20.05 **Castle 5** (1) – serial kryminalny, USA 2012

TVP SERIALE

5.35 **Rodzinka.pl** (124) – serial kom., Pol. 2013
6.10 **Na sygnale** (506, 507) – serial fab.-dokum.
7.15 **Ojciec Mateusz 4** (56) – krym., Pol. 2010
8.10 **Komisarz Alex 4** (45) – serial krym., Polska
9.05 **Rodzinka.pl** (125)
9.40 **Klan** (1472) – telen.
10.15 **Ranczo 10** (123, 124)
11.55 **Komisarz Alex 4** (46)
12.45 **Ojciec Mateusz 31** (406, 407) – krym., Pol.
14.35 **Ojciec Mateusz 32** (408) – krym., Pol. 2024
15.35 **Komisarz Alex 4** (47) – serial krym., Polska
16.25 **Na sygnale** (508, 509) – serial fab.-dokum.
17.35 **Ranczo 10** (125, 126) – serial obycz., Polska

TVP KULTURA DVB T2

12.20 **Tajemnicza Claudia Cardinale** – film dokum., Francja 2019
13.25 **„Bo we mnie jest seks" – piosenki Kaliny Jędrusik (27. Przegląd Piosenki Aktorskiej – Wrocław 2006)**
14.30 **Niebywała kariera Taylor Swift** – film dok., Wlk. Bryt. 2024
15.25 **U Pana Boga za piecem** – komedia, Polska 1998, 110 min
17.15 **Rodzina Leśniewskich** (2, 3) – serial obycz., Polska
18.20 **Video Killed the Radio Star** (28) – dok.
18.55 **Rawhide 2** (25) – serial przygodowy

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 2** (13) – serial dok., Pol. 2018
7.00 **Wyraj** – film krótkometraż.
7.30 **Moje pieczone kurczaki** – film obyczajowy, Polska 2002, 80 min
8.50 **The Office PL** (9, 10) – kom., Pol. 2021-2022
10.00 **Grantchester 10** (7, 8) – krym., Wlk. Bryt.
12.05 **Vera 11** (4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
14.00 **Monster** – dramat psychologiczny, Japonia 2023, 150 min
16.30 **Zbrodnie na wybrzeżu 2** (1) – serial krym., Niemcy
18.15 **Vera 11** (5) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

CANAL+ PREMIUM HD

11.20 **Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 2** – film fantasy, USA 2012, 115 min
13.15 **Nadzieja** – dramat sensacyjny, Polska/Niemcy 2006, 100 min
14.55 **Larger than Life: Złota era boysbandów** – film dokum., USA 2024
16.30 **Wicked** – musical, USA/Kanada/Islandia 2024, 165 min
19.15 **Łapu capu** – pr. rozr.
19.20 **Pod gwiaździstym niebem** – komedia romantyczna, USA 2025, 100 min
21.00 **The Walking Dead: Dead City 3** (2) – serial grozy, USA

HBO HD

10.40 **Policzalne** – dramat psychologiczny, Australia 2024, 90 min
12.10 **Na planie 23** (32) – magazyn filmowy
12.40 **Srebrna Gwiazda** – dramat obyczajowy, USA 2024, 100 min
14.20 **Oszukana przez męża: Historia Morgan Metzer** – dramat obyczajowy, USA 2024, 85 min
15.45 **The Pitt 2** (3) – serial obyczajowy, USA 2026
16.30 **Piotruś Pan** – film familijny, USA/Wielka Brytania 2003, 115 min
18.25 **Podróż z seryjnym zabójcą** – thriller, USA/Wielka Brytania 2023, 95 min

20

PRZYGODOWY



21.05 **W 80 dni dookoła świata** – USA/Niemcy/Irlandia 2004, 145 min

XIX-wieczny Londyn. Phileas Fogg zakłada się, że w ciągu niespełna trzech miesięcy okrąży kulę ziemską. Towarzyszą mu lokaj Passepartout oraz piękna Monique.

23.30 **Wykiwać klawisza** – komedia obyczajowa, USA 2005, 140 min
1.50 **Castle 4** (23) – krym.
2.50 **Castle 5** (1) – krym.
3.45 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5** (19, 20) – serial krym.

KRYMINALNY



19.30 **Ojciec Mateusz 32** (409) – Polska 2024

Zespołowi sandomierskich policjantów grozi rozpad. Nocul oraz Dziubak obejmują posterunek w pobliskim Klimontowie. Niebawem dochodzi tam do morderstwa.

20.30 **Komisarz Alex 25** (313) – krym., Pol. 2026
21.30 **Ranczo 10** (127, 128)
23.20 **Ojciec Mateusz 32** (410) – krym., Pol. 2024
0.20 **Prokurator** (5)
1.20 **Oficerowie** (10, 11)
3.15 **Stulecie Winnych 3** (27) – obycz., Pol. 2021
4.10 **Klan** (1472) – telen.

DRAMAT OBYCZAJOWY



20.00 **Pani Bovary** – Francja 1991, 150 min

Emma wychodzi za mąż za dużo od siebie starszego doktora Charlesa Bovary'ego. Czuje się samotna i marzy o wielkiej miłości. Wkrótce wikła się w romans.

22.30 **Powrót Sherlocka Holmesa** (10) – krym.
23.40 **Czwartkowy klub filmowy** – mag. film.
23.45 **Powidoki** – dramat obyczajowy, Polska 2016, 115 min
1.40 **Poza biurem**
2.15 **Kod Hanekego** – film dokum., Francja 2021

SENSACYJNY



20.10 **Agent** – USA 2024, 125 min

Żona Benjamina Malloya, kierownika placówki CIA w Budapeszcie, ginie w zamachu. Wdowiec chce dotrzeć do sprawców. Razem z agentką Krystyną Kowerski wpada na trop spisku.

22.15 **Feralna noc** – dramat kryminalny, USA 2014, reż. David Grovic, wyk. John Cusack, 130 min
0.25 **Boscy** – komediodramat, Argentyna/Hiszpania 2021, 140 min
2.45 **Klangor** (4) – krym.

DRAMAT SENSACYJNY



21.45 **Polowanie** – USA 2025, 105 min

Bowdrie mieszka w córką z dala od cywilizacji. Dziewczyna znajduje w lesie ranną January, która uciekła porywaczom. Bowdrie'ego czeka konfrontacja z bandytami.

23.30 **Kill Bill: Vol. 1** – sens., USA 2003, 110 min
1.20 **Kill Bill: Vol. 2** – sens., USA 2004, 135 min
3.35 **Quebonafide: Północ/Południe** – musical, Polska 2025, 70 min
4.45 **Joseph i jego dzieci** – film dok., Pol. 2024

THRILLER



20.00 **MaXXXine** – USA/Wielka Brytania/Nowa Zelandia 2024, 105 min

Los Angeles, lata 80. XX w. Maxine, gwiazda filmów porno, dostaje główną rolę w sequelu horroru klasy B. W tym czasie Los Angeles terroryzuje Nocny Prześladowca.

21.45 **Martwe zło: Przebudzenie** – horror, Nowa Zelandia/USA/Irlandia 2023, 95 min
23.20 **Ostatni wiking** – komediodramat, Dania/Szwecja 2025, 115 min

AXN WHITE

8.10 **Szpital nadziei 5** (11)
9.10 **Miłość nad rozlewiskiem** (7, 8)
11.15 **Agenci NCIS 12** (3-5)
14.10 **Szpital nadziei 5** (12)
15.15 **Gwiazdka z przeszkodami** – komedia romantyczna, USA/Kanada 2022, 115 min
17.10 **Bieg po szczęście** – komedia obyczajowa, USA/Kanada 2019, 110 min
19.00 **Szpital świętej Marii** (6)
20.00 **Dowody zbrodni 4** (5, 6)
22.00 **Rekrut 2** (5) – serial krym.
23.00 **Agenci NCIS 12** (3-5)
1.40 **Dowody zbrodni 4** (5, 6)
3.35 **Zaklinacze koni 4** (18, 19)

AXN BLACK

8.50 **Zagadki z przeszłości 3** (3) – przyg., Fr./Niemcy/Kan.
9.50 **Gwiezdne wrota 6** (22)
10.50 **Gwiezdne wrota 7** (1, 2)
12.50 **Kobra – oddział specjalny 12** (11) – sens.
13.50 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 5** (6) – serial sens.
14.50 **Drużyna A 3** (22) – sens.
15.55 **Nieustraszony 2** (15)
17.00 **Zagadki z przeszłości 3** (4) – przyg., Fr./Niemcy/Kan.
18.00 **Gwiezdne wrota 7** (3-5) – serial s.f., USA/Kan. 2003
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 7** (1-4) – krym.
0.40 **Nieustraszony 2** (15) – serial sensacyjny, USA

WARNER TV

8.35 **Bajer z Bel-Air 6** (23, 24)
9.35 **Prawo Agaty 4** (9)
10.35 **Pełniejsza chata 3** (1, 2)
11.35 **Teraz albo nigdy! 3** (4, 5)
13.35 **Bajer z Bel-Air 6** (23, 24)
14.35 **Bajer z Bel-Air** (1, 2)
15.35 **Pełniejsza chata 3** (1-4)
17.40 **Rodzinne rewolucje** – komedia, USA 2014, reż. Frank Coraci, 140 min
20.00 **Przyjemniaczek** – komedia sensacyjna, Hongkong/Australia/USA 1997, 115 min
21.55 **Zabójcza broń** – film sensacyjny, 1987, 130 min
0.05 **Złoto pustyni** – film wojenny, 1999, 135 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Kabaretowa Ekstraklasa** (55) – pr. rozr.
6.05 **Gliniarze** (241-243, 751-754) – serial paradok.
13.05 **Kowalscy kontra Kowalscy** (1-4) – serial obyczajowy, Polska 2022
15.05 **Świat według Kiepskich** (471-474) – kom., Pol. 2015
17.05 **Strażnik Teksasu** (17-20) – serial sensacyjny, USA
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (7-10) – serial krym.
0.45 **Ślad** (93, 94) – krym., Pol.
2.45 **Święty** (260, 261) – serial komediowy, Polska 2022
4.05 **Strażnik Teksasu** (13, 14) – serial sensacyjny, USA

CANAL+ FILM HD

6.00 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
6.05 **Kiler-ów 2-óch** – komedia, Polska 1999, 115 min
8.00 **Dziki robot** – film animowany, 2024, 100 min
9.40 **O psie, który jeździł koleją 2** – film familijny, Polska 2025, 90 min
11.10 **Wszyscy święci** – film obycz., Polska 2002, 75 min
12.25 **Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 1** – film fantasy, USA 2011, 115 min
14.20 **Premierowa jazda** – mag.
14.35 **Ida** – dram. obycz., Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min
15.55 **Battleship: Bitwa o Ziemię** – film s.f., USA/Japonia 2012, 125 min
18.00 **Tożsamość Bourne'a** – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, 115 min
19.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **June i John** – thriller, Francja 2025, reż. Luc Besson, 90 min
21.30 **Surfer** – thriller, Australia/USA/Irlandia 2024, reż. Lorcan Finnegan, 100 min
23.10 **Syn przeznaczenia** – horror, 2025, 90 min
0.40 **Dwie siostry** – dramat obyczajowy, 2024, 95 min
2.15 **Cudownie ocalony** – kom. obycz., 2004, 95 min
3.50 **Pornografia** – film obycz., Pol./Fr. 2003, 115 min
5.45 **Premierowa jazda** – mag.

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Dzika fauna śródziemnomorska** (2) – film dok., Hiszpania 2024
10.50 **Mały Grand Hotel** (7) – serial komediowy, Polska
11.05 **Naruto 3** (27, 28) – serial anime, Japonia 2003-2004
12.05 **Naruto 4** (1) – serial anime
12.35 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy
13.05 **W rytmie wolności** (3, 4) – serial dokumentalny, Pol.
14.50 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
14.55 **Captain Tsubasa** (28-30) – serial anime, Japonia 2018
16.10 **Łapu capu Extra** (6) – program rozrywkowy
16.50 **Karl Lagerfeld. Objawienie** (3, 4) – serial dokumentalny, Fr. 2023
18.30 **The Office PL 5** (7-9) – serial komediowy, Polska
20.00 **Wywiad z wampirem 2** (8) – serial fantasy, USA
21.00 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
21.15 **The Walking Dead: The Return** – film dokum., 2024
22.00 **The Walking Dead: Dead City 2** (3, 4) – serial grozy, USA 2025
23.45 **Pętla** (3, 4) – serial sens.
1.20 **Sortownia** (7, 8) – serial psychologiczny, Pol. 2023
3.00 **Small World** (1-3) – serial sensacyjny, Polska 2021
5.30 **Premierowa jazda** (2) – magazyn
5.50 **Łapu capu** – pr. rozrywk.

CANAL+ 360 HD

6.00 **Rekruci** (6) – serial dok.
7.00 **Lotnisko na Alasce 4** (1)
8.00 **Porzucone konstrukcje** (4) – serial dok., Wlk. Bryt.
8.55 **Okręty wojenne** (4) – dok.
9.55 **Co poszło nie tak 4** (5)
11.00 **Odprawa przedmeczowa** – pr. publ.
13.00 **Porzucone konstrukcje** (6) – serial dok., Wlk. Bryt.
14.00 **Chwila prawdy** (10)
15.00 **Okręty wojenne** (5) – dok.
16.00 **Lotnisko na Alasce 4** (2)
17.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata** (4) – serial dok., Niem. 2011
17.55 **Porzucone konstrukcje** (5) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.50 **Chwila prawdy** (9) – dok.
19.50 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata** (5) – serial dok., Niem. 2011
20.50 **Co poszło nie tak 5** (2) – serial dok., Wlk. Bryt. 2025
21.55 **Projekt Fighter** (5)
23.00 **Lotnisko na Alasce 3** (8) – serial dokumentalny, USA
23.55 **Dover 24/7** (2) – serial dok.
1.00 **Misja Afganistan** (5) – serial wojenny, Pol. 2012
2.00 **Twardzielki** (5) – dok., Pol.
2.40 **W rytmie wolności** (4)
3.45 **Zwierzęta Wajraka 3** (7, 8) – serial dok., Pol. 2022
4.55 **Pogotowie remontowe Wieśka 4** (4, 5) – mag.

