NETFLIX Disney+ HBO max prime video CANAL+

PROGRAM TV NR 24/8.06.2026
13.06-19.06.2026
NR INDEKSU 379236
4,29 zł (w tym 8% VAT)

to&owo TV

SPORT NA ŻYWO

HITY MISTRZOSTW ŚWIATA KANADA, MEKSYK, USA 2026

- ANGLIA – CHORWACJA
- BRAZYLIA – MAROKO
- FRANCJA – SENEGAL
- HOLANDIA – JAPONIA
- ARGENTYNA – ALGIERIA
- HISZPANIA – REP. ZIELONEGO PRZYLĄDKA

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

PONAD 150 OPISÓW FILMÓW NA CAŁY TYDZIEŃ!

YAMAL KANE MBAPPÉ

FAWORYCI TURNIEJU WCHODZĄ DO GRY SPORT s. 14

WYWIAD TO&OWO TV

JACEK LASKOWSKI

MUNDIAL 2026

Nie spodziewam się jakiejś wybitnej niespodzianki w tym roku s. 4

KRÓL DOPALACZY

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

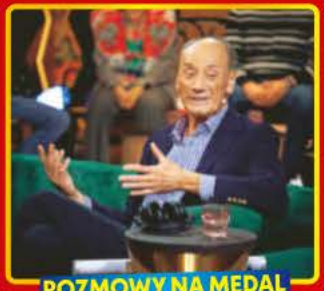
BUGONIA

ZA WSZELKĄ CENĘ

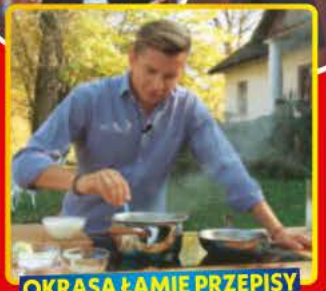
CAFE FOGG

ŚWIĘTO FUTBOLU I DUŻO ROZRYWKI!

PATIENCE


ROZMOWY NA MEDAL

FALOWANIE I SPADANIE – PAMIĘCI KORY


OKRASA ŁAMIE PRZEPISY

ISSN 1230-8331
9 771230 833607 24

Numer w sprzedaży do 14.06.2026

REKLAMA

NOWOŚĆ!

Piłowanie i cięcie nigdy nie było tak proste! Zadbaj o porządek w ogrodzie i na działce bez wysiłku dzięki minipilarce WoodRaptor PRO!

MINIPILARKA AKUMULATOROWA WoodRaptor PRO

Z BATERIĄ LITOWO-JONOWĄ

Ta pilarka w mig poradziła sobie z grubymi gałęziami i drewnem na opał. Nie spodziewałem się takiej mocy od tak małego sprzętu. Szczerze polecam!

Wysokoobrotowa

Maksymalna moc cięcia przy minimalnej wadze

12cm

WIOSENNA OFERTA DO WYCZERPANIA ZAPASÓW

REWOLUCJA W OGRODZIE – 1H PRACY BEZ BENZYNY, KABLI I SPALIN!

Męczy Cię ręczne cięcie gałęzi, korzeni, desek i opału? Zapomnij o bólu rąk, ciężkich piłach spalinowych i kłopotliwych kablach plączących się pod nogami! Odkryj nową jakość pracy w ogrodzie z ultralekką pilarką akumulatorową, która przecina drewno w sekundy – bez wysiłku, benzyny, ograniczeń. Waży zaledwie 1,5 kg, a jej potężna moc pozwoli Ci na precyzyjne przycinanie, piłowanie i cięcie nawet najtwardszego drewna!

Mały rozmiar, potężna moc

Ręczne piłowanie zajmuje wieczność, a teraz możesz ciąć drewno 4 razy szybciej! Zaawansowany bezszczotkowy silnik nie wymaga konserwacji i zapewnia aż 10 razy dłuższą żywotność oraz 74% większą siłę cięcia niż tradycyjne narzędzia. Specjalna prowadnica redukuje opór podczas pracy, gwarantując płynne i kontrolowane cięcie drewna o grubości 8-12 cm. Efekt? Uporasz się z najtwardszymi konarami w kilka minut – a resztę dnia spędzisz tak, jak lubisz!

Swoboda pracy bez kabli, benzyny i spalin

Nie musisz już potykać się o kable ani robić mieszanek do pił spalinowych. Wydajny akumulator litowo-jonowy zapewnia aż 45-60 minut nieprzerwanej pracy – jedno ładowanie wystarczy na uporządkowanie całego ogrodu czy działki. Możesz swobodnie poruszać się po posesji, sięgając do każdego zakątka.

Zetniesz gałęzie i grube konary – szybko, bezpiecznie i bez wysiłku

Idealnie pocięte drewno na opał w kilka sekund za jednym pociągnięciem

Prosta i bezpieczna obsługa

Pilarka wyposażona jest w osłonę bezpieczeństwa, która chroni dłonie przed skaleczeniami oraz specjalnie zaprojektowany, antypoślizgowy uchwyt. Zapewnia on stabilny i wygodny chwyt oraz pełną kontrolę nad narzędziem. Prosta obsługa sprawia, że z pilarki może korzystać każdy – wystarczy nacisnąć przycisk i możesz rozpocząć pracę.

Koniec z męczącym piłowaniem

Kiedyś piłowanie gałęzi i opału oznaczało ból rąk i zmęczenie. Teraz możesz ciąć bez wysiłku, nawet jeśli masz słabszą siłę w dłoniach. Minipilarka WoodRaptor PRO waży tylko 1,5 kg – tyle co butelka wody! Dzięki lekkiej konstrukcji i łatwym manewrowaniu, jest idealna szczególnie dla seniorów do samodzielnej pracy wokół domu czy na działce.

Cięcie nigdy nie było tak proste!

Po co się męczyć, skoro możesz pracować szybko i komfortowo? Zamawiając pilarkę WoodRaptor PRO, otrzymasz **GRATIS** profesjonalne okulary ochronne. Oznacza to, że od razu jesteś w pełni przygotowany do pracy – nie musisz dokupywać żadnych dodatkowych elementów ani akcesoriów. **Zadzwoń i odbierz pilarkę w ramach wiosennej oferty!**

Wszystko, czego potrzebujesz do pracy, OTRZYMASZ W ZESTAWIE!

- Pilarka jednoręczna WoodRaptor PRO
- Akumulator litowo-jonowy
- Ładowarka
- Klucz do regulacji
- Okulary ochronne GRATIS!

Zadzwoń

a WoodRaptor PRO „zrobi robotę" za Ciebie!

Zadzwoń, aby otrzymać minipilarkę WoodRaptor PRO za **199 zł!**
Ta sprytna jednoręczna pilarka pomoże Ci bez wysiłku zadbać o porządek w ogrodzie i na działce!

Oferta obowiązuje wyłącznie do wyczerpania zapasów.

61 300 37 05

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

Ekspresowa i bezpieczna dostawa prosto do rąk własnych – 23 zł!

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/.

TO&OWO POLECA

ZMIENIAJĄ KONTYNENT

Dla fanów kryminałów mamy dobre wieści – powstaje kolejny, już 6. sezon serialu z Seleną Gomez, Steve'em Martinem i Martinem Shortem w głównych rolach! Co ciekawe, dociekliwi sąsiedzi z Nowego Jorku tym razem kryminalne zagadki będą rozwiązywać... w Londynie. W Wielkiej Brytanii obsada spotkała się też z Tomem Hanksem – czy to oznacza, że aktor pojawi się w nadchodzących odcinkach? Niewykluczone, choć na tym etapie produkcja niczego oficjalnie nie potwierdza. Hollywoodzkie gwiazdy nie stronią od serialu; w „Zbrodniach po sąsiedzku" oglądaliśmy już m.in. Meryl Streep, Evę Longorię i Paula Rudda. **JK**

W NOWEJ ODSŁONIE

HERKULES POIROT znów zagości na ekranach! Stacje i platformy streamingowe stoczyły zaciętą walkę o prawa do nowej adaptacji książek Agathy Christie – ostatecznie wygrała BBC. W planach są co najmniej trzy sezony serialu. Trwają poszukiwania odtwórcy głównej roli, a zdjęcia mają ruszyć jeszcze tego lata. Za scenariusz odpowiada Benji Walters, współtwórca m.in. Netfliksowego „Lamparta". Belgijski detektyw jest bohaterem ponad 30 powieści i 50 opowiadań, filmowcom nie zabraknie więc materiału. A my w oczekiwaniu na premierę możemy obejrzeć kultowy serial z Davidem Suchetem (dostępny za darmo w TVP VOD). **JK**

NA SZEROKICH WODACH

ZAWIEJA od kilku dni strzeże szczecińskich wód... Chodzi rzecz jasna o nową łódź policyjną. Nazwa została wybrana w plebiscycie i ma kojarzyć się z żywiołami wiatru i wody, ale też nawiązywać do rozgrywającego się w mieście serialu „Odwilż" (do obejrzenia na HBO Max), którego główną bohaterką jest Katarzyna Zawieja. Matką chrzestną jednostki została zaś gwiazda produkcji, Katarzyna Wajda. – Ścigacz o nazwie „Zawieja" będzie podobnie jak moja bohaterka z „Odwilży" dbać o bezpieczeństwo miasta i wspierać działania policji – napisała z dumą aktorka w mediach społecznościowych. Gratulujemy wyróżnienia! **JK**

IŚĆ Z DUCHEM CZASU

TOP MODEL od 13 lat nie zmieniało jury. Teraz dołączy do niego jeszcze jedna osoba! Ewelina Gralak to kreatorka wizerunku i stylistka. Współpracowała z czołowymi postaciami światowej branży mody, takimi jak Tom Van Dorpe, Mel Ottenberg czy Kyle Luu. Współtworzyła też stylizacje okładek albumów i teledysków dla artystów muzycznych, w tym Margaret, Hey i Tommy'ego Casha. Oprócz świeżego spojrzenia na modę i kulturę wizualną wniesie do programu także doświadczenie związane z kreowaniem marek. Ekipę zasili też Miłosz Kulesza, który pomoże uczestnikom odnaleźć się w świecie mediów społecznościowych. **JK**

DZIECIŃSTWO DIWY

CÉLINE DION znów znalazła się w centrum zainteresowania filmowców. Ruszyły prace nad serialem „Growing Up Dion", który ma opowiadać o rodzinie piosenkarki i jej dzieciństwie spędzonym w Quebecu. W projekt zaangażowani są siostrzeniec wokalistki Jimmy Dion (pełni funkcję konsultanta, a scenariusz produkcji będzie opierać się na jego książce „Dion, A Family Saga") oraz jej brat Jacques Dion jako jeden z producentów. – Czujemy dumę, że wreszcie możemy podzielić się tą historią ze światem w sposób wierny temu, kim naprawdę jesteśmy – mówi ten ostatni. Jeszcze nie wiemy, kto zagra główną rolę. **JK**

FOT.: REPORTER, MATERIAŁY PRASOWE (3), INSTAGRAM.COM/KASIAW.WAJDA

OKŁADKA: GETTY IMAGES (3), AKPA, EAST NEWS, MAT.PRASOWE (9)

JACEK LASKOWSKI

ZAWSZE POWINIEN WYGRAĆ LEPSZY

Krótko pracował jako lekarz. Gdy zabrakło perspektyw, musiał się „przekwalifikować". A że kocha sport, od ćwierć wieku go komentuje.

WYWIAD

JEGO ZDANIEM, komentator zawsze powinien być obiektywny, nawet jak komentuje mecz swojej reprezentacji.

To już szósty mundial, który będzie oglądał z bardzo bliska. Niestety, podobnie jak w latach 1994, 1998 i 2014, nie dane mu będzie komentować meczów naszej reprezentacji, która nie zdołała się zakwalifikować do tegorocznych mistrzostw świata. Bardzo tego żałuje, choć na pewno na brak piłkarskich emocji nie będzie mógł narzekać!

Co Pana skłoniło do porzucenia medycyny na rzecz dziennikarstwa sportowego? Bycie lekarzem tak strasznie dało się Panu we znaki?

Nie, to raczej medycyna się ode mnie odwróciła. Studia skończyłem w 1991 roku, który był rokiem kryzysowym. Mimo że miałem podpisaną umowę ze szpitalem, że będę w tym szpitalu pracował przez kolejne 10 lat i za to również pobierałem od tego szpitala stypendium przez cały okres studiów, to ta umowa została zerwana. Zresztą nie byłem sam w tej sytuacji. Znalazła się w niej olbrzymia większość, jeśli nie wszyscy z mojego rocznika. Więc to nie jest tak, że to ja się odwróciłem plecami od medycyny i stwierdziłem, że spróbuję czegoś innego. Skłoniła mnie do tego potrzeba chwili, po prostu miałem już rodzinę na utrzymaniu.

I tak od razu przyszedł Panu do głowy właśnie sport?

Bo to od zawsze była moja wielka pasja! Myślę, że nawet znacznie większa niż medycyna, bo wiązała się ze szczerym i bardzo długim zainteresowaniem. W końcu medycyną się nie interesowałem od piątego roku życia, a sportem jak najbardziej. I oczywiście na własne potrzeby „komentowałem" wszystkie oglądane sportowe wydarzenia. Ale nigdy nie brałem tego na poważnie i nie sądziłem, że może stać się moją pracą. A potem to już swoją przyszłość wiązałem z medycyną...

Zdarza się panu komentować i siatkówkę, o której usłyszałam, że to była pierwsza sportowa miłość, i piłkę ręczną, czyli drugą miłość, a nawet hokej. Ale chyba piłka nożna bije wszystkie inne dyscypliny na głowę?

W swojej karierze komentował również igrzyska olimpijskie.

WSZYSTKO KRĘCI SIĘ WOKÓŁ PIŁKI

SPOTKANIE Z LEGENDAMI
Gdy w 1996 roku Antoni Piechniczek po raz drugi objął reprezentację Polski, młody dziennikarz wypytywał go o plany.

PERFEKCYJNY DUET
W serialu „Gra na Maksa" razem z Sebastianem Milą wcielali się w role... komentatorów.

JESZCZE UŚMIECHNIĘCI
Po zwycięstwie nad Maltą Janowi Urbanowi i Jackowi Laskowskiemu wydawało się, że nasza reprezentacja poradzi sobie w barażach...

NIE TYLKO REPREZENTACJA
Wspólnie z Robertem Podolińskim komentuje rozgrywki Ekstraklasy.

Piłka nożna jest bez wątpienia najbardziej popularną dyscypliną sportu na całym świecie. Na dodatek, gdy miałem 6-7 lat zaczęła się era Orłów Górskiego, czas złotego medalu na igrzyskach olimpijskich w Monachium, później meczu na Wembley i pamiętnego mundialu w 1974 roku, zakończonego przez naszą reprezentację zdobyciem trzeciego miejsce na świecie. Trudno, żebym inną dyscyplinę cenił wyżej...

Jeżeli dobrze liczę, to tegoroczny mundial będzie szóstymi mistrzostwami świata, które pan będzie komentował.

Raz, dwa, trzy, cztery, pięć... Tak, szóste na stadionach.

Czy według Pana tegoroczne mistrzostwa świata będą się jakoś znacznie różnić od poprzednich?

Każde są inne i to z wielu różnych powodów. Pisząc książkę „Dawno temu na mundialu, czyli jak odkrywałem Amerykę", która miała premierę kilkanaście dni temu, zawarłem w niej wspomnienia ze swoich pierwszych mistrzostw świata z 1994 roku. Ten mundial, który odbył się w Stanach Zjednoczonych, był przełomowym pod wieloma względami, ale przede wszystkim był ostatnim analogowym, na którym dziennikarz jeszcze nie miał komórki, GPS-a i internetu. I trzeba było sobie jakoś w tej Ameryce radzić i stawiać czoła wielu wyzwaniom. Już następny, z 1998 roku, był zupełnie inny. Do Francji pojechałem z telefonem komórkowym i miałem stały dostęp do internetu. Tegoroczny mundial będzie podobny do tych z 2014 i 2018 roku, czyli będzie wiązał się z pokonywaniem dużych przestrzeni. Bo mistrzostwa świata w Katarze były kompaktowe, zorganizowane na niedużej przestrzeni. Wszyscy mieszkaliśmy w jednym hotelu, do każdego stadionu było blisko. Logistyka była tam bardzo prosta, ale pewnie kolejnego takiego mundialu już nie będzie. Tegoroczna opcja znowu wraca do mundialu bardzo rozbudowanego.

W ostatnich latach poziom światowego futbolu znacznie się wyrównał, co oznacza, że właściwie teraz każdy może wygrać z każdym. Czy mimo tego jest Pan w stanie wskazać faworytów tegorocznego mundialu?

No niby się wyrównał, ale przecież od lat faworyci pozostają ci sami. Bardzo trudno dołączyć do szacownego grona drużyn, które najczęściej zdobywały mistrzostwo świata w ciągu stu lat, o czym boleśnie przekonali się Hiszpanie, którzy zdobyli mistrzostwo świata dopiero w 2010 roku. Szczerze mówiąc, nie spodziewam się jakiejś wybitnej niespodzianki w tym roku.

Z Przemysławem Babiarzem nie tylko pracował w TVP, ale i grywał w piłkę halową.

Może ktoś dotrze do pierwszej czwórki, tak jak Maroko na ostatnim mundialu, ale jednak faworytów upatrywałbym między Francją, Brazylią, Argentyną, Niemcami i Hiszpanią. Czyli tymi drużynami, które z reguły są w czołówce.

A czy jest Pan w stanie wskazać czarnego konia turnieju?

Bardzo jestem ciekaw reprezentacji Norwegii. Bo ma w składzie nietuzinkowych graczy i jak burza przebrnęła eliminacje. Wiem jednak z doświadczenia, że często te reprezentacje, które uważane są za czarnego konia, nie zawsze na mistrzostwach się sprawdzają. Czasami długie zgrupowania niektórym reprezentacjom nie służą, zamiast scementować zespół, wręcz go rozbijają. Robi się za dużo myślenia o przyszłych sukcesach, a może za mało koncentracji. Nie ma żadnej reguły.

Komentator powinien być bezstronny, ale jak grają nasi, to pewnie bardziej Pan to przeżywa. Na tegorocznym mundialu zabraknie naszej reprezentacji, czy jest jakaś drużyna, której będzie pan się szczególnie przyglądał, szczególnie kibicował?

Bezstronnym trzeba być, nawet jak grają nasi. Obiektywizm jest podstawą komentarza. Nie będę za nikogo specjalnie ściskał kciuków. Do każdego meczu i do każdej rywalizacji podchodzę z przekonaniem, że powinien wygrać lepszy. A swoją drogą to jest paradoks, że nieco ułatwione zadanie ma komentator, którego reprezentacja nie bierze udziału w turnieju. Ale mówię to ze ściśniętym gardłem i ze łzami w oczach...

Rozmawiała Hanna Miłkowska

→ **MUNDIAL 2026**
- BRAZYLIA - MAROKO
SO 13.06 godz. 23.35 TVP 2

FOT.: MATERIAŁY PRASOWE (4), FORUM (3)

sobota | niedziela | poniedziałek

SENSACJA

Quantum of Solace

GODZ. 22.20 TVP HD Druga odsłona losów Jamesa Bonda z Danielem Craigiem w roli głównej. Agent 007 tropi członków zbrodniczej organizacji. Camille doprowadza go do biznesmena, który chce przejąć kontrolę nad zasobami wody.

Millennium: Mężczyźni, którzy nienawidzą kobiet

GODZ. 22.35 KINO TV Ekranizacja pierwszej części trylogii Stiega Larssona. Dziennikarz i hakerka wyjaśniają rodzinną tajemnicę przemysłowca. Wpadają na trop serii morderstw.

Czarny telefon

GODZ. 21.00 POLSAT FILM Nastolatek zostaje uwięziony w piwnicy. Przez popsuty telefon słyszy głosy innych ofiar porywacza, które usiłują mu pomóc.

KOMEDIA

Nocna suka

GODZ. 20.00 HBO Adaptacja powieści Rachel Yoder z Amy Adams na pierwszym planie. Niespełniona artystka, skupiona na roli matki, zaczyna czuć, że zmienia się w... psa. W swojej surrealistycznej sytuacji nie może liczyć na wsparcie męża.

Tylko nie ty

GODZ. 22.05 POLSAT Bea prosi Bena, żeby udawali parę przed jej krewnymi. Sprawy wymykają się spod kontroli, ponieważ wciąż mają się ku sobie. Historia zainspirowana sztuką Williama Szekspira „Wiele hałasu o nic".

Boska Florence

GODZ. 22.10 TVP KULTURA Oparte na prawdziwej historii losy amatorki śpiewającej arie operowe. Koszmarny głos nie przeszkodził jej w spełnieniu marzeń.

DRAMAT

Kamerdyner

GODZ. 20.00 KINO POLSKA Filip Bajon, twórca „Przedwiośnia", przedstawia opowieść będącą hołdem dla kaszubskiej kultury i historii. Na tle burzliwych wydarzeń rozgrywa się wątek mezaliansu skromnego chłopaka i arystokratki.

Helikopter w ogniu

GODZ. 21.00 POLSAT FILM Rekonstrukcja prawdziwej akcji militarnej. Nominacja do Oscara za zdjęcia Sławomira Idziaka. Amerykanie wysyłają do Mogadiszu komandosów. Działania zaplanowane na 30 minut zmieniają się w krwawą bitwę.

Erin Brockovich

GODZ. 21.00 SUPER POLSAT Pracująca w małej kancelarii prawniczej sekretarka podejmuje walkę z koncernem. Oscarowa kreacja Julii Roberts. Na faktach.

SF/FANTASY

Shazam!

GODZ. 20.00 TVN FABUŁA Nastolatek Billy, za sprawą magicznej formuły, zmienia się w superbohatera. Czekają go ważna misja i starcie z szalonym doktorem. Kino fantasy dla całej rodziny na podstawie serii wydawnictwa DC Comics.

Spider-Man: Daleko od domu

GODZ. 20.00 AXN Grany już po raz piąty przez Toma Hollanda Peter Parker spędza wakacje w Europie. Dochodzi tam do ataków istot zwanych Żywiołakami. Chłopak zakłada swój kostium, a w walce pomaga mu Mysterio.

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.

wtorek | środa | czwartek | piątek

Zakładnik

GODZ. 20.00 PARAMOUNT NETWORK Taksówkarz musi współpracować z pasażerem, który okazuje się płatnym mordercą. Tom Cruise kontra Jamie Foxx.

Plan ucieczki 2

GODZ. 21.00 POLSAT FILM Sylvester Stallone powraca do roli eksperta od zabezpieczeń więziennych. Tym razem musi ocalić swojego zaufanego człowieka.

Gorąca linia

GODZ. 22.20 TVP HD Oparty na intrygującym pomyśle thiller z Melem Gibsonem. Radiowiec staje się celem prześladowcy. Musi wziąć udział w makabrycznej rozgrywce.

Mechanik: Konfrontacja

GODZ. 20.00 KINO TV Jason Statham wciela się w najemnika, który zostaje zmuszony do udziału w krwawej misji. Mocodawcy porywają jego ukochaną.

Kopnięci w czasie

GODZ. 20.00 C+ PREMIUM Francuska gospodyni domowa wraz z mężem zostaje przeniesiona z lat 50. XX w. do 2025 r. Zaczyna korzystać z uroków emancypacji.

Dzień dobry, kocham Cię

GODZ. 22.30 TVP KOBIETA Szymon zakochuje się w nieznajomej. Tymczasem ona wpada w oko lekkoduchowi, który dostał od rodziców matrymonialne ultimatum.

Żona na niby

GODZ. 20.00 POLSAT Osadzona w egzotycznych plenerach historia miłosnej mistyfikacji. Chirurg zabiega o względy atrakcyjnej kobiety. Obmyśla zuchwałą intrygę.

Rodziny się nie wybiera

GODZ. 22.20 TVP HD Valentin D. traci pamięć. Cofa się mentalnie do czasów, gdy miał 17 lat i kochał swoją przyszłą bratową. Dany Boon stanął po obu stronach kamery.

Źródło nadziei

GODZ. 22.25 ALE KINO+ Debiut reżyserski Russella Crowe'a. Mijają 4 lata od bitwy o Gallipoli. Australijski farmer szuka w zniszczonej wojną Turcji ciał poległych synów.

Biała odwaga

GODZ. 21.05 TVP KULTURA Dramat podejmujący temat postawy górali w czasach niemieckiej okupacji. Na tle zawieruchy dziejowej ukazano losy dwóch braci.

Narodziny gwiazdy

GODZ. 20.00 TVN FABUŁA Sławny muzyk zmaga się z kryzysem twórczym. Pomaga początkującej piosenkarce odnieść sukces. Remake musicalu z 1937 roku.

Kochając Pabla, nienawidząc Escobara

GODZ. 20.00 TVP HISTORIA Opowieść o związku barona narkotykowego z gwiazdą TV. Penélope Cruz i Javier Bardem w rolach głównych.

Reminiscencja

GODZ. 22.15 TVN FABUŁA Hugh Jackman wciela się w mieszkańca postapokaliptycznego Miami. Po zaginięciu kochanki mężczyzna odkrywa złowrogi spisek.

Ludzkie dzieci

GODZ. 20.00 KINO TV Adaptacja powieści P.D. James. Na Ziemi przestają się rodzić dzieci. Ostatnią nadzieją staje się ciężarna emigrantka, której strzeże Theodore.

Babylon A.D.

GODZ. 23.00 TV 4 Świat wyniszczony wojnami. Najemnik eskortuje do USA obdarzoną niezwykłą mocą kobietę. Misja się komplikuje. Vin Diesel w roli głównej.

Victor Frankenstein

GODZ. 20.00 HBO Naukowiec Vitor i jego protegowany prowadzą eksperymenty, które mają budzące grozę konsekwencje. Losy bohaterów dzieła Mary Shelley.

SERIALE

AUTYSTYCZNA DETEKTYW rozwiązuje zagadki kryminalne, ofiara spisku wychodzi na wolność, Harald się żeni, młodzież podróżuje stopem i szuka skarbu.

OD 1. ODCINKA

Bea odkrywa, że Patience ma niezwykłe zdolności.

PATIENCE

KRYMINALNY Kto najlepiej zagra bohaterkę ze spektrum autyzmu? Oczywiście osoba, która sama doświadcza tego zaburzenia. Tak właśnie jest w brytyjskim serialu, w którym 23-letnia Ella Maisy Purvis wciela się w tytułową bohaterkę. Patience Evans pracuje na co dzień w archiwum policji w Yorkshire i pewnie nadal przekładałaby teczki, gdyby przez przypadek nie zwróciła na siebie uwagi detektyw Bei Metcalf (Laura Fraser). Śledcza dostrzega, że dziewczyna ma wyjątkowe zdolności dedukcyjne i... postanawia to wykorzystać. Patience z pewnym ociąganiem, ale w końcu daje się przekonać do udziału w rozwiązywaniu zagadek kryminalnych. **HM**

Choć rodzina jest ważna dla inspektor Metcalf, to czasami zapomina ona o potrzebach syna...

Bea i Patience mogą liczyć na wsparcie detektywa Huntera (Nathan Welsh).

→ **PATIENCE ŚR 17.06 godz. 10.00 ALE KINO+**

NA WSPÓLNEJ

OBYCZAJOWY Oskarżony o pedofilię Damian (Waldemar Błaszczyk) może w końcu wyjść na wolność! Po sensacyjnej akcji policji i zasadzce zorganizowanej na Krupskiego (Maciej Wilewski) uda się udowodnić, że Cieślik padł ofiarą perfidnego spisku zorganizowanego przez swojego politycznego przeciwnika. Tuż po oczyszczeniu z zarzutów i pierwszych chwilach z bliskimi Damian postanowi pojechać na komendę i podziękować Sławkowi (Mariusz Słupiński) za pomoc w odzyskaniu dawnego życia. Ale gdy Cieślik dotrze na komisariat, pierwszą osobą, na którą wpadnie, będzie skuty w kajdanki Krupski. I nie będzie to miłe spotkanie. **JP**

→ **NA WSPÓLNEJ PO 15.06 godz. 20.15 TVN**

SAMOCHODZIK I TEMPLARIUSZE

PRZYGODOWY I znowu ruszamy z panem Tomaszem (Stanisław Mikulski) i jego trzema przyjaciółmi na poszukiwanie zaginionego skarbu templariuszy. Przeżywamy chwilę grozy, kiedy Pan Samochodzik ściga się z przestępcami chcącymi zrabować kosztowności dla siebie, podziwiamy piękną Ewę Szykulską (Karen) i zazdrościmy pływającego wehikułu (skonstruowanego na bazie podwozia niemieckiego auta typu Schwimmwagen z silnikiem Garbusa). Co ciekawe, podczas zdjęć na jeziorze doszło do wypadku i amfibia utonęła. Na szczęście nikomu nic się nie stało, a scenografowie mieli w zapasie drugi egzemplarz. **EGP**

→ **SAMOCHODZIK I TEMPLARIUSZE PT 12.06 godz. 17.00 TVP KULTURA**

OD 1. ODCINKA

FOT.: EAST NEWS (2), MAT.PRASOWE (6)

Poldek i Duduś wyruszają w drogę!

OD 1. ODCINKA

PODRÓŻ ZA JEDEN UŚMIECH

PRZYGODOWY Przebiegły Poldek i jego gapowaty, ale pewny siebie kuzyn Duduś wyruszają z Krakowa nad Bałtyk, licząc na spokojne wakacje. Nie przypuszczają, że będą mieć pecha i ich wyjazd przerodzi się w serię zabawnych nieporozumień. Serial na podstawie książki Adama Bahdaja był wakacyjną pocztówką z Polski. Ekipa kręciła zdjęcia m.in. w Krakowie, Kazimierzu Dolnym, Chełmnie, Gdańsku, Sopocie, Jastarni i Kartuzach. Zanim Henryk Gołębiewski i Filip Łobodziński zostali Poldkiem i Dudusiem, grali razem w filmie „Abel, twój brat". Reżyser Stanisław Jędryka wspominał, że dzięki temu na planie „Podróży..." nie musieli się długo docierać. **MAM**

→ PODRÓŻ ZA JEDEN UŚMIECH WT 16.06 godz. 17.45 TVP KULTURA

Książę Olaf konsultuje z rządem decyzję syna o poślubieniu dziewczyny spoza arystokracji.

FINAŁ

HARALD I SONJA: MIŁOŚĆ WBREW REGUŁOM

BIOGRAFICZNY Król Olaf (Anders Baasmo) po raz pierwszy prosi norweski rząd o opinię w sprawie związku następcy tronu. W kraju narasta przekonanie, że Harald (Sindre Strand Offerdal) i Sonja (Gina Bernhoft Gørvell) powinni się pobrać, lecz politycy obawiają się, że małżeństwo księcia z „przeciętną" obywatelką może zachwiać pozycją monarchii. Gabinet unika jednoznacznej deklaracji, a Harald coraz silniej odczuwa konflikt pomiędzy miłością a obowiązującymi regułami. Sonja pragnie iść za głosem serca, ale lęka się społecznych konsekwencji. Ostatecznie to król podejmuje decyzję, która może odmienić losy rodziny i całego kraju. **BD**

→ HARALD I SONJA: MIŁOŚĆ WBREW REGUŁOM ND 14.06 godz. 17.15 TVP 2

TABLETKA WSPIERAJĄCA WZROK

WSPANIALE JEST CIESZYĆ SIĘ DOBRYM WZROKIEM

Madeleine opowiedziała nam jak Blue Berry™ Plus wspiera jej wzrok.

Model Image

Mam na imię Madeleine. Jestem emerytką i mieszkam w Montrealu. Lubię spędzać czas ciesząc się naturą, malując kwiaty i pejzaże. W miarę upływu czasu byłam coraz bardziej świadoma, że z wiekiem niestety, mój wzrok może się pogarszać. Malowanie krajobrazów, szczególnie zawierających małe detale, wymaga dobrego wzroku i może być obciążeniem dla oczu. Chciałabym utrzymać dobry wzrok i cieszyć się moją pasją, również w zaawansowanym wieku. Postanowiłam poszukać suplementacji wspierającej wzrok.

DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ NA TEMAT BLUE BERRY PLUS

Przeglądając prasę, przeczytałam o skandynawskich tabletkach **Blue Berry Plus** pomagających utrzymać dobry wzrok. Tego samego dnia kupiłam pierwsze opakowanie w swojej aptece i od razu rozpoczęłam suplementację, mając nadzieję, że pomoże mi zadbać o oczy. Przyjmuję **Blue Berry Plus** regularnie i jestem bardzo zadowolona. Maluję tak często, jak to tylko możliwe, a to poprawia mi nastrój. Cieszę się, że trafiłam na ten produkt i gorąco go polecam każdemu, kto chciałby zadbać o swój wzrok.

Madeleine F., Quebec

★★★★★

Produkt Roku 2026 wg ŚWIATA FARMACJI
w kategorii **„Preparaty na zdrowe oczy** – doustne"
na podstawie ankiety przeprowadzonej wśród farmaceutów

Szwedzkie tabletki wspierające wzrok z wyciągiem z czarnej borówki

Suplement diety **Blue Berry Plus** został wynaleziony w Szwecji przez skandynawską firmę New Nordic. Jest produkowany z dziko rosnących borówek. Zawiera wysokiej jakości wyciąg z czarnej borówki z luteiną, wyciąg ze świetlika i kwiatów aksamitki, witaminę A, cynk oraz miedź.

Zapytaj o Blue Berry Plus skandynawskiej firmy New Nordic

Dostępny **w aptekach i na www.newnordic.pl** w opakowaniach: **60 i bardziej ekonomicznych – 120 tabletek.**

W przypadku braku może być zamówiony specjalnie dla Ciebie przez farmaceutę.

Kod BLOZ 3343651 ułatwi zamówienie produktu.

NEW NORDIC

www.newnordic.pl
tel.: +48 22 212 54 10
New Nordic Healthbrands Polska Sp. z o.o.

REKLAMA

POLSKIE MUNDIALE we wspomnieniach trenerów, hołd dla Kory, ulubione piosenki Zbigniewa Wodeckiego, Wiktor Zborowski o sobie.

ROZRYWKA

Prowadzący powspomina lepsze czasy polskiej piłki nożnej.

PREMIERA

ROZMOWY NA MEDAL

TALK-SHOW Choć mistrzostwa świata w piłce nożnej rozgrywane są od 1930 r., Polakom udało się do nich zakwalifikować tylko 9 razy (zdobyliśmy na nich jedynie dwa brązowe medale – w 1974 i 1982 r.). W tym roku niestety również musimy obejść się smakiem. Dariusz Szpakowski wróci więc do naszych historycznych występów. Powspomina je z selekcjonerami naszej reprezentacji, w tym z Antonim Piechniczkiem, Jackiem Gmochem, Jerzym Engelem i Pawłem Janasem. Zapyta ich, czy patrząc z perspektywy czasu właściwie zarządzili grupą, czy w ich zespołach panowała dobra atmosfera i w końcu czy zrobili absolutnie wszystko, by osiągnąć sukces. **EGP**

Szczęśliwy Antoni Piechniczek podczas wygranych eliminacji do MŚ 1982 – na zdj. z Dariuszem Szpakowskim.

→ **ROZMOWY NA MEDAL SO 13.06 godz. 15.20 TVP 1**

NIEDZIELA Z... WIKTOREM ZBOROWSKIM

MAGAZYN Być może byłby zawodowym koszykarzem, gdyby nie doznał kontuzji. Wtedy postanowił zdawać na studia aktorskie, do których przygotowywał go wuj, Jan Kobuszewski. Przez ponad 50 lat na scenie i ekranie zagrał wiele niezapomnianych ról. Pytany o zawodowe marzenia, żartuje: – Jeśli już, to mogę marzyć o bardzo statycznej roli dostojnego starca, która będzie na tyle wspaniała, że przyniesie mi wszystkie możliwe Złote Globy, Złote Niedźwiedzie, Złote Palmy i Oscary! I to właśnie Wiktor Zborowski będzie gościem programu w TVP Kultura. Tuż po nim (godz. 17.55) obejrzymy komedię „Złoto dezerterów". **EGP**

→ **NIEDZIELA Z... WIKTOREM ZBOROWSKIM ND 14.06 godz. 17.15 TVP KULTURA**

FALOWANIE I SPADANIE...

KONCERT W ubiegłorocznym koncercie poświęconym pamięci zmarłej w 2018 r. Kory wystąpili jej przyjaciele i wielbiciele jej talentu, którzy w ten sposób oddali hołd jej twórczości. I tak John Porter wspólnie z Renatą Przemyk wykonał utwór „To tylko tango", Katarzyna Chlebny zaśpiewała m.in. „Krakowski spleen"; aktor Bartosz Porczyk – „Lipstick on the glass", Natalia Przybysz przebój „Ta noc do innych jest niepodobna", Tomasz Organek „Stoję, stoję, czuję się świetnie", Bovska „Szare miraże", Anita Lipnicka „Lucciolę", Krzysztof Zalewski „Boskie Buenos", a Anna Rusowicz „Nie poganiaj mnie, bo tracę oddech". **EGP**

→ **FALOWANIE I SPADANIE - PAMIĘCI KORY SO 13.06 godz. 22.05 TVP KULTURA**

FOT.: AKPA (2), EAST NEWS, REPORTER, ADOBE STOCK, MAT.PRASOWE (2)

PREMIERA

Wśród wykonawców zobaczymy Mietka Szcześniaka.

WODECKI TWIST – TYLKO W KINIE

KONCERT „Tylko w kinie / Świat jest, jaki być powinien / Wszystko dobrze się układa / Idealnie" – to słowa z piosenki, którą Zbigniew Wodecki wykonywał z Haliną Frąckowiak i napisał do niej muzykę. Ten utwór stał się inspiracją dla twórców galowego koncertu tegorocznej odsłony Wodecki Twist. Usłyszymy kochane przez publiczność piosenki, spośród których wiele miało swoje „pięć minut" w polskim filmie. Na scenie, w otoczeniu minimalistycznej czarno-białej scenografii, pojawią się m.in. Mietek Szcześniak, Reni Jusis czy Natalia Przybysz. Artystom towarzyszyć będzie Orkiestra Tomasza Szymusia. **MJ**

→ WODECKI TWIST – TYLKO W KINIE PT 19.06 godz. 20.05 TVP 2

Dolny Śląsk to piękna architektura, bogata historia i niespotykane nigdzie indziej smaki.

OKRASA ŁAMIE PRZEPISY

KULINARNY W oczekiwaniu na premierowe odcinki Karol Okrasa przypomni nam regionalne smaki – a przy okazji także atrakcje – Dolnego Śląska. We Wrocławiu opowie o lokalnej odmianie bigosu z czerwonej kapusty z dodatkiem wina, jabłek, rodzynek. Odwiedzi także okolice Żmigrodu, gdzie pani Emilia opowie o rodzinnej tradycji przygotowywania kiszonek – jej dziadek sam wyrabiał beczki, w których później przechowywano warzywa. Na koniec prowadzący zabierze nas też nad Stawy Milickie. Tam przygotuje kolejne dwie odmiany bigosu: jedną wzbogaconą o łopatkę jagnięcą i sok z czerwonych buraków, a drugą z dodatkiem ryb. **JK**

→ OKRASA ŁAMIE PRZEPISY SO 13.06 godz. 14.45 TVP 1

MORWA BIAŁA

Obniżyłam poziom cukru we krwi

Pani Krystyna odkryła u siebie podwyższony poziom cukru we krwi. Na szczęście córka poleciła mamie produkowany w Skandynawii **Zuccarin**, który pomaga utrzymać w normie poziom cukru we krwi.

Pani Krystyna, wiele lat pracowała w służbie zdrowia. Na emeryturze nadal prowadzi aktywny tryb życia. Kiedy badania wykazały, że ma podwyższony poziom cukru we krwi przestraszyła się.
Na szczęście, córka, zachęciła mamę do wypróbowania tabletek **Zuccarin**. Preparat ten zawiera dużą dawkę wyciągu z liści morwy białej oraz chrom i pomaga utrzymać w normie poziom cukru we krwi. Po pewnym czasie poziom cukru powrócił do normy.
*„W trakcie przyjmowania tabletek **Zuccarin** mój poziom cukru obniżył się."*
Pani Krystyna pamięta smak owoców morwy z dzieciństwa, zrywała je prosto z drzewa w pięknym ogrodzie rodziców. Cała rodzina cieszyła się ich smakiem, nie znając ich zdrowotnych walorów.

★★★★★
Produkt Roku 2025 wg ŚWIATA FARMACJI
w kategorii
„Preparaty obniżające poziom cukru"
na podstawie ankiety przeprowadzonej wśród farmaceutów

Teraz opowiada znajomym:
*„Wcześniej próbowałam innych suplementów diety zawierających wyciąg z morwy, jednak tylko kupiony w aptece **Zuccarin** mi pomógł. Nadal go stosuję i nie muszę przestrzegać rygorystycznej diety. **To najlepsze co mogłam zrobić dla siebie!**"*

Liście morwy - przełom!

Wyciąg z liści morwy może stabilizować poziom cukru we krwi, powstrzymując wchłanianie cukrów z węglowodanów. Jedna tabletka zażyta przed posiłkiem pomaga kontrolować poziom cukru we krwi, apetyt na słodkie potrawy oraz wagę.

Wysoka, standaryzowana na 2% DNJ zawartość ekstraktu z morwy białej – 400 mg w tabletce Zuccarin – twoja gwarancja wysokiej jakości i efektywności.

Zapytaj o Zuccarin™ skandynawskiej firmy New Nordic

Dostępny **w aptekach i na www.newnordic.pl** w opakowaniach **60 i bardziej ekonomicznych – 120 tabletek.**
W przypadku braku może być zamówiony specjalnie dla Ciebie przez farmaceutę.
Kod BLOZ 8101001ułatwi zamówienie produktu.

NEW NORDIC

www.newnordic.pl
tel.: +48 22 212 54 10
New Nordic Healthbrands Polska Sp. z o.o.

SUPLEMENT DIETY

REKLAMA

POTĘGA WODY, ludzie ze swoimi obsesjami oraz kulinarna i kulturowa podróż przez słynne miasta.

→ DOKUMENT

Tara to rzeka, która zachwyca wyjątkowym kolorem wody. Cały kanion to cud natury!

RAJSKIE ZAKĄTKI EUROPY

SIŁA RZEK Seria dokumentalna ukazująca wodne ekosystemy Europy – miejsca, w których spotkanie żywiołów wody i ziemi tworzy spektakularne krajobrazy oraz unikatowe siedliska roślin i zwierząt (m.in. potoki Tatr, niemiecka Szprewa). Wśród nich szczególne miejsce zajmuje Tara – turkusowa rzeka Czarnogóry. To zimna i wartka rzeka, w której żyją wrażliwe na zanieczyszczenia gatunki, m.in. europejski rak szlachetny. Trudno dostępne górskie tereny sprawiają, że przyroda pozostaje tu niemal nietknięta. Na końcowym odcinku rzeka wyznacza granicę Czarnogóry i Bośni, by ostatecznie połączyć się z Driną, tworząc po drodze najgłębszy kanion Europy. **MP**

Rak szlachetny jest symbolem Tary.

→ RAJSKIE ZAKĄTKI EUROPY
PO-PT 15-19.06 godz. 13.10
TVP NAUKA

ŻYCIE Z NERWICĄ NATRĘCTW

W PUŁAPCE OBSESJI Tylko w Wielkiej Brytanii milion osób doświadcza codziennie czegoś, co lekarze nazywają zaburzeniami obsesyjno-kompulsyjnymi (OCD), czyli chorobą lękową. Ten film zabiera widzów w otwierającą oczy podróż po spektrum obsesyjnych zachowań, np. na punkcie czystości. Poznamy m.in. mężczyznę, który nie może spać, jeśli nie ułoży wszystkich pudełkek z płatkami śniadaniowymi oraz kobietę, która wpada w histerię, jeśli łóżko nie jest pościelone. Historie tych osób i komentarze ekspertów pomagają zrozumieć różnicę między „dziwactwem" a klinicznym OCD oraz sposobami jego leczenia. **MP**

→ ŻYCIE Z NERWICĄ NATRĘCTW
WT 16.06 godz. 15.50 TVP DOKUMENT

ANTONI POROWSKI: W RYTMIE MIASTA

TROPY METROPOLII Kanadyjski aktor i kucharz polskiego pochodzenia, Antoni Porowski, wyruszył w podróż po światowych metropoliach i ich kulturowym oraz kulinarnym szlaku. Odkryje miejsca, które nadają miastom wyjątkowy charakter. W pierwszym odcinku odwiedzi Londyn. Tu pozna jego wielokulturową duszę i wyjątkowe smaki miasta. Przedstawi nam Meksyk, zachwycający architekturą i słynący z kultury widowiskowych walk lucha libre. W Paryżu spotka mieszkańców, którzy pokazują mu mniej oczywiste oblicze stolicy Francji, gdzie tradycja przenika się z nowoczesnością. **MP**

→ ANTONI POROWSKI: W RYTMIE MIASTA ND 14.06 godz. 12.00
NATIONAL GEOGRAPHIC

PREMIERA

FOT: ADOBE STOCK (3), NATIONAL GEOGRAPHIC

Poznaj oryginalny i dobry kolagen

ZDROWY ORGANIZM MA ZDOLNOŚĆ SYSTEMATYCZNEGO ODBUDOWYWANIA ZANIKAJĄCYCH WŁÓKIEN KOLAGENOWYCH. Z WIEKIEM JEDNAK TA ZDOLNOŚĆ SIĘ ZMNIEJSZA.

Kolagen to główne białko tkanki łącznej o specyficznym składzie i rozmieszczeniu aminokwasów. Jego włókna są wyjątkowo elastyczne i odporne na rozciąganie. Są też wytrzymałe. Kolagen jest dla komórek i tkanek spoiwem, swego rodaju organicznym klejem. W zależności od typu włókien (a jest ich 12) kolagen stanowi rusztowanie dla narządów wewnętrznych, odpowiada za odnowę komórkową, właściwy poziom nawilżenia, jędrność i sprężystość skóry. Wspomaga proces regeneracji uszkodzonych tkanek i blizn, stanowi budulec kości, ścięgien i stawów, a także tkanek tworzących błony śluzowe oraz wnętrze tętnic i żył, zapewniając ich prawidłowe ułożenie i ochronę przed uszkodzeniami.

KolagenCito – bestseller!

Znakomity, niemiecki, opatentowany produkt – postaw na jakość!

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

1 pastylka KolagenCito zawiera aż 400 mg kolagenu

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

KOLAGEN A ODPORNOŚĆ

Jest też istotnym elementem układu odpornościowego, korzystnie wpływając na zapobieganie interwencji drobnoustrojów, toksyn. W młodych, zdrowych organizmach kolagen jest wytwarzany na bieżąco, co podlega ciągłej wymianie, nieustannie regenerując uszkodzone tkanki. Proces ten spowalnia po 26. roku życia i wytwarzanie kolagenu spada. Dla organizmu oznacza to nie tylko pogorszenie wyglądu, ale i zdrowia – poza bólami stawów i osłabieniem kości dochodzi również do zwiotczenia mięśni, a także zaburzeń pracy układu odpornościowego. Spadek i zahamowanie produkcji kolagenu to naturalna konsekwencja procesu starzenia się, ten cenny składnik można jednak dostarczać sobie w inny sposób. Na przykład przyjmując doustnie pastylki kolagenowe z witaminą C.

KolagenCito - NA MEDAL!

Niedobór kolagenu widoczny jest na naszej twarzy: zmienia się jej owal, gęstość skóry, opadają policzki, pogłębiają się zmarszczki. Nie inaczej jest z resztą ciała – biust nie jest w najlepszej formie, skóra na dekolcie i szyi robi się mniej napięta, na brzuchu i ramionach staje się mniej elastyczna, a na udach pojawia się cellulit. Pobolewają mięśnie, łokcie, biodra, kolana, łydki, kręgosłup, kark, barki. Niedobory kolagenu także pogarszają stan włosów, które stają się matowe i wypadają. Dlatego warto wspierać odbudowę organizmu i regularnie uzupełniać kolagen od wewnątrz. Dobrze jest wspomagać się produktami najlepszymi z najlepszych z zawartością kolagenu z witaminą C, która wspiera proces odbudowy włókien kolagenowych. Wysokogatunkowym produktem jest KolagenCito znanej z wysokiej jakości produktów niemieckiej firmy Reutter. Każda przemyślana receptura firmy Reutter jest oparta na wyjątkowo bogatym doświadczeniu jej ekspertów – firma Reutter ma ponad 100 lat doświadczenia! Doskonały KolagenCito jest chroniony prawem patentowym na świecie. To produkt w 100% oryginalny! KolagenCito to mistrz wśród kolagenów. Jest w aptekach i sklepach medyczno-zielarskich, a jego wysokogatunkowość jest w bardzo dobrej cenie, ok. 43 zł.

LUKA MODRIĆ może wystąpić w mundialu już po raz piąty.

HARRY KANE to laureat Złotego Buta za sezon 2025/2026.

DECLAN RICE pomógł Arsenalowi w powrocie na tron mistrza Anglii.

MISTRZOSTWA ŚWIATA

ANGLIA – CHORWACJA

PIŁKA NOŻNA Powiększenie liczby uczestników MŚ do 48 sprawiło, że starć drużyn ze światowego topu jest w pierwszej rundzie turnieju jak na lekarstwo. Batalia Anglii z Chorwacją to nieliczny rodzynek w tym piłkarskim cieście. W eliminacjach Synowie Albionu wygrali wszystkie mecze. Nieco zawiedli jednak w marcowych sparingach, przegrywając 0:1 z Japonią i remisując 1:1 z Urugwajem. Selekcjoner Thomas Tuchel wie, że jego szefów i kibiców zadowoli tylko tytuł mistrza globu. Taki sukces pozwoliłby mu też obronić niektóre wybory graczy do kadry. Niemcowi oberwało się za brak zaproszenia m.in. dla Phila Fodena i Harry'ego Maguire'a, a także za powołanie Dana Burna czy Jordana Hendersona. Z kolei selekcjoner reprezentacji Chorwacji, Zlatko Dalić, swoimi decyzjami personalnymi nie wywołał kontrowersji. On postawił na sprawdzonych w boju żołnierzy. Powołania dostali m.in. 40-letni Luka Modrić czy trzy lata młodszy Ivan Perišić. Weterani mają zadbać o to, by Ogniści znów udowodnili, że są drużyną turniejową, która potrafi maksymalnie wykorzystać atuty i zamaskować słabości. Chorwacja wydaje się jednak słabsza niż w 2018 roku, gdy zagrała w finale, czy w 2022 roku, kiedy wywalczyła brąz w Katarze. Mecz z Anglikami, wicemistrzami Europy, pokaże, na co tak naprawdę ją stać.

→ **ANGLIA – CHORWACJA ŚR 17.06 godz. 21.50 TVP 1**

MUNDIAL NABIERA rozpędu. Przed nami między innymi spotkania Anglii z Chorwacją, Brazylii z Marokiem, a także Francji z Senegalem.

PEDRI zbliża się do liczby 50 występów w kadrze La Furia Roja.

MISTRZOSTWA ŚWIATA

HISZPANIA – REPUBLIKA ZIELONEGO PRZYLĄDKA

PIŁKA NOŻNA W starciu z urzędującym mistrzem Europy szerokiej publiczności przedstawi się jeden z debiutantów tegorocznego mundialu. Piłkarze Republiki Zielonego Przylądka mają potencjał, by nie okazać się tylko dostarczycielami punktów w grupie H – także dla Urugwaju i Arabii Saudyjskiej. Pokazał to choćby niedawny towarzyski sprawdzian kadry Niebieskich Rekinów, w którym wypunktowała 3:0 zdecydowanie wyżej notowaną od siebie reprezentację Serbii.

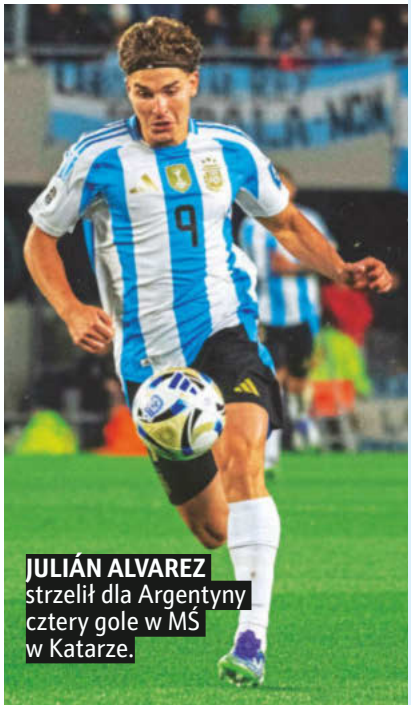
→ **HISZPANIA – REPUBLIKA ZIELONEGO PRZYLĄDKA PO 15.06 godz. 17.50 TVP 2**

ARGENTYNA – ALGIERIA

MISTRZOSTWA ŚWIATA

PIŁKA NOŻNA W ramach pierwszej serii spotkań fazy grupowej na murawę stadionu w Kansas City wybiegną broniący tytułu Argentyńczycy i w teorii skazywani na pożarcie Algierczycy. Lisy Pustyni, które wystąpią na mundialu pierwszy raz od 2014 roku, liczą na to, że na starcie turnieju w Meksyku, Kanadzie i USA faworyt będzie miał gorszy dzień. Przed czterema laty pod tym względem szczęście dopisało Arabii Saudyjskiej. Zielone Sokoły wykorzystały wówczas rozprężenie Albicelestes, ogrywając ich 2:1. Lionel Messi i spółka szybko otrząsnęli się po porażce. Pokonali później w grupie Meksyk (2:0) i Polskę (2:0), rozkręcając się z meczu na mecz aż do zwycięskiego finału z Francuzami. W zaskoczeniu drużyny z Ameryki Płd. nie pomoże Algierii m.in. plaga kontuzji wśród podstawowych bramkarzy reprezentacji.

→ **ARGENTYNA – ALGIERIA WT/ŚR 16.06 godz. 2.50 TVP 1**



JULIÁN ALVAREZ strzelił dla Argentyny cztery gole w MŚ w Katarze.

FOTO: MATERIAŁY PRASOWE

MISTRZOSTWA ŚWIATA

BRAZYLIA – MAROKO

PIŁKA NOŻNA W 2002 roku Brazylia została najbardziej utytułowaną reprezentacją w dziejach mundialu. Canarinhos pokonali wówczas w finale Niemców, sięgając po swój piąty Puchar Świata. Od tego czasu nie potrafili jednak wyśrubować własnego rekordu. Czterokrotnie kończyli mistrzostwa globu na etapie ćwierćfinału i tylko raz udało im się zająć w turnieju czwarte miejsce. Dla Brazylijczyków, dla których futbol jest niemal religią, to bardzo bolesna seria. Zadanie wyrwania ich z marazmu przyjął Carlo Ancelotti – były trener Realu Madryt. Włoch ma sprawić, by gwiazdy pokroju Viniciusa Júniora uwolniły wreszcie na mundialu pełnię swojego potencjału. Zobaczymy, czy nastąpi to już w pierwszym grupowym meczu Canarinhos przeciwko Maroku. Waleczne Lwy Atlasu cztery lata temu otarły się o brązowy medal MŚ, przegrywając finał pocieszenia z Chorwacją (1:2). Mimo to zapisały się w historii złotymi zgłoskami jako ta drużyna z Afryki, która osiągnęła najlepszy wynik na mundialu. Na stadionie w East Rutherford Achrafa Hakimiego i spółkę także stać na to, by utrzeć nosa faworytom.

→ **BRAZYLIA – MAROKO**
SO 13.06 godz. 23.50 TVP 2

ACHRAF HAKIMI to lider reprezentacji Maroka i świeżo upieczony triumfator Ligi Mistrzów z PSG.

VINICIUS JÚNIOR, as Realu Madryt, przystępuje do drugiego mundialu w swojej karierze.

MISTRZOSTWA ŚWIATA

FRANCJA – SENEGAL

PIŁKA NOŻNA Trójkolorowi trafili do grupy śmierci, którą oprócz Senegalczyków tworzą też Norwegowie oraz Irakijczycy. By nie okazała się ona pułapką bez wyjścia, wicemistrzowie świata muszą zrobić wszystko, by dobrze zacząć turniej. Zadania nie ułatwi im presja towarzysząca faworytom wielkich imprez. Przygniotła ona Les Bleus choćby na mundialu w 2002 roku, gdy przegrali swoje inauguracyjne spotkanie... właśnie z Senegalem (0:1). Lwy Terangi mają nadzieję, że historia zatoczy koło w East Rutherford, gdzie znów spróbują postraszyć Francuzów i skomplikować im plan awansu do fazy pucharowej.

→ **FRANCJA – SENEGAL**
WT 16.06 godz. 20.50 TVP 1

OUSMANE DEMBÉLÉ to zdobywca Złotej Piłki za 2025 rok.

SADIO MANÉ na co dzień jest graczem saudyjskiego Al-Nassr.

AYUMU SEKO swego czasu był łączony z Jagiellonią Białystok.

MEMPHIS DEPAY w 2024 r. zamienił Atlético na brazylijskie Corinthians.

MISTRZOSTWA ŚWIATA

HOLANDIA – JAPONIA

PIŁKA NOŻNA Gdyby Polacy odprawili z kwitkiem Szwedów w finale baraży, znaleźliby się zamiast nich w grupie F wraz z Holandią, Japonią i Tunezją. Z tego grona Pomarańczowi wydają się głównymi kandydatami do awansu do fazy pucharowej. Drużyna z Beneluksu już od dobrych kilku lat nie jest jednak w stanie rozwinąć skrzydeł podczas ważnych turniejów. Skraść show na mistrzostwach świata potrafią za to Samurajowie. W poprzedniej edycji mundialu piłkarze z Kraju Kwitnącej Wiśni pokonali w grupowych zmaganiach Niemców i Hiszpanów, a w 1/8 finału ulegli Chorwatom dopiero po serii rzutów karnych. Teraz też mogą namieszać.

→ **HOLANDIA – JAPONIA**
ND 14.06 godz. 21.50 TVP 1

TYDZIEŃ SPORTU NA ŻYWO

TRANSMISJE OD SOBOTY 13 DO PIĄTKU 19 CZERWCA Zaplanuj z nami cały tydzień sportowych emocji!

PIŁKA NOŻNA

MISTRZOSTWA ŚWIATA 2026

SO Katar – Szwajcaria
20.50 TVP 1; TVP SPORT

SO Brazylia – Maroko
23.50 TVP 2; TVP SPORT

SO/ND Haiti – Szkocja
2.50 TVP 1; TVP SPORT

ND Australia – Turcja
5.50 TVP 2; TVP SPORT

ND Niemcy – Curacao
18.50 TVP 2; TVP SPORT

ND Holandia – Japonia
21.50 TVP 1; TVP SPORT

ND Wybrzeże Kości Słoniowej – Ekwador
0.50 TVP 2; TVP SPORT

ND/PO Szwecja – Tunezja
3.50 TVP 1; TVP SPORT

PO Hiszpania – Republika Zielonego Przylądka
17.50 TVP 2; TVP SPORT

PO Belgia – Egipt
20.50 TVP 1; TVP SPORT

PO Arabia Saudyjska – Urugwaj
23.50 TVP 2; TVP SPORT

PO/WT Iran – Nowa Zelandia
2.50 TVP 1; TVP SPORT

WT Francja – Senegal
20.50 TVP 1; TVP SPORT

WT Irak – Norwegia
23.50 TVP 2; TVP SPORT

WT/ŚR Argentyna – Algieria
2.50 TVP 1; TVP SPORT

ŚR Austria – Jordania
5.50 TVP 2; TVP SPORT

ŚR Portugalia – Demokratyczna Republika Konga
18.50 TVP 2; TVP SPORT

ŚR Anglia – Chorwacja HIT
21.50 TVP 1; TVP SPORT

ŚR Ghana – Panama
0.50 TVP 2; TVP SPORT

ŚR/CZ Uzbekistan – Kolumbia
3.50 TVP 1; TVP SPORT

CZ Czechy – RPA
17.50 TVP 2; TVP SPORT

CZ Szwajcaria – Bośnia i Hercegowina
20.50 TVP 1; TVP SPORT

CZ Kanada – Katar
23.50 TVP 2; TVP SPORT

CZ/PT Meksyk – Korea Południowa
2.50 TVP 1; TVP SPORT

PT USA – Australia
20.50 TVP 1; TVP SPORT

PT Szkocja – Maroko
23.50 TVP 2; TVP SPORT

PT/SO Brazylia – Haiti
2.20 TVP 1; TVP SPORT

INNE DYSCYPLINY

BOKS

PT **BKFC Fight Night: Nashville** CANAL+ SPORT
3.00 Waga lekka: Tony Soto – Juan Carlos DeLeon

FORMUŁA 1

SO **Grand Prix Barcelony-Katalonii** ELEVEN SPORTS 1
12.25 3. sesja treningowa

SO **Grand Prix Barcelony-Katalonii** ELEVEN SPORTS 1
15.55 Sesja kwalifikacyjna

ND **Grand Prix Barcelony-Katalonii** ELEVEN SPORTS 1
12.55 Parada kierowców

ND **Grand Prix Barcelony-Katalonii** ELEVEN SPORTS 1
14.55 Wyścig

JEŹDZIECTWO

SO **Zawody CSIO w Sopocie** TVP SPORT
11.45 Konkurs Dużej Rundy

PT **League of Nations** EUROSPORT 1
19.15 Rotterdam

KOLARSTWO

SO **Tour Auvergne-Rhône-Alpes** EUROSPORT 2
15.15 7. etap
Kwiatkowski

ND **Tour Auvergne-Rhône-Alpes** EUROSPORT 2
15.25 8. etap
Kwiatkowski

ŚR **Wyścig dookoła Słowenii** EUROSPORT 1
13.30 1. etap

ŚR **Tour de Suisse** EUROSPORT 1
15.45 1. etap

CZ **Wyścig dookoła Słowenii** EUROSPORT 1
13.30 2. etap

CZ **Tour de Suisse** EUROSPORT 1
15.45 2. etap

PT **Wyścig dookoła Słowenii** EUROSPORT 1
13.00 3. etap

PT **Tour de Suisse** EUROSPORT 1
15.35 3. etap

KOSZYKÓWKA MĘŻCZYZN

SO **Basket Liga** POLSAT SPORT 1
19.45 3. mecz finałowy fazy play-off: ORLEN Zastal Zielona Góra – Legia Warszawa

PO **Basket Liga** POLSAT SPORT 1
19.45 4. mecz finałowy fazy play-off: ORLEN Zastal Zielona Góra – Legia Warszawa

ŚR **Basket Liga** POLSAT SPORT 1
19.45 5. mecz finałowy fazy play-off: Legia Warszawa – ORLEN Zastal Zielona Góra

PT **Basket Liga** POLSAT SPORT 1
19.45 6. mecz finałowy fazy play-off: ORLEN Zastal Zielona Góra – Legia Warszawa

LEKKOATLETYKA

ND **Zawody World Athletics Continental Tour Gold w Los Angeles** POLSAT SPORT 3
22.00 USATF LA Grand Prix

WT **World Athletics Continental Tour Gold – Ostrawa 2026** POLSAT SPORT 1
18.00 65. edycja
Reprezentanci Polski

PT **Diamentowa Liga w Dosze** POLSAT SPORT 1; POLSAT SPORT EXTRA 2
18.00 Jetour Doha Meeting

PIŁKA RĘCZNA MĘŻCZYZN

SO **Liga Mistrzów** EUROSPORT 3
14.55 Mecz półfinałowy: SC Magdeburg – Füchse Berlin

SO **Liga Mistrzów** EUROSPORT 3
17.55 Mecz półfinałowy: Aalborg Handbold – Barca

ND **Liga Mistrzów** EUROSPORT 3
14.55 Mecz o 3. miejsce

ND **Liga Mistrzów** EUROSPORT 1
17.55 Mecz finałowy

SIATKÓWKA KOBIET

ŚR **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1
5.45 Mecz: Dominikana – USA

ŚR **Liga Narodów** POLSAT SPORT 3
8.45 Mecz: Kanada – Holandia

ŚR **Liga Narodów** POLSAT SPORT 2
9.45 Mecz: Czechy – Włochy

ŚR **Liga Narodów** POLSAT SPORT EXTRA 1
11.15 Mecz: Niemcy – Chiny

ŚR **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1; POLSAT SPORT EXTRA 2
11.45 Mecz: Bułgaria – Polska HIT

ŚR **Liga Narodów** POLSAT SPORT 2
13.45 Mecz: Japonia – Serbia

ŚR **Liga Narodów** POLSAT SPORT EXTRA 2; POLSAT SPORT 1
14.45 Mecz: Francja – Brazylia

ŚR **Liga Narodów** POLSAT SPORT EXTRA 1
15.15 Mecz: Tajlandia – Ukraina

ŚR **Liga Narodów** POLSAT SPORT 2
18.15 Mecz: Turcja – Belgia

CZ **Liga Narodów** POLSAT SPORT EXTRA 1
9.45 Mecz: Czechy – USA

CZ **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1; POLSAT SPORT EXTRA 2
11.45 Mecz: Ukraina – Polska

CZ **Liga Narodów** POLSAT SPORT EXTRA 1
13.45 Mecz: Serbia – Włochy

CZ **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1; POLSAT SPORT EXTRA 2
14.45 Mecz: Belgia – Brazylia

CZ **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1; POLSAT SPORT EXTRA 2
18.15 Mecz: Turcja – Francja

PT **Liga Narodów** POLSAT SPORT 3; POLSAT SPORT EXTRA 1
9.45 Mecz: Dominikana – Serbia

PT **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1
11.45 Mecz: Ukraina – Holandia

PT **Liga Narodów** POLSAT SPORT EXTRA 1
13.45 Mecz: Japonia – Czechy

– zawody z udziałem Polaków

PT Liga Narodów POLSAT SPORT 1
14.45 Mecz: Francja – Chiny

PT Liga Narodów POLSAT SPORT EXTRA 2
15.15 Mecz: Bułgaria – Kanada

PT Liga Narodów POLSAT SPORT EXTRA 1
18.15 Mecz: Belgia – Niemcy

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN

SO Liga Narodów POLSAT SPORT 3
10.15 Mecz: Chiny – Japonia

SO Liga Narodów POLSAT SPORT 1; POLSAT SPORT EXTRA 2
13.45 Mecz: Kuba – Słowenia

SO Liga Narodów POLSAT SPORT EXTRA 2; POLSAT SPORT 1
15.45 Mecz: Brazylia – Serbia

SO Liga Narodów POLSAT SPORT 2
20.30 Mecz: Bułgaria – Argentyna

SO Liga Narodów POLSAT SPORT 1; POLSAT SPORT EXTRA 2
21.45 Mecz: Kanada – USA

SO Liga Narodów POLSAT SPORT 1; POLSAT SPORT EXTRA 2
1.15 Mecz: Turcja – Włochy

ND Liga Narodów POLSAT SPORT 1; POLSAT SPORT EXTRA 2; POLSAT
6.45 Mecz: Ukraina – Polska

ND Liga Narodów POLSAT SPORT 3
10.15 Mecz: Chiny – Kuba

ND Liga Narodów POLSAT SPORT 1; POLSAT SPORT EXTRA 2
13.45 Mecz: Słowenia – Japonia

ND Liga Narodów POLSAT SPORT 3
15.45 Mecz: Belgia – Iran

ND Liga Narodów POLSAT SPORT 1; POLSAT SPORT EXTRA 2
16.45 Mecz: Niemcy – Francja

ND Liga Narodów POLSAT SPORT 1; POLSAT SPORT EXTRA 2
19.15 Mecz: Bułgaria – Serbia

ND Liga Narodów POLSAT SPORT 2
20.15 Mecz: Kanada – Turcja

ND Liga Narodów POLSAT SPORT 1; POLSAT SPORT EXTRA 2
22.45 Mecz: Brazylia – Argentyna

ND Liga Narodów POLSAT SPORT 2
23.45 Mecz: USA – Włochy

SPORTY WALKI

SO KSW 119 VOD CANAL+
19.00 Walka: Patryk Kaczmarczyk – Leo Brichta

ND UFC Freedom 250 POLSAT SPORT 1
2.00 Walka: Ilia Topuria – Justin Gaethje

PT Babilon MMA 58 w Nowym Sączu SUPER POLSAT
20.00 Walka: Rafał Dudek – Chris Melhuish

TENIS

SO Turniej WTA w Londynie CANAL+ SPORT 2
14.30 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

SO Turniej ATP w ,s-Hertogenbosch POLSAT SPORT 3
15.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

SO Turniej WTA w Londynie CANAL+ SPORT 2
16.30 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

SO Turniej ATP w ,s-Hertogenbosch POLSAT SPORT 3
17.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

ND Turniej WTA w Londynie CANAL+ SPORT 2
17.00 Mecz finałowy gry pojedynczej

PO Turniej WTA w Berlinie CANAL+ SPORT 2
11.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

PO Turniej ATP w Halle POLSAT SPORT 1
11.30 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

PO Turniej ATP w Londynie POLSAT SPORT 2
12.30 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

PO Turniej ATP w Halle POLSAT SPORT 1
15.30 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

PO Turniej WTA w Berlinie CANAL+ SPORT 2
15.30 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

PO Turniej ATP w Londynie POLSAT SPORT 2
16.30 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

PO Turniej ATP w Halle POLSAT SPORT 1
17.30 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

PO Turniej WTA w Berlinie CANAL+ SPORT 2
17.30 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

PO Turniej ATP w Londynie POLSAT SPORT 2
18.30 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

WT Turniej WTA w Berlinie CANAL+ SPORT 2
11.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

WT Turniej ATP w Halle POLSAT SPORT 1
11.30 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

WT Turniej ATP w Londynie POLSAT SPORT 2
12.30 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

WT Turniej ATP w Halle POLSAT SPORT 1
15.30 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

WT Turniej WTA w Berlinie CANAL+ SPORT 2
15.30 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

WT Turniej ATP w Londynie POLSAT SPORT 2
16.30 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

WT Turniej ATP w Halle POLSAT SPORT 3
17.30 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

WT Turniej WTA w Berlinie CANAL+ SPORT 2
17.30 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

WT Turniej ATP w Londynie POLSAT SPORT 2
18.30 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

ŚR Turniej WTA w Berlinie CANAL+ SPORT 2
11.00 Mecze 1. i 2. rundy gry pojedynczej

ŚR Turniej ATP w Halle POLSAT SPORT 3
11.30 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

ŚR Turniej ATP w Halle POLSAT SPORT 3
15.30 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

ŚR Turniej WTA w Berlinie CANAL+ SPORT 2
15.30 Mecze 1. i 2. rundy gry pojedynczej

ŚR Turniej ATP w Halle POLSAT SPORT 3
17.30 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

ŚR Turniej WTA w Berlinie CANAL+ SPORT 2
17.30 Mecze 1. i 2. rundy gry pojedynczej

CZ Turniej WTA w Berlinie CANAL+ SPORT 2
11.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

CZ Turniej ATP w Halle POLSAT SPORT 2
11.30 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

CZ Turniej ATP Challenger w Poznaniu POLSAT SPORT 3
12.00 Ćwierćfinał gry pojedynczej

CZ Turniej ATP w Halle POLSAT SPORT 2
15.30 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

CZ Turniej WTA w Berlinie CANAL+ SPORT 2
15.30 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

CZ Turniej ATP Challenger w Poznaniu POLSAT SPORT 3
16.00 Ćwierćfinał gry pojedynczej

CZ Turniej ATP w Halle POLSAT SPORT 2
17.30 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

CZ Turniej WTA w Berlinie CANAL+ SPORT 2
17.30 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

CZ Turniej ATP Challenger w Poznaniu POLSAT SPORT 3
18.00 Ćwierćfinał gry pojedynczej

PT Turniej WTA w Berlinie CANAL+ SPORT 2
11.00 Ćwierćfinał gry pojedynczej

PT Turniej ATP w Halle POLSAT SPORT 2
11.30 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

PT Turniej ATP Challenger w Poznaniu POLSAT SPORT 3
12.00 Mecz półfinałowy gry podwójnej

PT Turniej ATP w Halle POLSAT SPORT 2
15.30 Ćwierćfinał gry pojedynczej

PT Turniej WTA w Berlinie CANAL+ SPORT 2
15.30 Ćwierćfinał gry pojedynczej

PT Turniej ATP Challenger w Poznaniu POLSAT SPORT 3
16.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

PT Turniej ATP w Halle POLSAT SPORT 2
17.30 Ćwierćfinał gry pojedynczej

PT Turniej WTA w Berlinie CANAL+ SPORT 2
17.30 Ćwierćfinał gry pojedynczej

PT Turniej ATP Challenger w Poznaniu POLSAT SPORT 3
18.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

WIOŚLARSTWO

ND PŚ w Płowdiw TVP SPORT
10.30 Finały

ŻUŻEL

ND Metalkas 2. Ekstraliga CANAL+ SPORT 5
12.30 Mecz: Cellfast Wilki Krosno – Abramczyk Polonia Bydgoszcz

ND Metalkas 2. Ekstraliga CANAL+ SPORT 5
15.00 Mecz: H. Skrzydlewska Orzeł Łódź – ZKS Stal Rzeszów

ND PGE Ekstraliga CANAL+ SPORT
16.45 Mecz: Betard Sparta Wrocław – Gezet Stal Gorzów

ND PGE Ekstraliga CANAL+ SPORT
19.15 Mecz: GKM Grudziądz – Stelmet Falubaz Zielona Góra

CZ Metalkas 2. Ekstraliga CANAL+ SPORT 5
17.30 Mecz: Polonia Piła – H. Skrzydlewska Orzeł Łódź

CZ Metalkas 2. Ekstraliga CANAL+ SPORT 5
20.00 Mecz: ZKS Stal Rzeszów – Hunters PSŻ Poznań

PT PGE Ekstraliga CANAL+ SPORT; CANAL+ SPORT 5
17.30 Mecz: KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa – FOGO Unia Leszno

PT PGE Ekstraliga CANAL+ SPORT
20.00 Mecz: Gezet Stal Gorzów – BAYERSYSTEM GKM Grudziądz

SERIAL KRYMINALNY

ZA WSZELKĄ CENĘ

Gdy odsiadującego wyrok dożywocia Davida Burroughsa (Sam Worthington) odwiedza jego szwagierka Rachel Mills (Britt Lower), wszystko staje na głowie. Niesłusznie skazany za morderstwo własnego syna mężczyzna dowiaduje się, że być może chłopiec wciąż żyje. Owładnięty pragnieniem odnalezienia dziecka i udowodnienia, że jest niewinny, postanawia za wszelką cenę wydostać się z zakładu karnego i dotrzeć do osób, które wrobiły go w straszliwą zbrodnię dzieciobójstwa. Serial na podstawie powieści Harlana Cobena.

NETFLIX →PREMIERA 18.06

CZARNA KOMEDIA SF

BUGONIA

Pszczelarz Teddy Gatz (Jesse Plemons) jest podatny na wszelkiego rodzaju teorie spiskowe, a jego kuzyn Don (Aidan Delbis) stara się z tym nie dyskutować. Pewnego dnia jednak podejrzliwość Teddy;ego idzie o krok za daleko. Zaniepokojony spadkiem populacji pszczół miodnych zaczyna bowiem wierzyć, że wszystkiemu winna jest szefowa firmy farmaceutycznej, Michelle Fuller (Emma Stone). W mniemaniu Gatza jest ona... pragnącą zniszczyć Ziemię kosmitką i należy ją za wszelką cenę powstrzymać. Film Yorgosa Lanthimosa zdobył m.in. nagrodę podczas Festiwalu w Wenecji oraz Złote Globy.