HBO 2 HD

16.20 **Detektyw Monk: Ostatnia sprawa** – film kryminalny, 2023, 95 min
17.55 **Pan Popper i jego pingwiny** – komedia, USA 2011, reż. Mark Waters, wyk. Jim Carrey, 95 min
19.30 **Jak wytresować smoka** – film anim., 2010, 95 min
21.05 **Blue Moon** – dramat biograficzny, USA/Irlandia 2025, 95 min
22.40 **Między nogami a reklamami: Historia Robin Byrd** – dok., 2026
23.55 **Pierwsza sprawa** – dramat obyczajowy, Francja 2023, 100 min

HBO 3 HD

11.30 **Po prostu uwierz** – dram. obycz., 2024, 105 min
13.15 **Lista A: 15 opowieści z azjatyckiej i pacyficznej diaspory**
14.40 **Istoty fantastyczne** – komediodramat, USA 2024, 100 min
16.20 **Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13** (19)
17.05 **Bohemian Rhapsody** – dramat biograf., Wielka Brytania/USA 2018, 130 min
19.15 **Biały Lotos 3** (3) – kom.
20.15 **Stamtąd 2** (2) – serial grozy, USA 2023
21.00 **Czysta krew 6** (1-5)

eprasa.pl dec786d728

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.00 Jedziemy na ryby! (27) – serial dokum.
6.55 Na ratunek 112 (865) – serial paradokum.
7.25 Doktor Martin (56) – serial obyczajowy
8.25 Przyjaciółki (175, 176) – obycz., Pol.
10.25 Świat według Kiepskich (32, 33, 123, 124, 212, 50, 51) – serial kom., Polska
14.00 FILM Z dala od zgiełku – dramat obyczajowy, Wielka Brytania/USA 2015, 140 min
16.20 FILM S.W.A.T. Jednostka specjalna – sens., USA 2003, 155 min
18.55 FILM 1000 lat po Ziemi – film s.f., USA 2013, 125 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 Tata ma plan (10, 11) – serial komediowy, USA 2016
7.00 Dwóch i pół 9 (14-17) – serial komediowy, USA 2012
8.55 Przyjaciele 3 (1-6) – kom., USA 1996-1997
11.55 Teoria wielkiego podrywu 12 (11-16) – serial komediowy, USA 2018-2019
14.30 Dwóch i pół 9 (18-21) – serial komediowy, USA 2012
16.30 Przyjaciele 3 (7-12) – serial komediowy, USA 1996-1997
Joey za wszelką cenę chce zdobyć rolę. Specjalnie udziela złej rady konkurentowi.

TVN FABUŁA HD

5.05 Szkoła (810) – serial paradokum.
6.00 Absolwenci (4)
6.30 Kino Buzz Top 5 (10)
6.45 Zakochani po uszy (133, 134) – telen., Pol.
7.45 Detektywi (165-168) – serial fab.-dokum.
9.50 Prawo Agaty 5 (8) – serial obycz., Polska
10.55 Lekarze 2 (2) – obycz.
11.55 Zapukaj do moich drzwi (36, 37) – telen.
13.55 Prawo Agaty 5 (7)
14.55 Detektywi – fab.-dok.
16.05 Na Wspólnej (29, 30) – serial obycz., Polska
17.10 Filmowe duety (2)
17.40 Najpiękniejsza muzyka filmowa (2)
17.55 Słodko-ostro – kom., FILM USA 2021, 125 min

13 ULICA

6.10 Knok (5) – serial krym.
6.55 FILM Zabójczy zjazd absolwentów: Aurora Teagarden na tropie – film krym., USA 2020, 110 min
8.45 FILM Morderstwa w Tuluzie – krym., Francja 2021, 125 min
10.50 Mentalista 4 (23, 24)
12.40 Mentalista 5 (1, 2)
14.30 FILM Jak oszukać oszusta: Aurora Teagarden na tropie – film kryminalny, Kan./USA 2021, 110 min
16.20 FILM Zabójstwo w Angouleme – film kryminalny, Francja 2021, 120 min
18.20 Mentalista 5 (3-6) – serial kryminalny

KINO POLSKA

6.00 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 4 (2, 3) – dok.
6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dok.
7.20 Miś Kudłatek (3, 4) – serial animowany
7.40 Reksio (2, 5, 6) – anim.
8.25 Akademia Pana FILM Kleksa (1/2, 2-ost.) – film przyg., Polska/ZSRR 1983, 195 min
11.40 Książę – film krótkometraż., 2021
11.55 FILM Chłopi (1/2, 2-ost.) – film obyczajowy, 1973, 235 min
15.50 FILM C.K. Dezerterzy (2-ost.) – kom., Polska/Węgry 1985, 95 min
17.25 Stawka większa niż życie (2, 3) – wojenny

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Kabaretowe hity (5)
6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
7.50 Robert Makłowicz (123, 218) – mag. kulin.
9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (2) – serial krym., Australia
10.55 Górski lekarz 14 (4, 5) – serial obycz.
12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (3) – serial krym., Australia
14.00 Zajazd. Będzie się działo (15, 16)
16.00 Katastrofy w przestworzach (4, 11, 8) – dok., Kan.
19.00 Aukcja w ciemno 3 (3) – serial dok., USA
19.35 Aukcje w ciemno 4 (4) – serial dok., USA

THRILLER



21.00 FILM **Gwiazdorski piątek: Ambulans** – Japonia/USA 2022, 170 min

Przybrani bracia napadają na bank. Uciekając, w akcie desperacji wdzierają się do karetki i biorą zakładników. Rusza za nimi pościg.

23.50 FILM **Nikita** – dramat sensacyjny, Francja/Włochy 1990, reż. Luc Besson, 150 min
2.20 **Ślad** (27-29) – serial kryminalny, Polska 2018-2019
5.15 **Na ratunek 112** (892) – serial paradokum., Pol. 2024

KOMEDIOWY



19.30 **Teoria wielkiego podrywu 12** (17-22)

Bernadette i Penny wybierają się do San Diego na zjazd przedstawicieli koncernów farmaceutycznych. Druga z nich chce jak najlepiej wypromować nowy lek.

22.00 **The Office PL 4** (12)
22.30 **The Office PL 2** (1)
23.05 **Comedy Club 2** (2, 3)
0.05 **Miasteczko South Park 5** (5, 6)
1.00 **Pracoholicy 6** (9, 10)
2.00 **Śmieszniej nie będzie 3** (9, 10) – rozr.
3.00 **Miasteczko South Park 5** (1-3)

THRILLER



20.00 **Plan ucieczki** FILM – USA 2013, 155 min

Ray, specjalista w dziedzinie zabezpieczeń zakładów karnych, pada ofiarą oszustwa. Zostaje zamknięty w więzieniu. Opracowuje plan ucieczki. Zyskuje sojusznika.

22.35 FILM **Morderstwo doskonałe** – thriller, USA 1998, 125 min
0.40 FILM **Trzy tysiące lat tęsknoty** – film fantasy, USA/Australia 2022, 135 min
2.55 **Najpiękniejsza muzyka filmowa** (6)
3.05 **Szkoła** (764)

KRYMINALNY



22.00 FILM **Zagadki Hailey Dean: Małżeństwo skazane na morderstwo** – USA 2018, 115 min

Handlarz dzieł sztuki zostaje znaleziony martwy w swojej galerii. Patolog ustalił, że zmarł na zawał serca, lecz po kremacji w popiołach wykryto arszenik. Hailey angażuje się w wyjaśnienie sprawy.

23.55 FILM **Kontrabanda** – dram. sens., USA/Wlk. Bryt./Fr. 2012, 135 min
2.10 FILM **Zabójstwo w Angouleme** – film kryminalny, Francja 2021, 120 min

BIOGRAFICZNY



20.00 FILM **Bo we mnie jest seks** – 2021, 130 min

Lata 60. Aktorka Kalina Jędrusik poślubia znanego pisarza, ale nie stroni od romansów. Naraża się wpływowemu Molskiemu, co komplikuje jej karierę.

22.10 FILM **Niepokonani** – dram. przyg., USA/Polska/ZEA 2010, 190 min
1.20 FILM **Po miłość** – dramat obycz., 2021, 105 min
3.05 FILM **Obcy musi fruwać** – komediodramat, Pol./Niem. 1993, 140 min
5.25 **Wskrzeszenie** – etiuda filmowa, 2022

KOMEDIA OBYCZAJOWA



20.00 FILM **Brunet wieczorową porą** – Polska 1976, 125 min

W mieszkaniu Michała zjawia się niejaki Dzidek, który zaraz potem ginie w dziwnych okolicznościach. Michał chce rozwikłać zagadkę jego tajemniczej śmierci.

22.05 FILM **Poltergeist** – horror, USA/Kanada 2015, reż. Gil Kenan, 110 min
23.55 **Ekstradycja** (1, 2)
2.40 FILM **Skrzydlate świnie** – komediodramat, Polska 2010, 130 min
4.50 **Jak umierają cywilizacje 3** (1)

CINEMAX HD

14.35 FILM **Motyl i skafander** – dramat biograficzny, Francja/USA 2007, 110 min
16.25 FILM **Ad Astra: Ku gwiazdom** – film przyg., USA/Chiny/Brazylia 2019, 120 min
18.25 FILM **Mr. Deeds – milioner z przypadku** – komedia romantyczna, 2002, 95 min
20.00 P! FILM **Królowe dragu i zombie** – horror komediowy, USA 2025, 100 min
21.40 FILM **Challengers** – dramat obyczajowy, 2024, 130 min
23.50 FILM **Aniołki Charliego** – sens., USA/Niemcy 2000, 100 min
1.30 FILM **Road House** – film sensacyjny, 2024, 120 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 **Święty** (27, 28) – kom., Pol.
14.25 **Spadkobiercy** (2) – rozr.
15.25 **Co ludzie powiedzą? 2** (10) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 **Jedną nogą w grobie 6** (6) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 **Czarna Żmija 3** (6) – kom.
17.35 **Młody Sheldon** (10-12) – serial komediowy, USA
19.00 **Dwóch i pół 9** (14-17)
21.00 **Świat według Kiepskich** (4-6) – serial kom., Pol. 2012
22.30 **Co ludzie powiedzą? 2** (101) – kom., Wlk. Bryt. 1991
23.05 **Jedną nogą w grobie** (1) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 **Czarna Żmija 4** (1) – kom.
0.30 **Comedy Club 6** (3) – rozr.

SCI FI

6.55 **Bibliotekarze 3** (8-10)
9.40 **Medium 2** (21, 22) – krym.
11.30 **Zagubiona tożsamość 5** (6, 7) – serial s.f., Kan. 2014
13.20 **Przygody Merlina** (7, 8)
15.20 **Medium 3** (1, 2) – krym.
17.10 **Zagubiona tożsamość 5** (8, 9) – serial s.f., Kan. 2014
19.00 **Przygody Merlina** (9, 10)
21.00 **Nowy początek** – film FILM s.f., USA 2016, 140 min
23.20 **„Odyseja" – Jak powstaje epos?**
23.50 **Zmierzch** – film fantasy, FILM USA 2008, 150 min
2.20 **Zagubiona tożsamość 5** (8, 9) – serial s.f., Kan. 2014
4.10 **Arcadia 2** (3, 4) – serial s.f.

FX HD

7.00 **Kości** (8, 9) – serial krym.
9.00 **SkyMed** (9) – obycz., Kan.
10.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (8, 9) – serial krym.
11.55 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (10, 11)
13.45 **Agenci NCIS 8** (13, 14)
15.35 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (10, 11) – krym.
17.25 **Z archiwum X** (17, 18) – serial s.f., USA/Kan. 1995
19.15 **Agenci NCIS: Sydney** (9)
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (12, 13)
22.00 **Pociąg z forsą** – film FILM sensacyjny, 1995, 135 min
0.15 **Z archiwum X** (18) – s.f.
1.15 **Zabójcze umysły** (3-5)

FILMBOX+ ONE HD

8.05 **Zagadki kryminalne panny Fisher 2** (10)
9.15 **Panna Scarlet i komisarz 3** (5) – krym.
10.15 **Panna Marple:** FILM **Morderstwo na plebanii** – film krym., 2004, 120 min
12.15 **Hudson i Rex 4** (15, 16)
14.30 **Poirot** (2) – serial krym.
16.40 **Strażnik Teksasu** (2, 3)
18.55 **Poirot** (1) – serial krym.
20.00 **Legenda telewizji** FILM – komedia, USA 2004, reż. Adam McKay, 120 min
22.00 **Rob Roy** – przyg., USA/FILM Wlk. Bryt. 1995, 175 min
0.55 **Carrie** – horror, USA FILM 2013, 145 min

ROMANCE TV HD

12.20 **Pokój ze stajnią:** FILM **Teściowa na horyzoncie** – komedia, 2021, 115 min
14.15 **Inga Lindström:** FILM **Zapomniany ślub** – melodramat, Niemcy 2024, 110 min
16.05 **Käthe i ja: Córeczka** FILM **tatusia** – dramat obycz., Niemcy 2020, 115 min
18.00 **Górski lekarz** (186, 187)
20.00 **Statek marzeń – Oman** FILM – film obyczajowy, Niemcy 2005, 115 min
21.55 **Kto nakarmi królika?** FILM – komedia, Niemcy 2023, reż. Tim Trageser, 115 min
23.50 **Górski lekarz** (186, 187)

CINEMAX 2 HD

15.25 **Krótkie lato** – film FILM obyczajowy, Niem./Francja/Serbia 2025, 100 min
17.05 **Mikado** – dramat obycz., FILM Francja 2024, 95 min
18.40 **Uderzyć w świat z pięści** – film obyczajowy, FILM Niemcy 2025, 110 min
20.30 P! FILM **Botanik** – film fantasy, Chiny 2025, reż. Jing Yi, wyk. Ren Zihan, Eramazan Sarhet, 95 min
22.05 FILM **Kontinental '25** – komediodramat, 2025, 110 min
23.55 FILM **To jest ciało moje** – komediodramat, Hiszpania 2023, 85 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

10.30 **Lekarze na start** (25, 26)
12.00 **Zatraceni w miłości** (55)
13.00 **Sprawy pana Booka** (5)
14.15 **Agenci NCIS 17** (14)
15.10 **Panna Marple:** FILM **Morderstwo to nic trudnego** – krym., USA/Wlk. Bryt. 2008, 115 min
17.05 **Dalgliesh** (2) – serial krym.
19.00 **Agenci NCIS 17** (15)
19.55 **Poirot 5** (7) – serial krym.
21.00 **Marlow: klub zbrodni** (4) – krym., Wlk. Bryt./USA
22.00 **Morderstwo w małym mieście** (4) – krym., Kan.
22.55 **Poirot 5** (7) – serial krym.
0.00 **Agenci NCIS 17** (15)
1.00 **Sprawy pana Booka** (5)

NOVELAS+ HD

10.00 **Opowieść o wyspie** (14)
11.00 **Otchłań namiętności** (137) – telen., Meksyk 2012
12.00 **Za wszelką cenę** (107)
13.00 **Róże i grzechy** (36)
14.00 **Historia Juany** (64, 65)
16.00 **Róże i grzechy** (37)
17.00 **Za wszelką cenę** (108)
18.00 **Otchłań namiętności** (138) – telen., Meksyk 2012
19.00 **Macocha** (47) – telenowela
20.00 **Opowieść o wyspie** (15)
21.00 **Historia Juany** (65)
22.00 **Róże i grzechy** (37)
23.00 **Za wszelką cenę** (108)
0.00 **Otchłań namiętności** (138) – telen., Meksyk 2012
1.00 **Macocha** (47) – telenowela

FX COMEDY HD

11.00 **Jim wie lepiej 2** (1, 2)
12.00 **Sposób użycia 2** (14, 15)
13.00 **Wszyscy kochają Raymonda** (16-20) – kom.
15.30 **Simpsonowie 32** (19-22)
17.30 **Jak poznałem waszą matkę 5** (15-17) – kom.
19.00 **Współczesna rodzina 10** (20-22) – serial komediowy
20.30 **Współczesna rodzina 11** (1) – serial komediowy, USA
21.00 **Family Guy: Głowa rodziny 20** (18, 19) – serial animowany dla dorosłych
22.00 **Rodzina Addamsów** FILM – czarna komedia, USA 1991, 125 min
0.05 **Simpsonowie 32** (15, 16)

FILMBOX+ HITS HD

12.45 **Zadbaj o siebie** – kom. FILM romant., 2014, 105 min
14.30 **Leonie** – dram. biograf., FILM Francja/Wielka Brytania/Australia 2010, 115 min
16.25 **Pokonać górę** – dramat FILM przygodowy, 2024, 110 min
18.15 **Miłość x 3** FILM – komediodramat, USA 2020, 105 min
20.00 **Mieszkaniec** – thriller FILM s.f., Holandia 2025, reż. Hugo Keijzer, 115 min
21.55 **Autostrada złodziei** FILM – film sensacyjny, USA 2025, 100 min
23.35 **Olimp w ogniu** – thriller, FILM USA 2013, 130 min

PARAMOUNT NETWORK HD

9.25 **Policyjna grupa pościgowa 18** (4) – dok.
10.30 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (21)
11.00 **Gang Wiewiór 2** – film FILM animowany, 2017, 120 min
13.00 **Czarodziejki** (11, 12)
14.55 **Transformers: Ostatni** FILM **Rycerz** – film s.f., USA/Chiny/Kan. 2017, 190 min
18.05 **Zakręcony** – komedia, FILM USA/Niemcy 2000, 115 min
20.00 **Jestem Bogiem** – thriller, FILM USA 2011, 130 min
22.10 **Ciche miejsce 2** – horror, FILM USA 2020, 110 min
0.00 **13** – thriller, USA 2010, reż. FILM Géla Babluani, 120 min

eprasa.pl dec786d728

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD

6.30 **Snooker:** Tour Championship – mecz finałowy
8.30 **Biegi górskie:** GT World Series – Pitztal
9.00 **Kolarstwo:** Tour de Pologne – 4. etap
10.00 **Kolarstwo kobiet:** Tour de France – 6. etap
11.00 **Kolarstwo** LIVE – studio
11.30 **Kolarstwo:** Tour LIVE de Pologne – 5. etap: Opole – Kocierz Resort
16.45 **Kolarstwo kobiet:** LIVE Tour de France – 7. etap
18.00 **Kolarstwo** LIVE – studio

POLSAT SPORT 1 HD

6.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
8.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
10.00 **Siatkówka** LIVE **plażowa:** Grand Prix PGE – mecz kobiet
14.00 **Siatkówka** LIVE **plażowa:** Grand Prix PGE – mecz kobiet

W turnieju w Ustce udział bierze sześć zespołów, które na co dzień oglądamy w Tauron Lidze. Jeden z nich to Budowlani Łódź, których siatkarki sięgnęły po mistrzostwo Polski w kampanii 2025/26.

CANAL+ SPORT HD

6.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Cracovia – Pogoń Szczecin
8.20 **Speedway+** – mag.
9.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – CD Alaves
11.15 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Śląsk – Raków Częstochowa
13.45 **1 na 1 Extra** – mag.
14.55 **Speedway+** – mag.
15.40 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – CD Alaves
18.00 **Premier League Review** – mag.
19.05 **Piłka nożna:** Widzew Łódź – Legia Warszawa (sezon 1995/96)
20.00 **Super Piątek** – mag.

TVP SPORT DVB T2 HD

6.15 **Kolarstwo:** Tour de Pologne – 4. etap: Żagań – Karpacz
7.45 **Strongman:** Puchar Polski – Mielno 2026
8.45 **Kamerą TVP Sport**
9.15 **Lekkoatletyka:** Mistrzostwa świata U-20 – Oregon 2026 – 2. dzień
10.55 **Kolarstwo:** Tour LIVE de Pologne – start 5. etapu: Opole – Kocierz Resort
11.30 **Kolarstwo:** Tour de LIVE Pologne – 5. etap: Opole – Kocierz Resort
17.25 **Rajdowe Samochodowe Mistrzostwa Polski:** Rajd Polski
17.55 **Retransmisja**

ELEVEN SPORTS 1 HD

6.00 **Magazyn piłkarski**
6.40 **Najszybsze gole Bundesligi** – mag.
7.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – RB Lipsk
9.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter Mediolan – Hellas Verona
11.00 **Formuła 3:** Grand Prix Węgier
12.30 **Formuła 2:** Grand Prix Węgier
14.00 **Formuła 1:** Grand Prix Węgier
16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Bologna – Inter
18.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – RB Lipsk
20.00 **Made in Italy** (7): Juventus

DISCOVERY CHANNEL HD

6.00 **Łowcy kryształów**
7.00 **Budowa na końcu świata** – serial dok.
8.00 **Zoom na architekturę**
9.00 **Parker na złotym szlaku 2** – serial dok.
10.00 **Stacja Alaska** – dok.
11.00 **Przetrwać nad Jukonem** – serial dok.
12.00 **Porty: Hiszpania** (7)
12.30 **Nagi instynkt przetrwania: Brazylia 2** – dok.
15.00 **Złomowisko PL 7** (14) – serial dokum.
16.00 **Łowcy opali 8** – dok.
17.00 **Przemytnicy: na lotnisku** – dok.
18.00 **Polscy truckersi** (6)
19.00 **Nagi instynkt przetrwania** – dok.

20

KOLARSTWO

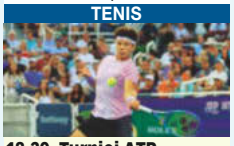


18.30 **Tour de Pologne** – 5. etap: Opole – Kocierz Resort

Na 218-kilometrowej trasie wyznaczono między innymi trzy premie lotne.

20.00 **Snooker:** Turniej Shanghai Masters – mecz finałowy
22.00 **Kolarstwo kobiet:** Tour de France – 7. etap
23.00 **Kolarstwo:** Tour de Pologne – 5. etap: Opole – Kocierz Resort
0.00 **Snooker:** Turniej Shanghai Masters – finał

TENIS



18.30 **Turniej ATP** LIVE **w Montrealu** – mecz 3. rundy gry pojedynczej

Rok temu najlepszym tenisistą imprezy w Kanadzie został Ben Shelton. Amerykanin na drodze do finału pokonał m.in. Alexa de Minaura, a w decydującym meczu ograł Karena Chaczanowa.

20.30 **Tenis:** Turniej ATP LIVE w Montrealu – mecz 3. rundy
23.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
1.00 **Boks**

PIŁKA NOŻNA



20.25 **PKO BP Ekstraklasa** LIVE – mecz: Wisła Kraków – Wisła Płock

To pierwsze spotkanie tych zespołów od sezonu 2024/25, kiedy obydwie ekipy grały na zapleczu Ekstraklasy.

22.30 **Super Piątek** – mag.
23.15 **Na pierwszym planie** (2) – dok., Pol.
0.00 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 165
3.15 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Pogoń Szczecin – Motor Lublin
5.30 **Premier League Stories** (52) – mag.

PIŁKA NOŻNA



19.55 **Betclic 1. Liga:** LIVE Polonia Warszawa – Ruch Chorzów

W ubiegłym sezonie Czarne Koszule biły się o awans do Ekstraklasy. Przegrały w półfinale baraży.

23.00 **Sportowy wieczór**
23.30 **Kolarstwo:** Tour de Pologne – 5. etap: Opole – Kocierz Resort
1.05 **Skoki do wody:** ME – Paryż 2026 – trampolina 3 m mężczyzn
2.00 **Lekkoatletyka:** MŚ LIVE U-20 – Oregon 2026 – 3. dzień

PIŁKA NOŻNA



20.25 **2. liga niemiecka:** LIVE Bochum – Hertha BSC

Spotkanie inaugurujące sezon na zapleczu Bundesligi. Poprzednie starcie tych ekip zakończyło się remisem 1:1.

22.40 **Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach** – mag.
23.30 **Ligue1 Season Review** (36) – mag.
0.40 **Made in Italy** (16, 15, 13) – mag.
1.35 **Udinese – Najbardziej polski klub we Włoszech**
2.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Roma – Lazio

DOKUMENTALNY



20.00 **Szczęki w powietrzu: USA**

Prowadzący schodzą w oceaniczne głębiny, by z bliska przyjrzeć się jednemu z najniebezpieczniejszych drapieżników na Ziemi i odkryć tajemnice, które skrywa.

21.00 **Zawodowcy** (3)
22.00 **Najniebezpieczniejszy zawód świata 22** – dok.
23.00 **Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata** (8) – reality show
1.00 **Hotrod wg Kindiga 7** – serial dok.

EUROSPORT 2 HD

14.00 **Kolarstwo kobiet:** Tour de France – 6. etap
15.15 **Kolarstwo kobiet:** Tour LIVE de France – 7. etap
18.00 **Snooker:** MŚ w Sheffield: S. Murphy – W. Yize
19.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Chamonix – speed kobiet i mężczyzn
20.00 **Kolarstwo kobiet:** Tour de France – 7. etap
20.30 **Biegi górskie:** GT World Series – Pitztal – podsumowanie
21.00 **Golf:** Wyndham LIVE Championship – 2. runda
0.00 **Kolarstwo kobiet:** Tour de France – 7. etap

POLSAT SPORT 2 HD

6.00 **Tenis:** Turniej ATP w Montrealu – 3. runda
8.30 **Tenis:** Turniej ATP w Montrealu – 3. runda
11.00 **KOTV Classics** – mag.
12.00 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Warszawie – półfinał
14.00 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Warszawie – półfinał
16.00 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Warszawie – finał
18.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
20.30 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
23.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
1.00 **Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD

8.20 **Tenis:** Turniej WTA w Toronto – mecz 3. rundy
10.40 **Tenis:** Turniej WTA w Toronto – mecz 3. rundy
13.00 **8 wspaniałych** (5, 1)
14.40 **Tenis:** Turniej WTA w Toronto – mecz 3. rundy
17.00 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Toronto – mecz 3. rundy
18.30 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Toronto – mecz 3. rundy
20.30 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Toronto – mecz 3. rundy
23.00 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Toronto – mecz 3. rundy
1.20 **8 wspaniałych** (5) – dok.
2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa

EXTREME CHANNEL HD

9.00 **Beyond The Beaten Path**
10.00 **World of X Games 2018**
11.00 **X Games – Minneapolis**
12.00 **Drift Allstars: Bust Ups & Burn Outs** (5, 6)
13.00 **IMMAF European Open**
14.00 **WWE Highlights** (73-75)
15.05 **WWE Classic Gold** (6, 9)
17.00 **KPW Kombat TV** (15, 28)
19.00 **WWE Classic Gold** (11)
20.00 **AEW Dynamite** (2630)
22.00 **PTW Wrestling** (14)
0.45 **WWE Classic Gold** (83)
1.00 **New Japan Wrestling – Highlights** (10)
2.00 **World of X Games 2018**
3.00 **Beyond The Beaten Path** (4) – serial dokumentalny

ELEVEN SPORTS 2 HD

12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – Wolfsburg
14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – Hellas
16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – 1. FC Köln
18.00 **Formuła 1:** GP Węgier
20.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – – mecz: Bologna FC – Inter Mediolan
22.00 **Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością** – dok.
22.40 **Bundesliga Special** (21)
23.45 **Najszybsze gole Bundesligi** – mag. piłkarski

DISCOVERY LIFE HD

8.15 **Szpital** (539, 540)
10.15 **Nowa Maja w ogrodzie**
11.15 **Idealna niania 5** (5, 6)
12.45 **Klinika bez tajemnic**
14.45 **Szpital** (538, 539)
16.45 **Idealna niania 5** (4-7)
19.45 **Klinika naturalnego piękna** (4) – reality show
20.15 **De Frogers: przygoda na kółkach** (5)
21.15 **Dr Pryszczylla 3** (17)
22.15 **Miłosny znak zodiaku** (4)
23.15 **Nie do uwierzenia!** (17)
0.15 **Sekrety lekarzy** (6)
1.15 **Wycieczkowiec** (10)
2.15 **Druga twarz 3** (4) – rozr.
3.15 **Szpital** (388, 389)
5.15 **Klinika urody** (4) – mag.