SKYSHOWTIME →PREMIERA 13.06

SERIAL ANIMOWANY

MOJE PRZYGODY Z SUPERMANEM 3

Nowi rywale, dylematy moralne i coraz bardziej prawdopodobne widmo totalnego bezprawia w Metropolis. W obliczu kolejnych zagrożeń Clark Kent rozumie, że ciąży na nim wyjątkowa odpowiedzialność i postanawia wypełnić przeznaczenie. W trzecim sezonie serialu, w metropolisowym uniwersum pojawią się nowe wersje Superboya i Cyborg Supermana, jednak największe zamieszanie w działaniach Clarka wywoła jego kuzynka, Kara Zor-El vel Supergirl, która nie do końca będzie potrafiła odnaleźć się w nowych realiach.

HBO max →PREMIERA 14.06

THRILLER/DRAMAT

KRÓL DOPALACZY

Po śmierci ojca Dawid (Tomasz Włosok) zostaje z potężnym długiem i wierzycielami, których spłacenie wydaje się nierealne. Szukając różnych możliwości, dowiaduje się o substancjach, które można w Polsce sprzedawać legalnie. Wkrótce Dawid otwiera pierwszy sklep z dopalaczami, z dnia na dzień dorabia się dużych pieniędzy i zyskuje coraz większe poważanie, zarówno wśród gangsterów, jak i najwyższych szczytów władzy. Szybko przekonuje się jednak, że granica między tym, co legalne, a zakazane, jest niezwykle cienka. Film inspirowany prawdziwymi wydarzeniami.

Disney+ →PREMIERA 10.06

KOMEDIA ROMANTYCZNA

FOLLEMENTE. W TYM SZALEŃSTWIE JEST METODA

Piero (Edoardo Leo) i Lara (Pilar Fogliati) stresują się przed pierwszą randką. Zarówno on, jak i ona chcieliby w końcu się zakochać. Ale im bardziej chcą zaprezentować się z jak najlepszej strony, tym bardziej boją się, że zaliczą wpadkę. Próbując poznać swoje myśli i wyczuć pragnienia, odkrywają też lęki, niepewności i potrzeby. Nowy film twórcy światowego hitu „Dobrze się kłamie w miłym towarzystwie", Paolo Genovese rozgrywa się między... umysłami dwojga zainteresowanych sobą osób. I Piero, i Lara próbują dowiedzieć się, czy naprawdę są takimi osobami, za jakie się uważają.

CANAL+ →PREMIERA 19.06

DRAMAT

LA GRAZIA

Zagorzały katolik, zmęczony życiem i pełnieniem odpowiedzialnego stanowiska prezydent Włoch Mariano De Santis (Toni Servillo) kończy właśnie swoją kadencję i przeżywa moralne dylematy. De Santis waha się bowiem czy przed odejściem z urzędu powinien podpisać ustawę legalizującą eutanazję. Jakby tego było mało, przed nim rozważenie dwóch kontrowersyjnych próśb o ułaskawienie wystosowanych przez osoby, które zamordowały swoich partnerów. Poruszający film w reżyserii Paolo Sorrentino został nagrodzony m.in. na festiwalu w Wenecji.

HBO max → JUŻ DOSTĘPNY

SERIAL DRAMATYCZNY

OAZA

Prywatne plaże, strefy VIP, wyselekcjonowane jedzenie, najlepsze alkohole i całodobowa, dyskretna ochrona. Luksusowy hiszpański kurort ma być gwarancją wakacji doskonałych dla grupy przyjaciół. Ale gdy podczas hedonistycznego wypoczynku do Oazy nagle wkracza policja, wymarzony urlop zmienia się w niekończący się koszmar. Podczas badania tajemniczego zaginięcia w kurorcie na jaw zaczynają wychodzić bowiem mroczne sekrety i niechlubne grzechy przebywających w ośrodku młodych ludzi.

NETFLIX → PREMIERA 19.06

MELODRAMAT

TWOJA WINA: LONDYN

Ścieżki życiowe Nicka (Matthew Broome) i Noah (Asha Banks) coraz bardziej się rozchodzą. On zajmuje się rodzinnym biznesem, podczas gdy ona musi skupić się na nauce i pierwszym roku studiów na Oksfordzie. Wszystko to sprawia, że szaleńczo do tej pory w sobie zakochani młodzi ludzie spędzają ze sobą coraz mniej czasu i powoli zaczynają się od siebie oddalać. Nowe znajomości, nowe pokusy i odmienne tryby życia stawiają łączące ich uczucie pod dużym znakiem zapytania. Film jest 2. częścią brytyjskiej adaptacji poczytnej trylogii Mercedes Ron.

prime video → PREMIERA 17.06

FAMILIJNY

ZA DUŻY NA BAJKI 3

Czas na trzecią odsłonę mądrej opowieści familijnej o trudach dorastania i prawdziwej przyjaźni. Tym razem Waldek (Maciej Karaś) musi zmierzyć się z hejtem w sieci. Kiedy pod wpływem emocji chłopak publikuje w internecie złośliwy komentarz, nieświadomie uruchamia lawinę hejtu, która z całą siłą uderza w Delfinę (Amelia Fijałkowska). Aby ratować przyjaźń, Waldek postanawia stanąć nie tylko do walki z hejterami, ale i z własnym strachem. W roli mamy Waldka ponownie zobaczymy Karolinę Gruszkę, a jego ojczyma zagra Paweł Domagała.

NETFLIX → PREMIERA 17.06

KOMEDIA GROZY

ŚMIERĆ JEDNOROŻCA

Owdowiały prawnik Elliot Kintner (Paul Rudd), jadąc ze swoją córką Ridley (Jenna Ortega) samochodem, potrąca... jednorożca. Gdy Ridley chce sprawdzić, czy zwierzę żyje, i dotyka jego rogu, nagle zaczyna doświadczać niesamowitych wizji. Nie wiedząc, co zrobić z potrąconym stworzeniem, Kintnerowie zabierają je ze sobą do posiadłości szefa Elliota – Odella (Richard E. Grant). A ten, podekscytowany wizją zdobycia remedium na różne dolegliwości, pomimo ostrzeżeń Ridley, przeprowadza na jednorożcu eksperymenty. Niedługo potem zostaje zaatakowany.

sky SHOWTIME → JUŻ DOSTĘPNA

CHCESZ WIEDZIEĆ WIĘCEJ? CZYTAJ NETFILM

POD REDAKCJĄ JOANNY PASZTELAŃSKIEJ FOT: MATERIAŁY PRASOWE

TO&OWO WYBRANE Z TYGODNIA NAJPOPULARNIEJSZE SERIALE

20.15 TVN → **Znajomość z Leonem prowadzi Julkę na skraj przepaści. Dziewczyna uzależnia się od narkotyków. Okłamuje też ojca.**

Na Wspólnej

OBYCZAJOWY PO Cieślik opuszcza areszt. Jedzie podziękować Sławkowi. Na komendzie staje twarzą w twarz z Krupskim. Brygida i Remek planują skromny ślub. Michał jest poruszony. **WT** Czerski wychodzi ze szpitala, wspierany przez Olę i Zimińskiego. Okazuje się też, że Nowiński wycofał milionowe roszczenia wobec Mariusza. **ŚR** Igor niechętnie zgadza się na wyjazd Julki na koncert Leona poza Warszawę. Po nim młodzi znów sięgają po narkotyki. **CZ** Julka budzi się w złym stanie. Domaga się kolejnej dawki używek. Ignoruje telefony ojca. Wraca do domu dziwnie pobudzona.

HD POLSKA 2026 ▶35 min

ODZYSKANA WOLNOŚĆ
Damian w końcu może opuścić areszt. Czeka go konfrontacja z największym wrogiem.

16.50 TVN

Szpital św. Anny

OBYCZAJOWY

PO Na oddział trafia 11-latek. Jego zachowanie niepokoi Kaśkę. Daria robi cesarskie cięcie u pacjentki, która była uzależniona od narkotyków. **WT** Zyta i Paweł ratują życie chłopaka, który próbował popełnić samobójstwo. Na SOR-ze przebywa małżeństwo po wypadku. **ŚR** Sandra jest w szpitalu. Jedyną nadzieją pozostaje ryzykowna operacja usunięcia skrzepliny. Zosia musi podjąć trudną decyzję. **CZ** Lekarze pomagają 60-latce, której córka podejrzewa sąsiadkę o próbę wyłudzenia mieszkania. **PT** U pacjentki SOR-u występują powtarzające się omdlenia. Kaja konsultuje jej wyniki z doktorem Wrońskim.

HD POLSKA 2025 ▶65 min

19.00 TV PULS

Lombard. Życie pod zastaw 18

OBYCZAJOWY PO 18-letni Kamil ma problemy w relacjach z dziewczynami. Razem z kolegami zaczyna nękać Kasię, która go odrzuciła. **WT** Klara poszukuje swojego biologicznego dziecka, które zamieniono w szpitalu. Nie zdaje sobie jednak sprawy z konsekwencji. **ŚR** Lolek z uporem utrzymuje, że zabił Cibaka. Beton wątpi w tę wersję wydarzeń. Łanda podejmuje ważną decyzję. **CZ** Bartek opiekuje się siostrą i matką. By zdobyć gotówkę, zastawia w lombardzie kolekcjonerski zegarek. **PT** Andżelika po powrocie do domu nie zastaje. Mariusza. Znajduje list, obrączkę i telefon. Doznaje szoku.

HD POLSKA 2026 ▶60 min

8.50 TVP 1

Ranczo 5

OBYCZAJOWY

SO, PO-PT Paweł Kozioł uruchamia w Wilkowyjach aptekę. Rozdaje bony rabatowe i wszyscy głosują na niego w wyborach uzupełniających do rady gminy. Kusy nie potrafi poradzić sobie z Kingą. Prosi o pomoc Klaudię. Skutki jej działań są katastrofalne.

HD POLSKA 2011 ▶60 min

9.50 TVP 1

Komisarz Alex 5

KRYMINALNY

SO, PO-PT Zespół Orlicza bada okoliczności zabójstwa młodej narciarki, która zginęła zabita strzałą z łuku. Ochroniarz w trakcie awantury strzela do żony, a następnie postanawia zamordować swoje dzieci. Orlicz i Puchała organizują obławę.

HD POLSKA 2014 ▶55 min

16.15 TVP 2

Na dobre i na złe

OBYCZAJOWY

SO Falkowicz szkoli studentów. Podczas dyżuru leczy kobietę z podejrzaną zmianą skórną i guzem brzucha oraz pacjentkę w średnim wieku z objawami udaru. Iga opiekuje się prawnikiem po wypadku. W pewnym momencie zaczyna się ona dziwnie zachowywać.

HD POLSKA 2026 ▶65 min

19.25 TVP 2

Rodzinka.pl

KOMEDIOWY

SO Ludwik i Marek podsumowują życiowe sukcesy i porażki. Podczas nieobecności Kuby młodych Boskich odwiedza Sonia, wprawiając Tomka w zakłopotanie. Natalia i Ludwik martwią się, że przez ich błędy wychowawcze synowie są niesamodzielni.

HD POLSKA 2025 ▶35 min

NIE PRZEGAP!

20.10 ALE KINO+

Zbrodnie w Ystad

KRYMINALNY

ND Iris w Sztokholmie ma zidentyfikować mężczyznę, który jest podejrzany o zastrzelenie Christiana. Tymczasem w Ystad policja poznaje wyniki badań znalezionych szczątków.

HD NIEMCY/SZWECJA 2023 ▶120 min

21.55 AXN

FBI: Most Wanted 4

KRYMINALNY PO Nastolatkowie Luke Spottiswood i Chloe LeBlanc zostają uprowadzeni przez pastora Jacoba Variteka i jego brata Rudolpha. Stróże prawa zaczynają zakrojone na cały stan poszukiwania.

HD USA 2022 ▶60 min

21.05 AXN

Rekrut 8

KRYMINALNY

WT Nolan i Garza nadzorują transport więźniów z Las Vegas do Los Angeles. Na pokładzie są m.in. Oscar i szef prywatnej firmy wojskowej. W pewnej chwili pilot próbuje uprowadzić samolot.

HD USA 2026 ▶60 min

20.10 ALE KINO+

Wiem, co widziałam

KRYMINALNY ŚR Społeczność odwraca się od Penny. Kobieta traci posadę w szkole. Ollie uświadamia jej, do czego doprowadziła swoimi działaniami. Phil daje się poznać jako manipulator.

HD NOWA ZELANDIA 2023 ▶125 min

OD 13 DO 19 CZERWCA 2026

19.00 Policjantki i Policjanci
TV 4

OBYCZAJOWY **PO** Sołtys zmaga się z rozterkami, lecz nie ma czasu na rozmowę z Leną. Razem z ekipą bada sprawę pobicia Leszka. **WT** Pani Jadwiga zgłasza na komendzie, że rozpoznała kobietę, która niedawno ją okradła, podając się pod pracownicę administracji. **ŚR** Zatrzymany mężczyzna domaga się kontaktu z Olą. Funkcjonariusze starają się ustalić, skąd transportował broń automatyczną. **CZ** Lena i Bartek reagują na zgłoszenie dotyczące napadu rabunkowego. Trop prowadzi do pasera. **PT** Marek zaczyna patrol z Darią. Musi odebrać poród. Wychodzą na jaw nowe fakty na temat młodej matki.

HD POLSKA 2026 ▶60 min

19.25 Barwy szczęścia
TVP 2 **OBYCZAJOWY**

WT Kępski dowiaduje się od Wiktora, że Grażyna ma nowego partnera. Kasia kontynuuje walkę o bezpieczeństwo na drogach. Stara się zaangażować w sprawę Weronikę i Darka. U Pyrków sytuacja staje się coraz bardziej napięta. Zjawia się Lucyna, która jest zainteresowana zakupem udziałów Iwony. **PT** Z powodu stresu Natalia ma problemy ze zdrowiem. Diler odkrywa, że Renata związała się z policjantem. Spanikowana kobieta traci dostęp do narkotyku. Grażyna ponownie umawia się z Patrykiem na randkę. Tomasz, widząc, jak Wiracka rozkwita w nowym związku, czuje zazdrość.

HD POLSKA 2026 ▶40 min

20.00 Uroczysko
TV 4 **KRYMINALNY**

PO Instruktor harcerstwa zostaje znaleziony martwy przed namiotem. Laura odkrywa na jego ciele ślady ukłucia. Zuza zabezpiecza strzykawkę. Przesłuchiwani są drużynowi. **WT** Wesele zamienia się w koszmar, gdy z tortu wycieka czerwony płyn. Filip podejrzewa rzeźnika. Przeszukanie spiżarni z latarką UV rzuca nowe światło na sprawę. **ŚR** Ekipa kręci reklamę ośrodka wypoczynkowego. Podczas nagrania aktor spada z dużej wysokości. Filip ustala, że nie był to wypadek. **CZ** W domu na wzgórzu przed laty doszło do okrutnego morderstwa. Wkrótce mieszkający tam Artem znajduje w jednym z pokojów zwłoki...

HD POLSKA 2025 ▶30 min

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

PO Pracownik domu pogrzebowego w wyniku stresu doznaje przełomu nadciśnieniowego. Twierdzi, że został pogryziony przez zombi. Na interwencji Wiktor spotyka dawnego pacjenta, Remigiusza. **WT** Ratownicy odpowiadają na wezwanie do mężczyzny z podejrzeniem zawału. Okazuje się, że to jego żona pilnie potrzebuje pomocy. Róża i Alek jadą do chłopca z wstrząśnieniem mózgu. **ŚR** Pacjent Banacha doznaje ataku padaczkowego. Klis znajduje sposób na odsunięcie Nowego od Britney. Załatwia koledze pracę w Anglii. Romek dowiaduje się, że Ela z powodu Kotarby ma problemy na uczelni.

HD POLSKA 2026 ▶65 min

20.25 Ojciec Mateusz 26
TVP 1 **KRYMINALNY**

ND Biskup wzywa Mateusza na spotkanie 13. na godzinę 13.00. Natalia uważa, że numerologiczny zbieg okoliczności zwiastuje zmiany. Gibalski marzy o awansie. Mierzy się z przemytem kokainy. W proceder zamieszany jest wysoko postawiony oficer policji.

HD POLSKA 2021 ▶55 min

21.05 Sprawiedliwi. Trójmiasto
TV 4 **KRYMINALNY** **PO-CZ** Z przedszkola znika pięcioletni Jaś. Głównym podejrzanym staje się Filipiak. W jeziorze znaleziono ciało Kamila Wasiaka. Berg i Pietras ustalają, że był alkoholikiem i miał skłonność do agresji. Wiele świadczy przeciw jego sąsiadowi.

HD POLSKA 2026 ▶60 min

21.00 Kontyngent
C+ PREMIUM **WOJENNY**

PO Pułkownik Andreasson i jego ludzie znajdują się w ogniu krytyki ze strony szwedzkiej klasy politycznej. Elity nie popierają ich działań w Bośni. Eldin próbuje odnaleźć Lanę. Bliscy żołnierzy nalegają na ich powrót do kraju. Część chce zostać na Bałkanach.

HD SZWECJA 2025 ▶50 min

22.00 Czarna lista
TV 6 **KRYMINALNY**

PO-CZ Życie Reda jest w niebezpieczeństwie. Anslo Garrick, kolejny punkt na jego czarnej liście, próbuje go porwać. Głos nagrany na wideo mówi, że nie ma na świecie miejsca, w którym byłby bezpieczny. Ressler usiłuje uchronić Reda przed zamachem.

USA 2013 ▶60 min

22.05 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny
TV 4 **KRYMINALNY** **PO-CZ** Na cmentarzu zostaje znaleziony martwy wikary, a z kaplicy znika ciało Alberta Rydza. Kłos i Kalicka podejrzewają, że duchowny zginął, gdy przyłapał złodzieja zwłok.

HD POLSKA 2026 ▶60 min

20.30 Prokurator
TVP 1 **KRYMINALNY**

ŚR W hotelu znaleziono ciało 49-latka. Sidlecka stwierdza, że zmarł na zawał. Okazuje się, że był poszukiwaczem duchów. W pozornie błahej sprawie pojawia się coraz więcej zagadek.

HD POLSKA 2015 ▶55 min

21.05 Zabójcza broń 3
AXN **SENSACYJNY**

ŚR Przed restauracją, w której pracuje świadek Elliott, wybucha samochód pułapka. Mężczyzna uchodzi z życiem. Murtaugh i Cole mają go chronić. Sytuacja jednak szybko się komplikuje.

HD USA 2018 ▶115 min

21.05 Agenci NCIS
AXN **SENSACYJNY**

CZ Porucznik marynarki zostaje oskarżona o zadźganie męża. Nie pamięta chwili ataku. Zespół NCIS przejmuje sprawę i odkrywa, że za zbrodnią kryje się spisek związany z działalnością ofiary.

HD USA 2022 ▶60 min

Warto zobaczyć

12.40 TV 4
Tolkien
BIOGRAFICZNY Podczas I wojny światowej Tolkien trafia do wojska. Frontowe doświadczenia inspirują go do napisania „Władcy Pierścieni". *Reż.: Dome Karukoski, A: Nicholas Hoult, Al Bollands, Kallum Tolkien USA 2019* **135 min ▶ do godz. 14.55**

14.20 POLSAT
Toy Story 2
ANIMOWANY Kowboj Chudy trafia na garażową wyprzedaż. Zostaje skradziony przez chciwego kolekcjonera. Na ratunek ruszają mu przyjaciele. *Reż.: John Lasseter, D: Robert Czebotar, Łukasz Nowicki, Witold Pyrkosz USA 1999* **120 min ▶ do godz. 16.20**

15.40 STOPKLATKA
Trzej muszkieterowie
KOSTIUMOWY XVII w. Atos i inni dzielni szermierze odkrywają intrygę żądnego władzy duchownego. Stają w obronie króla Francji i pokoju. *Reż.: Paul W.S. Anderson, A: Milla Jovovich, Juno Temple, Logan Lerman Fr./USA 2011* **130 min ▶ do godz. 17.50**

16.20 POLSAT
7 rzeczy, których nie wiecie o facetach
KOMEDIA Filip traci pracę. Wkrótce dowiaduje się, że będzie ojcem. Tomasz planuje ślub. Dręczą go wątpliwości. *Reż.: Kinga Lewińska, A: Paweł Domagała, Mikołaj Roznerski Polska 2016* **150 min ▶ do godz. 18.50**

16.30 TVN
Indiana Jones i świątynia zagłady
PRZYGODOWY Archeolog rusza na poszukiwania świętego kamienia. Stawia czoło wyznawcom okrutnej bogini. *Reż.: Steven Spielberg, A: Harrison Ford, Kate Capshaw, Ke Huy Quan USA 1984* **150 min ▶ do godz. 19.00**

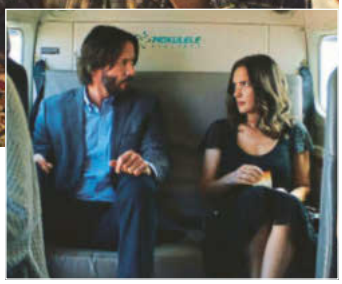
17.55 TVN 7
Madagaskar 3
ANIMOWANY Lew Alex i jego przyjaciele chcą wrócić z Afryki do nowojorskiego zoo. Trafiają do Europy. Na trop grupy wpada policjantka. *Reż.: Eric Darnell, Tom McGrath, D: Jarosław Boberek USA 2012* **125 min ▶ do godz. 20.00**

20.00 METRO
Faceci od kuchni
KOMEDIA Kucharz buntuje się przeciwko zmianom w restauracji. Razem z utalentowanym amatorem staje w obronie tradycyjnych dań. *Reż.: Daniel Cohen, A: Jean Reno, Michaël Youn, Raphaëlle Agogué Francja/Hiszp. 2012* **120 min ▶ do godz. 22.00**

21.00 POLSAT FILM
Bękarty wojny
WOJENNY Rok 1944. Raine formuje jednostkę do walki z Niemcami złożoną z żydowskich ochotników. Oddział okrywa się ponurą sławą. *Reż.: Quentin Tarantino, A: Brad Pitt, Mélanie Laurent, Christoph Waltz USA/Niemcy 2009* **185 min ▶ do godz. 0.05**

→ filmowe hity

Frank spędza czas z nową znajomą. To zapoczątkowuje zmiany w jego życiu.



22.30 TVN

Weselne przeznaczenie

KOMEDIA ROMANTYCZNA Dwoje singli po przejściach jest skazanych na swoje towarzystwo.

HIT DNIA

Lindsay i Frank wpadają na siebie na lotnisku. Zniecierpliwieni i zirytowani czekają, aby wejść na pokład wyczarterowanej maszyny lecącej do Kalifornii. Nie kryją zdziwienia, gdy okazuje się, że zmierzają na ślub wspólnego znajomego. Wydarzenie ma potrwać kilka dni i obfitować w atrakcje zaplanowane przez narzeczonych. Wspólna podróż, a potem pobyt na ranczu obfitują w nieporozumienia ze względu na różnice charakterów. Z czasem jednak oboje uświadamiają sobie, jak wiele ich łączy. Wydają się nie pasować do pozostałych gości. Żywią niechęć do pana młodego, jego wybranki i idei małżeństwa. Stopniowo szorstka znajomość zaczyna przeradzać się w uczucie. **HD 105 min ▶ do godz. 0.15**

USA/Wlk. Bryt./Kan. 2018 **Reż.:** Victor Levin **Wyst.:** Winona Ryder, Keanu Reeves, DJ Dallenbach, Ted Dubost

20.00 TVN
Dzień Matki
KOMEDIA Historie osób, które łączy wątek wyzwań rodzicielstwa. Miranda, gwiazda telewizji, poznaje córkę, którą przed laty oddała do adopcji. Jesse (Kate Hudson) mierzy się z niezapowiedzianą wizytą rodziców.
Reż.: Garry Marshall Wyst.: Jennifer Aniston USA 2016 **HD 150 min ▶ do godz. 22.30**

20.00 TVP KULTURA
Matka siedzi z tyłu
KOMEDIODRAMAT Islandia. Jon (Thröstur Leó Gunnarsson) wyrusza w podróż ze zmarłą matką, aby spełnić jej ostatnią wolę. Droga staje się dla niego okazją do przeżycia żałoby oraz rozliczenia z przeszłością.
Reż.: Hilmar Oddsson Wyst.: Hera Hilmar Islandia 2022 **HD 125 min ▶ do godz. 22.05**

20.00 TV PULS
Prawo zemsty
THRILLER Bliscy Clyde'a giną z rąk włamywaczy. Jeden ze sprawców unika kary dzięki układowi z prokuratorem (Jamie Foxx). Po latach ginie w męczarniach. To pierwszy etap wendety gotowego na wszystko wdowca.
Reż.: F. Gary Gray Wyst.: Gerard Butler USA 2009 **HD 130 min ▶ do godz. 22.10**

20.50 PULS 2
Rodziny się nie wybiera
KOMEDIA Udająca małżeństwo para, Cesar (Christian Clavier) i Kim (Muriel Robin), podejmuje się adopcyjnej misji w Tajlandii. Intryga jest początkiem zaskakujących wydarzeń.
Reż.: Christian Clavier Wyst.: Jean Reno Francja 2011 **HD 130 min ▶ do godz. 23.00**

21.00 C+ PREMIUM
Kuracja
CZARNA KOMEDIA Aktorka (Elisabeth Moss) trafia do ośrodka, gdzie ma przejść metamorfozę. Choć początkowo jest nieufna, daje się zwieść obietnicom uzyskania perfekcyjnego ciała. Klinika kryje mroczne tajemnice.
Reż.: Max Minghella Wyst.: Kate Hudson USA 2024 **HD 100 min ▶ do godz. 22.40**

22.10 TV PULS
Bodyguard Zawodowiec
KOMEDIA SENSACYJNA Bryce (Ryan Reynolds) ma ochraniać świadka koronnego – zawodowego zabójcę Kincaida (Samuel L. Jackson). Ich tropem podążają agenci i łowcy nagród.
Reż.: Patrick Hughes Wyst.: Gary Oldman USA/Fr. 2017 **HD 135 min ▶ do godz. 0.25**

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

→ filmowe hity

Lincoln i jego przyjaciółka odkrywają spisek uknuty przez władze.

20.00 TVN 7

Wyspa

THRILLER SF Przetrzymywani w izolacji ludzie poznają przerażającą prawdę o swoim przeznaczeniu.

HIT DNIA

Przyszłość. Mieszkańcy położonego pod ziemią, sterylnie czystego i nieprzerwanie monitorowanego ośrodka wierzą, że są jedynymi ludźmi, którzy przetrwali katastrofę ekologiczną. Z nadzieją oczekują dnia, kiedy trafią na wyspę wolną od skażenia. Z czasem jeden z nich, Lincoln Six Echo, nabiera podejrzeń co do otaczającej go rzeczywistości. Przekonuje się, że rządzący próbują ukryć zbrodnicze praktyki. Wspólnie z przyjaciółką, Jordan Two Deltą, podejmuje decyzję o ucieczce w nieznane. HD 175 min ▶ do godz. 22.55

USA 2005 **Reż.:** Michael Bay **Wyst.:** Ewan McGregor, Scarlett Johansson, Djimon Hounsou, Sean Bean, Steve Buscemi

→ sport

15.00 EUROSPORT 1

Wyścig 24-godzinny w Le Mans

FIA WEC LIVE 94. edycja legendarnego wyścigu. Rok temu najlepsi w Le Mans byli kierowcy AF Corse z Robertem Kubicą na czele. Biorąc pod uwagę wyniki włoskiego zespołu w bieżącym sezonie, trudno uznać go za faworyta tej rywalizacji. HD 180 min ▶ do godz. 18.00

20.50 TVP 1

Katar – Szwajcaria

PIŁKA NOŻNA LIVE Dowodzeni przez Julena Lopetegui mistrzowie Azji rozpoczną udział w MŚ od starcia z drużyną Helwetów, która trzy ostatnie mundiale kończyła na 1/8 finału. W kadrze Szwajcarii znalazł się Rubén Vargas, napastnik Sevilli FC. HD 160 min ▶ do godz. 23.30

→ rozrywka

15.15 TVP 2

Szansa na sukces. Opole 2026

WIDOWISKO Na kanapie jurorskiej zasiądzie Ralph Kaminski. Artysta ma na koncie takie przeboje jak „Kosmiczne energie", „Bal u Rafała" czy „Przypływy", które nagrał z Natalią Szroeder. Dzisiaj oceni wokalistów. Prowadzi Artur Orzech. HD 60 min ▶ do godz. 16.15

19.55 POLSAT

Polsat Hit Festiwal 2025

SATYRA Przypomnienie jubileuszowego wydania Sopockiego Hitu Kabaretowego. W Operze Leśnej wystąpili między innymi Neo-Nówka, Kabaret Młodych Panów, Chyba, Jerzy Kryszak oraz Ani Mru-Mru. HD 210 min ▶ do godz. 23.25

→ P!

20.00 HBO

Nocna suka

KOMEDIODRAMAT Kobieta (Amy Adams) porzuca karierę, by zostać matką. Skazana na izolację i monotonię, zaczyna wierzyć, że przekształca się w psa. W swojej surrealistycznej sytuacji nie może liczyć na wsparcie męża.

Reż.: Marielle Heller Wyst.: Scoot McNairy
USA 2024 HD 100 min ▶ do godz. 21.40

20.00 STOPKLATKA

Ludzie honoru

SENSACYJNY Dwaj żołnierze zostają oskarżeni o zabójstwo w bazie w Guantanamo. Obrońcy pozwanych, Daniel Kaffee (Tom Cruise) oraz JoAnne Galloway (Demi Moore), odkrywają, że ofiarę dręczono na rozkaz przełożonych.

Reż.: Rob Reiner Wyst.: Jack Nicholson
USA 1992 HD 170 min ▶ do godz. 22.50

23.50 TVP 2

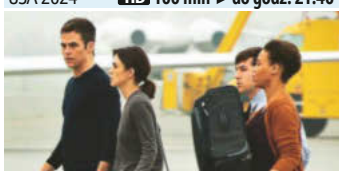
Brazylia – Maroko

PIŁKA NOŻNA LIVE Jeden z głównych faworytów MŚ kontra czwarta drużyna mundialu w Katarze. Poprzedni mecz tych reprezentacji odbył się w 2023 r. Wówczas górą byli Marokańczycy (2:1). Canarinhos mają im więc coś do udowodnienia. HD 155 min ▶ do godz. 2.25

20.45 C+ KUCHNIA

Kulisy wielkiej kuchni

KULINARNY Pełna wrażeń podróż szlakiem restauracji nagrodzonych gwiazdkami Michelin. Widzowie poznają wybitnych szefów kuchni z Londynu czy Dubaju, będą podziwiać ich kunszt oraz popisowe dania. HD 55 min ▶ do godz. 21.40



22.55 TVN 7

Jack Ryan: Teoria chaosu

SENSACYJNY Pracujący dla CIA agent (Chris Pine) tropi podejrzane transakcje na Wall Street. Odkrywa plany oligarchy, który zamierza doprowadzić do upadku USA. Próbuje temu zapobiec.

Reż.: Kenneth Branagh Wyst.: Kevin Costner
USA 2014 HD 140 min ▶ do godz. 1.15

23.25 POLSAT

Venom 2: Carnage

SCIENCE FICTION Dziennikarz Eddie (Tom Hardy), dzięki mieszkającemu w jego ciele Venomowi, ma nadludzkie zdolności. Musi stawić czoło potężnemu Carnage'owi, który przejął kontrolę nad seryjnym mordercą.

Reż.: Andy Serkis Wyst.: Woody Harrelson
USA/Chiny 2021 HD 140 min ▶ do godz. 1.45

2.50 TVP 1

Haiti – Szkocja

PIŁKA NOŻNA LIVE W Bostonie naprzeciw siebie staną reprezentacje krajów, których dawno nie było w MŚ. Drużyna z Haiti zagra w mundialu po raz pierwszy od 52 lat, natomiast Szkoci swój ostatni występ zanotowali w 1998 r. HD 160 min ▶ do godz. 5.30

→ dokument

19.00 DISCOVERY CHANNEL

Skok na Luwr: jak skradziono klejnoty...

REPORTAŻ Paryskie muzeum stało się areną brawurowej kradzieży w 2025 roku. Eksperci dociekają, jak przestępcy zdołali sforsować zabezpieczenia. HD 60 min ▶ do godz. 20.00

TVP 1 HD DVB-T2

5.50 Słownik polsko@polski (673) – talk-show prof. Jana Miodka
6.20 Balans bieli – program religijny
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.40 Rok w ogrodzie (1169) – magazyn
8.05 Rok w ogrodzie extra (442) – magazyn
8.20 Pełnosprawni (656) – mag.
8.50 Ranczo 5 (55): Wielki powrót – serial obyczajowy, Polska 2011
9.50 Komisarz Alex 5 (64) – serial kryminalny, Polska 2014
10.45 Ojciec Mateusz 13 (171) – serial kryminalny, Polska 2015
11.40 Natura w Jedynce: Mali mieszkańcy Półwyspu Iberyjskiego (2) – serial dokum.
12.55 Gwiazdy w południe: FILM **Zaproszenie dla rewolwerowca** – western, USA 1964, reż. Richard Wilson, wyk. Yul Brynner, Janice Rule, George Segal, Alfred Ryder, 110 min
14.45 Okrasa łamie przepisy – mag.
15.20 Rozmowy na medal (1) – magazyn sportowy
16.00 Dziedzictwo (947) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 Teleexpress, pogoda
17.35 Rolnik szuka żony 12 (2) – telenowela dokum., Polska 2025
18.40 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.
20.05 Sport, pogoda
20.25 Piłka nożna: LIVE Mistrzostwa świata 2026 – studio

TVP 2 HD DVB-T2

5.40 Barwy szczęścia (3331) – serial obyczajowy, Polska 2026
6.25 M jak miłość (1915) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.20 Górna półka smaku (7) – magazyn kulinarny
11.55 Zmiennicy (2): Ostatni kurs – serial komediowy, Polska 1986
13.00 Panna młoda (121) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.00 Familiada – teleturniej
14.35 Koło fortuny (1859) – teleturniej
15.15 Szansa na sukces. Opole 2026 (6): Ralph Kaminski – widowisko
16.15 Na dobre i na złe (984): Kijem Wisły nie zawrócisz, proszę pana – serial obyczajowy, Polska 2026
17.20 Panna młoda (122) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Cihan odkrywa, że Hancer w złości zerwała tapety w pokoju dziecka. Ich romantyczny wyjazd kończy się fiaskiem. Beyza nie wierzy, że dziecko Yoncy może urodzić się chore.
18.15 Va banque (990) – teleturniej
18.45 Wyższa Szkoła Jazdy (2) – magazyn motoryzacyjny
19.10 Słowo na niedzielę
19.25 Rodzinka.pl (294): Zęby – serial komediowy, Polska 2025
Podczas nieobecności Kuby młodych Boskich odwiedza Sonia. Natalia i Ludwik zaczynają się martwić, że przez ich błędy wychowawcze synowie są teraz niesamodzielni.

POLSAT HD DVB-T2

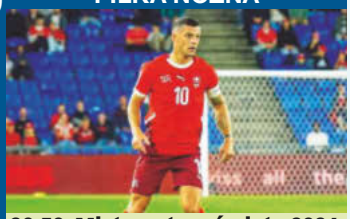
4.55 Disco Gramy
5.40 Telezakupy TV Okazje – magazyn reklamowy
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.00 halo tu polsat – magazyn
12.00 Dziennik cwaniaczka 2 FILM – komedia, USA 2011, reż. David Bowers, wyk. Zachary Gordon, Devon Bostick, Rachael Harris, Robert Capron, 140 min
Nastoletni Greg pragnie za wszelką cenę zyskać szacunek uczniów liceum. Zapisuje w dzienniku swoje pomysły na zdobycie popularności.
14.20 Toy Story 2 – film animowany, FILM USA 1999, reż. John Lasseter, 120 min
Kowboj Chudy trafia w ręce chciwego zbieracza zabawek. Na ratunek ruszają mu przyjaciele – Buzz Astral, świnka Hamm i jamniczek Cienki.
16.20 7 rzeczy, których nie wiecie o facetach FILM – komedia, Polska 2016, reż. Kinga Lewińska, wyk. Paweł Domagała, Mikołaj Roznerski, Alicja Bachleda-Curuś, Joanna Opozda, 150 min
Niezdarny Filip traci pracę. Tego samego dnia dowiaduje się, że zostanie ojcem. Jego przyjaciel, Tomasz, planuje ślub z Basią, swoją pierwszą miłością. Ogarniają go wątpliwości. Z kolei lekkoduch Kordian zaczyna pragnąć życiowej zmiany.
18.50 Wydarzenia
19.15 Prezydenci i premierzy (455) – program publicystyczny
19.30 Sport, pogoda

TVN HD DVB-T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1667) – serial paradokumentalny, Polska 2024
6.50 Pogromcy chaosu (6) – program rozrywkowy
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.35 Na Wspólnej (4224-4227) – serial obyczajowy, Polska 2026
13.35 Młode gliny (3) – serial kryminalny, Polska 2026
Adamska i Kacper udaremniają zamach na życie biznesmena. Gdy mężczyzna zostaje porwany, funkcjonariusze odkrywają jego powiązania z półświatkiem.
14.40 Mała Wielka Stopa – film FILM animowany, Belgia/Francja/USA 2017, reż. Jeremy Degruson, 110 min
Nieśmiały nastoletni Adam postanawia odszukać ojca – potomka Yeti. Odziedziczył po nim supermoce, olbrzymie stopy i włochatą skórę. Będzie musiał wykorzystać swoje zdolności w walce z firmą która produkuje preparat na porost włosów.
16.30 Indiana Jones i świątynia zagłady FILM – film przygodowy, USA 1984, reż. Steven Spielberg, wyk. Harrison Ford, Kate Capshaw, Ke Huy Quan, Amrish Puri, 150 min
Rok 1935, Szanghaj. Indiana Jones dzięki pomocy amerykańskiej piosenkarki ucieka przed szefem mafii. Oboje docierają do wioski w Indiach. Jej mieszkańcy proszą o odszukanie świętego kamienia.
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.45 Uwaga! – magazyn reporterów

20

PIŁKA NOŻNA



20.50 Mistrzostwa świata 2026: LIVE mecz grupy B: Katar – Szwajcaria

Katarczycy dopiero po raz drugi w historii wezmą udział w mistrzostwach świata. Cztery lata temu, gdy byli ich gospodarzami, zakończyli zmagania na fazie grupowej. Szwajcarzy w trzech ostatnich edycje czempionatu globu docierali do 1/8 finału.

23.30 Trzy sekundy – film FILM sensacyjny, Wielka Brytania/Kanada/USA 2020, reż. Andrea Di Stefano, wyk. Joel Kinnaman, Mateusz Kościukiewicz, Karma Meyer, Ana de Armas, 120 min
Pete infiltruje dla FBI polską mafię w Nowym Jorku. Gdy zostaje zdekonspirowany, musi stoczyć walkę przetrwanie i ocalić rodzinę.
1.30 63. KFPP w Opolu – Autobiografia. Jubileusz Bogdana Olewicza – skrót koncertu
2.35 Piłka nożna: LIVE Mistrzostwa świata 2026 – studio
2.50 Piłka nożna: LIVE Mistrzostwa świata 2026: Haiti – Szkocja
5.15 Zakończenie

KONCERT

20.00 63. KFPP w Opolu – Superjedynki (1, 2)

Na opolskiej scenie zaprezentowały się niedawno największe gwiazdy polskiej muzyki: Dżem, Afromental, Luxtorpeda, Nocny Kochanek, Kombii, a także Natalia Kukulska, Ralph Kamiński oraz Renata Przemyk. Koncert poprowadzili dziennikarze związani z Teleexpressem.

22.05 Gabi Drzewiecka zaprasza (1)
23.00 63. KFPP w Opolu – Hip-hop. Jedno podwórko 2 – skrót koncertu
23.35 Piłka nożna: LIVE Mistrzostwa świata 2026 – studio
23.50 Piłka nożna: LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy C: Brazylia – Maroko
Jedno z najciekawiej zapowiadających się spotkań pierwszego tygodnia mistrzostw. Brazylia to najbardziej utytułowana reprezentacja w historii, Maroko było zaś największą sensacją poprzedniego mundialu. Szykuje się niezapomniane widowisko.
2.25 Akacjowa 38 – telenowela, Hiszpania 2015
4.10 Zakończenie

KONCERT

19.55 Polsat Hit Festiwal 2025 (11): Sopocki Hit Kabaretowy

Przypomnienie występów satyryków z ubiegłego roku. Wśród artystów, którzy rozbawili publiczność zgromadzoną w Operze Leśnej, znaleźli się Neo-Nówka, Chyba, Kabaret Młodych Panów, Ani Mru-Mru oraz Jerzy Kryszak. Wykonali oni swoje popisowe skecze, monologi i piosenki.

23.25 Venom 2: Carnage – film s.f., FILM USA/Chiny 2021, reż. Andy Serkis, wyk. Tom Hardy, Woody Harrelson, Michelle Williams, Naomie Harris, 140 min
Dziennikarz Eddie dzięki mieszkającemu w jego ciele Venomowi ma nadludzkie zdolności. Musi stawić czoło potężnemu Carnage'owi, który przejął kontrolę nad seryjnym mordercą.
1.45 Rok pierwszy – komedia FILM przygodowa, USA 2009, reż. Harold Ramis, wyk. Jack Black, Michael Cera, Oliver Platt, David Cross, 125 min
3.50 Świat według Kiepskich (582): Patoturystyka – serial komediowy, Polska 2021

KOMEDIA

20.00 Dzień Matki FILM – USA 2016, 150 min

Splecione perypetie kilku rodzin. Po rozwodzie Sandy trudno pogodzić się z tym, że jej mąż zostawił ją dla młodszej rywalki. Miranda, gwiazda telewizji, poznaje swoją córkę, którą oddała do adopcji. Jesse i jej siostra nie są w najlepszych stosunkach z matką. Czeka je niespodziewana wizyta.

22.30 Weselne przeznaczenie FILM – komedia romantyczna, USA/Wielka Brytania/Kanada 2018, reż. Victor Levin, wyk. Winona Ryder, Keanu Reeves, DJ Dallenbach, Ted Dubost, 105 min
HIT DNIA
0.15 Dziewczyna w czerwonej pelerynie FILM – film fantasy, USA/Kanada 2011, reż. Catherine Hardwicke, wyk. Amanda Seyfried, Gary Oldman, Billy Burke, Shiloh Fernandez, 130 min
2.25 Szpital św. Anny (112) – serial obyczajowy, Polska 2026
3.25 Uwaga! – magazyn reporterów
3.40 Kuba Wojewódzki (9) – talk-show
4.50 Recepta na stary dom 3 (7) – program rozrywkowy

P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB-T2

5.20 Szkoła (721) – serial paradokumentalny, Polska 2019
6.20 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 2 (18) – program rozrywkowy
7.15 Nowe Zwariowane Melodie (24-26) – serial anim., USA 2018
8.00 Kapitan Majtas: Pierwszy wielki film – film animowany, Kanada/Francja/Wielka Brytania 2017, reż. David Soren, 115 min
9.55 Zgłoś remont 11 (2) – program rozrywkowy
10.55 Bitwa o gości (3) – reality show
12.00 Ukryta prawda (1396-1398) – serial paradokumentalny, Polska 2022
15.00 Szpital św. Anny (5, 6) – serial obyczajowy, Polska 2025
Kasia udziela pomocy chłopcu potrąconemu przez motocyklistę. Poszkodowany wymaga operacji. Również siedemnastoletni sprawca wypadku walczy o życie. Tomek nie rozumie, dlaczego Marta go unika. Nie ma okazji, by wyjaśnić sprawę, bo ekipę pogotowia pochłania zabezpieczanie trasy biegu.
16.55 Detektywi (323): Dług – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
17.55 Madagaskar 3 – film animowany, USA 2012, reż. Eric Darnell, 125 min
Lew Alex i jego przyjaciele chcą wrócić z Afryki do nowojorskiego zoo. Trafiają do Europy. Kiedy na trop grupy wpada zawzięta policjantka, zwierzęta ukrywają się w trupie cyrkowej.

TV PULS HD DVB-T2

6.00 Kobra – oddział specjalny (5-7): Obława; Śmiertelny zysk; Dzień zapłaty – serial sensacyjny, Niemcy 2015
Na autostradzie dochodzi do wypadku, w wyniku którego ucieka grupa więźniów. Trzech zbiegów porywa autobus i bierze na zakładników jego pasażerów. Wśród nich jest siostrzenica jednego z komisarzy.
9.00 Taki jest świat 11 (24) – program informacyjny
Anna Bogusiewicz podsumowuje kluczowe wydarzenia minionego tygodnia z kraju i ze świata. Wyjaśnia, jak wpływają na codzienne życie Polaków, co pozwala dzięki temu lepiej zrozumieć bieżącą sytuację.
9.25 Boso przez świat
10.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (491, 493, 495, 497, 499) – obycz., Polska 2022
Ewa nie może odzyskać równowagi po tym, jak została zaczepiona przez ekshibicjonistę. Zwierza się swojemu chłopakowi, Pawłowi, który bierze sprawy we własne ręce. Wraz z kolegą zastawia pułapkę.
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (968-971, 952) – serial obyczajowy, Polska 2026
Osiemnastoletnia Ania skrywa tajemnicę o pragnieniu korekty płci. Zastawia biżuterię matki i inwestuje w kryptowaluty. Andżelika nie radzi sobie z Igorkiem, który ciągle pyta o ojca. Zwierza się Romanowi.

PULS 2 HD DVB-T2

6.00 Ale numer! 19 (4, 5) – program rozrywkowy
7.05 Smerfy (138, 139) – serial animowany, Belgia 1984
8.15 Kacze opowieści (33, 44) – serial animowany, USA 1987
9.15 Śnieżka i Fantastyczna Siódemka – film animowany, Korea Południowa 2019, reż. Sung-ho Hong, 100 min
10.55 Asteriks i Obeliks: Osiedle bogów – film animowany, Belgia/Francja 2014, reż. Alexandre Astier, 95 min
12.30 Boso przez świat: Słoń domowy; Azja – cykl reportaży, Polska 2009
13.50 Wojciech Cejrowski. Boso – Meksyk/Paragwaj (1) – serial dokumentalny, Polska 2015
14.30 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (2, 3) – program rozrywkowy
16.30 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Rumpelstiltskin – baśń filmowa, Niemcy 2009, reż. Ulrich König, wyk. Gottfried John, Julie Engelbrecht, 75 min
17.45 Najpiękniejsze baśnie: Piękna i książę – baśń filmowa, Niemcy 2014, reż. Carsten Fiebeler, wyk. Esther Schweins, Franz Dinda, 75 min
19.00 Asterix i Obelix. Tajemnica magicznego wywaru – film animowany, Francja/Belgia 2018, reż. Alexandre Astier, 110 min
Druid Panoramix, który zna recepturę magicznego wywaru, szuka swojego następcy. Misję chcą udaremnić Rzymianie.

NETFLIX

KOLORY ZŁA: CZERŃ

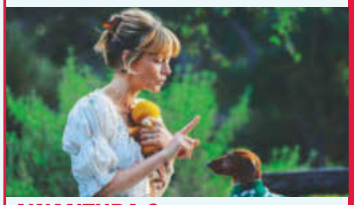
Prokurator Leopold Bilski (Jakub Gierszał) trafia do miasteczka na Kaszubach, gdzie zniknęło kilkoro dzieci. Śledztwo ujawnia, że mieszkańcy skrywają mroczne tajemnice. Z czasem Bilski odkrywa, że zagrożenie czai się bliżej, niż przypuszczał, a konfrontacja ze złem ma wysoką cenę.
▶dram. krym., Polska 2026; 109 min

ŻYWY CZY MARTWY: FILM Z SERII „NA NOŻE"

Benoit Blanc (Daniel Craig) staje w obliczu największego wyzwania w karierze. Zagłębiając się w mroczne sekrety, będzie musiał wykorzystać całą swoją wiedzę i intuicję, by rozwikłać zagadkę zbrodni w kościele. Wśród podejrzanych jest ksiądz Jud (Josh O'Connor).
▶kom. krym., USA 2025; 140 min

DOJRZEWANIE

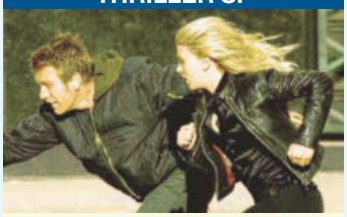
Trzynastoletni Jamie Miller zostaje aresztowany pod zarzutem zabójstwa koleżanki. Ojciec Eddie (Stephen Graham), matka Manda (Christine Tremarco), psycholog kliniczna Brony Ariston oraz inspektor Luke Bascombe próbują ustalić, co faktycznie się wydarzyło. Prawda okazuje się szokująca.
▶obycz. (4 odc.), Wlk. Bryt. 2025



AWANTURA 2

Ashley i Austin pracują w ekskluzywnym klubie. Przypadkowo stają się świadkami konfliktu między swoim szefem Joshuą a jego żoną Lindsay (Carey Mulligan). Wplątani w ich problemy, próbują lawirować między przysługami i naciskami, by zyskać przychylność właścicielki klubu, Park (Youn Yuh Jung).
▶serial kom. (8 odc.), USA 2026

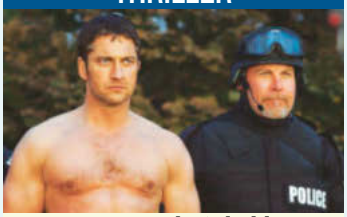
THRILLER SF



20.00 Wyspa FILM – USA 2005, 175 min
Przyszłość. Mieszkańcy podziemnego miasta żyją w przekonaniu, że jako jedyni przetrwali katastrofę ekologiczną. Marzą, by trafić na nieskażoną wyspę. Lincoln i Jordan odkrywają, że obiecany ląd nie istnieje, a za kłamstwem władz kryje się zbrodniczy proceder.

22.55 Jack Ryan: Teoria chaosu FILM – film sensacyjny, USA/Rosja/Wielka Brytania 2014, reż. Kenneth Branagh, wyk. Chris Pine, Kevin Costner, Keira Knightley, Kenneth Branagh, 140 min
Agent CIA odkrywa, że rosyjski oligarcha w porozumieniu z rządem przygotowuje atak mający na celu ekonomiczny upadek USA. Jedzie do Moskwy. Niespodziewanie pojawia się tam jego narzeczona Cathy.
1.15 Matrix FILM – film s.f., USA/Australia 1999, reż. Andy Wachowski, wyk. Keanu Reeves, Laurence Fishburne, 160 min
3.55 Fachowcy 2 (2) – serial paradokumentalny, Polska 2018
4.35 Dorota was urządzi! (1) – rozr.

THRILLER



20.00 Mocne sobotnie kino: Prawo zemsty FILM – USA 2009, 130 min
Żona i córka Clyde'a zostają zamordowane. Prokurator Nick Rice proponuje jednemu z bandytów złagodzenie wyroku w zamian za złożenie zeznań obciążających wspólnika. Mija 10 lat. Mężczyzna, który uniknął kary, ginie w męczarniach. To dopiero początek wendety Clyde'a. Kolejnym celem jest Rice.

22.10 Bodyguard Zawodowiec FILM – komedia sensacyjna, USA/Hongkong/Bułgaria 2017, reż. Patrick Hughes, wyk. Ryan Reynolds, Samuel L. Jackson, Gary Oldman, Salma Hayek, 135 min
Michael Bryce, agent do zadań specjalnych, ma zadbać o bezpieczeństwo zawodowego zabójcy, który zeznaje w procesie zbrodniarza wojennego. Ich tropem ruszają mordercy.
0.25 Najemnik FILM – film sensacyjny, USA/Aruba/RPA 2006, reż. Don E. FauntLeRoy, wyk. Steven Seagal, Luke Goss, Adrian Galley, Jacqueline Lord, 125 min
2.30 Zobacz to! – pr. powtórkowe

KOMEDIA

20.50 Rodziny się nie wybiera FILM – Francja 2011, 130 min
Sprzedawca samochodów César ma długi. Aby uporać się z ich spłatą, przyjmuje propozycję swojej siostry lesbijki, Alex, która chce zostać matką. César ma udawać męża jej partnerki, dzięki czemu stanie się możliwa adopcja sieroty z Tajlandii. Intryga daje początek serii zaskakujących wydarzeń.

23.00 P! FILM **Bez granic** – thriller, Dania/Niemcy/Estonia 2024, reż. Ole Christian Madsen, wyk. Afshin Firouzi, Joachim Fjelstrup, Sofie Torp, Ulrich Thomsen, 155 min
Detektyw Carl deleguje swoją koleżankę po fachu, Rose, na duńską wyspę Bornholm, by odpowiedziała na wezwanie dawnego kumpla, Christiana. Ten popełnia samobójstwo.
1.35 Wstydliwe choroby 4 (4, 5) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2010
3.35 Lombard. Życie pod zastaw 4 (172) – serial obyczajowy, Polska 2019
5.00 Kręcimy z gwiazdami (2): Norbi – program rozrywkowy

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.20 Iluzja – thriller, FILM Francja/USA 2013, reż. Louis Leterrier, wyk. Jesse Eisenberg, Mark Ruffalo, 115 min
8.15 Rekrut 8 (7) – serial kryminalny, USA 2026
9.15 FBI: Most Wanted 4 (11) – serial kryminalny
10.10 Detektyw Monk 3 (13-16) – serial kryminalny, USA 2005
14.10 MacGyver (1) – serial akcji, USA 2016-2017, wyk. Lucas Till, Tristin Mays
15.10 FBI: Most Wanted (13, 14) – serial kryminalny, USA 2020
17.10 FBI: Most Wanted 2 (1-3) – serial kryminalny, USA 2020

TVP SERIALE HD

5.50 Na sygnale (839, 840) – serial fab.-dokum.
6.45 U Pana Boga w ogródku (4) – serial komediowy, Pol. 2008
7.30 Na sygnale (841-845) – serial fab.-dokum.
10.20 Ranczo 7 (80, 81) – serial obycz., Polska
12.05 Rodzinka.pl (288-290) – serial komediowy, Pol. 2025
13.45 Ojciec Mateusz 28 (361, 362) – serial kryminalny, Pol. 2022
15.30 Komisarz Alex 24 (297) – krym., Pol. 2025
16.30 Ranczo 7 (82) – serial obyczajowy, Pol. 2013
17.30 Czterdziestolatek (13) – serial obycz., Polska 1975

TVP KULTURA HD

8.50 Panna z mokrą głową – film obycz., Polska 1994, 105 min
10.35 Kosmos 1999 (3) – s.f.
11.45 Odrodzenie katedry Notre-Dame – film dokum., Francja 2024
12.50 Mała księżniczka FILM – film familijny, USA 1939, reż. Walter Lang, 105 min
14.35 Kariera Nikodema Dyzmy (3) – obycz.
15.35 Siekierezada FILM – dramat obyczajowy, Polska 1985, 90 min
17.05 Zmysły – Musica Polonica Nova 2026 – reportaż, 2026
17.35 Świat cyrku FILM – dramat psycholog., USA 1964, 145 min

ALE KINO+ HD

8.15 Na pustyni nie ma cienia – dram. obycz., FILM Fr./Izrael 2023, 130 min
10.25 Natalie Portman: Niepokorna ikona Hollywoodu – film dokum., Niemcy 2025
11.35 The Office PL (7-9) – kom., Pol. 2021-2022
13.20 Mały – krótkometraż.
13.40 Konie Valdeza FILM – western, Fr./Hiszp./Wł. 1973, 120 min
15.40 Czwarta władza FILM – dramat polityczny, USA/Wielka Brytania 2017, 140 min
18.00 Ponad wszelką wątpliwość FILM – thriller, USA/Arabia Saudyjska 2009, reż. Peter Hyams, 130 min

CANAL+ PREMIUM HD

11.05 Łapu capu – pr. rozr.
11.20 Zmierzch – film FILM fantasy, USA 2008, 120 min
13.20 Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu FILM – film fantasy, Australia/USA 2009, 130 min
15.30 Piękna łąka kwietna
16.00 Battleship: Bitwa o Ziemię FILM – film s.f., USA/Japonia 2012, reż. Peter Berg, 130 min
18.10 To nie jest zagadka kryminalna (6-ost.) – serial krym., Belgia
19.05 Tożsamość Bourne'a FILM – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, 115 min

HBO HD

6.00 Shrek ma wielkie oczy – film anim.
6.30 Spider-Man – przyg., FILM USA 2002, 120 min
8.30 Spider-Man 2 FILM – film przygodowy, USA 2004, 125 min
10.35 Spider-Man 3 FILM – film przygodowy, USA 2007, 140 min
12.55 Porzucić noc FILM – dramat krym., Belgia/Fr./Kan. 2023, 110 min
14.45 Dziki kot – dramat FILM biograficzny, USA 2023, 105 min
16.30 Co będzie dalej? FILM – komediodramat, USA 2023, 100 min
18.10 W stronę słońca FILM – film s.f., Wlk. Bryt./USA 2007, 110 min

20

PRZYGODOWY

20.00 Jumanji FILM – USA 1995, 140 min

Rodzeństwo Judy i Peter znajduje tajemniczą grę planszową „Jumanji". Gdy rzucają kostką, uwalniają uwięzionego w niej przed wieloma laty Alana Parrisha.

22.20 Bad Boys for Life FILM – komedia sensacyjna, USA/Meksyk 2020, reż. Bilall Fallah, 140 min
0.40 Robin Hood: Początek FILM – film przygodowy, USA/Hongkong/Chorwacja 2018, reż. Otto Bathurst, 140 min

KOMEDIOWY

18.35 U Pana Boga w ogródku (5) – Pol.

Trwa festyn z okazji wmurowania kamienia węgielnego pod budowę hipermarketu. Przy wtórze orkiestry burmistrz przecina wstęgę. Bocian rozpoznaje w tłumie Oliwię, swoją byłą narzeczoną.

19.30 Ojciec Mateusz 28 (363-365) – krym., Pol.
22.20 Ranczo 7 (83, 84)
0.15 Gra z Cieniem (11, 12) – serial krym.
2.00 PitBull (15) – sens.
3.00 Oficerowie (3) – sens.
4.00 Rodzinka.pl (141-143) – kom., Pol.

KOMEDIODRAMAT

20.00 Matka siedzi z tyłu FILM – Estonia/Islandia 2022, 125 min

Islandia. Jon rusza w podróż ze zmarłą matką, by spełnić jej ostatnią wolę. Droga staje się dla niego okazją do przeżycia żałoby i rozliczenia z bolesną przeszłością.

22.05 Falowanie i spadanie – pamięci Kory – koncert
23.50 Diuna – film s.f., USA FILM 1984, 150 min
2.20 The Rolling Stones – Totally Stripped – dok., Wlk. Bryt. 2016

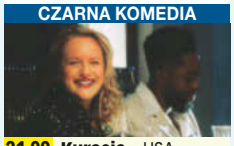
PRZYGODOWY

20.10 Largo Winch 3: Cena pieniądza – Francja/Belgia 2024, 115 min

Miliarder Largo staje się świadkiem porwania syna. Rusza w szaleńczą podróż, by go ocalić i stawić czoło wrogom. Towarzyszy mu bezkompromisowa i waleczna Bonnie.

22.05 Czarna rzeka FILM – thriller, Francja/Belgia 2018, 135 min
0.20 Godzina prawdy FILM – thriller, USA 2020, reż. Peter Facinelli, 130 min
2.30 Kruk. Czorny Woron nie śpi (5) – krym.

CZARNA KOMEDIA



21.00 P! Kuracja – USA 2024, 100 min FILM

Aktorka Samantha Lake decyduje się na skorzystanie z usług luksusowego ośrodka odnowy biologicznej. Z czasem odkrywa jego mroczne tajemnice.

22.40 Miasteczko Shelby Oaks FILM – horror, Belgia/USA 2024, 90 min
0.10 30 dni mroku FILM – horror, USA/Nowa Zelandia 2007, 110 min
2.00 Bałkańska vendetta 2 FILM – sens., USA/Wł./Hongkong 2024, 85 min

KOMEDIODRAMAT

20.00 P! Nocna suka – USA 2024, 100 min FILM

Kobieta porzuca karierę artystki, by zostać matką. Skazana na izolację i monotonię, nabiera przekonania, że przekształca się w psa. W swojej surrealistycznej sytuacji nie może liczyć na wsparcie męża.

21.40 Kompletnie nieznany FILM – dramat biograficzny, USA 2024, 140 min
0.00 Obcy: Romulus FILM – horror s.f., Wielka Brytania/USA/Węgry 2024, 120 min

AXN WHITE

6.20 Domek na święta – film FILM obyczajowy, 2019, 95 min
7.55 Napisała: Morderstwo 4 (3-7) – serial kryminalny
13.10 Dr House 2 (10-14)
18.00 Dowody zbrodni 5 (4-8)
22.55 Hitch: Najlepszy doradca przeciętnego faceta FILM – komedia romant., USA 2005, 140 min
1.15 Hancock – film sensacyjny, FILM USA 2008, 110 min
3.05 Stuart Malutki 3: Trochę natury FILM – film animowany, USA 2005, 95 min
4.40 Grand Hotel 3 (12) – krym.
5.25 Blok promocyjny AXN White

AXN BLACK

6.00 Renegat 4 (14) – serial sensacyjny, USA 1995-1996
6.45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (18, 19) – serial krym., USA/Kanada
8.15 S.W.A.T. 4 (3-6) – serial sensacyjny, USA 2020-2021
12.05 Gwiezdne wrota (1-5) – serial s.f., USA/Kan. 1997
17.15 Rekrut: FBI (10-13) – serial kryminalny, USA 2022-2023
21.00 S.W.A.T. 4 (3-6) – serial sensacyjny, USA 2020-2021
0.30 Rekrut: FBI (10-13) – serial kryminalny, USA 2022-2023
4.10 S.W.A.T. 4 (3, 4) – sens.
5.50 Blok promocyjny AXN Black

WARNER TV

11.20 Stosunki międzymiastowe FILM – kom. romant., 2010, 125 min
13.25 Superman 4 – przyg., USA/ FILM Wlk. Bryt. 1987, 105 min
15.10 Rodzinne rewolucje FILM – kom., USA 2014, 135 min
17.25 Kontakt – film s.f., USA FILM 1997, reż. Robert Zemeckis, wyk. Jodie Foster, 175 min
20.20 Rewolwer i melonik FILM – film sens., 1998, 100 min
22.00 Wrogie niebo 4 (10, 11) – serial s.f., USA/Kan. 2014
23.45 Czerwona Planeta FILM – film s.f., 2000, 130 min
1.55 Upadek – dramat FILM sensacyjny, 1993, 130 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 Gliniarze (26-28) – serial paradokumentalny, Polska
9.00 Poirot (9, 10, 1) – krym.
12.20 Doktor Martin (3-5) – serial obycz., Wlk. Bryt.
15.25 Świat według Kiepskich (195, 196, 35) – serial kom.
17.05 Gliniarze (1115-1118) – serial paradok., Pol. 2025
21.00 Columbo (10, 12) – serial kryminalny, USA
0.05 Koszmarna noc – thriller, FILM USA 2019, reż. Matt Eskandari, 125 min
2.10 Ślad (103) – serial krym.
3.10 Święty (258) – kom., Pol.
4.00 48h. Zaginieni (51, 52) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

7.30 Kung Fu Panda – anim., FILM USA/Wlk. Bryt. 2008, 90 min
9.00 Kung Fu Panda 2 – anim., FILM USA/Kanada 2011, 90 min
10.30 Wszyscy święci – film FILM obycz., Polska 2002, 80 min
11.50 Sigourney Weaver. Ikona kina akcji – film dokumentalny, Niem. 2024
12.45 Łapu capu – pr. rozrywk.
12.50 Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu FILM – film fantasy, 2009, 115 min
14.45 Ida – dram. obycz., Polska/ FILM Dania/Fr. 2013, 80 min
16.05 Listy do Julii – komedia FILM romant., USA 2010, 100 min
17.45 Premierowa jazda – mag.
18.00 Jutro będzie nasze FILM – komediodramat, Włochy 2023, 115 min
19.55 Łapu capu – pr. rozrywk.
20.00 Kukułka – thriller, FILM Niemcy/USA 2024, 100 min
21.40 Niebezpieczne zwierzęta FILM – thriller, Australia/USA/Kanada 2025, reż. Sean Byrne, 95 min
23.15 Nocą... w Nowym Jorku FILM – dramat obyczajowy, USA 2023, 95 min
0.50 Wrooklyn Zoo – dramat FILM obycz., Pol. 2024, 125 min
2.55 Wiarołom – dramat FILM obycz., Polska 2021, 75 min
4.10 Skrzyżowanie – dramat FILM obycz., Polska 2024, 95 min
5.45 Premierowa jazda – mag.

CANAL+ SERIALE HD

9.50 Hollywood Buzz – mag.
10.20 The Office PL 2 (7-9) – serial komediowy, Polska
12.00 Świat zwierząt – rodzicielstwo (1) – serial dok., Wielka Brytania 2024
12.55 Cat's Eyes (8-ost.) – serial przygodowy, Francja 2024
13.05 Świat zwierząt – rodzicielstwo (2) – serial dok., Wielka Brytania 2024
14.10 Premierowa jazda – mag.
14.30 Naruto (11-13) – anime
16.00 Premierowa jazda – magazyn
16.20 Godzina zero (3, 4) – serial krym., Wlk. Bryt.
17.55 Łapu capu Extra (139) – program rozrywkowy
18.05 13 posterunek 2 (38-40) – serial komediowy, Polska
20.00 Trigger Point: Stan zagrożenia 2 (1, 2) – serial sensacyjny, Wielka Brytania
21.40 Premierowa jazda – magazyn
22.00 Pokonani (7, 8-ost.) – krym., Fr./Kan./Niem. 2020
23.40 Król (3, 4) – sens., Pol. 2020
1.55 Ekspedycja XD – serial komediowy, Polska 2026
2.50 Premierowa jazda (3) – magazyn
3.10 Furioza – dramat FILM kryminalny, Polska, 100 min
4.50 Miasta rytm (4) – dok.
5.40 Premierowa jazda (1) – magazyn

CANAL+ 360 HD

6.00 The Office PL (7, 8) – kom.
7.15 Sędziowie (5) – dok., Pol.
8.00 Stalowe bestie z demobilu (5) – dok.
9.55 Zholowani: ciężarówki w opałach 6 (15) – dok.
11.00 Sung Kang – szybki i dociekliwy (2) – dok.
12.00 Być jak Beckham
13.00 W trasie z Normanem Reedusem 3 (3) – dok.
13.55 Co poszło nie tak 5 (3)
15.00 Koleją przez świat (6)
15.55 Koleją przez świat 3 (1)
16.50 Wykrywacz historii 5 (4)
17.55 Z archiwów historii (6) – serial dokumentalny, 2025
19.00 Śladami Marco Polo (2)
19.55 Droga do Arktyki: Kanadyjskie szlaki lodowe – dok., Niem. 2016
20.50 Born Racers. Młodzi i szybcy (6) – serial dokum.
22.05 Porzucone konstrukcje (2) – serial dok., Wlk. Bryt.
23.00 Wykrywacz historii 5 (5) – serial dokumentalny, Wł.
0.05 Co poszło nie tak 5 (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 2025
1.05 Agnieszka Radwańska. Anatomia zwycięstwa (1) – serial dok., Polska 2022
2.00 To jest żużel (6) – dok.
2.40 Misja Afganistan (12) – serial wojenny, Pol. 2012
3.40 Pogotowie remontowe Wieśka 4 (6, 7) – mag.
4.55 Zwierzęta Wajraka (1, 2)

HBO 2 HD

13.20 A potem się zobaczy FILM – kom., Wł. 2025, 95 min
14.55 Emma Odważna – film FILM animowany, USA/Chiny/Irlandia 2024, 80 min
16.15 Sypiając z innymi FILM – komediodramat, USA 2015, 100 min
17.55 Jane Austen zrujnowała mi życie FILM – kom. romant., Francja 2024, 95 min
19.30 Wyzwolenie – dramat FILM biograficzny, 2023, 95 min
21.05 Until Dawn – horror, FILM USA/Węgry 2025, reż. David F. Sandberg, 100 min
22.45 Władca much (3) – sens.
23.45 Stamtąd 4 (5)

HBO 3 HD

7.45 Twój potwór – czarna FILM komedia, 2024, 100 min
9.25 Królewski świąteczny balet FILM – komedia romantyczna, 2024, 85 min
10.50 Źródło – dramat FILM psycholog., 2006, 95 min
12.25 Julia (5) – serial biograf.
13.10 Trolle – film animowany, FILM USA 2016, 90 min
14.40 Trolle 2 – film animowany, FILM USA 2020, 90 min
16.10 Minecraft: Film – film FILM familijny, Szwecja/USA 2025, 100 min
17.50 Królowa ringu – film FILM biograficzny, 2024, 130 min
20.00 Ród smoka (1-10)

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

8.00 **Sąsiedzi** (1) – anim.
8.10 **Byli sobie podróżnicy** (2-4)
9.55 **Legenda o Smoku Gnatochrupie** – film animowany, USA 2010
10.20 FILM **Hotel Transylwania: Transformania** – film animowany, USA 2022, 100 min
12.00 FILM **Kopciuszek** – musical, USA/Wielka Brytania 2021, 145 min
14.25 FILM **Mój przyjaciel szpieg** – kom. sens., USA 2020, 125 min
16.30 FILM **Smerfy 2** – film familijny, USA 2013, 130 min
18.40 FILM **Uncharted** – film przygodowy, USA/Hiszp. 2022, 140 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **The Office PL 3** (1, 2) – serial kom., Pol. 2023
7.10 **Teoria wielkiego podrywu** (9-17) – serial komediowy, USA 2008
11.15 **Teoria wielkiego podrywu 2** (1-5) – serial komediowy, USA 2008
13.30 **Przyjaciele 2** (3-7) – serial komediowy, USA 1996
16.00 **DMV – Ci od prawka** (11, 17) – serial komediowy, USA 2025
17.00 **9JKL** (1-4) – serial komediowy, USA 2017, wyk. Mark Feuerstein
19.00 **Duchy** (15-18) – serial fantasy, USA/Wielka Brytania 2021

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (755) – serial paradokum.
6.00 **Seriaale 2** (1) – mag.
6.30 **Prawo Agaty 2** (1-5) – serial obycz., Polska
11.30 FILM **Akademia policyjna 3: Ponowne szkolenie** – kom., USA 1986, 110 min
13.20 FILM **Królewskie wakacje** – dramat obyczajowy, USA 2017, 100 min
15.00 FILM **Alvin i wiewiórki 2** – film familijny, USA 2009, reż. Betty Thomas, 120 min
17.00 FILM **Złoto dla zuchwałych** – komedia wojenna, USA/Jugosławia 1970, 180 min

13 ULICA

6.10 **Petra 2** (4) – serial kryminalny, Wł. 2022
8.00 **Magnum: Detektyw z Hawajów 3** (9-16) – serial sensacyjny
15.20 **Magnum: Detektyw z Hawajów 4** (1, 2) – serial sensacyjny, USA 2021-2022
17.10 **Kobra – oddział specjalny** (3) – serial sensacyjny, Niemcy
19.10 **Chicago P.D. 13** (20) – serial kryminalny, USA 2025
20.05 FILM **Niepokojące zaginięcia: Kiedy pojawi się dziecko** – krym., Fr. 2024, reż. Arnauld Mercadier, wyk. Béatrice Dalle, 115 min

KINO POLSKA

6.00 **Dom w cenie mieszkania 2** (4, 5)
6.55 **Polska Kronika Filmowa** – serial dok.
7.10 **Wtorki z Polską Kroniką Filmową**
7.30 **Przygody Myszki** (1, 2) – serial anim.
7.50 **Reksio** (38, 40)
8.20 **Noce i dnie** (1/2) – film obyczajowy, 1975, 105 min
10.05 **Rachunek szczęścia** – film dokum., 2010
11.50 FILM **Janosik** – film przyg., 1974, 175 min
14.45 FILM **Złoty pociąg** (1, 2) – sens., Pol./Rumunia 1986, 215 min
18.20 FILM **C.K. Dezerterzy** (1/2) – komedia, Polska/Węgry 1985, 100 min

STOPKLATKA DVB-T2

6.00 **Komisarz Rex** (9-12) – serial kryminalny, Niemcy/Austria 1994
10.00 **Hudson i Rex 7** (7, 8) – serial krym., Kanada
11.55 **Top Dog. Niemcy** (4) – reality show
13.50 FILM **Starsza pani musi zniknąć** – komedia, USA/Niemcy 2003, reż. Danny DeVito, 110 min
15.40 FILM **Trzej muszkieterowie** – film kostium., Niemcy/Fr./Wielka Brytania 2011, 130 min
17.50 FILM **Co mi zrobisz, jak mnie złapiesz** – komedia, Polska 1978, reż. Stanisław Bareja, wyk. Krzysztof Kowalewski, 130 min

DRAMAT WOJENNY

21.00 FILM **Bękarty wojny** – USA/Niemcy 2009, 185 min

Rok 1944. Porucznik Aldo Raine formuje jednostkę do walki z Niemcami złożoną z żydowskich ochotników. Donny i jego kompani okrywają się ponurą sławą.

0.05 FILM **Czarny telefon** – thriller, USA 2021, reż. Scott Derrickson, wyk. Mason Thames, 135 min
2.20 **Ślad** (17, 108, 109) – serial kryminalny, Pol.
5.20 **Na ratunek 112** (838) – serial paradokum.

KOMEDIA

21.00 FILM **Książę w Nowym Jorku** – USA 1988, 150 min

Akeem, afrykański następca tronu, w towarzystwie sługi udaje się do USA, by znaleźć żonę. W Nowym Jorku zatrudnia się w barze. Wkrótce spotyka idealną kobietę.

23.30 **Comedy Club** (8)
0.00 **Miasteczko South Park 22** (10) – serial anim. dla dorosłych
0.30 **Miasteczko South Park 23** (1-3)
2.00 **Pracoholicy 6** (7-10)
4.00 **Śmieszniej nie będzie 4** (11-14)

KOMEDIA PRZYGODOWA

20.00 FILM **Shazam!** – USA/Kanada 2019, 170 min

Nastoletni Billy po wypowiedzeniu magicznej formuły zmienia się w dorosłego superbohatera. Wkrótce musi stanąć do walki z szalonym doktorem Sivanem.

22.50 FILM **Wielki Szu** – dramat sensacyjny, Polska 1982, 130 min
1.00 FILM **Twórca** – thriller s.f., USA 2023, 160 min
3.40 **Dziewczyny z Hollywood 3** (10) – program rozrywkowy
4.05 **Ukryta prawda** (1325) – paradok., Pol.

KRYMINALNY

22.00 FILM **Tajemnice kwiaciarni: Śmierć w pąku** – Kanada 2016, 110 min

Była prawniczka Abby Knight prowadzi kwiaciarnię. Spotyka dawnego znajomego. Wkrótce mężczyzna zostaje znaleziony martwy. Abby musi oczyścić się z zarzutów.

23.50 FILM **Pan i pani Smith** – komedia sensacyjna, USA 2005, reż. Doug Liman, 140 min
2.10 **Podróżnik** (4) – serial kryminalny, Fr. 2019
4.05 **Petra 3** (1) – serial kryminalny, Wł. 2020

DRAMAT HISTORYCZNY

20.00 FILM **Kamerdyner** – 2018, 180 min

Kaszuby, początek XX w. Mateusz po śmierci matki trafia do arystokratycznej rodziny ojca. Wraz ze swoją wybranką staje w obliczu dziejowych wydarzeń.