POLSAT SPORT FIGHT HD

13.35 **Z archiwum ESPN** – mag.
14.25 **Boks:** Babilon Boxing Show w Ożarowie Mazowieckim: A. Jędrzejczyk – H. Connart
16.35 **K.O. TV Weekly** (32)
17.05 **Sporty walki:** FEN 54 w Pile: Gracjan Wyrośląk – Maksim Grabovich
18.50 **Sporty walki:** Thunderstrike Fight League 34 w Przytyku – walka: Karol Skrzypek – Kamil Szymuszowski
20.55 **Boks:** Rocky Boxing Night w Kościerzynie – waga ciężka: K. Meyna – A. Wright
23.10 **Sporty walki:** Babilon MMA 57 w Ciechanowie

POLSAT SPORT 3 HD

11.00 **Piłka ręczna plażowa:** MP – Tczew 2026
12.00 **Piłka ręczna plażowa:** MP – Tczew 2026
13.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
15.30 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
18.00 **Piłka ręczna plażowa:** MP – Tczew 2026
19.00 **Piłka ręczna plażowa:** MP – Tczew 2026
20.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
22.30 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD

8.30 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: Polonia Bydgoszcz – Polonia Piła
11.15 **Speedway+** – mag.
12.00 **Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga** – mag.
12.50 **Liga+ Extra** – mag.
15.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Motor Lublin – Jagiellonia Białystok
17.30 **Speedway+** – mag.
18.05 **Żużel:** PGE Ekstraliga: Unia Leszno – GKM Grudziądz
21.00 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 165
0.15 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Pogoń Szczecin – Motor Lublin

ELEVEN SPORTS 4 HD

14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: 1. FC Köln – Eintracht Frankfurt
16.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Paris FC – Lens
18.00 **Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością** – dok.
18.30 **Ligue 1 Show** (35) – mag.
19.00 **Made in Italy**
20.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: Sporting CP – CD Tondela
22.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Milan – Cagliari
0.00 **Piłka nożna:** 2. liga niemiecka – mecz: VfL Bochum – Hertha BSC

ELEVEN SPORTS 3 HD

14.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Monaco – Lens
16.00 **Bundesliga Special** (21)
16.55 **Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach** – mag. piłkarski
17.30 **Made in Italy** (19, 20)
18.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Genoa CFC – AC Milan
20.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: 1. FC Köln – Eintracht Frankfurt
22.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Olympique Marsylia – Lens
0.00 **Podróż do świata Calcio** – magazyn piłkarski

CANAL+ DOKUMENT HD

10.05 **Polska z góry 5** (7-9)
11.35 **Cztery pory roku w Japonii** (3, 4) – dok., Jap.
13.35 **Agnieszka Radwańska. Anatomia zwycięstwa**
15.10 **Lili** – film dokum., Pol. 2021
16.30 **Charlie Chaplin: duch włóczęgi** – film dokum.
18.05 **Prawda czy fałsz. Psychologia trumpizmu**
19.40 **Rum i rewolucja. Historia Hawany** – dok.
20.30 **Triumf i upadek. Historia Michaela Jacksona** (1-4) – serial dok.
0.05 **Becoming Madonna**
1.45 **O co biega?** (1) – mag.
2.20 **Czarna domena** (3, 4)

eprasa.pl dec786d728

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Jak to jest zrobione?** – serial dokumentalny, Kanada
8.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny, USA 2019
11.00 **Niemiecka budowlanka** (2, 3) – program rozrywkowy
13.00 **Kosmiczna mapa skarbów** – serial dokumentalny, USA 2018
15.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny, USA 2020
18.00 **Jak to jest zrobione?** – serial dokumentalny, Kanada 2013-2014

ID HD

6.00 **Śmierć w cieniu stadionu 2** – serial kryminalny, USA
8.00 **Mroczne sekrety Ameryki** – cykl dokumentalny, USA
10.00 **Zbrodnia w sąsiedztwie 2** – serial dokumentalny
12.00 **Taśmy zbrodni** – serial dokumentalny
14.00 **Celnicy na straży Europy 4** (7, 15, 8, 16) – serial dok., Hiszpania
16.00 **Przerwana sielanka** – serial dokumentalny
18.00 **Krwawe tajemnice** – serial paradokum.
20.00 **Prawdziwy koszmar z ulicy Wiązów** – serial dokumentalny

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

8.00 **Car S.O.S.** (1) – dok.
9.00 **Uwaga, katastrofa!** (6) – serial dok., Kan.
10.00 **Porzucone konstrukcje** (4)
11.00 **Plemienna szkoła przetrwania: Amazonia** (1) – dok.
12.00 **Pogodowe anomalie** (1) – dok.
13.00 **Kataklizmy pogodowe** (1, 2)
15.00 **Katastrofa w przestworzach** (7)
16.00 **Egipt: Miejsce pełne tajemnic: Tajemnice zapisane w kościach** (1) – film dokum., USA 2026
17.00 **Sekrety starożytnej medycyny** (5) – serial dokumentalny

FOKUS TV DVB T2

6.05 **48h. Zaginieni** (5)
7.00 **Była sobie Ziemia**
8.55 **Wehikuł czasu** (807)
9.00 **Starożytni kosmici** (4) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (2, 3) – reality show
12.00 **Tajemnice II wojny światowej** (5) – dok.
13.00 **Poszukiwacze historii** (11, 12) – dok.
14.00 **Łowcy nazistów** (13)
15.00 **Truckersi przez Australię** (5) – dok.
16.00 **Dorwać łuńczyka** (8, 9) – serial dok., USA
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (6, 7) – serial dokum.
20.00 **Kosmos – niewyjaśnione tajemnice starożytności** (1)

TVP HISTORIA DVB T2

6.10 **Fake czy historia?**
6.50 **Zakochaj się w Polsce** (65-67)
8.25 **Flesz historii**
9.00 **Kolumbowie** (2)
10.05 **„Czas honoru. Powstanie" – na planie serialu**
10.30 **Plaże Europy** (6)
11.35 **Gdziekolwiek będę... (film o Marku Grechucie)**
12.35 **Tutanchamon: życie, śmierć i dziedzictwo** (2)
13.35 **Królowie** (75) – hist.
14.10 **Czterej pancerni i pies** (18) – wojenny
15.20 **Sensacje XX wieku**
17.40 **Kolumbowie** (3)
18.50 **Wszystkie kolory świata** (9) – dok., Fr.

HISTORY HD

13.05 **Starożytni kosmici 17** (8) – dok.
14.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 3** (4) – serial dok., USA
14.50 **Największe tajemnice świata 7** (1) – dok., USA
15.45 **Gwiazdy lombardu 13** (6)
16.15 **Jak to wyjaśnić? 4** (3) – serial dok., USA
17.10 **Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2** (20) – dok.
18.10 **Największe tajemnice świata 7** (7) – serial dok., USA
19.05 **Starożytni kosmici 16** (8) – dok.
20.00 **Starożytni kosmici 17** (8) – dok.

DOKUMENTALNY



21.00 **Poszukiwacze dinozaurów**

Clay wraca do Montany. Liczy, że czekają tam na niego cenne znaleziska. Mike i jego ekipa kontynuują wykopaliska w miejscu znalezienia skamieniałości triceratopsa.

23.00 **Tesla: Niebezpieczny umysł** – serial dokum.
1.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny
5.00 **Kosmiczna mapa skarbów:** Związki z Kolumbem – serial dokumentalny, USA

DOKUMENTALNY



21.00 **Premiera: Zabójczy blond 2:** Zły lek – USA 2025

W 2015 roku początkujący raper Daeveion marzy o sławie i uznaniu. Podejmuje coraz bardziej ryzykowne decyzje. Wpada w tarapaty.

22.00 **Mroczne sekrety Playboya 3** – serial dokum., USA 2024
23.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet: uciekłam seryjnemu mordercy** – dok., USA
0.00 **Koleżanki na zabój**
1.00 **Zabójczy blond 2**

DOKUMENTALNY



18.00 **II wojna światowa: Ukryta prawda** (6, 3)

Specjaliści analizują przebieg serii walk o las Hürtgen w okresie od 19 września 1944 do 10 lutego 1945 roku.

20.00 **Katastrofa w przestworzach** (2) – serial dok.
21.00 **II wojna światowa: Historia przed trybunałem** (3, 4)
23.00 **Norymberga: Zaginione zeznania**
0.00 **Wcielenia zła** – dok.
1.00 **II wojna światowa: Historia przed trybunałem** (3)

DOKUMENTALNY



21.00 **Premiera: Koloseum** (3) – Wielka Brytania 2022

Rozwój Cesarstwa przyniósł wzrost liczby egzotycznych zwierząt, które zabawiają tłumy w Koloseum. Widzowie przekonają się, czy mistrz bestii Karpofor przetrwa pojedynek z dzikimi stworzeniami.

22.00 **Naziści: ściśle tajna nauka** (1, 2) – dok.
0.00 **Świat według Kim Dzong Una** – film dokum., Francja 2022
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (43-46) – serial dok.
5.00 **Kołowrotek** (8, 9)

DRAMAT WOJENNY



20.00 **Miasto 44** – Polska FILM 2014, 130 min

Rok 1944. Zakochani w sobie Stefan i Alicja działają w konspiracji. Podczas walk o Warszawę ich miłość zostaje poddana poważnej próbie.

22.10 **Historia w postaciach zapisana** – cykl dok.
0.10 **Sensacje XX wieku** – program historyczny
2.05 **Czterej pancerni i pies** (18) – serial wojenny, Polska 1970
3.10 **Les Milles** – dramat FILM wojenny, Fr./Niem./Polska 1995, 107 min

DOKUMENTALNY



21.00 **Wojownicy wszech czasów** (5) – USA 2026

Spartanie uchodzą za jednych z najpotężniejszych żołnierzy w historii. Ich skuteczność wynikała z bezwzględnej dyscypliny oraz podporządkowania życia służbie wojskowej.

22.00 **Starożytni kosmici 17** (8) – dok.
23.00 **Jak to wyjaśnić: tajemnice UFO** (2) – serial dok., USA
23.55 **Jak to wyjaśnić? 5** (13) – serial dok., USA
0.50 **Starożytni kosmici 17** (8) – dok.

DISCOVERY HISTORIA HD

9.00 **Polscy szpiedzy** (2) – dok.
10.00 **Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki**
11.00 **Militaria na warsztat** (2)
12.00 **Muzealne tajemnice**
14.00 **Łowcy staroci: Renowacje** (18, 19) – dok.
16.00 **Perełki na warsztat**
18.00 **Łowcy staroci** – dok.
20.00 **Zoom na architekturę**
22.00 **Maraton przetrwania**
0.00 **Na tropie legendarnych potworów** – serial dok.
2.00 **Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki**
3.00 **Mikroprzygoda** (9) – dok.
4.00 **Pasja – sposób na życie**
5.00 **Łowcy staroci** (7) – dok.

PLANETE+ HD

12.35 **360° Świat bez granic**
13.40 **Ocalić raj** (4) – serial dok.
14.45 **Zdrajcy/Patrioci** (5) – dok.
15.50 **Niezwykłe podróże koleją 12** (2) – serial dok.
16.55 **Świat z góry** (4, 5) – dok.
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4**
18.40 **Od 0 do 9. Wielka historia liczb** (3) – dok., Fr.
19.45 **Tutanchamon: wielkie odkrycie** – film dokum., Fr.
21.00 **1874. Narodziny impresjonizmu** – film dok.
22.50 **Parada równości**
23.10 **Planeta Seks** (5) – dok.
0.15 **Niezwykłe podróże koleją 12** (3) – serial dok.
1.25 **Polska z góry 5** (5) – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

8.00 **W świecie szympansów**
9.00 **Niezwykły dr Pol**
12.00 **Zwierzaki w amoku** (3)
13.00 **Wielka piątka Afryki**
14.00 **Olbrzymy z głębin** – dok.
15.00 **Wrogi świat** (4) – dok.
16.00 **Chiny: ukryte królestwa**
17.00 **Kraina rysia iberyjskiego** (1) – dok.
18.00 **Parki Narodowe Ameryki** (5) – serial dok.
19.00 **Dzika konfrontacja** (5)
20.00 **Zabójcze safari** (2) – dok.
21.00 **Niezwykły dr Pol**
2.00 **Dzika Afryka Południowa** (2) – dok.
3.00 **Olbrzymy z głębin** – dok.
4.00 **Wrogi świat** (4) – dok.

POLSAT VIASAT NATURE HD

8.50 **Wielkie rzeki** (4) – dok.
9.55 **W okowach mrozu 4** (4)
10.50 **Wulkany: odliczanie** (4)
11.55 **Drapieżniki** – serial dok.
12.55 **W okowach mrozu 4** (4)
13.50 **Wulkany: odliczanie** (1)
14.55 **Wielkie rzeki** (4) – dok.
16.00 **W okowach mrozu 4** (4)
16.55 **Dzikie tajemnice Chin**
17.55 **Dzienniki jaguara** (5)
19.00 **Wielkie rzeki** (4) – dok.
20.00 **W okowach mrozu 4** (5)
21.00 **Śpiące olbrzymy: wulkany Europy** – dok.
22.10 **Drapieżniki** – serial dok.
23.05 **W okowach mrozu 4** (5)
0.00 **Wulkany: odliczanie** (1)
1.05 **Wielkie rzeki** (4) – dok.