23.00 FILM **Wesele** – dramat obyczajowy, Polska/Łotwa 2021, 165 min
1.45 FILM **Mniejsze zło** – film obyczajowy, 2009, 160 min
4.25 **Obłoki śmierci. Bolimów 1915** – dokument fabularyzowany, 2020

DRAMAT SENSACYJNY

20.00 FILM **Ludzie honoru** – USA 1992, 170 min

Wojskowi prawnicy, Kaffee i Galloway, zostają obrońcami żołnierzy oskarżonych o zabójstwo kolegi. Pozornie proste śledztwo odkrywa wstrząsającą prawdę o armii.

22.50 FILM **Żelazny rycerz** – film przygodowy, Wielka Brytania/USA/Niemcy 2011, 160 min
1.30 FILM **Dziewiąte wrota** – thriller, Hiszpania/Fr./USA 1999, 160 min
4.10 **Leben** – krótkometraż.
4.55 **Podróż za jeden uśmiech** (6) – przyg.

20

CINEMAX HD

12.00 **Valmont** – dramat kostiumowy, 1989, 135 min
14.15 FILM **Steve Jobs** – dramat biograficzny, Wielka Brytania/USA 2015, 125 min
16.20 FILM **Dwóch gniewnych ludzi** – kom., USA 2003, 105 min
18.05 FILM **Ultimatum Bourne'a** – film sensacyjny, USA/Niemcy 2007, 115 min
20.00 FILM **Faceci w czerni 2** – kom. s.f., USA 2002, 90 min
21.30 FILM **Wyścig z czasem** – thriller s.f., USA 2011, 105 min
23.15 FILM **Commando** – film sensacyjny, 1985, 90 min
0.45 FILM **Road House** – film sensacyjny, 2024, 120 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

6.00 **Graczykowie** (1-5) – kom.
8.30 **Świat według Kiepskich** (15-20) – serial kom., Polska
11.30 **Bob kocha Abisholę 3** (5-10) – serial komediowy
14.30 **Święty** (43-47) – kom., Pol.
17.00 **Piękni i bezrobotni** (7)
17.30 **Świat według Kiepskich** (15-21) – serial kom., Polska
21.00 **Co ludzie powiedzą? 2** (9, 10, 101) – serial kom.
23.05 **Jedną nogą w grobie 5** (5, 6) – kom., Wlk. Bryt. 1994
0.30 **Czarna Żmija 4** (5, 6)
1.55 **Czarna Żmija** (1) – kom.
2.30 **Grono nie-pedagogiczne 2** (11-15)
5.00 **Comedy Club** (1, 2) – rozr.

SCI FI

6.00 **Bibliotekarze 2** (5-8)
10.00 **Grimm 4** (21, 22) – fantasy
11.50 **Grimm 5** (1-3) – fantasy
14.35 **Płonąca pułapka** – dram. sens., USA 2004, 140 min
16.55 FILM **Ciche miejsce** – horror, USA 2018, 115 min
18.50 FILM **xXx: Reaktywacja** – film sensacyjny, Chiny/Kanada/USA 2017, 130 min
21.00 FILM **Zakazane królestwo** – film przygodowy, USA/Chiny 2008, 125 min
23.05 FILM **Sahara** – przyg., USA/Hiszp./Niem. 2005, 150 min
1.35 FILM **Crackodyl** – horror s.f., USA 2023, 110 min
3.25 **Orphan Black: Echa** (1-3)

FX HD

6.50 **FBI 3** (2, 3) – serial krym.
8.40 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (16, 17) – krym.
10.30 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (4, 5)
12.20 **Agenci NCIS** (11-13)
15.05 **Z archiwum X** (24, 1, 2)
17.55 FILM **2012** – film katastroficzny, USA/Kanada 2009, 195 min
21.10 FILM **Anakondy: Polowanie na krwawą orchidee** – film sens., 2004, 120 min
23.10 FILM **Resident Evil** – horror s.f., 2002, 125 min
1.15 **Paradise** (5) – serial krym.
2.15 **Tropiciel** (17) – serial krym.
3.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (5, 6)

KINO TV HD

8.10 **Stawka większa niż życie** (1, 2) – wojenny, Pol.
10.45 FILM **Pan Wołodyjowski** – film hist., Polska 1968, 190 min
13.55 FILM **Kosmiczne jaja** – komedia s.f., USA 1987, 115 min
15.50 FILM **Legenda Zorro** – film przygodowy, 2005, 160 min
18.30 FILM **Ści(a)gany** – komedia sensacyjna, Niemcy/USA 1998, reż. Pat Proft, 90 min
20.00 FILM **Czułe słówka** – dramat obyczajowy, 1983, 170 min
22.50 FILM **Wyspa tajemnic** – thriller, USA 2010, 175 min
1.45 FILM **Oczy węża** – thriller, USA 1998, 130 min
3.55 **Bonanza** – serial obycz.

ROMANCE TV HD

14.20 FILM **Statek marzeń – Auckland** – film obycz., Niemcy 2025, 115 min
16.15 FILM **Inga Lindström: Skok w szczęście** – film obycz., Niemcy 2005, 110 min
18.05 FILM **Rosamunde Pilcher: Upragnione dziecko Amy** – dramat obyczajowy, Niemcy 2023, 115 min
20.00 FILM **Detektyw von Fock** (3, 4) – serial kryminalny, Estonia
22.00 FILM **Nord Nord Mord – Clüver i obca kobieta** – kom. krym., 2013, 115 min
23.55 FILM **Rosamunde Pilcher: Miłość na horyzoncie!** – film obycz., 2010, 115 min

CINEMAX 2 HD

13.55 FILM **Polne drogi mają smak soli** – obycz., 2023, 95 min
15.30 FILM **Twarzą w twarz** – obycz., Hiszpania/Bel. 2025, 95 min
17.05 FILM **Sprawa Kramerów** – dramat obyczajowy, USA 1979, 105 min
18.50 FILM **Milczenie Julie** – dramat obyczajowy, Belgia/Szwecja 2024, 100 min
20.30 P! FILM **Wróbel w kominie** – film obyczajowy, Szwajcaria 2024, 115 min
22.25 FILM **Ella i John** – kom. przyg., Wł./Francja 2017, 115 min
0.20 FILM **Lady Bird** – komediodramat, USA 2017, 95 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

6.00 **Lekarze na start** (41-45) – serial obycz., Polska 2017
9.40 **Poirot 3** (1-5) – serial kryminalny, Wielka Brytania
15.15 **Lekarze na start** (41-44, 47, 48) – serial obyczajowy, Polska 2017
20.00 **Grantchester 5** (6) – serial krym., Wlk. Bryt.
21.00 **Dalgliesh 2** (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania
23.00 **Królowa węży** (5) – serial kostiumowy, USA 2022
0.05 **Lekarze na start** (41-44, 47-50) – serial obyczajowy, Polska 2017
5.10 **Grantchester 5** (6) – serial krym., Wlk. Bryt.

NOVELAS+ HD

5.00 **Cud miłości** (9-13) – telenowela, Turcja 2023, wyk. Birkan Sokullu
10.00 **List pożegnalny** (69-73) – telenowela, Turcja 2023
15.00 **Historia Juany** (21-25) – telenowela, Meksyk 2024, wyk. Camila Valero
20.00 **Rubi** (90, 91) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori, Eduardo Santamarina
22.00 **Otchłań namiętności** (94-98) – telenowela, Meksyk 2012, wyk. David Zepeda, Angelique Boyer
3.00 **Rubi** (90, 91) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori, Eduardo Santamarina

FX COMEDY HD

8.20 **On, ona i dzieciaki 3** (17-21) – serial komediowy
10.30 **Sposób użycia 3** (12)
12.00 **Sposób użycia** – kom.
13.00 **Wszyscy kochają Raymonda 2** (12-21)
18.00 **Moje wielkie greckie wesele** – kom. romant., USA/Kanada 2002, 115 min
19.55 FILM **Epoka lodowcowa** – film animowany, USA/Francja/Kanada 2002, 95 min
21.30 FILM **Jackass: Bezwstydny dziadek** – komedia, USA 2014, 100 min
23.10 **Family Guy: Głowa rodziny 22** (2, 3, 5-7) – anim. dla dorosłych, USA

FILMBOX PREMIUM HD

10.25 FILM **Wampirzyce** – horror komediowy, 2012, 105 min
12.10 FILM **Robin Hood: Początek** – film przyg., 2018, 125 min
14.15 FILM **Ostatnia rzecz** – dramat obyczajowy, 2018, 105 min
16.00 FILM **Masz talent** – film biograficzny, Wielka Brytania/USA 2013, 115 min
17.55 FILM **Minamata** – dramat obycz., USA/Japonia/Wielka Brytania 2020, 125 min
20.00 FILM **Świat w ogniu** – film sensacyjny, 2019, 130 min
22.10 FILM **Igrzyska śmierci** – dram. s.f., USA 2012, 155 min
0.45 FILM **John Wick** – film sensacyjny, 2014, 115 min

PARAMOUNT NETWORK HD

8.35 FILM **Igraszki losu** – komedia romant., USA 2001, 120 min
10.35 FILM **Psi Patrol: Wielki film** – film anim., 2023, 115 min
12.30 FILM **Gang Wiewióra** – film animowany, 2014, 115 min
14.25 FILM **Kontakt** – film s.f., USA 1997, reż. Robert Zemeckis, wyk. Jodie Foster, 190 min
17.35 FILM **Iluzja** – thriller, Francja/USA 2013, 145 min
20.00 FILM **Uprowadzona 2** – film sensacyjny, Francja/USA/Turcja 2012, 120 min
22.00 FILM **Prawo zemsty** – thriller, USA 2009, 120 min
0.00 FILM **Uprowadzona** – film sens., Francja 2008, 120 min

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

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
9.00 **Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes
10.00 **Kolarstwo górskie:** PŚ w Leogang
11.00 **FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans
11.45 LIVE **FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans – rozgrzewka
12.30 **FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans
14.30 **Racing for excellence**
15.00 LIVE **FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans
18.00 LIVE **FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans

POLSAT SPORT 1 HD
6.00 **Siatkówka mężczyzn:** LN – mecz: Japonia – Polska
9.00 **Polsat Mundial Cast**
10.00 **Magazyn Polskiego Sportu** – mag.
11.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Japonia – Polska
13.45 LIVE **Siatkówka mężczyzn:** LN: Kuba – Słowenia
15.45 LIVE **Siatkówka mężczyzn:** LN: Brazylia – Serbia
19.45 LIVE **Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga – 3. mecz finałowy fazy play-off: Zastal Zielona Góra – Legia Warszawa

CANAL+ SPORT HD
6.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Motor Lublin – Widzew Łódź
8.20 **Ligomistrzowe historie** (1): Leeds United
9.00 **Premier League Stories** (44) – magazyn piłkarski
9.45 **Turbokozak** – magazyn piłkarski, Polska
10.50 **Turbokozak** – magazyn piłkarski, Polska
12.00 LIVE **Padel:** Turniej Premier Padel w Walencji
14.30 LIVE **Padel:** Turniej Premier Padel w Walencji
17.00 LIVE **Padel:** Turniej Premier Padel w Walencji

TVP SPORT HD DVB-T2
6.05 **Mundial 2026 – Legendy miejskie** (11) – cykl reportaży
6.40 **Piłka nożna:** MŚ 2026: Kanada – Bośnia i Hercegowina
9.00 **Mundialowy poranek** (2) – mag.
10.30 **Droga do mundialu 2026** (4) – mag.
11.05 **Oko w oko** – mag.
11.45 LIVE **Jeździectwo:** Zawody CSIO w Sopocie – Konkurs Dużej Rundy
14.00 **Piłka nożna:** MŚ 2026: USA – Paragwaj
16.15 **Piłka nożna:** MŚ 2026: Kanada – Bośnia i Hercegowina
18.30 **Dzień na mundialu** (2) – magazyn piłkarski

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 **Paco Gento** – dok.
6.40 **Ronaldo** – film dok.
7.20 **Undiano Mallenco** – film dokumentalny
8.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Eintracht Frankfurt – Bayern
10.00 LIVE **Formuła 3:** Grand Prix Barcelony-Katalonii – sprint
11.15 **GP Confidential**
11.50 **F2: Chasing the Dream** – mag. motor.
12.10 LIVE **Formuła 1:** Grand Prix Barcelony-Katalonii – 3. sesja treningowa
14.10 LIVE **Formuła 2:** Grand Prix Barcelony-Katalonii – sprint
15.15 LIVE **Formuła 1:** Grand Prix Barcelony-Katalonii – sesja kwalifikacyjna

DISCOVERY CHANNEL HD
6.00 **Budowa na końcu świata** – serial dok.
7.00 **Klan z Alaski** (2)
8.00 **Bimbrownicy 14**
9.00 **Gorączka złota 16**
10.00 **Łowcy opali 8** – dok.
11.00 **Celnicy na straży Szwecji 4** (4) – dok.
12.00 **Sara Price – Droga do Dakaru** (2) – film dok., Wlk. Bryt. 2026
13.00 **Złomowisko PL** (2, 3)
15.00 **Nic do ukrycia** (6) – serial dok., Pol. 2021
16.00 **Przygody truckerki** (2) – serial dokum., Pol.
17.00 **Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata** – reality show
18.00 **Vantara – azyl dla zwierząt** – serial dok.

20

FIA WEC

21.00 LIVE **Wyścig 24-godzinny w Le Mans**

Rywalizacja na Circuit de la Sarthe to najważniejsze wydarzenie sezonu wyścigów wytrzymałościowych. Smak triumfu w Le Mans zna m.in. Mike Conway z Toyota Racing.

0.00 LIVE **FIA World Endurance Championship:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans
3.00 LIVE **FIA World Endurance Championship:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN

21.45 LIVE **Liga Narodów** – mecz: Kanada – USA

Siatkarze Stanów Zjednoczonych mają nadzieję zaprezentować się lepiej niż w poprzedniej edycji. Przed rokiem sześć zwycięstw w fazie interkontynentalnej nie dało im awansu do turnieju finałowego.

1.15 LIVE **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Turcja – Włochy
4.00 **Sporty walki:** Babilon Boxing Show & K1 w Nowym Dworze Mazowieckim

PADEL

19.00 LIVE **Turniej Premier Padel w Walencji**

Pula nagród w tegorocznej imprezie wynosi blisko 480 tysięcy euro. Najwyżej rozstawiony jest duet Arturo Coello i Augustin Tapia.

21.15 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 158
23.30 **Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**
0.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026
1.30 **Bohater z Cienia** (1): Wisła Płock – serial dokumentalny, Polska

PIŁKA NOŻNA

20.00 LIVE **Mistrzostwa świata 2026** – mecz grupy B: Katar – Szwajcaria

Faworytami tego starcia są Helweci. W trzech ostatnich mundialach docierali oni do 1/8 finału. W sparingach przed MŚ pokonali Jordanię, zremisowali z Norwegią i przegrali z Niemcami.

23.50 LIVE **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy C: Brazylia – Maroko
2.50 LIVE **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy C: Haiti – Szkocja

FORMUŁA 1

18.00 **Grand Prix Barcelony-Katalonii** – sesja kwalifikacyjna

Kierowcy walczą o jak najlepszą pozycję startową w niedzielnym wyścigu na torze w Montmeló.

19.30 **Formuła 2:** Grand Prix Barcelony-Katalonii – sprint
20.45 **Formuła 3:** Grand Prix Barcelony-Katalonii – sprint
22.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Real Madryt CF – Barcelona
0.00 **Bundesliga Original Series**

DOKUMENTALNY

19.00 **Skok na Luwr: jak skradziono klejnoty za...**

Szczegóły napadu z 19 października 2025 roku, gdy z Luwru zniknęły klejnoty koronacyjne warte ponad 100 milionów dolarów. Twórcy badają m.in., jak przestępcy sforsowali zabezpieczenia.

20.00 **Bimbrownicy 14**
21.00 **Fani czterech kółek – samochody marzeń** – serial dok.
22.00 **Łowcy opali 8** – dok.
23.00 **Akta ekspedycji 2**
0.00 **Teorie spiskowe pod lupą** – serial dok.

EUROSPORT 2 HD
12.00 **Kolarstwo górskie:** PŚ
LIVE w Leogang – zjazd mężczyzn; zjazd kobiet
15.15 **Kolarstwo:** Tour
LIVE Auvergne-Rhône-Alpes – 7. etap
16.15 **Kolarstwo kobiet:**
LIVE Copenhagen sprint
17.30 **Kolarstwo górskie:** Zawody PŚ w Leogang – zjazd mężczyzn
18.15 **Kolarstwo górskie:** PŚ w Leogang – zjazd kobiet
19.00 **Golf:** RBC Canadian
LIVE Open – 3. runda
0.00 **Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes – 7. etap

POLSAT SPORT 2 HD
9.30 **Piłka ręczna plażowa:**
LIVE IHF Beach Handball Global Tour – Płock 2026
14.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
16.30 **Piłka ręczna plażowa:**
LIVE IHF Beach Handball Global Tour – Płock 2026: Francja – Czechy; Niemcy – Egipt; Polska – Niemcy; Polska – Czechy
20.30 **Siatkówka mężczyzn:**
LIVE Liga Narodów – mecz: Bułgaria – Argentyna
23.00 **Piłka ręczna plażowa:** IHF Beach Handball Global Tour – Płock 2026
1.00 **Sporty walki:** FEN 54

CANAL+ SPORT 2 HD
8.00 **Tenis:** Turniej WTA w Londynie – ćwierćfinał
10.00 **Tenis:** Turniej WTA w Londynie – ćwierćfinał
12.15 **Tenis:** Turniej WTA w Londynie – ćwierćfinał
14.30 **Tenis:** Turniej WTA
LIVE w Londynie – półfinał
16.30 **Tenis:** Turniej WTA
LIVE w Londynie – półfinał
18.45 **Tenis:** Turniej WTA w Londynie – półfinał
21.00 **Tenis:** Turniej WTA w Londynie – półfinał
23.15 **Tenis:** Turniej WTA w Londynie – półfinał
1.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Motor – Lech

EXTREME CHANNEL HD
6.00 **X Games – Aspen 2020**
9.00 **KPW Kombat TV** (3)
10.00 **WWE Classic Gold**
11.00 **WWE Highlights** (16, 17)
12.00 **Burning Heart Pro UK Wrestling** (1)
15.00 **WWE Highlights** (77)
15.45 **WWE Classic Gold** (65)
16.00 **New Japan Pro-Wrestling** (45)
20.00 **AEW Dynamite** (2623)
22.00 **New Japan Pro-Wrestling** (45)
2.00 **New Japan Wrestling – Highlights** (11, 22)
3.00 **X Games – Aspen 2020** (10) – program sportowy
4.00 **X Games – Aspen 2021**

ELEVEN SPORTS 2 HD
12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Borussia M'gladbach – Bayern
14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: SSC Napoli – Inter Mediolan
16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – BVB
18.00 **Ligue 1 Show** (36) – mag.
18.30 **Ligue1 Season Review**
19.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: AS Roma – Inter
21.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Betis – Barcelona
23.00 **Made in Italy** (7, 6, 5)
0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Olympique Marsylia – PSG

DISCOVERY LIFE HD
6.30 **Szpital** (347-350)
10.30 **Kosmetyczne rewolucje**
11.15 **Megasknery 2** (1, 2) – dok.
12.45 **Klinika bez tajemnic**
15.45 **Szpital** (301, 305-307)
19.45 **W czym do ślubu?** (9, 10)
20.45 **Wielkie wesela amerykańskich Romów**
21.45 **Gdy jeden mąż to za mało** (6) – reality show
22.45 **Morderstwo w tropikach** (9) – dok.
23.45 **Powrót doktora Szczyta**
0.45 **Sekrety lekarzy** (2, 3)
2.45 **Eks-tra zmiana** (7) – rozr.
3.45 **19+** (30, 31) – paradok., Pol.
4.45 **Niezwykłe przypadki medyczne 3** (5, 6) – dok.

POLSAT SPORT FIGHT HD
14.50 **Sporty walki:** FEN 52 w Ostrowie Wielkopolskim – walka: Marcin Łazarz – Bartosz Szewczyk
17.40 **Z archiwum ESPN** – mag.
18.25 **Boks:** Rocky Boxing Night w Koszalinie – waga ciężka: K. Meyna – A. Kownacki
20.55 **Sporty walki:** Babilon MMA 57 w Ciechanowie
23.20 **Sporty walki:** Game Changer MMA 5 w Krakowie: Mariusz Wach – Kamil Bielecki
1.05 **Boks:** Gala w Zawoni: D. Knyba – A. Aajour
3.05 **Z archiwum ESPN** – mag.
3.50 **Strzelnica Navala** (1)

POLSAT SPORT 3 HD
8.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
10.15 **Siatkówka mężczyzn:**
LIVE LN – mecz: Chiny – Japonia
13.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
15.00 **Tenis:** Turniej ATP w
LIVE 's-Hertogenbosch – mecz półfinałowy gry pojedynczej
17.00 **Tenis:** Turniej ATP w
LIVE 's-Hertogenbosch – półfinał
20.30 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
22.30 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA 42 w Żyrardowie: B. Gładkowicz – S. Zając

CANAL+ SPORT 5 HD
6.00 **Ligomistrzowe historie**
7.00 **Żużel:** PGE Ekstraliga: Motor Lublin – Włókniarz
9.45 **Żużel:** PGE Ekstraliga: Unia Leszno – KS Toruń
12.30 **Dart:** PDC World Series
LIVE we Frankfurcie – mecze 1/8 finału
17.45 **Premier League Stories**
18.30 **Dart:** PDC World Series
LIVE we Frankfurcie – mecze 1/8 finału
23.45 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 158
2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Motor Lublin – Widzew Łódź
4.15 **Przerwa techniczna**

ELEVEN SPORTS 4 HD
12.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Real Madryt – Villarreal
14.00 **Bundesliga Clubs** – mag.
15.00 **Bundesliga Special** (21)
16.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Auxerre – Lens
18.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Hoffenheim – 1. FC Köln
20.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Real Madryt CF – Betis
22.00 **Serie A** – mag. piłkarski
23.00 **Ligue 1 Show** (36) – mag.
0.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: FC Arouca – FC Porto

ELEVEN SPORTS 3 HD
12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: AC Milan – Pisa SC
14.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Real Madryt CF – Betis
16.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (3, 4) – mag.
17.00 **Made in Italy** (5-8) – mag.
18.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Juventus – Atalanta
20.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: BVB – Lipsk
22.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Lens – Lille OSC
0.00 **Xabi Alonso – Architekt** – film dokumentalny
1.10 **Bundesliga Dino** – dok.

CANAL+ DOKUMENT HD
11.45 **Karl Lagerfeld. Objawienie** (1, 2) – dok.
13.20 **Cztery pory roku w Japonii** (3, 4) – dok., Jap.
15.20 **Półwysep Shiretoko. Dzika Japonia** – film dok.
16.20 **Igrając ze śmiercią. Alaska – życie na krawędzi** – film dok.
17.15 **Japonia. Mroźne królestwo** – film dok., Fr.
18.15 **Na pierwszym planie** (4)
18.55 **Nasze małe Eldorado**
20.00 **Pod powierzchnią** – dok.
21.50 **Aria di bravura** – dok.
23.20 **Luis Enrique: Nie macie k**** pojęcia** (1-3) – dok.
1.45 **O co biega?** (24) – mag.

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.
10.30 Jak to jest zrobione? 25 (2)
12.00 Zwykłe rzeczy, niezwykłe wynalazki 15 (9)
14.00 Tajemnice lądowania na Księżycu (5, 6)
16.00 Autostrada spotkań z UFO – serial dok.
18.00 Jak to jest zrobione? – dok.
20.00 Największe paranormalne zagadki – serial dok.

DOKUMENTALNY

22.00 Klątwa Trójkąta Bermudzkiego

W 1945 roku pięć samolotów US Navy zniknęło bez śladu w okolicach Trójkąta Bermudzkiego. Specjaliści spróbują dowiedzieć się, co stało się z maszynami.

0.00 Na tropie legendarnych potworów – dok.
2.00 Przypadki z archiwum 10 (1, 2) – serial dokumentalny
4.00 Zwykłe rzeczy, niezwykłe wynalazki 15 (9) – serial dokumentalny

ID HD

6.00 Wyrok do podważenia
8.00 Krótkie życie, niewyjaśniona śmierć – serial dok.
10.00 Morderstwo na prowincji 5 – dok.
12.00 Mroczne piętno
13.00 Mroczne piętno 3
14.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet: uciekłam seryjnemu mordercy – dok., USA
16.00 Mroczne sekrety Playboya – serial dok.
18.00 Książę Andrzej i seksafera Epsteina
19.00 Donald Trump: Sztuka kłamstwa – dok., Wlk. Bryt. 2020

DOKUMENTALNY

20.00 Sprawa dla medium i detektywa 8

Ekipa przyjeżdża do niewielkiego Sinclairville, gdzie o pomoc prosi matka dwójki dzieci. Kobieta jest przekonana, że w jej domu działa nadprzyrodzona siła.

21.00 Narzędzia zła – serial dokumentalny, USA
23.00 Wrota do piekieł 3 (3, 4) – reality show
1.00 Narzędzia zła – dok.
3.00 Morderstwo na prowincji 5 – dok.
5.00 Mroczne piętno – serial dokumentalny

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

6.00 Najniebezpieczniejsze drogi Europy (5, 6) – dok.
8.00 Katastrofy pod lupą (5, 6) – serial dok., USA
10.00 Katastrofa w przestworzach (10, 2, 11, 5, 6, 3) – dok.
16.00 Car SOS (6) – dok.
17.00 Krwawe pieniądze: Tajemnice radzieckiej gospodarki (2) – film dokum., Francja 2024
18.00 Państwa Osi: Droga ku porażce (1) – serial dokumentalny
19.05 UFO: Przełomowe śledztwa (3) – serial dokumentalny
20.00 Miasta w liczbach (5): Sztokholm

DOKUMENTALNY

21.00 Złapać przemytnika (4, 6) – USA 2024

W Miami dochodzi do zatrzymania matki z córką podejrzanych o udział w przemycie. W El Paso natomiast do akcji wkraczają psy tropiące.

23.00 Ciemna strona świata (3, 7) – dok.
1.00 Alarm na lotnisku: Peru (15) – serial dok.
2.00 Wyprawa na dno (5, 6) – serial dok., USA
4.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Wojna z Ameryką (6) – dok.
5.00 Car S.O.S. (2) – dok.

FOKUS TV DVB T2

7.00 Rolnicy. Podlasie (27, 28) – serial dok.
9.00 Niezwykłe pociągi (3, 4) – serial dok., Kan.
11.00 Porzucone konstrukcje (1, 2)
13.00 Rolnicy. Podlasie (47-49) – serial dok.
16.00 Podglądacze przyrody (1) – dok.
17.00 Wielkie wycieczkowce (6)
18.00 Najbardziej niebezpieczne drogi do szkoły (7)
19.00 Jak to wyjaśnić 2 (15) – serial dok., USA
19.30 Top 10 Największe tajemnice świata (13) – serial dokum.
20.00 Tajemnice piramid (4) – serial dok., Francja

DOKUMENTALNY

21.00 Wielkie miasta starożytności (2)

Ateny powstały około trzech tysięcy lat p.n.e. Początkowo były tylko małą wioską, ale już około V w. p.n.e. stały się jednym z największych miast świata starożytnego.

22.00 Niewyjaśnione zagadki (2) – dok.
23.00 Poza kontrolą: Koszmar kolejki linowej
0.00 Kataklizmy, które wstrząsnęły światem (2) – dok.
1.00 Rolnicy. Podlasie (33-36) – serial dok.

TVP HISTORIA DVB T2

6.25 Był taki dzień (592)
6.35 Dzika Polska
9.00 Przyłbice i kaptury (1) – przyg., Pol. 1985
10.10 Korona Gór Polski
10.40 Wszystkie kolory świata (43) – dok., Fr.
11.45 Podziemne Włochy (2) – dok., Włochy 2016
12.55 Dinozaury Alaski
14.00 Ex Libris – magazyn
14.30 Herkules – film przygodowy, USA 2014, 100 min
16.10 Flesz historii
16.40 100 lat na dworze królowej
17.45 Blisko, coraz bliżej (4) – obycz., Pol. 1982
19.10 Zabójcza nauka (5)
20.15 Zbrodnie sprzed lat (3) – serial dok., USA

DRAMAT WOJENNY

21.10 Pianista – Francja/Niemcy/Wielka Brytania 2002, 155 min

Warszawa, II wojna światowa. Muzyk Szpilman unika wywiezienia do obozu zagłady i ucieka z getta. Po powstaniu ukrywa się w ruinach miasta. Zyskuje wsparcie.

23.45 Operacja Mincemeat – dramat wojenny, Wielka Brytania/USA 2021, 140 min
2.05 Historia w postaciach zapisana – cykl dok., Francja 2007-2026

HISTORY HD

11.10 Największe tajemnice świata 6 (7) – serial dok., USA
12.05 Starożytni kosmici 14 (12) – dok.
13.05 Tajemnice skryte w mroku (3) – dok.
14.00 Tajemnice skute lodem 4 (10) – dok.
14.55 Gwiazdy lombardu 25 (11)
15.50 Gwiazdy lombardu 12 (40)
16.15 Piątka z historii (5, 6) – serial dokum.
17.10 Starożytne armie: Święty Zastęp (1) – serial dokum.
19.05 Starożytni kosmici 17 (1) – dok.
20.00 Starożytni kosmici 14 (4) – dok.

DOKUMENTALNY

21.00 Starożytni kosmici: geneza (1) – 2024

Giorgio Tsoukalos, William Henry i Jason Martell zbadają najbardziej enigmatyczne wykopaliska archeologiczne. Odwiedzą Gizę oraz Puma Punku.

23.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 3 (33, 34) – serial dok.
0.50 Starożytni kosmici 14 (4) – dok., USA 2021
1.50 Starożytne armie: Święty Zastęp (1) – serial dokum.
3.40 Tajemnice skute lodem 4 (10) – dok.

DISCOVERY HISTORIA HD

8.00 Na tropach tajemnic (9)
9.00 Klątwa Trójkąta Bermudzkiego – dok.
10.00 Skarby z szopy (1-4)
12.00 Łowcy staroci – dok.
13.00 Tajemnice ziemi – Hiszpania (2) – dok.
14.00 Skarby z szopy (19, 20)
15.00 Poszukiwacze kamieni szlachetnych (9, 10)
17.00 Muzealne tajemnice (10, 11) – serial dok., USA
19.00 Na ratunek starociom
20.00 Wielki szwindel – dok.
21.00 Przypadki z archiwum X
22.00 Nawiedzona Irlandia
23.00 Lata 90. Dekada zbrodni
2.00 Mikroprzygoda (9) – dok.

PLANETE+ HD

12.30 Portugalia na dziko (6)
13.35 Cały rok z pandą (1)
14.45 Historia łuku Triumfalnego – film dok.
15.50 Pierwotni, rozumni, kreatywni – film dok., Fr.
17.00 Rok z dziką przyrodą (2)
18.00 Dokąd dzisiaj? 4 (19, 20)
18.40 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 5 (8, 9)
19.45 Wszystko o Marii. Matce Bożej (1) – dok., Fr.
20.50 Nastassja Kinski. Wyzwolona – film dokum.
22.00 Niezwykłe życie Buffy Saint-Marie – film dok.
23.50 Komensky. Edukacja tworzy człowieka – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

12.00 Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy
13.00 Dzikie lasy Australii
14.00 Amazonia (1) – film dok.
15.00 Morze Czerwone: magiczny ogród ewolucji – dok., Austria
16.00 Obcy z głębin – film dok.
17.00 Dzika Afryka Południowa (2) – dok.
18.00 Silni wbrew naturze (1)
19.00 Jak przeżyć na Alasce (5)
20.00 Europa z powietrza (1)
21.00 Drapieżnik kontra ofiara (3) – dok., Wlk. Bryt.
22.00 Zabójcze safari (1) – dok.
23.00 Europa z powietrza (4)
0.00 Niezwykły dr Pol (15, 17)

POLSAT VIASAT NATURE HD

6.30 Olbrzymy (1-3) – dok.
9.50 Zwierzęta: mistrzowie survivalu 2 (3-5) – dok.
13.15 Afrykańskie drapieżniki: wielka czwórka (2) – dok.
14.20 Wojny zwierząt (2) – dok.
15.35 Podwodne miasto (2)
16.40 U wybrzeży Australii (2)
17.50 Pacyfik (2) – serial dok.
18.50 Sekrety wodnych krain (3, 4) – serial przyrodniczy
21.00 Najdziksza Ameryka Łacińska (1-5) – serial dok.
2.20 Wielka Afryka (2) – dok.
3.15 Dawno temu w Tsavo (2)
4.10 Nil: rzeka ostateczna (2) – film dokum., Austria 2014
5.00 Likaony: życie w stadzie

BBC EARTH HD

9.55 Wielkie koty 24/7 2 (4)
11.10 Gordon Buchanan: przez Gobi na wielbłądzie
12.20 W okowach mrozu (6-10)
17.20 Zabójcza misja: rekin (3)
17.50 Pociągiem przez Nową Zelandię (1) – serial dok.
18.55 Szlakiem wulkanów (8)
19.55 Szpiedzy w oceanie (1, 2)
22.10 W okowach mrozu 2 (7)
23.10 Wielkie koty 24/7 2 (4)
0.25 Zabójcza pogoda 6 (12)
1.25 Superchirurdzy: szansa na życie 2 (2) – serial dok.
2.25 W okowach mrozu 2
4.35 Gordon Buchanan: przez Gobi na wielbłądzie
5.30 Zabójcza misja: rekin (3)

ANIMAL PLANET HD

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

TVP DOKUMENT HD

14.10 Fascynujące migracje (1)
15.10 Świat świstaka – dok., Fr.
16.10 Gwałtowna pogoda. Jak ją przetrwać? (2) – dok.
17.20 Plaże Europy (2)
18.25 Sanatorium miłości 2 (3)
19.15 Kaziu, Polska Ci dziękuje – film dok., Pol.
20.10 E. 1027 – Eileen Gray i dom nad morzem
21.55 Niepoprawny Belmondo (1) – film dokumentalny, Fr.
22.50 Fascynująca Kanada – Lato z niedźwiedziami polarnymi w Zatoce Hudson – film dokum., Niem. 2019
23.20 Ula – film dokum., Pol. 2023

POLSAT DOKU HD

12.05 Sekrety Biblii (1) – dok.
13.05 Top Guns – SuperBroń
14.00 Fabryki wojny (2) – dok.
15.10 Poszukiwacze historii
15.35 David Attenborough i cuda natury (1, 2) – dok.
16.35 Świat z góry. Izrael (1)
17.35 Świat z góry. Jedwabny Szlak (1) – dok., Singapur
18.50 Świat z góry. Parki narodowe (2) – serial dok.
19.55 Polowanie na Hitlera (2)
20.50 Militarny top 10 (2) – dok.
22.00 Ekstremalne drogi do szkoły (1) – serial dok.
23.05 Titanic – tragiczny błąd – film dok., Wielka Brytania
0.20 Kroniki Hitlera (13)

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

6.20 Ekstremalna pomoc drogowa (5-9) – serial dok.
11.05 Australijscy poszukiwacze złota 4
16.00 Złoto Jukonu 3 – dok.
21.00 Za kratami: najcięższe więzienia na świecie 3 (3) – serial dok., Kan. 2018
22.05 Internetowy seksbiznes 2 (3) – dok.
23.05 Skąd się biorą seryjni mordercy 2 (6) – dok., USA
0.05 Bohaterowie z St. John's 3 (7-10) – dok., Kan.
3.10 Bohaterowie z St. John's 2 (1-3) – dok., Kan.
5.25 Australijscy łowcy bydła 2 (6) – dok., Australia

POLSAT VIASAT HISTORY HD

8.00 Tajne bazy nazistów 3
10.00 Adolf Hitler: Zrozumieć dyktatora (4-6) – dok.
13.20 Czołg: najważniejsza broń II wojny światowej
18.55 Naziści: korzenie zła
21.00 Hitler: Odliczanie (1)
22.00 Najgroźniejsi ludzie Hitlera (8, 9) – serial dok.
0.00 Zaginione mumie Inków
1.05 W poszukiwaniu zaginionych wikingów
2.10 Rzymianie, ukrzyżowanie i kości
3.05 W poszukiwaniu biblijnej prawdy (1, 2)
4.55 Tajemnice rodziny Jezusa – film dokum., Fr.

CI POLSAT HD

14.10 Dowody zbrodni 4 (15)
15.05 Absurdalne przestępstwa 2 (16, 17)
16.00 Daj znać, jak będziesz w domu 2 (5) – serial dok.
17.00 Pogrzebani za domem 6 (6) – serial dokumentalny
18.00 28 mil, by zabić (1)
19.00 Zbrodnia na prowincji 2 (6) – serial dokumentalny
20.00 Polowanie na pedofila
21.00 Morderstwo w rodzinie 2 (7) – dok.
22.00 Zbrodnia na żywo (8)
23.00 Jak zostałem seryjnym mordercą (8) – serial dok.
23.55 W cztery oczy z mordercą (5) – dok.

TRAVEL CHANNEL HD

6.00 Wybawcy zwierząt (1, 2)
8.05 Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta
10.10 Niezwykłe Stany Prokopa (5, 1-3) – pr. rozr.
12.15 Baseny z rozmachem (4)
14.20 Ciężarówką przez Stany
15.55 Człowiek kontra jedzenie (5-8) – mag. kulin.
18.00 Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta (1-4)
20.05 Nagi instynkt przetrwania (3, 4) – dok.
22.10 Afryka Express (12)
23.45 Grenlandia – wyspa skarbów (8, 9) – serial dok.
1.50 Pasja – sposób na życie
5.00 Tu jest pięknie (2) – rozr.

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

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

7.55 **Pytanie na śniadanie** – mag.
11.15 **Wilczy apetyt** – mag.
11.30 **Podróże z historią** (10) – serial dokum.
12.05 **Gruby** (1, 2) – przyg.
13.15 **UNESCO: Skarby Polski** – serial dokum.
13.45 **Echo serca** (2)
14.35 **Na sygnale** (643, 644)
15.35 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
16.05 **Leśni mocarze**
17.05 **Ja wam pokażę!** (3) – serial obycz., Polska
17.55 **Teleexpress**
18.20 **Wojna domowa** (3, 4) – serial obycz.
19.30 **Muzyczne NAJ**
20.10 **Program informacyjny 19.30**
20.40 **Pogoda**

TVP ROZRYWKA

8.55 **Kiedyś to było...**
9.30 **Koło fortuny** (2023)
10.10 **Tańcząca ze światem – Malta** (1)
10.45 **Szansa na sukces. Opole 2026 2** (4)
11.50 **Przyrodnik na tropie** (33)
12.20 **Prywatne życie zwierząt 14** (4)
12.55 **Daję słowo – Maciej Orłoś 2** (34)
13.50 **Postaw na milion**
15.45 **Va banque** (954, 955)
16.55 **Koło fortuny** (2024)
17.40 **Szansa na sukces. Opole 2026 2** (5) – widowisko
18.45 **Olga Lipińska zaprasza** (4)
19.30 **Program rozrywkowy**

POLSAT CAFÉ

6.00 **Komisarz Mama** (5, 6) – krym., Pol. 2021
8.00 **Bogaty dom – biedny dom** (99, 161) – reality show
10.00 **Polacy za granicą – miłość** (11, 12) – serial dokum., Polska
12.00 **Shopping Queens. Królowe Zakupów** (41, 42) – program rozrywkowy
14.00 **Ani słowa pannie młodej** (3, 4) – serial dokumentalny, Polska
16.00 **Kolacja w ciemno** (26, 39) – program rozrywkowy
18.00 **Nasz nowy dom** (274, 275) – reality show, Polska

TV 4 DVB-T2

6.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (185) – reality show
7.00 **Galileo** (1139, 1140) – program popularnonaukowy
9.05 **#Jesteśmy dla dzieci** – magazyn
9.30 **Galileo** (1141, 1202, 1203) – program popularnonaukowy
12.30 **Mini Galileo** (33) – program popularnonaukowy
12.40 FILM **Tolkien** – film biograficzny, USA 2019, reż. Dome Karukoski, 135 min
14.55 **Policjantki i Policjanci** (1431-1435) – serial obycz., Polska 2026

TTV HD DVB-T2

9.45 **Express** – pr. inform.
10.05 **Gogglebox. Przed telewizorem 19** (2)
11.05 **Nic do zgłoszenia 6** (4) – serial dokum., Pol.
12.05 **Zakup w ciemno extra** (17)
12.35 **Zakup w ciemno 7** (18-20) – reality show
15.45 **Express** – pr. inform.
16.05 **Idź na całość 2** (6)
17.05 **Zakup w ciemno extra** (15)
17.45 **Express** – pr. inform.
18.05 **Zakup w ciemno 7** (17) – reality show
19.05 **Zakup w ciemno extra** (16)
19.45 **Express** – pr. inform.
20.00 **Idź na całość 2** (3)
21.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 19** (4)

TVN STYLE HD

5.30 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (6) – reality show
6.10 **Co za tydzień** – mag.
6.45 **Poukładani** (4, 5) – program rozrywkowy
7.45 **Dzień Dobry TVN**
11.35 **Jestem z Polski 16** (7) – serial dokum., Pol.
12.35 **Jestem z Polski 15** (20-ost.) – serial dok.
13.35 **Jestem z Polski 14** (10) – serial dokum.
14.35 **EuroPOLKI studentki** (2) – rozr.
15.35 **Do zobaczenia** (4) – mag. poradnikowy
16.05 **Ostre cięcie** (7) – rozr.
17.05 **Będzie pięknie** (2) – program rozrywkowy
18.05 **Bitwa o gości** (1) – reality show

20

SZPIEGOWSKI

20.50 **Zatoka szpiegów** (5) – Polska 2023

Franz zdradza ojcu, że pracuje dla aliantów. Chce, by pomógł mu w sabotażu. Dowiaduje się również, że Lotta jest poszukiwana w związku ze śmiercią Kurta.

21.40 FILM **Miłość jak miód** – komedia romant., Polska 2024, 105 min
23.25 **Tylko jeden skecz** (6) – program rozrywk.
23.45 **Laskowik & Malicki – niedziela wieczór**
0.40 **Ja wam pokażę!** (3)
1.30 **Program informacyjny 19.30**

ROZRYWKOWY

19.50 **Kabaret Letnią Porą** (3, 4)

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

21.55 **Postaw na milion**
23.50 **Koło fortuny** (2024, 2018) – telet.
1.15 **16. Marzenia Marcina Dańca**
2.25 **Kabaret Potem przedstawia – Serca jak motyle**
3.30 **Kabaret Letnią Porą** (36, 35) – pr. rozrywk.

REALITY SHOW

20.00 **Bogaty dom – biedny dom** (95-97) – Polska 2023

Dwie rodziny z zupełnie różnych środowisk zamienią się domami i budżetami na pięć dni, aby doświadczyć życia na krańcach skali społecznej i poznać wartość pieniądza.

23.00 **Gry małżeńskie** (104, 105) – reality show, Polska
1.00 **Kolacja w ciemno** (25, 26) – pr. rozrywk.
3.05 **Więzienie kobiet** (70, 71) – serial dokum.
4.00 **Zdrady** (105, 106) – serial paradokum.

KRYMINALNY

20.00 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (109-112)

Na brzegu rzeki zostaje znalezione ciało nauczyciela historii. W toku śledztwa wychodzi na jaw, że zmarły nadużywał alkoholu i miał kontakty z prostytutkami.

0.00 **Gwiazdy Kabaretu** (177, 178) – pr. rozr.
2.05 **STOP Drogówka** – magazyn policyjny
3.05 **Interwencja** – mag.
3.25 **Lubię disco!** (259)
4.25 **Top 10 – lista przebojów** – pr. muz.
5.30 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

SERIAL

22.00 **Damy i wieśniaczki. PL 11** (3) – Pol. 2026

Arystokratka z Krakowa nie poradzi sobie w starciu z rybimi flakami, zaś wieśniaczka z Łącka polegnie, gdy przyjdzie jej spróbować kojarzącego się z luksusem kawioru.

23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 19** (7, 8) – pr. rozrywk.
1.00 **Diabelnie boskie** (13, 14) – reality show
1.55 **Zapukaj do moich drzwi** (120, 121) – telen., Turcja 2020
3.55 **Detektywi** (127) – serial fab.-dokum.

ROZRYWKOWY

19.05 **Kuchenne rewolucje** (10, 11)

Estera otworzyła Bistro Mateczka w Wójtowie, by serwować kuchnię regionalną. Lokal przekształcił się jednak w stołówkę. Magda Gessler próbuje to zmienić.

21.05 **Runway Diaries. Łukasz Jemioł**
22.15 **Ślub od pierwszego wejrzenia 10** (5, 6)
0.25 **Ślub last minute** (6)
1.30 **Apetyt na miłość 5** (3) – program rozrywk.
2.30 **Wiem, co jem i wiem, co kupuję** (1, 2) – magazyn

TVP HD HD

8.55 **Ojciec Mateusz 17** (214, 215) – krym., Pol. 2017
10.45 **Czy wiesz, że?** (278)
11.20 **Na sygnale** (603, 604)
12.25 **Ojciec Mateusz 4** (52)
13.20 **Komisarz Alex 2** (16)
14.15 **Ranczo 3** (31, 32) – obycz.
16.10 **Postaw na milion** – telet.
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 23** (294) – serial kryminalny, Polska
19.20 **Ranczo 4** (46-48) – obycz.
22.20 FILM **Quantum of Solace** – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2008, 120 min
0.20 **Kruk 2. Czorny Woron nie śpi** (1-3) – serial krym.

TVS HD

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

ZOOM HD

9.00 **Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę** (1)
9.35 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
12.55 **Sensacje XX wieku**
15.15 **Stawka większa niż życie** (5, 6) – wojenny, Pol.
17.55 FILM **Gang Olsena wpada w szał** – komedia sens., Dania 1976, 135 min
20.10 **I love kabaret EXTRA**
20.40 FILM **Miś** – komedia, Polska 1981, 140 min
23.00 **Adam szuka Ewy. Niemcy 3** (7) – pr. rozrywk.
0.25 **Magia nagości. Niemcy – reaktywacja** (4) – rozr.
1.30 **Magia nagości. Dania** (1)

TLC HD

14.00 **Młodość na zamówienie 2**
15.30 **Niezwykłe przypadki medyczne** (1)
16.00 **Kiedy dzieci mają dzieci 7** – serial dok., USA
17.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
18.00 **Wiza na miłość 12** (3) – reality show
20.00 **Baylen – życie na głos 2** (1) – serial dokumentalny
21.00 **Rubiales vs Hermoso – pocałunek Pucharu Świata** (1/2) – film dokum.
22.00 **Sherri Papini: Opowieść z pierwszej ręki** – dok.
23.00 **Lekarze od twarzy** – dok.

C+ KUCHNIA HD

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

TVN TURBO HD

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

NOWA TV DVB-T

6.55 **Wehikuł czasu** (613, 614)
7.30 **Interwencja – taka jest Polska** (558) – mag.
8.20 **Frieren. U kresu drogi**
9.30 **Dragon Ball Super** (16-22)
13.00 **One Punch Man** (11, 12)
14.00 **Co ludzie powiedzą? 5** (40) – serial kom., Wlk. Bryt.
14.35 **Co ludzie powiedzą?** (1, 2) – kom., Wlk. Bryt. 1990
16.00 **Miodowe lata** (58-62)
19.45 **Poirot** (9, 10, 1, 2) – krym.
0.00 **Ślad** (71) – krym., Pol. 2019
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (46, 47)
3.50 **Wehikuł czasu** (613, 612)
4.00 **Sala operacyjna** (5, 7)
5.00 **Pod lupą** (7, 8) – magazyn

METRO

8.00 **Klan z Alaski** (4, 5) – dok.
10.00 **The Floor** (15, 16) – telet.
11.15 **Złomowisko PL 5** (11, 12)
13.15 **Gwiazdy lumpeksów** (4)
14.15 **Makłowicz w Polsce** (2)
14.50 **No to lecę!** (4) – pr. rozr.
15.50 **Niezwykłe Stany Prokopa 6** (5) – pr. rozr.
16.50 **Jestem z Polski 2** (2)
17.50 **Kryminalni** (8, 9) – krym.
20.00 **Faceci od kuchni** – kom., Fr./Hiszpania 2012, 120 min
22.00 FILM **Dzień próby** – dramat sensacyjny, USA/Australia 2001, 145 min
0.25 **Kuba Wojewódzki** (3)
1.30 **Szpital** (748) – paradok.
2.30 **Szkoła** (846, 847)

ANTENA HD DVB-T2

14.00 **Australijscy poszukiwacze złota 8** (8)
15.00 **Australijscy poszukiwacze złota 2** (1-3) – serial dok., Australia
18.00 **Polska. Największe dylematy** (5) – pr. publ.
19.00 **77 TV 5** (27) – pr. rozrywk.
20.00 P! FILM **Morderstwa we Francji – Ramatuelle** – dramat krym., Fr. 2022, 120 min
22.00 FILM **Porwana: W poszukiwaniu Sophie Parker** – dramat obycz. fi, USA 2013, 110 min
23.50 FILM **Zabijasz mnie** – horror, USA 2023, reż. Hanna Beth, 135 min

WP DVB-T

13.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3** (25) – dok.
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4** (3)
15.00 **Policjanci z sąsiedztwa 5** (29, 30)
16.50 **Pogoda**
17.00 **Policjanci z sąsiedztwa 4** (1) – dok.
18.05 **Strażacy z sąsiedztwa 2** (8) – serial dok., Polska 2026
19.00 **Policjanci w akcji** (4)
20.00 **Policjanci z sąsiedztwa 4** (2, 3)
21.55 **Pogoda**
22.00 **Mistrzowie Kabaretu 2**
23.00 **Przebojowe kabarety** (6)
0.00 **Mistrzowie Kabaretu** (4)

C+ DOMO HD

12.20 **Cudotwórcy 7**
15.05 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia** (2) – serial dok.
16.00 **Patent na zieleń** (6)
16.30 **Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 8** (5)
16.55 **Letnie inspiracje** (1)
17.05 **Meblokreacje** (11) – mag.
17.35 **Dom w miesiąc 2** (6)
18.00 **Daleko od miasta 12**
18.55 **Podzielić M2 3** (5, 6)
19.50 **Adres: rezydencje marzeń** (2) – serial dok.
21.00 **Wielkie projekty: Szwecja 5** (7) – serial dok.
22.00 **Generalna odbudowa 2**
22.55 **Wiejskie domy do liftingu 3** (4) – dok.

HGTV HD

11.30 **Najgorętsze nieruchomości pod słońcem** (3, 4) – serial dok.
12.35 **Będzie pięknie** (5) – rozr.
13.35 **Weekendowa metamorfoza 2** (3, 4)
15.35 **Kamera, akcja, wpadka!**
17.10 **House Hunters – Poszukiwacze domów 2** (4-6) – pr. rozr.
18.50 **Zgłoś remont 4** (1) – rozr.
19.50 **Weekendowa metamorfoza 4** (5) – rozr.
20.45 **Weekendowa metamorfoza 6** (8) – rozr.
21.40 **Mieszkanie na miarę 2**
23.35 **Letnia chata na lata** (1)
0.30 **Sprzątaczki** (7-9) – obycz.

P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (279) – reality show
7.30 **Ewa gotuje** (573, 574) – magazyn kulinarny
8.30 **Z klimatem i z pasją** (246) – program publicystyczny
9.00 **Dlaczego ja?** (1373-1377) – serial paradokum.
14.00 **Sekrety rodziny** (140) – serial paradokum., Pol. 2020
15.05 **Więzienie kobiet** (90-93) – serial dokum.
17.00 **Nasz nowy dom** (361) – reality show
18.10 FILM **Piksele** – komedia, USA/Chiny/Kanada 2015, reż. Chris Columbus, 140 min
20.30 FILM **Zła kobieta** – USA 2011, 105 min

KOMEDIA

Nauczycielka Elizabeth Halsey jest wulgarna i nie stroni od używek. Planuje bogato wyjść za mąż i rzucić pracę. Postanawia uwieść zamożnego Scotta Delacorte.

22.15 FILM **To tylko seks** – komedia romant., USA 2011, 145 min
0.40 FILM **Świat w płomieniach** – film sensacyjny, USA 2013, 170 min
3.30 **Wydarzenia**
4.05 **Ewa gotuje** (524, 525) – magazyn kulinarny

SUPER POLSAT DVB-T2

6.05 **Wydarzenia**
6.40 **SuperLudzie** (32) – serial dok., Pol. 2019
7.15 **Byli sobie podróżnicy** (19-23)
10.00 FILM **O psie, który wrócił do domu** – film familijny, Chiny/USA 2019, reż. Charles Martin Smith, wyk. Jonah Hauer-King, Ashley Judd, 120 min
12.00 **Świat według Kiepskich** (509-514) – serial kom., Pol. 2017
15.00 **Złomiarze** (14, 15) – serial dok., Pol. 2024
17.00 **Świat według Kiepskich** (515-518) – serial kom., Polska
19.00 **Kolacja w ciemno** (2, 3) – pr. rozrywk.
21.00 FILM **2012** – USA/Kanada 2009, 190 min

KATASTROFICZNY

Nadchodzi koniec świata. Pisarz Jackson Curtis dowiaduje się o tajnym planie ocalenia wybrańców. Usiłuje umieścić bliskich na specjalnych rządowych statkach.

0.10 FILM **Mroczne umysły** – dramat przygodowy, USA 2018, 140 min
2.30 **Backdoor. Wyjście awaryjne** (1) – kom.
3.00 **Świat według Kiepskich** (171, 471) – serial kom., Polska
4.00 **Nasz nowy dom** (273, 274)

TV 6 DVB-T

6.00 **Jeźdźcy smoków: Obrońcy Berk** – serial animowany, USA 2014
7.30 FILM **Klopsiki i inne zjawiska pogodowe** – film animowany, USA 2009, reż. Chris Miller, 105 min
9.15 **Cobra Kai** (12-14) – serial przygodowy, USA 2018
11.05 **Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (96) – serial sensacyjny, USA 2023
12.05 **Strażnik Teksasu** (1, 2) – serial sensacyjny, USA 1998-1999
14.00 **Poirot** (1, 2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
16.20 **Columbo** (11, 12) – USA 1972

KRYMINALNY

Przenikliwy detektyw obserwuje w Londynie metody pracy kolegów ze Scotland Yardu. Przy okazji zostaje wciągnięty w śledztwo w sprawie morderstwa.

20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (19, 20) – serial krym.
22.00 **Kości** (89, 90) – krym.
0.00 FILM **Nagi instynkt** – thriller, USA/Francja 1992, reż. Paul Verhoeven, 160 min
2.40 **Kochane pieniądze** (57-59) – paradok., Pol.

BBC FIRST HD

6.00 **Z pamiętnika położnej 10** (1, 2) – serial obyczajowy
8.00 **Co ludzie powiedzą? 2** (7) – serial kom., Wlk. Bryt.
8.40 **McDonald i Dodds** (1) – serial kryminalny
10.25 **Morderstwa w Midsomer 24** (1) – krym., Wlk. Bryt. 2023
12.20 **Ojciec Brown 5** (3-5) – krym., Wlk. Bryt. 2017
15.30 **My Life is Murder 4** (1, 2) – serial krym.
17.30 **Ulica nadziei 5** (4) – krym., Wlk. Bryt. 2026
18.30 **Śmierć z dala od palm 4** (5) – krym.
19.50 **Śmierć pod palmami 13** (3) – serial kryminalny
21.00 **Pomost** (3) – Wielka Brytania 2024

KRYMINALNY

Ember próbuje znaleźć punkt wspólny dla wszystkich tragicznych wydarzeń, do jakich doszło w mieście. Odkrywa bolesną prawdę, która może zrujnować jej życie.

22.10 **Milczący świadek 21** (9, 10)
0.20 **Ojciec Brown 5** (9)
1.20 **Na niebieskich światłach 2** (5)
2.30 **Z pamiętnika położnej 10** (1, 2)
4.40 **Ojciec Brown 5** (5)
5.25 **Co ludzie powiedzą? 2** (7)

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB-T2

7.00 **Przyjaciele Misia i Margolci** (24) – widowisko
7.30 **Bazgrolinka** (4)
7.40 **Tyciaki** (23, 24)
8.10 **Ernest i Celestyna**
8.30 **Henrietta** (27-29)
9.00 **Tru i Tęczowe Królestwo** (21)
9.30 **Domisie** – dla dzieci
10.00 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (119) – mag.
10.20 **Zabawy Bolka i Lolka** (4, 5) – anim.
10.45 **Reksio** (53, 54)
11.05 **Małe i duże przygody Miffy** (27)
11.15 **Świnka Peppa**
11.35 **Stacyjkowo** (81, 82)
11.55 **Strażak Sam** (20, 21)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
12.55 **Halo, halo!** (68)
13.00 **Kocie kalamburki**

DLA DZIECI

Pimpek i Pompek, wesołe kocie rodzeństwo, zapraszają najmłodszych do wspólnej zabawy w kalambury.

13.05 **Hulahoo**
13.20 **Pszczółka Maja** (34)
13.50 **Lupin wśród bajek**
14.05 **Lassie i przyjaciele**
14.30 **Świnka Peppa 8**
14.45 **Kid Lucky** (1, 2)
15.15 **Zwierzaki Czytaki** (257) – program eduk.
15.35 **Bella i Sebastian**
16.05 **Krecio** (37, 38) – anim.
16.35 **Rev i Roll** (1, 2)
17.05 **Dino Ranczo**
17.30 **Piotruś Królik 2**

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

6.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.50 **Kadr na Kino** – magazyn filmowy
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
15.30 **Ranking Mazura** – program inform.
16.00 **Fakty po południu** – program inform.
18.00 **Dwie strony** – program inform.
19.00 **Kadr na Kino** – magazyn filmowy
19.15 **Serwis informacyjny**
19.25 **Fakty po Faktach** – program informacyjny Dziennikarze wraz z zaproszonymi gośćmi komentują czołowe wydarzenia.

MAGAZYN REPORTERÓW

20.00 **Superwizjer** Reporterzy przybliżają problemy, które bulwersują Polaków. Ujawniają skandale i afery gospodarcze.

21.00 **Ranking Mazura**
21.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
23.43 **Kroniki sportowe**
0.00 **Fakty po Faktach**
0.40 **Superwizjer** – mag.
1.45 **Ranking Mazura**
2.15 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
2.40 **Akademia ogrodnika** – mag.

POLSAT PLAY HD

6.00 **Dorwać tuńczyka** (7-9)
9.05 **Poszukiwacze historii**
10.00 **Łowcy nazistów** (1-3)
13.15 **Droga Adolfa Hitlera** (1, 2) – film dokum., Fr. 2018
15.40 **Tajna historia XX wieku**
16.05 **Niezwykłe pociągi** (11)
17.05 **Polacy za granicą** (158)
18.10 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (7-11, 230)
21.05 **Wakacje z Bałtykiem** (45, 46) – serial dokum., Pol.
22.00 **Polacy za granicą** (152, 140) – serial dok., Pol.
0.10 **Łowca pedofilów** (133-136) – serial dokum.
2.00 **Jedziemy na ryby!** (11)
3.00 **Dorwać tuńczyka** (7-9)

FOOD NETWORK HD

9.50 **MasterChef** (6) – pr. rozr.
11.25 **Dziecięce mistrzostwa wypieków: słodkie duety** (8) – magazyn kulin.
12.25 **Kuchnia jak u mamy**
13.35 **Gotowanie z miłości**
14.35 **Molly gotuje na farmie**
15.40 **Kobieta na Dzikim Zachodzie** (3, 4) – mag.
16.45 **Szef Jet: przepis na Azję**
17.50 **Wiosenny turniej wypieków** (10)
18.50 **Dziwaczne potrawy** (8)
19.45 **Człowiek kontra jedzenie** (1-3) – mag. kulin.
21.15 **Kuchenne rewolucje**
23.25 **Gdzie zjeść we Włoszech** (2, 3) – dok., Wł.

POLSAT RODZINA HD

10.00 **Bogaty dom – biedny dom** (142, 143)
12.00 **Rodzina zastępcza** (136-139) – kom., Pol. 2003
14.10 **Pociągi, które zmieniły świat** (5, 6) – serial dokum.
16.25 **Świat z góry** (2, 3) – dok.
17.40 **Pingwiny z Madagaskaru** (8, 9, 12)
19.05 **Co ludzie powiedzą?** (24-26) – serial komediowy
21.05 **Miodowe lata** (7) – kom.
21.45 FILM **Karate Kid 2** – film przyg., USA 1986, 135 min
0.00 **Putin – władza za wszelką cenę** – film dok.
1.00 **Ukraina – wojna widziana z okopów**

BBC LIFESTYLE HD

11.50 **Karol III: rok koronacji** (1) – film dokum., Wlk. Bryt.
12.50 **Kensington i Chelsea: królewskie dzielnice**
14.50 **Królewska St James's Street** (1) – dok., Wlk. Bryt.
15.50 **Klejnoty koronne** – dok.
17.00 **Prawda o Koronie: dynastia Windsorów**
20.00 **Karol III: rok koronacji** (1) – film dokum., Wlk. Bryt.
21.00 **Kensington i Chelsea: królewskie dzielnice**
23.00 **Królewska St James's Street** – film dokumentalny
0.00 **Prawda o Koronie: dynastia Windsorów**
1.55 **Zamek Windsor** (1-3)

NICK JR. HD

16.40 **Psi Patrol 5** (26) – anim.
17.00 **Rubble i jego ekipa** (23)
17.30 **Pan Krokodyl** (5) – anim.
18.00 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (26) – anim., Fr.
18.30 **Tim Rex wśród gwiazd 2** (8, 10, 7) – serial animowany
18.55 **Przygody Misia Paddingtona 2** (2) – anim.
19.25 **Przygody Misia Paddingtona 3** (21)
19.50 **Przygody Misia Paddingtona** (7) – anim.
20.00 **Świnka Peppa 2** (11-15)
20.30 **Małe Królestwo Bena i Holly** (13) – serial anim.
21.00 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (2-4) – anim.

POLSAT NEWS HD

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

TVP KOBIETA DVB-T2

13.00 **Taniec – kultura czy życie** – film dokumentalny
14.00 **Rodzinka.pl** (132, 133)
15.00 **Tańcząca ze światem – Oman** (1) – magazyn
15.30 **Ojciec Mateusz 31** (403, 404) – krym., Pol. 2024
17.30 **Tajemnice kultowych seriali** (1) – serial dokum.
18.30 **Piotr Cugowski na dobry wieczór**
19.30 **Miłość i nadzieja** (273) – telenowela, Turcja 2022
20.30 **Wichrowe wzgórze** (254) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **Na przekór losowi** (7)
22.35 FILM **Miłość na deser** – film obycz., Kan. 2021, 100 min

E! ENTERTAINMENT HD

8.50 **Wags** (3, 4) – serial dok.
10.40 **Very Cavallari**
11.35 **Plastyczna fuszerka** (1)
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (7, 8)
14.20 **Wags** (5, 6) – serial dok.
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (14)
20.30 **Wags** (7, 8) – serial dok.
22.30 **Plastyczna fuszerka**
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (7, 8)
3.00 **Very Cavallari**

TV TRWAM DVB-T

16.10 **Świadkowie zbrodni UPA** – film dokumentalny, Polska 2018
17.00 **Fatima – orędzie na dziś**
17.30 **Przełamując bariery**
17.55 **Poczet wielkich Polaków** – program hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone** – pr. publ.
19.30 **Manna z Nieba**
19.45 **Modlitwa** – religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**

BBC BRIT HD

10.20 **Allo, allo! 3** (1, 2) – kom.
11.50 **Brytyjski megaport** (3, 4)
13.50 **Ikony motoryzacji** (12)
14.50 **Ikony motoryzacji 2** (1)
15.50 **Inżynieryjne katastrofy 2** (9) – dok.
16.50 **Samochód roku 2** (7, 8)
17.55 **Brytyjski megaport** (3, 4)
19.55 **Ikony motoryzacji 2** (1)
21.00 **Inżynieryjne katastrofy 2** (9, 10) – dok.
23.00 **Po cienkim lodzie: Putin kontra Greenpeace** (3)
0.05 **Najpotężniejszy książę świata** (1) – dok., Wlk. Bryt.
1.10 **Inżynieryjne katastrofy 2** (9) – dok.
2.00 **Top Gear 3** (1-3) – mag.

MINI MINI+ HD

14.00 **Bing** (15, 16) – serial anim.
14.20 **Strażak Sam 16** (15, 16)
14.45 **Looloo Kids** (21) – anim.
15.01 **Gazu, pieski, gazu!** (15)
15.28 **Kicia Kocia 2** (1, 2) – anim.
15.45 **Jeżyk Happy** (22, 23)
16.02 **Marta mówi** (44) – anim.
16.30 **Mega Ekspres** (21, 22)
16.56 **Ciekawski George 8**
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.55 FILM **Barbie: Przygody księżniczek** – film anim., USA 2020, 77 min
19.12 **Baczne oczka** (1-3)
19.40 **Smerfy** (3) – serial anim.
20.08 **Cloudy & Stormy** (1-4)
20.35 **Dolina Muminków 2** (3)
21.01 **Wierszyki domowe** (2)

TVP 3 DVB-T2

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

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

Warto zobaczyć

11.30 POLSAT
Piotruś Królik 2: Na gigancie
PRZYGODOWY Piotruś poznaje Barnabę i jego niesfornych kompanów. Zostaje wciągnięty w plan napadu na targ. *Reż.: Will Gluck, A: Rose Byrne, Domhnall Gleeson, David Oyelowo Australia/USA 2021* **105 min ▶ do godz. 13.15**

12.50 TV 4
Wojna o planetę małp
SCIENCE FICTION Cezar i jego pobratymcy ponoszą straty w starciu z ludźmi. Dochodzi do bitwy, która przesądzi o przyszłości planety. *Reż.: Matt Reeves, A: Andy Serkis, Woody Harrelson, Steve Zahn USA/Kan. 2017* **180 min ▶ do godz. 15.50**

15.30 POLSAT
Piraci z Karaibów: Skrzynia umarlaka
PRZYGODOWY Morski awanturnik staje do szaleńczego wyścigu, w którym stawką jest jego dusza. *Reż.: Gore Verbinski, A: Johnny Depp, Orlando Bloom, Keira Knightley USA 2006* **200 min ▶ do godz. 18.50**

15.35 TVN
Starcie tytanów
FANTASY Mieszkańcy Argos buntują się przeciwko bogom. Hades żąda ofiary z księżniczki. Perseusz i inni wojownicy chcą go powstrzymać. *Reż.: Louis Leterrier, A: Sam Worthington, Liam Neeson, Ralph Fiennes USA 2010* **140 min ▶ do godz. 17.55**

17.45 TVN 7
Czego pragną dziewczyny
KOMEDIA Nastolatka leci do Londynu, by poznać ojca – arystokratę, który pod presją rodziny porzucił jej matkę. *Reż.: Dennie Gordon, A: Colin Firth, Kelly Preston, Amanda Bynes USA 2003* **135 min ▶ do godz. 20.00**

19.45 TVN
Indiana Jones i ostatnia krucjata
PRZYGODOWY Odważny archeolog musi uwolnić swojego ojca z rąk nazistów i odnaleźć Świętego Graala. *Reż.: Steven Spielberg, A: Harrison Ford, Sean Connery, Denholm Elliott USA/Wlk. Bryt. 1989* **160 min ▶ do godz. 22.25**

20.00 TVN FABUŁA
Shazam! Gniew bogów
KOMEDIA PRZYGODOWA Billy przewodzi grupie herosów. Razem walczą z boginiami, które chcą zniszczyć świat. *Reż.: David F. Sandberg, A: Zachary Levi, Grace Caroline Currey, Adam Brody USA 2022* **165 min ▶ do godz. 22.45**

21.00 POLSAT FILM
Helikopter w ogniu
WOJENNY Rok 1993. Amerykanie wysyłają do Mogadiszu oddział komandosów. Zaplanowana na 30 minut akcja zamienia się w krwawą bitwę. *Reż.: Ridley Scott, A: Josh Hartnett, Ewan McGregor, Jason Isaacs USA 2001* **180 min ▶ do godz. 0.00**

→ filmowe hity

Charyzmatyczny Motyl staje się mentorem dla początkującej artystki.

20.00 POLSAT
Zadra
MUZYCZNY Dziewczyna z blokowiska pragnie podbić świat hip-hopu. Czeka ją wiele wyrzeczeń.

HIT DNIA Sandra, zwana Zadrą, pragnie zaistnieć na rapowej scenie. Przed mikrofonem emanuje charyzmą. W środowisku zdominowanym przez mężczyzn trudno jednak o miejsce dla dziewczyn, które oferują teksty z głębszym przesłaniem. Początkującą artystkę wspierają ukochany Bartek oraz przyjaciółka Justi. Jej myśli pochłania troska o bliskich – zapracowaną matkę i młodszego brata. Ojciec porzucił rodzinę wiele lat temu. Pewnego dnia po incydencie w kawiarni Sandra zostaje niesprawiedliwie zwolniona z pracy i ze złości uszkadza samochód byłego szefa, czego on nie zamierza jej darować. Mimo piętrzących się problemów pojawia się nadzieja na przełom. Raperka ma bowiem okazję poznać Motyla, który dostrzega jej talent. Droga do sławy jest pełna trudnych decyzji. **HD 125 min ▶ do godz. 22.05**

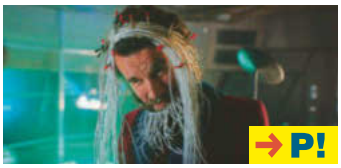
Pol. 2022 **Reż.:** Grzegorz Mołda **Wyst.:** Magdalena Wieczorek, Jakub Gierszał, Magdalena Różczka, Ignacy Liss

20.00 TVN 7
Liga Sprawiedliwości
PRZYGODOWY Wonder Woman (Gal Gadot), Batman (Ben Affleck) oraz ich towarzysze mierzą się z armią potężnego Steppenwolfa. Podejmują również próbę wskrzeszenia Supermana.

Reż.: Zack Snyder Wyst.: Henry Cavill USA/Kan. 2017 **HD 160 min ▶ do godz. 22.40**

20.00 TVP KULTURA
Boska Florence
BIOGRAFICZNY Pomimo fatalnego głosu Florence Jenkins (Meryl Streep) realizuje marzenie o śpiewaniu w operze. Wszyscy wokół, na czele z mężem (Hugh Grant), dokładają starań, aby nie wiedziała, jak bardzo fałszuje.

Reż.: Stephen Frears Wyst.: Simon Helberg Wlk. Bryt. 2016 **HD 120 min ▶ do godz. 22.00**



20.00 HBO
Akademia pana Kleksa 2
FAMILIJNY Ada wraca do szkoły, na której czele stoi Kleks (Tomasz Kot). Próbuje rozwikłać zagadkę pochodzenia Alberta. Profesor natomiast wyrusza na poszukiwania dawnego przyjaciela.

Reż.: Maciej Kawulski Wyst.: Antonina Litwiniak Polska 2024 **HD 120 min ▶ do godz. 22.00**

20.00 STOPKLATKA
Zaginiona dziewczyna
THRILLER Nick (Ben Affleck) zgłasza na policji zniknięcie żony (Rosamund Pike). Sprawa trafia do mediów. Pojawiają się domysły, że mężczyzna mógł mieć coś wspólnego z zaginięciem partnerki.

Reż.: David Fincher Wyst.: Tyler Perry USA 2014 **HD 180 min ▶ do godz. 23.00**

22.05 POLSAT
Tylko nie ty
KOMEDIA ROMANTYCZNA Bea (Sydney Sweeney) umawia się z Benem, ale potem zrywają kontakt. Spotykają się ponownie, gdy ich siostry mają wziąć ślub. Oboje mają powody, aby nie iść na wesele samotnie. Udają parę.

Reż.: Will Gluck Wyst.: Glen Powell USA 2023 **HD 130 min ▶ do godz. 0.15**

22.25 TVN
Sherlock Holmes: Gra cieni
KRYMINALNY Genialny detektyw (Robert Downey Jr.) trafia na godnego siebie przeciwnika, który zagraża światowemu bezpieczeństwu. W śledztwie pomaga mu dr John Watson (Jude Law).

Reż.: Guy Ritchie Wyst.: Noomi Rapace USA 2011 **HD 155 min ▶ do godz. 1.00**

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

→ filmowe hity

Sonia próbuje ocalić męża, któremu zagraża mafia. Może liczyć na wsparcie.

20.00 TV PULS

Bodyguard i żona zawodowca

KOMEDIA SENSACYJNA Troje sojuszników krzyżuje plany terrorysty.

HIT DNIA

Michael Bryce udaje się na urlop, aby odpocząć od trudów ryzykownej profesji. Przeszłość jednak nie daje o sobie zapomnieć. Beztroskie wakacje przerywa mu Sonia, której mąż, płatny zabójca Darius Kincaid, wpadł w ręce gangsterów i teraz potrzebuje pomocy. Akcja kończy się sukcesem, ale dzielne trio musi stawić czoło nieobliczalnemu Aristotle'owi Papadopoulosowi. Przestępca szykuje atak, który pogrąży Stary Kontynent w chaosie. HD 150 min ▶ do godz. 22.30

USA/Wlk. Bryt./Bułgaria/Fr./Szwecja 2021
Reż.: Patrick Hughes **Wyst.:** Ryan Reynolds, Salma Hayek, Samuel L. Jackson

→ sport

7.00 POLSAT

Ukraina – Polska

SIATKÓWKA LIVE Biało-Czerwoni zakończą udział w turnieju Ligi Narodów w Linyi spotkaniem z drużyną, z którą niedawno mierzyli się w meczu towarzyskim. 22 maja w ramach Silesia Cup zespół Nikoli Grbicia pokonał Ukraińców 3:1, mimo że grał w eksperymentalnym składzie. HD 145 min ▶ do godz. 9.25

14.55 ELEVEN SPORTS 1

Grand Prix Barcelony-Katalonii

FORMUŁA 1 LIVE Pierwszy z dwóch wyścigów, które w tym roku odbędą się w Hiszpanii. Jako lider klasyfikacji kierowców do rywalizacji przystąpi Kimi Antonelli. Włoch od początku sezonu zachwyca na torach F1. HD 125 min ▶ do godz. 17.00

→ rozrywka

17.35 TVP 1

Żona dla Polaka

REALITY SHOW Panowie zaplanowali już pierwsze spotkania. Mariusz żegna się z jedną z uczestniczek. Jej rywalki przenoszą się do jego domu. Strażak Mateusz przedstawia kandydatki bliskim. Łukasz zabiera kobiety do stylowego kina przy Logan Square. HD 65 min ▶ do godz. 18.40

17.55 TVN

Kuchenne rewolucje

REALITY SHOW Restauracja Biały Kredens we Włocławku funkcjonuje głównie dzięki imprezom i sprzedaży dań na wynos. Problemem jest m.in. lokalizacja. Przed Magdą Gessler kolejne wyzwanie. HD 65 min ▶ do godz. 19.00

20.00 C+ PREMIUM

Kawałek po kawałku

ANIMOWANY Biografia Pharrella Williamsa opowiedziana za pomocą klocków Lego. Historia zaczyna się w Virginia Beach, gdzie piosenkarz dorastał. Dzięki synestezji dostrzegał kolory w dźwiękach.

Reż.: Morgan Neville
USA/Dania 2024 HD 95 min ▶ do godz. 21.35

20.00 AXN

Spider-Man: Daleko od domu

SCIENCE FICTION Peter (Tom Holland) jedzie z przyjaciółmi na wycieczkę do Europy. Tymczasem dochodzi do ataków istot zwanych Żywiołakami. W walce z nimi pomaga Mysterio (Jake Gyllenhaal).

Reż.: Jon Watts Wyst.: Samuel L. Jackson
USA/Kan. 2019 HD 165 min ▶ do godz. 22.45

18.50 TVP 2

Niemcy – Curacao

PIŁKA NOŻNA LIVE Już awans do mundialu jest największym sukcesem w historii reprezentacji z Karaibów. Debiut w MŚ może jednak okazać się dla ekipy Dicka Advocaata bolesny. W Houston zagra bowiem z ekipą, która celuje w medal. HD 170 min ▶ do godz. 21.40

19.00 SUPER POLSAT

Randka w ciemno

REALITY SHOW Recepcjonistka Barbara jest miłośniczką kina i książek. W drugiej rundzie wybierającym będzie Adrian, dyrektor w agencji marketingowej. Szuka on kobiety inteligentnej i z pasją. Show prowadzi Piotr Gąsowski. HD 60 min ▶ do godz. 20.00

22.30 TV PULS

Terrorysta

SENSACYJNY Policjant Ray (Tom Sizemore) zatrzymuje dziewczynę zamachowca. Terrorysta stawia ultimatum – jeśli kobieta nie zostanie zwolniona, w mieście co godzinę eksploduje bomba. Na pomoc rusza dowódca saperów.

Reż.: Albert Pyun Wyst.: Steven Seagal
USA 2001 HD 100 min ▶ do godz. 0.10

22.40 TVN 7

Oszukać przeznaczenie 2

HORROR Kimberly (A.J. Cook) ma wizję wypadku na autostradzie. Niebawem dochodzi do karambolu. Dziewczyna wie, że to początek koszmaru. Odszukuje Clear, by wraz z nią stawić czoło losowi.

Reż.: David R. Ellis Wyst.: Michael Landes
USA 2003 HD 115 min ▶ do godz. 0.35

21.50 TVP 1

Holandia – Japonia

PIŁKA NOŻNA LIVE Reprezentacja Kraju Kwitnącej Wiśni w poprzednich MŚ pokonała Niemcy i Hiszpanię. W marcu tego roku wygrała z Anglią na Wembley. Mających wysokie aspiracje Pomarańczowych czeka w Dallas ciężka przeprawa. HD 165 min ▶ do godz. 0.35

→ dokument

15.00 NATIONAL GEO.

Egipt: Miejsce pełne tajemnic

ARCHEOLOGIA Naukowcy robią wszystko, by ocalić skarby z niszczejących piramid. W Abusir trwają poszukiwania komory królewskiej. Drogę do niej mogą odciąć głazy. HD 60 min ▶ do godz. 16.00

TVP 1 HD DVB-T2

5.30 **Sprawa dla reportera** – magazyn interwencyjny
6.20 **Słownik polsko@polski** (674) – 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** (2, 3) – serial wojenny, Pol. 1968
10.55 **Ojciec Mateusz 13** (172) – serial kryminalny, Polska 2015
11.55 **Między ziemią a niebem** – magazyn
12.00 **Anioł Pański**
12.15 **Między ziemią a niebem** – magazyn
12.45 **Portret kapłana:** Ks. Leszek – cykl reportaży, Polska 2026
13.05 **BBC w Jedynce: Planeta zmian 2** (2-ost.) – film dokumentalny, Wlk. Bryt. 2023
14.10 **Dom** (20) – serial obyczajowy, Polska 1997
16.00 **Dziedzictwo** (948) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.35 **Żona dla Polaka** (2) – 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 **Ojciec Mateusz 26** (333) – serial kryminalny, Polska 2021
21.20 LIVE **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio

TVP 2 HD DVB-T2

4.30 **Barwy szczęścia** (3332, 3333) – serial obyczajowy, Polska 2026
5.35 LIVE **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio
5.50 LIVE **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy D: Australia – Turcja
8.25 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
8.50 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.25 **Tamte lata, tamte dni** – magazyn kulturalny
11.55 **63. KFPP w Opolu – Superjedynki** (1, 2) – koncert
14.00 **Familiada** – teleturniej
14.35 **Koło fortuny** (1860) – teleturniej
15.10 **Szansa na sukces. Opole 2026** (7) – widowisko
Wokaliści amatorzy wykonają tym razem utwory formacji Ich Troje, która zyskała popularność za sprawą takich przebojów, jak „A wszystko to... (bo Ciebie kocham)!", „Powiedz" i „Zawsze z Tobą chciałbym być...".
16.15 **Tak to leciało!** (65) – teleturniej muzyczny
17.15 **Harald i Sonja: Miłość wbrew regułom** (4-ost.) – serial obyczajowy, Norwegia 2025
Olaf po raz pierwszy prosi o opinię rządu w sprawie związku następcy tronu. Politycy obawiają się, że małżeństwo ze zwykłą obywatelką może zachwiać pozycją monarchii. Sonja pragnie iść za głosem serca, lecz lęka się konsekwencji.
18.25 LIVE **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio

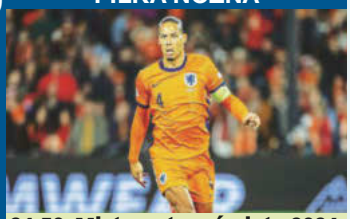
POLSAT HD DVB-T2

4.40 **Disco Gramy**
5.25 **Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
7.00 LIVE **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Ukraina – Polska
9.25 **halo tu polsat** – magazyn
11.30 FILM **Piotruś Królik 2: Na gigancie** – film przygodowy, Australia/Indie/USA 2021, reż. Will Gluck, wyk. Rose Byrne, Domhnall Gleeson, David Oyelowo, Tim Minchin, 105 min
Piotruś poznaje Barnabę i jego niesfornych kompanów. Zostaje wciągnięty w plan napadu na targ.
13.15 FILM **Daleko jeszcze?** – komedia, USA 2005, reż. Brian Levant, wyk. Ice Cube, Nia Long, Aleisha Allen, Philip Bolden, 135 min
Nick chce zdobyć względy Suzanne, rozwódki wychowującej dwoje dzieci. Zgadza się przewieźć pociechy z Portland do Vancouver. Wpada w tarapaty.
15.30 FILM **Piraci z Karaibów: Skrzynia umarlaka** – film przygodowy, USA 2006, reż. Gore Verbinski, wyk. Johnny Depp, Orlando Bloom, Keira Knightley, Bill Nighy, 200 min
Jack Sparrow musi spłacić dług, który zaciągnął u okrutnego kapitana statku widma. Poszukuje tajemniczej skrzyni umarlaka, by ocalić swoją duszę przed wiecznym potępieniem.
18.50 **Wydarzenia, sport i pogoda**
19.35 **Państwo w państwie** (616) – program publicystyczny

TVN HD DVB-T2

5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1668) – serial paradokumentalny, Polska 2024
6.50 **Bez kompleksów** (6) – program rozrywkowy
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.30 **Co za tydzień** – magazyn kulturalny
12.10 **Ugotowani** (2) – program kulinarno-rozrywkowy
13.25 FILM **Wredne dziewczyny 2** – komedia, USA 2011, reż. Melanie Mayron, wyk. Meaghan Martin, Donn Lamkin, Linden Ashby, Dan Coleman, 130 min
Jo Mitchell przeprowadza się z ojcem do innego miasta. W nowej szkole poznaje grupę nastolatek, której przewodzi bogata i zarozumiała Mandi.
15.35 FILM **Starcie tytanów** – film fantasy, USA 2010, reż. Louis Leterrier, wyk. Sam Worthington, Liam Neeson, Ralph Fiennes, Jason Flemyng, 140 min
Mieszkańcy Argos wypowiadają posłuszeństwo bogom. Pragnący zemsty Hades żąda ofiary z księżniczki. Przeciwstawia mu się grupa śmiałków. Przewodzi im waleczny Perseusz.
17.55 **Kuchenne rewolucje** (1): Włocławek – Biały Kredens – program rozrywkowy
Lokalizacja restauracji we Włocławku jest na tyle ukryta, że nawet Magda Gessler potrzebuje mapy, by tu trafić. Biznes funkcjonuje m.in. dzięki imprezom okolicznościowym.
19.00 **Fakty, sport i pogoda**

PIŁKA NOŻNA

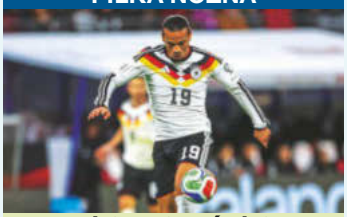


21.50 Mistrzostwa świata 2026: LIVE mecz grupy F: Holandia – Japonia

Pomarańczowi w poprzedniej edycji byli bliscy awansu do strefy medalowej. Przegrali mecz ćwierćfinałowy z Argentyną po serii rzutów karnych. Japonia wygrała bardzo trudną grupę z Hiszpanią i Niemcami, ale w 1/8 finału nie sprostała Chorwacji. W tym roku również może sprawić niespodziankę i pokonać faworyzowaną Holandię.

0.35 FILM **Delikatność** – komedia romantyczna, Francja 2011, reż. David Foenkinos, wyk. Audrey Tautou, François Damiens, Bruno Todeschini, Monique Chaumette, 115 min
Paryż. Piękna, odnosząca sukcesy zawodowe bizneswoman Nathalie Kerr popada w rozpacz po śmierci męża François. Mijają trzy lata. Uwagę wdowy przykuwa pochodzący ze Szwecji Markus Lundl – niepozorny, nieśmiały i niezdarny. Związek tak różnych osób budzi skrajne reakcje otoczenia.
2.30 **63. KFPP w Opolu – Superjedynki** (2) – koncert

PIŁKA NOŻNA



18.50 Mistrzostwa świata 2026: LIVE mecz grupy E: Niemcy – Curacao

Reprezentacja Niemiec rozpocznie przygodę z czempionatem od starcia z rewelacją eliminacji. Dla Die Mannschaft jest to mecz obowiązkowy do wygrania, z kolei dla Curacao to wyjątkowa okazja, by dobrze zaprezentować się na wielkiej imprezie.

21.40 **63. KFPP w Opolu – Kiedy mnie już nie będzie... W hołdzie Magdzie Umer i Agnieszce Osieckiej** (2) – koncert
22.20 **Cafe Fogg** (1, 2) – widowisko, Polska 2026
0.35 LIVE **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio
0.50 LIVE **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy E: Wybrzeże Kości Słoniowej – Ekwador
Obie drużyny mają z pewnością apetyt na zajęcie miejsca w czołowej dwójce grupy E. Wynik ich bezpośredniego pojedynku może przesądzić o awansie do fazy pucharowej.
3.30 **Rodzinka.pl** – kom., Polska 2025
4.00 **Zakończenie**

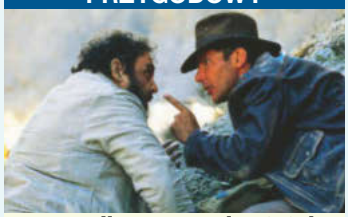
MUZYCZNY

20.00 P! FILM HIT DNIA **Zadra** – Polska 2022, 125 min

Zadra walczy o uznanie na rapowej scenie. Choć wydaje się zwykłą mieszkanką blokowiska, przed mikrofonem emanuje energią i charyzmą. Trudno jej jednak przebić się w środowisku zdominowanym przez mężczyzn. Myśli dziewczyny krążą nie tylko wokół kariery. Troszczy się ona także o rodzinę.

22.05 FILM **Tylko nie ty** – komedia romantyczna, USA/Australia 2023, reż. Will Gluck, wyk. Sydney Sweeney, Glen Powell, Charlee Fraser, Darren Barnet, 130 min
Bea poznaje Bena. Choć wyraźnie między nimi iskrzy, zrywają kontakt. Spotykają się pół roku później, gdy okazuje się, że ich siostry zakochały się w sobie.
0.15 FILM **Captain Fantastic** – komediodramat, USA 2016, reż. Matt Ross, wyk. Viggo Mortensen, George MacKay, Samantha Isler, Annalise Basso, 165 min
3.00 **Świat według Kiepskich** (583, 584): Tajemnica Arnolda Boczka; Lady Strzygoń – serial komediowy, Polska 2021

PRZYGODOWY



19.45 FILM **Indiana Jones i ostatnia krucjata** – USA/Włochy/Hiszpania 1989, 160 min

Rok 1938. Archeolog Indiana Jones rusza na ratunek swojemu ojcu, który został uprowadzony przez nazistów. Mężczyzna ma im pomóc w odnalezieniu Świętego Graala. Indiana jedzie do Wenecji, gdzie zakochuje się w doktor Schneider. Nie wie, że badaczka działa na zlecenie Hitlera.

22.25 FILM **Sherlock Holmes: Gra cieni** – film kryminalny, USA 2011, reż. Guy Ritchie, wyk. Robert Downey Jr., Jude Law, Noomi Rapace, Jared Harris, 155 min
1.00 FILM **15:17 do Paryża** – thriller, USA 2018, reż. Clint Eastwood, wyk. Anthony Sadler, Alek Skarlatos, Spencer Stone, Judy Greer, 120 min
3.00 **Szpital św. Anny** (113) – serial obyczajowy, Polska 2026
3.55 **Superwizjer** – magazyn reporterów
4.30 **Uwaga!** – magazyn reporterów
4.45 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (20) – serial kryminalny, USA 2012

P! **Premiera w TV**

TVN 7 HD DVB-T2

5.15 Szkoła (722) – serial paradokumentalny, Polska 2019

6.15 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 2 (19) – program rozrywkowy

7.10 Nowe Zwariowane Melodie (27-29) – serial animowany, USA 2018

7.55 Chłopiec i wilk – film familijny, Francja/Belgia 2019, reż. Adria García, wyk. Carmen Maura, Pierre Rochefort, Bruno Salomone, Franc Bruneau, Baptiste Sornin, 105 min
FILM
Babcia Sara opowiada rodzinie o niesamowitych przygodach. Jedna z nich robi ogromne wrażenie na wnuczku. To historia o tym, jak kobieta przed laty spotkała bestię, która zastrzegła, że wróci po nią w jej 80. urodziny.

9.40 Ukryta prawda (1399-1403) – serial paradokumentalny, Polska 2022

14.40 Szpital św. Anny (7, 8) – serial obyczajowy, Polska 2025

16.40 Detektywi (324): Korzenie – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026

17.45 Czego pragną dziewczyny – komedia, USA 2003, reż. Dennie Gordon, wyk. Colin Firth, Kelly Preston, Amanda Bynes, Oliver James, 135 min
FILM
Siedemnastoletnia Amerykanka leci do Londynu, by poznać ojca – arystokratę, który pod presją rodziny nie poślubił jej matki. Trafia do świata elit. Nie chce popełniać gaf, ale jednocześnie pragnie pozostać sobą.

PRZYGODOWY

20.00 Liga Sprawiedliwości – USA/Kanada/Wielka Brytania 2017, 160 min
FILM

Batman wraz z Wonder Woman tworzą Ligę Sprawiedliwości, której celem jest ochrona planety przed niebezpieczeństwami. Udaje im się zwerbować m.in. superszybkiego Flasha. Wkrótce okazuje się, że Ziemia ma stać się celem ataku armii bezwzględnego Steppenwolfa.

22.40 Oszukać przeznaczenie 2 – horror, USA 2003, reż. David R. Ellis, wyk. Ali Larter, A.J. Cook, Tony Todd, 115 min
FILM
Kimberly ma wizję wypadku. Gdy dochodzi do karambolu, wie, że to początek koszmaru. Odnajduje Clear, by wraz z nią stawić czoło zagrożeniu.

0.35 Sekret w ich oczach – dramat kryminalny, USA/Wlk. Bryt./Hiszp. 2015, reż. Billy Ray, wyk. Chiwetel Ejiofor, Nicole Kidman, Julia Roberts, 140 min
FILM

2.55 Żyjąc z potworem 8 (7) – serial dokumentalny, USA 2020

3.55 Fachowcy 2 (3) – serial paradokumentalny, Polska 2018

4.35 Dorota was urządzi! (2)

TV PULS HD DVB-T2

5.55 Taki jest świat 11 (24) – program informacyjny

6.30 Don Matteo: Boski detektyw 14 (11, 12) – serial kryminalny, Włochy 2024

8.35 Zaklinaczka duchów 3 (61) – serial fantasy, USA 2008

9.30 Bileciki do kontroli – komedia, Francja/Belgia 2023, reż. Olivier Van Hoofstadt, wyk. Artus, Elsa Zylberstein, Lyes Salem, Maël Rouin Berrandou, 100 min
FILM

11.10 7 krasnoludków: Historia prawdziwa – komedia, Niemcy 2004, reż. Sven Unterwaldt Jr., wyk. Cosma Shiva Hagen, Otto Waalkes, Heinz Hoenig, Mirco Nontschew, 120 min
FILM

13.10 Agent XXL – komedia, USA/Niemcy 2000, reż. Raja Gosnell, wyk. Martin Lawrence, Nia Long, Paul Giamatti, Jascha Washington, 120 min
FILM

15.10 Dirty Dancing – film muzyczny, USA 1987, reż. Emile Ardolino, wyk. Jennifer Grey, Patrick Swayze, Jerry Orbach, Cynthia Rhodes, 145 min
FILM

17.35 W imię króla – film przygodowy, Niemcy/Kanada/USA 2007, reż. Uwe Boll, wyk. Jason Statham, Leelee Sobieski, John Rhys-Davies, Ron Perlman, 145 min
FILM
Królestwo Ehb staje się celem najazdu prymitywnych potworów nasłanych przez maga Galliana. Zabijają oni syna i porywają żonę Farmera. Mężczyzna z pomocą towarzyszy rozpoczyna poszukiwania ukochanej. Budzi strach wśród wojsk wroga.

KOMEDIA SENSACYJNA

20.00 Niedziela z gwiazdami: Bodyguard i żona zawodowca – USA/Wielka Brytania/Bułgaria 2021, 150 min
FILM

Michael Bryce udaje się na urlop, aby odpocząć od trudów ryzykownej profesji. Przeszłość jednak nie daje o sobie zapomnieć. Sielskie wakacje przerywa mu Sonia, której mąż, płatny zabójca Darius Kincaid, wpadł w ręce mafii i teraz pilnie potrzebuje pomocy. Akcja kończy się sukcesem, ale dzielne trio musi stawić czoło nieobliczalnemu Aristotle'owi Papadopoulosowi.

22.30 Terrorysta – dramat sensacyjny, USA 2001, reż. Albert Pyun, wyk. Steven Seagal, Tom Sizemore, Dennis Hopper, Jaime Pressly, 100 min
FILM
W San Francisco grasuje terrorysta podkładający bomby. Próbują go wytropić policjant Ray oraz dowódca saperów Frank.

0.10 Nocny łowca – film sensacyjny, Kanada/USA 2018, reż. David Raymond, wyk. Henry Cavill, Brendan Fletcher, Alexandra Daddario, Ben Kingsley, 120 min
FILM

2.10 Zobacz to! – pr. powtórkowe

PULS 2 HD DVB-T2

6.00 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (4) – program rozrywkowy

7.00 Taki jest świat 11 (24) – program informacyjny

7.20 Aukcja w ciemno 3 (19-21) – serial dokumentalny, USA 2013

8.55 Wojciech Cejrowski. Boso – Meksyk/Paragwaj (2-4) – serial dokumentalny, Polska 2015

10.35 Skrzydełko czy nóżka? – komedia, Francja 1976, reż. Claude Zidi, wyk. Louis de Funes, Coluche, Ann Zacharias, Julien Guiomar, 130 min
FILM

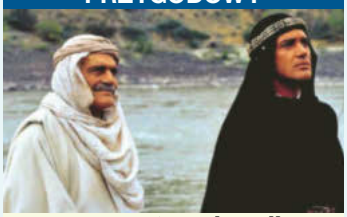
12.45 Panowie, dbajcie o żony – komedia, Francja 1978, reż. Claude Zidi, wyk. Louis de Funes, Annie Girardot, Maurice Risch, Julien Guiomar, 120 min
FILM

14.45 Najpiękniejsze baśnie: O kociej czarodziejce – film fantasy, Czechy 2011, reż. Vít Karas, wyk. Ondřej Novák, Marika Šoposká, Jiří Bartoška, Martin Dejdar, 120 min
FILM

16.45 Najpiękniejsze baśnie: O Śnieżnym Smoku – baśń filmowa, Czechy 2012, reż. Eugen Sokolovský ml., wyk. Petra Tenorová, Petr Lněnička, Martin Myšička, Saša Rašilov nejml., 120 min
FILM

18.45 Najpiękniejsze baśnie: O złotym talarze – baśń filmowa, Niemcy 2020, reż. Cüneyt Kaya, wyk. Valerie Sophie Körfer, Dominique Horwitz, Stefanie Stappenbeck, Stephan Grossmann, 75 min
FILM

PRZYGODOWY



20.00 Trzynasty wojownik – USA 1999, 120 min
FILM

Rok 922. Arabski arystokrata Ahmed zostaje wysłany z misją dyplomatyczną do Europy. Trafia do obozu wikingów. Jeden z nich, Buliwyf, opowiada mu o potworach, które dziesiątkują miejscową ludność. Według legendy bestie pokona dwunastu wojowników, gdy dołączy do nich trzynasty rycerz. Buliwyf uważa, że jest nim Ahmed.

22.00 Dzielnica strachu 9 (388-392) – serial kryminalny, Polska 2025
Do szpitala trafia ciężko poparzona dziewczyna. Wiadomo, że została oblana kwasem pod nocnym klubem. Jej adopcyjna matka sądzi, że sprawcą jest brat ofiary. Uwagę śledczych zwraca chłopak poszkodowanej.

3.00 Lombard. Życie pod zastaw 9 (465) – serial obyczajowy, Polska 2021

4.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (169) – serial obyczajowy, Polska 2019

5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (486) – serial obyczajowy, Polska 2022

NETFLIX

HEWELIUSZ

Pełna rozmachu produkcja osadzona w realiach rozpadającego się systemu państwowego po upadku PRL-u. Styczeń 1993 roku. Prom Jan Heweliusz dowodzony przez kapitana Ułasiewicza (Borys Szyc) płynie z portu w Świnoujściu do Szwecji. Podczas sztormu dochodzi do tragicznych wydarzeń.

▶katastrof. (5 odc.), Polska 2025

CZTERY PORY ROKU 2

Anne (Kerri Kenney-Silver), Ginny (Erika Henningsen) oraz ich przyjaciele wyruszają do Włoch. W pogodnym, pełnym humoru klimacie ponownie wychodzą na jaw słabości znajomych, którzy wciąż przeżywają stratę bliskiej osoby. Jednocześnie grupa otwiera się na nowe doświadczenia i przygody.

▶serial kom. (8 odc.), USA 2026

WIEDŹMIN 4

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

▶fantasy (8 odc.), Polska/USA 2025

O PSIE, KTÓRY JEŹDZIŁ KOLEJĄ 2

Zuzia (Liliana Zajbert) przeszła operację w USA i wraz z rodzicami wraca do domu. W dniu przyjazdu dziewczynki jej ukochany pies Lampo zostaje porwany. Zuzia wraz z przyjacielem Antkiem i nową kudłatą towarzyszką Luną rusza na poszukiwanie ulubieńca.

▶film familijny, Polska 2025; 89 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.10 **Iluzja 2** – thriller, FILM Francja/USA/Hongkong 2016, reż. Jon M. Chu, wyk. Jesse Eisenberg, Mark Ruffalo, Woody Harrelson, 135 min
8.25 **Zabójcza broń 3** (6, 7) – serial sensacyjny, USA 2018
10.25 **MacGyver** (2-6) – serial akcji, USA 2016-2017
15.05 **FBI: Most Wanted 2** (4-8) – serial kryminalny, USA 2020 Agenci poszukują kobiety, która mści się z pomocą internetowej grupy. Odkrywają, że zrzeszenie to szerzy teorie spiskowe.

TVP SERIALE

5.40 **Na sygnale** (845, 846) – serial fab.-dokum.
6.45 **Czterdziestolatek** (12-14) – serial obycz.
10.00 **U Pana Boga w ogródku** (4, 5) – serial kom., Pol. 2008
11.50 **Ranczo Wilkowyje** FILM – komedia, Polska 2007, reż. Wojciech Adamczyk, wyk. Ilona Ostrowska, 105 min
13.35 **Ojciec Mateusz 28** (363, 364) – serial kryminalny, Pol. 2022
15.30 **Komisarz Alex 24** (298) – krym., Pol. 2025
16.30 **Ranczo 7** (85) – serial obyczajowy, Pol. 2013
17.25 **Czterej pancerni i pies** (1, 2) – serial wojenny, Polska 1966

TVP KULTURA DVB-T2 HD

9.55 **Odrodzenie katedry Notre-Dame** – film dokum., Francja 2024
11.00 **Kosmos 1999** (4) – s.f.
12.05 **Opole – koncertowe wspomnienia** (6) – cykl felietonów
12.25 **44. KFPP Opole 2007 – „Niebo z moich stron" – piosenki Seweryna Krajewskiego** (1, 2) – koncert
14.15 **Łowcy skalpów** FILM – western, USA 1968, 110 min
16.05 **Kariera Nikodema Dyzmy** (4) – obycz.
17.15 **Niedziela z...** – kult.
17.55 **Złoto dezerterów** FILM – komedia wojenna, Polska 1998, 125 min

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 3** (10) – serial dok., Pol. 2018
7.00 **Wolna krowa** – film krótkometraż.
7.50 **Perfect Days** – dram. FILM obycz., Japonia/Niemcy 2023, 150 min
10.20 **Eddie Murphy. Czarny król Hollywoodu** – film dokum., Francja 2023
11.35 **The Office PL** (10-12) – kom., Pol. 2021-2022
13.30 **Terapia dla par** FILM – komediodramat, Hiszp. 2023, 115 min
15.25 **Rebeliant** – dramat FILM biograficzny, USA 2016, 160 min
18.05 **Stan wyjątkowy** FILM – komedia, Czechy 2024, 125 min

CANAL+ PREMIUM HD

8.25 **Making of CANAL+** – magazyn filmowy
8.30 **Kung Fu Panda 2** FILM – film animowany, USA/Kan. 2011, 90 min
10.00 **Super pies i kot łotr** FILM – film animowany, Kanada 2025, 90 min
11.30 **Łapu-capu extra**
12.00 **Listy do Julii** FILM – komedia romant., USA 2010, 105 min
13.45 **Hollywood Buzz**
14.15 **Azyl** – dramat biograf., FILM Czechy/Wlk. Bryt./USA 2017, 125 min
16.20 **Jason Bourne** FILM – thriller, USA 2016, 120 min
18.20 **Kiedy nadchodzi jesień** FILM – dram. obycz., Fr. 2024, 100 min

HBO HD

6.00 **Pasażerowie** – dram. FILM s.f., USA/Australia 2016, 120 min
8.00 **Jasełka wszech czasów** FILM – kom. przyg., Kanada 2024, 100 min
9.40 **Le Mans '66** – dramat FILM biograficzny, USA/Francja 2019, 150 min
12.10 **Wszystko pół na pół** FILM – komedia, Niemcy 2024, 115 min
14.05 **Bohemian Rhapsody** FILM – dramat biograf., Wlk. Bryt./USA 2018, 135 min
16.20 **Życie** – dram. obycz., FILM Wielka Brytania/Jap./Szwecja 2022, 105 min
18.05 **Materialiści** – kom. FILM romant., USA/Finlandia 2025, 115 min

20

SCIENCE FICTION

20.00 **Spider-Man: Daleko od domu** FILM – USA/Czechy/Australia 2019, 165 min
Peter spędza wakacje w Europie. Wypoczynek zakłóca informacja, że na kontynencie dochodzi do tajemniczych ataków.
22.45 **Świat w płomieniach** FILM – film sensacyjny, USA 2013, reż. Roland Emmerich, 150 min
1.15 **Bad Boys for Life** FILM – komedia sensacyjna, USA/Meksyk 2020, reż. Bilall Fallah, 155 min

KRYMINALNY

19.40 **Ojciec Mateusz 28** (365-367) – Pol. 2022
Na plebanii zjawia się gość, którego wszyscy mylą z Mateuszem. Aktor ma wcielić się w postać wzorowaną na księdzu. Na potrzeby roli obserwuje proboszcza.
22.30 **Ranczo 7** (86, 87) – serial obycz., Polska
0.20 **Rodzinka.pl** (288, 289) – kom., Pol.
1.30 **Korona królów. Jagiellonowie** (3, 4)
2.35 **Erynie** (3) – krym., Pol.
3.35 **Ratownicy** (12)
4.30 **Polowanie na ćmy** (1) – serial hist., Polska

BIOGRAFICZNY

20.00 **Boska Florence** FILM – Wielka Brytania/Francja 2016, 120 min
Lata 40. XX w. Bogata Florence Jenkins postanawia śpiewać arie operowe przed publicznością. Wszyscy dokładają starań, aby nie dowiedziała się, że fałszuje.
22.00 **Kulturalni** (22) – mag.
22.55 **Bob Fosse: show czas zacząć!** – film dokumentalny, USA/Wielka Brytania 2019
0.10 **Rozwiązanie** – film animowany, Pol. 2020
0.20 **Wizyta** – film krótkometraż.

KRYMINALNY

20.10 **Zbrodnie w Ystad** (3, 4) – Niem./Szwecja
Iris, chcąc popchnąć śledztwo do przodu, kontaktuje się z medium. Niebawem jedzie do Sztokholmu, żeby zidentyfikować mężczyznę podejrzanego o zabicie Christiana.
22.10 **Zatruta róża** – thriller, FILM Wł./USA 2019, 125 min
0.15 **Ja, kapitan** – dramat FILM obycz., Włochy/Belgia/Fr. 2023, 135 min
2.30 **Kruk. Czorny Woron nie śpi** (6-ost.) – krym.
3.30 **Sweat** – dram. obycz., FILM Pol. 2020, 105 min
5.15 **Powrót** (4) – kom.

ANIMOWANY

20.00 **Premiera: Kawałek po kawałku** FILM – USA/Dania 2024, 95 min
Biografia Pharrella Williamsa opowiedziana za pomocą klocków Lego. Popularny piosenkarz posiada zdolność synestezji – potrafi dostrzec kolory w dźwiękach.
21.35 **Cięcie** – thriller, Wielka FILM Brytania/USA 2024, reż. Sean Ellis, 100 min
23.15 **Gdy zgasną światła** FILM – film sensacyjny, USA 2024, 110 min
1.05 **Alarum** – film FILM sensacyjny, USA 2025, 95 min

FAMILIJNY

20.00 P! **Akademia pana Kleksa 2** – Polska FILM 2024, 120 min
Ada wraca do szkoły, na której czele stoi Kleks. Próbuje rozwikłać zagadkę pochodzenia Alberta. Sam profesor opuszcza Akademię w poszukiwaniu dawnego przyjaciela.
22.00 **Prawdziwy ból** FILM – komediodramat, USA 2024, 90 min
23.30 **Baby Driver** – film FILM sensacyjny, Wlk. Bryt./USA 2017, 115 min
1.25 **Nocna suka** FILM – komediodramat, USA 2024, 105 min

AXN WHITE

6.35 **Sezon na misia** – film FILM animowany, 2006, 90 min
8.05 **Napisała: Morderstwo 4** (8-12) – serial kryminalny
13.15 **Unforgettable: Zapisane w pamięci 3** (7-11) – krym.
18.00 **Dowody zbrodni 5** (9-13) – serial kryminalny, USA
23.00 **Hancock** – film sensacyjny, FILM USA 2008, 105 min
0.45 **Moje wielkie greckie wesele** FILM – komedia romant., 2002, 115 min
2.40 **Sezon na misia** – film FILM animowany, 2006, 95 min
4.15 **Grand Hotel 3** (13) – krym.
5.00 **Blok promocyjny AXN White**

AXN BLACK

6.00 **Renegat 4** (15) – serial sensacyjny, USA 1995-1996
6.45 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5** (20, 21) – serial krym., USA/Kanada
8.15 **S.W.A.T. 4** (7-10) – serial sensacyjny, USA 2020-2021
12.00 **Gwiezdne wrota** (6-10) – serial s.f., USA/Kan. 1997
17.00 **Rekrut: FBI** (14-17) – serial kryminalny, USA 2022-2023
21.00 **S.W.A.T. 4** (7-10) – serial sensacyjny, USA 2020-2021
0.30 **Rekrut: FBI** (14-17) – serial kryminalny, USA 2022-2023
4.15 **S.W.A.T. 4** (7, 8) – sens.
5.50 **Blok promocyjny AXN Black**

WARNER TV

8.55 **Rodzinne rewolucje** FILM – kom., USA 2014, 130 min
11.05 **Kontakt** – film s.f., USA FILM 1997, 175 min
14.00 **Akademia policyjna 5: Misja w Miami Beach** FILM – kom., USA 1988, 105 min
15.45 **Taxi 2** – komedia sens., FILM Francja 2000, 100 min
17.25 **Superman 4** – film FILM przygodowy, USA/Wielka Brytania 1987, 105 min
19.10 **Skazani na Shawshank** FILM – dramat sensacyjny, USA 1994, 285 min
23.55 **Ocean's Eleven: Ryzykowna gra** FILM – kom. sens., 2001, 145 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (29-31) – serial paradokumentalny, Polska
9.00 **Niania** (77-82) – kom., Pol.
12.05 **Miodowe lata** (9-13) – serial komediowy, Polska
15.00 **Co ludzie powiedzą?** (8-10) – serial komediowy
16.55 **Świat według Kiepskich** (192-194, 41, 196) – serial komediowy, Polska
20.00 **Poirot** (2-4) – serial kryminalny, Wielka Brytania
23.20 **Columbo** (10, 12) – serial kryminalny, USA
2.30 **Święty** (259-261) – serial komediowy, Polska 2022
4.00 **48h. Zaginieni** (53, 54) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.00 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
6.15 **Kiler** – komedia sens., FILM Polska 1997, 100 min
7.55 **Kung Fu Panda 3** – anim., FILM Chiny/USA 2016, 95 min
9.30 **Łapu capu Extra** – pr. rozr.
10.00 **Balony** – film krótkometr.
10.30 **Masz ci los!** – komedia, FILM Polska 2023, 95 min
12.05 **Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 2** – film FILM fantasy, USA 2012, 110 min
13.55 **L.A.R.P. Miłość, trolle i inne questy** – komedia, FILM Polska 2025, 95 min
15.30 **Mamma mia** – komedia FILM muz., USA/Wielka Brytania/Niemcy 2008, 110 min
17.20 **Łapu capu Extra** – pr. rozr.
17.50 **Battleship: Bitwa o Ziemię** – film s.f., USA/FILM Japonia 2012, reż. Peter Berg, 130 min
20.00 **Kruk** – thriller, Wlk. Bryt./FILM Francja/USA 2024, 110 min
21.50 **Hellboy: Wzgórza nawiedzonych** – horror FILM s.f., USA/Wielka Brytania/Niemcy 2024, 95 min
23.25 **Emilia Perez** – komedia FILM muzyczna, 2024, 130 min
1.35 **Pani od polskiego** FILM – dramat obyczajowy, Polska 2025, 115 min
3.30 **Moje miasto** – serial dok.
4.30 **Polana pośród brzeziny** FILM – dramat obyczajowy, Fr./Pol./Niemcy 2003, 90 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Naruto** (8-10) – serial anime, Japonia 2003
11.20 **Wszystkie kolory świata 5** (3) – serial dokum., Francja 2024
12.25 **Godzina zero** (3, 4) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2025
14.00 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy
14.30 **Premiera: Naruto** (14-16) – serial anime, Japonia 2003
15.55 **Premierowa jazda** – magazyn
16.20 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy
16.45 **Australia z góry** (3, 4) – serial dokumentalny, Australia 2024
18.25 **The Office PL 5** (1-3) – serial komediowy, Polska 2025
20.00 **Pieniądze i krew** (7, 8) – serial kryminalny, Francja/Belgia 2023 Simon próbuje ustalić, dlaczego Attias zawarł pokój z ludźmi, którzy go okradli i upokorzyli.
22.00 **Czarownice Mayfair** (1, 2) – serial fantasy, USA 2023
23.45 **Prosta sprawa** (3, 4) – serial krym., Polska 2024
1.50 **Moloch** (1-3) – serial sensacyjny, Czechy 2025
5.30 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy

CANAL+ 360 HD

6.50 **Chwila prawdy** (2) – dok.
7.55 **Okręty wojenne** (4) – dok.
8.55 **Porzucone konstrukcje** (2) – serial dok., Wlk. Bryt.
9.55 **Wykrywacz historii 6** (1)
11.00 **Neymar: brazylijski numer jeden** – dok., 2024
12.05 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Widzew – Legia
14.15 **Wolne duchy. Starcie z żywiołami** (6) – dok.
15.10 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (1) – serial dok., Niem. 2023
16.25 **Polska z góry: Stadiony 2** (6) – dok., Pol.
16.55 **Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie 2** (1) – pr. rozr.
18.00 **Sung Kang – szybki i dociekliwy** (2) – dok.
19.00 **Co poszło nie tak 2** (5)
20.00 **Porzucone konstrukcje** (3) – serial dok., Wlk. Bryt.
21.00 **W trasie z Normanem Reedusem 3** (4) – dok.
22.00 **Kiler-ów 2-óch** – komedia, FILM Polska 1999, 130 min
0.10 **Furioza** (4) – serial sens.
1.10 **Agnieszka Radwańska. Anatomia zwycięstwa** (2) – serial dok., Polska 2022
2.00 **To jest żużel** (7) – dok.
2.40 **Misja Afganistan** (13)
3.40 **Pogotowie remontowe Wieśka 4** (7, 8) – mag.
4.55 **Zwierzęta Wajraka** (2, 3)

HBO 2 HD

13.55 **Policja zastępcza** – kom. FILM sens., 2010, 105 min
15.40 **Pingwiny z Madagaskaru** – film FILM animowany, 2014, 90 min
17.10 **Marsjanin** – film s.f., USA/FILM Wielka Brytania/Jordania 2015, reż. Ridley Scott, wyk. Matt Damon, 140 min
19.30 **Królestwo niebieskie** FILM – dramat hist., USA/Hiszp./Wlk. Bryt. 2005, 140 min
21.50 **Oszukać przeznaczenie:** FILM **Więzy krwi** – horror, USA/Kanada 2025, 105 min
23.35 **Wichrowe wzgórza** FILM – dramat obyczajowy, USA/Wlk. Bryt. 2026, 130 min

HBO 3 HD

12.35 **Doktor Larsen 2** (19)
13.20 **Morderczy żar** – thriller, FILM USA 2024, 95 min
14.55 **Ród smoka 2** (7) – fantasy
16.00 **Twórca** – thriller s.f., USA FILM 2023, 130 min
18.10 **Władca much** (4) – sens.
19.10 **Scott Pilgrim kontra świat** – komedia fantasy, FILM USA/Wielka Brytania/Kanada 2010, 110 min
21.00 **Królowe podziemia** (4)
22.00 **Skandal w królewskim stylu** (2) – dramat biograf., FILM Wlk. Bryt. 2024, 65 min
23.05 **Stamtąd 4** (5)
0.00 **Nie!** – thriller, Japonia/FILM Kanada/USA 2022, 130 min

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.00 Twoja Twarz Brzmi Znajomo (195) – rozr.
8.10 Byli sobie podróżnicy (5-7) – serial anim., Fr. 1997
9.50 Jeźdźcy smoków na końcu świata (29-32) – serial anim.
11.45 Smerfy 2 – film familijny, USA 2013, 130 min
13.55 Mr. Deeds – milioner z przypadku – komedia romant., USA 2002, 120 min
15.55 Książę w Nowym Jorku 2 – komedia, USA 2021, 145 min
18.20 Godzilla – film s.f., USA/Japonia 1998, 160 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 The Office PL 3 (3, 4) – serial kom., Pol. 2023
7.10 Teoria wielkiego podrywu 2 (7-20) – serial komediowy, USA 2008
13.30 Przyjaciele 2 (9-11) – serial komediowy, USA 1996
15.00 Tata ma plan 3 (3-5) – serial komediowy, USA 2019
16.30 Duchy (15, 16) – serial fantasy, USA/Wielka Brytania 2021
17.30 Książę w Nowym Jorku – komedia, USA 1988, reż. John Landis, wyk. Paul Bates, Eddie Murphy, Garcelle Beauvais, Feather, 150 min

TVN FABUŁA HD

5.05 Szkoła (756) – serial paradokum.
6.00 Kino w drodze (1) – program kulturalny
6.30 Absolwenci (1) – program artystyczny
7.05 Prawo Agaty 2 (6-9) – serial obycz., Polska
11.25 Agencie, podaj łapę – kom., USA/Australia 2001, 125 min
13.30 Kraina cudów – film animowany, Hiszpania/USA 2019, 105 min
15.15 W krzywym zwierciadle: Europejskie wakacje – komedia, USA 1985, 130 min
17.25 Shazam! – komedia przygodowa, USA/Kanada 2019, 155 min

13 ULICA

6.05 Follow (2) – serial sensacyjny, Francja 2023
6.50 Petra 3 (2) – serial kryminalny, Włochy 2020
8.50 Agenci NCIS: Los Angeles 14 (21) – serial sensacyjny, USA 2022-2023
9.45 Chicago P.D. 10 (1-5) – krym., USA 2022
W zespole dochodzi do zmiany szefa. Voight musi uporać się z żałobą po śmierci informatorki.
14.20 Chicago P.D. 10 (6-9) – krym., USA 2022
Grupa wciąż zajmuje się działalnością handlarzy ludźmi.

KINO POLSKA

7.00 Polska Kronika Filmowa – serial dok.
7.10 Wtorki z Polską Kroniką Filmową
7.30 Przygody Myszki (3, 5) – serial anim.
7.50 Reksio (42, 45) – serial animowany
8.25 Noce i dnie (2-ost.) – film obyczajowy, 1975, 100 min
10.05 W pustyni i w puszczy – film przyg., 2001, 160 min
12.45 Prawo i pięść – film sens., 1964, 125 min
14.50 Ziemia obiecana – dramat obyczajowy, 1974, 225 min
18.35 C.K. Dezerterzy (2-ost.) – kom., Polska/Węgry 1985, 85 min

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Komisarz Rex (12-15) – serial kryminalny, Niemcy/Austria 1994
10.00 Hudson i Rex 8 (1, 4, 5) – serial kryminalny, Kan. 2024
13.00 Top Dog. Niemcy (5) – reality show
14.55 Lassie – film przygodowy, USA 1994, reż. Daniel Petrie, wyk. Tom Guiry, Brittany Boyd, 115 min
16.50 Jaś Fasola – serial komediowy, Wlk. Bryt.
18.00 Hudson Hawk – komedia sensacyjna, USA 1991, reż. Michael Lehmann, wyk. Bruce Willis, Danny Aiello, Andie MacDowell, 120 min

---

DRAMAT WOJENNY

21.00 Klasyczna niedziela: Helikopter w ogniu – USA 2001, 180 min

Rok 1993. Amerykanie wysyłają do Mogadiszu komandosów, m.in. Johna Grimesa. Akcja zaplanowana na 30 minut zamienia się w długą i krwawą bitwę.

0.00 Siostry – komedia, USA 2015, reż. Jason Moore, wyk. Amy Poehler, 150 min
2.30 Ślad (19) – krym., Pol.
3.30 Gliniarze (341, 342) – serial paradokum.
5.30 Na ratunek 112 (839) – serial paradokum.

KOMEDIA KRYMINALNA

20.00 Naga broń: Z akt Wydziału Specjalnego – USA 1988, 115 min

Frank Drebin ma chronić królową Elżbietę II w czasie jej wizyty w USA. Biznesmen Ludwig planuje na władczynię zamach. Nakazuje on sekretarce, by uwiodła policjanta.

21.55 Colin od rachunków 2 (5, 6)
23.05 Comedy Club (9, 10)
0.05 Miasteczko South Park 23 (4-7)
2.00 Pracoholicy 7 (1-4)
4.00 Śmieszniej nie będzie 4 (17-20)

KOMEDIA PRZYGODOWA

20.00 Shazam! Gniew bogów – USA 2022, 165 min

Billy, który zmienia się w superbohatera, przewodzi drużynie złożonej z przybranego rodzeństwa. Podejmują walkę z trzema boginiami mogącymi zniszczyć świat.

22.45 Pełzająca śmierć – horror, USA/Serbia/Kanada 2019, 110 min
0.35 Annabelle – horror, USA 2014, 130 min
2.45 Dziewczyny z Hollywood 3 (9)
3.05 Szkoła (728) – serial paradokum.

KRYMINALNY

18.00 Niewidomy detektyw (1)

Doświadczony inspektor Alex Haller traci wzrok w wyniku eksplozji bomby samochodowej, w której ginie jego partnerka. Załamany próbuje popełnić samobójstwo.

20.00 Tajemnice chóru – film kryminalny, Francja 2020, 120 min
22.00 Morderstwo w Saint-Martin – dramat kryminalny, Francja 2024, 120 min
0.00 Morderstwo w Biot – film kryminalny, Francja 2021, 125 min

DRAMAT WOJENNY

20.00 Kamienie na szaniec – 2014, 135 min

Rudy i jego przyjaciele działają w harcerstwie. Ich plany na przyszłość burzy wybuch II wojny światowej. Konflikt stawia młodych ludzi w obliczu trudnych wyborów.

22.15 Ziarno prawdy – thriller, 2015, 125 min
0.20 Ekstradycja 2 (5, 6) – serial sensacyjny
3.00 Bo we mnie jest seks – film biograf., 2021, 150 min
5.30 Martwe małżeństwo

THRILLER

20.00 Zaginiona dziewczyna – USA 2014, 180 min

W dniu rocznicy ślubu Nick zgłasza zaginięcie swojej żony. Śledczy odkrywają niesciśłości w zeznaniach mężczyzny, który wkrótce staje się głównym podejrzanym.

23.00 Psy – dramat sens., Polska 1992, 135 min
1.15 Fan – thriller, USA 1996, reż. Tony Scott, 165 min
4.00 Nowa Scena Śmiechu 3 (7) – rozr.
5.00 Podróż za jeden uśmiech (7) – przyg.

20

CINEMAX HD

13.00 Bilet do raju – komedia romant., 2022, 105 min
14.45 Uciekające kurczaki – film animowany, Wlk. Bryt./USA/Fr. 2000, 85 min
16.10 Mr. Deeds – milioner z przypadku – komedia romantyczna, 2002, 95 min
17.45 Dziedzictwo Bourne'a – film sens., 2012, 135 min
20.00 King's Man: Pierwsza misja – komedia sensacyjna, USA/Wielka Brytania 2021, 130 min
22.10 Dla niej wszystko – dramat kryminalny, USA/Francja 2010, 130 min
0.20 Fargo 2 (9, 10-ost.) – krym.

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

6.00 Graczykowie (6-10) – serial komediowy, Polska
8.30 Świat według Kiepskich (21-24, 1, 2) – serial kom.
11.30 Bob kocha Abisholę 3 (14-19) – serial komediowy
14.30 Święty (48-52) – kom., Pol.
17.00 Świat według Kiepskich (22-24, 1-5) – serial kom.
21.00 Co ludzie powiedzą? 3 (1, 2) – kom., Wlk. Bryt. 1992
22.25 Jedną nogą w grobie 6 (1-3) – serial kom., Wlk. Bryt.
0.30 Czarna Żmija (2, 3) – kom.
2.00 Grono nie-pedagogiczne 2 (16-20) – serial komediowy, USA
4.30 Comedy Club (3-5) – rozr.

SCI FI

6.00 Bibliotekarze 2 (9, 10)
7.55 Bibliotekarze 3 (1, 2)
9.45 Grimm 5 (4-7) – fantasy
13.25 Ministerstwo Czasu 4 (3, 4) – serial przyg., Hiszp.
15.55 Sahara – przyg., USA/Hiszp./Niem. 2005, 155 min
18.30 Zmierzch – film fantasy, USA 2008, 150 min
21.00 Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu – film fantasy, Australia/USA 2009, reż. Chris Weitz, 165 min
23.45 Daybreakers – Świt – horror s.f., 2009, 125 min
1.50 Ciche miejsce – horror, USA 2018, 120 min
3.50 Orphan Black: Echa (4, 5)

FX HD

8.40 CSI: Kryminalne zagadki Miami (18, 19) – krym.
10.30 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (6, 7)
12.20 Agenci NCIS (14, 15)
14.10 Z archiwum X (3, 4) – s.f.
16.00 Ghost Rider – thriller, USA/Australia 2007, 140 min
18.20 Karmazynowy przypływ – thriller, USA 1995, 150 min
20.50 2012 – film katastroficzny, USA/Kanada 2009, 195 min
0.05 Resident Evil: Zagłada – horror, 2007, 120 min
2.05 Zabójcze umysły 13 (21, 22) – serial kryminalny
3.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (7) – krym.

KINO TV HD

8.55 Stawka większa niż życie (3, 4) – wojenny, Pol.
12.00 C.K. Dezerterzy (1/2) – komedia, 1985, 110 min
13.50 Quigley na antypodach – western, 1990, 145 min
16.15 Kacper – film familijny, USA 1995, 115 min
18.10 Flintstonowie: Niech żyje Rock Vegas – kom., USA 2000, 110 min
20.00 Immortals. Bogowie i herosi – film fantasy, USA 2011, 155 min
22.35 Millennium: Mężczyźni, którzy nienawidzą kobiet – dramat kryminalny, 2009, 180 min

ROMANCE TV HD

14.20 Detektyw von Fock (1, 2) – serial kryminalny, Estonia
16.15 Statek marzeń – Curaçao – film obycz., Niemcy 2024, 110 min
18.05 Emilie Richards: Decyzja serca – film obyczajowy, Niemcy 2011, 115 min
20.00 Dwie kobiety na wszelkie bóle – Ojcowie i córki – dramat obyczajowy, Niemcy 2025, 110 min
21.50 Statek marzeń – Dolina Rzeki Hudson – film obycz., Niem. 2024, 115 min
23.45 Mama się zwalnia – komedia, 2021, 115 min

CINEMAX 2 HD

10.25 Wróbel w kominie – film obyczajowy, 2024, 115 min
12.20 Morze piasku – dramat obyczajowy, 2023, 130 min
14.30 Paprika – film anime, Japonia 2006, 90 min
16.00 Barwy dźwięków – film anim., 2024, 100 min
17.40 Aviator – dramat biograf., USA/Niemcy 2004, 170 min
20.30 Ave, Cezar! – komedia, Wielka Brytania/USA/Japonia 2016, 105 min
22.15 Rubieże – film obyczajowy, USA 2025, 105 min
0.00 Pozwól mi wejść – dramat psychologiczny, Szwecja 2008, 115 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

6.00 Lekarze na start (47-52) – serial obycz., Polska 2017
10.25 Poirot 3 (5-10) – krym.
16.55 Lekarze na start (49-52) – serial obycz., Polska 2017
20.00 Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (1) – serial krym., Australia
21.00 Próba niewinności (4) – krym., Wlk. Bryt./USA
22.05 Panna Marple: Noc i ciemność – krym., Wielka Brytania/USA 2013, 110 min
23.55 Lekarze na start (48-52)
3.15 Poirot 3 (10) – serial krym.
4.10 Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (1)
5.00 Grantchester 5 (6) – krym.

NOVELAS+ HD

5.00 Historia Juany (21-25) – telenowela, Meksyk 2024, wyk. Camila Valero
10.00 Otchłań namiętności (94-98) – telenowela, Meksyk 2012
15.00 List pożegnalny (69-73) – telenowela, Turcja 2023, wyk. Oguzhan Sener
20.00 Rubi (92, 93) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori, Eduardo Santamarina
22.00 Za wszelką cenę (64-68) – telenowela, Brazylia 2025, wyk. Paolla Oliveira
3.00 Rubi (92, 93) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori, Eduardo Santamarina

FX COMEDY HD

9.00 Diabli nadali 7 (1-7)
12.30 Sposób użycia – kom.
15.00 Wszyscy kochają Raymonda 2 (22-25)
17.00 Wszyscy kochają Raymonda 3 (1, 2) – kom.
18.00 To właśnie miłość – kom. romant., Wielka Brytania/USA/Fr. 2003, 160 min
20.40 Epoka lodowcowa 2: Odwilż – film animowany, USA/Wielka Brytania/Australia 2006, 111 min
22.31 Jackass Forever
0.30 Family Guy: Głowa rodziny 22 (8, 10, 9, 11, 12)
2.55 Wszyscy kochają Raymonda 3 (3-6) – kom.

FILMBOX PREMIUM HD

9.40 Iluzja – thriller, Francja/USA 2013, 130 min
11.50 Iluzja 2 – thriller, Fr./USA/Hongkong 2016, 140 min
14.10 Wyścig o życie – dramat przygodowy, 2023, 120 min
16.10 Zacznij od śniadania – kom., Kan. 2020, 100 min
17.50 Czekając na Dalego – komediodramat, Hiszpania 2023, 130 min
20.00 Atomic Blonde – thriller, Niemcy/Szwecja/USA 2017, reż. David Leitch, 125 min
22.05 Ostatni gliniarz – kom. krym., 2019, 135 min
0.20 John Wick 3 – film sensacyjny, 2019, 145 min

PARAMOUNT NETWORK HD

9.05 Piękny umysł – dramat psycholog., 2001, 180 min
12.05 Wasabi: Hubert zawodowiec – film sens., Fr./Jap. 2001, 135 min
14.20 Polowanie na „Czerwony Październik" – film sensacyjny, 1990, 180 min
17.20 Iluzja 2 – thriller, Fr./USA/Hongkong 2016, 160 min
20.00 Uprowadzona 3 – film sensacyjny, Francja/Hiszp./USA 2014, 130 min
22.10 World War Z – horror s.f., USA/Malta 2013, 135 min
0.25 Uprowadzona 2 – film sensacyjny, 2012, 120 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD

6.00 **FIA World Endurance Championship:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans (LIVE)
9.00 **FIA World Endurance Championship:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans (LIVE)
12.00 **FIA World Endurance Championship:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans (LIVE)
15.00 **FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans (LIVE)
17.00 **Tenis:** Turniej French Open 2026 – mecz finałowy gry pojedynczej mężczyzn

POLSAT SPORT 1 HD

6.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Ukraina – Polska (LIVE)
9.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – studio (LIVE)
10.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Ukraina – Polska
11.00 **Cafe Futbol** – mag.
12.30 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Ukraina – Polska
13.45 **Siatkówka mężczyzn:** LN: Słowenia – Japonia (LIVE)
16.45 **Siatkówka mężczyzn:** LN: Niemcy – Francja (LIVE)

CANAL+ SPORT HD

6.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Piast Gliwice – Korona Kielce
8.30 **Premier League Review** – magazyn piłkarski
10.45 **Turbokozak** – magazyn piłkarski
12.00 **Turbokozak** – mag.
13.05 **Ligomistrzowe historie** (3) – mag.
14.00 **Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**
15.00 **Premier League Review** – magazyn piłkarski
16.10 **Premier League Stories** (44) – magazyn piłkarski
16.45 **Żużel:** PGE Ekstraliga: Betard Sparta Wrocław – Gezet Stal Gorzów (LIVE)

TVP SPORT HD

5.35 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy D: Australia – Turcja (LIVE)
Na poprzednim mundialu piłkarze z antypodów awansowali do 1/8 finału. W fazie grupowej przegrali tylko z Francją.
9.00 **Mundialowy poranek** (3) – mag.
10.30 **Wioślarstwo:** Zawody Pucharu Świata w Płowdiw – finały (LIVE)
14.10 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy C: Brazylia – Maroko
16.30 **Dzień na mundialu** (3) – magazyn piłkarski

ELEVEN SPORTS 1 HD

6.00 **Legendy LaLiga**
8.00 **GP Confidential**
8.35 **Formuła 3:** Grand Prix Barcelony-Katalonii (LIVE)
9.50 **Formuła 1:** Grand Prix Barcelony-Katalonii – sesja kwalifikacyjna
11.20 **Formuła 2:** Grand Prix Barcelony-Katalonii (LIVE)
12.35 **F2: Chasing the Dream** – mag. motor.
12.55 **Formuła 1:** Grand Prix Barcelony-Katalonii – parada kierowców (LIVE)
13.30 **Formuła 1:** Grand Prix Barcelony-Katalonii – studio (LIVE)
14.55 **Formuła 1:** Grand Prix Barcelony-Katalonii (LIVE)
17.00 **Formuła 1:** Grand Prix Barcelony-Katalonii – studio (LIVE)

DISCOVERY CHANNEL HD

8.00 **Fantastyczne zwierzęta z Forrestem Galante** – serial dok.
9.00 **Złomowisko PL** (2, 3) – serial dok., Pol. 2015
11.00 **Kamperem przez świat** (3) – dok., Pol.
12.00 **Przygody truckerki** (2) – serial dokum., Pol.
13.00 **Ciężarówką przez Afrykę** (1) – dok., Pol.
14.00 **Gorączka złota 16** – serial dokum., USA
15.00 **Fukushima: dni, które wstrząsnęły światem** (1) – dok.
16.00 **Specjalistki** (3) – dok.
17.00 **Nic do ukrycia** (6) – serial dok., Pol. 2021
18.00 **Celnicy na straży Szwecji 4** (4) – dok.

20

PIŁKA RĘCZNA MĘŻCZYZN

17.55 **Liga Mistrzów** – mecz finałowy (LIVE)

W decydującym spotkaniu turnieju Final Four zagrają zwycięzcy półfinałów SC Magdeburg – Füchse Berlin oraz Aalborg – Barça.

20.00 **Jeździectwo:** Global Champions Tour w Saint Tropez
22.15 **Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes – 8. etap
23.30 **Kolarstwo górskie:** Zawody PŚ w Leogang
0.00 **FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN

19.15 **Liga Narodów:** Bułgaria – Serbia (LIVE)

Drużyna wicemistrzów świata mierzyła się w tym roku z Serbią w meczu towarzyskim. W pięciu setach wygrali reprezentanci Bułgarii.

22.45 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Brazylia – Argentyna (LIVE)
1.00 **Boks:** Rocky Boxing Night w Żukowie – waga ciężka: M. Polski – L. Romero Mendoza 26.10.2024
2.00 **Sporty walki:** UFC Freedom 250 (LIVE)

ŻUŻEL

19.15 **PGE Ekstraliga:** GKM Grudziądz – Falubaz (LIVE)

Poprzednie spotkanie tych zespołów 51:37 wygrali żużlowcy z Grudziądza. Na własnym terenie liderzy tabeli również są faworytami.

21.30 **Magazyn PGE Ekstraliga** – magazyn żużlowy
23.15 **Boks:** BKFC Fight Night: Hollywood – waga półśrednia: Julian Lane – Bryce Henry
1.25 **Premier League: The Big Interview** (9) – magazyn piłkarski

PIŁKA NOŻNA

18.00 **Mistrzostwa świata 2026** – mecz grupy E: Niemcy – Curacao (LIVE)

Rozszerzenie mundialu do 48 drużyn sprawiło, że w tym roku będziemy mogli oglądać na turnieju egzotyczne kraje. Wśród nich jest Curacao, które debiutuje na MŚ.

21.50 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy F: Holandia – Japonia (LIVE)
0.50 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy E: Wybrzeże Kości Słoniowej – Ekwador (LIVE)

FORMUŁA 1

18.00 **Grand Prix Barcelony-Katalonii**

O podium powinien powalczyć m.in. Charles Leclerc, który na początku sezonu pokazał się z dobrej strony podczas wyścigów na torach w Melbourne i Suzuce.

20.00 **Formuła 2:** Grand Prix Barcelony-Katalonii
21.00 **Formuła 3:** Grand Prix Barcelony-Katalonii
22.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Barcelona – Athletic
0.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (1, 2)

DOKUMENTALNY

19.00 **Włoska kontrola celna** (3)

Praca funkcjonariuszy włoskich służb granicznych i celnych nad bezpieczeństwem kraju. Powstrzymują oni przepływ narkotyków, broni i osób podejrzanych o terroryzm.

20.00 **Akta ekspedycji 2**
21.00 **Gorączka złota 16**
22.00 **Teorie spiskowe pod lupą** – serial dok.
23.00 **W oku cyklonu**
0.00 **Nagi instynkt przetrwania 12**
1.30 **Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata**

EUROSPORT 2 HD

11.30 **Kolarstwo górskie:** Zawody Pucharu Świata w Leogang – cross-country kobiet i cross-country mężczyzn (LIVE)
15.25 **Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes – 8. etap (LIVE)
17.15 **Kolarstwo kobiet:** Copenhagen sprint
18.15 **Kolarstwo górskie:** Zawody PŚ w Leogang – cross-country mężczyzn
19.00 **Golf:** RBC Canadian Open – finał (LIVE)
0.00 **Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes – 8. etap

POLSAT SPORT 2 HD

13.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
15.00 **Piłka ręczna plażowa:** IHF Beach Handball Global Tour – Płock 2026 – mecz o 3. miejsce kobiet i mecz o 3. miejsce mężczyzn (LIVE)
17.00 **Piłka ręczna plażowa:** IHF Beach Handball Global Tour – Płock 2026 – mecz finałowy kobiet i mecz finałowy mężczyzn (LIVE)
20.15 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Kanada – Turcja (LIVE)
23.45 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: USA – Włochy (LIVE)

CANAL+ SPORT 2 HD

8.15 **Tenis:** Turniej WTA w Londynie – półfinał
10.15 **Tenis:** Turniej WTA w Londynie – półfinał
12.15 **Tenis:** Turniej WTA w Londynie – półfinał
14.30 **Tenis:** Turniej WTA w Londynie – półfinał
17.00 **Tenis:** Turniej WTA w Londynie – finał (LIVE)
19.30 **8 wspaniałych** (7, 6)
20.55 **Piłka nożna:** 2. liga hiszpańska – finałowy mecz barażowy (LIVE)
23.15 **Tenis:** Turniej WTA w Londynie – finał
2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Lech – Legia

EXTREME CHANNEL HD

6.00 **Beyond The Beaten Path** (4, 5) – serial dokumentalny
8.00 **KPW Kombat TV** (4)
9.00 **WWE Classic Gold** (71, 77) – program sportowy
10.00 **AEW Dynamite** (2623)
12.00 **AEW Collision 2** (2623)
14.00 **AEW PPV** (6) – pr. sportowy
18.30 **WWE Classic Gold** (44)
19.00 **AEW Collision** (2527) – program sportowy
21.00 **PTW Wrestling** (24, 21) – program sportowy
2.15 **New Japan Wrestling – Highlights** (22) – program sportowy
3.00 **Beyond The Beaten Path** (6-8) – serial dokumentalny

ELEVEN SPORTS 2 HD

14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Cagliari – Inter
16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Borussia M'gladbach – Bayern
18.00 **Serie A** – mag. piłkarski
19.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: SSC Napoli – Inter Mediolan
21.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – FC Barcelona
23.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (3, 4) – mag.
0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – AJ Auxerre
2.00 **LaLiga Best 11** – mag.

DISCOVERY LIFE HD

10.30 **Kosmetyczne rewolucje**
11.15 **Megasknery 2** – dok., USA
12.45 **Klinika bez tajemnic**
15.45 **Mieszkać jak milioner**
16.15 **Misja ratunkowa** (6, 7)
17.45 **Wycieczkowiec** (2)
18.45 **W czym do ślubu?** (9, 10)
19.45 **Salon sukien ślubnych: Indie** (2, 3) – pr. rozrywk.
20.45 **Jak matka z córką** (10)
21.45 **Rodzina wielkiej wagi**
22.45 **Historie wielkiej wagi** (9)
0.45 **Sekrety lekarzy** (3)
1.45 **Powrót doktora Szczyta**
2.45 **Szpital** (301, 302)
4.45 **Kosmetyczne rewolucje**
5.30 **Niezwykłe przypadki medyczne** (1)

POLSAT SPORT FIGHT HD

13.00 **Sporty walki:** One Punch: R. Witkowski – R. Jaszczuk
15.00 **Strzelnica Navala** (1)
15.30 **Boks:** Rocky Boxing Night 19 w Karlinie: Jan Lodzik – Mateusz Polski 2
18.05 **Sporty walki:** Babilon MMA 42 w Żyrardowie: B. Gładkowicz – S. Zając
20.05 **Z archiwum ESPN** – mag.
20.50 **Boks:** Babilon Boxing Show w Chojnicach: P. Stępień – S. Chusanow
23.05 **Sporty walki:** FEN 54 w Pile: Gracjan Wyroślak – Maksim Grabovich
0.50 **Sporty walki:** Dragon Fight Night 7 w Tłuszczu

POLSAT SPORT 3 HD

9.00 **Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski
10.15 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów: Chiny – Kuba (LIVE)
13.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
15.45 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów: Belgia – Iran (LIVE)
18.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
20.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
22.00 **Lekkoatletyka:** Zawody World Athletics Continental Tour Gold w Los Angeles (LIVE)
1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA 49 w Radomiu: P. Polityło – B. Majdan

CANAL+ SPORT 5 HD

10.20 **Prawo derbów** (2) – dok.
11.25 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026
12.30 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: Wilki – Polonia Bydgoszcz (LIVE)
15.00 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: Orzeł – ZKS Stal Rzeszów (LIVE)
17.45 **Prawo derbów** (3) – dok.
18.30 **Dart:** PDC World Series we Frankfurcie – mecz finałowy (LIVE)
23.45 **Magazyn PGE Ekstraliga**
1.25 **Premier League Stories**
2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Piast – Korona

ELEVEN SPORTS 4 HD

14.00 **Bundesliga Special**
15.00 **Ligue 1 Show** (35) – mag.
15.30 **Ligue1 Season Review**
16.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: FC Nantes – Lille
18.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: 1. FC Köln – VfB Stuttgart
20.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – Villarreal CF
22.00 **Made in Italy** (1-4) – mag.
23.00 **Bundesliga Special** (12)
23.30 **Bundesliga Clubs** – mag.
23.45 **Bundesliga Clubs** – mag.
0.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: FC Porto – SL Benfica

ELEVEN SPORTS 3 HD

10.00 **LaLiga Best 11**
12.05 **Piłka nożna:** Liga włoska: Como – Juventus
14.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – Villarreal CF
16.00 **Serie A** – mag. piłkarski
16.55 **Bundesliga Special** (21)
17.45 **Ousmane Dembélé – Pierwsze kroki** – dok.
18.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: AC Milan – Pisa SC
20.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Mainz – BVB
22.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Lille OSC – Olympique Lyon
0.00 **LaLiga Power** – mag.

CANAL+ DOKUMENT HD

13.30 **Wielkie pomniki przyrody: Wielki Kanion** (1) – film dokumentalny, Fr.
14.30 **Świat zwierząt: zaskakujące pokrewieństwa** – dok.
15.30 **Małpka sajmiri z deszczowego lasu**
16.30 **Auschwitz. Głosy świadków** (1-5) – dok., Fr.
20.35 **Jak działa rosyjska propaganda** – film dokum.
21.35 **Putin i nowa strategia morska** – film dokum., Fr.
22.35 **Sekrety skrajnej prawicy** – dok., Wlk. Bryt.
0.20 **Girl Climber. Wspinaczka** – film dokum.

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Tajemnice lądowania na Księżycu** (3, 4) – serial dokumentalny
8.00 **Zoom na architekturę** – serial dokumentalny
10.00 **Jak to jest zrobione? 25** – serial dokum., Kanada 2017
12.00 **Zwykłe rzeczy, niezwykłe wynalazki 15** – serial dok., Wielka Brytania
14.00 **Pogromca mitów w akcji** – serial dok.
16.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny
18.00 **Jak to jest zrobione?** – serial dokumentalny, Kanada

DOKUMENTALNY

20.00 **Wyprawa w nieznane 10**
Josh bada dramatyczne wydarzenia z 1898 roku, gdy podczas budowy linii kolejowej w Afryce dwa lwy zabiły 135 robotników. Analizuje historyczne relacje.
21.30 **Jak to jest zrobione?** – dok.
22.00 **Pojedynki wizjonerów** – dok.
23.00 **Tesla: Niebezpieczny umysł** – serial dokum.
0.00 **Tajemnice lądowania na Księżycu** (5, 6)

ID HD

6.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 7** – serial dokumentalny, USA
8.00 **Sprawa dla FBI** – serial dokumentalny
10.00 **Mój sąsiad morderca 2** – serial dokum., USA/Wlk. Bryt.
12.00 **Sprawiedliwi z Teksasu** – serial dokumentalny, USA
14.00 **W sieci kłamstw** (4, 5) – serial dokumentalny, USA
16.00 **Zbrodnia w sąsiedztwie** – serial dokumentalny, USA 2011
18.00 **Żyjąc z potworem** – serial dokumentalny, USA 2018

DOKUMENTALNY

20.00 **Żyjąc z potworem: jak wychowałem mordercę** – USA 2026
Samotna matka każdego dnia zmaga się z trudami wychowania dwójki dzieci, starając się zapewnić im byt. Jej relacja z 13-letnim synem zaczyna się zmieniać.
21.00 **Ostatnie wakacje**
23.00 **Demony Hollywood 2** – dok.
1.00 **Ostatnie wakacje**
3.00 **Mroczne piętno 3**
4.00 **Mój sąsiad morderca 2** – dok.
5.00 **Mój sąsiad morderca 3** – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

6.00 **Niszczycielskie żywioły** (21, 22) – dok.
7.50 **Inżynieryjne tragedie** (3, 4) – dok.
10.00 **W pułapce żywiołów** (6) – dok.
11.00 **Porzucone konstrukcje** (9) – serial dok., Wlk. Bryt.
12.00 **Antoni Porowski: w rytmie miasta** (3, 2) – serial dok.
14.00 **Inżynieria po katastrofie** (1) – dok.
15.00 **Egipt: Miejsce pełne tajemnic** (1, 5) – dok.
17.00 **Państwa Osi: Droga ku porażce** (2, 3) – serial dokumentalny
19.05 **UFO: Przełomowe śledztwa** (4) – serial dok., USA 2022

DOKUMENTALNY

20.00 **Czarnobyl: Świadkowie tragedii** (2)
Szwedzcy technicy wykrywają podwyższony poziom promieniowania. Alarmują świat o katastrofie, którą władze ZSRR starają się ukryć.
21.00 **Największe katastrofy budowlane** (8) – serial dok., Wlk. Bryt.
22.00 **Katastrofa w przestworzach** (9, 10, 6, 3) – serial dokumentalny, Kanada
0.00 **Katastrofa w przestworzach**

FOKUS TV DVB-T2

6.00 **Wehikuł czasu** (614)
6.05 **48h. Zaginieni** (30) – serial krym., Polska
7.00 **Rolnicy. Podlasie** (29, 30) – serial dok.
9.00 **Wioski wioseczki** (2, 3) – serial dokum.
10.00 **Podglądacze przyrody 2** (7, 8)
11.00 **Z klimatem i z pasją** (4) – program publicyst.
11.30 **Wojny magazynowe** (2-6)
14.00 **Gwiazdy lombardu 25** (10)
15.00 **Tajemnice wielkich bitew** (5, 6) – dok.
17.00 **Rolnicy. Podlasie** (21-24) – serial dok.
21.00 **Podglądacze przyrody 2** (6) – dok.
21.30 **Górale** (14) – dok., Pol.

DOKUMENTALNY

22.00 **Oto Ameryka XXL – życie bez umiaru** – Francja 2024
Sceny z życia Amerykanów, którzy oddają się nieograniczonej konsumpcji. Konkursy jedzenia organizowane są niczym turnieje sportowe. Filmowcy śledzą również grupę fanatyków... spalin.
23.00 **Największe śledztwa CBŚP** (10) – serial dok., Pol. 2024
0.00 **Pogromcy mafii** (10) – serial dok., Pol. 2024
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (37-40) – serial dok.
5.00 **Kołowrotek** (10, 11)

TVP HISTORIA DVB-T2

10.45 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja
11.40 **Świat w filiżance herbaty** (5) – dok.
12.45 **Kanadyjskie parki narodowe** (4) – dok.
13.45 **Flesz historii**
14.15 FILM **Pianista** – dramat wojenny, Francja/Niemcy/Wielka Brytania 2002, 150 min
16.45 **Starożytne mocarstwa** (1) – dok.
17.40 **Blisko, coraz bliżej** (5) – obycz., Pol. 1982
19.05 **Ex Libris** – magazyn
19.35 **Zapomniane agentki II wojny światowej** (6) – hist.
20.35 **Lądowanie w Normandii, nieznane taśmy** (2)

DRAMAT OBYCZAJOWY

21.45 FILM **Znajdę cię** – USA/Pol. 2019, reż. Martha Coolidge, 125 min
Łódź, lata 30. XX w. Śpiewak operowy Robert oraz skrzypaczka Rachel zakochują się w sobie. Marzą, by wystąpić razem w nowojorskiej Carnegie Hall. Gdy wybucha II wojna światowa, zostają rozdzieleni.
23.50 FILM **Powidoki** – dramat obyczajowy, Polska 2016, reż. Andrzej Wajda, wyk. Bogusław Linda, 110 min
1.40 **Korfanty** – film dokumentalny, Polska 2020

HISTORY HD

10.10 **Gwiazdy lombardu 25** (16, 26, 13)
13.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 4** (8) – serial dok., USA
14.00 **Piątka z historii** (2)
14.25 **David Duchovny: archiwum tajemnic 2** (1) – dok.
15.20 **Starożytni kosmici 17** (7) – dok.
16.10 **Tajemnice starożytności: śmierć** (1) – dok., Kan.
17.10 **II wojna światowa w kolorze: największe bitwy** (4-6) – serial dok., 2021
20.00 **Tom Hanks: II wojna światowa** (5, 6) – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY

22.00 **Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2** (13)
Twórcy programu przyglądają się sprawie odnalezienia w magazynie legendarnego podwodnego auta Jamesa Bonda oraz burzliwej historii pewnej rockandrollowej gitary.
23.00 **Starożytni kosmici 14** (10, 12) – serial dokumentalny
0.50 **Starożytni kosmici 17** (7) – dok.
1.50 **II wojna światowa w kolorze: największe bitwy** (4, 5) – serial dokum.