BBC EARTH HD

10.05 **Życie na pustkowiu 7** (9)
11.05 **Wędrówki z dinozaurami** (5) – dok.
12.10 **Malownicze trasy kolejowe 5** (9) – serial dok.
13.10 **Wielkie koty 24/7 2** (6)
14.25 **W okowach mrozu 5**
16.25 **Sekretne życie ogrodu**
17.30 **Wielkie koty 24/7 2** (6)
18.45 **Malownicze trasy kolejowe 5** (10) – dok.
19.45 **Wietnamskie przygody Billa Baileya** (3) – dok.
20.55 **W okowach mrozu 6**
22.55 **Na krawędzi katastrofy** (6) – serial dok., Wlk. Bryt.
23.55 **Zabójcza pogoda 5** (9)
1.00 **Wielkie koty 24/7 2** (6)

ANIMAL PLANET HD

13.00 **Irwinowie – następne pokolenie 2** – serial dok.
14.00 **Resocjalizacja z pitbullem 7** – serial dok.
15.00 **Kot z piekła rodem**
17.00 **Na tropie wymarłych gatunków** – serial przyrod.
18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych** – serial dok.
19.00 **Cztery kąty, cztery łapy** – serial dokumentalny, USA
20.00 **Podwodni mordercy**
21.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
22.00 **Projekt akwarium** – dok.
23.00 **Resocjalizacja z pitbullem 7** – serial dok.
0.00 **Alaska: Ostatni przystanek** – serial dok.

TVP DOKUMENT HD

13.50 **Krainy cudów natury** (3)
14.50 **Fascynujące migracje** (4)
15.55 **Zdumiewające ciało człowieka** (2) – film dok.
16.55 **Pociągiem dookoła świata** (10) – cykl dokum.
17.50 **Sanatorium miłości 7** (8)
18.45 **Kiedy umilknie wiatr**
20.00 **Z ust royalsów** (3)
20.50 **Lasy północnej Europy**
21.05 **Plaże Europy** (5)
22.10 **Śmierć w drodze do domu** – dok., Wlk. Bryt.
23.20 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
23.30 **Achille Lauro: statek w rękach terrorystów**
0.40 **Sanatorium miłości 7** (7)

POLSAT DOKU HD

8.15 **48h. Zaginieni** (166, 167)
10.15 **Polacy za granicą** (61, 62)
12.20 **Wojny kontenerowe 2**
13.20 **Koloseum** (1, 2) – dok.
15.20 **Rycerze przestworzy** (1)
16.30 **Bitwy morskie – historia okrętów wojennych** (1)
17.30 **Podglądacze przyrody**
19.35 **Cuda oceanu** (1, 2) – dok.
20.50 **Dzikie psy** (1) – serial dok.
22.00 **Najwyższe góry świata. Życie nad chmurami** (1)
23.10 **Świat z góry** (7, 8) – dok.
0.25 **Kroniki Hitlera** (13) – dok.
1.30 **Tajemnice II wojny światowej** (23) – dok.
3.05 **Tajna historia XX wieku** (81, 82) – serial dokum., Pol.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

14.15 **Australijscy poszukiwacze złota 8**
16.10 **Ciężarówką po lepsze życie** (6) – serial dokum.
17.10 **Bohaterowie z St. John's 2** (4) – serial dok.
18.10 **Złoto Jukonu 2** – dok.
19.00 **Australijscy poszukiwacze złota 9**
21.00 **Największe budowle 3**
22.00 **Australijscy poszukiwacze złota 10**
23.00 **Katastrofy w przestworzach 3** (9)
0.00 **Nago, samotnie i do domu daleko** (5)
1.05 **Australijscy poszukiwacze złota 10**

POLSAT VIASAT HISTORY HD

10.55 **Tajne bazy nazistów** (4)
11.55 **Majowie: wojna pięciu królestw** (1-4) – serial dok.
16.30 **II wojna światowa: cena imperium** (10) – serial dok.
17.35 **Największe postaci zimnej wojny 2** (4) – dok.
18.50 **Machu Picchu: kamienne miasto** – dok.
19.50 **Wojny faraonów** (4) – serial dok., Francja 2024
21.05 **Najgroźniejsi ludzie Hitlera** (10) – serial dokum.
22.05 **Sisi: zabójstwo cesarzowej** – dok., Niem.
23.05 **Tajne bazy nazistów** (5)
0.00 **Majowie: wojna pięciu królestw** (1-4) – dok., Fr.

CI POLSAT HD

14.10 **Dla mnie już nie żyjesz**
15.05 **Zabójcze wakacje** (12)
16.00 **Pogrzebani za domem 6**
17.00 **I nie opuścisz mnie aż do śmierci 3** (2) – dok.
18.00 **Polskie zabójczynie 2**
19.00 **Ktoś ma coś do ukrycia** (5) – serial dok., Wlk. Bryt.
20.00 **I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5** (20) – dok.
21.00 **Nastoletnie polskie zabójczynie** (1, 2) – dok.
22.00 **Najbardziej szokujące przypadki sądowe 8**
23.00 **Najbardziej szokujące pościgi 2** (5, 6) – serial dok.
23.55 **Kobiety, które niosły śmierć 13** (7) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 **Walka o bagaż** (8-11)
10.10 **Kulinarne podróże z Guyem Fierim** (10-13)
12.15 **Megaładunki** (7, 8) – dok.
14.20 **Człowiek kontra jedzenie** (12) – mag. kulin.
14.55 **Niezwykłe Stany Prokopa** (2, 3) – pr. rozr.
16.55 **Tropicielki rodzinnych historii** (3, 4) – serial dok.
18.55 **Survival we dwoje** (4, 5)
21.00 **Nagi instynkt przetrwania** (7, 8) – dok.
23.05 **Kobieta na krańcu świata** (6-8) – serial dok.
0.50 **Megaładunki** (7, 8) – dok.
2.50 **Tropicielki rodzinnych historii** (3, 4) – serial dok.

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

eprasa.pl dec786d728

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

12.10 Chichot losu (2, 3)
13.50 Polonia 24 Tygodnik
15.00 Serwis Info – pr. inf.
15.10 Wszystko przed nami (98) – obycz.
15.40 Słowo daję! – mag.
15.50 Dlaczego krowa...
16.00 Wyszyński. Wróg nr 1 – dok., Pol. 2020
17.00 Teleexpress
17.20 Gra słów. Krzyżówka (1079)
17.50 Teleexpress Extra
18.15 Stacja Arktyka
18.45 Panorama
19.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu (7)
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – publ.
20.10 Sport, pogoda

TVP ROZRYWKA

6.40 Gra słów. Krzyżówka (1091)
7.10 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin.
8.20 Familiada – telet.
8.55 Va banque (961)
9.25 Koło fortuny (1998)
10.05 Makłowicz w podróży – mag.
10.45 Postaw na milion
12.40 Familiada – telet.
13.15 Czterdziestolatek (3) – obycz., Pol. 1974
14.15 Pan Mama (44, 45) Miras i Bruno sprzedają ten sam produkt wszystkim sąsiadom, którzy czekają na tanią dostawę z Chin.
15.35 Tak to leciało! (75)
16.35 Do śmiechu! (3)
17.25 Va banque (962)

POLSAT CAFÉ

6.05 Demakijaż (23-26) – program rozrywkowy
8.00 halo tu polsat cafe (12) – magazyn poradnikowy
11.05 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (10) – reality show
13.00 Oszukane (10) – serial paradokum., Pol. 2015
14.00 Komisarz Mama (5) – serial kryminalny, Polska 2021
15.00 Bogaty dom – biedny dom (127) – reality show
15.55 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (70) – reality show
18.00 Nasz nowy dom (274, 275) – reality show, Polska

TV 4

6.00 Strażnik Teksasu (3, 4) – sens., USA 1993
7.55 Bogaty dom – biedny dom (107)
8.55 Policjantki i Policjanci (550, 551) – serial obycz., Polska
10.55 Na ratunek 112 (1148, 1149) – paradok.
11.55 Dlaczego ja? (1577, 798) – paradok.
13.55 Trudne sprawy (818-820) – paradok.
16.55 Policjantki i Policjanci (1419) – serial obycz., Polska
18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (537) – reality show
19.00 Policjantki i Policjanci (1420) – serial obycz., Polska

TTV HD

10.35 Detektywi (67, 68)
12.35 Zakup w ciemno 4 (20) – reality show
13.35 Zakup w ciemno 6 (17) – reality show
14.35 Nic do zgłoszenia 5 (4) – serial dokum., Pol.
15.35 Złomowisko PL 6 (10) – serial dokum.
16.45 Express – pr. inform.
16.58 Pogoda, sport
17.05 Usterka 14 (18)
17.45 Życie na kredycie 8 (17, 18) – reality show
18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 16 (9)
19.45 Express – pr. inform.
20.05 Zakup w ciemno 6 (18) – reality show
21.05 Zakup w ciemno extra (10)
21.45 Express – pr. inform.

TVN STYLE HD

5.20 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (3) – reality show
5.55 Ach, ten ślub! (8) – program rozrywkowy
6.50 Damy i wieśniaczki. Ukraina 7 (18) – serial fab.-dokum.
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.25 Ugotowani (9, 10) – pr. kulin.-rozrywk.
13.30 Kuchenne rewolucje (5, 15-ost.) – program rozrywkowy
15.35 Zgłoś remont 11 (1) – program rozrywkowy
16.35 Pary młode ponad miarę (5) – pr. rozr.
17.40 Kuchenne rewolucje (13, 6, 11) – program rozrywkowy

20

OBYCZAJOWY



20.25 Echo serca (8) – Polska 2019

Pacjentka oskarża Szymona o molestowanie. Magda zauważa jej dziwne zachowanie. Prosi Thomasa o konsultację. Okazuje się, że kobieta ma rozległego guza mózgu.

21.15 Na sygnale (655, 656) – serial fab.-dokum.
22.15 63. KFPP w Opolu – Superjedynki. 40-lecie Teleexpresu (2) – koncert
23.15 Panorama
23.45 Matki, żony i kochanki (21)
0.40 Rodzinka.pl (276)

MAGAZYN KULINARNY



19.10 Okrasa łamie przepisy

Tematem odcinka są sosy ze świeżych ziół. Prowadzący przybliża ich rolę w kuchni. Przygotowuje sałatkę z dorsza z sosem z kolendry oraz pierś kurczaka z bazylią.

19.40 Makłowicz w podróży – mag.
20.15 Postaw na milion
22.10 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (49) – pr. rozr.
22.55 Kabaret Letnią Porą (20) – pr. rozrywk.
23.55 Do śmiechu! (5)

ROZRYWKOWY



20.00 Kolacja w ciemno (51) – Polska

Szukająca miłości bohaterka otrzymuje różne wersje menu od pięciu samotnych mężczyzn. Wybiera spośród nich trzy propozycje i spotka się z ich autorami.

21.05 Więzienie kobiet (108, 109) – serial dokumentalny, Polska
22.00 Gry małżeńskie (207, 94, 95) – reality show
1.05 Więzienie kobiet (85-88) – serial dokum.
3.00 Zdrady (22-24) – serial paradokum.

ROZRYWKOWY



20.00 Gwiazdy Kabaretu (179, 157) – Polska

Kabaret Ciach zaprezentuje skecze: „Mąż wybiera", „Otochłopto", „Dzień kobiet" i swoją wersję numeru Stanisława Tyma pt. „Baba bije chłopa".

22.00 Leon zawodowiec FILM – dram. sens., Francja/USA 1994, 140 min
0.20 STOP Drogówka
1.20 Love Island. Wyspa miłości (49)
2.25 Hardkorowy lombard 4 (40) – dok.
2.55 Śmierć na 1000 sposobów (12) – dok.
3.25 Lubię disco!

ROZRYWKOWY



22.00 99 – Gra o wszystko. VIP 6 (4)

Uczestnicy muszą zjeść surowy makaron i zmierzyć się z ośmiokilogramową galaretką. Potem zawalczą o snopek siana, czeka ich także wiosłowanie na suchym lądzie.

23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (9, 10) – pr. rozrywk.
1.00 Diabelnie boskie 3 (1, 2) – reality show
1.55 Damy i wieśniaczki. Za granicą 2 (11, 12) – serial fab.-dokum.
3.55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (522)

REALITY SHOW



20.50 Bitwa o gości (1)

Justyna i Olaf zapraszają przedstawicieli konkurencji do domków na wodzie pod Krakowem. Kasia prowadzi wraz z Andrzejem agroturystykę ze stadniną koni.

21.50 Jestem z Polski 16 (16) – serial dokum.
22.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9
0.15 Mroczne sekrety małżeńskie (5) – dok.
1.20 Dorota was urządzi! (3) – program rozrywk.
2.05 Nieoczywiste miejsca (2) – dok.

TVP HD HD

8.55 Ojciec Mateusz 25 (325, 326) – krym., Pol. 2021
10.45 Gra słów. Krzyżówka
11.20 Na sygnale (712, 713)
12.25 Ojciec Mateusz 8 (107)
13.20 Komisarz Alex 6 (71)
14.15 Ranczo 3 (37, 38) – obycz.
16.10 Postaw na milion – telet.
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 27 (350)
19.20 Ranczo 3 (29) – obycz., Pol.
20.10 Rodzinka.pl (218, 219)
21.25 Ojciec Mateusz 34 (441)
22.20 Dzień Patriotów – thriller, FILM Hongkong/USA 2016, reż. Peter Berg, 140 min
0.40 Krew z krwi (1-3) – sens.

TVS HD

10.50 Wochenblatt TV – pr. inf.
11.10 Dzisiaj w regionie – inf.
11.15 Pogoda
11.25 Muzyczne dzień dobry
12.35 Klachy i Lachy – pr. rozr.
13.35 Hansi Hinterseer zaprasza – pr. rozrywk.
18.00 Koncert życzeń
19.05 Muzyczne lato – pr. muz.
19.55 Rosamunde Pilcher: FILM **Kobieta na klifie** – melodramat, Niemcy 2013, 120 min
21.55 Rosamunde Pilcher: FILM **Stare serca nie rdzewieją** – melodramat, Niemcy 2013, 85 min
23.20 Szlagierowa lista – muz.