20

DISCOVERY HISTORIA HD

8.00 **Na tropach tajemnic**
9.00 **Skarby z szopy**
12.00 **Łowcy staroci** – dok.
13.00 **Walka o bagaż** – dok.
14.00 **Tajemnice starożytnych mumii** – serial dok., USA
15.00 **Poszukiwacze kamieni szlachetnych** (11, 12)
17.00 **Tajemnice ziemi – Hiszpania** (2) – dok.
18.00 **Zaginione miejsca** – dok.
19.00 **Na ratunek starociom**
20.00 **Podziemne sekrety**
23.00 **Nawiedzona Irlandia**
1.00 **Wielki szwindel** – dok.
2.00 **Mikroprzygoda** (10)
3.00 **Lotniskowiec HMS Ark Royal** (2) – serial dok., USA

PLANETE+ HD

15.50 **Jeanne Duval. Zapomniana muza Baudelaire'a** – film dok.
17.00 **Rok z dziką przyrodą** (3)
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4** (21, 22)
18.40 **Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 5** (10)
19.10 **Mam zamek** (1) – dok.
19.45 **Mia Farrow. Cienie sławy** – film dokumentalny
20.50 **Johnny Depp. Wieczny buntownik** – dok., Francja
22.00 **Jak wygrać z Ku Klux Klanem** (4) – serial dok.
22.55 **Atom, narkotyki, brudne pieniądze** (1) – serial dok.
0.00 **Triady. Chińska mafia podbija świat** (1) – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

14.00 **Dzikie cuda Europy** (2)
15.00 **Masai Mara: sekrety natury** (1) – serial dokum.
16.00 **Dzikie miejsca Europy**
17.00 **Zabójcze safari: Walki wielkich kotów** (1) – dok.
18.00 **Najdziwniejsze gatunki** (1) – serial przyrodniczy
19.00 **Przedziwna planeta Ziemia** (8) – serial dokum.
20.00 **Europa z powietrza** (4)
21.00 **Wrogi świat** (4) – dok.
22.00 **Olśniewająca Ameryka: Południowy Zachód** (4)
23.00 **Katavi – utracony raj Afryki** (1) – serial dokum.
0.00 **Najgroźniejsze zwierzęta świata** (2, 3)

POLSAT VIASAT NATURE HD

10.20 **Karpaty: królestwo niedźwiedzi** – film dokum.
12.20 **Dzik: wielki powrót**
13.25 **Dzika północ Niemiec**
14.30 **Fantazja o Dunaju** – dok.
15.40 **Sekrety wodnych krain**
17.50 **W głębinach: Ameryka Północna** (3, 4) – dok., USA
20.00 **Podwodne miasto** (2)
21.05 **Zwierzęta: mistrzowie survivalu 2** (3-5) – dok.
0.35 **Afrykańskie drapieżniki: wielka czwórka** (2) – dok.
1.30 **Wojny zwierząt** (2) – dok.
2.25 **Wielka Afryka** (2) – dok.
3.20 **Olbrzymy, których już nie ma 2** (6) – serial dok.
4.10 **Olbrzymy** (1, 2) – dok.

BBC EARTH HD

6.55 **W okowach mrozu 2**
9.45 **Zdrowa zmiana 2** (3, 4)
11.00 **Wielkie koty 24/7 2** (5)
12.15 **W okowach mrozu 2** (5)
13.15 **Simon Reeve wraca do Kornwalii** (1) – dok.
14.25 **Życie na pustkowiu 12**
16.25 **Zdrowa zmiana 2** (3, 4)
17.40 **W okowach mrozu 2** (5)
18.45 **Dynastie** (4, 5) – serial dok.
21.00 **Wielkie koty 24/7 2** (5)
22.15 **W okowach mrozu 2** (8)
23.15 **Przyszłość natury** (4)
0.25 **James Webb: teleskop kosmiczny za miliardy**
1.30 **Zdrowa zmiana 2** (3, 4)
2.45 **W okowach mrozu 2**
4.20 **Dynastie** (4, 5) – serial dok.

ANIMAL PLANET HD

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

TVP DOKUMENT HD

13.05 **Podróże Małej i Dużej 7**
13.30 **Tacy byliśmy**
14.05 **Wielka naturalna bariera** (1) – dok., Australia
15.05 **Życie z diabłami** – dok.
16.10 **Sekrety dzikich kwiatów** (2) – serial dok.
17.15 **Kultura miejska** (2)
18.15 **Sanatorium miłości 2** (4)
19.10 **Mundial Biało-Czerwonych: Trzej przyjaciele z boiska**
20.10 **Powrót do domu** – dok.
21.40 **Niepoprawny Belmondo** (2) – film dokumentalny, Fr.
22.40 **Tamte lata, tamte dni**
23.20 **E. 1027 – Eileen Gray i dom nad morzem**

POLSAT DOKU HD

13.10 **Stalingrad** (2) – serial dok.
14.25 **Zaginione złoto II wojny światowej** (2) – serial dok.
15.20 **Poszukiwacze historii**
15.40 **I wojna światowa w liczbach** (2) – serial dok.
16.45 **Hitlerowscy poszukiwacze skarbów**
17.45 **Skanowanie historii** (2)
18.50 **Koszty wojny** (2) – dok.
19.55 **Najsłynniejsze napady**
20.55 **Megakonstrukcje przeszłości** (2) – dok., Fr.
22.00 **Kosmos – niewyjaśnione tajemnice starożytności**
22.55 **Sekrety Biblii** (2) – dok.
23.55 **Kroniki Hitlera** (1) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

6.30 **Drewno z Kolumbii Brytyjskiej** (6-8) – dok.
9.15 **Drewno z Kolumbii Brytyjskiej 2** (1, 2) – dok.
11.15 **Australijscy poławiacze homarów 5** (6-10) – dok.
16.10 **Australijscy poszukiwacze złota 6**
21.00 **Special Ops: Prawda** (9, 10) – serial dokum., USA
22.10 **Tytani KSW** (1) – film dok.
23.05 **Militarny ranking** (2)
0.10 **Samochody marzeń**
2.00 **Czarodzieje z kanadyjskich złomowisk** (1-4) – dok.
4.55 **Australijscy łowcy bydła 2** (7, 1) – serial dok.

POLSAT VIASAT HISTORY HD

11.15 **Najgroźniejsi ludzie Hitlera** (8, 9) – serial dok.
13.15 **W poszukiwaniu biblijnej prawdy** (1, 2)
15.30 **Tajemnice rodziny Jezusa** – film dokum., Fr.
16.45 **Kto napisał Nowy Testament?** – film dokum.
17.50 **Kto napisał Biblię?** – dok.
19.00 **Tajne bazy nazistów 4**
21.00 **II wojna światowa: Agentki** (2) – serial dokum.
22.05 **II wojna światowa – kobiety na froncie** (2)
23.15 **Pracując dla wroga** (2)
0.20 **Wielkie konflikty: powstania i upadki cywilizacji** (1) – serial dok.

CI POLSAT HD

16.00 **Dożywotniacy 3** (3, 4)
17.00 **Zbrodnia: oszukać prawdę** (2) – serial dokum.
18.00 **Kobiety, które zabijają: wyznania zza krat** (3)
19.00 **Tajemnice polskich morderstw** (6) – dok., Pol.
20.00 **Penthouse: Ponury świat prasy erotycznej**
21.00 **Nastoletni mordercy** (1)
22.00 **Pierce Brosnan: Najbardziej zuchwałe napady** (7) – serial dok.
23.00 **Dowody zbrodni: Morderstwa na bagnach** (4) – dok.
23.55 **Prawdziwy potwór: Ed Gein** (2) – film dokum.

TRAVEL CHANNEL HD

6.00 **Z wędką na koniec świata** (6, 7) – serial dok.
8.05 **Smakuj świat z Pascalem** (3-6)
10.15 **Afryka Express** (12)
11.50 **Patent na podróż** (4)
12.55 **Niezwykłe hotele** (1)
14.00 **Człowiek kontra jedzenie** (22-25) – mag.
16.00 **Kobieta na krańcu świata** (2-5) – serial dok.
18.15 **Ciężarówką przez Stany**
21.15 **Operacja: LOT** (3, 4) – dok.
23.20 **Pomocy! W moim domu straszy** (13, 14)
1.20 **W co wierzą Osbournowie** (2-5)
5.25 **Za Donalem... do Europy**

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

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

12.50 **Słowo na niedzielę**
13.00 **Transmisja mszy świętej z bazyliki kolegiackiej Wniebowzięcia Najświętszej Marii Panny w Uniejowie**
14.15 **Janosik** (7, 8) – przyg.
16.00 **Niedziela z...** – kult.
16.45 **Top 3 Marka Sierockiego** – pr. rozr.
17.05 **Ja wam pokażę!** (4) – serial obycz., Polska
17.55 **Teleexpress**
18.15 **Kabaretomaniacy**
19.10 **63. KFPP w Opolu – Autobiografia. Jubileusz Bogdana Olewicza** (1)
20.10 **Program informacyjny 19.30**
20.40 **Pogoda**

TVP ROZRYWKA

8.55 **Kiedyś to było...**
9.30 **Koło fortuny** (2024)
10.10 **Tańcząca ze światem – Malta** (2)
10.45 **Szansa na sukces. Opole 2026 2** (5)
11.50 **Postaw na milion**
13.40 **Prywatne życie zwierząt 14** (5)
14.10 **Przyrodnik na tropie** (34) – dok.
14.45 **Olga Lipińska zaprasza** (4)
15.30 **Program rozrywkowy**
15.45 **Va banque** (956, 957)
16.55 **Koło fortuny** (2025)
17.40 **Szansa na sukces. Opole 2026 2** (6)
18.45 **16. Marzenia Marcina Dańca**
19.50 **Moje przeboje** (9)

POLSAT CAFÉ

6.00 **Komisarz Mama** (7, 8) – krym., Pol. 2021
8.00 **Bogaty dom – biedny dom** (100)
9.00 **Rolniczki** (7, 8) – dok.
11.00 **Działkowcy** (2) – dok.
12.00 **Wstydliwe choroby** (1) – serial dok.
13.00 **Bogaty dom – biedny dom** (101)
14.00 **Nasz nowy dom** (332) – reality show
15.05 **Demakijaż** (217, 208)
16.00 **Kolacja w ciemno** (40) – pr. rozrywk.
17.00 **Randka w ciemno** (11) – pr. rozrywk.
18.00 **Nasz nowy dom** (276, 277)
20.00 **Bogate dzieciaki bez kasy** (31) – reality show

TV 4 DVB-T2

6.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (186) – reality show
7.00 **Wielkie tajemnice historii** (13, 14) – dok.
8.50 **Galileo** (1204, 1205) – popularnonaukowy
10.50 **Dziś 13, jutro 30**
FILM – kom. romant., USA 2004, reż. Gary Winick, 120 min
12.50 **Wojna o planetę małp** – film s.f., USA/Kanada/Nowa Zelandia 2017, reż. Matt Reeves, 180 min
15.50 **Obcy kontra**
FILM **Predator** – horror s.f., USA/Kanada/Niemcy 2004, 125 min
17.55 **Uroczysko** (159-162) – serial krym., Polska

TTV HD DVB-T2

13.10 **Zakup w ciemno extra** (18)
13.40 **Damy i wieśniaczki. PL 6** (1) – fab.-dok.
14.40 **Gogglebox. Przed telewizorem 23** (8)
15.45 **Express** – pr. inform.
16.05 **Idź na całość 2** (5) – program rozrywkowy
17.05 **Życie na kredycie 8** (1) – reality show
17.45 **Express** – pr. inform.
18.05 **Życie na kredycie 8** (2) – reality show
18.40 **Damy i wieśniaczki. PL 11** (3) – fab.-dok.
19.45 **Express** – pr. inform.
20.00 **Zakup w ciemno 7** (18) – reality show
21.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 19** (5) – program rozrywkowy

TVN STYLE HD

5.20 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (1) – reality show
5.55 **Rajska posiadłość Pameli Anderson** (3) – dok., Kanada/Niemcy
6.50 **Będzie pięknie** (2) – program rozrywkowy
7.45 **Dzień Dobry TVN**
11.30 **Ostre cięcie** (8-ost.)
12.30 **Babski biznes** (1)
13.30 **Jestem z Polski 16** (5, 6, 8) – serial dok.
16.35 **Bitwa o gości** (3) – reality show
17.35 **Do zobaczenia** (5) – mag. poradnikowy
18.10 **Ugotowani** (6) – pr. kulin.-rozrywk.
19.10 **Kuchenne rewolucje** (2, 3) – program rozrywkowy

20

KRYMINALNY

20.50 **Komisarz Alex 22** (281) – Polska 2024

Zosia kontynuuje śledztwo w sprawie handlarzy ludźmi. Podejrzewa, że ktoś z zespołu współpracuje z przestępcami. W kręgu podejrzanych znajduje się nawet Kozera.

21.40 **Świat w obłokach – muzyczni spadkobiercy Marka Grechuty** (1, 2) – koncert
23.30 **Wniebowzięci**
FILM – kom. obycz., 45 min
0.15 **Do śmiechu!** (7)
0.40 **Ja wam pokażę!** (4) – serial obycz., Polska

ROZRYWKOWY

20.30 **Kocham Cię, Polsko!** (3)

Tym razem swoją wiedzę o naszym kraju sprawdzą m.in. Joanna Jędrzejczyk, Olga Łasak, Łukasz Kadziewicz, Grzegorz Halama oraz Robert Koszucki.

22.05 **Postaw na milion** – teleturniej
0.00 **Koło fortuny** (2025, 2019) – telet.
1.30 **Do śmiechu!** (64, 65)
3.30 **Kabaret Letnią Porą** (37) – pr. rozrywk.
4.25 **Kabaret Potem przedstawia – Dzikie muzy** – rozr.

REALITY SHOW

21.00 **Gry małżeńskie** (207) – Polska 2026

Widzowie będą obserwować poczynania szukającego swojej drugiej połówki singla Artura. Na randki zaproszą go trzy panie: Anastasia, Magdalena i Emilia.

22.00 **Kolacja w ciemno** (97) – pr. rozrywk.
23.00 **Gry małżeńskie** (106, 107)
1.00 **Kolacja w ciemno** (39, 40) – pr. rozrywk.
3.05 **Więzienie kobiet** (72, 73) – serial dokum.
4.00 **Zdrady** (107, 108) – serial paradokum.

KRYMINALNY

20.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (992-995)

Przed laty Grażyna Krawczyk została skazana za zabójstwo męża. Ciała mężczyzny nie znaleziono. Po wyjściu z więzienia kobieta zgłasza, że odnalazła zwłoki partnera.

0.05 **STOP Drogówka**
1.10 **Wielkie tajemnice historii** (15, 16) – dok.
3.05 **Interwencja** – mag.
3.25 **Lubię disco!** (260)
4.25 **Top 10 – lista przebojów** – pr. muz.
5.30 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

DOKUMENTALNY

22.00 **Żony Podlasia 3** (3) – Polska 2025

Nina wybiera stroje do sesji zdjęciowej chóru i prosi wnuka, by zrobił jej ujęcia próbne. Benia po przeglądzie samochodu jedzie prosto na spotkanie z wróżką.

23.00 **Nic do zgłoszenia 5** (1) – serial dokum., Pol.
0.00 **Damy i wieśniaczki. PL 6** (2) – fab.-dok.
1.00 **Kanapowcy 5** (1)
2.00 **SOS. Ekipy w akcji** (3, 4) – paradok., Pol.
4.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (507) – serial fab.-dok., Pol.

ROZRYWKOWY

21.05 **Ostre cięcie** (8-ost.)

Prowadzący odwiedzają łódzki salon. Właścicielka utrzymuje, że ona i jej personel są specjalistami w koloryzacji blond. Styliści sprawdzają ich umiejętności.

22.05 **A jak Antkowiak** – film dok., Pol. 2024
0.05 **Cały jej świat** (6) – program edukacyjny
1.05 **Nieoczywiste miejsca** (5, 6) – dok.
2.10 **Apetyt na miłość 5** (4) – program rozrywk.
3.10 **Wiem, co jem i wiem, co kupuję** (3, 4) – magazyn

TVP HD HD

8.55 **Ojciec Mateusz 17** (216, 217) – krym., Pol. 2017
10.45 **Czy wiesz, że?** (279)
11.20 **Na sygnale** (605, 606)
12.25 **Ojciec Mateusz 4** (53)
13.20 **Komisarz Alex 2** (17)
14.15 **Ranczo 3** (33, 34) – obycz.
16.10 **Postaw na milion** – telet.
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 23** (295)
19.20 **Ranczo 4** (49-51) – obycz.
22.20 **U Pana Boga za miedzą**
FILM – kom., Pol. 2009, 125 min
0.25 **Daleko od szosy** (7-ost.)
2.05 **Angielski pacjent**
FILM – melodramat, USA/Wielka Brytania/Wł. 1996, 175 min

TVS HD

8.05 **Przy muzyce po Śląsku**
8.35 **Muzyczne dzień dobry**
9.35 **Przy muzyce po Śląsku**
10.55 **Klachy i Lachy** – pr. rozr.
11.25 **Muzyczne podróże Karoliny Treli** – pr. rozr.
12.20 **Hansi Hinterseer zaprasza** – pr. rozrywk.
14.30 **Śląska karuzela** – muz.
16.00 **Koncert życzeń**
17.50 **Szlagierowa lista** – muz.
19.45 **Koncert w TVS** – pr. muz.
21.45 **Rosamunde Pilcher:**
FILM **Pralinki na śniadanie** – film obyczajowy, Niemcy 2019, 110 min
23.35 **Śląska karuzela** – muz.
1.20 **Program kulinarny**

ZOOM

8.00 **Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę**
9.35 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
11.45 **Sensacje XX wieku**
14.00 **Stawka większa niż życie** (7, 8) – wojenny, Pol.
16.40 **Miś** – komedia, Polska
FILM 1981, 145 min
19.05 **Kabaretowe przeboje 3** (1) – program rozrywkowy
20.05 **Hity polskiego kabaretu 7** (4, 3) – pr. rozr.
22.00 **Eksperyment: Odsiadka**
23.05 **Magia nagości. Najlepsze momenty** (3)
0.20 **Adam szuka Ewy. Niemcy 3** (7) – pr. rozrywk.

TLC HD

13.00 **Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporami** (13) – reality show
14.00 **Włoskie zdrady** (13, 14)
15.00 **Wiza na miłość: David i Annie 2** (7, 8)
16.00 **Wiza na miłość: ostatnia szansa 2** – reality show
18.00 **100 kucharzy**
20.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
21.00 **Wiza na miłość 12** (4)
23.00 **Transplantacja: drugie życie** – serial dokum.
0.00 **Dr Pryszczylla – kulisy**
1.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
2.00 **Wiza na miłość 12** (4)

C+ KUCHNIA HD

13.50 **Planeta słodyczy** (5, 6)
14.50 **Kulisy wielkiej kuchni**
15.45 **Po prostu Jamie: szybko i łatwo** (2) – magazyn kulin.
16.40 **Letnie inspiracje** (2)
16.50 **Z pola na stół** (2) – dok.
17.15 **U sąsiadów w kuchni 16** (3, 4) – serial dokumentalny
18.25 **Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę**
19.45 **Zgrillowani 2** (7, 8) – mag.
20.40 **M jak mięso 10** (5, 6)
21.30 **Wszystkie smaki fermentacji** (1) – dok.
22.00 **Podróż przez smaki Chin 4** (5, 6) – serial dokum.
23.55 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 10** (8)

TVN TURBO HD

11.45 **Z drugiej ręki** (8) – mag.
12.30 **Jeździć, obserwować**
13.15 **Moto kombat** (4) – mag.
14.00 **Zawodowi handlarze**
15.30 **Naprawy nie do naprawy** (1, 5) – mag.
17.00 **Ciężarówką przez Stany 4** (2) – pr. rozrywk.
18.00 **Mobilni mechanicy** (1)
18.45 **Raport końcowy** (822)
19.10 **Nic do zgłoszenia 3** (4, 6)
21.10 **Jeździć, obserwować**
21.55 **Moto kombat** (4) – mag.
22.40 **Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia** (4) – pr. rozr.
23.10 **Moto Fachury** (4) – mag.
23.55 **Wojny samochodowe** (4)
0.55 **101 napraw** (9, 10) – mag.

NOWA TV DVB-T

8.20 **Frieren. U kresu drogi**
9.30 **Dragon Ball Super** (23-29)
13.00 **One Punch Man** (1, 2)
14.00 **Kabaret na dobry wieczór. Paranienormalni Show**
16.00 **Nowa Rewia Kabaretowa** (10, 11)
18.00 **Kabaret na żywo. Przystanek Radość** (1)
20.00 **Nowa Rewia Kabaretowa** (10) – pr. rozr.
21.00 **Zdrady** (68-71) – paradok.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (48, 49)
3.50 **Wehikuł czasu** (614, 613)
4.00 **Sala operacyjna** (9, 6)
5.00 **Pod lupą** (9, 10) – magazyn

METRO

8.05 **Klan z Alaski** (6, 7) – dok.
10.05 **The Floor** (17, 18) – telet.
11.35 **Tedi i szmaragdowa tablica** – film animowany, Hiszpania 2022, 115 min
13.30 **Diagnoza** (13, 1) – obycz.
15.30 **Kryminalni** (1, 2, 10)
18.50 **Milionerzy** (615, 616)
20.00 **Szogun** (6-ost.) – przyg.
22.00 **Wszyscy święci New**
FILM **Jersey** – film kryminalny, USA 2021, 145 min
0.25 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 2** (9) – dok.
1.30 **Szpital** (749) – paradok.
2.30 **Szkoła** (848, 849)
4.35 **Nowa Maja w ogrodzie 4** (3, 4) – mag.

ANTENA HD DVB-T2

7.10 **Jezus – droga do potęgi**
8.10 **Papież: Najpotężniejszy człowiek w historii** (1)
9.05 **Gdzie tu coś zjeść?** (8)
10.05 **Ewakuacja Ziemi** – dok.
12.05 **Polska. Największe dylematy** (5) – pr. publ.
13.05 **Polska. Największe tajemnice** (3) – pr. rozr.
14.05 **Łowcy skarbów 2** (12-15)
18.00 **Raport 77** (5)
20.00 **Alex Hugo – górski detektyw** (21, 22) – krym.
0.10 **Porwana:**
FILM **W poszukiwaniu Sophie Parker** – dramat obycz., USA 2013, 105 min
1.55 **77 TV 5** (2, 5) – pr. rozrywk.

WP DVB-T

13.25 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4** (4)
14.20 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3** (22) – dok.
15.15 **Strażacy z sąsiedztwa 2**
16.10 **Policjanci w akcji** (4)
17.05 **Pogoda**
17.10 **Policjanci z sąsiedztwa 7** (10-12)
20.00 **Policjanci z sąsiedztwa 3** (1, 2)
21.55 **Pogoda**
22.00 **1, 2, 3... Kabaret! 2** (1)
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 16** (3) – program rozrywkowy
0.00 **Mistrzowie Kabaretu 4**
1.00 **Mistrzowie Kabaretu 14** (1) – program rozrywkowy

C+ DOMO HD

12.25 **Ucieczka na wieś 24** (31, 32) – serial dokum.
14.20 **Wielkie projekty: Szwecja 5** (7) – serial dok.
15.15 **Luksusowa ucieczka 6**
16.10 **Adres: rezydencje marzeń** (2) – serial dok.
17.15 **Wiejskie domy do liftingu 3** (3) – dok.
18.05 **Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 7** (5)
18.30 **Daleko od miasta 13** (7)
19.00 **Ucieczka na wieś 22** (18)
19.50 **Letnie inspiracje** (1)
20.00 **Ucieczka na wieś 22** (19)
21.00 **Pomocy! Kupiliśmy wioskę** (11, 12) – dok.
22.50 **Cudotwórcy 7** (21, 22)

HGTV HD

11.05 **Polowanie na ogród**
12.05 **Polowanie na ogród 2** (7)
12.40 **Letnia chata na lata** (1)
13.35 **Design w australijskim stylu** (14) – pr. rozrywk.
14.35 **Zgłoś remont 4** (1) – rozr.
15.35 **Będzie pięknie** (5) – rozr.
16.40 **Weekendowa metamorfoza 4** (6) – rozr.
17.40 **Kamera, akcja, wpadka!**
19.20 **House Hunters – Poszukiwacze domów 2** (7-10) – pr. rozr.
21.30 **Dorota inspiruje** (4, 5)
23.25 **Najgorętsze nieruchomości pod słońcem** (3, 4) – serial dok.
0.30 **Sprzątaczki** (10-12)

P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Sekrety rodziny** (141) – paradok., Pol.
7.30 **Z klimatem i z pasją** (245) – pr. publicyst.
8.00 **Sekrety rodziny** (142) – paradok., Pol.
9.00 **Trudne sprawy** (967-971) – serial paradokum., Pol. 2020
14.00 **Sekrety rodziny** (143) – paradok., Pol.
15.05 **Więzienie kobiet** (94-97) – serial dokum.
17.00 **Nasz nowy dom** (362) – reality show
18.20 **Spider-Man: Homecoming** – film przygodowy, USA 2017, reż. Jon Watts, wyk. Tom Holland, 160 min
FILM
21.00 **Świat w płomieniach** – USA 2013, 165 min
FILM

SENSACYJNY

John zabiera córkę na wycieczkę do Białego Domu. Kontrolę nad budynkiem przejmują terroryści. Mężczyzna musi ocalić prezydenta i innych zakładników.

23.45 **Snajper. Jednostka specjalna G.R.I.T.** – film sensacyjny, USA 2023, 110 min
FILM
1.35 **Komisarz Mama** (1)
2.40 **Wydarzenia**
3.20 **#Jesteśmy dla dzieci** – magazyn
3.50 **Oblicza Ameryki**

SUPER POLSAT DVB T2 HD

6.40 **SuperLudzie** (33)
7.15 **Byli sobie podróżnicy** (24-26)
8.55 **Była sobie Ziemia**
10.00 **SuperMocni** (10, 11)
11.00 **Spider-Man: Uniwersum** – anim., USA 2018, 145 min
FILM
13.25 **RV: Szalone wakacje na kółkach** – film familijny, USA/Niem./Wielka Brytania 2006, 130 min
FILM
15.35 **Pogromcy duchów. Dziedzictwo** – kom. s.f., USA/Kanada 2021, reż. Jason Reitman, 150 min
FILM
18.05 **Świat według Kiepskich** (35, 50)
19.00 **Randka w ciemno** (9, 10) – pr. rozrywk.

DRAMAT SENSACYJNY

21.00 **Zawód: Szpieg** – USA/Wielka Brytania/Niemcy 2001, 150 min
FILM

Schwytany w Chinach amerykański agent Bishop ma zostać stracony. Władze USA umywają ręce. Akcję uwolnienia kolegi organizuje działający w sekrecie Muir z CIA.

23.30 **Kocham cię, Beth Cooper** – komedia, Kanada/USA 2009, 135 min
FILM
1.45 **Backdoor. Wyjście awaryjne** (2) – kom.
2.15 **Świat według Kiepskich** (111, 130, 125) – kom.

TV 6 DVB T HD

6.00 **Columbo** (11, 12) – serial krym., USA
9.30 **Poirot** (1, 2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
11.50 **Karate Kid 3** – film przygodowy, USA 1989, reż. John G. Avildsen, wyk. Ralph Macchio, Robyn Lively, Thomas Ian Griffith, Pat Morita, 135 min
FILM
14.05 **Policjantki i Policjanci** (221-224) – serial obyczajowy, Polska
18.05 **Strażnik Teksasu** (3, 4) – serial sens., USA 1998-1999
20.05 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (21, 22) – serial kryminalny, USA 2003

KRYMINALNY

22.00 **Kości** (91, 92) – USA 2009-2010

Brennan i Booth przystępują do śledztwa. Pod jedną z ulic zostają znalezione szczątki człowieka. Badania wskazują, że należały do karła, zawodowego zapaśnika.

23.55 **Co kryje się pod powierzchnią** – horror s.f., USA 2020, reż. Braden R. Duemmler, wyk. Ema Horvath, 105 min
FILM
1.40 **Kochane pieniądze** (60-63) – paradok., Pol.
5.45 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

BBC FIRST HD

6.00 **Ojciec Brown 5** (6, 7) – krym., Wlk. Bryt. 2017
7.40 **Detektyw z Chelsea** (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt./USA
8.40 **Śmierć z dala od palm 4** (5) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
9.55 **Lewis 8** (5, 6) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
11.55 **Ale akcja!** (4-6) – serial obyczajowy
13.50 **Śmierć pod palmami 13** (3) – serial kryminalny
14.55 **Ojciec Brown 13** (9) – krym., Wlk. Bryt. 2026
15.55 **Tajemnice Brokenwood 11** (4) – krym., Nowa Zelandia
17.50 **Ulica nadziei 5** (5) – serial kryminalny

KRYMINALNY

18.50 **Detektyw z Chelsea** (1) – Wlk. Bryt./USA

Mężczyzna po przebudzeniu znajduje wiadomość zapisaną na swoim lustrze. Jakiś czas później ginie pod kołami pociągu. Inspektor Arnold i jego zespół badają sprawę.

19.50 **Śmierć pod palmami 13** (4) – serial kryminalny
21.00 **Tajemnice Brokenwood 11** (5)
22.55 **Pomost** (3) – krym.
0.10 **Na niebieskich światłach 2** (5)
1.20 **Śmierć pod palmami 13** (4)

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2 HD

8.30 **Henrietta** (30-32)
9.00 **Tru i Tęczowe Królestwo** (22)
9.30 **Ziarno** – pr. dla dzieci
10.00 **Hulahoo**
10.05 **Bajnutki – bajki piaskiem i dźwiękiem pisane** (15) – widowisko
10.20 **Zabawy Bolka i Lolka** (6, 7) – anim.
10.45 **Reksio** (55, 56)
11.05 **Małe i duże przygody Miffy** (28)
11.15 **Świnka Peppa**
11.35 **Stacyjkowo** (83, 84)
11.55 **Strażak Sam** (22, 23)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
12.55 **Halo, halo!** (69)
13.00 **Zwierzaki Czytaki** (257) – program eduk.
13.20 **Pszczółka Maja** (35)

ANIMOWANY

13.50 **Lupin wśród bajek** (131) – Francja/Włochy/Chiny 2020

Lupin zostaje latarnikiem. Podejmuje się odzyskania czarodziejskiego ognia skradzionego przez smoka.

14.05 **Lassie i przyjaciele**
14.30 **Świnka Peppa 8**
14.45 **Kid Lucky** (3, 4)
15.15 **Ugotuj nam bajkę**
15.35 **Bella i Sebastian**
16.05 **Krecio** (39, 40) – anim.
16.35 **Rev i Roll** (3, 4)
17.05 **Dino Ranczo**
17.30 **Piotruś Królik 2**
18.00 **Kucharz Shane** (5, 6)
18.25 **Leo da Vinci 2**

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

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

INFORMACYJNY

20.00 **W kuluarach**

Prowadzący program: Agata Adamek, Piotr Kraśko oraz Radomir Wit, podsumowują najważniejsze wydarzenia minionego tygodnia.

21.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
22.00 **Szkło kontaktowe** – program rozrywkowy
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
23.43 **Kroniki sportowe**
0.00 **Fakty po Faktach**
0.50 **Kawa na ławę**
2.00 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
2.30 **Szkło kontaktowe**
3.30 **Fakty po Faktach**

POLSAT PLAY HD

6.00 **Dorwać tuńczyka** (10-12)
9.00 **Kołowrotek** (241) – mag.
9.30 **Taaaka ryba** (115) – mag.
10.00 **Jedziemy na ryby!**
12.05 **Chłopaki do wzięcia**
13.00 **Zawód glina** (10) – dok.
14.00 **Budowlańcy** (49, 50)
15.00 **Złomiarze** (50) – dok., Pol.
16.00 **Polacy za granicą**
18.05 **Górale** (147-151, 243)
21.05 **Chłopaki do wzięcia** (487, 488) – serial dokum.
22.00 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (242) – dok.
22.30 **Łowca pedofilów** (240)
23.05 **Więzienie** (226, 227) – dok.
0.05 **Tajna historia XX wieku**
4.00 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

9.55 **Dieta czy cud?** (8, 1)
11.25 **Wiem, co jem i wiem, co kupuję** (7) – mag.
12.10 **Wiem, co jem 4** (7) – mag.
12.40 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** (10)
13.40 **Kuchenne rewolucje**
15.50 **Kuchnia jak u mamy**
17.00 **Symon gotuje w ogrodzie 2** (9, 10)
18.05 **MasterChef** (6) – pr. rozr.
19.35 **Dziwaczne potrawy** (4)
20.35 **Pojedynek na grille** (8)
21.40 **Wiosenny turniej wypieków** (10)
22.45 **Apetyt na miłość** (7)
23.45 **Perfekcyjni gospodarze 9** (24, 25)

POLSAT RODZINA HD

11.25 **The Americas** (9) – dok.
12.30 **Co ludzie powiedzą?** (24-26) – serial komediowy
14.25 **Pociągi, które zmieniły świat** (6, 1) – serial dokum.
16.35 **Świat z góry. Jedwabny Szlak** (1) – dok., Singapur
17.50 **Sąsiedzi** (18) – serial anim.
18.05 **Pingwiny z Madagaskaru** (10, 11)
19.00 **Skok przez miotłę** – kom., USA 2011, 135 min
FILM
21.15 **Miodowe lata** (125)
22.00 **Twoja Twarz Brzmi Znajomo** (173) – pr. rozr.
0.00 **The Americas** (9) – dok.
1.00 **Twoja twarz należy do nas** – film dok., Fr. 2023

BBC LIFESTYLE HD

11.45 **Karol III: rok koronacji** (2) – film dokum., Wlk. Bryt.
12.45 **Kensington i Chelsea: królewskie dzielnice**
14.40 **Klejnoty koronne** – dok.
15.45 **Urodzony, by zostać królem** – dok., Wlk. Bryt.
17.00 **Prawda o Koronie: dynastia Windsorów**
19.00 **Królewska St James's Street** (1) – dok., Wlk. Bryt.
20.00 **Karol III: rok koronacji** (2) – film dokum., Wlk. Bryt.
21.00 **Kensington i Chelsea: królewskie dzielnice**
22.55 **Klejnoty koronne** – dok.
0.00 **Prawda o Koronie: dynastia Windsorów**

NICK JR. HD

16.40 **Psi Patrol 6** (1) – anim.
17.00 **Rubble i jego ekipa** (25)
17.30 **Pan Krokodyl** (6) – anim.
18.00 **Barbapapa i jego rodzinka** (1) – serial anim.
18.30 **Tim Rex wśród gwiazd**
18.55 **Przygody Misia Paddingtona 2** (3) – anim.
19.25 **Przygody Misia Paddingtona 3** (23)
19.50 **Przygody Misia Paddingtona** (7) – anim.
20.00 **Świnka Peppa 2**
20.30 **Małe Królestwo Bena i Holly** (14) – serial anim.
21.00 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (5-7) – anim.
22.20 **Psi Patrol 4** (23-25) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.30 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
17.30 **Z drugiej strony** – publ.
18.35 **Debata polityczna** – publ.
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – publ.
19.30 **Państwo w państwie**
21.00 **Polsat News ujawnia**
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Czysta Polska** – pr. inf.
0.50 **Wydarzenia wieczorne**

TVP KOBIETA DVB T2 HD

14.00 **Rodzinka.pl** (134, 135)
15.00 **Podróże Małej i Dużej 6**
15.30 **Ojciec Mateusz 31** (405, 406) – krym., Pol. 2024
17.25 **Świat smaków, zapachów i kolorów Fani** – film dok., Pol. 2025
18.30 **Daję słowo – Maciej Orłoś** (3) – talk-show
19.30 **Miłość i nadzieja** (274)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (255) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **Na przekór losowi** (8)
22.40 **Czarne złoto** – dramat historyczny, Francja/Włochy/Katar 2011, 140 min
FILM
1.00 **Sukces** (8) – serial obycz.
2.05 **Ranczo 8** (93) – obycz., Pol.

E! ENTERTAINMENT HD

8.50 **Wags** (5, 6) – serial dok.
10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (9, 10)
14.20 **Wags** (7, 8) – serial dok.
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (15, 16)
20.30 **Wags** (9, 10) – serial dok.
22.30 **Plastyczna fuszerka** (6, 7) – serial dokumentalny
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (2, 3)
3.00 **Plastyczna fuszerka**

TV TRWAM DVB T HD

17.00 **Natura et Homo**
17.30 **Sól ziemi**
17.55 **Poczet wielkich Polaków** – program hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone** – pr. publ.
19.30 **Baśniowy teatr lalek**
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Retrospekcja** – pr. publ.
21.45 **Stan bezpieczeństwa państwa** – pr. publicyst.
22.00 **Mocni Jego mocą**

BBC BRIT HD

10.20 **Allo, allo! 3** (3, 4) – kom.
12.05 **Najbardziej luksusowe...**
14.05 **Top Gear: samoloty, pociągi i inne pojazdy**
16.10 **Inżynieryjne katastrofy 2** (10) – dok.
17.05 **Samochód roku 3** (1, 2)
18.05 **Najbardziej luksusowe...**
20.00 **Nieznane dzieje II wojny światowej** (4) – serial dok.
21.00 **Inżynieryjne katastrofy 2** (10) – dok.
22.00 **Top Gear: samoloty, pociągi i inne pojazdy** (6)
23.00 **Najbardziej luksusowe...**
0.50 **Nieznane dzieje II wojny światowej** (4) – serial dok.
1.50 **Top Gear 3** (4-6) – mag.

MINI MINI+ HD

14.45 **Looloo Kids** (22) – anim.
15.01 **Gazu, pieski, gazu!** (16)
15.28 **Kicia Kocia 2** (3, 4) – anim.
15.45 **Jeżyk Happy** (24, 25)
16.02 **Marta mówi** (45) – anim.
16.30 **Mega Ekspres** (23, 24)
16.56 **Ciekawski George** (1)
17.23 **Ciekawski George 8** (2)
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.55 **Tomek i przyjaciele: Wyprawa poza wyspę Sodor** – film anim., Wielka Brytania 2017, 79 min
FILM
19.14 **Baczne oczka** (4-6)
19.40 **Smerfy** (4) – serial anim.
20.08 **Cloudy & Stormy** (5-8)
20.35 **Dolina Muminków 2** (4)
21.01 **Wierszyki domowe** (3)

TVP 3 DVB T2 HD

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

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

Warto zobaczyć

13.10 FILMBOX PREMIUM
Rzeź
KOMEDIODRAMAT Bójka dzieci stawia rodziców w niezręcznej sytuacji. Burzliwe spotkanie ujawnia prawdziwe oblicze przedstawicieli elit. *Reż.: Roman Polański, A: Jodie Foster, Kate Winslet, Christoph Waltz Fr./Niemcy/Pol. 2011* **90 min ► do godz. 14.40**

14.00 ALE KINO+
Strefa interesów
HISTORYCZNY Rodzina Hössów mieszka w zadbanym domu. Żyje spokojnie, ignorując to, co się dzieje w pobliskim obozie koncentracyjnym. *Reż.: Jonathan Glazer, A: Christian Friedel, Sandra Hüller, Johann Karthaus USA/Wlk. Bryt. 2023* **120 min ► do godz. 16.00**

14.55 KINO POLSKA
Stara baśń
KOSTIUMOWY IX wiek. Na terenie przyszłej Polski panuje Popiel. Wojownik Ziemowit łączy siły z kmieciem Wiszem przeciwko despocie. *Reż.: Jerzy Hoffman, A: Daniel Olbrychski, Michał Żebrowski Polska 2003* **135 min ► do godz. 17.10**

15.00 PARAMOUNT NETWORK
Buntownik z wyboru
PSYCHOLOGICZNY Woźny Will okazuje się geniuszem. Psycholog pomaga mu w wyborze drogi życiowej. *Reż.: Gus Van Sant, A: Matt Damon, Ben Affleck, Stellan Skarsgard USA 1997* **170 min ► do godz. 17.50**

15.40 POLSAT FILM
Uncharted
PRZYGODOWY Globtroter Sully proponuje złodziejowi udział w poszukiwaniach skarbu Magellana. Podąża za nimi bezwzględny rywal. *Reż.: Ruben Fleischer, A: Tom Holland, Mark Wahlberg, Sophia Ali USA/Hiszpania 2022* **155 min ► do godz. 18.15**

18.05 HBO
Na rauszu
KOMEDIODRAMAT Nauczyciel Martin i jego koledzy są znudzeni pracą i wypaleni. Przeprowadzają alkoholowy eksperyment. Ma on swoją cenę. *Reż.: Thomas Vinterberg, A: Mads Mikkelsen, Thomas Bo Larsen Dania/Szwecja 2020* **115 min ► do godz. 20.00**

21.00 SUPER POLSAT
Erin Brockovich
OBYCZAJOWY Sekretarka w kancelarii znajduje dokumenty świadczące o tym, że koncern zatruwa środowisko. Chce ujawnić prawdę. *Reż.: Steven Soderbergh, A: Julia Roberts, David Brisbin, Dawn Didawick USA 2000* **160 min ► do godz. 23.40**

22.00 TVN FABUŁA
Małe rzeczy
THRILLER Zastępca szeryfa hrabstwa Kern zostaje wysłany do Los Angeles. Rutynowe śledztwo zmienia się w poszukiwania seryjnego zabójcy. *Reż.: John Lee Hancock, A: Denzel Washington, Rami Malek, Jared Leto USA 2021* **155 min ► do godz. 0.35**

→ filmowe hi

Toretto i jego kompani mają pokrzyżować plany najemników, którymi dowodzi Shaw.

19.55 POLSAT

Szybcy i wściekli 6

SENSACYJNY Ekipa zbiegów zawiera układ z agentami. Uniknie kary, jeśli rozpracuje nieuchwytny gang.

HIT DNIA

Dominic Toretto, Brian O'Conner i ich kompani wiodą dostatnie życie poza granicami USA. Dzięki skokowi w Rio wzbogacili się o 100 mln dolarów. Musieli jednak opuścić kraj, aby nie trafić w ręce organów ścigania. Niespodziewanie Luke Hobbs z elitarnej jednostki oferuje im współpracę. W zamian za całkowite uwolnienie od stawianych zarzutów mieliby rozbić grupę działającą na terenie dwunastu państw. Bandyci są świetnie wyszkolonymi kierowcami. Szef szajki, były funkcjonariusz sił specjalnych oraz ekspert od logistyki, Owen Shaw, zamierza zdobyć nowoczesną broń, która mogłaby zagrozić Stanom Zjednoczonym. Przestępcy pomaga uznawana dotąd za zmarłą Letty. Ta wiadomość przekonuje Toretto do podjęcia się zadania. Wraz z innymi wyrusza w pościg. HD **170 min ► do godz. 22.45**

USA 2013 **Reż.:** Justin Lin **Wyst.:** Vin Diesel, Paul Walker, Dwayne Johnson, Jordana Brewster, Luke Evans

20.00 TVN 7
Wyścig o złoto
WOJENNY Kwiecień 1940 roku. Niemcy atakują Norwegię. Skandynawowie usiłują przechytrzyć wroga. W trudnej akcji biorą udział między innymi polityk Fredrik Haslund oraz jego siostra Nini (Ida Elise Broch).

Reż.: Hallvard Brain Wyst.: Gard B. Eidsvold Norwegia 2022 HD **155 min ► do godz. 22.35**

20.00 TVP KULTURA
Jutro nie umiera nigdy
SENSACYJNY James Bond (Pierce Brosnan) ma 48 godzin na to, by zapobiec wybuchowi wojny. Z siedziby bogacza Carvera wykrada nuklearny dekoder. Pomaga mu chińska agentka (Michelle Yeoh).

Reż.: Roger Spottiswoode Wyst. Teri Hatcher Wlk. Bryt. 1997 HD **130 min ► do godz. 22.10**

20.00 TV PULS
Prowokacja
SENSACYJNY Harlan (Steven Seagal) na prośbę ukochanej decyduje się zerwać ze złodziejskim fachem. Zostaje jednak wrobiony w przestępstwo i trafia do więzienia. Zamierza uciec, a następnie dokonać zemsty.

Reż.: Don E. FauntLeRoy Wyst.: Sarah Buxton USA 2005 HD **115 min ► do godz. 21.55**

21.55 TV PULS
Zabójca idealny
THRILLER SF Rok 2045. Na czele USA staje bezwzględny Dyrektor, który zaprowadził w kraju ustrój totalitarny. Niepokorni obywatele są eliminowani. Celem zabójców jest tajny agent Condor (Johnny Messner).

Reż.: Titus Paar Wyst.: Steven Seagal USA/Hiszp. 2016 HD **95 min ► do godz. 23.30**

22.30 TVP KOBIETA
Królowe życia
KOMEDIA Chora na raka Martha (Diane Keaton) rezygnuje z chemioterapii i wyprowadza się z Nowego Jorku. Zamieszkuje w ośrodku dla seniorów. Razem z nowymi przyjaciółkami chce założyć drużynę czirliderek.

Reż.: Zara Hayes Wyst.: Jacki Weaver USA 2019 **95 min ► do godz. 0.05**

22.35 TVN 7
Ojciec panny młodej
KOMEDIA ROMANTYCZNA Billy (Andy Garcia) i Ingrid (Gloria Estefan) podejmują decyzję o rozwodzie. Na wieść o zaręczynach córki (Adria Arjona) postanawiają udawać kochającą się parę.

Reż.: Gary Alazraki Wyst.: Isabela Merced USA 2022 HD **145 min ► do godz. 1.00**

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

→ filmowe hity

Laura i Ben ruszają na wymarzoną wyprawę. Staje się ona testem ich relacji.

22.00 TVN

Nagle

THRILLER Para zostaje uwięziona z dala od cywilizacji. Czeka ją dramatyczna walka o przetrwanie.

HIT DNIA

Laura i Ben, chcąc spędzić ze sobą więcej czasu oraz wzmocnić relację, udają się w rejs dookoła świata. Podczas podróży zatrzymują się na bezludnej wyspie położonej na południowym Atlantyku. Gdy niespodziewanie rozpętuje się burza, ukrywają się w opuszczonej stacji wielorybniczej. Następnego ranka odkrywają, że ich łódź zniknęła. Tracą w ten sposób możliwość skontaktowania się z kimkolwiek. Co gorsza, w obliczu zbliżającej się zimy mają przy sobie tylko ograniczone zapasy wody oraz jedzenia. HD 130 min ▶ do godz. 0.10

Francja/Islandia/Belgia 2023 **Reż.:** Thomas Bidegain **Wyst.:** Mélanie Thierry, Gilles Lellouche

→ sport

3.50 TVP 1

Szwecja – Tunezja

PIŁKA NOŻNA LIVE Pogromcy reprezentacji Polski w barażach mundialową przygodę rozpoczną w Monterrey od starcia z teoretycznie najsłabszą drużyną w grupie F. W poprzednich MŚ niedoceniani Tunezyjczycy ograli Francuzów. Mają potencjał, by zaskoczyć też Szwedów. HD 155 min ▶ do godz. 6.25

17.50 TVP 2

Hiszpania – Republika Zielonego Przylądka

PIŁKA NOŻNA LIVE La Furia Roja przystępuje do mundialu jako mistrz Europy i główny kandydat do złotego medalu. Mecz w Atlancie z debiutantem w MŚ powinien być dla niej spacerkiem. HD 170 min ▶ do godz. 20.40

→ rozrywka

20.50 TVN

Bitwa o gości

REALITY SHOW Magda i Andrzej zapraszają do zamku, Marek oraz Łukasz – do namiotów w lesie, a Weronika z Krzysztofem prezentują hotel w Stargardzie. Zwycięży ten, kto połączy wyjątkowy klimat z gościnnością i najlepszym stosunkiem jakości do ceny. HD 70 min ▶ do godz. 22.00

20.50 FOOD NETWORK

Pojedynek na grille

REALITY SHOW Uczestnicy rywalizacji serwują slidery, czyli miniburgery z różnymi składnikami, tworząc unikalne kombinacje smaków. W kolejnej konkurencji łączą dowolny rodzaj mięsa z rybami. HD 95 min ▶ do godz. 22.25

20.00 TVN FABUŁA

Ciche miejsce

HORROR Świat zdominowały krwiożercze bestie. Ludzie muszą żyć w absolutnej ciszy, aby ich nie zwabić dźwiękiem. O przetrwanie walczą między innymi ciężarna Evelyn (Emily Blunt), jej mąż (John Krasinski) i dzieci.

Reż.: John Krasinski Wyst.: Cade Woodward USA 2018 HD 120 min ▶ do godz. 22.00

20.00 STOPKLATKA

Patriota

SENSACYJNY W Montanie rozprzestrzenia się tajemnicza zaraza. Dokor McClaren (Steven Seagal) kontaktuje się z przyjacielem, specjalistą od broni biologicznej. Okazuje się, że rządowy eksperyment wymknął się spod kontroli.

Reż.: Dean Semler Wyst.: Gailard Sartain USA 1998 HD 115 min ▶ do godz. 21.55

20.50 TVP 1

Belgia – Egipt

PIŁKA NOŻNA LIVE Czerwone Diabły po raz ostatni zmierzyły się z Faraonami tuż przed startem poprzedniego mundialu. Wówczas niespodziewanie uległy ekipie z Afryki 1:2. Czy w spotkaniu w Seattle staną na wysokości zadania? HD 165 min ▶ do godz. 23.35

22.55 BBC EARTH

Ben Fogle: wyścig do źródła Nilu

PODRÓŻE Wyprawa śladem Davida Livingstone'a. Celem jest dotarcie do miejsca, skąd wypływa najdłuższa rzeka na Ziemi. Podróży nie ułatwiają temperatura oraz niebezpieczeństwa ze strony zwierząt. HD 60 min ▶ do godz. 23.55

22.45 POLSAT

Snajper: Dziedzictwo

SENSACYJNY Terrorysta zabija wysokich rangą oficerów. Sierżant Brandon Beckett (Chad Michael Collins) dostaje informację, że ofiarą mordercy padł też jego ojciec. Wkracza do akcji, by ująć sprawcę.

Reż.: Don Michael Paul Wyst.: Doug Allen USA 2014 HD 130 min ▶ do godz. 0.55

23.05 TV 4

Pamięć absolutna

SCIENCE FICTION Firma Rekall proponuje klientom wprowadzanie do pamięci emocjonujących wspomnień. Znudzony Douglas (Arnold Schwarzenegger) wybiera scenariusz tajnego agenta. Odtąd jest w niebezpieczeństwie.

Reż.: Paul Verhoeven Wyst.: Rachel Ticotin USA 1990 HD 145 min ▶ do godz. 1.30

23.50 TVP 2

Arabia Saudyjska – Urugwaj

PIŁKA NOŻNA LIVE Konfrontacja drużyn, które powinny walczyć o drugie miejsce w grupie H. Lepsi piłkarze są w kadrze Los Charrúas. Podopieczni Marcela Bielsy muszą to jednak udowodnić na boisku w Miami. HD 170 min ▶ do godz. 2.40

→ dokument

20.00 TVP DOKUMENT

Wspaniałe Włochy

REPORTAŻ Val di Cecina czerpie z wód termalnych od czasów Etrusków. Energia z wnętrza planety jest wykorzystywana w sieci ciepłowniczej, używają jej lokalne firmy, muzea i branża turystyczna. HD 40 min ▶ do godz. 20.40

TVP 1 HD DVB-T2

3.35 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
3.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026: Szwecja – Tunezja (LIVE)
6.25 Na granicy wymarcia – dok.
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.30 Studio Raban – mag.
8.00 Serwis Info – program inform.
8.10 Pogoda Info
8.15 Czterdziestolatek (11) – serial obyczajowy, Polska 1975
9.10 Ranczo 5 (56) – obycz., Pol. 2011
10.10 Komisarz Alex 5 (65) – serial kryminalny, Polska 2014
11.05 Ojciec Mateusz 13 (173) – serial kryminalny, Polska 2015
12.00 Serwis Info – program inform.
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12.30 Agropogoda – program inform.
12.40 Rok w ogrodzie extra – mag.
12.55 BBC w Jedynce: Planeta zmian 2 (2-ost.) – film dokumentalny, Wlk. Bryt. 2023
14.00 Złoty chłopak (312)
15.00 Serwis Info – program inform.
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1045)
16.00 Dziedzictwo (949) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Jaka to melodia? – telet. muz.
18.05 Reporterzy – mag. reporterów
18.25 Akacjowa 38 (890) – telenowela, Hiszpania 2015
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.
20.10 Sport, pogoda
20.25 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)

TVP 2 HD DVB-T2

4.35 Na dobre i na złe – serial obyczajowy, Polska 2023
5.30 M jak miłość (1775) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 Rodzina (nie od) święta – magazyn religijny
6.55 Barwy szczęścia (3334) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.30 Okrasa łamie przepisy – magazyn kulinarny
We Wrocławiu Karol Okrasa prezentuje regionalną odmianę bigosu z czerwonej kapusty z dodatkiem wina, jabłek, rodzynek, a czasem mięsa czy kiełbasy. Odwiedza też okolice Żmigrodu i Stawy Milickie.
12.00 Wyższa Szkoła Jazdy (2) – magazyn motoryzacyjny
12.35 Koło fortuny (1860) – teleturniej
13.15 Panna młoda (122) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 Va banque (989) – teleturniej
14.35 Na sygnale (854): W sieci kłamstw – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (411) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
Po przejęciu nielegalnego transportu broni Cavendish zamierza zastrzelić hrabiego de Anila. Z pomocą przychodzi mu Catalina.
16.00 Koło fortuny (1861) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.15 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)

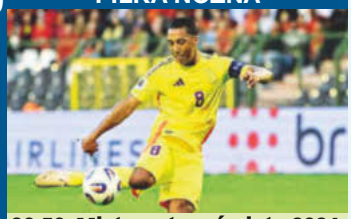
POLSAT HD DVB-T2

4.40 Disco Gramy
5.25 Telezakupy TV Okazje – magazyn reklamowy
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.30 Malanowski i partnerzy (292, 293): Poszukiwana; Bezbronny w śpiączce – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
9.30 Trudne sprawy (1223, 1224) – serial paradokumentalny, Polska 2023
11.35 Gliniarze (836, 837) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.40 Dlaczego ja? (1466, 1467) – paradok., Polska 2025
Magdalena i jej brat są w konflikcie. Powodem jest spadek po ojcu. Pewnego dnia kobieta zostaje okradziona w parku. Przypadkowy przechodzień, Marcin, odzyskuje jej torebkę. Para zaczyna się spotykać. Tymczasem w życiu Magdaleny dochodzi do niepokojących zdarzeń.
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.25 Interwencja – magazyn reporterów
16.40 Gliniarze (1033, 1034) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Sześciolatek i jego matka zostają uprowadzeni w trakcie spaceru. Bezradnie patrzy na to poruszający się na wózku tata chłopca. Mężczyzna ma podejrzenia, kto jest sprawcą. Porywacze mają nietypowe żądania.
18.50 Wydarzenia
19.18 Gość „Wydarzeń" – program publicystyczny
19.25 Sport, pogoda

TVN HD DVB-T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1669) – serial paradokumentalny, Polska 2024
6.50 Kuchenne rewolucje (2): Bobowa – Paleta Smaków – program rozrywkowy
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.20 Doradca smaku (8) – magazyn kulinarny
11.25 Kuchenne rewolucje (1, 11): Włocławek – Biały Kredens; Tarnowskie Góry – Art-smaku – program rozrywkowy
13.40 Ukryta prawda (1647, 1648, 1706) – paradok., Polska
Jowita niedawno została babcią i jest szczęśliwa, jednak jej synowa Weronika nie podziela tej radości. Kobieta ma trudności z akceptacją macierzyństwa. W końcu oznajmia, że chce rozwodu z Damianem.
16.50 Szpital św. Anny (46) – serial obyczajowy, Polska 2025
Na oddział trafia 11-latek z anginą. Tymczasem Daria przeprowadza cesarskie cięcie u pacjentki, która była uzależniona od narkotyków.
17.55 Detektywi (170) – serial fab.-dok., Polska 2025
Śledczy zajmują się sprawą zaginionej córki lekarzy. Przyjaciółka nie ma informacji o jej losie, ale sugeruje, że korepetytor dziewczyny może być zamieszany w zniknięcie.
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów
20.15 Na Wspólnej (4228) – serial obyczajowy, Polska 2026 (player)

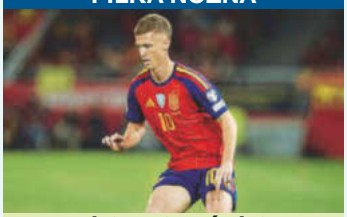
PIŁKA NOŻNA



20.50 Mistrzostwa świata 2026: mecz grupy G: Belgia – Egipt (LIVE)
Czerwone Diabły po raz ostatni zmierzyły się z Faraonami tuż przed startem poprzednich mistrzostw świata. Wówczas niespodziewanie uległy ekipie z Afryki 1:2. Czy tym razem staną na wysokości zadania?

23.35 Świat bez fikcji: La Singla – film dokumentalny, Niemcy/Hiszpania 2023
Gwiazda flamenco Antonita Singla, znana jako La Singla, mimo utraty słuchu zrobiła światową karierę. Nagle zniknęła ze sceny.
0.40 Trzy sekundy – film sensacyjny, Wielka Brytania/Kanada/USA 2020, reż. Andrea Di Stefano, wyk. Joel Kinnaman, Mateusz Kościukiewicz, Karma Meyer, Ana de Armas, 120 min (FILM)
2.40 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
2.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy G: Iran – Nowa Zelandia (LIVE)
5.20 Wykrywacz kłamstw – program publicystyczny
5.35 Zakończenie

PIŁKA NOŻNA



17.50 Mistrzostwa świata 2026: mecz grupy H: Hiszpania – Republika Zielonego Przylądka (LIVE)
Dani Olmo i spółka przed dwoma laty okazali się najlepszym zespołem w Europie. Na mundial przyjechali, by zdobyć także tytuł mistrzów świata. Pokonanie debiutującej w czempionacie drużyny Republiki Zielonego Przylądka będzie pierwszym krokiem do osiągnięcia tego celu.

20.40 Omnibus – szybcy i mądrzy (8) – teleturniej
21.10 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (8) – teleturniej
21.30 Postaw na milion – teleturniej
22.30 Na sygnale (843, 844): Porozmawiajmy o Nowym; Atak zombie – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
23.35 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
23.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy H: Arabia Saudyjska – Urugwaj (LIVE)
2.40 Akacjowa 38 – telenowela, Hiszpania 2015
4.25 Zakończenie

SENSACYJNY

19.55 Megahit: Szybcy i wściekli 6 – USA 2013, 170 min (FILM) (HIT DNIA)
Agent Luke Hobbs składa Dominicowi i Brianowi kuszącą propozycję. W zamian za uwolnienie od stawianych im zarzutów napadu oraz kradzieży mistrzowie kierownicy mają rozbić gang działający na terenie dwunastu krajów. Wkrótce dochodzi do konfrontacji z wrogą grupą.

22.45 Snajper: Dziedzictwo – film sensacyjny, USA/Bułgaria 2014, reż. Don Michael Paul, wyk. Tom Berenger, Chad Michael Collins, Doug Allen, Asen Asenov, 130 min (FILM)
Terrorysta zabija wysokich rangą oficerów. Sierżant Brandon Beckett dostaje informację, że ofiarą padł też jego ojciec, słynny snajper. Żądny zemsty następca legendy wkracza do akcji.
0.55 Wpół do śmierci – film sensacyjny, Niemcy/USA 2002, reż. Don Michael Paul, wyk. Steven Seagal, Ja Rule, Morris Chestnut, Nia Peeples, 130 min (FILM)
3.05 Nasz nowy dom (362) – reality show

REALITY SHOW

20.50 Bitwa o gości (4)
Magda i Andrzej zapraszają do francuskiego zamku pod Koszalinem, Marek i Łukasz – do namiotów w lesie, a Weronika z Krzysztofem prezentują hotel w Stargardzie. Zwycięży ten, kto połączy wyjątkowy klimat z gościnnością i najlepszym stosunkiem jakości do ceny.

22.00 Nagle – thriller, Francja/Islandia/Belgia 2023, reż. Thomas Bidegain, wyk. Mélanie Thierry, Gilles Lellouche, 130 min (FILM)
Żeglarze Laura i Ben zatrzymują się na bezludnej wyspie na południowym Atlantyku. Tracą łódź. Odcięci od świata próbują przetrwać w opuszczonej stacji wielorybniczej.
0.10 Matrix Reaktywacja – film s.f., USA 2003, reż. Andy Wachowski, wyk. Keanu Reeves, Carrie-Anne Moss, Laurence Fishburne, Hugo Weaving, 170 min (FILM)
3.00 Co za tydzień – mag. kult.
3.35 Uwaga! – magazyn reporterów
3.55 Szpital św. Anny (114) – serial obyczajowy, Polska 2026
5.00 Recepta na stary dom 3 (9) – program rozrywkowy

P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB-T2

5.20 Ten moment (36) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 Szkoła (723-725) – serial paradokumentalny, Polska 2019
8.45 Ukryta prawda (1319, 1406, 1407) – serial paradokumentalny, Polska
11.55 W-11 – Wydział Śledczy (1041-1043) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
14.00 Detektywi (103) – serial fabularno-dokum., Polska 2024
15.00 Szpital (749) – serial paradokumentalny, Polska 2018
16.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (482, 483) – fab.-dok., Polska 2009-2010
Rafał Palewski jest oskarżony o wypchnięcie tancerki Tamary Bielewicz z balkonu. Okazuje się, że jego partnerka i poszkodowana startowały w tym samym konkursie.
18.00 Sekrety życia (39) – serial paradokumentalny, Polska 2023
19.00 Ukryta prawda (1510) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Edward po śmierci żony każdego dnia odwiedza jej grób. Syn Paweł jest na niego zły, bo dawniej nie poświęcał kobiecie dużo czasu. Niebawem odkrywa u ojca izbę pamięci zmarłej.

TV PULS HD DVB-T2

6.00 Policjanci z Miami 2 (10, 11): Kupiona i sprzedana; Powrót do prawdziwego świata – serial kryminalny, USA 1985
8.00 Kobra – oddział specjalny (9, 10): Łup wojenny; Niewłaściwa strona – serial sensacyjny, Niemcy 2015
10.00 Maria z przedmieścia (17, 18) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (95) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
13.00 Wspaniałe stulecie (29) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 Kurierzy (14) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (500, 501) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy (15) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Krystyna godzi się z faktem, że czeka ją rychła śmierć. Obawia się jednak, że mąż nie poradzi sobie bez niej. Wpada na pomysł, by znaleźć mu nową partnerkę.
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (952, 953) – serial obyczajowy, Polska 2026
Alicja zmaga się z kryminalną przeszłością. Mimo to Kazimierz decyduje się ją zatrudnić. Gdy dochodzi do próby kradzieży, kobieta udowadnia swoją lojalność.

PULS 2 HD DVB-T2

5.50 Ale numer! 19 (6) – pr. rozrywk.
6.25 Superthings: Kazoom Power (23, 24) – serial anim., Hiszp. 2024
6.40 Smerfy 2 (33) – serial anim.
6.55 Jeżyk i Przyjaciele (10, 9)
7.30 Psi Patrol 8 (19) – serial anim.
7.50 Superkoty (24) – serial anim.
8.30 Myszka Miki: Frajdomek 2 (48) – serial anim., USA 2022
8.50 Masza i Niedźwiedź 3 (11, 12)
9.20 Bing (75, 76) – serial animowany
9.35 Basia 2 (23, 24) – anim., Pol. 2019
10.00 Jeżyk i Przyjaciele (8) – anim.
10.25 Spidey i superkumple 2 (27, 26) – serial anim., USA 2022
11.25 Gus. Mały – wielki rycerz (11, 12) – serial anim., Fr. 2021
11.55 Smerfy (139, 140) – serial anim.
13.00 Gumisie 6 (12, 18) – serial anim.
14.00 Kacze opowieści (42, 45)
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (8, 9) – serial anim.
16.00 Fineasz i Ferb 2 (20, 21) – anim.
17.00 Marta mówi (8) – serial anim.
17.35 Superkoty (23) – serial anim.
18.00 Blue 2 (13, 14) – serial anim.
18.15 Bing (75, 76) – serial animowany
18.45 Masza i Niedźwiedź 3 (11, 12) – serial animowany, Rosja 2015
19.00 Kacze opowieści (43, 46) – serial animowany, USA 1987
20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (960) – serial obyczajowy, Polska 2026

NETFLIX

SYRENY

Devon (Meghann Fahy) podejrzewa, że jej siostra Simone jest w niepokojący sposób podporządkowana nowej szefowej. Postanawia interweniować. Naraża się na niebezpieczeństwo.
▶**serial obycz. (5 odc.), USA 2025**

FARCIARZ GILMORE 2

Po latach dawny mistrz Happy Gilmore (Adam Sandler) wraca na pole golfowe. Chce zdobyć pieniądze, by opłacić szkołę córki. Jego nietypowy styl gry znów wywołuje kontrowersje.
▶**komedia, USA 2025; 117 min**

Reutter

CUKIERKI ALOESOWE – SEKRET URODY, DOBREGO SAMOPOCZUCIA, WZMOCNIENIA ODPORNOŚCI.

W APTEKACH I ZIELARNIACH

REKLAMA

20.00 Wyścig o złoto – dramat wojenny, Norwegia 2022, 155 min
FILM
Kwiecień 1940 roku. Niemcy atakują Norwegię. Jednym z motywów jest przejęcie złota. Skandynawowie usiłują ubiec Wehrmacht i pierwsi dotrzeć do rezerw. W misji biorą udział m.in.: polityk i jego siostra, pisarz, urzędniczka banku, kierowcy ciężarówek oraz żołnierze.

22.35 Ojciec panny młodej – komedia romantyczna, USA 2022, reż. Gary Alazraki, wyk. Andy Garcia, Gloria Estefan, Adria Arjona, Isabela Merced, 145 min
FILM
Małżonkowie z długim stażem Billy i Ingrid podejmują decyzję o rozwodzie. Na wieść o zaręczynach najstarszej córki postanawiają jeszcze przez pewien czas udawać kochającą się parę.

1.00 Dzień próby – dramat sensacyjny, USA/Australia 2001, reż. Antoine Fuqua, wyk. Denzel Washington, Ethan Hawke, Scott Glenn, Tom Berenger, 150 min
FILM
3.30 Fachowcy 2 (4) – serial paradokumentalny, Polska 2018
4.10 Dorota was urządzi! (4) – program rozrywkowy

SENSACYJNY

20.00 Prowokacja – USA 2005, 115 min
FILM
Złodziej Harlan Banks za namową ukochanej Jady zrywa z przestępczym fachem. Zatrudnia się jako konwojent bankowy. Jego współpracownik Bruno okazuje się przestępcą, który chce porwać furgonetkę z pieniędzmi. Harlan ukrywa auto, mimo to obaj trafiają do więzienia. Tymczasem zleceniodawcy Bruna zamierzają odzyskać łup.

21.55 Zabójca idealny – thriller s.f., USA/Hiszpania/Szwecja 2016, reż. Titus Paar, wyk. Steven Seagal, Sasha Jackson, Vernon Wells, Johnny Messner, 95 min
FILM
23.30 Batalion Donbas – dramat wojenny, Ukraina 2019, reż. Iwan Tymczenko, wyk. Taras Kostanczuk, Serhij Detiuk, Anastasija Renard, Marija Karpenko, 150 min
FILM
2.00 Dzielnica strachu 9 (388): Kamav tut – chcę ciebie – serial kryminalny, Polska 2025
3.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (968) – serial obyczajowy, Polska 2026
4.00 Zobacz to! – pr. powtórkowe

KRYMINALNY

21.00 Dzielnica strachu 9 (392, 393): Ochłapy; Staromiejska 14 – Polska 2025
W ośrodku dla bezdomnych pojawia się recydywista, który niedawno opuścił zakład karny. Terroryzuje grupę podopiecznych placówki, a także zastrasza jej szefa. Dzielnicowa Majcher natrafia na młodego mężczyznę, który padł ofiarą gwałtu. Do śledztwa włącza się komisarz Kaszubski. Dostrzega związek między obiema sprawami.

23.00 Wstydliwe choroby 4 (4, 5) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2010
1.00 Lombard. Życie pod zastaw 12 (626) – serial obyczajowy, Polska 2023
2.00 Lombard. Życie pod zastaw 9 (466) – serial obyczajowy, Polska 2021
3.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (173) – serial obyczajowy, Polska 2019
4.00 Niesamowite! (11, 12) – serial dokumentalny, Polska 2014
5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (487) – serial obyczajowy, Polska 2022

WYSOKIE FALE 3

Louise (Pommelien Thijs) opuszcza szpital psychiatryczny i powraca do Knokke. Odkrywa, że Alex i Daan skrywają sekrety, a imperium Vandaelów chwieje się w posadach. Pojawienie się Antona Vermeera zmusza Louise i jej bliskich do podjęcia decyzji, które zaważą na losach całej rodziny.
▶**serial obycz. (8 odc.), Belgia 2026**

NOCNY AGENT 3

Peter Sutherland (Gabriel Basso) ma odnaleźć zbiegłego agenta Departamentu Skarbu, który po zabójstwie przełożonego i kradzieży tajnych dokumentów ukrywa się w Stambule. Niebawem trafia na trop nielegalnej siatki finansowej i odkrywa tajemnice, które mogą zagrozić stabilności rządu.
▶**serial sens. (10 odc.), USA 2026**

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.10 **FBI: Most Wanted** (13, 14) – serial krym.
7.40 **Agenci NCIS: Hawaje** (21, 22) – serial kryminalny
9.30 **Castle** (1, 2) – serial kryminalny, USA 2009
11.25 **MacGyver** (7, 8) – serial akcji, USA
13.25 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (1, 2) – serial kryminalny
15.20 **Agenci NCIS 19** (9, 10) – serial sens.
17.10 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 2** (10, 11) – serial krym., USA/Kanada 2001
19.05 **Castle** (3, 4) – serial kryminalny, USA 2009
21.05 **FBI: International 4** (9) – serial kryminalny

TVP SERIALE

5.25 **Rodzinka.pl** (84, 85)
6.30 **Na sygnale** (467, 468)
7.35 **Ojciec Mateusz 2** (17) – krym., Pol. 2009
8.35 **Komisarz Alex** (6)
9.30 **Rodzinka.pl** (86)
10.05 **Klan** (1433, 1434)
11.00 **Ranczo 7** (84, 85)
12.40 **Komisarz Alex** (7)
13.40 **Ojciec Mateusz 28** (368) – krym., Pol. 2022
14.35 **Ojciec Mateusz 29** (369) – krym., Pol. 2023
15.35 **Komisarz Alex** (8)
16.30 **Na sygnale** (469, 470) – serial fab.-dokum.
17.35 **Ranczo 7** (86, 87) – serial obycz., Polska
19.35 **Ojciec Mateusz 29** (370) – krym., Pol. 2023
20.30 **Ojciec Mateusz 2** (18) – krym., Pol. 2009

TVP KULTURA DVB-T2

9.00 **Samochodzik i templariusze** (1, 2)
10.25 **Łowcy skalpów** – western, USA 1968, 115 min
12.20 **Niepoprawny Belmondo** (2) – film dokum., Francja 2022
13.20 **Kosmos 1999** (3) – s.f.
14.25 **Człowiek, który zdemoralizował Hadleyburg** – kom., Pol. 1967, 40 min
15.05 **Mała księżniczka** – film familijny, USA 1939, 100 min
16.45 **Samochodzik i templariusze** (3, 4)
18.10 **Dźwięk Nowego Jorku** (3) – serial dok.
18.55 **Pan wzywał, milordzie? 2** (6)

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 3** (11) – serial dok., Pol. 2018
7.00 **The Hero** – film krótkometraż.
7.40 **Wszyscy święci** – film obyczajowy, Polska 2002, 105 min
9.25 **Mother Dear** – film krótkometraż.
10.00 **Grantchester 10** (5, 6) – krym., Wlk. Bryt.
12.05 **Vera 2** (1) – krym.
14.00 **Strefa interesów** – dramat historyczny, USA/Wielka Brytania/Polska 2023, 120 min
16.00 **Smak życia 3, czyli chińska układanka** – komediodramat, Francja 2013, 135 min
18.15 **Vera 2** (2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

CANAL+ PREMIUM HD

9.45 **Kiler** – komedia sens., Polska 1997, 105 min
11.30 **Robin i obrońcy królestwa** – film przyg., Wlk. Bryt./Irlandia 2024, 100 min
13.10 **MTV Unplugged: Maryla Rodowicz**
14.25 **To nie jest zagadka kryminalna** (1) – serial krym., Belgia
15.25 **Call me lala** – film krótkometraż.
15.50 **Yintah** – film dokum., Kanada 2024
17.55 **Premierowa jazda**
18.10 **Łapu capu** – pr. rozr.
18.15 **Krucjata Bourne'a** – thriller, USA/Niemcy 2004, 105 min
20.00 **Brygada 2** (7) – sens.
20.55 **Making of CANAL+**

HBO HD

9.35 **Za duży na bajki 2** – film familijny, Polska 2024, 95 min
11.10 **Czekając na Dalego** – komediodramat, Hiszp. 2023, 115 min
13.05 **Zmierzch** – film fantasy, USA 2008, reż. Catherine Hardwicke, 125 min
15.10 **Królewska wystawa** – komedia romantyczna, USA 2025, 85 min
16.35 **Prawdziwy ból** – komediodramat, USA 2024, reż. Jesse Eisenberg, 90 min
18.05 **Na rauszu** – komediodramat, Dania/Holandia/Szwecja 2020, 115 min

20

KRYMINALNY

21.55 **FBI: Most Wanted 4** (12) – USA 2022

Nastolatkowie Luke i Chloe zostają uprowadzeni przez pastora Jacoba Variteka i jego brata Rudolpha. Stróże prawa rozpoczynają zakrojone na cały stan poszukiwania.

22.55 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 2** (10, 11) – serial krym.
0.40 **Castle** (3, 4) – serial kryminalny, USA 2009
2.25 **FBI: International 4** (9) – serial kryminalny
3.20 **FBI 2** (12) – krym., USA
4.10 **Walker: Strażnik Teksasu** (13) – krym.

OBYCZAJOWY

21.30 **Ranczo 7** (88, 89) – Polska 2013

Senator i Czerepach próbują ustalić przyczyny działań prokuratury wobec Lucy. Tymczasem Duda z pomocą Jagny realizuje plan wzbudzenia zazdrości w Klaudii.

23.25 **Ojciec Mateusz 29** (371, 372) – krym., Pol.
1.20 **Ratownicy** (10, 11) – serial obycz., Polska
3.15 **Gra z Cieniem** (7) – serial krym., Polska
4.05 **Klan** (1433) – telenowela, Pol. 2008
4.35 **Pan Mama** (6) – serial komediowy, Pol. 2025

SENSACYJNY

20.00 **Jutro nie umiera nigdy** – USA/Wielka Brytania 1997, 130 min

Nieobliczalny milioner zamierza doprowadzić do globalnego konfliktu. Agent 007 musi zrobić wszystko, by powstrzymać szaleńca.

22.10 **Boska Florence** – biograf., Wlk. Bryt./Francja 2016, wyk. Meryl Streep, 120 min
0.10 **Sibelius. Siedem symfonii** – serial dok.
1.25 **Kulturalni** (22) – mag.
2.20 **Wiedźmin** – film fantasy, Polska 2001, 140 min

SENSACYJNY

20.10 **Gunman: Odkupienie** – USA/Hiszpania/Wielka Brytania 2015, 140 min

James Terrier pracował kiedyś dla amerykańskich służb jako egzekutor. Teraz sam stał się celem najemników. Musi umknąć prześladowcom i ocalić swoją ukochaną.

22.30 **Wiem, co widziałam** (3, 4) – serial krym.
0.35 **Trzy kilometry do końca świata** – thriller, Rumunia 2024, 115 min
2.30 **Kruk. Jak tu ciemno** (1) – krym., Pol. 2022

WOJENNY

21.00 **Kontyngent** (6-ost.) – Szwecja 2025

Pułkownik Andreasson i jego ludzie znajdują się w ogniu krytyki ze strony szwedzkiej klasy politycznej. Eldin próbuje odnaleźć Lanę. Tymczasem zbliża się koniec misji.

21.50 **Kuracja** – czarna komedia, USA 2024, 100 min
23.30 **Dom 1000 trupów** – horror, USA 2003, reż. Rob Zombie, wyk. Chad Bannon, 90 min
1.00 **Surfer** – thriller, Australia/USA/Irlandia 2024, 100 min

DRAMAT OBYCZAJOWY

20.00 **W dzikim galopie** – USA 2024, 120 min

Lata 50. XX w. Znudzona codziennością młoda mężatka jest zafascynowana światem hazardu, w którym obraca się jej szwagier. Zaczyna obstawiać wyścigi konne.