ZOOM

8.05 Strażnik Teksasu 2 (2, 3) – serial sensacyjny, USA
10.00 MacGyver 4 (6, 7) – sens.
12.05 Sekrety starożytnej inżynierii (2) – serial dok.
13.25 Sensacje XX wieku (8, 9)
15.45 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
18.00 FBI 4 (4, 6) – serial krym.
20.00 Kobra – oddział specjalny 25 (5, 6) – sens.
22.00 Hity polskiego kabaretu 7 (8) – pr. rozr.
23.00 Magia nagości. Włochy
0.20 Magia nagości: Szwecja 2 (3) – pr. rozr.
1.20 Magia nagości. Polska – Najsmaczniejsze kąski

TLC HD

13.00 Cztery żony i mąż 12
15.00 Wiza na miłość: dalsze losy, pościelowe rozmowy 9 – reality show
16.00 Historie wielkiej wagi – serial dokumentalny, USA
18.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 7
20.00 Baylen – życie na głos 3 (9) – serial dokumentalny
21.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 6
22.00 Jay i Pamela
23.00 Dr Pryszczylla – kulisy 5 (3) – serial dokumentalny
0.00 Dr Pryszczylla 2 (1) – dok.
1.00 Baylen – życie na głos 3 (9) – serial dokumentalny

C+ KUCHNIA HD

14.50 U sąsiadów w kuchni 11 (1, 2) – serial dokumentalny
15.55 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2 (4)
16.10 Jakubiak rozgryza Polskę (2) – magazyn kulin.
16.40 Jamie Oliver nad Morzem Śródziemnym
17.35 Po prostu Jamie: szybko i łatwo (5) – magazyn kulin.
18.30 Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę (3)
18.55 M jak mięso 5 (1) – dok.
19.25 Gotuj taniej z Jamiem
21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 10
23.55 Po prostu Jamie: szybko i łatwo (3) – mag. kulin.

TVN TURBO HD

8.20 Nic do ukrycia (7) – dok.
9.20 Samochód marzeń – kup i zrób (8) – mag.
10.15 Ciężarówką przez Indie
11.15 101 napraw (4, 5) – mag.
12.15 Jeździć, obserwować (2)
13.00 Mobilni mechanicy (5, 6)
14.30 Zawodowi handlarze
16.00 Wojny magazynowe 15
18.00 Raport Turbo – mag. inf.
18.15 Moto kombat (11-13)
20.30 Duda kontra Szafrański (8, 9) – program rozrywk.
22.00 Raport Turbo – mag. inf.
22.15 Wojny samochodowe (11, 12) – program rozrywk.
0.10 Niebezpieczne dzielnice (11, 12) – serial dokum., Pol.

NOWA TV

9.30 Całkiem nowe lata miodowe (5, 8) – kom.
10.30 Więzienie (13-15) – dok.
12.00 Poirot (10, 1) – serial krym.
14.00 Świat według Kiepskich (397, 398) – kom., Pol. 2012
15.00 Świat według Bundych (238-243) – serial kom., USA
18.00 Całkiem nowe lata miodowe (2) – kom., Pol.
18.30 Miodowe lata (112-114)
21.00 Zdrady (30) – paradok., Pol.
22.00 Ślad (64, 65, 103) – krym.
1.00 Łowca pedofilów
3.00 TV okazje (40, 41)
3.50 Wehikuł czasu (807, 806)
4.00 Sala operacyjna (1, 7)
5.00 Pod lupą (6, 7) – magazyn

METRO

8.30 Szpital (830, 831)
10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (399, 400)
12.30 SOS Ekipy w akcji (52)
13.30 Brzydula (75, 76) – kom.
14.40 Kiedy ktoś kocha bardziej (37) – obycz.
15.50 Magda M. (13) – obycz.
16.55 Idź na całość (5) – pr. rozr.
18.00 Złomowisko PL 6 (13)
19.00 Kartoteka 5 (9) – fab.-dok.
20.05 Akademia policyjna 5: FILM **Misja w Miami Beach** – kom., USA 1988, 120 min
22.05 Szeregowiec Ryan FILM – dramat wojenny, USA 1998, 205 min
1.30 Szpital (819) – paradok.

ANTENA HD

14.05 Klątwa Wyspy Dębów 3
15.00 Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw
16.00 Australijscy poszukiwacze złota 6 (5, 6) – serial dok., Australia
18.00 77 TV 4 (18, 22) – pr. rozr.
20.00 Morderstwa we Francji FILM **– Wyspy Leryńskie** – dramat kryminalny, Francja 2023, 120 min
22.00 Morderstwa we Francji FILM **– Saint Martin** – dramat krym., Fr. 2024, 120 min
0.00 Morderstwo w rocznicę FILM **ślubu** – film kryminalny, USA 2020, 105 min
1.45 Zagłada Ziemi – film dok.

WP

12.00 Wariaci za kierownicą 6
13.00 Makłowicz w podróży
14.05 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (22, 23)
16.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2 (7)
16.55 Pogoda
17.00 Tajemnice Brokenwood 6 (3) – krym.
19.00 Strażacy z sąsiedztwa
20.00 Policjanci w akcji (5, 6)
21.50 Pogoda (96) – pr. inform.
22.00 Mistrzowie Kabaretu 13 (3) – program rozrywkowy
23.00 Przebojowe kabarety (2)
0.00 Mistrzowie Kabaretu 17 (3) – program rozrywkowy
1.00 Mistrzowie Kabaretu 8

C+ DOMO HD

13.05 Cuda z drewna (6)
14.05 Wakacyjne domy na wynajem (13)
15.00 Pomocy! Kupiliśmy wioskę (20) – serial dok.
15.55 Przekopiemy Ci ogródek (6, 7) – dok., Pol.
16.50 Gardeners' World 14 (29)
18.00 Ucieczka na wieś 22 (34)
19.00 Wielkie projekty: Nowa Zelandia (6) – serial dok.
20.00 Daleko od miasta 15
21.00 Wakacyjne domy na wynajem (14) – dok.
21.55 Wielkie projekty: Australia 11 (5) – dok.
23.00 Domy na krańcu świata (3) – serial dok., Wlk. Bryt.

HGTV HD

8.00 Poszukiwacze domów: Australia (11, 12) – dok.
9.00 Remontujemy dom na plaży 7 (9) – pr. rozr.
9.55 Letnia chata na lata 12
11.55 Usterka 11 (15) – fab.-dok.
12.35 Usterka 10 (6) – fab.-dok.
13.05 Moje miasto, mój dom 9
15.10 Mieszkanie na miarę 2
17.05 Polowanie na ogród 3
18.20 Weekendowa metamorfoza (5, 6) – rozr.
20.10 Będzie pięknie (5) – rozr.
21.10 Zgłoś remont 4 (9) – rozr.
22.05 House Hunters – Poszukiwacze domów 10 (4-7) – pr. rozr.
0.20 Usterka 11 (11, 13, 17)

eprasa.pl dec786d728

P! Premiera w TV

STACJE DZIECIĘCE

STACJE INFORMACYJNE

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (336) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (969, 970) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 **Sekrety rodziny** (50-52) – serial paradokum., Pol. 2018
11.30 **Trudne sprawy** (971) – serial paradokum., Pol. 2020
12.30 **Dlaczego ja?** (1392, 1393) – serial paradokum., Pol. 2024
14.30 **Świat według Kiepskich** (51-55) – serial komediowy, Polska
17.00 **48h. Zaginieni** (199, 200) – serial kryminalny, Pol. 2023

SUPER POLSAT DVB T2

6.45 **SuperLudzie Extra** (48) – magazyn
7.00 **Na ratunek 112** (753, 754) – paradok.
8.00 **Doktor Martin** (19, 20) – serial obycz.
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **Świat według Kiepskich** (430, 431)
11.35 **Twoja Twarz Brzmi Znajomo** (168) – rozr.
13.30 **Bitwa o palety** (1)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (5) – reality show
16.00 **Ninja Warrior Polska** (29)
17.55 **Świat według Kiepskich** (458, 459)
18.55 **Rolniczki** (17) – dok.
20.00 **Kolacja w ciemno** (23) – pr. rozrywk.

TV 6 DVB T

6.00 **Więzienie** (202, 203)
6.55 **Policjantki i Policjanci** (749, 750) – serial obycz., Polska
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (68, 69) – serial sens., Niemcy
10.55 **48h. Zaginieni** (208-210) – krym., Pol.
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1220) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (85, 86) – serial krym., Polska
15.55 **Kobra – oddział specjalny** (70, 71) – serial sens., Niemcy
18.05 **Strażnik Teksasu** (1, 2) – serial sens.
20.05 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (81, 82) – serial krym.

BBC FIRST HD

6.00 **Z pamiętnika położnej 10** (3) – serial obyczajowy
6.50 **Ulica nadziei 3** (3, 4) – krym., Wlk. Bryt. 2023
8.45 **Lewis 8** (1) – krym.
9.45 **Ojciec Brown 2** (10)
10.45 **Śmierć pod palmami 5** (1) – krym.
11.55 **Z pamiętnika położnej 10** (3)
13.00 **Ulica nadziei 3** (5, 6)
15.00 **Ojciec Brown 9** (9) – krym., Wlk. Bryt. 2021
16.00 **Lewis 8** (1) – krym.
17.00 **My Life is Murder** (5) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 14** (4) – serial kryminalny
19.55 **Śmierć pod palmami 5** (2) – krym.

TVP ABC DVB T2

9.30 **Domisie** – dla dzieci
10.00 **Ugotuj nam bajkę**
10.20 **Przygody Bolka i Lolka** (11, 12) – anim.
10.45 **Rodzina Treflików**
11.10 **Odo** (20-22) – anim.
11.35 **Stacyjkowo** (63, 64)
11.55 **Pszczółka Maja** (42)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
13.00 **Kocie kalamburki**
13.20 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
13.45 **Świnka Peppa**
14.10 **Henrietta** (7, 8)
14.30 **Oli i Luna** (5, 6)
14.55 **Oktonauci 3** (83, 84)
15.20 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (42) – mag.
15.40 **Bella i Sebastian**
16.05 **Pat i świat 2** (124-126) – serial anim.
16.35 **Dino Ranczo** (81, 82)

TVN 24 HD

7.30 **Jeden na jeden**
8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.55 **Biznes** – pr. publicyst.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.55 **Biznes** – pr. publicyst.
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.55 **Biznes** – pr. publicyst.
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
13.55 **Biznes** – pr. publicyst.
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.55 **Biznes** – pr. publicyst.
15.00 **15 na żywo** – inf.
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Tak jest** – pr. publ.
19.15 **Serwis informacyjny**
19.25 **Fakty po Faktach** – program inform.

PARADOKUMENTALNY



19.00 Gliniarze (1017) – Polska 2024

Zamordowano chirurga. W trakcie oględzin technik znajduje dużo śladów starej krwi. Wdowa zeznaje, że wcześniej mąż pomógł gangsterom po strzelaninie. Jeden z mężczyzn zmarł.

20.00 **Ślad** (9) – krym., Pol.
21.00 **Gliniarze** (812)
22.00 **Serena** – dramat FILM obyczajowy, USA/Fr./Czechy 2014, 145 min
0.25 **Zgon na pogrzebie** FILM – komedia, USA 2010, 110 min
2.15 **Wydarzenia**

PRZYGODOWY



21.00 Mumia powraca FILM – USA/Maroko/Wielka Brytania 2001, 165 min

Rok 1933. Syn kapitana Rick-a O'Connell i Evelyn zostaje uprowadzony przez ożywioną mumię egipskiego kapłana. Rodzice chłopca ruszają synowi na ratunek.

23.45 **Rok pierwszy** FILM – komedia przyg., USA 2009, 120 min
1.45 **Backdoor. Wyjście awaryjne** (4) – kom.
2.15 **Świat według Kiepskich** (364-366)
3.55 **Nasz nowy dom** (225, 226)

KRYMINALNY



22.05 Kości (135, 136) – USA 2012

U stóp pomnika Abrahama Lincolna znaleziono ludzkie zwłoki. Na posągu widnieje informacja napisana ludzką krwią. Cam bada sprawę.

23.55 **Ultraviolet** – film s.f., FILM USA 2006, reż. Kurt Wimmer, wyk. Milla Jovovich, 115 min
1.50 **Krejzi patrol** (54-58)
4.25 **Kochane pieniądze** (36) – serial paradok.
5.30 **SuperLudzie Extra** (43) – magazyn
5.45 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

KRYMINALNY



21.00 Zaproszona (3) – Wielka Brytania 2025

Fran ma dla Rii atrakcyjną ofertę awansu. Tymczasem zostają ujawnione niepokojące fakty, które stawiają pod znakiem zapytania prawdziwe intencje pracodawczyni.

22.15 **Tajemnice Brokenwood 12** (6) – krym., Nowa Zelandia
0.15 **Annika** (6) – krym.
1.20 **Sherlock 3** (3) – krym.
3.10 **Morderstwa w Midsomer 14** (4) – serial kryminalny
4.40 **Moja rodzinka** (5)
5.15 **My Life is Murder** (5)

ANIMOWANY

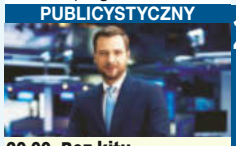


17.05 Pszczółka Maja (83, 84) – Niemcy/Francja 2012

Wyrasta dziwny kwiat, który ma moc uszczęśliwiania. Każda pszczoła chce skosztować jego pyłku. Owady nie wiedzą, że jest to podstęp.

17.30 **Robin Hood** (31, 32)
18.00 **Kucharz Shane**
18.30 **Yakari** (5, 6) – anim.
19.00 **Ptyś i Bill**
19.10 **Czarodziejskie miasteczko Pinokia**
19.25 **Piotruś Królik 2**
19.45 **Wegezaury 3**
19.50 **Lupin wśród bajek**
20.05 **Grizzy i lemingi 2**

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** (29) – dok.
6.30 **Kołowrotek** (223) – mag.
7.00 **Dorwać tuńczyka** (3, 4)
9.05 **Wojny magazynowe**
10.05 **Wojny kontenerowe** (9, 10) – serial dokum., USA
11.05 **Hardkorowy lombard** (11-16) – serial dokum., USA
14.05 **Polacy za granicą** (81, 82)
16.05 **Złomiarze** (29, 30) – dok.
18.10 **Poszukiwacze historii** (247-250) – serial dokum.
20.10 **Chłopaki do wzięcia** (475-478) – serial dokum.
22.00 **Zawód glina** (6) – dok.
23.00 **Łowca pedofilów** (235-238, 77, 78) – dok., Pol.
4.00 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

13.10 **Apetyt na miłość** (4)
14.10 **Akcja: Restauracja!** (9)
15.10 **Miasto smaków Guya Fieriego** (7) – reality show
16.15 **Kuchenne rewolucje** (2)
17.15 **Sexy kuchnia Magdy Gessler** (7) – mag. kulin.
17.50 **Sąsiedzi kontra sąsiedzi**
18.45 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** (10)
19.45 **Perfekcyjni gospodarze 9** (23) – dok.
20.45 **Elitarny turniej wypieków** (8)
21.50 **Pyszne miejscówki** (1)
22.55 **Posiekani na słodko** (5)
23.55 **Sposób na smaczne życie** (10, 11, 1) – mag.

POLSAT RODZINA HD

9.30 **Jeźdźcy smoków** – anim.
11.00 **Podglądacze przyrody**
12.00 **Bogaty dom – biedny dom** (117) – reality show
12.55 **Rodzina zastępcza** (263, 264) – kom., Pol. 2007
14.50 **Wielkie wycieczkowce**
15.50 **Świat z góry** (5, 6) – dok.
17.05 **Pingwiny z Madagaskaru** (14-17)
19.00 **Rodzina zastępcza** (328)
20.00 **Miodowe lata** (5, 6, 119)
22.00 **Spider-Man 2** – film FILM przyg., USA 2004, 160 min
0.40 **Tajemnice Powstania Warszawskiego** (6, 7)
1.35 **Prawdziwe zło. Ludzie, którzy stworzyli nazizm**

BBC LIFESTYLE HD

11.25 **Wymarzone domy 2** (24)
12.25 **Psyjaciele w potrzebie**
13.25 **Mistrzowie ceramiki 6**
14.35 **Wielkie brytyjskie wypieki 15** (4) – pr. rozr.
15.40 **Zapraszam do stołu 21**
17.50 **Wymarzone domy 2** (25)
18.50 **Psyjaciele w potrzebie**
19.50 **Wielkie brytyjskie wypieki 15** (5) – pr. rozr.
21.00 **Miłosne przekręty** (1)
22.00 **Jak osiągnąć lepszy orgazm** (1) – film dokum.
23.00 **Wstydliwe choroby: online 4** (2) – serial dokum.
23.55 **Ratunek dla skóry** (5)
0.55 **Wymarzone domy 2** (24)
1.55 **Psyjaciele w potrzebie**

NICK JR. HD

16.10 **Świnka Peppa** (49)
16.24 **Świnka Peppa 8** (21)
16.29 **Świnka Peppa 7**
16.49 **Świnka Peppa**
17.19 **Świnka Peppa 6** (7)
17.23 **Świnka Peppa** (19, 21)
17.40 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (7) – anim., Fr.
18.05 **Barbapapa i jego rodzinka** (5) – serial anim.
18.30 **Dora** (2) – serial anim.
18.55 **Santiago z mórz** (8, 2)
19.40 **Rubble i jego ekipa** (8)
20.00 **Dobranocki z Ryanem**
20.32 **Świnka Peppa** (26)
20.36 **Świnka Peppa 8**
20.55 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (24-26) – anim.

POLSAT NEWS HD

13.55 **Pogoda**
14.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Najważniejsze pytania**
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – publ.
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Najważniejsze pytania**

TVP KOBIETA DVB T2

14.00 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (30) – teleturniej
14.35 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka**
15.00 **Po prostu na wieś** (2)
15.30 **Ojciec Mateusz 5** (67, 68)
17.20 **Dobre wieści z planety Ziemia** (5) – cykl dokum.
18.30 **63. KFPP w Opolu – Superjedynki** – koncert
19.30 **Miłość i nadzieja** (328)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (309) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (291) – obycz.
22.30 **W deszczowy dzień** FILM **w Nowym Jorku** – kom., USA 2019, 105 min

E! ENTERTAINMENT HD

8.50 **Very Cavallari** (1, 2)
10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (3, 4)
14.20 **Very Cavallari** (3, 4)
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (9, 10)
20.30 **Very Cavallari** (5, 6)
22.30 **Plastyczna fuszerka**
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (3, 4)
3.00 **Plastyczna fuszerka**
5.00 **Very Cavallari** (11)

TV TRWAM DVB T

18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Westerplatte młodych**
19.00 **Warto zauważyć... w mijającym tygodniu**
19.30 **Historie Starego Testamentu** – serial anim.
19.45 **Modlitwa** – religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Kartka z kalendarza – powstanie warszawskie** – pr. eduk.
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Służba całym życiem... Rzecz o Eugeniuszu Wróblu** – film dokum., Pol.

BBC BRIT HD

9.25 **Top Gear: Ambitne porażki** (5) – mag. motor.
10.30 **Brytyjski megaport** (1)
11.30 **Brytyjskie fabryki 4** (9)
12.40 **Top Gear 11** (3) – mag.
13.45 **Brytyjski megaport** (2)
14.40 **Cuda inżynierii 3** (9)
15.45 **Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 2** (14)
16.45 **Brytyjskie fabryki 4** (9)
17.50 **Top Gear 11** (4) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii 3** (9)
19.55 **Brytyjskie fabryki 7** (1)
21.00 **Jak budowano imperia 4** (3, 4) – dok.
23.10 **Top Gear 11** (3) – mag.
0.15 **Top Gear 24** (7) – mag.

MINI MINI+ HD

8.30 **Cloudy & Stormy** (1-4)
9.05 **Bing 2** (20-25) – serial anim.
10.00 **Edzio i Lusia** (25-30)
11.25 **Baczne oczka** (12, 13, 1, 2)
11.55 **Marta mówi** (29, 30)
12.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
12.59 **Marta mówi** (31, 32)
13.55 **Moje urodziny** – dla dzieci
14.00 **Basia 2** (7-9, 1, 2) – anim.
15.10 **Kicia Kocia** (5-9) – anim.
15.55 **Marta mówi** (5, 9, 14)
17.20 **Staś i fajna Babcia**
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.57 **Staś i fajna Babcia** (29)
18.15 **Leśna rodzina 2** (1-6)
18.40 **Dora i przyjaciele 2**
19.35 **Kicia Kocia 2** (6-10)
20.25 **Mały Charlie** (5-9) – anim.

TVP 3 DVB T2

12.30 **Rączka gotuje**
13.00 **Agrobiznes**
13.20 **Agropogoda**
13.30 **Niebezpieczne związki**
14.20 **Niezwykłe miejsca**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Dlaczego krowa...** – mag.
19.45 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.13 **Gość Regionów** – pr. publ.
20.30 **Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie** – pr. publ.
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.30 **Złoty chłopak** (212)

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

eprasa.pl dec786d728

SMARTFONY I AKCESORIA DO FOTOGRAFII



Chcesz robić fotki jak z magazynu? **Dzięki tym telefonom i sprytnym gadżetom uchwycisz doskonałe kadry o każdej porze dnia i nocy – i to bez wydawania fortuny.**

ZDJĘCIA JAK MARZENIE

RUCH POD KONTROLĄ



HOHEM ISTEADY Q łączy funkcję stabilizatora obrazu, kijka do selfie i statywu. Zapewnia płynne, stabilne nagrania nawet podczas ruchu, oferuje śledzenie twarzy w zakresie 360° oraz wygodne, zdalne sterowanie pilotem Bluetooth. Świetnie sprawdzi się w trakcie podróży (składana konstrukcja ułatwia transport) i codziennego nagrywania wideo. Bateria pozwala na pracę do 3 godz. na jednym ładowaniu. Urządzenie współpracuje ze smartfonami o przekątnej do 7 cali. Cena: 158 zł.

KRÓL NOCNYCH KADRÓW



SAMSUNG GALAXY A57 5G ma potrójny aparat z tyłu: szerokokątny 50 MP z optyczną stabilizacją obrazu, który zapewnia wyraźne zdjęcia i nagrania także nocą, ultraszerokokątny 12 MP i makro 5 MP. Z przodu znajduje się obiektyw 12 MP z funkcją Super HDR, dzięki której zdjęcia i wideo mają więcej detali. Narzędzie oparte na AI umożliwia m.in. usuwanie niechcianych elementów z tła i wypełnianie przestrzeni. Cena: 1350–2200 zł (w zależności od wybranej wersji pamięci RAM oraz pojemności pamięci wewnętrznej).

PORTRET DOSKONAŁY



MOTOROLA EDGE 70 to ultracienki i lekki (159 g) smartfon wyposażony z tyłu w cztery obiektywy: trzy 50 MP z optyczną stabilizacją obrazu oraz szerokokątny 50 MP o polu widzenia do 120 stopni. Z przodu mamy obiektyw 50 MP do selfie, który umożliwia nagrywanie wideo w jakości 4K. Tryb portretowy oferuje sześć poziomów regulacji rozmycia tła, a technologia Quad Pixel zwiększa czułość na światło, zapewniając lepsze zdjęcia po zmroku. Cena: ok. 1600 zł.

SMARTFON CZY LUSTRZANKA?



OBIEKTYW 2 W 1 APEXEL montuje się do smartfona za pomocą dołączonego, aluminiowego uchwytu kompatybilnego z większością telefonów. Ten kompaktowy, 10-centymetrowy dodatek zmienia smartfon w mobilne centrum fotografii. Teleobiektyw oferuje sześciokrotny zoom optyczny bez utraty jakości, a ręczne pokrętło pozwala precyzyjnie i wygodnie ustawić ostrość. Po przełączeniu na tryb makro wykonasz efektowne zbliżenia, np. kwiatów czy owadów. Cena: 209 zł.

MOC OBRAZU 4K



XIAOMI REDMI NOTE 15 PRO 5G ma z tyłu dwa obiektywy: główny 200 MP z optyczną stabilizacją obrazu oraz ultraszerokokątny 8 MP, który umożliwia nagrywanie wideo w jakości 4K. Z przodu znajduje się obiektyw do selfie 20 MP. Funkcje AI łączą wiele klatek i poprawiają detale, więc zdjęcia są wyraźne w różnych warunkach oświetlenia i przy zbliżeniach. Dzięki uszczelnieniom smartfon jest wodoodporny, a bateria 6580 mAh pozwala na 2 dni pracy. Cena: 1400 zł.

FOT. ADOBE STOCK, MATERIAŁY PRASOWE (5)

eprasa.pl dec786d728



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

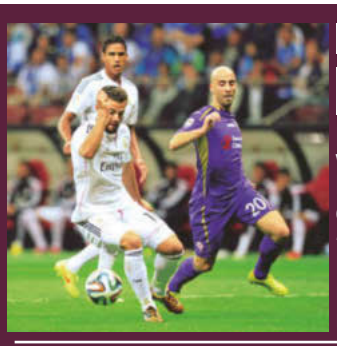
Prosimy o przysyłanie pytań z opisem problemu e-mailem na adres: inzynier@toiowo.pl

DRZEWO PRZYCZYNĄ ZAKŁÓCEŃ ODBIORU TV Z SATELITY

PANI KAROLINA pyta, czy to możliwe, że drzewo rosnące na działce sąsiada obok ogrodzenia zakłóca odbiór z jej talerza? Antena wisi na balkonie 2. piętra, tuż przy siatce rośnie ogromny tulipanowiec, antena nie patrzy w jego stronę, ale prawie wzdłuż ogrodzenia; zakłócenia nie są stałe, pojawiają się co jakiś czas; przed samą anteną nie ma żadnych innych drzew. W punkcie Canal+ konsultant, usłyszawszy, że antena ma kilkanaście lat, stwierdził, że trzeba ją wymienić na nową. Czytelniczka prosi o diagnozę.

JK Przyjrzyjmy się drzewu sąsiada. Skoro antena zamocowana jest na balkonie, proszę stanąć, o ile to możliwe, pod nią lub spojrzeć na talerz z góry i dalej spojrzeć wzdłuż wysięgnika, na którym zamocowany jest konwerter. Będzie widać wyraźnie, czy w światło wiązki padającej na talerz wchodzą jakieś przeszkody. Z Pani opisu nie jest to samo drzewo, ale być może wchodzą już jakieś końcówki gałęzi z liśćmi lub takowe znajdują się blisko. Nie będzie to groźne w słoneczne, spokojne dni, ale w dni deszczowe, gdy liście są mokre, a do tego wiatr pochyla gałęzie w naszą stronę, może to już spowodować zakłócenia w Pani odbiorze satelitarnym. Zdziwione tym faktem osoby najczęściej dodają, że „to drzewo zawsze tu stało", zapominając, że drzewa po prostu rosną. Przypomina mi się historia, gdy znajomy prosił mnie o ustawienie anteny, którą sam wcześniej zamontował. Po przybyciu na miejsce nie mogłem jej zlokalizować – okazało się, że została mocno przytwierdzona do belki drewnianej na strychu, pod dachem. Po pytaniu „dlaczego?" padła odpowiedź – „aby nie widzieli sąsiedzi". Wytłumaczywszy po krótce, że w tym miejscu „nie zagramy", usłyszałem kolejne pytanie – „czy można ją przenieść na stojący obok domu orzech włoski, bo tam też się da ją doskonale ukryć". Koniec końców antena znalazła się na dachu. Wracając do Pani przypadku, jeśli jest podejrzenie, że drzewo w jakiś sposób „wchodzi w antenę", to należy ją przenieść, maksymalnie odsuwając od drzewa. Nie ma potrzeby wymiany anteny. Skontrolujmy tylko przy okazji stan samego konwertera, czy nie ma żadnych pęknięć. To samo dotyczy też kabla antenowego. W razie potrzeby wymieńmy je na nowe.