22.00 **Panna młoda!** – horror, USA 2026, reż. Maggie Gyllenhaal, wyk. Jake Gyllenhaal, 125 min
0.05 **Piękna i rzeźnik** – horror kom., Kanada/USA 2020, 100 min
1.45 **Ona** – melodramat, USA 2013, 120 min

AXN WHITE

8.30 **Szpital nadziei 3** (8)
9.25 **Detektyw Murdoch 12** (12, 13) – serial kryminalny
11.25 **Agenci NCIS 15** (1-3)
14.20 **Winnice miłości 4** (192)
17.10 **Domek na święta** – film obyczajowy, USA/Kanada 2019, 115 min
19.05 **Dr House 2** (15) – obycz.
20.00 **Dowody zbrodni 5** (14, 15) – serial kryminalny
21.55 **Unforgettable: Zapisane w pamięci 3** (12) – krym.
22.50 **Agenci NCIS 15** (1-3)
1.25 **Dowody zbrodni 5** (14, 15) – serial kryminalny
3.20 **The Good Doctor 7** (7, 8)
5.05 **Grand Hotel 3** (14) – krym.

WARNER TV

9.20 **Bajer z Bel-Air 3** (20, 21)
10.20 **Prawo Agaty** (11) – obycz.
11.20 **Pełna chata 6** (21, 22)
12.20 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 9** (15, 19) – sens.
14.15 **Bajer z Bel-Air 3** (20-23)
16.10 **Pełna chata 6** (21-24)
18.15 **Willy Wonka i fabryka czekolady** – film familijny, USA 1971, 125 min
20.20 **Jackie Chan: Pierwsze uderzenie** – film sensacyjny, USA/Hongkong/Ukraina 1996, 100 min
22.00 **John Q.** – dramat sensacyjny, 2002, 130 min
0.10 **Wywiad z wampirem** – horror, USA 1994, 145 min

CANAL+ FILM HD

6.00 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
6.15 **Kiler-ów 2-óch** – komedia, Polska 1999, 115 min
8.10 **Lilly i kangurek** – film familijny, Australia 2025, reż. Kate Woods, 105 min
9.55 **Pan Tadeusz** – kostium., Pol./Francja 1999, 155 min
12.30 **Zmierzch** – film fantasy, USA 2008, 120 min
14.30 **Zgred** – dramat obycz., Polska 2025, 85 min
15.55 **Mamma Mia! Here We Go Again** – komedia muz., USA/Wielka Brytania/Chiny 2018, 110 min
17.45 **Jason Bourne** – thriller, USA 2016, reż. Paul Greengrass, wyk. Matt Damon, 120 min
19.45 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Wujowy dwór** – komedia, Wielka Brytania/USA 2025, reż. Jim O'Hanlon, 95 min
21.35 **Miasteczko Shelby Oaks** – horror, Belgia/USA 2024, reż. Chris Stuckmann, 90 min
23.05 **Franz Kafka** – dramat biograficzny, 2025, 125 min
1.10 **To się nie dzieje** – thriller, Polska 2025, 75 min
2.25 **Julia wraca do domu** – dramat obycz., Niem./Kan./Polska 2002, 115 min
4.20 **To nie mój film** – komediodramat, Polska 2024, 100 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Planeta Singli. Osiem historii** (7) – serial komediowy, Polska 2021
10.50 **Premierowa jazda** – magazyn
11.10 **Naruto** (14-16) – serial anime, Japonia 2003
12.35 **The Office PL 5** (1-3) – serial komediowy, Polska
14.10 **Premierowa jazda** – magazyn
14.30 **Naruto** (11-13) – serial anime, Japonia 2003
16.00 **Cat's Eyes** (1, 2) – serial przygodowy, Francja 2024
18.10 **Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć** (4-6) – serial komediowy, Francja 2022
20.00 **Wartownicy** (7, 8) – serial wojenny, Francja 2023
Oficer De Clermont zostaje ranny. Djibouti i Gabriel muszą kontynuować misję bez niego.
21.30 **Świeżak** – film krótkometr., Polska 2024
22.00 **Gangi Londynu 3** (5, 6) – serial kryminalny, Wielka Brytania/USA 2024
23.40 **Edukacja XD** (1-5) – serial komediowy, Polska 2025
2.10 **Klangor** (5, 6) – serial kryminalny, Polska 2021
4.00 **Premierowa jazda** – magazyn
4.20 **Ojciec i syn** (1, 2) – serial dokumentalny, Polska 2023

CANAL+ 360 HD

6.50 **Supersamoloty bojowe** (2) – serial dokumentalny
8.00 **Porzucone konstrukcje** (11) – serial dok., Wlk. Bryt.
9.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (3) – serial dok., Niem. 2023
10.00 **Co poszło nie tak** (2)
11.05 **Stalowe bestie z demobilu** (5) – dok.
13.00 **Grip – w świecie supersamochodów** (11)
14.00 **Wykrywacz historii** (1)
15.05 **Co poszło nie tak** (6)
16.00 **Supersamoloty bojowe** (3) – serial dokumentalny
17.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach 8** (5) – dok.
18.00 **Porzucone konstrukcje 4** (10) – dok.
18.55 **Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie 2** (6) – pr. rozr.
19.50 **Zholowani: ciężarówki w opałach 8** (6) – dok.
20.50 **Co poszło nie tak 3** (4)
22.00 **Śladami Marco Polo** (2)
23.00 **Supersamoloty bojowe** (1) – serial dokumentalny
0.05 **Na pierwszym planie** (4)
0.55 **Nepal – z zachodu na wschód** – dok., 2022
2.00 **To jest żużel** (8) – dok.
2.45 **Polowanie na Hitlera** (1)
3.45 **Pogotowie remontowe Wieśka 4** (8, 9) – mag.
4.55 **Zwierzęta Wajraka** (3, 4)

HBO 2 HD

12.05 **Harry Potter i kamień filozoficzny** – przyg., USA/Wlk. Bryt. 2001, 150 min
14.35 **Doktor Larsen 2** (19)
15.20 **Duża ryba** – komediodramat, USA 2003, 125 min
17.25 **Milion minut** – dram. obycz., Niem. 2024, 125 min
19.30 **Na samą myśl o Tobie** – dramat obyczajowy, USA 2024, 115 min
21.25 **Prawa ludzi** – film kryminalny, 2024, 95 min
23.00 **G20** – film sensacyjny, USA 2025, 105 min
0.45 **The Killer's Game** – thriller, 2024, 100 min

AXN BLACK

6.00 **Magnum 2** (20, 21) – krym.
7.40 **Nieustraszony 4** (19)
8.45 **Zagadki z przeszłości** (8)
9.45 **Gwiezdne wrota** (15-17)
12.45 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 3** (15) – sens., USA
13.45 **Renegat 4** (16) – sens.
14.45 **Drużyna A 2** (6) – sens.
15.45 **Nieustraszony 4** (20)
16.50 **Zagadki z przeszłości** (9)
17.55 **Gwiezdne wrota** (18-20)
21.00 **Świat w płomieniach** – film sens., 2013, 160 min
23.40 **xXx 2: Następny poziom** – film sens., 2005, 125 min
1.45 **The Will of the Son** (7)
2.45 **FBI: Most Wanted** (3, 4)
4.35 **The Will of the Son** (7)

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Kabaretowa Ekstraklasa** (124) – rozr.
6.10 **Gliniarze** (32-34) – serial paradokumentalny, Pol.
9.10 **Cobra Kai** (13-18) – przyg.
12.55 **Kowalscy kontra Kowalscy** (21-24) – obycz.
14.55 **Świat według Kiepskich** (309-312) – kom., Pol. 2009
16.55 **Columbo** (5, 3) – krym.
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (81) – serial krym., USA/Kanada
21.55 **Malanowski i partnerzy** (620-623) – serial fab.-dok.
23.55 **Ślad** (104-106) – krym., Pol.
2.55 **Święty** (262, 263) – kom.
4.00 **48h. Zaginieni** (55, 56)

HBO 3 HD

13.10 **W skrócie** – komediodramat, Niemcy 2024, 105 min
14.55 **Okiem Oscara** – dramat obyczajowy, 2024, 110 min
16.45 **Czarne bractwo** – film biograficzny, 2018, 135 min
19.00 **Niepewne 3** (3, 4) – kom.
20.00 **The Last of Us 2** (2) – serial przyg., USA/Kanada
21.00 **Wygon** – dramat psycholog., Wielka Brytania/Niemcy 2024, 115 min
22.55 **The Order: Ciche braterstwo** – thriller, 2024, 115 min
0.50 **Ofiarowanie** – thriller, 2024, 95 min

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (100-102) – dok., Pol.
7.30 Doktor Martin (17) – serial obyczajowy
8.30 Przyjaciółki (289, 290) – serial obyczajowy, Pol. 2024
10.25 Świat według Kiepskich (135, 136, 201, 202, 81) – serial komediowy, Polska
13.15 Detektyw Bruno FILM – komedia, Polska 2022, 145 min
15.40 Uncharted – film FILM przygodowy, USA/Hiszp. 2022, 155 min
18.15 Patrol – dramat FILM sensacyjny, USA 2006, reż. Andrew Davis, 165 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 Pingwiny z Madagaskaru 2 (39) – serial anim., USA 2010-2012
6.30 Pingwiny z Madagaskaru 3 (1) – serial animowany
7.00 Dwóch i pół 2 (11-14) – serial komediowy, USA 2004
8.55 Przyjaciele 3 (3-8) – serial komediowy, USA 1996-1997
11.55 Teoria wielkiego podrywu 2 (15-20) – serial komediowy, USA 2008
14.30 Dwóch i pół 2 (15-18) – serial komediowy
16.30 Przyjaciele 3 (9-14) – serial komediowy, USA 1996-1997

TVN FABUŁA HD

5.05 Szkoła (757) – serial paradokum.
6.00 Seriaale 3 (2) – mag.
6.30 Alfabet filmowy (5)
6.45 Zakochani po uszy (55, 56) – telen., Polska
7.45 Detektywi (9-12) – serial fab.-dokum.
9.50 Prawo Agaty 2 (8)
10.55 Szpital św. Anny (74)
11.55 Miłość czy pomyłka? (1, 2)
13.55 Prawo Agaty 2 (7)
14.55 Detektywi (495)
16.00 Po drugiej stronie kamery (4) – dok., Pol.
17.05 Seriaale Top 5 (24)
17.10 Alvin i wiewiórki 2 FILM – film familijny, USA 2009, 110 min
19.00 Szpital św. Anny (53) – serial obycz., Polska

13 ULICA

6.20 Zbrodnie idealne (27, 28) – serial kryminalny, Francja 2017
8.30 Grace (2) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2021
10.25 Chicago P.D. 10 (8, 9) – serial kryminalny, USA 2022
12.15 Magnum: Detektyw z Hawajów 4 (1, 2) – serial sensacyjny, USA 2021-2022, wyk. Jay Hernandez, Perdita Weeks
14.05 Zbrodnie idealne (29, 30) – serial kryminalny, Fr. 2017
16.20 Grace 2 (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2022

KINO POLSKA

6.25 Och! Kabaret (7) – program rozrywkowy
7.10 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 3 (4) – dok.
7.40 Podróże Pana FILM **Kleksa** (1/2, 2-ost.) – film przyg., Polska/ZSRR 1986, 200 min
11.00 W zawieszeniu FILM – dramat polityczny, 1986, reż. Waldemar Krzystek, 120 min
13.00 Papierowe FILM **małżeństwo** – kom. obycz., Polska/Wlk. Bryt. 1991, 115 min
14.55 Stara baśń – film FILM kostiumowy, 2003, reż. Jerzy Hoffman, 135 min
17.10 Pogranicze w ogniu (14, 15) – serial sens.

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Kabaretowe hity (6)
6.50 Polak potrafi (7)
7.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
8.55 Robert Makłowicz (153, 221) – mag. kulin.
10.40 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2 (5) – magazyn kulin.
10.55 Górski lekarz (3, 4) – obycz., Niem./Austria
13.00 Katastrofy w przestworzach (2, 9) – serial dok., Kan.
16.00 MacGyver 3 (9, 10) – sens., USA/Kan. 1987
18.00 Wojny magazynowe: Kanada 2 (26, 27) – reality show
19.10 Aukcja w ciemno (11, 12) – serial dokum.

20

THRILLER

21.00 Czarny telefon FILM – USA 2021, 125 min

Finney wpada w ręce zabójcy dzieci. Chłopiec słyszy w słuchawce starego telefonu głosy poprzednich ofiar psychopaty. Pomagają mu one uwolnić się z pułapki.

23.05 Plan ucieczki 2 – film FILM kryminalny, Chiny/USA 2018, reż. Steven C. Miller, 120 min
1.05 Gliniarze (341, 342) – serial paradokum.
3.05 Fala zbrodni (62, 63) – serial sens., Pol. 2006
5.10 Na ratunek 112 (840) – serial paradokum.

KOMEDIOWY

19.30 Teoria wielkiego podrywu 2 (21, 22)

Wolowitz przeżywa zawód miłosny. Leonard i Raj stwierdzają, że najlepszym lekarstwem na jego kiepskie samopoczucie będzie dobra zabawa w Las Vegas.

20.30 Tata ma plan 3 (6-8) – serial komediowy
22.00 The Office PL 3 (11, 12) – serial kom.
23.05 Comedy Club 2 (1, 2)
0.05 Miasteczko South Park 23 (10)
0.30 Miasteczko South Park 25 (1)
1.00 Pracoholicy 7 (7, 8)

HORROR

20.00 Ciche miejsce FILM – USA 2018, 120 min

Życie Evelyn i jej rodziny koncentruje się na tym, by nie generować dźwięków. Nawet szmer może zwrócić uwagę krwiożerczych potworów, które opanowały świat.

22.00 Małe rzeczy – thriller, FILM USA 2021, reż. John Lee Hancock, 155 min
0.35 Norbit – komedia, FILM USA 2007, 125 min
2.40 Magia kina (3) – kult.
3.05 Szkoła (729) – serial paradokum.
4.05 Ukryta prawda (1327) – paradok., Pol.

KRYMINALNY

18.20 Chicago P.D. 10 (10, 11) – USA 2022

Zespół rozpoczyna współpracę ze znajomym Ruzeka. Badają razem serię włamań. Różnice w podejściu do wykonywanych obowiązków doprowadzają do konfliktów.

20.10 Magnum: Detektyw z Hawajów 4 (3, 4)
22.00 Niepokojące FILM **zaginięcia: Instynkt macierzyński 2** – dramat kryminalny, Francja 2021, 120 min
0.00 Niewidomy detektyw (1) – krym.
2.00 Grace 2 (1) – krym.

DRAMAT OBYCZAJOWY

20.00 Wygrany – Polska/ FILM USA/Szwajcaria 2011, 150 min

Oliver, młody amerykański pianista polskiego pochodzenia, przyjeżdża do ojczyzny. Niebawem i przerywa tournée. Jego życie odmienia spotkanie z hazardzistą.

22.30 Zgorszenie FILM **publiczne** – komedia romant., 2009, 115 min
0.25 Dzień kobiet – dram. FILM obycz., 2012, 130 min
2.35 Obudź się – dramat FILM obycz., 2022, 105 min
4.20 Supermarket FILM – thriller, 2012, 100 min

SENSACYJNY

20.00 Patriota – USA FILM 1998, 115 min

Oskarżony opluwa sędziego, a ten wkrótce umiera na tajemniczą chorobę. Ofiarą zarazy padają kolejni mieszkańcy miasta. Sprawa zwraca uwagę doktora McClarena.

21.55 Killshot – thriller, FILM USA 2008, reż. John Madden, 115 min
23.50 Opętanie – horror, FILM USA 1999, 125 min
1.55 Konwój – thriller, FILM Polska 2016, 120 min
3.55 Jak najdalej stąd FILM – komediodramat, Pol./Irlandia 2020, 125 min

CINEMAX HD

14.50 Mój stryj Jens FILM – komediodramat, Norwegia 2025, 100 min
16.30 Tożsamość Bourne'a FILM – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, 120 min
18.30 Słone lato – dramat FILM obycz., Wielka Brytania/Australia 2025, 90 min
20.00 Gorzkie złoto – western, P! Chile/Niemcy/Urugwaj FILM 2024, 85 min
21.25 Pogubieni – film obycz., FILM Wlk. Bryt., 180 min
0.25 Bez serca – dramat obycz., FILM Brazylia/Fr./Wł. 2023, 95 min
2.00 Złoty Zachód – film krótkometrażowy

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 Święty (1, 2) – kom., Pol.
14.25 Spadkobiercy 2 (11)
15.25 Co ludzie powiedzą? 3 (2) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 Jedną nogą w grobie 6 (3) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 Czarna Żmija (3) – kom.
17.35 Bob kocha Abisholę 3 (20-22) – serial komediowy
19.00 Dwóch i pół 2 (11-14)
21.00 Świat według Kiepskich (6-8) – kom., Pol. 2019-2020
22.30 Co ludzie powiedzą? 3 (3) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 Jedną nogą w grobie 6 (4) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 Czarna Żmija (4) – kom.
0.30 Comedy Club (6) – pr. rozr.

SCI FI

7.00 Orphan Black: Echa (6-8)
10.00 Bibliotekarze 3 (3, 4)
11.50 Czarodziejki 8 (9, 10)
13.40 Grimm 5 (7, 8) – fantasy
15.30 Bibliotekarze 3 (5, 6)
17.20 Czarodziejki 8 (11, 12)
19.10 Grimm 5 (9, 10) – fantasy
21.00 Nowy początek – film FILM s.f., USA 2016, reż. Denis Villeneuve, 145 min
23.25 Nadchodzący – thriller, FILM Serbia/USA 2018, 110 min
1.15 Małpa i Mechamałpa: FILM **Nowy porządek** – film s.f., USA 2024, 110 min
3.05 Czarodziejki 8 (11, 12)
5.00 Sanktuarium: Opowieść czarownicy (4) – krym.

FX HD

9.00 Z archiwum X 2 (4) – s.f.
10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (3, 4) – serial krym.
11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (12, 13)
13.45 Agenci NCIS (15, 16)
15.35 SkyMed (6) – obycz., Kan.
16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (5, 6) – serial krym.
18.20 Z archiwum X (5) – s.f.
19.15 FBI 3 (7) – serial kryminalny
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (14, 15)
22.00 Tropiciel (18) – serial krym.
23.00 Z archiwum X (5) – s.f.
0.00 9-1-1 (14) – serial obycz.
0.55 FBI 3 (7) – serial kryminalny
1.50 Agenci NCIS (16) – sens.

KINO TV HD

8.35 Zagadki kryminalne panny Fisher (5, 6) – krym.
11.00 Panna Scarlet i komisarz (1, 2) – krym.
13.10 Poirot – serial kryminalny
15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher (7, 8) – krym.
17.50 Panna Scarlet i komisarz (3, 4) – krym.
20.00 Zdrajca – dramat FILM kryminalny, 2008, 150 min
22.30 Nienawistna ósemka FILM – western, USA 2015, reż. Quentin Tarantino, 200 min
1.50 Underworld: Evolution FILM – thriller s.f., USA 2006, reż. Len Wiseman, 155 min
4.25 Bonanza – serial obycz.

ROMANCE TV HD

14.15 Dwie kobiety FILM **na wszelkie bóle – Nowy początek** – dram. obycz., Niem. 2025, 110 min
16.05 Rejs ku szczęściu. FILM **Podróż poślubna na Jersey** – obycz., Niem./Austria 2012, 115 min
18.00 Stadnina w Piber (5)
19.00 Górski lekarz (119)
20.00 Wielki powrót – komedia, FILM Niemcy 2011, 115 min
21.55 Faceci kumają, kobiety FILM **myślą** – komedia, Niemcy 2011, 115 min
23.50 Górski lekarz (119)
0.45 Wielki powrót – komedia, FILM Niemcy 2011, 115 min

CINEMAX 2 HD

10.50 Ave, Cezar! – komedia, FILM 2016, 110 min
12.40 Stażyści – komedia, USA FILM 2013, 120 min
14.40 Życie i miłość – film FILM obyczajowy, 2024, 125 min
16.45 Biały budynek – film FILM obyczajowy, Kambodża/Francja/Chiny 2021, 95 min
18.20 Zakochany Szekspir FILM – kom. romant., USA/Wielka Brytania 1998, 130 min
20.30 Imperium – kom., Fr./Wł./ FILM Niemcy 2024, 110 min
22.20 Zulu – dramat kryminalny, FILM Francja/RPA 2013, 105 min
0.05 Obiecałeś mi morze FILM – film obycz., 2023, 90 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

6.05 Agenci NCIS 16 (19, 20) – serial sensacyjny, USA
7.45 Lekarze na start (49, 50) – serial obycz., Polska 2017
9.20 Poirot 3 (9, 10) – krym.
11.35 Agenci NCIS 16 (19-22)
15.10 Lekarze na start (51, 52)
16.45 Poirot 4 (1) – serial krym.
19.00 Zatraceni w miłości (1, 2)
21.00 Projekt Błękitna Księga (4) – serial s.f., Kanada/USA
21.55 Próba niewinności (4)
22.55 Poirot 12 (1) – serial krym.
0.55 Zatraceni w miłości (1, 2)
2.35 Projekt Błękitna Księga (4) – serial s.f., Kanada/USA
3.20 Próba niewinności (4)
4.10 Poirot 12 (1) – serial krym.

NOVELAS+ HD

10.00 Cud miłości (13) – telen.
11.00 Otchłań namiętności (98) – telen., Meksyk 2012
12.00 Za wszelką cenę (68)
13.00 List pożegnalny (73)
14.00 Historia Juany (25, 26)
16.00 List pożegnalny (74)
17.00 Za wszelką cenę (69)
18.00 Otchłań namiętności (99) – telen., Meksyk 2012
19.00 Macocha (8) – telenowela
20.00 Cud miłości (14) – telen.
21.00 Historia Juany (26)
22.00 List pożegnalny (74)
23.00 Za wszelką cenę (69)
0.00 Otchłań namiętności (99) – telen., Meksyk 2012
1.00 Macocha (8) – telenowela

FX COMEDY HD

8.15 Sposób użycia – kom.
9.10 Simpsonowie 34 (21, 22)
10.10 Diabli nadali 7 (6-9)
12.00 Jim wie lepiej 5 (21, 22)
13.00 Sposób użycia – kom.
14.00 Wszyscy kochają Raymonda 3 (7-10) – kom.
16.00 Simpsonowie 34 (21, 22)
17.00 Simpsonowie 35 (3, 1)
18.00 Jak poznałem waszą matkę 9 (10-12) – kom.
19.30 Współczesna rodzina 5 (13-15) – serial komediowy
21.00 Family Guy: Głowa rodziny 22 (13, 14)
22.00 Straszny film 4 – horror FILM komediowy, 2006, 95 min
23.35 Genialna Morgane (3, 4)

FILMBOX PREMIUM HD

13.10 Rzeź – komediodramat, Fr./ FILM Niemcy/Pol. 2011, 90 min
14.40 Między wierszami FILM – dramat obyczajowy, USA 2012, 110 min
16.30 W harmonii – dramat FILM obyczajowy, 2015, 100 min
18.10 Bernie – komediodramat, FILM USA 2011, 110 min
20.00 Wyspa śmierci – film FILM sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2023, 100 min
21.40 Druga strona miasta FILM – dramat obyczajowy, USA 2020, 105 min
23.25 Niewygodna prawda FILM – dramat biograf., Australia/USA 2015, 135 min

PARAMOUNT NETWORK HD

9.25 Policyjna grupa pościgowa 22 (6) – dok.
10.35 Sex Story – komedia FILM romant., 2011, 145 min
13.00 Czarodziejki (21, 22) – serial fantasy, USA 1998
15.00 Buntownik z wyboru FILM – dramat psychologiczny, USA 1997, 170 min
17.50 Krokodyl Dundee FILM – komedia przygodowa, Australia 1986, 130 min
20.00 Planeta Singli. Osiem historii (5, 6) – kom., Pol.
22.05 Uprowadzona 3 – film FILM sensacyjny, 2014, 135 min
0.20 Świat w ogniu – film FILM sensacyjny, 2019, 160 min

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

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
6.30 Snooker: Turniej Masters w Londynie – mecz finałowy: Kyren Wilson – John Higgins
8.30 FIA WEC: Wyścig 24-godzinny w Le Mans
11.00 Kolarstwo: Tour Auvergne-Rhône-Alpes – 7. i 8. etap
13.00 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w Leogang – cross-country kobiet
14.00 Jeździectwo: Global Champions Tour w Saint Tropez
16.00 FIA WEC: Wyścig 24-godzinny w Le Mans
18.00 Kolarstwo: Tour Auvergne-Rhône-Alpes – 8. etap

POLSAT SPORT 1 HD
6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz: Ukraina – Polska
9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski
10.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz: Ukraina – Polska
11.30 Tenis: Turniej ATP LIVE w Halle – mecz 1. rundy gry pojedynczej
13.30 Tenis: Turniej ATP LIVE w Halle – mecz 1. rundy gry pojedynczej
15.30 Tenis: Turniej ATP LIVE w Halle – mecz 1. rundy gry pojedynczej
17.30 Tenis: Turniej ATP LIVE w Halle – mecz 1. rundy gry pojedynczej

CANAL+ SPORT HD
6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: GKS Katowice – Piast Gliwice
8.20 Premier League Stories (10) – magazyn piłkarski
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt – Valencia
11.15 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Atletico Madryt – Sevilla FC
13.30 Premier League Stories (44) – mag.
14.05 Magazyn PGE Ekstraliga – mag.
15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt – Valencia
18.00 Wisła Cupiała (1) – serial dok., Pol. 2025

TVP SPORT HD DVB T2
3.35 Piłka nożna: MŚ 2026 – mecz grupy F: Szwecja – Tunezja LIVE
6.40 Piłka nożna: MŚ 2026 – mecz grupy E: Niemcy – Curacao
9.00 Mundialowy poranek (4) – mag.
10.30 Piłka nożna: MŚ 2026 – mecz grupy F: Holandia – Japonia
12.40 Droga do mundialu 2026 (7) – mag.
13.15 Piłka nożna: MŚ 2026 – mecz grupy F: Szwecja – Tunezja
15.30 Dzień na mundialu (4) – magazyn piłkarski
17.00 Piłka nożna: MŚ 2026 – mecz grupy H: Hiszpania – Republika Zielonego Przylądka LIVE

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 LaLiga Best 11 – magazyn piłkarski
8.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: FC Bayern Monachium – Bayer 04 Leverkusen
10.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Villarreal CF – FC Barcelona
12.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – ACF Fiorentina
14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: FC Bayern Monachium – FC St. Pauli
16.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – AC Milan

DISCOVERY CHANNEL HD
8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie – serial dok.
9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 6
10.00 Klan z Alaski – dok.
11.00 Przetrwać nad Jukonem – dok., USA
12.00 Fani czterech kółek 16 – serial dok.
13.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita
15.00 Złomowisko PL 5 (5)
16.00 Gorączka złota 16
17.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (4) – dok.
18.00 Poza cywilizacją (6) – serial dok., Pol. 2019
19.00 Nagi instynkt przetrwania: nagroda za przeżycie 3 – pr. rozr.

20

KOLARSTWO GORSKIE

19.30 Puchar Świata w Leogang – cross-country kobiet i cross-country mężczyzn

Wśród pań za jedną z faworytek do końcowego triumfu w austriackich zawodach uchodzi Sina Frei.

21.00 FIA World Endurance Championship: Wyścig 24-godzinny w Le Mans
0.00 Triathlon: T100 World Tour – San Francisco
1.30 Kolarstwo górskie: PŚ w Leogang

KOSZYKÓWKA MĘŻCZYZN

19.45 ORLEN Basket Liga LIVE – 4. mecz finałowy fazy play-off: ORLEN Zastal Zielona Góra – Legia Warszawa

Zastal Zielona Góra po raz ostatni grał w serii finałowej w 2021 roku. Przegrał wówczas ze Stalą Ostrów Wlkp.

22.00 Formuła 1: Grand Prix Barcelony-Katalonii
1.00 Sporty walki: Babilon Boxing Show & K-1 w Legionowie – walka: Jan Lodzik – Mateusz Polski 20.10.2023
5.00 Motocyklowe MŚ: GP Węgier – podsum.

DOKUMENTALNY

18.45 Franz (1, 2) – Polska 2025

Historia życia legendarnego trenera. Wczesne lata Franciszek Smuda spędził w śląskiej Lubomi. Odwiedzimy ważne dla niego miejsca.

19.55 Premier League Review – mag.
21.00 Boks: Gala w El Paso: S. Han – H. Holm
22.00 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA
23.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026
0.00 Liga+ Extra

PIŁKA NOŻNA

20.50 Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy G: Belgia – Egipt LIVE

W eliminacjach do mundialu Czerwone Diabły wygrały rywalizację w swojej grupie, zwyciężając w sześciu z ośmiu spotkań. Turniej zainauguruje starciem z Egiptem.

23.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy H: Arabia Saudyjska – Urugwaj LIVE
2.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy G: Iran – Nowa Zelandia LIVE

PIŁKA NOŻNA

18.00 Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – RCD Mallorca

Przed ekipą Hansiego Flicka spotkanie z zespołem balansującym na granicy strefy spadkowej, który nienajlepiej wszedł w 2026 r. W sierpniu Barca pokonała Mallorcę 3:0.

20.00 Formuła 1: Grand Prix Barcelony-Katalonii
20.45 Formuła 2: Grand Prix Barcelony-Katalonii
21.40 Formuła 3: Grand Prix Barcelony-Katalonii
22.40 Serie A – mag.
23.45 Made in Italy (3) – magazyn piłkarski

DOKUMENTALNY

20.30 Strażacy (5) – Polska 2019

Wymagająca praca strażaków obejmuje akcje na lądzie i na wodzie, w tym gaszenie pożarów, sprzątanie pogorzelisk, czy usuwanie niebezpiecznych chemikaliów.

21.00 Nic do ukrycia (7)
22.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (5) – dok.
23.00 Sara Price – Droga do Dakaru (2)
0.00 Gorączka złota 16
1.00 Hot rod wg Kindiga (3) – serial dok., USA
2.00 Militaria na warsztat 5 (4)

EUROSPORT 2 HD
11.00 FIA WEC: Wyścig 24-godzinny w Le Mans
14.00 Kolarstwo górskie: PŚ w Leogang – cross-country mężczyzn
15.00 Kolarstwo: Tour Auvergne-Rhône-Alpes – 7. i 8. etap
17.00 Kolarstwo kobiet: Copenhagen sprint
18.00 FIA World Endurance Championship: Wyścig 24-godzinny w Le Mans
21.00 Jeździectwo: Global Champions Tour w Saint Tropez
23.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze

POLSAT SPORT 2 HD
12.30 Tenis: Turniej ATP LIVE w Londynie – mecz 1. rundy
14.30 Tenis: Turniej ATP LIVE w Londynie – mecz 1. rundy
16.30 Tenis: Turniej ATP LIVE w Londynie – mecz 1. rundy
18.30 Tenis: Turniej ATP LIVE w Londynie – mecz 1. rundy
21.00 Piłka ręczna plażowa: IHF Beach Handball Global Tour – Płock 2026
23.00 Lekkoatletyka: World Athletics Continental Tour Gold – Los Angeles 2026
1.00 Sporty walki: Dragon Fight Night MMA 6 w Tłuszczu: D. Romański – T. Pagliariccio

CANAL+ SPORT 2 HD
11.00 Tenis: Turniej WTA LIVE w Berlinie – mecz 1. rundy
13.00 Tenis: Turniej WTA LIVE w Berlinie – mecz 1. rundy
15.30 Tenis: Turniej WTA LIVE w Berlinie – mecz 1. rundy
17.30 Tenis: Turniej WTA LIVE w Berlinie – mecz 1. rundy
19.45 Tenis: Turniej WTA w Berlinie – mecz 1. rundy
22.00 Tenis: Turniej WTA w Berlinie – mecz 1. rundy
0.15 Tenis: Turniej WTA w Berlinie – mecz 1. rundy
2.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – KGHM Zagłębie Lubin

EXTREME CHANNEL HD
10.00 Pro Bull Riders 2 (28)
11.00 X Games – Oslo (3)
12.00 Nitro Circus: Crazy Train
13.00 Action Sports World (9)
14.00 WWE Classic Gold
17.00 KPW Kombat TV (1)
18.00 New Japan Wrestling – Highlights (23)
18.20 WWE Highlights (78)
18.45 WWE Classic Gold (73)
19.00 WWE Highlights (7, 23)
20.00 AEW Collision 2 (2623)
22.00 LoW – Legacy of Wrestling (2)
1.00 New Japan Wrestling – Highlights (24, 25)
1.40 WWE Classic Gold (74)
2.00 Pro Bull Riders 2 (28)

ELEVEN SPORTS 2 HD
14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – SS Lazio
16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Union – Bayern
18.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2) – mag.
19.00 Piłka nożna: Liga włoska: Hellas – Inter
21.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Real Oviedo
23.00 Bundesliga Special (21)
0.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Olympique Lyon – PSG
2.00 Andoni Zubizarreta
2.40 Javier Irureta – film dok.

DISCOVERY LIFE HD
7.15 Nowa Maja w ogrodzie 5 (20, 21)
8.15 Szpital (500, 501)
10.15 Nowa Maja w ogrodzie 5 (17, 18)
11.15 Idealna niania (7, 8)
12.45 Klinika bez tajemnic
14.45 Szpital (499, 500)
16.45 Idealna niania (6-9)
19.45 Klinika naturalnego piękna (6, 7) – reality show
20.45 Skórze na ratunek 3 (7)
21.45 Dr Pryszczylla 3 (9) – dok.
22.45 Nie do uwierzenia! 5
1.45 Bez tabu (1) – magazyn
2.15 Druga twarz 2 (2) – rozr.
3.15 Szpital (302, 303)
5.15 Klinika urody (9) – mag.

POLSAT SPORT FIGHT HD
13.40 Boks: Babilon Boxing Show w Żyrardowie: P. Stępień – Ł. Stanioch
16.30 Sporty walki: First Step Championship 11 w Bytowie – waga półśrednia: Rafał Błachuta – Wallison Henrique
18.25 Atleci – magazyn sportowy
18.50 Sporty walki: Babilon MMA 43 w Skierniewicach: Mateusz Makarowski – Krzysztof Mendlewski
20.55 Boks: Walka o mistrzostwo Polski w Sopocie – waga ciężka: K. Meyna – M. Wach
23.55 Strzelnica Navala (2) – magazyn sportowy

POLSAT SPORT 3 HD
11.00 Lekkoatletyka: Zawody World Athletics Continental Tour Gold w Los Angeles
13.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
15.00 Piłka ręczna plażowa: IHF Beach Handball Global Tour – Płock 2026
17.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
20.00 Lekkoatletyka: Zawody World Athletics Continental Tour Gold w Los Angeles
22.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
1.00 Sporty walki: Babilon MMA 50 : K. Mendlewski – F. Lamparski

CANAL+ SPORT 5 HD
9.00 Magazyn PGE Ekstraliga
10.45 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: Orzeł – ZKS Stal Rzeszów
13.30 Prawo derbów (6) – dok.
14.50 Magazyn PGE Ekstraliga
16.30 Żużel: PGE Ekstraliga: GKM Grudziądz – Falubaz
19.15 Żużel: PGE Ekstraliga: Sparta – Stal Gorzów
22.00 Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga – mag.
23.00 Sporty walki: ONE Friday Fights 158
1.20 Premier League Stories
2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: GKS Katowice – Piast Gliwice

ELEVEN SPORTS 4 HD
12.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Real Madryt – Elche
14.00 Made in Italy (1-4)
15.00 Serie A – mag. piłkarski
16.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Lyon – RC Strasbourg
18.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Werder Brema – 1. FC Köln
20.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – UD Levante
22.00 Ligue 1 Show (35) – mag.
22.30 Bundesliga Special (18)
23.00 Bundesliga Clubs – mag.
23.15 Bundesliga Clubs – mag.

ELEVEN SPORTS 3 HD
11.45 Bundesliga Clubs – mag.
12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Udinese
14.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – UD Levante
16.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (5, 6) – mag.
17.00 Ligue 1 Show (36) – mag.
18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Parma – AC Milan
20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Köln – HSV
22.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Lyon – RC Strasbourg
0.00 LaLiga Best 11 – mag.

CANAL+ DOKUMENT HD
11.45 Wszystkie kolory świata (7, 8) – dok., Francja
13.45 Kwiat ośmiu gór – dok.
15.10 Koralowa oaza archipelagu Tuamotu
16.10 Matterhorn: Śmiercionośny szczyt
17.10 Pearl Harbor. Wojna na Pacyfiku – film dokum.
18.10 Zapomniane świątynie Tybetu: Królestwo Mustangu – film dokum.
19.10 Szaleństwo imprez i raj. Historia Ibizy. – film dok.
20.00 Szkoda, że nareszcie
21.40 Dahomej – film dokum.
23.00 Rioja, kraina tysiąca win
0.45 Dzika Namibia – dok.

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny, Kanada
8.00 Jak działa wszechświat? (8) – serial dokumentalny, USA 2019
11.00 Niemiecka budowlanka (4, 5) – program rozrywkowy
13.00 Poszukiwacze dinozaurów – serial dokumentalny, USA 2020
15.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny, USA 2021
18.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny, Kanada 2013-2014

DOKUMENTALNY

21.00 Jak działa wszechświat? (8)
Ciemna energia i ciemna materia nieustannie walczą o przestrzeń kosmiczną. Zwycięstwo w tej długowiecznej batalii przesądzi o losach wszechświata.
23.00 NASA – archiwum tajemnic 4 – serial dok., Wielka Brytania
1.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny
4.00 Kosmiczna mapa skarbów (3): Niebezpieczne wody – serial dokumentalny

ID HD

7.00 Viralowe zbrodnie 2
7.30 Viralowe zbrodnie
8.00 Przerwana sielanka
10.00 Zaginieni (2) – dok.
12.00 Wyrok do podważenia
14.00 Morderstwo na prowincji 5 – dok.
15.00 Morderstwo na prowincji 6 – dok.
16.00 Michael Jackson: Sztuka kłamstwa
17.00 Mąż w żałobie: sztuka kłamstwa
18.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet: uciekłam seryjnemu mordercy – dok., USA
20.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet – serial dok.

DOKUMENTALNY

21.00 Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2 (1)
Cooper zdobył popularność dzięki viralowym nagraniom na TikToku i relacjom z imprez. Wraz z rosnącą sławą zaczyna dostrzegać jej ciemniejsze strony.
22.00 Toksyczne związki
0.00 Szokująca prawda 14 – dok.
1.00 Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2 (1)
2.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet – serial dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

9.55 Makro inżynieria (4)
11.00 Plemienna szkoła przetrwania: Andy (4) – dok., Wlk. Bryt.
12.00 Odludna wyspa (6)
13.00 Krwawe pieniądze: Tajemnice radzieckiej gospodarki (2)
14.00 Historia Związku Radzieckiego (2)
15.00 Strzegąc granic (1, 2) – dok., Wlk. Bryt.
16.00 Złapać przemytnika (1) – serial dok., USA
17.00 Zaginione miasta: Tikal
18.00 Historia Związku Radzieckiego (3)
19.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy (4) – dok., Wlk. Bryt.

DOKUMENTALNY

20.00 Katastrofa w przestworzach (5)
Rekonstrukcja dramatycznych wydarzeń w trakcie lotu Southwest Airlines 1380. Gdy maszyna znajdowała się na wysokości przelotowej, doszło do wybuchu.
21.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (6)
22.00 Katastrofa w przestworzach (9, 6) – serial dok., Kan.
0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (5)
1.00 Odludna wyspa (1)

FOKUS TV DVB T2

6.00 Wehikuł czasu (615)
6.05 48h. Zaginieni (45) – serial krym., Polska
7.00 Byli sobie podróżnicy
8.55 Wehikuł czasu (615)
9.00 Starożytni kosmici (15) – serial dok., USA
10.00 Gwiazdy lombardu (30-33) – reality show
12.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy (2)
13.00 Poszukiwacze historii (6, 7) – dok.
14.00 Druga wojna światowa w liczbach (5, 6)
16.00 Dorwać tuńczyka (3, 4) – serial dok., USA
18.00 Rolnicy. Podlasie (22, 23) – serial dok.
20.00 Galileo (11)

DOKUMENTALNY

21.00 Zapomniane fronty II wojny światowej (2) – Kanada 2022
Bitwa o zamek Itter to najdziwniejsza bitwa II wojny światowej. Alianci walczyli tam ramię w ramię z żołnierzami Wehrmachtu przeciwko oddziałom Waffen-SS.
22.00 Jak przegrać wojnę (1, 2) – serial dokum., Kan./Australia 2023
0.00 Starożytni kosmici (5) – serial dok., USA
1.00 Rolnicy. Podlasie (41-44) – serial dok.
5.00 Kołowrotek (12, 1) – magazyn wędkarski

TVP HISTORIA DVB T2

8.30 Pogranicze w ogniu (23) – sens., Pol. 1991
9.30 Ex Libris – magazyn
10.00 Miasto z wyrokiem
11.10 Arsenał. Magazyn militarno-historyczny – mag.
11.45 Dinozaury Alaski
12.50 Zabójcza nauka (5)
13.50 Królowie (36) – hist.
14.30 Pogranicze w ogniu (24) – sens., Pol. 1991
15.35 Sensacje XX wieku (1, 2) – program hist.
17.35 Czas honoru (75) – wojenny, Pol. 2013
18.35 Śląscy bohaterowie – historia III powstania śląskiego – film dokum., Polska 2021
19.35 Królowie (75) – hist.

SENSACYJNY

20.15 Ekstradycja 3 (4) – Polska 1998
Ćma stara się odkryć powiązania Fiduka z poszukiwanym przez UOP luksemburskim finansistą. Kiedy poznaje prawdę, zaczyna poważnie obawiać się o swoje życie.
21.20 Długa droga do wojny (2) – film dok., Wlk. Bryt. 2018
22.30 Lądowanie w Normandii, nieznane taśmy (2) – serial dokumentalny
23.45 Sensacje XX wieku
2.00 Encyklopedia II wojny światowej

HISTORY HD

14.00 Tajemnice skute lodem 3 (2) – dok.
14.50 Niewyjaśnione tajemnice świata 3 (39) – serial dokum.
15.45 Gwiazdy lombardu 12 (41)
16.15 Wykute w ogniu 4 (7) – reality show
17.10 II wojna światowa w kolorze: największe bitwy (5) – serial dok., 2021
18.10 Największe tajemnice świata 5 (6) – serial dok., USA
19.05 Starożytni kosmici 16 (5) – dok.
20.00 Starożytni kosmici 14 (5) – dok.
21.00 Starożytni kosmici 17 (3) – dok.

DOKUMENTALNY

22.00 Największe tajemnice świata 7 (9)
Przez lata uważano, że za zabójstwem Abrahama Lincolna stał jeden człowiek. Z czasem jednak zaczęły pojawiać się różne teorie. Eksperci badają okoliczności tragedii.
23.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 2 (2) – serial dok., USA
23.55 David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (1) – serial dok., USA
0.50 Starożytni kosmici 14 (5) – dok.

DISCOVERY HISTORIA HD

8.00 Na ratunek starociom
9.00 Legendarne miejscówki
10.30 Wyprawa w nieznane
13.00 Skarby z szopy (16, 17)
14.00 Łowcy staroci: Renowacje (10, 1) – dok.
16.00 Skarby z szopy (18, 19)
17.00 Militaria na warsztat (3)
18.00 Muzealne tajemnice
20.00 Nawiedzona Irlandia
22.00 Tajemnice Alaski – dok.
0.00 Wyprawa w nieznane
2.00 Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki
3.00 Europa filmowa (1) – dok.
4.00 Lotniskowiec HMS Ark Royal (7) – serial dok., USA
5.00 Łowcy klasyków – rozr.

PLANETE+ HD

13.50 Krajobrazy świata (1)
14.50 Piesze wędrówki po świecie (4) – serial dokum.
15.50 Niezwykłe podróże koleją 6 (3) – serial dok., Fr.
16.55 360° Świat bez granic
18.00 Dokąd dzisiaj? 4 (23, 24)
18.40 Zaginione światy (1)
19.45 Berlin 1936. Olimpiada pod znakiem swastyki – film dok., Francja 2016
20.50 Zaginiona świątynia Artemidy – film dok., Fr.
22.00 Wszystko o Marii. Matce Bożej (2) – dok., Fr.
23.10 Strefa nagości (6) – dok.
0.20 Niezwykłe podróże koleją 6 (4) – serial dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

9.00 Niezwykły dr Pol (13, 6)
12.00 Najdziwniejsze cuda ewolucji (1) – serial dok.
13.00 Wyzwania natury (1, 2)
14.00 Bertie Gregory: bliskie spotkanie z rekinami
15.00 Walki zwierząt (3) – dok.
16.00 Kierunek Wild: Dzika Floryda (1) – film dokum.
17.00 Królestwo białego wilka (1) – film dokum., USA 2019
18.00 Tajemnice dzikiej Azji (1)
19.00 Zwierzaki w amoku (8)
20.00 Niszczycielskie żywioły (16) – serial dokumentalny
21.00 Niezwykły dr Pol
2.00 Dorastanie w świecie zwierząt: Słoniątko

POLSAT VIASAT NATURE HD

9.55 Fantazja o Dunaju – dok.
11.00 Wojny zwierząt (2) – dok.
12.10 Atlantyk – najdzikszy ocean (2) – dok., Wlk. Bryt.
13.15 Sekrety wodnych krain
14.20 Dziki Zachód (1) – dok.
15.25 Wielka Afryka (3) – dok.
16.35 Skandynawia (1) – dok.
17.40 Olbrzymy (5) – serial dok.
18.55 Zabójcza pogoda 2 (10)
19.55 Zwierzęta: mistrzowie survivalu (1) – serial dok.
21.00 Sekrety wodnych krain
22.10 W głębinach: Ameryka Północna (5) – serial dok.
23.15 Zabójcza pogoda 2 (11)
0.20 Karpaty: królestwo niedźwiedzi – film dok.

BBC EARTH HD

13.25 Dynastie 2 (6) – serial dok.
14.30 W okowach mrozu 2 (6)
15.30 Życie na pustkowiu 12
16.30 Gordon Buchanan: przez Gobi na wielbłądzie (1) – film dokum., Wlk. Bryt.
17.40 Siedem światów, jedna planeta (5) – serial dokum.
18.45 Malownicze trasy kolejowe 4 (1) – serial dok.
19.45 Układ Słoneczny (4)
20.55 Życie na pustkowiu: powroty (3) – serial dok.
21.55 W okowach mrozu 2 (9)
22.55 Ben Fogle: wyścig do źródła Nilu (1) – dok.
23.55 Szlakiem przypraw z Joanną Lumley (2)

ANIMAL PLANET HD

13.00 Irwinowie – następne pokolenie – serial dok.
14.00 Resocjalizacja z pitbullem 7 – serial dok.
15.00 Kot z piekła rodem
17.00 Na tropie wymarłych gatunków – serial przyrod.
18.00 Weterynarz z Gór Skalistych – serial dok.
19.00 Cztery kąty, cztery łapy – serial dokumentalny, USA
20.00 Niebezpieczne rewiry
21.00 Klan z Alaski – serial dok.
22.00 Projekt akwarium – dok.
23.00 Resocjalizacja z pitbullem 7 – serial dok.
0.00 Małżeństwo w dżungli 2 – serial dokumentalny, USA

TVP DOKUMENT HD

13.55 Z pamiętnika pasterza
14.50 Kalendarz przyrody (6)
15.50 Nauka o związkach
16.55 Wenecja, miasto wyrosłe z bagien – dok.
18.00 Sanatorium miłości 2 (5)
19.00 Mistrz wikliny. Rzecz o Władysławie Wołkowskim – film dok.
20.00 Wspaniałe Włochy – dok.
20.40 Najwspanialsze ikony natury (4) – serial dokum.
21.45 Królowe mafii (6) – dok.
22.45 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn
22.55 Powrót do Bhutanu
0.00 Sanatorium miłości 2 (4)
1.00 Podróże z historią (16)

POLSAT DOKU HD

14.05 Świat z góry. Jedwabny Szlak (1) – dok., Singapur
15.15 Ekstremalne drogi do szkoły (1) – serial dok.
16.25 Titanic – tragiczny błąd
17.35 Polowanie na Hitlera (2)
18.30 Militarny top 10 (2) – dok.
19.45 Poza kontrolą: Park rozrywki – od szaleństwa do koszmaru – film dok.
20.50 Poza kontrolą: Teneryfa. Najtragiczniejszy wypadek lotniczy w historii – film dok., Fr.
22.00 Miłość i seks w Rosji
23.05 Ludzie na wojnie – rok w Ukrainie (3) – serial dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

13.55 Australijscy poszukiwacze złota 3
14.55 Australijscy poszukiwacze złota 4 (1)
15.55 Drwal z Vancouver Island (7) – reality show
16.55 Australijscy poławiacze homarów 5 (7) – dok.
18.00 Poszukiwacze klejnotów: Australia 3
18.55 Australijscy poszukiwacze złota 9
21.00 Złoto Jukonu 3 – dok.
22.10 Special Ops: Prawda (1, 2) – serial dokumentalny
23.15 Za kratami: najcięższe więzienia na świecie 3 (4) – serial dok., Kan. 2018

POLSAT VIASAT HISTORY HD

13.10 W poszukiwaniu zaginionych wikingów
14.25 Tajne bazy nazistów 4
16.30 Tajemnice rodziny Jezusa – film dokum., Fr.
17.35 II wojna światowa: cena imperium (2) – serial dok.
18.45 Czołg: najważniejsza broń II wojny światowej
19.50 Cesarstwo Rzymskie: mity i fakty (3) – dok., Fr.
21.00 Naziści: korzenie zła (19)
22.10 Najgroźniejsi ludzie Hitlera (10) – serial dokum.
23.05 Tajemnice templariuszy (1) – serial dokum., Czechy
0.15 II wojna światowa: cena imperium (2) – serial dok.

CI POLSAT HD

16.00 Ferie, impreza, morderstwo (3) – dok.
17.00 Morderstwo czy wypadek? 3 (11) – dok.
18.00 Polskie prywatne zbrodnie (7, 8) – dok., Pol.
19.00 Absurdalne przestępstwa 3 (12, 14)
20.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (1) – dok.
21.00 Pogrzebani za domem 6 (7) – serial dokumentalny
22.00 Seryjni mordercy: Grim Sleeper – film dok., USA
23.00 Zbrodnia: oszukać prawdę (2) – serial dokum.
23.55 Szokujące morderstwa: Atlanta 2 (9) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 Jak to robią zwierzęta?
9.10 Łowca zabawek (1, 2)
10.10 Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta (1-4)
12.15 Aloha, nowy dom! (3, 4)
14.20 Człowiek kontra jedzenie (21) – mag. kulin.
14.55 Tu jest pięknie (3, 1, 2)
17.00 Megaładunki (4, 5) – dok.
19.00 Oblicza Azji (6, 7) – dok.
21.05 Sprawa dla medium i detektywa (3, 4) – dok.
23.10 Kobieta na krańcu świata (2-4) – serial dok.
0.55 Aloha, nowy dom! (3, 4)
3.00 Megaładunki (4, 5) – dok.
5.05 Człowiek kontra jedzenie (12) – mag. kulin.

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

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

13.50 **Pięknie przyprawiONA**
14.10 **Kulturalni**
15.00 **Słowo daję!** – mag.
15.10 **Kiedyś to było...**
15.40 **Hity i historie gwiazd** – mag. muz.
16.00 **Zaraz wracam 2** (96) – serial obycz., Polska
16.30 **Barwy szczęścia** (3324) – serial obycz.
17.00 **Gra słów. Krzyżówka** (1040)
17.30 **Teleexpress**
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **Słownik polsko@polski** (676)
18.45 **Info Wilno** (1869)
19.05 **Wileńszczyzna w obiektywie** (113)
19.15 **Laskowik & Malicki** – program rozrywkowy

TVP ROZRYWKA

8.20 **Familiada** – telet.
8.55 **Va banque** (1063)
9.25 **Koło fortuny** (2025)
10.05 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Matki, żony i kochanki** (2) – serial obyczajowy, Pol. 1995
14.10 **Rodzinka.pl** (175, 176) – kom., Pol.
15.20 **Niepewne sytuacje 3** (2) – rozr.
15.50 **Kocham Cię, Polsko!** (3) – program rozrywk.
17.25 **Va banque** (1064)
18.00 **Koło fortuny** (2026)
18.35 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
19.40 **Makłowicz w podróży** – mag.

POLSAT CAFÉ

6.00 **Przyjaciółki** (33, 34) – serial obycz., Polska
8.00 **Co ludzie powiedzą? 3** (19, 20) – serial kom., Wlk. Bryt.
9.25 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (13, 14) – reality show
12.30 **Bogaty dom – biedny dom** (102, 103)
14.30 **Kolacja w ciemno** (41, 42) – pr. rozrywk.
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (31) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (278, 279) – reality show, Polska
20.00 **Więzienie kobiet** (120, 121, 140, 141) – serial dok., Pol. 2026

TV 4 DVB T2

6.00 **Strażnik Teksasu** (22, 23) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (132)
8.55 **Policjantki i Policjanci** (472, 473)
10.55 **Na ratunek 112** (1130, 1131) – paradok.
11.55 **Dlaczego ja?** (1559, 1560) – paradok.
13.55 **Trudne sprawy** (1334-1336) – paradok.
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1380) – serial obycz., Polska
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (547)
19.00 **Policjantki i Policjanci** (1381) – serial obycz., Polska
20.00 **Uroczysko** (173, 174) – serial krym., Polska

TTV HD DVB T2

7.20 **Ukryta prawda** (1201) – paradok., Pol.
8.20 **Kartoteka 10** (21, 22)
10.30 **Detektywi** (259, 260)
12.30 **Zakup w ciemno 3** (26) – reality show
13.30 **Zakup w ciemno 4** (25) – reality show
14.30 **Kartoteka 6** (5, 6)
16.45 **Express** – pr. inform.
16.55 **Pogoda, sport**
17.05 **Idź na całość** (1)
18.05 **Zakup w ciemno extra** (28)
18.45 **Damy i wieśniaczki. PL 6** (5) – fab.-dok.
19.45 **Express** – pr. inform.
20.05 **Zakup w ciemno 7** (21) – reality show
21.05 **Zakup w ciemno extra** (19)
21.45 **Express** – pr. inform.

TVN STYLE HD

5.20 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (2) – reality show
6.10 **Damy i wieśniaczki. PL 7** (10-ost.) – serial fab.-dokum.
7.10 **Co za tydzień** – magazyn kulturalny
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.20 **Ugotowani** (10, 11) – pr. kulin.-rozrywk.
13.30 **Kuchenne rewolucje** (2, 1) – program rozrywkowy
15.35 **Jestem z Polski 14** (3) – serial dokum., Pol.
16.35 **Jestem z Polski 16** (5) – serial dokum., Pol.
17.40 **Kuchenne rewolucje** (4-6) – program rozrywkowy

20

WOJENNY

20.50 **Czas honoru. Powstanie** (4) – Pol.

Do Warszawy przyjeżdża generał Hackel, który zamierza spacyfikować stolicę. Pluton Janka i Bronka wspomaga Batalion Zośka. Michał staje się świadkiem rzezi cywilów.

21.45 **Królowa Bona** (3)
22.45 **To jest grane** (91)
23.15 **Dziennik regionów**
23.40 **Kod bezpieczeństwa**
0.15 **Moda na język polski** – magazyn
0.40 **Zaraz wracam 2** (96)
1.10 **Opowieści z Greenpointu** (10)

TELETURNIEJ

20.15 **Postaw na milion**

W grze bierze udział dwoje bliskich sobie uczestników. Są drużyną. Dostają milion złotych. Żeby go nie stracić, muszą bezbłędnie odpowiedzieć na osiem pytań.

21.10 **Kabaret Letnią Porą** (34) – pr. rozrywk.
22.15 **Rodzinka.pl** (45)
22.50 **Prywatka u Wojtka, czyli benefis Wojciecha Gąssowskiego** (1, 2)
0.55 **Koło fortuny** (2026, 2020) – telet.
2.20 **Kabaret. Super Show Dwójki** (7)

DOKUMENTALNY

22.00 **Walka o życie** (3) – Polska 2025

Historie osób, które musiały zmierzyć się z cierpieniem, lecz nie straciły ducha walki. Dzięki wsparciu najbliższych udowadniają, że nadzieja może zwyciężyć nad lękiem.

23.00 **Gry małżeńskie** (108, 109) – reality show, Polska
1.00 **Kolacja w ciemno** (41, 42) – program rozrywkowy
3.00 **Więzienie kobiet** (74, 75) – serial dokum.
4.00 **Zdrady** (109, 110) – serial paradokum.

KRYMINALNY

21.05 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (113)

Z przedszkola znika pięciolatek. Podejrzany jest Filipiak, który kręcił się przy placówce i robił zdjęcia. Na jaw wychodzą napięte relacje między rodzicami chłopca.

22.05 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (996)
23.05 **Pamięć absolutna** FILM – film s.f., USA 1990, 145 min
1.30 **Love Island. Wyspa miłości** (12)
2.35 **Interwencja** – mag.
2.50 **SuperLudzie** (21-25)

ROZRYWKOWY

22.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 23** (9)

Jakub Feliński, Krzysztof Ufnal i Konrad Mariański zobaczą „Kuchenne rewolucje", dramaty w „M jak miłość" czy wesela w „Ślubie od pierwszego wejrzenia".

23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 19** (9)
0.00 **Damy i wieśniaczki. PL 6** (3) – fab.-dok.
1.00 **Ciężarówką przez Indie** (10) – dok., Pol.
2.00 **Wyburzacze** (5, 6)
3.20 **Sędzia Anna Maria Wesołowska 7** (24, 25) – fab.-dok., Pol.

ROZRYWKOWY

20.50 **Babski biznes** (1)

W Sieradzu Marta Klepka odwiedza Karolinę, właścicielkę Stylowych Dekoracji. Kobieta od dwóch lat działa w branży, jednocześnie pracując na etacie. Czuje się wypalona.

21.50 **Jestem z Polski 14** (1, 11) – serial dokum.
23.45 **Hotel Paradise 11** (29, 30) – reality show
1.45 **Apetyt na miłość 5** (5) – program rozrywk.
2.45 **Wiem, co jem i wiem, co kupuję** (5, 6) – mag.
4.15 **Zrób coś z tym dzieckiem** (5) – mag.

TVP HD HD

12.25 **Ojciec Mateusz 4** (54)
13.20 **Komisarz Alex 2** (18)
14.15 **Ranczo 3** (35, 36) – obycz.
16.10 **Gwiazdorska kuchnia Ani 2** (21) – magazyn kulin.
16.40 **Tańcząca ze światem – Maroko** (5) – magazyn
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 23** (296)
19.20 **Ranczo 4** (52) – obycz., Pol.
20.10 **Rodzinka.pl** (313, 301)
21.25 **Ojciec Mateusz 33** (427)
22.20 **Point Break: Na fali** – film FILM sensacyjny, USA/Niemcy/Chiny 2015, 125 min
0.25 **U Pana Boga za miedzą** FILM – kom., Pol. 2009, 125 min

TVS HD

15.45 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel** – krym., Austria
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny** – serial obycz.
19.50 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Tam, gdzie mieszka serce twoje** – film obycz., Niemcy 2018, 120 min
21.50 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Jedna łyżeczka miłości** – film obyczajowy, Niemcy 2020, 105 min
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

ZOOM

8.00 **Strażnik Teksasu 8** (16, 17) – serial sensacyjny
9.50 **MacGyver 2** (9, 10) – sens.
11.55 **Pułapki umysłu** (7, 8)
13.00 **Wojny magazynowe: Kanada** (28, 29)
14.10 **Pod pokładem 11** (5)
15.25 **Sensacje XX wieku**
17.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
20.00 **Kobra – oddział specjalny 23** (3, 4) – sens.
22.00 **Pod pokładem 11** (6)
23.00 **Magia nagości 5** (3) – rozr.
0.05 **Magia nagości 4** (6) – rozr.
1.20 **Adam szuka Ewy VIP. Holandia 2** (2) – pr. rozr.
2.25 **I love kabaret** (2, 3) – rozr.

TLC HD

13.00 **Wiza na miłość: Znowu do wzięcia** – reality show
15.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelove rozmowy 7**
16.00 **Historie wielkiej wagi**
18.00 **Historie wielkiej wagi: Meksyk** – serial dokum.
19.00 **Wiza na miłość: Romans na Karaibach 2**
20.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
21.00 **Wiza na miłość 12** (3)
23.00 **Trójkąt zbrodni** – dok.
0.00 **Dr Pryszczylla – kulisy**
1.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
2.00 **Wiza na miłość 12** (3)

C+ KUCHNIA HD

14.50 **Włoskie życie Sophie Grigson** (8, 9) – serial dok.
15.45 **Luke Nguyen w Indiach**
16.15 **Azjatycka kuchnia Evy Pau** (1) – magazyn kulin.
16.40 **Gotuj taniej z Jamiem** (3)
17.35 **Jamie Oliver: gotuj sezonowo** (2) – mag. kulin.
18.30 **Sachie w Nowej Zelandii 2** (8) – serial dok.
18.55 **M jak mięso 4** (5) – dok.
19.25 **M jak mięso 5** (5, 6) – dok.
20.15 **Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień**
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 9**
23.55 **Kolacja z Gavinem Rossdale'em** (3) – dok.

TVN TURBO HD

12.15 **Naprawy nie do naprawy** (1) – mag.
13.00 **Zawodowi handlarze**
14.30 **Wojny samochodowe**
16.30 **Jeździć, obserwować**
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Wojny samochodowe** (4)
19.15 **Usterka 16** (8) – fab.-dok.
19.45 **Ciężarówką przez RPA**
20.45 **Naprawy nie do naprawy** (1) – mag.
21.30 **Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia** (4) – pr. rozr.
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Moto Fachury** (4) – mag.
23.00 **Z drugiej ręki** (8) – mag.
23.45 **Jeździć, obserwować**
0.30 **Mobilni mechanicy** (1)

NOWA TV DVB T

9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (17) – kom., Pol.
10.00 **Miodowe lata** (25) – kom.
10.30 **Więzienie** (104) – dok., Pol.
11.00 **Poirot 9** (2, 3) – serial krym.
15.00 **Świat według Bundych 6** (121-126)
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (14) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (96-98)
21.00 **Zdrady** (114) – paradok.
22.00 **Ślad** (25, 26, 90) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (50, 51)
3.50 **Wehikuł czasu** (615, 614)
4.00 **Sala operacyjna** (10)
4.30 **Sala operacyjna 4** (2)
5.00 **Pod lupą** (1, 2) – magazyn

METRO

8.35 **Szpital** (752, 753)
10.35 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (321, 322)
12.35 **Szkoła** (701) – paradok.
13.35 **Anatomia piękna 2** (10)
14.35 **Zapukaj do moich drzwi** (159) – telen., Turcja 2020
15.45 **The Floor** (11, 12) – telet.
17.00 **Fani czterech kółek 16**
18.00 **Prawo Agaty 5** (13)
19.00 **Kartoteka 11** (5, 6)
21.05 **Kryminalni** (3, 4) – krym.
23.15 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10** (20) – krym.
0.15 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 2** (10) – dok.
1.20 **Szpital** (750) – paradok.
2.20 **Szkoła** (850, 851)

ANTENA HD DVB T2

12.55 **Klątwa Wyspy Dębów 5**
14.50 **Ciężarówką przez śniegi 4** (3, 4) – serial dok.
16.45 **77 TV** (4) – pr. rozrywk.
17.50 **77 TV 2** (8) – pr. rozrywk.
18.45 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (8) – serial kryminalny
20.00 **Morderstwa we Francji** FILM **– Rochefort sur mer** – thriller, Fr. 2019, 120 min
22.00 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (7) – serial kryminalny
23.10 **Detektywi z Bordeaux 3** (8) – serial krym., Fr./Belgia
0.20 **Polska. Największe tajemnice** (6) – pr. rozr.

WP DVB T

12.50 **Makłowicz w podróży**
13.55 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3** (2-4) – dok.
16.45 **Pogoda**
16.50 **Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach** (2)
18.45 **Policjanci z sąsiedztwa 6** (8) – dok.
19.45 **Harry i Meghan: Królewscy hipokryci?**
21.05 **Hitler i zmierzch demokracji** (2) – film dok.
22.05 **Pogoda**
22.10 **Przebojowe kabarety** (7)
23.05 **Kabaret na żądanie** (7)
0.00 **Mistrzowie Kabaretu 12** (7) – program rozrywkowy
1.00 **Mistrzowie Kabaretu 3**

C+ DOMO HD

12.50 **Gardeners' World 16** (19)
14.05 **Cudotwórcy 7** (13) – mag.
15.00 **Kupcie sobie zamek! 2**
15.55 **Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 8** (8, 9)
16.50 **Gardeners' World 16** (22)
18.00 **Ucieczka na wieś 25** (45)
18.55 **Wielkie projekty: Australia 10** (2) – dok.
20.00 **Daleko od miasta 13**
21.00 **Cudotwórcy 7** (14) – mag.
21.50 **Letnie inspiracje** (2)
22.00 **Wielkie projekty: Szwecja 5** (7) – serial dok.
22.50 **Pokochaj lub sprzedaj: Wielka Brytania 10** (4)
23.45 **Luksusowa ucieczka 6**
0.40 **Generalna odbudowa 2**

HGTV HD

9.55 **Widok, na który cię stać**
11.00 **Zarobić na remoncie 8**
11.31 **Usterka 11** (17, 18)
13.00 **Zbudujemy większy dom** (6) – program rozrywk.
13.55 **Zbudujemy fajny dom 2**
14.55 **Mieszkanie na miarę 2**
15.55 **Mieszkanie na miarę** (1)
16.55 **Polowanie na ogród 2**
18.05 **Weekendowa metamorfoza** (4, 5) – rozr.
20.00 **Zgłoś remont 4** (1) – rozr.
21.00 **Dorota was urządzi!**
22.30 **House Hunters – Poszukiwacze domów 2** (7-10) – pr. rozr.
0.40 **Kupujemy dom na plaży 27** (1, 2) – dok.

P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (280) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (891, 892) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 **Sekrety rodziny** (330-332) – serial paradokum., Pol. 2023
11.30 **Trudne sprawy** (932) – serial paradokum.
12.30 **Dlaczego ja?** (1494, 1495) – serial paradokum.
14.25 **Świat według Kiepskich** (444-448) – serial kom., Polska
16.55 **48h. Zaginieni** (121, 122) – krym., Pol.
19.00 **Gliniarze** (978) – serial paradokum.
20.00 **Ślad** (54) – krym., Pol.

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 **Wydarzenia**
6.45 **SuperLudzie Extra** (49) – magazyn
7.00 **Na ratunek 112** (676, 677) – paradok.
8.00 **Doktor Martin 3** (21, 22) – serial obycz.
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **SuperLudzie 2** (15, 16) – serial dok.
11.30 **Świat według Kiepskich** (389-392)
13.30 **Bitwa o palety** (10)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 5** (50)
16.25 **Ninja Warrior Polska** (18)
18.20 **Świat według Kiepskich** (478, 519, 520) – kom.
20.00 **Złomiarze** (41) – dok.

TV 6 DVB T

6.00 **Więzienie** (196, 197) – serial dok., Pol. 2025
6.55 **Policjantki i Policjanci** (671, 672) – serial obycz., Polska
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (217, 218) – serial sens., Niemcy
10.55 **48h. Zaginieni** (91-93) – serial kryminalny, Pol. 2022
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1181) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (7, 8) – krym., Pol. 2023-2024
15.55 **Kobra – oddział specjalny** (219, 220) – serial sens., Niemcy
18.00 **Strażnik Teksasu** (24, 25) – serial sensacyjny, USA

BBC FIRST HD

6.00 **Zagadki doktora Blake'a** (5) – krym.
6.55 **Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 4** (9, 10) – krym., Wlk. Bryt. 2021
8.40 **Lewis 2** (8) – krym.
9.40 **Ojciec Brown 12** (6) – krym., Wlk. Bryt. 2025
10.40 **Śmierć z dala od palm 4** (5) – krym.
11.50 **Zagadki doktora Blake'a** (5) – krym.
12.55 **Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 5** (1, 2)
14.55 **Ojciec Brown 5** (15)
15.55 **Lewis 2** (8) – krym.
17.00 **My Life is Murder** (4) – serial kryminalny

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

8.30 **Henrietta** (33-35)
9.00 **Tru i Tęczowe Królestwo** (23)
9.30 **Domisie** – dla dzieci
10.00 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (119) – mag.
10.20 **Bolek i Lolek wyruszają w świat**
10.45 **Reksio** (57, 58)
11.05 **Małe i duże przygody Miffy** (29)
11.15 **Świnka Peppa**
11.35 **Stacyjkowo** (85, 86)
11.55 **Strażak Sam** (24, 25)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
12.55 **Halo, halo!** (70)
13.00 **Figu Migu na planecie Czochras** (32)
13.20 **Pszczółka Maja** (36)
13.50 **Lupin wśród bajek**
14.05 **Lassie i przyjaciele**

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

7.30 **Rozmowa Piaseckiego** – publ.
8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.55 **Biznes** – pr. publicyst.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.55 **Biznes** – pr. publicyst.
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.55 **Biznes** – pr. publicyst.
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
13.55 **Biznes** – pr. publicyst.
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.55 **Biznes** – pr. publicyst.
15.00 **15 na żywo** – inf.
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Tak jest** – pr. publ.
19.15 **Serwis informacyjny**
19.30 **Fakty po Faktach**

PARADOKUMENTALNY

21.00 Gliniarze (773) – Polska 2023

Nieuchwytny przestępca zostaje ujęty w trakcie wspólnej akcji CBP i Interpolu. Kryminalni świętują sukces, ale ich radość nie trwa długo.

22.00 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (143, 144) – dok., Pol.
23.00 **Świat według Kiepskich** (331, 332)
0.00 **Ślad** (105) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (58)
2.00 **Wydarzenia**
2.45 **Ewa gotuje** (526)
3.20 **Demakijaż** (92) – rozr.
4.00 **Strzelnica Navala** (8)

DRAMAT OBYCZAJOWY

21.00 Erin Brockovich FILM – USA 2000, 160 min

Sekretarka z małej kancelarii występuje przeciwko potężnej korporacji, która pomnażając zyski, zatruwa środowisko naturalne i powoduje choroby u ludzi.

23.40 **7 sekund** – film sensacyjny, Rumunia/Szwajcaria/Wielka Brytania 2005, 125 min
1.45 **Świat według Kiepskich** (115, 92, 472, 473)
3.55 **Nasz nowy dom** (277, 278) – reality show, Polska 2023

KRYMINALNY

20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (171, 172) – USA

Śledczy badają okoliczności śmierci Ali Rand. W przeszłości złożyła ona fałszywe zeznania w sprawie gwałciciela. Nowe dowody kierują podejrzenia na senatora.

22.00 **Czarna lista** (9) – serial kryminalny
23.00 **Łowca pedofilów** (170-172) – dok., Pol.
1.00 **Więzienie** (193, 194)
2.00 **Septagon** (69-71)
5.05 **Nona i jej córki** (9)
5.45 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

KRYMINALNY

18.00 Morderstwa w Midsomer 18 (4)

Ceremonia otwarcia malowniczego miejskiego parku rzeźb zostaje zakłócona przez morderstwo. Barnaby i Nelson rozpoczynają śledztwo w tej sprawie.

19.50 **Śmierć pod palmami 13** (5)
21.00 **Śmierć z dala od palm 4** (6) – krym.
22.15 **Luther 2** (3, 4) – krym.
0.30 **Harry Wild 4** (1)
1.35 **Śmierć pod palmami 13** (5)
2.45 **Morderstwa w Midsomer 18** (4)

ANIMOWANY

14.30 Świnka Peppa 8 – Wlk. Bryt. 2019

Sympatyczna świnka razem ze swoimi przyjaciółmi bawi się i poznaje otaczający ją świat. W codziennych perypetiach często towarzyszą jej brat oraz rodzice.

14.45 **Kid Lucky** (5, 6)
15.15 **Al-chemik** (31) – mag.
15.35 **Bella i Sebastian**
16.05 **Krecio** (41, 42) – anim.
16.35 **Rev i Roll** (5, 6)
17.05 **Dino Ranczo**
17.30 **Piotruś Królik 2**
18.00 **Kucharz Shane** (7, 8)
18.25 **Leo da Vinci 2**
19.00 **Tyciaki**

PUBLICYSTYCZNY

20.00 Kropka nad i

Monika Olejnik prowadzi rozmowy z polskimi parlamentarzystami. Nie boi się zadawać im trudnych i niewygodnych pytań.

20.30 **Czarno na białym**
21.00 **Polska i świat** – inf.
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.25 **Biznes** – pr. publicyst.
0.45 **Fakty po Faktach**
1.20 **Kropka nad i** – publ.
1.50 **Tak jest** – pr. publ.
2.50 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
3.10 **Akademia ogrodnika** – mag.

POLSAT PLAY HD

6.00 **Dorwać tuńczyka** (13, 1, 2) – serial dok., USA
9.05 **Wojny magazynowe** (311, 312) – reality show
10.05 **Wojny kontenerowe** (5, 6) – serial dokumentalny
11.05 **Hardkorowy lombard** (100, 99, 101-104) – dok.
14.05 **Polacy za granicą** (115, 116) – serial dok., Pol.
16.00 **Złomiarze** (47, 48) – dok.
18.05 **Poszukiwacze historii** (230-233) – serial dok., Pol.
20.00 **Złomiarze** (36, 50) – dok.
22.00 **Kołowrotek** (152-163) – magazyn wędkarski
4.05 **Starożytni kosmici** (30, 29) – serial dok., USA

FOOD NETWORK HD

8.15 **Kuchenne rewolucje** (13)
9.15 **Makłowicz w drodze**
11.30 **10 zadań specjalnych Michela Morana 2** (7-9)
13.15 **Miłość od kuchni** (3)
14.15 **Akcja: Restauracja!** (8)
15.15 **Bójka na plaży** (6) – dok.
16.15 **Kuchenne rewolucje** (5)
17.15 **Magda gotuje internet**
17.50 **Apetyt na miłość** (4)
18.50 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** (1)
19.50 **Kulinarny poker** (9)
20.50 **Pojedynek na grille** (1)
22.25 **Pyszne miejscówki** (3)
23.30 **Akcja: Restauracja! 19**
0.30 **Człowiek kontra jedzenie** (2, 3) – mag. kulin.

POLSAT RODZINA HD

10.55 **Ekstremalne drogi do szkoły** (1) – serial dok.
12.00 **Bogaty dom – biedny dom** (93) – reality show
13.00 **Rodzina zastępcza** (185, 186) – kom., Pol. 2004
14.55 **Pociągi, które zmieniły świat** (1, 2) – serial dokum.
17.10 **Pingwiny z Madagaskaru** (15-18)
19.05 **Rodzina zastępcza** (289)
20.05 **Miodowe lata** (26) – kom.
20.45 **Całkiem nowe lata miodowe** (1) – kom., Pol.
21.15 **Miodowe lata** (80) – kom.
22.10 **Nasz nowy dom**
0.05 **II wojna światowa – jednostki specjalne** (1)

BBC LIFESTYLE HD

13.30 **Włoski remont Amandy i Alana**
14.40 **Najpiękniej ukryte hotele** (4) – dok., Wlk. Bryt.
15.40 **Zapraszam do stołu 21**
17.50 **Wielkie projekty: Dom Roku 7** (1) – pr. rozrywk.
18.45 **Mistrzowie ceramiki 3**
19.45 **Wielkie amerykańskie wypieki 5** (6) – pr. rozrywk.
20.30 **Malezja dla smakoszy z Justine Schofield** (6)
21.00 **Najpiękniej ukryte hotele 2** (2) – serial dokum.
22.00 **Kurorty sławnych i bogatych** (2) – serial dok.
23.00 **Wstydliwe choroby: dzieci** (3) – serial dokum.