MEDIA NEWS



ROZGRZEWKA PRZED SEZONEM

STREAMING Od wtorku 28 lipca do niedzieli 16 sierpnia platforma Megogo pokaże 24 towarzyskie mecze największych klubów w Europie, m.in. Real Madryt – Fiorentina (1.08), Chelsea – Juventus (5.08), Borussia – AS Roma (15.08). Obejrzymy je w ramach pakietu Startowego z 65 kanałami TV za 9,99 zł na 30 dni.

SPORTOWY PAKIET W OFERCIE

OFERTA Netia wprowadzi 17 sierpnia pakiet Canal+ Ultra z pełną ofertą sportową Canal+, m.in. Ligą Mistrzów, ligą hiszpańską, Ekstraklasą, żużlem. Cenę poda 17 sierpnia (w Canal+ to 59,25 zł mies., od 13. mies. 79 zł). Nabywcy pakietu w Netii za kilka miesięcy zyskają też dostęp do serwisu online Canal+.



FOT: EAST NEWS (2)

ROZWIĄŻ DLA PRZYJEMNOŚCI



potrawa z kapusty
roślina na kaszę
długa u żyrafy
dawna miara gruntu
3
Jakub ..., „Pokot"
porucznik grany przez Savalasa
lakoniczny albo poetycki
... Woronowicz, aktor
ryzykowna wyprawa
foliowy dla kobiet w ciąży
4
np. wieprzowina
na nim spływ
himalajski stwór
góry w Austrii
sentencja, aforyzm
szczyt sławy
odmiana agatu
miednica
strumień elektronów
1 kg wody
5
wyziewy z auta
bajkowy miś w krawacie
kompan Portosa
buty piłkarza
Frycz albo Borys
żerdź
osłona dętki
glon
zboże jare
fragment z Biblii
koniec powieści
Michael ..., „Wbrew regułom"
zdobi ścianę cerkwi
sopocki deptak
ocena jurora
niegodziwość
odcień czerwieni
występ jednego artysty
popularna wierzba
jest nim pingwin
1
szata prokuratora
2

LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5

eprasa.pl dec786d728

BAW SIĘ Z NAMI!

Rozwiąż dla przyjemności!

szukana w stogu siana	w nim wtyczka	graniczy z Estonią		karykatura, parodia		dowód jakości		mniejsze od kwartetu	pojazd biura podróży		24 godziny / reżyser „Pulp Fiction”			szlam w rzece		szajka
				Grzegorz ..., krakowski bard							1000 kg				6	do podawania dań
tragi / Brad ..., aktor			5			pleciony bicz		„... niewinności” Scorsese	auto z NRD							
				widowisko					materiał wiążący		ważność czegoś			7		
forma płatności							tląca się drobina			4			graniczy z Missouri		strefa specjalna	
				kraj Hindusów	kapusta polna / kleista masa			3			wnęka					
leczy rany		sezon na narty					łożysko rzeki							czynny sprzeciw		zna Koran
Olga ..., „Volta”		długi mebel	ani guzik, ani suwak					jon ujemny		gra w teatrze	... Schymalla, prezenterka					
				8		między prezbiterium a kruchtą					esencja z ziół		1			
„... według Kiepskich”			miękki zamsz		sport z owalną piłką	ogrodowy ruszt		otwierane do wietrzenia					język Żorby		„... Thomasa Crowna”, film	
trel ptaków									pianista w kinie		tektura dekarza	drzewo z gładką korą				
			10	skrzynka wyborcza					bagienna mgła / owad w paski					dwie szyny		skorupiak w zodiaku
uliczny zgiełk		szczypce					właściwa chwila					przestrzeń radiowa			9	
				muzyka Tadeusza Nalepy		2				Wojciech ..., „Alternatywy 4”						
wystaje z niego komin		miejsce bezpiecznego pobytu					musi się zabliźnić					składnik ponczu				

LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

REDAKCJA & WYDAWNICTWO

Adres redakcji: ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa, adres mailowy: redakcja@toiowo.pl
Redaktor naczelna: Marta Lubartowska **Redaktor zarządzający:** Artur Kosiński **Hub Rozrywka i TV:**
Red. zarządzająca: Anita Nawrocka **Planner:** Adam Piosik **Koordynator:** Dorota Skalska **Redaktorzy:**
Andrzej Czapski, Bogumiła Deka, Ewa Gassen-Piekarska, Marzena Juraczko, Joanna Kołakowska, Iwona Leończuk, Paulina Miluska, Hanna Miłkowska, Maciej Misiorny, Joanna Pasztelańska, Mirosław Piwowarek, Katarzyna Sobkowicz-Rusiecka **Hub Poradniki: Red. zarządzająca:** Monika Bobowska **Hub Graficzny: Dyrektor:** Robert Latek **Lider:** Mirosław Orzechowski **Koordynator:** Marcin Makarewicz **Graficy:** Edyta Ciuchta, Dominika Kraśnicka-Walinowicz, Sławomir Kozłowski, Agnieszka Glewicka, Małgorzata Porębska, Piotr Piórkowski **Hub Fotoedycji: Lider:** Agata Zasada **Koordynatorzy:** Emil Przygodzki, Magdalena Wojno **Fotoedytorzy:** Magdalena Dąbek-Makowska, Ludmiła Jeruchimowicz, Anna Jurczewska, Grzegorz Lech, Karolina Liżewska, Mirela Taflińska **Sekretariat:** Aleksandra Kominek

Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j.
ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa
Zarząd: Prezes Zarządu: Tomasz Namysł
Członkowie Zarządu: Andrzej Choynowski, Marek Lasota
Director, Publishing Management/Dyrektor Pionu Wydawniczego: Marek Lasota **Dyrektor produkcji:** Piotr Orełko **Publisher/Wydawca:** Justyna Hałas

Prenumerata krajowa i zagraniczna: czytelnia.pl, e-mail: prenumerata@bauer.pl, tel.: 67 210 86 05, 67 354 16 05.

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

Dyrektor ds. dystrybucji i obsługi klienta: Piotr Ludwicki, e-mail: kolportaz@bauer.pl
Druk: Bauer Print Ciechanów Sp. z o.o. Sp.j.
Copyright: Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j.
Program TV – AKPA

Adres do korespondencji:
Redakcja TO&OWO TV
ul. Motorowa 1,
04-035 Warszawa

Rozpowszechnianie wszelkich materiałów redakcyjnych bez zgody Wydawcy jest zabronione. Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w programie telewizyjnym wprowadzone przez stacje po oddaniu pisma do druku. Za treść ogłoszeń redakcja ponosi odpowiedzialność w granicach wskazanych w ust. 2 art. 42 ustawy Prawo prasowe. Wydawca ostrzega P. T. Sprzedawców, że sprzedaż aktualnych i archiwalnych numerów czasopisma po innej cenie niż wydrukowana na okładce, jest działaniem na szkodę Wydawcy i skutkuje odpowiedzialnością sądową.
Wszelkie skargi, reklamacje i pytania dotyczące publikowanych reklam należy kierować na adres: **reklama@bauer.pl**

eprasa.pl dec786d728

SUDOKU

PUSTE POLA WYPEŁNIJ TAK, ABY W KAŻDEJ KOLUMNIE, KAŻDYM RZĘDZIE I KWADRACIE OBWIEDZIONYM POGRUBIONĄ LINIĄ ZNALAZŁY SIĘ CYFRY OD 1 DO 9.

1		9		4	3			
4			1		5			
	8					3		
	7	6	2			9		1
2		1			7	6	3	
		8					2	
			5		2			8
			3	9		1		6

		2		5		7		
			7			3	5	
		1		9				8
		8		7			4	2
1								5
6	7			4		8		
8				1		4		
	1	3			9			
		6		2		9		

nauka o życiu
5
zapisany na liczniku auta
pokaz na scenie
ojciec ..., stygmatyk
rupieć
wybiera papieża
zespół urządzeń pomiarowych
alkohol Zagłoby
szachowy manewr
... de Janeiro
dzieło rabusia
polny kwiat
... Turner, artystka
... Loren, włoska aktorka
w parze z butanem
Gene ..., „Francuski łącznik”
1
wek
7
zarządca folwarku
skacze na pochyłe drzewo
omszony owoc
rosyjskie imię męskie
Hz dla fizyka
jesienny kwiat
stolica Jordanii
numer dzieła muzycznego
za przewinienie
3
syn Dedala
znój
słowo kończące modlitwę
obieżyświat
wilk prerii
wentylator
z akwalungiem
6
podobne do brydża
2
materiał na spodnie
twórca
talizman
4
polski taniec ludowy
... Lerska, piosenkarka

LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5	6	7

eprasa.pl dec786d728

Małe poprawki, które odkładasz tygodniami? Teraz zrobisz je sama – od ręki!

REKLAMA

Szyje niemal SAMA!



Za długa nogawka w nowych spodniach? Rozpruta kieszeń w ulubionym żakiecie? A może zasłona do poprawki przed wizytą gości? Już nie musisz wyciągać ciężkiej maszyny ani szyć ręcznie. *HandyStich* to minimaszyna z technologią automatycznej kontroli szycia, dzięki której błyskawicznie wykonasz różne przeróbki. Nawet jeśli nie za bardzo umiesz szyć.

ZAMÓW za 129 zł!

NIEZASTĄPIONA W AWARYJNYCH SYTUACJACH

- Bardzo **lekka, poręczna, cicha**
- Automatyczna **kontrola ściegu**
- Automatyczna **regulacja naprężenia nici**
- **Blokada** włącznika
- **Supercienka** i trwała igła
- Pokrętło **do regulacji**

OD RAZU GOTOWA DO PRACY! MOŻESZ: NAPRAWIĆ KIESZEŃ, WSZYĆ PASEK ORAZ ZSZYĆ POSZEWKĘ LUB OBRUS.


Zszyjesz pęknięty szew na wyjeździe


Naprawisz rozprutą kieszeń


Szybko skrócisz spodnie lub spódnicę


Poprawisz firany bez ich zdejmowania

Masz rzeczy „do poprawki", które tygodniami czekają na swoją kolej? W każdym domu jest taki stosik! Problem w tym, że szycie ręczne męczy, a wyciąganie dużej maszyny do jednej poprawki to za dużo zachodu. W efekcie ulubiona spódnica wciąż czeka na nowy zamek, a Ty znów odkładasz przyszycie łaty do spodni wnuczka.

A gdyby tak wykonać te wszystkie poprawki OD RĘKI? Ta kompaktowa minimaszyna do szycia mieści się w dłoni i powstała właśnie po to, by uporać się z szyciem od razu. Wzorowana jest **na profesjonalnych maszynach do szycia** i wyposażona w technologię regulacji szerokości i gęstości ściegu oraz naprężenia nici. Dzięki wbudowanemu elektrycznemu silniczkowi szyjesz szybko i niemal bez żadnego wysiłku.

Minimaszyna o wielkiej mocy: zszyje niemal każdy materiał!

Minimaszynę ***HandyStich*** możesz obsługiwać jedną ręką: **jest lekka, poręczna i profilowana**. Sprawdzi się idealnie w podróży i w każdej awaryjnej sytuacji, gdy musisz zszyć coś na szybko. Jest gotowa do użycia w jednej chwili i niezastąpiona wszędzie tam, gdzie nie dostanie się tradycyjna maszyna. Możesz zszyć rozprutą narzutę na kanapie, zasłony i firanki, ciężki obrus czy naderwany baldachim nad łóżeczkiem bez ściągania całego materiału i przenoszenia go do maszyny.

Stopka maszyny została zaprojektowana tak, by umożliwić zszywanie delikatnych tkanin, takich jak jedwab czy wiskoza. Jednocześnie duża moc urządzenia oraz szeroki zakres regulacji pozwalają na **wykonywanie napraw grubszego materiału,** np. jeansu.

Nie musisz umieć szyć!

Nieważne, czy szyjesz jak profesjonalistka, czy też nie masz dużego doświadczenia w szyciu. **Minimaszyna *HandyStich* jest niezwykle prosta w obsłudze!** Dzięki technologii *Smooth Automatic* sama szyje, reguluje szerokość i gęstość ściegu oraz naprężenie nici. Cały proces został maksymalnie uproszczony: **wystarczy ustawić urządzenie, nacisnąć przycisk i przesuwać maszynę wzdłuż materiału.** Dzięki temu poradzisz sobie z podstawowymi pracami krawieckimi – nawet jeśli nie robiłaś tego nigdy wcześniej!

Nie musisz wyciągać ciężkiej maszyny ani szukać zakładu krawieckiego – **dzięki minimaszynie wykonasz błyskawicznie wszystkie poprawki!** Nie zwlekaj i zamów *HandyStich* już teraz. **To maszyna, którą warto mieć zawsze przy sobie!**

ZESTAW ZAWIERA:

✓ **komplet nici** ✓ **nawlekacz do igieł,**
✓ **trzpień do dużych szpulek**



COŚ WYMAGA SZYCIA? ZAŁATW TO OD RĘKI!

Z tą minimaszyną przekonasz się, jak proste może być szycie.
Możesz zamówić ją w cenie **129 zł!** *Oferta obowiązuje do wyczerpania zapasów.*

42 300 35 32

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

Szczegóły oraz informacje dotyczące zwrotów i reklamacji dostępne są pod adresem sprzedawcy: Nargo Invest Sp. z o.o., ul. Żołnierzy i Armii Wojska Polskiego 10/B6, 81-383 Gdynia, +48 538448631, contactpl@globadvice.info. Regulamin: https://customers-statute.com/statute/pl/.

eprasa.pl dec786d728