NICK JR. HD

16.40 **Psi Patrol 6** (3) – anim.
17.00 **Rubble i jego ekipa 4**
17.30 **Pan Krokodyl** (7) – anim.
18.00 **Barbapapa i jego rodzinka** (2) – serial anim.
18.30 **Tim Rex wśród gwiazd 2** (1) – anim., Wlk. Bryt./Dania
18.55 **Przygody Misia Paddingtona 2** (4) – anim.
19.25 **Przygody Misia Paddingtona 3** (24)
19.50 **Przygody Misia Paddingtona** (8) – anim.
20.00 **Świnka Peppa 2** (22-26)
20.30 **Małe Królestwo Bena i Holly** (15) – serial anim.
21.00 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (8-10) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.10 **Więcej „Wydarzeń"** – inf.
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Najważniejsze pytania**
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – publ.
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Najważniejsze pytania**

TVP KOBIETA DVB T2

13.50 **Kiedyś to było...** – mag.
14.25 **Okrasa łamie przepisy**
15.00 **Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka** (57)
15.30 **Ojciec Mateusz 31** (407)
16.25 **Ojciec Mateusz 32** (408)
17.25 **Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem** (1) – serial dok.
18.30 **Hity wszech czasów** (3)
19.30 **Miłość i nadzieja** (275) – telenowela, Turcja 2022
20.30 **Wichrowe wzgórze** (256) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (252) – obycz.
22.30 **Królowe życia** – komedia, FILM USA/Wlk. Bryt. 2019, 95 min

E! ENTERTAINMENT HD

8.50 **Wags** (7, 8) – serial dok.
10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (11)
14.20 **Wags** (9, 10) – serial dok.
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (17, 1)
20.30 **Wags** (11, 12) – serial dok.
22.30 **Plastyczna fuszerka** (8, 9) – serial dokumentalny
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (11)
3.00 **Plastyczna fuszerka**

TV TRWAM DVB T

15.50 **Ma się rozumieć**
16.00 **Informacje dnia**
16.10 **Sanktuaria polskie**
16.30 **Porady medyczne bonifratrów** (34) – med.
17.00 **Świadkowie**
17.30 **Spotkanie Rodziny Radia Maryja** – pr. religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Z wędką nad wodę w Polskę i świat** – rozr.
22.30 **Gość oczekiwany** FILM – obycz., Pol. 2024, 90 min

BBC BRIT HD

9.20 **Top Gear: samoloty, pociągi i inne pojazdy** (6)
10.25 **Warsztat Hammonda 3**
11.25 **Niezwykłe hotele bez tajemnic 6** (2) – serial dok.
12.30 **Top Gear 6** (2) – mag.
13.35 **Warsztat Hammonda 4**
14.35 **Cuda inżynierii 5** (10)
15.40 **Najsłabsze ogniwo** (1)
16.45 **Niezwykłe hotele bez tajemnic 6** (2) – serial dok.
17.50 **Top Gear 6** (3) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii 5** (10)
20.00 **Niezwykłe hotele bez tajemnic 6** (3) – serial dok.
21.00 **Najbardziej luksusowe...**
23.00 **Top Gear 6** (2) – mag.
0.05 **Najsłabsze ogniwo** (1)

MINI MINI+ HD

15.10 **Baranek Shaun** (21-23)
15.36 **Jeżyk Happy** (5, 6) – anim.
15.55 **Mały Charlie** (13) – anim.
16.05 **Mega Ekspres** (31, 32)
16.30 **Ciekawski George 8** (5)
17.00 **Strażak Sam 16** (21, 22)
17.25 **Staś i fajna Babcia** (1, 2)
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.56 **Smerfy** (12) – serial anim.
18.25 **Leśna rodzina: Pamiętnik Frei** (2, 3)
18.50 **Baczne oczka** (13, 1)
19.05 **Kicia Kocia 2** (1, 2) – anim.
19.25 **Mały Charlie** (13) – anim.
19.36 **Jeżyk Happy** (5, 6) – anim.
19.52 **Basia 2** (6) – serial anim.
20.05 **Wierszyki domowe** (3-5)
20.35 **Dolina Muminków 3** (11)

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.
23.30 **Kryminalna siódemka**
23.55 **Panorama**

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

Warto zobaczyć

11.55 TVP KULTURA
Jutro idziemy do kina
OBYCZAJOWY Rok 1938. Andrzej, Piotr i Jerzy wchodzą w dorosłe życie. Każdy z przyjaciół ma inne plany. Wybuch wojny odmienia ich losy. *Reż.: Michał Kwieciński, A: Mateusz Damięcki, Antoni Pawlicki, Anna Gzyra Polska 2007* **115 min ▶ do godz. 13.50**

15.00 PARAMOUNT NETWORK
Sex Story
KOMEDIA ROM. Przyjaciele z dzieciństwa chcą tworzyć relację opartą na seksie. Idealny w teorii układ nie sprawdza się w życiu. *Reż.: Ivan Reitman, A: Natalie Portman, Ashton Kutcher, Kevin Kline USA/Wlk. Bryt. 2011* **150 min ▶ do godz. 17.30**

15.50 HBO
Kochanek królowej
HISTORYCZNY XVIII wiek. Królowa Danii nawiązuje romans z lekarzem męża, Struenseem. Dzięki niej mężczyzna zdobywa duże wpływy. *Reż.: Nikolaj Arcel, A: Alicia Vikander, Mads Mikkelsen, Trine Dyrholm Dania/Czechy 2012* **135 min ▶ do godz. 18.05**

16.25 ALE KINO+
Terapia dla par
KOMEDIODRAMAT Sześć osób mierzących się z problemami w związkach rozpoczyna terapię. Odkrywają kolejne niewygodne prawdy. *Reż.: Gerardo Herrero, A: Malena Alterio, Alexandra Jiménez, Eva Ugarte Hiszpania 2023* **110 min ▶ do godz. 18.15**

17.20 HBO 3
Blue Moon
BIOGRAFICZNY Rok 1943. Tekściarz Lorenz Hart zmaga się z kryzysem. Jego były współpracownik świętuje premierę swojego musicalu. *Reż.: Richard Linklater, A: Ethan Hawke, Margaret Qualley, Andrew Scott USA/Irlandia 2025* **100 min ▶ do godz. 19.00**

18.50 POLSAT FILM
Klik: I robisz, co chcesz
KOMEDIA Zapracowany architekt dostaje magicznego pilota. Zyskuje władzę nad czasem. Płaci jednak wysoką cenę. *Reż.: Frank Coraci, A: Adam Sandler, Kate Beckinsale, Henry Winkler USA 2006* **130 min ▶ do godz. 21.00**

20.00 C+ PREMIUM
Kopnięci w czasie
KOMEDIA Lata 50. Para przenosi się do 2025 roku. Gospodyni domowa rozwija się zawodowo, lecz mąż tęskni za dawnym podziałem ról. *Reż.: Vinciane Millereau, A: Elsa Zylberstein, Didier Bourdon, Maxim Foster Francja/Belgia 2025* **105 min ▶ do godz. 21.45**

22.40 STOPKLATKA
Gangi Nowego Jorku
SENSACYJNY Potomek irlandzkich imigrantów chce pomścić ojca. Przenika do bandy wroga i zdobywa jego zaufanie. Plan komplikuje miłość. *Reż.: Martin Scorsese, A: Leonardo DiCaprio, Daniel Day-Lewis USA/Niemcy 2002* **200 min ▶ do godz. 2.00**

→ filmowe hity

Do walki z obcymi staje nowe pokolenie obrońców, wśród nich są Jake i Dylan – syn kapitana Hillera.

19.55 POLSAT
Dzień Niepodległości. Odrodzenie

SCIENCE FICTION Ziemi ponownie grozi inwazja. Wrogowie są silniejsi niż przed laty.

HIT DNIA Od ataku kosmitów minęło dwadzieścia lat. Jedną z konsekwencji napaści był postęp cywilizacyjny. Wykorzystano technologię, którą zostawili najeźdźcy, by stworzyć system obronny. Niestety, nie tylko Ziemianie udoskonalili wyposażenie militarne. W obliczu ponownej inwazji ludzie okazują się równie bezradni jak dwie dekady wcześniej. Do walki zostaje wysłany oddział pilotów. Wśród nich są zawadiacki Jake Morrison oraz syn kapitana Hillera – Dylan. Misja nie powiedzie się, jeśli nie odłożą na bok wszystkiego, co ich podzieliło. W ofensywę angażuje się również były prezydent wraz z córką. Pomagają im David Levinson, a także dr Okun, którzy mogą udzielić cennych informacji. **HD 155 min ▶ do godz. 22.30**

USA 2016 **Reż.:** Roland Emmerich **Wyst.:** Liam Hemsworth, Jeff Goldblum, Jessie T. Usher, Bill Pullman

20.00 TVN 7
Jestem legendą
SCIENCE FICTION Nowojorczycy zarażają się wirusem zmieniającym ludzi w krwiożercze bestie. Odporny na niego samotny naukowiec (Will Smith) pracuje nad antidotum. Jego jedynym towarzyszem jest pies.

Reż.: Francis Lawrence Wyst.: Alice Braga USA 2007 **HD 140 min ▶ do godz. 22.20**

20.00 TV PULS
Kod 211
SENSACYJNY Owdowiały policjant Mike (Nicolas Cage) i uczeń szkoły średniej Kenny mieszkają w niewielkim Chesterford. Obaj mają problemy. Pewnego dnia ich drogi krzyżują się, kiedy grupa mężczyzn napada na bank.

Reż.: York Alec Shackleton Wyst.: Sophie Skelton USA 2018 **HD 110 min ▶ do godz. 21.50**

20.50 TVN
Księgowy
THRILLER Geniusz matematyczny Christian Wolff (Ben Affleck) pod przykrywką biura rachunkowego realizuje zlecenia dla przestępców. Gdy odkrywa prawdę o finansach pewnej firmy, ściąga na siebie niebezpieczeństwo.

Reż.: Gavin O'Connor Wyst.: Anna Kendrick USA 2016 **HD 160 min ▶ do godz. 23.30**

21.50 TV PULS
Momentum
THRILLER Złodziejka Alexis (Olga Kurylenko) planuje z byłym partnerem kradzież diamentów. Podczas napadu sprawy się komplikują. Kobieta zostaje oskarżona o zabójstwo. Na domiar złego śledzi ją zawodowy morderca.

Reż.: Stephen S. Campanelli Wyst.: Jenna Saras USA 2015 **HD 115 min ▶ do godz. 23.45**

22.30 POLSAT
Baby Driver
SENSACYJNY Kierowca mafii (Ansel Elgort) ma jak najszybciej zabierać gangsterów z miejsc napadu. Dla ukochanej postanawia zerwać z półświatkiem. Zostaje jednak zmuszony do udziału w ostatnim rabunku.

Reż.: Edgar Wright Wyst.: Jon Bernthal USA 2017 **HD 145 min ▶ do godz. 0.55**

23.05 TV 4
Nieśmiertelny
FANTASY Na ulicach Nowego Jorku pojawiają się dwaj wrogowie – Connor MacLeod (Christopher Lambert) i Victor Kurgan. Obaj zginęli w XVI wieku w wojnie ze szkockimi klanami. Tajemnicze siły przywróciły ich do życia.

Reż.: Russell Mulcahy Wyst.: Sean Connery USA1986 **HD 150 min ▶ do godz. 1.35**

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

→ sport

11.30 POLSAT SPORT 1

Turniej ATP w Halle

TENIS LIVE Trwa sezon zawodów na kortach trawiastych. To ulubiona nawierzchnia Huberta Hurkacza. Oprócz Polaka formę przed Wimbledonem będą szlifować w Halle m.in. Alexander Zverev, Taylor Fritz, a także Flavio Cobolli. HD 120 min ▸ do godz. 13.30

20.50 TVP 1

Francja – Senegal

PIŁKA NOŻNA LIVE Podczas mundialu w 2002 r. Lwy Terangi zaskoczyły cały piłkarski świat, pokonując Francuzów 1:0. 24 lata później ekipa Pape Thiawa spróbuje sprawić kolejną sensację. HD 165 min ▸ do godz. 23.35

23.50 TVP 2

Irak – Norwegia

PIŁKA NOŻNA LIVE Podopieczni Ståle Solbakkena odnieśli komplet zwycięstw w eliminacjach MŚ. W rezultacie reprezentacja Norwegii wróciła na mundial po 28 latach. Przed nią mecz z najsłabszą ekipą w grupie I. HD 155 min ▸ do godz. 2.25

2.50 TVP 1

Argentyna – Algieria

PIŁKA NOŻNA LIVE Albicelestes ruszają po drugi Puchar Świata z rzędu. Zaczną od starcia z ekipą Lisów Pustyni, dowodzoną przez Vladimira Petkovicia, byłego selekcjonera reprezentacji Szwajcarii. HD 150 min ▸ do godz. 5.20

→ rozrywka

18.00 C+ DOMO

Ucieczka na wieś 25

LIFESTYLE Kolejni Brytyjczycy decydują się na zmianę adresu. Chcą opuścić miasto i zwolnić tempo. W hrabstwach położonych w pobliżu Londynu i na południowym wybrzeżu ceny są wysokie. Tańsze oferty można znaleźć m.in. w Walii. HD 55 min ▸ do godz. 18.55

19.40 TVP ROZRYWKA

Makłowicz w podróży

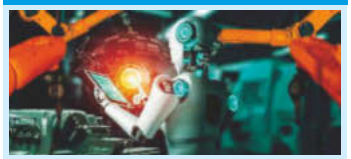
KULINARNY W górach Sierra Maestra kucharz próbuje naparu zaparzonego domowym sposobem. W punkcie widokowym gotuje danie z jagnięciny. Kolejnym przystankiem jest Santiago de Cuba. 30 min ▸ do godz. 20.10

20.00 BBC BRIT

Niezwykłe hotele bez tajemnic 6

LIFESTYLE Znana szefowa kuchni Monica Galetti i Rob Rinder jadą do centrum Rzymu, by dołączyć do personelu hotelu, który ma bogatą historię. W tym miejscu zatrzymało się wielu sławnych gości. HD 60 min ▸ do godz. 21.00

→ dokument



21.00 DISCOVERY CHANNEL

Teorie spiskowe pod lupą

NAUKA Autorzy programu poruszą kwestię zaufania do sztucznej inteligencji. Eksperci zastanawiają się, czy AI może manipulować rzeczywistością bez wiedzy człowieka. HD 60 min ▸ do godz. 22.00

Zamów najbliższe wydania swojego ulubionego tytułu!

Oferta PRENUMERATY

Od teraz możesz kupić **to&owoTV** dla siebie i swoich bliskich bez wychodzenia z domu.
5 wydań za 21,45 zł lub 26 wydań za 111,54 zł

Możesz także zamówić **e-wydanie** na www.czytelnia.pl
– to wygodny i szybki dostęp do najlepszych treści na Twoim smartfonie, tablecie czy komputerze.

Aby zamówić kolejne wydania **to&owoTV**:
→ przez internet: wejdź na **www.czytelnia.pl**
→ telefonicznie (w godz. 8.00 – 17.00): zadzwoń pod numer:
67 210 86 05, 67 354 16 05
prenumerata@bauer.pl

* Najdogodniejszą formą składania zamówień jest nasz sklep www.czytelnia.pl
* Szacowany czas dostawy: 4 dni od daty ukazania się w kiosku.
* Wysyłka za pośrednictwem Poczty Polskiej listami ekonomicznymi, na terenie Polski. W przypadku wysyłki poza granice kraju do cen prenumeraty doliczamy opłatę pocztową zgodną z aktualnym cennikiem Poczty Polskiej.

TVP 1 HD DVB-T2

6.00 Akcjowa 38 (879) – telenowela, Hiszpania 2015
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.30 Kościół z bliska – mag. religijny
8.00 Serwis Info – program inform.
8.10 Pogoda Info
8.15 Czterdziestolatek (12) – serial obyczajowy, Polska 1975
9.20 Ranczo 5 (57): Człowiek z Rio – serial obyczajowy, Polska 2011
10.15 Komisarz Alex 6 (66): Okup – serial kryminalny, Polska 2014
11.05 Ojciec Mateusz 14 (174) – serial kryminalny, Polska 2015
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: Kalahari, twarde prawo pustyni (1/2) – film dokumentalny, Fr. 2022
14.00 Złoty chłopak (313) – serial obyczajowy, Turcja 2022
15.00 Serwis Info – program inform.
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1046) – teleturniej
16.00 Dziedzictwo (950) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Jaka to melodia? – telet. muz.
18.05 Reporterzy – mag. reporterów
18.25 Akcjowa 38 (891) – telenowela, Hiszpania 2015
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.
20.10 Sport, pogoda
20.25 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)

TVP 2 HD DVB-T2

4.35 Na dobre i na złe – serial obyczajowy, Polska 2023
5.35 M jak miłość (1776) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.30 W drodze do doskonałości – reportaż, Polska 2026
6.55 Barwy szczęścia (3335) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.25 Rodzinka.pl (11, 12): Nienormalnie normalna rodzina; Walka z nałogami – serial komediowy, Polska 2011
12.35 Koło fortuny (1861) – teleturniej
13.15 Postaw na milion – teleturniej
14.05 Va banque (990) – teleturniej
14.35 Na sygnale (855): Miało być tak pięknie – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (412) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
Catalina odkrywa prawdę o interesach Pelaya. Jana i Manuel zarzucają Ablowi współudział w oszustwach Jimeny. Lekarz ostrzega ich przed kobietą.
16.00 Koło fortuny (1862) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (123) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Derya namawia Cemila, by podnajął wolny pokój. Hancer przeciwstawia się Mukadder i Beyzie. Jej rozmowa z Cihanem przynosi w końcu przełom.
18.15 Va banque (991) – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej

POLSAT HD DVB-T2

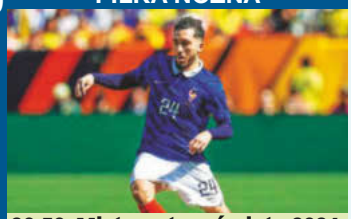
4.40 Disco Gramy
5.25 Telezakupy TV Okazje – magazyn reklamowy
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.30 Malanowski i partnerzy (294, 295): Stajenna; Niebezpieczne czary – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
9.30 Trudne sprawy (1225, 1226) – serial paradokumentalny, Polska 2023
11.35 Gliniarze (838, 839) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.40 Dlaczego ja? (1468, 1469) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Barbara wybiera się z mężem i adoptowanym synem Stanisławem w podróż. Nastolatek znika. Pół roku później zrozpaczona matka poznaje jego biologicznego bliźniaka, Tomasza. Próbuje zbliżyć się do chłopca uderzająco podobnego do jej zaginionego dziecka.
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.25 Interwencja – magazyn reporterów
16.40 Gliniarze (1035, 1036) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Na wysypisku śmieci zostają znalezione zwłoki mężczyzny. Kilka dni wcześniej poinformował on partnerkę o planach wyjazdu za granicę. Wychodzi na jaw, że skrywał wiele tajemnic.
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 (1670) – serial paradokumentalny, Polska 2024
6.50 Kuchenne rewolucje (3): Toruń – EPTO – program rozrywkowy
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.20 Doradca smaku (5) – magazyn kulinarny
11.25 Kuchenne rewolucje (10, 12): Warszawa, Vintuna; Suwałki – Fresco – program rozrywkowy
13.40 Ukryta prawda (1649, 1650, 1707) – paradok., Polska
Oliwia prowadzi kawiarnię. W jej lokalu pojawiają się gangsterzy, próbując wyłudzić haracz. Gdy kobieta odmawia, jej mąż zostaje pobity. Mężczyzna zaczyna namawiać żonę na przeprowadzkę. Na jaw wychodzą zaskakujące fakty.
16.50 Szpital św. Anny (47) – serial obyczajowy, Polska 2025
Zyta i Paweł podczas powrotu z gór ratują życie nastolatka, który próbował popełnić samobójstwo. Z kolei na SOR trafia małżeństwo po wypadku samochodowym.
17.55 Detektywi (171) – serial fab.-dokum., Polska 2025
Śledczy prowadzą sprawę niemowlęcia, które ktoś pozostawił pod drzwiami mieszkania Oskara. Wychodzi na jaw, że ojciec dziecka przebywał na delegacji, a matka zaginęła.
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów
20.15 Na Wspólnej (4229) – serial obyczajowy, Polska 2026 (player)

20

PIŁKA NOŻNA



20.50 Mistrzostwa świata 2026: mecz grupy I: Francja – Senegal (LIVE)

Francuzi ostatnio w mistrzostwach świata regularnie sięgali po medale. W 2018 roku zostali najlepszą drużyną globu, a cztery lata później zdobyli srebrny krążek. Zmagania w tegorocznym czempionacie rozpoczną od starcia z 14. ekipą w rankingu FIFA. Senegalczycy poprzedni mundial zakończyli na 1/8 finału.

23.35 Zagłada superjachtu Bayesian – film dokumentalny, Wielka Brytania 2024
0.35 Delikatność – komedia romantyczna, Francja 2011, reż. David Foenkinos, wyk. Audrey Tautou, François Damiens, Bruno Todeschini, Monique Chaumette, Mélanie Bernier, Pio Marmai, 120 min (FILM)
2.35 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
2.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy J: Argentyna – Algieria (LIVE)
5.20 Wykrywacz kłamstw – program publicystyczny
5.35 Zakończenie

OBYCZAJOWY

19.25 Barwy szczęścia (3335) – Polska 2026

Kępski dowiaduje się od Wiktora, że Grażyna ma nowego partnera. Kasia kontynuuje walkę o bezpieczeństwo na drogach. U Pyrków zjawia się Lucyna Zwierzchowska, która jest zainteresowana zakupem udziałów Iwony.

20.05 Omnibus – szybcy i mądrzy (9) – teleturniej
20.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (9) – teleturniej
20.55 Postaw na milion – teleturniej
21.55 Na sygnale (845, 846) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
22.50 Rodzinka.pl (275) – serial komediowy, Polska 2019
23.25 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
23.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy I: Irak – Norwegia (LIVE)
2.25 Nie z Gienkiem te numery. Ballada o ostatnim ligaczu – film dokumentalny, Polska 2023
3.20 Akacjowa 38 – telenowela, Hiszpania 2015
4.10 Zakończenie

SCIENCE FICTION

19.55 Dzień Niepodległości. Odrodzenie – USA 2016, 155 min (FILM, HIT DNIA)

Od ataku obcych na Ziemię minęło 20 lat. W tym czasie ludzie stworzyli nowoczesny system obronny. Niestety, w obliczu ponownej inwazji okazują się równie bezradni jak dwie dekady wcześniej. Do walki z wrogiem zostaje wysłany oddział młodych pilotów. Wśród nich są Jake Morrison i Dylan Hiller. Nie jest im łatwo współpracować z powodu dawnego konfliktu.

22.30 Baby Driver – film sensacyjny, Wielka Brytania/USA 2017, reż. Edgar Wright, wyk. Ansel Elgort, Jon Bernthal, Jon Hamm, Eiza González, 145 min (FILM)
Kierowca mafii, Baby, chce dla ukochanej zerwać z przestępczym życiem. Zostaje zmuszony do udziału w ostatnim rabunku.
0.55 Zasady walki 2 – Zdrada – thriller, Kanada 2008, reż. Josef Rusnak, wyk. Wesley Snipes, Lochlyn Munro, Athena Karkanis, Winston Rekert, 140 min (FILM)
3.15 Nasz nowy dom (363) – reality show

THRILLER

20.50 Księgowy – USA 2016, 160 min (FILM)

Christian Wolff jest geniuszem matematycznym. Pracuje w małym biurze rachunkowym, ale tak naprawdę wykonuje zlecenia dla organizacji przestępczych. Kiedy odkrywa prawdę o finansach pewnej firmy, ściąga na siebie poważne niebezpieczeństwo.

23.30 Kuba Wojewódzki (11) – talk-show
0.45 Star Trek: W ciemność – film s.f., USA 2013, reż. J.J. Abrams, wyk. Chris Pine, Zachary Quinto, Zoe Saldana, Karl Urban, 160 min (FILM)
W Londynie dochodzi do ataku na archiwum Gwiezdnej Floty. Wkrótce terrorysta uderza ponownie, zabijając m.in. admirała Pike'a, mentora kpt. Kirka. Ten dostaje zadanie schwytania zamachowca. W razie porażki Federację czeka wojna.
3.25 Szpital św. Anny (115) – serial obyczajowy, Polska 2026
4.25 Uwaga! – magazyn reporterów
4.40 Nauka jazdy 5 (1) – pr. rozr.
5.10 Recepta na stary dom 3 (11) – program rozrywkowy

P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB-T2

5.20 Ten moment (37) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 Szkoła (726-728) – serial paradokumentalny, Polska 2019
8.45 Ukryta prawda (1320, 1408, 1409) – serial paradokumentalny, Polska
11.55 W-11 – Wydział Śledczy (1044-1046): Największy błąd; Nie zostawisz mnie; Luksusowa dziewczyna – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
14.00 Detektywi (104): Rodzina gangstera – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
15.00 Szpital (750) – serial paradokumentalny, Polska 2018
16.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (484, 485) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
Nauczyciel Roman jest oskarżony o pobicie Konrada, który ukradł mu portfel. Złodziej doznał poważnych obrażeń.
18.00 Sekrety życia (40) – serial paradokumentalny, Polska 2023
25-letnia dziennikarka Paulina pisze artykuł o firmie produkującej wegańskie kosmetyki. Dowiaduje się, że produkty są testowane na zwierzętach.
19.00 Ukryta prawda (1511) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Panna młoda czeka przed kościołem na narzeczonego. Ponieważ wybranek się nie pojawia i nie odbiera telefonu, zdesperowana zgłasza zaginięcie. Policja odkrywa, że poleciał do Chile.

TV PULS HD DVB-T2

6.00 Policjanci z Miami 2 (11, 12): Powrót do prawdziwego świata; Cwaniak Phil – serial kryminalny, USA 1985
8.00 Kobra – oddział specjalny (10, 11): Niewłaściwa strona; Śladami ojca – serial sensacyjny, Niemcy 2015
10.00 Maria z przedmieścia (19, 20) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (96) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
13.00 Wspaniałe stulecie (30) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 Kurierzy (15) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (502, 503) – serial obyczajowy, Polska 2022
Marek, przytłoczony długami i sprawami sądowymi, postanawia odebrać sobie życie. Dzieci odwodzą go od desperackiego czynu. Mężczyzna musi zorganizować pieniądze dla wierzycieli.
17.00 Kurierzy (16) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Roman dostarcza przesyłkę dziesięcioletniej Dianie. Okazuje się ona bardzo rezolutna. W ciągu dnia przebywa w mieszkaniu sama. Roman zgadza się zagrać z nią na konsoli.
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (953, 954) – serial obyczajowy, Polska 2026
18-letni Kamil ma problemy w relacjach z dziewczynami. Razem z kolegami zaczyna nękać Kasię, która go odrzuciła. Sytuacja wymyka się spod kontroli.

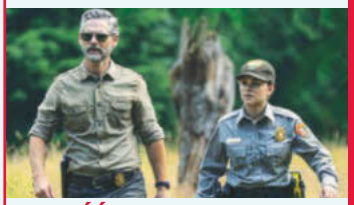
PULS 2 HD DVB-T2

5.50 Ale numer! 19 (7) – program rozrywkowy
6.25 Superthings: Kazoom Power (24, 25) – serial anim., Hiszp. 2024
6.40 Smerfy 2 (34) – serial animowany, Bel./USA/Francja
6.55 Jeżyk i Przyjaciele (11, 10) – serial animowany, Polska
7.30 Psi Patrol 8 (20) – serial animowany, USA/Kanada 2021
7.50 Superkoty (25) – serial animowany, USA 2023
8.30 Myszka Miki: Frajdomek 2 (49) – serial anim., USA 2022
8.50 Masza i Niedźwiedź 3 (13, 14) – serial animowany, Rosja 2015
9.20 Bing (77, 78) – serial animowany
9.35 Basia 2 (24, 25) – anim., Pol. 2019
10.00 Jeżyk i Przyjaciele (9) – serial animowany, Polska 2025
10.25 Spidey i superkumple 2 (28, 27) – serial anim., USA 2022
11.25 Gus. Mały – wielki rycerz (13, 14) – serial anim., Fr. 2021
11.55 Smerfy (140, 141) – serial anim.
13.00 Gumisie 6 (13, 12) – serial anim.
14.00 Kacze opowieści (45, 47) – serial animowany, USA 1987
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (9, 10) – anim., Francja/Korea Południowa/Jap.
16.00 Fineasz i Ferb 2 (21, 22) – serial animowany, USA 2007-2011
17.00 Marta mówi (9) – serial anim., USA/Kanada/Filipiny 2008
17.35 Superkoty (24) – serial animowany, USA 2023
18.00 Blue 2 (15, 16) – anim., Australia/Wielka Brytania 2020-2021
18.15 Bing (77, 78) – serial animowany, Wielka Brytania/Irlandia 2014

NETFLIX

DISASTER ARTIST

San Francisco, lata 90. Aktor Greg Sestero (Dave Franco) zaprzyjaźnia się z ekscentrykiem Tommym Wiseau (James Franco). Mimo braku talentu ruszają na podbój Hollywood. Tommy chce wyprodukować film na podstawie autorskiego scenariusza. Powstały „The Room" zostaje uznany za najgorszy film świata.
▶komediodramat, USA 2017; 104 min



DZIKOŚĆ

Agent Kyle Turner (Eric Bana) strzeże porządku na terenie Yosemite. Gdy ze szczytu formacji skalnej El Capitan spada kobieta, z pomocą koleżanki po fachu, Vasquez (Lily Santiago), bada okoliczności tragedii. W toku śledztwa wychodzi na jaw, że w parku działa niebezpieczna grupa handlarzy narkotyków.
▶serial krym. (6 odc.), USA 2025

PREMIERA

ULUBIENICE AMERYKI: CHEERLEADERKI DALLAS COWBOYS 3

Program ukazuje kulisy sezonu 2025–26 – od wymagających przesłuchań po mecze NFL – w czasie, gdy popularność drużyny wzrasta. Przy ogromnej konkurencji członkinie DCC muszą udowodnić, że mają talent, determinację i siłę.
▶serial dokum. (7 odc.), USA 2026

LA DOLCE VILLA

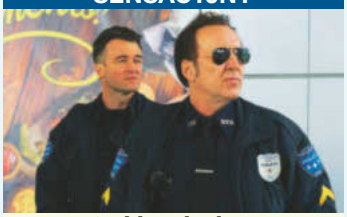
Odnoszący sukcesy zawodowe Amerykanin Eric (Scott Foley) przybywa do toskańskiego miasta Montezara, by powstrzymać córkę Olivię (Maia Reficco) przed kupnem zrujnowanego domu. Poznaje jednak burmistrz Francescę (Violante Placido), która wpada mu w oko. Odkrywa też kulinarną pasję.
▶kom. romant., USA 2025; 99 min

SCIENCE FICTION

20.00 Jestem legendą FILM – USA/Australia 2007, 140 min
Rok 2012, Nowy Jork. Mieszkańcy miasta zostają zarażeni tajemniczym wirusem, który zmienia ludzi w krwiożercze bestie. Naukowiec Robert Neville jest jedynym człowiekiem odpornym na zabójczą infekcję. Chce opracować skuteczną szczepionkę. Na jego życie czyhają hordy potworów.

22.20 Oszukać przeznaczenie 2 FILM – horror, USA 2003, reż. David R. Ellis, wyk. Ali Larter, A.J. Cook, Michael Landes, Tony Todd, 115 min
0.15 Królowe zbrodni – film FILM kryminalny, USA/Kanada 2019, reż. Andrea Berloff, wyk. Melissa McCarthy, Tiffany Haddish, Elisabeth Moss, Domhnall Gleeson, 130 min
2.25 Zgłoś remont 11 (2) – program rozrywkowy
3.15 Fachowcy 2 (5) – serial paradokumentalny, Polska 2018
3.55 Usterka 12 (3) – magazyn poradnikowy
4.30 Dorota was urządzi! (3) – program rozrywkowy

SENSACYJNY



20.00 Wtorki z Nicolasem Cage'em: Kod 211 FILM – USA/Bułgaria 2018, 110 min
Policjant Mike od śmierci żony ma problemy w relacjach z otoczeniem. Nie potrafi też porozumieć się z zamężną córką. W jego rodzinnym miasteczku mieszka Kenny, nieśmiały uczeń szkoły średniej. Pewnego dnia ich drogi krzyżują się, gdy dochodzi do napadu na bank.

21.50 Momentum – thriller, FILM USA 2015, reż. Stephen S. Campanelli, wyk. Morgan Freeman, Olga Kurylenko, James Purefoy, Jenna Saras, 115 min
Uwodzicielska złodziejka Alexis planuje spektakularną kradzież. Podczas napadu zostaje oskarżona o morderstwo. Zaczyna śledzić ją zawodowy zabójca.
23.45 Bez granic – thriller, Dania/ FILM Niemcy/Estonia 2024, reż. Ole Christian Madsen, wyk. Afshin Firouzi, Joachim Fjelstrup, Sofie Torp, Ulrich Thomsen, 170 min
2.35 Dzielnica strachu 9 (389): Zanim umrę – serial kryminalny, Polska 2025
3.30 Zobacz to! – pr. powtórkowe

ANIMOWANY

18.45 Masza i Niedźwiedź 3 (13, 14) – Rosja 2015
W ogrodzie Misia lądują kosmici. Przybysze przybierają postać rezolutnej przyjaciółki zwierzaka, Maszy. W jej imieniu próbują zamienić prysznic w statek kosmiczny. Wprowadza to wielki chaos i zabawne zwroty akcji.

19.00 Kacze opowieści (46, 48) – serial animowany, USA 1987
20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (961) – serial obyczajowy, Polska 2026
21.00 Dzielnica strachu 9 (393, 394) – serial kryminalny, Polska 2025
23.00 Drapieżnik – thriller, USA 2007, FILM reż. Wai-keung Lau, wyk. Richard Gere, Claire Danes, KaDee Strickland, Ray Wise, 130 min
1.10 Lombard. Życie pod zastaw 12 (627) – serial obyczajowy, Polska 2023
2.00 Lombard. Życie pod zastaw 9 (467) – serial obycz., Polska 2021
3.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (174, 175) – obycz., Polska 2019
5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (488) – serial obyczajowy, Polska 2022

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.10 **FBI: Most Wanted 2** (1, 2) – serial krym.
7.35 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (1, 2) – serial kryminalny
9.25 **Castle** (3, 4) – serial kryminalny, USA 2009
11.20 **MacGyver** (9, 10) – serial akcji, USA 2016-2017
13.20 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (3, 4) – serial kryminalny
15.10 **Agenci NCIS 19** (11, 12) – serial sensacyjny, USA 2022
17.10 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 2** (12, 13) – serial krym., USA/Kanada 2001
19.10 **Castle** (5, 6) – serial kryminalny, USA 2009

TVP SERIALE

5.25 **Rodzinka.pl** (85, 86) – serial kom., Pol. 2013
6.30 **Na sygnale** (468, 469) – serial fab.-dokum.
7.40 **Ojciec Mateusz 2** (18) – krym., Pol. 2009
8.35 **Komisarz Alex** (7) – serial krym., Polska
9.25 **Rodzinka.pl** (87)
10.05 **Klan** (1434, 1435)
10.55 **Ranczo 7** (85, 86)
12.40 **Komisarz Alex** (8)
13.35 **Ojciec Mateusz 29** (369, 370) – krym., Pol.
15.30 **Komisarz Alex** (9) – serial krym., Polska
16.20 **Na sygnale** (470, 471) – serial fab.-dokum.
17.30 **Ranczo 7** (87, 88) – serial obycz., Polska
19.30 **Ojciec Mateusz 29** (371) – krym., Pol. 2023

TVP KULTURA HD

11.55 **Jutro idziemy do kina** – dramat obyczajowy, Polska 2007, 115 min
13.50 **Taniec – kultura czy życie** – film dokum., Niemcy 2022
14.50 **Kosmos 1999** (4) – s.f.
15.55 **Koniec babiego lata** – film obyczajowy, Polska 1974, 65 min
17.00 **Samochodzik i templariusze** (5-ost.) – serial przyg.
17.45 **Podróż za jeden uśmiech** (1) – przyg.
18.20 **Poszukiwacze zaginionych dzieł sztuki** (3) – serial dok.
18.55 **Pan wzywał, milordzie? 2** (7) – serial kom., Wlk. Bryt.

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 3** (12) – serial dok., Pol. 2018
7.00 **Wyraj** – film krótkometraż.
7.35 **Fuks** – komedia sens., Polska 1999, 105 min
9.20 **Wolna krowa** – film krótkometraż.
10.00 **Grantchester 10** (7, 8-ost.) – serial krym.
12.05 **Vera 2** (2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
14.00 **Włamanie na śniadanie** – komedia kryminalna, USA 2001, 145 min
16.25 **Terapia dla par** – komediodramat, Hiszpania 2023, 110 min
18.15 **Vera 2** (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

CANAL+ PREMIUM HD

9.50 **Łapu capu** – pr. rozr.
9.55 **Hollywood Buzz**
10.25 **Warcraft: Początek** – film fantasy, Chiny/Kanada/Japonia 2016, 120 min
12.25 **Kiler-ów 2-óch** – komedia, Polska 1999, 115 min
14.20 **To nie jest zagadka kryminalna** (2) – serial krym., Belgia
15.15 **Czy AI zabija internet?** – film dokum., Niemcy 2025
16.10 **Peacock** – thriller, USA 2010, 90 min
17.40 **Łapu capu** – pr. rozr.
17.50 **Battleship: Bitwa o Ziemię** – film s.f., USA/Japonia 2012, reż. Peter Berg, 130 min

HBO HD

11.25 **Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13** (14) – talk-show
12.15 **Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu** – film fantasy, Australia/USA 2009, reż. Chris Weitz, 130 min
14.25 **Dziewczyna ze zdjęcia** – komedia romantyczna, Kanada/USA 2023, 85 min
15.50 **Kochanek królowej** – dramat historyczny, Dania/Szwecja/Czechy 2012, 135 min
18.05 **Bezsenność** – thriller, USA 2002, 115 min
20.00 **Stamtąd 4** (6) – serial grozy, USA 2026

20

KRYMINALNY

21.05 **Premiera: Rekrut 8** (8) – USA 2026

Nolan i Garza nadzorują transport więźniów z Las Vegas do Los Angeles. W samolocie są m.in. Oscar i szef prywatnej firmy wojskowej, Everett. W pewnej chwili pilot próbuje uprowadzić maszynę.

22.05 **Nocny lot** (6) – sens.
23.05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 2** (12, 13) – serial krym.
0.50 **Castle** (5, 6) – krym.
2.45 **Rekrut 8** (8) – krym.
3.40 **FBI 2** (13) – krym., USA
4.35 **Walker: Strażnik Teksasu** (14) – krym.

KRYMINALNY

20.30 **Ojciec Mateusz 2** (19) – Polska 2009

Nocul zostaje oskarżony o bycie dilerem narkotyków. Ksiądz postanawia pomóc przyjacielowi i dowiedzieć się, kto stoi za próbami wrobienia go w działalność przestępczą.

21.30 **Ranczo 7** (89, 90) – serial obycz., Polska
23.25 **Ojciec Mateusz 29** (372, 373) – krym., Pol.
1.20 **Polowanie na ćmy** (1, 2) – hist., Pol. 2023
3.20 **Gra z Cieniem** (8) – serial krym., Polska
4.15 **Klan** (1434) – telen.
4.40 **Pan Mama** (7) – kom.

TEATR TELEWIZJI

20.00 **Ich czworo** – Polska 2015

Przy świątecznym stole zasiadają mąż, żona i córka. Atmosfera jest napięta. Trudne relacje komplikują zauroczona mężczyzną panna Mania i kochanek żony.

21.45 **Angielka i książę** – dramat historyczny, Francja 2001, 140 min
0.05 **Sen Sułtany** – anim., Hiszp. 2023, 100 min
1.45 **Jutro nie umiera nigdy** – film sensacyjny, USA/Wlk. Bryt. 1997, 130 min
3.55 **Kulturalni** (22) – mag.

DRAMAT SENSACYJNY

20.10 **Dom Glassów** – USA 2001, 135 min

Osierocone dzieci milionerów, Ruby i jej brat Rhett, trafiają do domu przyjaciół rodziny, państwa Glassów. Opiekunowie nie mają jednak dobrych intencji...

22.25 **Źródło nadziei** – dramat wojenny, Australia/USA/Turcja 2014, 130 min
0.35 **Sorry, Baby** – komediodramat, USA/Hiszpania/Francja 2025, 120 min
2.35 **Kruk. Jak tu ciemno** (2) – krym., Pol. 2022

KOMEDIA

20.00 P! **Kopnięci w czasie** – Francja/Belgia 2025, 105 min

Hélene i Michel, małżonkowie z francuskiego miasteczka, zostają przeniesieni z lat 50. XX wieku do 2025 roku. Próbują dostosować się do nowej rzeczywistości.

21.45 **Ich bronią były kamery: Od plaż Normandii do Dachau** – film dokum., USA 2025
22.40 **Wujowy dwór** – komedia, Wielka Brytania/USA 2025, 95 min

FANTASY

21.00 **Ród smoka 2** (8) – USA 2024

Aemond jest o krok od szaleństwa. Larys planuje ucieczkę. Alicent martwi się o bezpieczeństwo Helaeny. Z kolei Rhaenyra stara się wykorzystać przewagę.

22.10 **Amrum** – dramat wojenny, Niemcy 2025, reż. Fatih Akin, 90 min
23.40 **Bezmiar** – dramat obyczajowy, Włochy/Francja 2022, 100 min
1.20 **Locke** – dramat obyczajowy, USA/Wielka Brytania 2013, 85 min

AXN WHITE

8.40 **Detektyw Murdoch 12** (14, 15) – serial kryminalny
10.40 **Agenci NCIS 15** (4-6)
13.35 **Winnice miłości 4** (193)
15.00 **Piękna i bestia: Magiczne święta** – kom. romant., USA 2019, 120 min
17.00 **Wspólny dom na święta** – dramat obyczajowy, Kanada 2023, 125 min
19.05 **Dr House 2** (16) – obycz.
20.00 **Dowody zbrodni 5** (16, 17) – serial kryminalny
21.55 **Unforgettable: Zapisane w pamięci 3** (13) – krym.
22.50 **Agenci NCIS 15** (4-6)
1.25 **Dowody zbrodni 5** (16, 17) – serial kryminalny

AXN BLACK

8.30 **Zagadki z przeszłości** (9)
9.35 **Gwiezdne wrota** (18-20)
12.35 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 3** (16) – sens., USA
13.35 **Renegat 4** (17) – sens.
14.35 **Drużyna A 2** (7) – sens.
15.40 **Nieustraszony 4** (21)
16.50 **Zagadki z przeszłości** (10) – przyg., Fr./Niem./Kan.
17.50 **Gwiezdne wrota** (21, 22)
19.55 **Gwiezdne wrota 2** (1)
21.00 **Spider-Man: Daleko od domu** – film s.f., USA/Czechy/Australia 2019, reż. Jon Watts, 150 min
23.30 **Świat w płomieniach** – film sens., 2013, 160 min
2.10 **The Will of the Son** (8)

WARNER TV

8.25 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 9** (15) – sens., USA
9.25 **Bajer z Bel-Air 3** (22, 23)
10.25 **Prawo Agaty** (12) – obycz.
11.20 **Pełna chata 6** (23, 24)
12.20 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 9** (19, 20) – sens.
14.10 **Bajer z Bel-Air 3** (22-24)
15.40 **Bajer z Bel-Air 4** (1)
16.05 **Pełna chata 6** (23, 24)
17.05 **Pełna chata 7** (1, 2) – kom.
18.10 **Akademia policyjna 5: Misja w Miami Beach** – kom., USA 1988, 110 min
20.00 **Komórka** – film sens., USA/Niemcy 2004, 110 min
21.50 **Zaklęci w czasie** – dram. s.f., USA 2009, 240 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (35-37) – serial paradokumentalny, Polska
9.00 **Co ludzie powiedzą?** (37-39, 1, 2, 40) – serial kom.
12.55 **Kowalscy kontra Kowalscy** (25-28) – obycz.
14.55 **Świat według Kiepskich** (313-316) – kom., Pol. 2009
16.55 **Columbo** (1, 4) – serial kryminalny, USA 1990
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (82-84) – serial krym., USA/Kanada
23.45 **Ślad** (107-109) – krym., Pol.
2.45 **Święty** (264, 265) – serial komediowy, Polska 2022
4.00 **48h. Zaginieni** (57, 58) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.00 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
6.05 **Benek** – komediodramat, Polska 2007, 100 min
7.45 **Dziki robot** – film animowany, 2024, 100 min
9.25 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
9.30 **Masz ci los!** – komedia, Polska 2023, 90 min
11.00 **Azyl** – dramat biograficzny, 2017, 125 min
13.05 **Chopin, Chopin!** – dramat biograf., Pol. 2025, 130 min
15.15 **Krucjata Bourne'a** – thriller, USA/Niemcy 2004, 105 min
17.00 **Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego** – film dokumentalny, Polska 2024
18.30 **Morderstwo w ambasadzie** – film kryminalny, Wielka Brytania 2025, 85 min
19.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Rust. Legenda Zachodu** – western, USA 2024, reż. Joel Souza, 135 min
22.15 **Riff Raff. Zabójcza rodzina** – komedia kryminalna, 2024, 100 min
23.55 **Wcielenie** – horror, Wielka Brytania 2024, 95 min
1.30 **Żurek** – film obyczajowy, Polska 2003, 75 min
2.45 **Trzy miłości** – thriller erot., Polska 2025, 100 min
4.25 **Cudownie ocalony** – kom. obycz., 2004, 95 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Naruto** (5-7) – serial anime, Japonia 2003
11.15 **Australia z góry** (3, 4) – serial dok., Australia 2024
12.55 **Łapu capu Extra** (142) – program rozrywkowy
13.05 **Planeta Singli. Osiem historii** (6) – serial komediowy, Polska 2021
14.00 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy
14.30 **Naruto** (8-10) – serial anime, Japonia 2003
16.00 **Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć** (4-6) – serial komediowy, Fr.
17.50 **Łapu capu Extra** – program rozrywkowy
18.25 **Prost** (1-3) – serial dokumentalny, Fr. 2024
20.00 **Minuta ciszy** (1, 2) – serial obyczajowy, Polska 2022
22.00 **Blizna** (3) – serial sensacyjny, Hiszpania 2024
23.00 **Spartakus: Krew i piach** (10) – serial hist., USA 2010
23.55 **Czarne stokrotki** (3, 4) – serial kryminalny, Polska
2.05 **Rum i rewolucja. Historia Hawany** – film dokumentalny
2.55 **Szaleństwo imprez i raj. Historia Ibizy.** – film dokumentalny, Niem. 2024
3.40 **Świeżak** – film krótkometrażowy, Pol. 2024
4.15 **Ojciec i syn** (3, 4) – serial dokumentalny, Polska 2023

CANAL+ 360 HD

8.00 **Porzucone konstrukcje** (12) – serial dok., Wlk. Bryt.
9.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (4) – serial dok., Niem. 2023
10.00 **Co poszło nie tak** (3)
11.05 **Born Racers. Młodzi i szybcy** (1) – serial dokum.
12.20 **Wolne duchy. Starcie z żywiołami** (1) – dok.
13.00 **Grip – w świecie supersamochodów** (12)
14.00 **Wykrywacz historii** (2)
15.00 **Co poszło nie tak 2** (1)
15.55 **Supersamoloty bojowe** (4) – serial dokumentalny
16.55 **Zholowani: ciężarówki w opałach 8** (6) – dok.
17.50 **Porzucone konstrukcje 4** (11) – dok.
18.45 **Wykrywacz historii** (1)
19.50 **Zholowani: ciężarówki w opałach 8** (7) – dok.
20.50 **Co poszło nie tak 3** (5)
22.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2** (4) – serial dok., Niem. 2014
23.00 **Supersamoloty bojowe** (2) – serial dokumentalny
0.05 **Na pierwszym planie** (4)
0.55 **Pokonani** (1) – serial krym.
2.00 **To jest żużel** (9) – dok.
2.40 **Polowanie na Hitlera** (2)
3.40 **Pogotowie remontowe Wieśka 4** (9, 10) – mag.
4.55 **Zwierzęta Wajraka** (4, 5)

HBO 2 HD

12.25 **I tak po prostu** (5) – kom.
13.00 **Harry Potter i Komnata Tajemnic** – film przygodowy, 2002, 155 min
15.35 **Prezent nocnej furii** – film anim., USA 2011
16.00 **Karate Kid** – film przygodowy, 1984, 125 min
18.05 **Emotki. Film** – film animowany, 2017, 85 min
19.30 **Twórca** – thriller s.f., USA 2023, reż. Gareth Edwards, 130 min
21.40 **Bohemian Rhapsody** – dramat biograf., Wielka Brytania/USA 2018, 130 min
23.50 **Venom** – film s.f., Chiny/USA 2018, 110 min

HBO 3 HD

10.55 **Minecraft: Film** – film familijny, 2025, 100 min
12.35 **Le Mans '66** – dramat biograficzny, 2019, 150 min
15.05 **Georgie i Mandy wzięli ślub 2** (15, 16) – serial kom.
15.45 **Anakonda** – komedia przygodowa, 2025, 95 min
17.20 **Blue Moon** – dramat biograficzny, USA/Irlandia 2025, 100 min
19.00 **Niepewne 3** (5, 6) – kom.
20.05 **The Last of Us 2** (3)
21.00 **Stamtąd 4** (6)
21.55 **Ród smoka 2** (8) – fantasy
23.05 **Królowe podziemia** (4)
0.05 **Złodziej z przypadku** – thriller, USA 2025, 110 min

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (103-105) – dok., Pol.
7.30 **Doktor Martin** (18) – serial obyczajowy
8.30 **Przyjaciółki** (291, 292) – obycz., Pol.
10.25 **Świat według Kiepskich** (137, 138, 203, 204, 145, 146) – serial kom., Polska
14.00 **Paddington** – film familijny, Wielka Brytania/Francja/USA 2014, 120 min
16.00 **Godzilla** – film s.f., USA/Japonia 1998, 170 min
18.50 **Klik: I robisz, co chcesz** – komedia, USA 2006, reż. Frank Coraci, 130 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Pingwiny z Madagaskaru 3** (2, 3) – serial animowany, USA 2012
7.00 **Dwóch i pół 2** (15-18) – serial komediowy, USA 2004
8.55 **Przyjaciele 3** (9-14) – serial komediowy, USA 1996-1997
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 2** (21-23) – serial komediowy, USA 2008
13.10 **Teoria wielkiego podrywu 3** (1-3) – serial komediowy
14.30 **Dwóch i pół 2** (19-22) – serial komediowy
16.30 **Przyjaciele 3** (15-20) – serial komediowy, USA 1996-1997

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (758) – serial paradokum.
6.00 **Kino w drodze** (6)
6.30 **Alfabet filmowy** (6)
6.45 **Zakochani po uszy** (57, 58) – telen., Polska
7.45 **Detektywi** (13-16) – serial fab.-dokum.
9.50 **Prawo Agaty 2** (9) – serial obycz., Polska
10.55 **Szpital św. Anny** (75) – serial obycz., Polska
11.55 **Miłość czy pomyłka?** (3, 4)
13.55 **Prawo Agaty 2** (8)
14.55 **Detektywi** – fab.-dok.
16.00 **Motywy filmowe** (1)
16.25 **Shazam!** – komedia przygodowa, USA/Kanada 2019, 155 min
19.00 **Szpital św. Anny** (54) – serial obycz., Polska

13 ULICA

6.10 **Zbrodnie idealne** (29, 30) – serial kryminalny, Fr. 2017
8.30 **Grace 2** (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
10.30 **Chicago P.D. 10** (10, 11) – serial kryminalny, USA 2022
12.20 **Magnum: Detektyw z Hawajów 4** (3, 4) – serial sensacyjny
14.10 **Zbrodnie idealne** (31, 32) – serial kryminalny, Fr. 2017
16.20 **Grace 2** (2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
18.20 **Chicago P.D. 10** (12, 13) – serial kryminalny, USA 2022
20.10 **Magnum: Detektyw z Hawajów 4** (5, 6) – serial sensacyjny

KINO POLSKA

6.25 **Och! Kabaret** (8) – program rozrywkowy
7.15 **Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 3** (5) – dok.
7.50 **Powstanie warszawskie** – dokument fabularyzowany, 2014
9.35 **Nad Niemnem** FILM (1/2, 2-ost.) – film obycz., 1986, 235 min
13.30 **Skradziona** FILM **kolekcja** – komedia krym., 1979, 115 min
15.25 **Hallo Szpicbródka,** FILM **czyli ostatni występ króla kasiarzy** – komedia kryminalna, 1978, 130 min
17.35 **Pogranicze w ogniu** (15, 16) – serial sens.

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Kabaretowe hity** (7)
6.50 **Polak potrafi** (8)
7.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
8.55 **Robert Makłowicz** (208, 222) – mag. kulin.
10.40 **Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2** (6) – magazyn kulin.
10.55 **Górski lekarz** (4, 5) – obycz., Niem./Austria
13.00 **Katastrofy w przestworzach** (3, 10) – serial dokum.
16.00 **MacGyver 3** (10, 11) – serial sens., USA/Kan.
18.00 **Wojny magazynowe: Kanada 2** (27, 28) – reality show
19.10 **Aukcja w ciemno** (12, 13) – serial dokum.

KOMEDIA

21.00 **Wesoły wtorek:** FILM **Siostry** – USA 2015, 140 min
Maura i jej siostra Kate urządzają pożegnalną imprezę w rodzinnym domu. Zapowiada się szalony wieczór, który pozwoli obu kobietom odkryć siebie na nowo.
23.20 **Bejbi Blues** – dramat FILM obyczajowy, Polska 2012, reż. Katarzyna Rosłaniec, 135 min
1.35 **Fala zbrodni** (63-65) – serial sens., Pol. 2006
4.35 **Na ratunek 112** (840, 841) – serial paradokum., Pol. 2023

KOMEDIOWY

19.30 **Teoria wielkiego podrywu 3** (4-9)
Raj wpada w tarapaty. Musi znaleźć nową pracę, w przeciwnym razie zostanie odesłany do Indii. Z pomocą przychodzi Shledon, który wpada na pewien pomysł.
22.00 **The Office PL 4** (1, 2) – serial kom., Pol. 2024
23.05 **Comedy Club 2** (3, 4)
0.05 **Miasteczko South Park 25** (2, 3)
1.00 **Pracoholicy 7** (9, 10)
2.00 **Śmieszniej nie będzie 5** (3, 4) – rozr.
3.00 **Miasteczko South Park 23** (9, 10)

HORROR

20.00 **Ciche miejsce 2** FILM – USA 2020, 135 min
Evelyn z dziećmi musi opuścić farmę, która stanowiła dla nich schronienie. Rodzina przekonuje się, że potwory reagujące na każdy dźwięk nie są jedynym zagrożeniem.
22.15 **Reminiscencja** FILM – film s.f., USA 2021, reż. Lisa Joy, 145 min
0.40 **Johnny** – dramat FILM biograficzny, Polska 2022, 145 min
3.05 **Szkoła** (730) – serial paradokum.
4.05 **Ukryta prawda** (1328) – paradok., Pol.

KRYMINALNY

22.00 **Chicago P.D. 13** (21) – USA 2025
Kluczowy świadek w sprawie nie chce współpracować, więc zespół jest zmuszony do zmiany dotychczasowego planu, by namierzyć zbiegłego podejrzanego.
22.55 **Kobra – oddział specjalny** (3) – serial sensacyjny, Niemcy 2025
0.55 **Grace 2** (2) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2022
2.55 **Zbrodnie idealne** (30-32) – serial kryminalny, Fr. 2017

OBYCZAJOWY

20.00 **Historie miłosne** FILM – 1997, 115 min
Cztery nowele ukazujące historie mężczyzn, którzy muszą dokonać trudnego wyboru między miłością a dotychczasową stabilizacją, wygodą czy karierą.
21.55 **Młode wilki 1/2** FILM – film sensacyjny, 1997, 115 min
23.50 **Dom zły** – krym., FILM 2009, wyk. Arkadiusz Jakubik, 155 min
2.25 **Mistrz** – dramat FILM biograf., 2020, 115 min
4.20 **IO** – dramat obycz., FILM Pol./Wł. 2022, 100 min

KOMEDIODRAMAT

20.00 **Fenomen** – USA FILM 1996, 160 min
Mechanik George Malley zostaje porażony strumieniem światła. Odtąd zdobywa niesamowite umiejętności, stając się geniuszem. Przemiana ma jednak swoją cenę.
22.40 **Gangi Nowego** FILM **Jorku** – dramat sens., USA/Niemcy/Włochy 2002, 200 min
2.00 **Obława** – dramat FILM wojenny, Polska 2012, 120 min
4.00 **Ostatnie dni** FILM – film wojenny, Polska 1969, 110 min

CINEMAX HD

12.50 **Ósma klasa** FILM – komediodramat, USA 2018, 95 min
14.25 **Magia uczuć** – film FILM fantasy, USA/Indie/Wielka Brytania 2006, 120 min
16.25 **Krucjata Bourne'a** FILM – thriller, USA/Niemcy 2004, 105 min
18.10 **Nomadland** – dramat FILM obyczajowy, 2020, 110 min
20.00 **King's Man: Pierwsza** FILM **misja** – kom. sens., USA/Wlk. Bryt. 2021, 130 min
22.10 **Portland Tower 2** (3, 4-ost.) – krym., Wlk. Bryt.
23.45 **Traffic** – dramat sens., FILM USA/Niemcy 2000, 145 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 **Święty** (3, 4) – kom., Pol.
14.25 **Spadkobiercy 2** (12)
15.25 **Co ludzie powiedzą? 3** (3) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 **Jedną nogą w grobie 6** (4) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 **Czarna Żmija** (4) – kom.
17.35 **Bob kocha Abisholę 5** (1-3) – serial komediowy
19.00 **Dwóch i pół 2** (15-18)
21.00 **Świat według Kiepskich** (9-11) – serial kom., Polska
22.30 **Co ludzie powiedzą? 3** (4) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 **Jedną nogą w grobie 6** (5) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 **Czarna Żmija** (5) – kom.
0.30 **Comedy Club** (7) – pr. rozr.

SCI FI

6.00 **Sanktuarium: Opowieść czarownicy** (5) – krym.
7.00 **Orphan Black: Echa** (8-10) – serial s.f., Kan. 2023
10.00 **Bibliotekarze 3** (5, 6)
11.50 **Czarodziejki 8** (11, 12)
13.40 **Grimm 5** (9, 10) – fantasy
15.30 **Bibliotekarze 3** (7, 8)
17.20 **Czarodziejki 8** (13, 14) – serial fantasy, USA 2006
19.10 **Grimm 5** (11, 12) – fantasy
21.00 **Ministerstwo Czasu 4** (5, 6) – serial przyg., Hiszp.
23.30 **Płonąca pułapka** – dram. FILM sens., 2004, 145 min
1.55 **Czarodziejki 8** (13, 14)
4.00 **Sanktuarium: Opowieść czarownicy** (4, 5) – krym.

FX HD

9.00 **Z archiwum X 2** (5) – s.f.
10.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (5, 6) – serial krym.
11.50 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (14, 15)
13.45 **Agenci NCIS** (16, 17)
15.35 **SkyMed** (7) – obycz., Kan.
16.30 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (7, 8) – serial krym.
18.20 **Z archiwum X** (6) – s.f.
19.15 **FBI 3** (8) – serial kryminalny
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (16, 17)
22.00 **9-1-1** (15) – serial obycz.
22.55 **Z archiwum X** (6) – s.f.
23.50 **Matlock** (10) – serial krym.
0.45 **FBI 3** (8) – serial kryminalny
1.40 **Agenci NCIS** (17) – sens.

KINO TV HD

8.35 **Zagadki kryminalne panny Fisher** (7, 8) – krym.
11.05 **Panna Scarlet i komisarz** (3, 4) – krym.
13.10 **Poirot** – serial kryminalny
15.15 **Zagadki kryminalne panny Fisher** (9, 10) – serial krym., Australia
17.50 **Panna Scarlet i komisarz** (5, 6) – krym.
20.00 **Czarny deszcz** – dramat FILM sensacyjny, 1989, 165 min
22.45 **Czas patriotów** – film FILM sensacyjny, 1992, 135 min
1.00 **Wyrok śmierci** – film FILM sensacyjny, 2007, 150 min
3.30 **Kronika opętania** FILM – horror, 2012, 125 min

ROMANCE TV HD

14.15 **Nowy adres – raj** – kom., FILM Niemcy 2013, 110 min
16.05 **Rosamunde Pilcher:** FILM **W połowie życia** – melodramat, Niemcy/Austria 2012, 115 min
18.00 **Stadnina w Piber** (6)
19.00 **Górski lekarz** (120)
20.00 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Zakonnica na niby** – melodramat, Niemcy 2012, 115 min
21.55 **Portret miłości** – dramat FILM obyczajowy, 2022, 110 min
23.45 **Górski lekarz** (120)
0.45 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Zakonnica na niby** – melodram., 2012, 115 min

CINEMAX 2 HD

13.30 **Profesor** – komediodram., FILM 2023, 110 min
15.20 **Miłość Andrei** – komedia, FILM Hiszpania 2023, 100 min
17.00 **Człowiek z Rzymu** FILM – dramat obyczajowy, Hol./Niemcy 2023, 110 min
18.50 **Dzień Świstaka** FILM – komedia, USA 1993, reż. Harold Ramis, 100 min
20.30 **Jackie Brown** – film FILM sensacyjny, 1997, 155 min
23.05 **Miłość i inne używki** FILM – komedia romantyczna, USA 2010, 110 min
0.55 **Kuchenna rewolucja** FILM – horror komediowy, USA 2023, 100 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

6.00 **Agenci NCIS 16** (21, 22) – serial sensacyjny, USA
7.35 **Lekarze na start** (51, 52) – serial obycz., Polska 2017
9.05 **Poirot 4** (1) – serial krym.
11.20 **Zatraceni w miłości** (1, 2) – telenowela, Turcja 2023
13.25 **Agenci NCIS 16** (23, 24) – serial sensacyjny, USA
15.15 **Lekarze na start** (1, 2)
16.45 **Poirot 4** (2) – serial krym.
19.00 **Zatraceni w miłości** (3, 4)
21.00 **Joan** (4) – serial kryminalny
22.00 **Królowa węży** (6)
23.10 **Tessa D'Urberville** (3, 4)
1.25 **Zatraceni w miłości** (3, 4)
3.05 **Królowa węży** (6)
4.00 **Tessa D'Urberville** (3, 4)

NOVELAS+ HD

10.00 **Cud miłości** (14) – telen.
11.00 **Otchłań namiętności** (99) – telen., Meksyk 2012
12.00 **Za wszelką cenę** (69)
13.00 **List pożegnalny** (74)
14.00 **Historia Juany** (26, 27)
16.00 **List pożegnalny** (75)
17.00 **Za wszelką cenę** (70)
18.00 **Otchłań namiętności** (100) – telen., Meksyk 2012
19.00 **Macocha** (9) – telenowela
20.00 **Cud miłości** (15) – telen.
21.00 **Historia Juany** (27)
22.00 **List pożegnalny** (75)
23.00 **Za wszelką cenę** (70)
0.00 **Otchłań namiętności** (100) – telen., Meksyk 2012
1.00 **Macocha** (9) – telenowela

FX COMEDY HD

10.10 **Diabli nadali 7** (8-11)
12.00 **Jim wie lepiej 6** (1, 2)
13.00 **Sposób użycia** – kom.
14.00 **Wszyscy kochają Raymonda 3** (11-14)
16.00 **Simpsonowie 35** (3, 1, 5, 6)
18.00 **Jak poznałem waszą matkę 9** (13-15) – kom.
19.30 **Współczesna rodzina 5** (16-18) – serial komediowy
21.00 **Family Guy: Głowa rodziny 22** (15)
21.30 **Family Guy: Głowa rodziny 23** (4)
22.00 **Epoka lodowcowa** – film FILM animowany, 2002, 95 min
23.35 **Genialna Morgane** (5, 6)

FILMBOX PREMIUM HD

12.40 **Piekło '63** – dram. biograf., FILM Holandia 2009, 120 min
14.40 **Miłość i Mary** – komedia, FILM USA 2007, 115 min
16.35 **Nic dobrego dla** FILM **kowboja** – kom. romant., Kanada 1998, 105 min
18.20 **Piaskun** – komediodramat, FILM Szwajcaria 2011, reż. Peter Luisi, 100 min
20.00 **Londyn w ogniu** – film FILM sensacyjny, Wielka Brytania/USA/Bułgaria 2016, 110 min
21.50 **Świat w ogniu** – film FILM sensacyjny, 2019, 130 min
0.00 **Bardzo grzeczne** FILM **dziewczyny** – dramat obyczajowy, 2013, 105 min

PARAMOUNT NETWORK HD

10.30 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (25)
11.00 **Wasabi: Hubert** FILM **zawodowiec** – film sens., Fr./Jap. 2001, 120 min
13.00 **Czarodziejki 2** (1, 2)
15.00 **Sex Story** – komedia FILM romantyczna, USA/Wielka Brytania 2011, 150 min
17.30 **Krokodyl Dundee 2** FILM – komedia przyg., USA/Australia 1988, 150 min
20.00 **Zakładnik** – film FILM sensacyjny, 2004, 150 min
22.30 **Krzyk** – horror, USA 1996, FILM reż. Wes Craven, 120 min
0.30 **Planeta Singli. Osiem historii** (5) – serial kom.

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

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
- **6.30 Snooker:** Turniej German Masters – mecz finałowy: S. Murphy – J. Trump
- **8.30 Kolarstwo górskie:** Zawody Pucharu Świata w Leogang – zjazd mężczyzn i zjazd kobiet
- **10.30 Kolarstwo górskie:** Zawody PŚ w Leogang – cross-country kobiet i cross-country mężczyzn
- **12.30 FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans
- **15.30 Kolarstwo kobiet:** Copenhagen sprint
- **16.30 Kolarstwo:** Copenhagen sprint
- **17.30 Cycling Show** – mag.

POLSAT SPORT 1 HD
- **6.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Ukraina – Polska
- **9.00 Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski
- **10.00 Formuła 1:** Grand Prix Barcelony-Katalonii
- **11.30 Tenis:** Turniej ATP LIVE w Halle – mecz 1. rundy gry pojedynczej W zawodach swój udział zapowiedziało aż 6 zawodników w pierwszej dziesiątki rankingu ATP.
- **13.30 Tenis:** Turniej ATP LIVE w Halle – mecz 1. rundy gry pojedynczej
- **15.30 Tenis:** Turniej ATP LIVE w Halle – mecz 1. rundy gry pojedynczej

CANAL+ SPORT HD
- **6.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Wisła Płock
- **8.20 Premier League Stories** (11) – magazyn piłkarski
- **9.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Celta Vigo – Barcelona
- **11.15 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Espanyol – Villarreal CF
- **13.30 Premier League Review** – magazyn piłkarski
- **15.45 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Celta Vigo – Barcelona
- **18.00 Wisła Cupiała** (2) – serial dok., Pol. 2025
- **18.55 Franz** (3, 4) – dok., Pol.

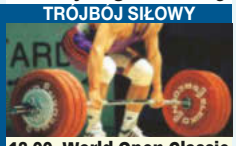
TVP SPORT DVB T2
- **6.40 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy H: Hiszpania – Republika Zielonego Przylądka
- **9.00 Mundialowy poranek** (5) – mag.
- **10.30 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026: Belgia – Egipt
- **12.40 Droga do mundialu 2026** (8) – mag.
- **13.15 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026: Arabia Saudyjska – Urugwaj
- **15.35 Oko w oko** – mag.
- **16.10 Piłka nożna:** MŚ 2026 – mecz grupy G: Iran – Nowa Zelandia
- **18.30 Dzień na mundialu** (5) – magazyn piłkarski

ELEVEN SPORTS 1 HD
- **6.00 LaLiga Best 11** – magazyn piłkarski
- **8.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: 1. FC Union Berlin – FC Bayern Monachium
- **10.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Atletico Madryt
- **12.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Hellas Werona – Inter Mediolan
- **14.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: FC Bayern Monachium – Bayer 04 Leverkusen
- **16.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – ACF Fiorentina

DISCOVERY CHANNEL HD
- **6.00 Mistrzowie logistyki** (1) – dok.
- **7.00 Budowa na końcu świata** – serial dok.
- **8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie** – serial dok.
- **9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 6**
- **10.00 Klan z Alaski** – dok.
- **11.00 Przetrwać nad Jukonem** – serial dok.
- **12.00 Fani czterech kółek 16** – serial dok.
- **13.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita**
- **15.00 Złomowisko PL 5** (6)
- **16.00 Gorączka złota 16**
- **17.00 Nic do zgłoszenia** (7)
- **18.00 Poza cywilizacją** (7)
- **19.00 Nagi instynkt przetrwania 11**

20

TRÓJBÓJ SIŁOWY



- **18.00 World Open Classic Powerlifting Championships – Druskieniki 2026** – 1. sesja LIVE

Do rywalizacji przystąpią m.in. panowie w kategorii do 74 kilogramów.

- **21.00 FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans
- **22.00 Rajdy terenowe:** Mistrzostwa świata w Argentynie – podsumowanie
- **23.00 Szermierka:** ME – Antony 2026 – 1. dzień

LEKKOATLETYKA

- **18.00 World Athletics Continental Tour Gold – Ostrawa** LIVE

W biegu na 100 m przez płotki wystąpi Pia Skrzyszowska. Jej rywalkami będą między innymi Devynne Charlton i Nadien Viser.

- **20.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Japonia – Polska
- **22.30 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Ukraina – Polska
- **1.00 Sporty walki:** J. Lodzik – J. Martinez

PIŁKA NOŻNA

- **20.30 PKO BP Ekstraklasa** – podsumowanie sezonu 2025/2026

Najważniejsze momenty minionego sezonu, zakończonego zdobyciem mistrzostwa Polski przez Lecha Poznań.

- **21.35 Sporty walki:** ONE Friday Fights 158
- **23.50 Liga+ Extra** – mag.
- **2.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia – Lechia Gdańsk
- **4.25 Premier League: The Big Interview** (10) – mag. piłkarski
- **5.00 Ligomistrzowe historie** (4) – mag.

PIŁKA NOŻNA

- **20.00 Mistrzostwa świata 2026** – mecz grupy I: Francja – Senegal LIVE

Jedno z ciekawszy starć pierwszej kolejki fazy grupowej. Wicemistrzowie świata chcą rozpocząć turniej od zwycięstwa. Jednak Lwy Terangi nie ułatwią zadania Trójkolorowym.

- **23.50 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy I: Irak – Norwegia LIVE
- **2.50 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy J: Argentyna – Algieria LIVE

PIŁKA NOŻNA

- **18.00 Liga hiszpańska:** Villarreal – Barcelona

Przekonamy się, czy skuteczna ostatnio Blaugrana, mająca na koncie m.in. zwycięstwo 5:3 nad Betisem, zdoła sforsować żelazną defensywę gospodarzy.

- **20.00 Made in Italy** (9, 4)
- **20.40 Formuła 1:** Grand Prix Barcelony-Katalonii
- **22.40 Ligue 1 Show** (36)
- **23.45 Made in Italy** (5)
- **0.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (3, 4)
- **1.20 Bundesliga Special** (18) – mag. piłkarski

DOKUMENTALNY

- **21.00 Teorie spiskowe pod lupą** – USA 2026

Eksperci zastanawiają się nad granicami zaufania do sztucznej inteligencji i nad tym, czy może ona samodzielnie manipulować rzeczywistością bez wiedzy człowieka.

- **22.00 Sara Price – Droga do Dakaru** (3)
- **23.00 Bimbrownicy 14**
- **0.00 Mike Brewer: przerobić i sprzedać** (6) – dok.
- **1.00 Hot rod wg Kindiga** (4) – serial dok.
- **2.00 Militaria na warsztat 5** (5)

EUROSPORT 2 HD
- **13.00 Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes – 8. etap
- **14.30 Kolarstwo kobiet:** Copenhagen sprint
- **15.30 FIA World Endurance Championship:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans
- **18.00 Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes
- **19.15 Szermierka:** ME – Antony 2026 – 1. dzień LIVE
- **21.30 Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes
- **22.30 Cycling Show** – mag.
- **23.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze – bouldering kobiet – finały

POLSAT SPORT 2 HD
- **11.00 Magazyn Polskiego Sportu** – mag. sportowy
- **12.30 Tenis:** Turniej ATP LIVE w Londynie – mecz 1. rundy
- **14.30 Tenis:** Turniej ATP LIVE w Londynie – mecz 1. rundy
- **16.30 Tenis:** Turniej ATP LIVE w Londynie – mecz 1. rundy
- **18.30 Tenis:** Turniej ATP LIVE w Londynie – mecz 1. rundy
- **21.00 Piłka ręczna plażowa:** IHF Beach Handball Global Tour – Płock 2026
- **23.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **1.00 Sporty walki:** Madness Cage Fighting 8 w Łęcznej: P. Semeniuk – P. Runowski

CANAL+ SPORT 2 HD
- **11.00 Tenis:** Turniej WTA LIVE w Berlinie – mecz 1. rundy gry pojedynczej
- **13.00 Tenis:** Turniej WTA LIVE w Berlinie – mecz 1. rundy
- **15.30 Tenis:** Turniej WTA LIVE w Berlinie – mecz 1. rundy
- **17.30 Tenis:** Turniej WTA LIVE w Berlinie – mecz 1. rundy
- **19.45 Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – mecz 1. rundy
- **22.00 Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – mecz 1. rundy
- **0.15 Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – mecz 1. rundy
- **2.30 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – Górnik Zabrze

EXTREME CHANNEL HD
- **8.00 WWE Classic Gold** (55)
- **9.00 Beyond The Beaten Path**
- **10.00 RaceMAX Motorsports 4**
- **11.00 X Games – Oslo** (4)
- **12.00 Nitro Circus: Crazy Train**
- **13.00 Action Sports World** (10)
- **14.00 WWE Classic Gold**
- **17.00 KPW Kombat TV** (2, 25)
- **19.00 WWE Highlights** (13)
- **20.00 AEW Collision 2** (2624)
- **22.00 PTW Wrestling** (22)
- **0.30 New Japan Wrestling – Highlights** (27)
- **1.00 WWE Highlights** (81)
- **2.00 RaceMAX Motorsports 4**
- **3.00 Beyond The Beaten Path**
- **4.00 Nitro Circus: Crazy Train**
- **5.00 Action Sports World** (10)

ELEVEN SPORTS 2 HD
- **12.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – FC St. Pauli
- **14.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – AC Milan
- **16.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – SC Freiburg
- **18.00 Ligue 1 Show** (35) – mag.
- **18.40 Made in Italy** (8) – mag.
- **19.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – SS Lazio
- **21.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – RCD Mallorca
- **23.00 Serie A** – mag. piłkarski
- **0.00 Piłka nożna:** Liga francuska: Lorient – PSG

DISCOVERY LIFE HD
- **7.15 Nowa Maja w ogrodzie 5** (21, 22)
- **8.15 Szpital** (501, 502)
- **10.15 Nowa Maja w ogrodzie 5** (18, 19)
- **11.15 Idealna niania** (8, 9)
- **12.45 Klinika bez tajemnic**
- **14.45 Szpital** (500, 501)
- **16.45 Idealna niania** (7-10)
- **19.45 Klinika naturalnego piękna** (8) – reality show
- **20.15 Wycieczkowiec** (3)
- **21.15 Moje koszmarne stopy**
- **22.15 Historie wielkiej wagi**
- **0.15 Sekrety lekarzy** (11)
- **1.15 Szpital** (305, 306)
- **3.15 Eks-tra zmiana** (7, 8)
- **5.15 Klinika urody** (10) – mag.

POLSAT SPORT FIGHT HD
- **13.00 Boks:** Rocky Boxing Night w Żukowie – waga bridger: N. Jeżewski – R.Brito
- **15.00 K.O. TV Classics** (2) – mag.
- **15.50 Sporty walki:** TFL 33 w Kraśniku: Mateusz Gola – Jarosław Lech
- **18.20 Boks:** Babilon Boxing Show & K1 w Nowym Sączu: R. Dudek – K. Kalinowski 2
- **20.00 Strzelnica Navala** (3, 4)
- **20.50 Sporty walki:** Babilon MMA 44 w Jaworznie: F. Lamparski – D. Martinez
- **23.05 Atleci** – magazyn sportowy
- **23.30 Boks:** Polsat Boxing Promotions 6 w Będzinie: Marcin Siwy – Rydell Booker

POLSAT SPORT 3 HD
- **8.30 Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga
- **11.00 Lekkoatletyka:** Zawody World Athletics Continental Tour Gold w Los Angeles
- **13.00 Siatkówka kobiet:** LN
- **15.00 Piłka ręczna plażowa:** IHF Beach Handball Global Tour – Płock 2026
- **17.30 Tenis:** Turniej ATP LIVE w Halle – mecz 1. rundy
- **20.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **22.30 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **1.00 Sporty walki:** Babilon MMA 51 w Ciechanowie: S. Kołecki – P. Mysiala

CANAL+ SPORT 5 HD
- **12.00 Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: Wilki – Polonia Bydgoszcz
- **15.00 Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: Orzeł – ZKS Stal Rzeszów
- **18.00 Boks:** Gala w El Paso: Stephanie Han – Holly Holm
- **19.00 Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga** – mag.
- **20.00 Żużel:** PGE Ekstraliga: Unia Leszno – KS Toruń
- **22.50 Sporty walki:** ONE Friday Fights 155
- **0.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Wisła Płock
- **2.30 Premier League Stories**

ELEVEN SPORTS 4 HD
- **14.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (1, 2)
- **15.00 Made in Italy** (5-8) – mag.
- **16.00 Piłka nożna:** Liga francuska: Monaco – Lens
- **18.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: FC Köln – HSV
- **20.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – Elche CF
- **22.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (5, 6) – mag.
- **23.00 Bundesliga Clubs** – mag.
- **0.00 Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: CD Nacional – SL Benfica

ELEVEN SPORTS 3 HD
- **11.45 Bundesliga Clubs** – mag.
- **12.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Atalanta – Milan
- **14.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – Rayo Vallecano
- **16.00 Ligue 1 Show** (35) – mag.
- **16.30 Bundesliga Special** (20)
- **17.00 Serie A** – mag. piłkarski
- **18.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Juventus – Udinese
- **20.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Borussia M'gladbach – 1. FC Köln
- **22.00 Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: RC Lens – Olympique Marsylia
- **0.00 LaLiga Best 11** – mag.

CANAL+ DOKUMENT HD
- **10.10 Polska z góry 3** (5-7)
- **11.40 Malediwy. Wodne królestwo Oceanu Indyjskiego** (1-3) – dok.
- **14.25 Orłosęp. W obronie ginącego gatunku** – dok.
- **15.25 Luca. Legenda Ferrari**
- **17.20 Wiraż** – film dokumentalny
- **18.50 Dzikie oblicze Japonii**
- **20.50 Oblężenie** – film dok., Wł.
- **21.50 KarakoRun** – film dokum.
- **22.45 Irlandia Zachodnia. Dzika kraina** – film dok.
- **23.45 Miłość i seks w Dubaju**
- **0.45 Miłość i seks w Korei Południowej** – film dok.
- **1.50 O co biega?** (1) – mag.
- **2.25 Rekruci** (9, 10) – dok., Pol.

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 2020
11.00 **Niemiecka budowlanka** (6, 7) – program rozrywkowy
13.00 **Poszukiwacze dinozaurów:** Klątwa drapieżcy; Strzały – serial dokumentalny, USA 2020
15.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny, USA 2021
18.00 **Jak to jest zrobione?** – serial dokumentalny, Kanada

DOKUMENTALNY

21.00 **Pogromca mitów w akcji** – USA 2019

Adam Savage wraz ze swoim przyjacielem organizuje walkę na jedzenie. Wpadają na pomysł stworzenia szybkostrzelnej broni, która zmienia w zabójcze pociski... hot dogi.

23.00 **W sieci eksperymentów** – dok., USA/Wielka Brytania 2018
1.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny
4.00 **Kosmiczna mapa skarbów** – serial dokumentalny, USA

ID HD

6.00 **Morderstwo na prowincji 5** – dok.
7.00 **Morderstwo na prowincji 6** – dok.
8.00 **Michael Jackson: Sztuka kłamstwa** – dok., Wlk. Bryt. 2021
9.00 **Mąż w żałobie: sztuka kłamstwa** – film dokumentalny
10.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet: uciekłam seryjnemu mordercy** – dok., USA
12.00 **Krótkie życie, niewyjaśniona śmierć** – serial dok.
14.00 **Mroczne piętno 3** – serial dokumentalny
16.00 **Żyjąc z potworem** – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY

18.00 **Mroczne sekrety Playboya** – USA 2023

Modelka zostaje znaleziona martwa na śmietniku. Media od razu nagłaśniają temat. Kiedy policja prowadzi śledztwo, mąż ofiary ucieka w kierunku granicy z Kanadą.

20.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet**
21.00 **Żyjąc z potworem: jak wychowałem mordercę** – dok.
22.00 **Demony Hollywood 2:**
0.00 **Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2** (1)

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

12.00 **Odludna wyspa** (7)
13.00 **Tajemnica bomby atomowej Hitlera**
14.00 **Historia Związku Radzieckiego** (3)
15.00 **Strzegąc granic** (3, 4) – dok., Wlk. Bryt.
16.00 **Złapać przemytnika** (7) – dok., USA 2024
17.00 **Zaginione miasta: Starożytne technologie** (1)
18.00 **Krwawe pieniądze: Tajemnice radzieckiej gospodarki** (1)
19.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy** (6) – serial dok., Wlk. Bryt.
20.00 **Katastrofa w przestworzach** (3) – serial dokum.

DOKUMENTALNY

21.00 **UFO: Przełomowe śledztwa** (5)

Psychiatra John Mack spotkał się z krytyką, kiedy zaczął traktować poważnie doniesienia o porwaniach przez obcych.

22.00 **CIA: Tajemnice i szpiedzy** (5): Darrel Blocker – dok., USA 2026
23.00 **Katastrofy pod lupą** (1) – serial dok., USA
0.00 **Ostatni lot: Anatomia katastrofy** (10) – dok.
1.00 **Odludna wyspa** (2) – serial dokum.

FOKUS TV DVB-T2

7.00 **Byli sobie podróżnicy** (23-26)
8.55 **Wehikuł czasu** (616)
9.00 **Starożytni kosmici** (1) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (34-37) – reality show
12.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy** (3)
13.00 **Poszukiwacze historii** (8, 9) – dok.
14.00 **Druga wojna światowa w liczbach** (7, 8)
16.00 **Dorwać tuńczyka** (5, 6) – serial dok., USA
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (24, 25) – serial dok.
20.00 **Galileo** (12)
21.00 **Zapomniane fronty II wojny światowej** (3) – serial dok., Kan.

DOKUMENTALNY

22.00 **Jak przegrać wojnę** (3, 4) – Kanada/Australia 2023

Kontynuacja opowieści o przyczynach porażki sojuszników Hitlera. Twórcy skupili się na niewystarczających zasobach militarnych Włoch, Japonii oraz Niemiec.

0.00 **Starożytni kosmici** (6) – serial dokumentalny, USA 2010
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (45-48) – serial dokumentalny, Polska
5.00 **Kołowrotek** (2, 3) – magazyn wędkarski

TVP HISTORIA DVB-T2

6.20 **Był taki dzień** (595)
6.30 **Odnaleźć zaginione** (1-4) – serial dokum.
8.30 **Pogranicze w ogniu** (24) – sens., Pol. 1991
9.40 **Magia irańskiego jedwabiu** – film dokum., Fr./Niem. 2022
10.35 **Mateczki** – film dokum., Polska 2025
11.30 **Kanadyjskie parki narodowe** (4) – dok.
12.30 **Długa droga do wojny** (2)
13.40 **Ex Libris** – magazyn
14.05 **Królowie** (37) – hist.
14.40 **Czterdziestolatek** (1) – obycz., Pol. 1974
15.30 **Sensacje XX wieku**
17.30 **Czas honoru** (76) – wojenny, Pol. 2013
18.30 **Hotel Polski**

HISTORYCZNY

19.30 **Królowie** (76) – Polska 2024

Na Wawel przybywają posłowie z Cylii, by omówić szczegóły małżeństwa Kazimierza z Elżbietą. Przynoszą ze sobą rysunek przedstawiający przyszłą pannę młodą.

20.10 **Ekstradycja 3** (5)
21.10 **Zapomniane agentki II wojny światowej** (6) – hist.
22.15 **Brytyjskie odliczanie do wojny** (1)
23.15 **Sensacje XX wieku** (1, 2) – program hist.
1.25 **Encyklopedia II wojny światowej**

HISTORY HD

13.05 **Starożytni kosmici 14** (10) – dok.
14.00 **Tajemnice skute lodem 3** (3) – dok.
14.50 **Niewyjaśnione tajemnice świata 3** (40) – serial dok., USA
15.45 **Gwiazdy lombardu 12** (42)
16.15 **Gwiazdy lombardu 24** (22)
17.10 **II wojna światowa w kolorze: największe bitwy** (6) – serial dok. 2021
18.10 **Największe tajemnice świata 5** (7) – serial dok., USA
19.05 **Starożytni kosmici 16** (6) – dok.
20.00 **Starożytni kosmici 14** (6) – dok.

DOKUMENTALNY

21.00 **Tom Hanks: II wojna światowa** (7, 8)

Wpływy Adolfa Hitlera stopniowo zaczęły wykraczać poza granice Niemiec. Jego radykalna, nasycona nienawiścią propaganda zdobywała coraz większe poparcie.

23.00 **Złoto Hitlera** (4) – serial dokumentalny
23.55 **Jak to wyjaśnić? 4** (10) – serial dok., USA
0.50 **Starożytni kosmici 14** (6) – dok.
1.50 **II wojna światowa w kolorze: największe bitwy** (6) – serial dok. 2021

20

DISCOVERY HISTORIA HD

8.00 **Na ratunek starociom**
9.00 **Legendarne miejscówki**
10.00 **Magazyn staroci Lamersa** (1) – serial dok.
11.00 **Wyprawa w nieznane**
13.00 **Skarby z szopy** (18, 19)
14.00 **Łowcy staroci: Renowacje** (2, 3) – dok.
16.00 **Skarby z szopy** (20, 1)
17.00 **Militaria na warsztat** (4)
18.00 **Muzealne tajemnice**
20.00 **Poszukiwacze dinozaurów** – serial dok.
22.00 **Wielki szwindel** – dok.
23.00 **Legendarne miejscówki**
0.00 **Wyprawa w nieznane**
2.30 **Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki**

PLANETE+ HD

12.35 **Najmniejsze cuda świata** (2) – film dokum.
13.50 **Krajobrazy świata** (2)
14.50 **Piesze wędrówki po świecie 2** (1) – serial dok.
15.50 **Niezwykłe podróże koleją 6** (4) – serial dok., Fr.
16.55 **360° Świat bez granic**
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4** (25, 26)
18.45 **Zaginione światy** (2)
19.45 **First Person Shooter. Idź, strzelaj, kombinuj**
20.50 **Wszechświat zwany glebą** – film dokum., Hol.
22.00 **Materiały przyszłości** (3)
23.10 **Planeta Seks** (1) – dok.
0.20 **Niezwykłe podróże koleją 6** (5) – serial dok., Fr.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

9.00 **Niezwykły dr Pol** (14, 7)
12.00 **Najdziwniejsze cuda ewolucji** (2) – serial dok.
13.00 **Wyzwania natury** (3, 10)
14.00 **Bertie Gregory: bliskie spotkanie z gepardami**
15.00 **Walki zwierząt** (6) – dok.
16.00 **Kierunek Wild: Dzika Floryda** (2) – film dokum.
17.00 **Królestwo białego wilka** (2) – film dokum., USA 2019
18.00 **Tajemnice dzikiej Azji** (2)
19.00 **Zwierzaki w amoku** (5)
20.00 **Niszczycielskie żywioły** (17) – serial dokumentalny
21.00 **Niezwykły dr Pol**
2.00 **Dorastanie w świecie zwierząt**: Małe likaony

POLSAT VIASAT NATURE HD

12.00 **Sekrety wodnych krain**
13.10 **W głębinach: Ameryka Północna** (5) – serial dok.
14.15 **Dziki Zachód** (2) – dok.
15.30 **Najbardziej znane zwierzęta Afryki** (1)
16.30 **Skandynawia** (2) – dok.
17.35 **Narodziny ptaków** (1)
18.45 **Zabójcza pogoda 2** (11)
19.50 **Zwierzęta: mistrzowie survivalu** (2) – serial dok.
21.00 **Sekrety wodnych krain**
22.05 **W głębinach: Ameryka Północna** (6) – serial dok.
23.15 **Zabójcza pogoda 2** (12)
0.20 **Olbrzymy, których już nie ma 2** (6) – serial dok.
1.20 **Olbrzymy** (1-4) – dok.

BBC EARTH HD

13.20 **Serengeti 3** (1) – dok.
14.30 **W okowach mrozu 2** (9)
15.30 **Życie na pustkowiu: powroty** (3) – serial dok.
16.30 **Juliusz Cezar: narodziny dyktatora** (2) – serial dok.
17.40 **Siedem światów, jedna planeta** (6) – serial dokum.
18.45 **Malownicze trasy kolejowe** (1) – serial dok.
19.45 **Wielkie koty 24/7 2** (5)
20.55 **Życie na pustkowiu: powroty** (4) – serial dok.
21.55 **W okowach mrozu 2** (10)
22.55 **Superchirurdzy: szansa na życie 2** (3) – serial dok.
23.55 **Jenningsowie kontra Alzheimer** – film dokum.

ANIMAL PLANET HD

13.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.
14.00 **Resocjalizacja z pitbullem 7** – serial dok.
15.00 **Kot z piekła rodem**
17.00 **Na tropie wymarłych gatunków** – serial przyrod.
18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych** – serial dok.
19.00 **Cztery kąty, cztery łapy** – serial dokumentalny, USA
20.00 **Alaska: Ostatni przystanek** – serial dok.
21.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
22.00 **Projekt akwarium** – dok.
23.00 **Resocjalizacja z pitbullem 7** – serial dok.
0.00 **Monstrualne rekiny**

TVP DOKUMENT HD

14.50 **Kalendarz przyrody** (7)
15.50 **Życie z nerwicą natręctw** – dok., Wlk. Bryt.
16.50 **Dzika Australia Zachodnia z Billem Baileyem** (1) – serial dok.
17.45 **Sanatorium miłości 2** (6)
18.45 **Szalenie odważna hrabina** – film dok., Pol.
20.00 **Wspaniałe Włochy** – dok.
20.40 **Najwspanialsze ikony natury** (5) – serial dokum.
21.45 **Królowe mafii** (7) – dok.
22.45 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
22.50 **Pułapki mediów społecznościowych**
0.00 **Sanatorium miłości 2** (5)

POLSAT DOKU HD

13.15 **Poszukiwacze historii**
14.10 **Poza kontrolą: Park rozrywki – od szaleństwa do koszmaru** – film dok.
15.20 **Poszukiwacze historii**
15.50 **Kosmos – niewyjaśnione tajemnice starożytności**
16.50 **Sekrety Biblii** (2) – dok.
17.50 **Świat z góry. Parki narodowe** (2) – serial dok.
18.50 **Świat z góry. Jedwabny Szlak** (1) – dok., Singapur
20.00 **Maszyny bojowe** (3, 4)
22.00 **Top Guns – SuperBroń**
22.55 **Fabryki wojny** (3) – dok.
23.55 **Kroniki Hitlera** (3) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

13.10 **Czarodzieje z kanadyjskich złomowisk 2** (4) – dok.
14.05 **Australijscy poszukiwacze złota 4**
16.05 **Drewno z Kolumbii Brytyjskiej** (7) – dok., Kan.
16.55 **Kowboje z zimnych wód** (7) – serial dokum.
18.00 **Poszukiwacze klejnotów: Australia 3** (3) – serial dokum., Australia
19.00 **Australijscy poszukiwacze złota 9** (13, 14) – dok., Australia
21.00 **Złoto Jukonu 4** (1) – dok.
22.00 **Nago, samotnie i do domu daleko** (2, 3)

POLSAT VIASAT HISTORY HD

10.15 **Kto napisał Biblię?** – dok.
11.30 **II wojna światowa: cena imperium** (3) – serial dok.
12.35 **Podziemna armia** (1)
13.35 **Cesarstwo Rzymskie: mity i fakty** (3) – dok., Fr.
14.40 **Naziści: korzenie zła**
16.35 **Kto napisał Biblię?** – dok.
17.45 **II wojna światowa: cena imperium** (3) – serial dok.
18.50 **Podziemna armia** (1)
19.50 **Ciemna strona starożytnej Grecji** (3)
21.00 **Mussolini** (1, 2) – dok., Fr.
23.20 **Tajemnice templariuszy**
0.35 **II wojna światowa: cena imperium** (3) – serial dok.
1.30 **Podziemna armia** (1)

CI POLSAT HD

14.10 **Motyw mordercy** (33, 36)
15.05 **Zbrodnia po angielsku 5**
16.00 **Ferie, impreza, morderstwo** (4) – dok.
17.00 **Morderstwo czy wypadek? 3** (12) – dok.
18.00 **Polskie prywatne zbrodnie** (9, 10) – dok., Pol.
19.00 **Dowody zbrodni: krwawy Zachód** (1)
20.00 **I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5** (2) – dok.
21.00 **Zbrodnia na żywo** (10)
22.00 **48 godzin 26** (28) – dok.
23.00 **Mój mąż, mój morderca** – film dokumentalny
23.55 **Szokujące morderstwa: Atlanta 2** (10) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

10.10 **Amerykańska przygoda z Guyem** (3, 4) – serial dok.
11.15 **Brazylijskie uczty uliczne z Andym Batesem** (1, 2) – serial dok.
12.15 **Małżeństwo w dżungli**
14.20 **Człowiek kontra jedzenie** (22) – mag. kulin.
14.55 **Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta** (1-4)
17.00 **Wyprawa w nieznane**
19.00 **Aloha, nowy dom!** (3, 4)
21.00 **Nagi instynkt przetrwania** (5, 6) – dok.
23.10 **Kobieta na krańcu świata** (5-7) – serial dok.
0.55 **Małżeństwo w dżungli**
3.00 **Wyprawa w nieznane**

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

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

14.30 Moda na język polski – magazyn
15.00 Myśliciele – sylwetki polskie
15.10 To działa. Polskie innowacje bez granic (3) – dok., Pol.
16.00 Zaraz wracam 2 (97) – serial obycz., Polska
16.30 Barwy szczęścia (3325) – serial obycz.
17.00 Gra słów. Krzyżówka (1041) – teleturniej
17.30 Teleexpress
17.50 Teleexpress Extra
18.15 Oko na Wschód
18.45 Info Wilno (1870)
19.05 Wileńszczyzna w obiektywie (114)
19.15 Laskowik & Malicki – program rozrywkowy

TVP ROZRYWKA

8.20 Familiada – telet.
8.55 Va banque (1064)
9.25 Koło fortuny (2026)
10.05 Makłowicz w podróży – mag.
10.45 Postaw na milion
12.35 Familiada – telet.
13.15 Matki, żony i kochanki (3)
14.10 Rodzinka.pl (177, 178) – kom., Pol.
15.30 Kabaret Letnią Porą (1, 2) – pr. rozrywk.
17.25 Va banque (1065)
18.00 Koło fortuny (2027)
18.35 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin.
19.40 Makłowicz w podróży – mag.
20.10 Postaw na milion
21.10 Kabaret Letnią Porą (33) – pr. rozrywk.

POLSAT CAFÉ

6.00 Przyjaciółki (35, 36) – serial obycz., Polska
8.00 Co ludzie powiedzą? 3 (21, 22) – serial komediowy, Wielka Brytania 1992
9.25 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (15, 16) – reality show
12.30 Bogaty dom – biedny dom (104, 105) – reality show, Polska
14.30 Kolacja w ciemno (43, 45) – program rozrywkowy
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (32) – reality show
18.00 Nasz nowy dom (280, 281) – reality show, Polska

TV 4 DVB-T2

6.00 Strażnik Teksasu (24, 25) – serial sens.
7.55 Bogaty dom – biedny dom (133)
8.55 Policjantki i Policjanci (474, 475)
10.55 Na ratunek 112 (1132, 1133) – paradok.
11.55 Dlaczego ja? (1561, 1562) – paradok.
13.55 Trudne sprawy (1337-1339) – paradok.
16.55 Policjantki i Policjanci (1381)
18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (548)
19.00 Policjantki i Policjanci (1382) – serial obycz., Polska
20.00 Uroczysko (175, 176)
21.05 Sprawiedliwi. Trójmiasto (114)

TTV HD DVB-T2

7.20 Ukryta prawda (1202) – paradok., Pol.
8.20 Kartoteka 10 (23, 24)
10.30 Detektywi (261, 262)
12.30 Zakup w ciemno 3 (27) – reality show
13.30 Zakup w ciemno 4 (26) – reality show
14.30 Kartoteka 6 (7, 8)
16.45 Express – pr. inform.
16.55 Pogoda, sport
17.05 Idź na całość (2)
18.05 Zakup w ciemno extra (29)
18.45 Damy i wieśniaczki. PL 6 (6) – fab.-dok.
19.45 Express – pr. inform.
20.05 Zakup w ciemno 7 (22) – reality show
21.05 Zakup w ciemno extra (20)
21.45 Express – pr. inform.

TVN STYLE HD

5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (3) – reality show
5.50 Damy i wieśniaczki. PL 8 (1) – fab.-dok.
6.45 Poukładani (5, 4) – program rozrywkowy
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.20 Ugotowani (12, 1) – pr. kulin.-rozrywk.
13.30 Kuchenne rewolucje (5, 4) – program rozrywkowy
15.35 Jestem z Polski 14 (6) – serial dokum., Pol.
16.35 Jestem z Polski 16 (6) – serial dokum., Pol.
17.40 Kuchenne rewolucje (7-9) – rozr.
20.50 Ostre cięcie (8-ost.) – program rozrywkowy

20

FANTASY

20.50 Wiedźmin (3) – Polska 2001-2002

Geralt oswobadza z rąk bandytów kilkunastoletnią księżniczkę. W trakcie podróży wiedźmin ratuje również życie driadzie Morenn, która się w nim zakochuje.

21.45 Ojciec Mateusz 2 (22) – krym., Pol. 2009
22.40 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (6) – pr. rozr.
23.15 Dziennik regionów
23.40 Halina Konopacka
0.40 Zaraz wracam 2 (97) – serial obycz., Polska

KOMEDIOWY

22.10 Rodzinka.pl (46) – Polska 2011

Ludwik oducza chłopców posługiwania się młodzieżowym slangiem. Gdy wraca z Natalią z kina w domu czeka na nich stół zastawiony greckimi specjałami.

22.50 Tak to leciało! (59)
23.50 Gabi Drzewiecka zaprasza (2)
0.45 Koło fortuny (2027, 2021) – telet.
2.10 Kabaret. Super Show Dwójki (8)
3.15 Do śmiechu! (63)
4.15 Być jak Czesław Niemen (2) – koncert

DOKUMENTALNY

20.00 Najpiękniejsze domy na wsi (5)

Dwie siostry prezentują leśniczówkę po remoncie. Tymczasem w Szkotowie na Mazurach mieszka Agnieszka, która kocha rolnictwo i historię regionu.

21.00 Rolniczki (11) – dok.
22.00 Bogaty dom – biedny dom (145)
23.00 Gry małżeńskie (110, 111)
1.00 Kolacja w ciemno (43, 45) – pr. rozrywk.
3.00 Więzienie kobiet (76, 77) – serial dokum.
4.00 Zdrady (111, 112)

KRYMINALNY

22.05 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (997)

Na cmentarzu znaleziono wikarego, który padł ofiarą zbrodni. Z kaplicy zniknęło też ciało Rydza. Kłos i Kalicka sądzą, że ksiądz zginął, bo przyłapał złodzieja zwłok.

23.05 Nieśmiertelny – film
FILM fantasy, USA/Wielka Brytania 1986, 150 min
1.35 Love Island. Wyspa miłości (13)
2.40 Interwencja – mag.
2.55 SuperLudzie (23-27)
5.30 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.

DOKUMENTALNY

22.00 Nic do zgłoszenia 6 (5) – Polska 2025

W Małaszewiczach funkcjonariusze znajdują niezgłoszony, wartościowy towar. Na lotnisku zauważają, że jedna z pasażerek ma zakupy przekraczające limity.

23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 19 (10)
0.00 Fachowcy 2 (8) – serial paradokum.
0.45 Żony Podlasia 3 (3)
1.45 Niebezpieczne dzielnice (2) – dok.
2.25 Nauka jazdy 5 (4)
3.00 Szpital (921)
4.00 Szkoła (803)

DOKUMENTALNY

21.50 Jestem z Polski 14 (2, 13) – Pol. 2024

Julia, pasjonatka surfingu, mieszka we francuskiej miejscowości nad Atlantykiem. Wyjawia, jak wygląda trening ratowników wodnych i odwiedza plantację spiruliny.

23.45 Hotel Paradise 11 (31, 32) – reality show
1.45 Apetyt na miłość 5 (6) – program rozrywk.
2.45 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (7, 8) – magazyn poradnikowy
4.20 Zrób coś z tym dzieckiem (6) – mag.

TVP HD HD

10.45 Gra słów. Krzyżówka
11.20 Na sygnale (609, 610)
12.25 Ojciec Mateusz 4 (55)
13.20 Komisarz Alex 2 (19)
14.15 Ranczo 3 (37, 38) – obycz.
16.10 Górna półka smaku (14)
16.40 Przystanek slow food 3
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 23 (297)
19.20 Ranczo 5 (53) – obycz., Pol.
20.10 Rodzinka.pl (261, 262)
21.25 Ojciec Mateusz 33 (428)
22.20 Morderstwa w Arbois
FILM – krym., Fr. 2024, 105 min
0.05 Syn (3) – serial obyczajowy
1.00 Minuta ciszy (4, 5)
3.20 Ranczo 8 (92) – obycz., Pol.

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 **Fałszywe życie, prawdziwa miłość** – film obyczajowy, Niemcy 2020, 120 min
21.50 Rosamunde Pilcher:
FILM **Moja kuzynka, miłość i ja** – film obyczajowy, Niemcy 2019, 105 min
23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

ZOOM

8.00 Strażnik Teksasu 8 (17, 18) – serial sensacyjny
9.50 MacGyver 2 (10, 11)
11.55 Pułapki umysłu (8, 9)
13.00 Wojny magazynowe: Kanada (29, 30)
14.10 Pod pokładem 11 (6)
15.25 Sensacje XX wieku
17.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
20.00 Kobra – oddział specjalny 23 (4, 5) – sens.
22.00 Pod pokładem 11 (7)
23.00 Magia nagości. Polska 4
0.05 Magia nagości 5 (3) – rozr.
1.10 Magia nagości. Dania (6)
2.00 Kabaretowe przeboje (4)
3.05 I love kabaret (3, 4) – rozr.

TLC HD

13.00 Niepokonani (5, 6) – dok.
15.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelove rozmowy 7
16.00 Historie wielkiej wagi
18.00 Historie wielkiej wagi: Meksyk – serial dokum.
19.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach 2
20.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11 (7) – serial dok.
21.00 Rodzina 10+ 8 (9) – rozr.
22.00 Kiedy dzieci mają dzieci 7 (9) – serial dok.
23.00 Transplantacja: drugie życie – serial dokum.
0.00 Dr Pryszczylla – kulisy – serial dokumentalny, USA

C+ KUCHNIA HD

15.40 Letnie inspiracje (2)
15.45 Luke Nguyen w Indiach
16.15 Azjatycka kuchnia Evy Pau (2) – magazyn kulin.
16.40 Gotuj taniej z Jamiem (4)
17.35 Jamie Oliver: gotuj sezonowo (3) – mag. kulin.
18.30 Azjatycka kuchnia Evy Pau (1) – magazyn kulin.
18.55 M jak mięso 4 (6) – dok.
19.25 M jak mięso 6 (1, 2) – dok.
20.15 Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia
21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 9 (4-6) – serial dokumentalny
23.55 Kolacja z Gavinem Rossdale'em (4) – dok.

TVN TURBO HD

10.15 Złomowisko PL (10, 11)
12.15 Naprawy nie do naprawy (2) – mag.
13.00 Zawodowi handlarze
14.30 Wojny samochodowe
16.30 Jeździć, obserwować
18.00 Raport Turbo – mag. inf.
18.15 Z drugiej ręki (8) – mag.
19.00 Duda kontra Szafrański
19.45 Moto Fachury (4) – mag.
20.30 Moto kombat (4) – mag.
21.15 Jeździć, obserwować
22.00 Raport Turbo – mag. inf.
22.15 Naprawy nie do naprawy (1) – mag.
23.00 Zawodowi handlarze
0.25 Usterka 16 (7) – fab.-dok.
0.55 Wojny samochodowe

NOWA TV DVB-T

9.30 Całkiem nowe lata miodowe (1) – kom., Pol.
10.00 Miodowe lata (26) – kom.
10.30 Więzienie (105) – dok., Pol.
11.00 Poirot 9 (3) – serial krym.
15.00 Świat według Bundych 6 (124-129)
18.00 Całkiem nowe lata miodowe (15) – kom., Pol.
18.30 Miodowe lata (99) – kom.
19.20 Całkiem nowe lata miodowe (3) – kom., Pol.
20.10 Miodowe lata (101)
21.00 Zdrady (115) – paradok.
22.00 Ślad (26, 27, 91) – krym.
1.00 Łowca pedofilów
3.00 TV okazje (52, 53)
3.50 Wehikuł czasu (616, 615)

METRO

8.35 Szpital (754, 755)
10.35 Sędzia Anna Maria Wesołowska (323, 324)
12.35 Szkoła (702) – paradok.
13.35 Przepis na życie 5 (13)
14.35 Zapukaj do moich drzwi (160) – telen., Turcja 2020
15.45 The Floor (13, 14) – telet.
17.00 Fani czterech kółek 16
18.00 Prawo Agaty 6 (1)
19.00 Kartoteka 11 (7, 8)
21.05 Kryminalni (5, 6) – krym.
23.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (21) – krym.
0.15 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 2 (11) – dok.
1.20 Szpital (747) – paradok.
2.20 Szkoła (852, 853)

ANTENA HD DVB-T2

12.55 Klątwa Wyspy Dębów 5
14.50 Ciężarówką przez śniegi 4 (4, 5) – serial dok.
16.45 77 TV 2 (6, 7) – pr. rozrywk.
18.45 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (1) – serial kryminalny
20.00 P! **Morderstwa we Francji – Béarn** – dramat krym.,
FILM Francja 2023, 125 min
22.05 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (8) – serial kryminalny
23.20 Detektywi z Bordeaux 3 (9) – serial krym., Fr./Belgia
0.25 Polska. Największe tajemnice (7) – pr. rozr.
1.30 Celnicy 3 (5, 6) – dok.

WP DVB-T

11.00 Porzucone budowle 11
12.00 Wariaci za kierownicą 4
13.00 Makłowicz w podróży
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (5-7) – dok.
16.50 Pogoda
17.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach (3)
19.00 Policjanci z sąsiedztwa 6 (9) – dok.
20.00 Policjanci w akcji (5)
21.00 Policjanci z sąsiedztwa 6 (10) – dok.
21.55 Pogoda
22.00 Mistrzowie Kabaretu (3)
23.00 Mistrzowie Kabaretu 2
0.00 Mistrzowie Kabaretu 11 (2) – program rozrywkowy

C+ DOMO HD

11.55 Pogromcy bałaganu 3
12.55 Gardeners' World 16 (20)
14.05 Cudotwórcy 7 (14) – mag.
15.00 Kupcie sobie zamek! 2
15.55 Porządek musi być (1, 2)
16.50 Gardeners' World 16 (23)
18.00 Ucieczka na wieś 25 (46)
18.55 Wielkie projekty: Australia 10 (3) – dok.
19.50 Letnie inspiracje (2)
20.00 Daleko od miasta 13
21.00 Cudotwórcy 7 (15) – mag.
21.55 Wielkie projekty: Australia 10 (1) – dok.
22.50 Wakacyjne domy na wynajem (3, 4) – dok.
0.45 Generalna odbudowa 2
1.35 Remont w 48h 11 (7, 8)

HGTV HD

11.36 Usterka 11 (19, 20)
13.05 Zbudujemy większy dom (7) – program rozrywk.
14.00 Zbudujemy fajny dom 2
15.00 Mieszkanie na miarę
17.00 Polowanie na ogród 2
18.10 Będzie pięknie (5) – rozr.
19.05 Zgłoś remont 4 (1) – rozr.
20.05 Dorota inspiruje (6)
21.00 Dorota was urządzi!
22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 2 (11, 12) – pr. rozr.
23.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 4 (1, 2) – pr. rozr.
0.40 Kupujemy dom na plaży 27 (3, 4) – dok.

P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (281) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (893, 894) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 **Sekrety rodziny** (333-335) – serial paradokum., Pol. 2023
11.30 **Trudne sprawy** (933) – serial paradokum.
12.30 **Dlaczego ja?** (1496, 1497) – serial paradokum.
14.30 **Świat według Kiepskich** (449-453) – serial kom., Pol. 2014
17.00 **48h. Zaginieni** (123, 124) – serial kryminalny, Pol. 2022
19.00 **Gliniarze** (979) – serial paradokum.

KRYMINALNY

20.00 **Ślad** (55) – Polska 2019

Na budowie znaleziono zwłoki mężczyzny. Śledczy podejrzewają, że ofiarą jest Fireman – podpalacz samochodów. W jednym z aut zginął człowiek. Brat ofiary zapowiadał zemstę.

21.00 **Gliniarze** (774)
22.00 **Łowca pedofilów** (159) – serial dokum.
23.00 **Świat według Kiepskich** (333, 334)
0.00 **Ślad** (106) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (59)
2.05 **Wydarzenia**
3.00 **Ewa gotuje** (527)

SUPER POLSAT DVB-T2

6.05 **Wydarzenia**
6.45 **SuperLudzie Extra** (50) – magazyn
6.55 **Na ratunek 112** (678, 679) – paradok.
8.00 **Doktor Martin 3** (23)
9.00 **Doktor Martin 4** (24)
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **SuperLudzie 2** (17, 18) – serial dok.
11.30 **Świat według Kiepskich** (393-396)
13.30 **Bitwa o palety** (11)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6** (51)
16.05 **Ninja Warrior Polska** (19)
18.00 **Świat według Kiepskich** (479, 480, 521, 522)
20.00 **Złomiarze** (42) – dok.

KOMEDIA

21.00 FILM **Kocham cię, Beth Cooper** – Kanada/USA 2009, 125 min

Denis ma wygłosić do absolwentów liceum mowę pożegnalną. Publicznie wyznaje jednak miłość koleżance, Beth. Uruchamia to lawinę szalonych zdarzeń.

23.05 FILM **Holmes i Watson** – komedia krym., USA/Kanada 2018, 110 min
0.55 **Świat według Kiepskich** (474-479) – serial kom., Pol. 2015
4.00 **Nasz nowy dom** (279, 280) – reality show, Polska 2023

TV 6 DVB-T

6.00 **Więzienie** (198, 199)
6.55 **Policjantki i Policjanci** (673, 674) – serial obycz., Polska
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (219, 220) – serial sens., Niemcy
10.55 **48h. Zaginieni** (94-96) – serial krym.
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1182) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (9, 10)
15.55 **Kobra – oddział specjalny** (221, 222) – serial sens., Niemcy
18.00 **Strażnik Teksasu** (26, 1) – serial sens.
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (173, 174) – serial kryminalny

KRYMINALNY

21.55 **Czarna lista** (10) – USA 2013

Anslo przystawia broń do głowy Dembe'ego. Jeśli Reddington nie poda kodu do skrzynki, Dembe zginie. Aram znajduje źródło zakłóceń w systemie i niszczy je.

22.55 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (687, 688) – krym., Pol.
1.00 **Kości** (87, 88) – krym.
3.00 **Cobra Kai** (12) – serial przygodowy, USA 2018
3.40 **Septagon** (72, 73)
5.45 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

BBC FIRST HD

6.00 **Zagadki doktora Blake'a** (6) – krym.
6.55 **Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 5** (1, 2)
8.45 **Lewis 3** (1) – krym.
9.45 **Ojciec Brown 12** (7)
10.40 **Śmierć pod palmami 13** (5)
11.45 **Zagadki doktora Blake'a** (6) – krym.
12.55 **Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 5** (3, 4)
14.55 **Ojciec Brown 6** (1)
15.55 **Lewis 3** (1) – krym.
17.00 **My Life is Murder** (5) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 18** (5)

KRYMINALNY

19.50 **Śmierć pod palmami 13** (6)

Turystka zostaje zasztyletowana w hotelowej windzie. Wychodzi na jaw, że była śmiertelnie chora, a do St. Marie przyjechała, by spełnić jedno ze swoich marzeń.

21.00 **Harry Wild 4** (2)
22.00 **Luther 3** (1, 2) – krym.
0.15 **McDonald i Dodds** (1) – serial kryminalny
2.05 **Śmierć pod palmami 13** (6)
3.10 **Morderstwa w Midsomer 18** (5)
4.45 **Moja rodzinka** (2)
5.15 **Ojciec Brown 12** (7)

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB-T2

9.30 **Domisie** – dla dzieci
10.00 **Figu Migu na planecie Czochras** (11) – program dla dzieci
10.20 **Bolek i Lolek wyruszają w świat**
10.45 **Reksio** (59, 60)
11.05 **Małe i duże przygody Miffy** (30)
11.20 **Świnka Peppa**
11.35 **Stacyjkowo** (87, 88)
11.55 **Strażak Sam** (26, 1)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
12.55 **Halo, halo!** (71)
13.00 **Zagadki zwierzogromadki** (12) – mag. dla dzieci
13.20 **Pszczółka Maja** (37)
13.50 **Lupin wśród bajek**
14.05 **Lassie i przyjaciele**
14.30 **Świnka Peppa 8**

ANIMOWANY

14.45 **Kid Lucky** – Francja 2020

Luke i jego wierzchowiec przeżywają rozmaite przygody. Wspólnie starają się unikać niebezpieczeństw, nie jest to jednak łatwe.

15.15 **Al-chemik** (32) – mag.
15.35 **Bella i Sebastian**
16.05 **Krecio** (43, 44) – anim.
16.35 **Rev i Roll** (7, 8)
17.05 **Dino Ranczo**
17.30 **Piotruś Królik 2** (102)
18.00 **Kucharz Shane**
18.25 **Leo da Vinci 2**
19.00 **Tyciaki**
19.20 **44 Koty**
19.45 **Bazgrolinka**

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.55 **Biznes** – pr. publicyst.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.55 **Biznes** – pr. publicyst.
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.55 **Biznes** – pr. publicyst.
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
13.55 **Biznes** – pr. publicyst.
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.55 **Biznes** – pr. publicyst.
15.00 **15 na żywo** – inf.
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Tak jest** – pr. publ.
19.15 **Serwis informacyjny**
19.30 **Fakty po Faktach** – program inform.
20.00 **Kropka nad i** – publ.

MAGAZYN

20.30 **Czarno na białym**

Patrycja Redo-Łabędziewska analizuje wydarzenia, które ostatnio wywarły wpływ na życie polityczno-społeczne Polaków.

21.00 **Polska i świat** – inf.
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.25 **Biznes** – pr. publicyst.
0.45 **Fakty po Faktach**
1.20 **Kropka nad i** – publ.
1.50 **Tak jest** – pr. publ.
2.50 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
3.10 **Akademia ogrodnika** – mag.
3.20 **Kropka nad i** – publ.

20

POLSAT PLAY HD

6.00 **Dorwać tuńczyka** (3-5)
9.05 **Wojny magazynowe**
10.05 **Wojny kontenerowe**
11.00 **Hardkorowy lombard**
14.00 **Polacy za granicą**
16.00 **Złomiarze** (1, 2) – dok., Pol.
18.05 **Poszukiwacze historii** (234-237) – serial dokum.
20.00 **Nieznane obozy Trzeciej Rzeszy** – film dokum., Fr.
21.10 **Tajna historia XX wieku** (42, 43) – serial dokum., Pol.
22.05 **Poszukiwacze historii** (249) – serial dokumentalny
22.35 **Kołowrotek** (241) – mag.
23.10 **Wakacje z Bałtykiem** (36-45) – serial dokum., Pol.
4.05 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

8.20 **Kuchenne rewolucje** (14)
9.20 **Co nas truje** (8-10) – rozr.
11.35 **Człowiek kontra jedzenie** (19-21) – mag.
13.05 **Miłość od kuchni** (4)
14.05 **Dziwaczne potrawy** (1)
14.35 **Pojedynek na grille** (1)
16.10 **Kuchenne rewolucje** (6)
17.10 **Magda gotuje internet**
17.45 **MasterChef** (6) – pr. rozr.
19.15 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** (2)
20.15 **Kulinarny poker** (10)
21.15 **24/24** (8) – maraton kulin.
22.20 **Pyszne miejscówki** (4)
23.25 **Akcja: Restauracja! 19**
0.25 **Człowiek kontra jedzenie** (4-6) – mag. kulin.

POLSAT RODZINA HD

11.55 **Bogaty dom – biedny dom** (94) – reality show
12.55 **Rodzina zastępcza** (187, 188) – serial kom., Pol.
14.50 **Pociągi, które zmieniły świat** (2, 3) – serial dokum.
17.05 **Pingwiny z Madagaskaru** (17-20)
19.00 **Rodzina zastępcza** (290)
20.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (2, 3) – kom.
21.05 **Miodowe lata** (81) – kom.
21.55 **Nasz nowy dom**
23.50 **II wojna światowa – jednostki specjalne** (2)
0.55 **Prawdziwe zło. Ludzie, którzy stworzyli nazizm** (2) – serial dok., Wlk. Bryt.

BBC LIFESTYLE HD

13.25 **Włoski remont Amandy i Alana** (3, 4) – pr. rozrywk.
14.40 **Mistrzowie szycia 11** (3)
15.45 **Zapraszam do stołu 21**
17.50 **Wielkie projekty: Dom Roku 7** (2) – pr. rozrywk.
18.50 **Mistrzowie ceramiki 3**
19.45 **Wielkie amerykańskie wypieki 5** (7) – pr. rozrywk.
20.30 **Malezja dla smakoszy z Justine Schofield** (7)
21.00 **Koreańska uczta Eda i Ryu** (2) – dok., Wlk. Bryt.
22.00 **TBA** (2) – program rozrywk.
23.05 **Wstydliwe choroby: dzieci** (4) – serial dokum.
0.05 **Wielkie taneczne show 20** (16, 17) – pr. rozr.

NICK JR. HD

16.10 **Małe Królestwo Bena i Holly** (11) – serial anim.
16.40 **Psi Patrol 6** (4) – anim.
17.00 **Rubble i jego ekipa 4** (7)
17.30 **Pan Krokodyl** (8) – anim.
18.00 **Barbapapa i jego rodzinka** (3) – serial anim.
18.30 **Tim Rex wśród gwiazd 2** (2) – anim., Wlk. Bryt./Dania
18.55 **Przygody Misia Paddingtona 2** (5) – anim.
19.25 **Przygody Misia Paddingtona** (1, 8) – anim.
20.00 **Świnka Peppa 2** (27-31)
20.30 **Małe Królestwo Bena i Holly** (16) – serial anim.
21.00 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (11-13) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.10 **Więcej „Wydarzeń"** – inf.
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Punkt widzenia Szubartowicza** – pr. publ.
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – publ.
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.

TVP KOBIETA DVB-T2

13.00 **Na dobre i na złe** (568)
13.55 **Lasy bagienne** – film dok.
15.00 **Rosół polski** (27) – mag.
15.30 **Ojciec Mateusz 32** (409, 410) – krym., Pol. 2024
17.25 **Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem** (2) – serial dok.
18.30 **Lato z Radiem i Telewizją Polską**
19.30 **Miłość i nadzieja** (276) – telenowela, Turcja 2022
20.30 **Wichrowe wzgórze** (257)
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (253) – obycz.
22.30 FILM **Miłość, ślub i inne nieszczęścia** – komedia romant., USA 2020, 110 min

E! ENTERTAINMENT HD

8.50 **Wags** (9, 10) – serial dok.
10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (13, 7)
14.20 **Wags** (11, 12) – serial dok.
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów**
20.30 **WAGS LA** (1, 2) – dok.
22.30 **Plastyczna fuszerka** (10, 11) – serial dok., USA
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (13, 7)
3.00 **Plastyczna fuszerka**

TV TRWAM DVB-T

17.55 **Poczet wielkich Polaków** – pr. hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone** – pr. publ.
19.30 **Każdy maluch to potrafi** – program dla dzieci
19.45 **Modlitwa** – religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Kapelani Golgoty Wschodu** (1) – film dokum.
0.00 **Słowo życia**

BBC BRIT HD

10.25 **Warsztat Hammonda 4**
11.25 **Niezwykłe hotele bez tajemnic 6** (3) – serial dok.
12.30 **Top Gear 6** (3) – mag.
13.30 **Warsztat Hammonda 4**
14.35 **Cuda inżynierii 5** (11)
15.40 **Najsłabsze ogniwo** (2)
16.45 **Niezwykłe hotele bez tajemnic 6** (3) – serial dok.
17.50 **Top Gear 6** (4) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii 5** (11)
20.00 **Niezwykłe hotele bez tajemnic 6** (4) – serial dok.
21.00 **Inżynieryjne katastrofy 2** (10) – dok.
22.00 **Ikony motoryzacji 2** (2)
23.00 **Top Gear 6** (3) – mag.
0.05 **Najsłabsze ogniwo** (2)

MINI MINI+ HD

15.10 **Baranek Shaun** (24-26)
15.36 **Jeżyk Happy** (7, 8) – anim.
15.55 **Mały Charlie** (1) – anim.
16.05 **Mega Ekspres** (1, 2)
16.30 **Ciekawski George 8** (6)
17.00 **Strażak Sam 16** (23, 24)
17.25 **Staś i fajna Babcia** (3, 4)
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.56 **Smerfy** (14) – serial anim.
18.25 **Leśna rodzina: Pamiętnik Frei** (4, 5)
18.50 **Baczne oczka** (2, 3)
19.05 **Kicia Kocia 2** (3, 4) – anim.
19.25 **Mały Charlie** (1) – anim.
19.36 **Jeżyk Happy** (7, 8) – anim.
19.52 **Basia 2** (7) – serial anim.
20.05 **Wierszyki domowe** (6-8)
20.35 **Dolina Muminków 3** (12)

TVP 3 DVB-T2

12.30 **Rączka gotuje**
13.00 **Agrobiznes**
13.20 **Agropogoda**
13.30 **Bez retuszu**
14.20 **Poznaj region**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Całkiem niezła historia**
19.45 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.13 **Gość Regionów** – pr. publ.
20.30 **Telekurier** – mag., Polska
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.30 **Złoty chłopak** (174) – serial obycz., Turcja 2022

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

Warto zobaczyć

13.00 KINO POLSKA
Rozmowy nocą
KOMEDIA ROMANTYCZNA Singielka Matylda chce zostać matką. Rozpoczyna poszukiwania dawcy nasienia. Na jej anons odpowiada Bartek. *Reż.: Maciej Żak, A: Marcin Dorociński, Roma Gąsiorowska Polska 2008* **125 min ▶ do godz. 15.05**

16.25 POLSAT FILM
Patrol
SENSACYJNY Ratownik prowadzi szkolenia kadry. Wśród uczniów jest arogancki mistrz pływacki Jake. Zmaga się on z demonami przeszłości. *Reż.: Andrew Davis, A: Kevin Costner, Ashton Kutcher, Melissa Sagemiller USA 2006* **175 min ▶ do godz. 19.20**

16.50 HBO 3
Green Book
OBYCZAJOWY Lata 60. Zawadiaka z Bronksu zostaje szoferem zamożnego czarnoskórego muzyka. Wspólne doświadczenia zbliżają ich do siebie. *Reż.: Peter Farrelly, A: Viggo Mortensen, Mahershala Ali, Linda Cardellini USA 2018* **130 min ▶ do godz. 19.00**

17.45 WARNER TV
Rodzinne rewolucje
KOMEDIA Samotni rodzice, Lauren i Jim, mają za sobą nieudaną randkę. Oboje już nigdy nie zamierzają się spotkać. Los płata im jednak figla. *Reż.: Frank Coraci, A: Adam Sandler, Drew Barrymore, Kevin Nealon USA 2014* **135 min ▶ do godz. 20.00**

17.50 FILMBOX PREMIUM
Spencer
OBYCZAJOWY Do Sandringham House na święta zjeżdża rodzina królewska. Diana czuje się jak w klatce. Jej związek przechodzi kryzys. *Reż.: Pablo Larraín, A: Kristen Stewart, Timothy Spall, Sally Hawkins Wlk. Bryt./USA 2021* **130 min ▶ do godz. 20.00**

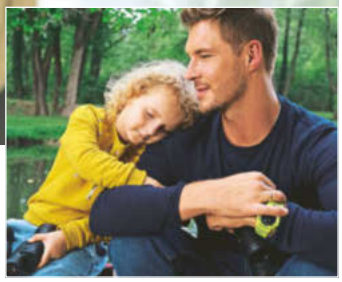
18.20 C+ PREMIUM
Kiedy nadchodzi jesień
OBYCZAJOWY Michelle pragnie odnowić kontakt z bliskimi. Podczas obiadu przez pomyłkę podaje trujące grzyby. *Reż.: François Ozon, A: Hélène Vincent, Josiane Balasko, Pierre Lottin Francja 2024* **100 min ▶ do godz. 20.00**

20.00 FILMBOX PREMIUM
Atomic Blonde
THRILLER Rok 1989, Berlin. Ktoś morduje brytyjskiego szpiega i wykrada mu listę podwójnych agentów. Do akcji wkracza Lorraine z MI6. *Reż.: David Leitch, A: Charlize Theron, James McAvoy, Eddie Marsan Niemcy/USA 2017* **125 min ▶ do godz. 22.05**

21.00 SUPER POLSAT
Siedmiu wspaniałych
WESTERN XIX w. Przestępcy terroryzują Rose Creek. Wdowa po jednej z ich ofiar prosi oficera Chisolma o pomoc. *Reż.: Antoine Fuqua, A: Denzel Washington, Chris Pratt, Ethan Hawke USA/Australia 2016* **165 min ▶ do godz. 23.45**

→ filmowe hity

Młoda mama nie zamierza spełniać oczekiwań męża. Chce jak najszybciej wrócić do pracy.



19.55 POLSAT

8 rzeczy, których nie wiecie o facetach

KOMEDIA ROMANTYCZNA Dalsze losy męskiej ekipy. Nadszedł czas na trudną lekcję dojrzałości.

HIT DNIA Gwiazdor Ricky zmaga się z kryzysem twórczym. Może na tym ucierpieć jego kariera. Producent muzyczny Kordian próbuje odzyskać równowagę po rozpadzie relacji z ukochaną Dominiką. Wkrótce jednak jego los się odmienia. Mężczyzna spotyka bowiem na swojej drodze uroczą Pestkę. Tymczasem Tomasz dowiaduje się, że Basia urodzi bliźnięta. W ich związku pojawiają się napięcia, kiedy przyszła matka oświadcza, że po porodzie wróci do pracy. Mężczyzna inaczej wyobrażał sobie życie rodzinne. Jarosław walczy z atakami paniki, które przeszkadzają mu w codziennych wyzwaniach. Stefanowi zdarza się nie panować nad złością, co również ma poważne konsekwencje. **HD 125 min ▶ do godz. 22.00**

Polska 2022 **Reż.:** Sylwester Jakimow **Wyst.:** Alicja Bachleda-Curuś, Mikołaj Roznerski, Maciej Zakościelny

20.00 TVN 7
Obce niebo
OBYCZAJOWY Marek (Bartłomiej Topa) i Basia próbują ułożyć sobie życie w Szwecji. Przez jedno kłamstwo budzą podejrzliwość opieki społecznej, która odbiera im córkę. Para rozpoczyna walkę z systemem.

Reż.: Dariusz Gajewski Wyst.: Barbara Kubiak Polska 2015 **HD 140 min ▶ do godz. 22.20**

20.00 TV PULS
Demonstracja siły
SENSACYJNY Coates specjalizuje się w nielegalnych interesach. W drogę wchodzi mu Iceman (Ving Rhames), który chce przejąć handel narkotykami na jego terytorium. Na ulicach rozpoczyna się wojna o władzę.

Reż.: Keoni Waxman Wyst.: Steven Seagal USA 2013 **HD 125 min ▶ do godz. 22.05**

20.00 TVN FABUŁA
Ci, którzy życzą mi śmierci
THRILLER Strażaczka Hannah (Angelina Jolie) postanawia 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 135 min ▶ do godz. 22.15**

21.05 TVP KULTURA
Biała odwaga
WOJENNY Taternik Jędrek (Filip Pławiak) pochodzi ze starego góralskiego rodu. Zakochuje się w dziewczynie (Sandra Drzymalska), którą poślubia jego brat. Po wybuchu II wojny światowej podejmuje współpracę z Niemcami.

Reż.: Marcin Koszałka Wyst.: Julian Świeżewski Polska 2024 **HD 125 min ▶ do godz. 23.10**

22.00 POLSAT
Szczęśliwy mężczyzna
KOMEDIA OBYCZAJOWA Jean Leroy (Fabrice Luchini), konserwatywny burmistrz miasteczka na północy Francji, ubiega się o reelekcję. Jego żona wyznaje mu, że w głębi duszy czuje się mężczyzną.

Reż.: Tristan Séguéla Wyst.: Catherine Frot Francja 2023 **HD 120 min ▶ do godz. 0.00**

22.05 TV PULS
Żądza śmierci
SENSACYJNY Mafioso Rusłan (Steven Seagal) chce zrezygnować z przestępczego życia. Dowiaduje się jednak, że jego była żona została zamordowana, a ranna córka przebywa w szpitalu. Zaczyna planować zemstę.

Reż.: Jeff King Wyst.: Dmitrij Czepowecki USA/Rosja 2009 **HD 120 min ▶ do godz. 0.05**

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

filmowe hity

Przestępcy giną w trakcie napadu. Ich żony stawiają czoło nowej rzeczywistości.

22.20 TVN 7

Wdowy

KRYMINALNY Kobiety muszą zapłacić za czyny swoich zmarłych mężów. Planują zuchwały rabunek.

HIT DNIA

Chicago. Harry i jego kompani okradają bossa mafii, Jamala Manninga. Giną podczas ucieczki przed policją. Gangster domaga się od Veroniki, wdowy po szefie szajki, zwrotu gotówki. Wkrótce kobieta dostaje od szofera męża, Basha, klucz do skrytki. Znajduje w niej laptop, a w nim plan kradzieży 5 milionów dolarów z domu polityka Jacka Mulligana. Postanawia zrealizować śmiały skok. Do pomocy rekrutuje inne wdowy po członkach grupy Harry'ego, Alice oraz Lindę. Dołącza do nich również Belle. HD 155 min ▶ do godz. 0.55

Wlk. Bryt./USA 2018 **Reż.:** Steve McQueen **Wyst.:** Viola Davis, Liam Neeson, Jon Bernthal, Robert Duvall, Colin Farrell

sport

5.50 TVP 2

Austria – Jordania

PIŁKA NOŻNA LIVE Podopieczni Ralfa Rangnicka typowani są na czarnego konia mundialu. Jeśli w tym meczu grupy J zagrają równie dobrze jak w marcowym sparingu z Ghaną (5:1), reprezentację Jordanii czeka bardzo trudny debiut w światowym czempionacie. HD 190 min ▶ do godz. 9.00

11.45 POLSAT SPORT 1

Bułgaria – Polska

SIATKÓWKA LIVE Turniej Ligi Narodów w Bangkoku Biało-Czerwone rozpoczną od spotkania z drużyną, którą w ostatnich latach regularnie ogrywały. Polki wygrały z Bułgarkami pięć meczów z rzędu – poprzedni, w LN 2025, 3:0. HD 135 min ▶ do godz. 14.00

rozrywka

15.20 TVP ROZRYWKA

Prywatka u Wojtka, czyli benefis Wojciecha Gąssowskiego

WIDOWISKO Muzyk świętuje 65-lecie pracy artystycznej. O jego drodze zawodowej, życiu prywatnym, atmosferze lat 60. i 70. opowiadają piosenkami m.in. Krystyna Prońko, Jerzy Kryszak oraz Ania Rusowicz. 70 min ▶ do godz. 16.30

19.00 TVN TURBO

Naprawy nie do naprawy

MOTORYZACJA Do warsztatu trafia Dawid z problematyczną Skodą Superb kombi z 2016 roku. Na wyświetlaczu pojawiają się komunikaty o niesprawnych systemach. Mechaników czeka wyzwanie. HD 45 min ▶ do godz. 19.45

20.00 STOPKLATKA

Sublokatorka

THRILLER Początkującej projektantce mody, Allison (Bridget Fonda), wydaje się, że trafiła na idealną współlokatorkę (Jennifer Jason Leigh). Pozornie nieśmiała dziewczyna z czasem ujawnia przerażające oblicze.

Reż.: Barbet Schroeder Wyst.: Steven Weber USA 1992 HD 145 min ▶ do godz. 22.25

20.50 TVN

Specjalista

SENSACYJNY May (Sharon Stone) chce się zemścić na mafiosach, którzy przed laty zlecili morderstwo jej rodziców. O pomoc w realizacji planu odwetu prosi Quicka (Sylvester Stallone), eksperta od materiałów wybuchowych.

Reż.: Luis Llosa Wyst.: James Woods, Rod Steiger USA/Peru 1994 HD 140 min ▶ do godz. 23.10

18.50 TVP 2

Portugalia – DR Konga

PIŁKA NOŻNA LIVE Naszpikowana gwiazdami futbolu ekipa Nawigatorów nie powinna mieć problemów z pokonaniem drużyny z Afryki. Przeciwko Vitinhi i spółce może zagrać Steve Kapuadi z Widzewa Łódź. HD 135 min ▶ do godz. 21.05

22.00 DISCOVERY HISTORIA

Wyścigi po antyki

LIFESTYLE Łowcy skarbów udają się na poszukiwania idealnego stołu do rodzinnej kuchni. Na zamówienie właściciela restauracji pragną też znaleźć elementy przemysłowe z epoki wiktoriańskiej. HD 60 min ▶ do godz. 23.00

22.30 TVP KOBIETA

Dzień dobry, kocham Cię

KOMEDIA ROMANTYCZNA Młody lekarz Szymon (Aleksy Komorowski) traci głowę dla nieznajomej (Barbara Kurdej-Szatan), którą spotkał na ulicy. Z pomocą kumpla postanawia ją odnaleźć.

Reż.: Ryszard Zatorski Wyst.: Paweł Domagała Polska 2014 105 min ▶ do godz. 0.15

23.00 TV 4

Za ciosem

KOMEDIA SENSACYJNA Hongkong. Marcus (Jean-Claude Van Damme) prowadzi oddział amerykańskiej firmy. Gdy z centrali przedsiębiorstwa przybywa Karen, mężczyzna odkrywa, że ona i jego wspólnik pracują dla CIA.

Reż.: Tsui Hark Wyst.: Rob Schneider USA/Aruba 1998 HD 115 min ▶ do godz. 0.55

21.50 TVP 1

Anglia – Chorwacja

PIŁKA NOŻNA LIVE Szlagier fazy grupowej MŚ. Naprzeciw siebie staną wicemistrz Europy i brązowy medalista poprzedniego mundialu. Chorwaci czekają na zwycięstwo nad Synami Albionu od 2018 roku. HD 135 min ▶ do godz. 0.05

dokument

21.00 BBC BRIT

Bolsonaro: chłopcy z Brazylii

POLITYKA Historia niezwykłego sukcesu byłego prezydenta Brazylii, Jaira Bolsonaro. Jego orężem stały się kontrowersyjne wypowiedzi i liczne wystąpienia w telewizji. HD 60 min ▶ do godz. 22.00

TVP 1 HD DVB-T2

5.50 **Akacjowa 38** (880) – telenowela, Hiszpania 2015
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
7.30 **Rodzina (nie od) święta**
8.00 **Serwis Info** – program inform.
8.10 **Pogoda Info**
8.15 **Czterdziestolatek** (13) – serial obyczajowy, Polska 1975
9.15 **Ranczo 5** (58) – obycz., Pol. 2011
10.10 **Komisarz Alex 6** (67) – serial kryminalny, Polska 2014
11.05 **Ojciec Mateusz 14** (175): Drift – serial kryminalny, Polska 2015
12.00 **Serwis Info** – program inform.
12.10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
12.30 **Agropogoda** – program inform.
12.40 **To się opłaca** – magazyn
12.55 **Natura w Jedynce: Kalahari, twarde prawo pustyni** (2-ost.) – film dokumentalny, Fr. 2022
14.00 **Złoty chłopak** (314) – serial obyczajowy, Turcja 2022
15.00 **Serwis Info** – program inform.
15.10 **Pogoda Info**
15.25 **Gra słów. Krzyżówka** (1047) – teleturniej
16.00 **Dziedzictwo** (951) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
18.05 **Reporterzy** – mag. reporterów
18.25 **Akacjowa 38** (892) – telenowela, Hiszpania 2015
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
20.10 **Sport, pogoda**
20.30 **Prokurator** (4) – krym., Pol. 2015
21.25 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)

TVP 2 HD DVB-T2

4.30 **Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2023
5.35 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
5.50 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026: Austria – Jordania (LIVE)
8.25 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
9.00 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.30 **Rodzinka.pl** (13, 14) – serial komediowy, Polska 2011
12.35 **Koło fortuny** (1862) – teleturniej
13.15 **Panna młoda** (123) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 **Va banque** (991) – teleturniej
14.35 **Na sygnale** (856) – serial fabularno-dokum., Polska 2026
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (413) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
Służba stara się rozbawić Virtudes, by lepiej odnalazła się w pałacu. Między Rómulem a Salvadorem wybucha sprzeczka. Do La Promesy przyjeżdżają rodzice Jimeny, żeby rozmawiać o przyszłości jej małżeństwa.
16.00 **Koło fortuny** (1863) – teleturniej
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (124) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Deryę coraz bardziej irytuje zachowanie nowej najemczyni, Dilary. W obliczu niepewności dotyczącej zdrowia swojego nienarodzonego dziecka Yonca postanawia ukryć się do czasu ostatecznej diagnozy.
18.15 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)

POLSAT HD DVB-T2

4.40 **Disco Gramy**
5.25 **Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
8.30 **Malanowski i partnerzy** (296, 297): Śmierć w jacuzzi; Brudne pranie – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
9.30 **Trudne sprawy** (1227, 1228) – serial paradokumentalny, Polska 2023
11.35 **Gliniarze** (840, 841) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.40 **Dlaczego ja?** (1470, 1471) – paradok., Polska 2025
Julia planuje ślub. Niedługo przed uroczystością dostaje anonim informujący o rodzinnej klątwie. Wynika z niego, że umrze, jeśli wyjdzie za mąż. Wkrótce stan jej zdrowia się pogarsza. Podobne objawy zauważa jej siostra, która też przyjęła propozycję małżeństwa. Obie zrywają zaręczyny.
15.50 **Wydarzenia, pogoda**
16.25 **Interwencja** – magazyn reporterów
16.40 **Gliniarze** (1037, 1038) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Kobieta, która dorabia jako kelnerka w klubie, zostaje pobita i zgwałcona we własnym domu. Detektywi nie stwierdzają jednak śladów włamania. Olgierd, Krystian i Ewelina dowiadują się, że Zosia i jej córeczka muszą opuścić wynajmowane mieszkanie.
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** (1671) – serial paradokumentalny, Polska 2024
6.50 **Kuchenne rewolucje** (4): Katowice – Meltini – program rozrywkowy
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.20 **Doradca smaku** (13) – magazyn kulinarny
11.25 **Kuchenne rewolucje** (11, 1): Człuchów, Kuchnia z Piwnicą; Warszawa – Piccownia – program rozrywkowy
13.40 **Ukryta prawda** (1651, 1652, 1708) – paradok., Polska
Karolina, właścicielka księgarni, zmaga się z problemami w pracy i małżeństwie. Zatrudnia Michała, który nie chce oficjalnej umowy z uwagi na długi nieuczciwej żony. Z czasem się w nim zakochuje.
16.50 **Szpital św. Anny** (48) – serial obyczajowy, Polska 2025
Sandra przebywa w szpitalu. Lekarze stwierdzają, że jedyną nadzieją jest ryzykowna operacja. Daria odbiera od matki niepokojący telefon.
17.55 **Detektywi** (172) – serial fab.-dok., Polska 2025
Kowalik i Korczyk są świadkami ataku na Turka. Dowiadują się, że brat chłopka, Yusow, przebywa w więzieniu za zabójstwo. Utrzymuje on jednak, że nie popełnił zbrodni.
19.00 **Fakty, sport i pogoda**
19.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów
20.15 **Na Wspólnej** (4230) – serial obyczajowy, Polska 2026 (player)

20

PIŁKA NOŻNA

21.50 Mistrzostwa świata 2026: mecz grupy L: Anglia – Chorwacja (LIVE)

Hit inauguracyjnej serii spotkań turnieju. Na BMO Field w Toronto zagrają ze sobą aktualni wicemistrzowie Starego Kontynentu oraz brązowi medaliści mundialu sprzed czterech lat. To pierwsze starcie tych ekip od pięciu lat. Podczas Euro w 2021 roku lepsi okazali się Anglicy, którzy wygrali 1:0.

0.30 **Biały Potok** – komedia, Polska 2021, reż. Michał Grzybowski, wyk. Marcin Dorociński, Agnieszka Dulęba-Kasza, Julia Wyszyńska, Dobromir Dymecki, Sebastian Pawlak, 90 min (FILM)
Michał i jego żona przyjaźnią się z parą zmagającą się z długami. Nieoczekiwane wyznanie poważnie komplikuje ich relacje.
2.00 **Dzień wielkiej ryby** – film psychologiczny, Polska 1996, reż. Andrzej Barański, wyk. Jan Peszek, Joanna Brodzik, Jan Wieczorkowski, Beata Tyszkiewicz, 75 min (FILM)
3.15 **Wykrywacz kłamstw** – program publicystyczny
3.30 **Zakończenie**

PIŁKA NOŻNA

18.50 Mistrzostwa świata 2026: mecz grupy K: Portugalia – Demokratyczna Republika Konga (LIVE)

Powołanie do kadry Demokratycznej Republiki Konga otrzymał znany polskim kibicom Steve Kapuadi z Widzewa Łódź. Kibice przekonają się, czy jego drużyna napsuje krwi naszpikowanej gwiazdami reprezentacji Portugalii na czele z Cristiano Ronaldo.

21.05 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
21.40 **Postaw na milion** – teleturniej
22.35 **Na sygnale** (847, 848): Wszystkie ruchy dozwolone; Na ostrzu noża – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
23.40 **63. KFPP w Opolu – Premiery** – skrót koncertu
0.35 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
0.50 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy L: Ghana – Panama (LIVE)
3.30 **My Sunnyside** – film dokumentalny, Polska 2025
5.00 **Zakończenie**

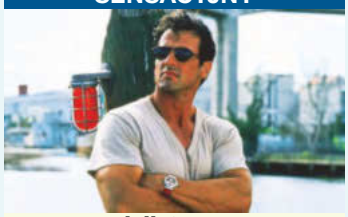
KOMEDIA ROMANTYCZNA

19.55 8 rzeczy, których nie wiecie o facetach – Polska 2022, 125 min (FILM) HIT DNIA

Gwiazdor Ricky zmaga się z kryzysem twórczym. Producent muzyczny Kordian, który cierpi po rozpadzie swojego związku, spotyka Pestkę. Tomasz dowiaduje się, że Basia urodzi bliźnięta. Ciężko mu to zaakceptować. Jarosław walczy z atakami paniki, które przeszkadzają mu w codziennych wyzwaniach. Z kolei Stefanowi wciąż zdarza się nie panować nad złością.

22.00 **Szczęśliwy mężczyzna** – komedia obyczajowa, Francja 2023, reż. Tristan Séguéla, wyk. Fabrice Luchini, Catherine Frot, Philippe Katerine, Artus, 120 min (FILM)
0.00 **Charlie Cykor** – czarna komedia, USA 2000, reż. Eric Blakeney, wyk. Liam Neeson, Sandra Bullock, Oliver Platt, José Zúniga, 140 min (FILM)
2.20 **Nasz nowy dom** (364) – reality show
3.30 **Ewa gotuje** (557) – magazyn kulinarny
4.10 **Kabaretowa Ekstraklasa** (131) – program rozrywkowy

SENSACYJNY



20.50 Specjalista – USA/Peru 1994, 140 min (FILM)

May w dzieciństwie była świadkiem, jak zabójcy nasłani przez mafijny klan zamordowali jej rodziców. Po latach wkrada się w łaski wrogów, żeby dokonać zemsty. Prosi o pomoc byłego agenta CIA, Raya Quicka.

23.10 **Diuna: Część druga** – film s.f., USA/Kanada/Jordania 2023, reż. Denis Villeneuve, wyk. Timothée Chalamet, Zendaya, Rebecca Ferguson, Javier Bardem, 200 min (FILM)
Paul Atryda, który ocalał z rzezi, chroni się wśród wędrownego ludu Fremenów. Przywódca społeczności sądzi, że jest on przepowiadanym wybrańcem. Tymczasem baron Harkonnen przeprowadza kolejne ataki.
2.30 **Szpital św. Anny** (116) – serial obyczajowy, Polska 2026
3.35 **Uwaga!** – magazyn reporterów
3.50 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (21) – serial kryminalny, USA 2012
4.50 **Nauka jazdy 5** (2)– pr. rozr.
5.15 **Recepta na stary dom 3** (12) – program rozrywkowy

P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB-T2

5.20 Ten moment (38) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 Szkoła (729-731) – serial paradokumentalny, Polska 2019
8.45 Ukryta prawda (1321, 1410, 1411) – paradok., Polska
11.55 W-11 – Wydział Śledczy (1047, 1048, 1050): Mama tata; Kalina; Mężczyźni – serial fabularno-dokum., Polska 2013
14.00 Detektywi (105): Śmierć na torach – serial fabularno-dokum., Polska 2024
15.00 Szpital (751) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Pod opiekę Michała trafia ośmiolatek, który oblał się woskiem do depilacji. Matka pacjenta nie przejmuje się jego stanem zdrowia. Jest bardziej zainteresowana tym, czy zdąży na randkę.
16.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (486, 487) – fab.-dok., Polska 2009-2010
Wojciech Staszak jest oskarżony o zamordowanie żony. Wszystko wskazuje na to, że podał jej leki nasenne i wywiózł za miasto. By upozorować samobójstwo, umieścił partnerkę na fotelu kierowcy i zepchnął auto ze skarpy.
18.00 SOS Ekipy w akcji (1) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Policjanci dostają wezwanie od nastolatka, który uciekł z domu. Jego ojciec znęca się matką. Inny patrol znajduje się w środku konfliktu między byłymi małżonkami.
19.00 Ukryta prawda (1512) – serial paradokumentalny, Polska 2023

TV PULS HD DVB-T2

6.00 Policjanci z Miami 2 (12, 13): Cwaniak Phil; Miami w całej krasie – serial kryminalny, USA 1985
8.00 Kobra – oddział specjalny (11, 12): Śladami ojca; Szefowa – serial sensacyjny, Niemcy 2015
10.00 Maria z przedmieścia (21, 22) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (97) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
13.00 Wspaniałe stulecie (31) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 Kurierzy (16) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (504, 505) – serial obyczajowy, Polska 2022
Matylda ma siatkówczaka. Jedyną szansą na pokonanie choroby jest kosztowna operacja w USA. Ojciec dziewczynki musi uzbierać 250 tys. zł. Postanawia wygrać pieniądze w salonie gry.
17.00 Kurierzy (17) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Z powodu zdrady Piotr zostaje wyrzucony z domu przez żonę. Mężczyzna prosi Adama o pomoc w przewiezieniu kilku rzeczy do brata. Kurier zostaje mediatorem skłóconych małżonków.
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (954, 955) – serial obyczajowy, Polska 2026
Klara mimo sprzeciwu męża poszukuje swojego biologicznego dziecka, które zamieniono w szpitalu. Nie ma pojęcia, jakie konsekwencje przyniosą jej działania. Narasta konflikt między Kazimierzem a Kapicą.

PULS 2 HD DVB-T2

5.50 Ale numer! 19 (8) – program rozrywkowy
6.25 Superthings: Kazoom Power (25, 26) – serial anim., Hiszp. 2024
6.40 Smerfy 2 (35) – serial anim., Bel./USA/Francja 2021
6.55 Jeżyk i Przyjaciele (12, 11) – serial animowany, Polska 2023
7.30 Psi Patrol 8 (21) – serial animowany, USA/Kanada 2021
7.50 Superkoty (26) – serial animowany, USA 2023
8.30 Myszka Miki: Frajdomek 2 (50) – serial anim., USA 2022
8.50 Masza i Niedźwiedź 3 (15, 16) – serial animowany, Rosja 2016
9.20 Bing 4 (1, 2) – serial animowany, Wielka Brytania/Irlandia 2019
9.35 Basia 2 (25, 26) – anim., Pol. 2019
10.00 Jeżyk i Przyjaciele (10) – serial animowany, Polska 2026
10.25 Spidey i superkumple 2 (29, 28) – serial anim., USA 2022
11.25 Gus. Mały – wielki rycerz (15, 16) – serial anim., Fr. 2021
11.55 Smerfy (141, 142) – serial anim.
13.00 Gumisie 6 (14, 13) – serial animowany, USA 1992
14.00 Kacze opowieści (47, 49) – serial animowany, USA 1987
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (10, 11) – anim., Francja/Korea Południowa/Jap.
16.00 Fineasz i Ferb 2 (22, 23) – serial animowany, USA 2007-2011
17.00 Marta mówi (10) – serial anim., USA/Kanada/Filipiny 2008
17.35 Superkoty (25) – serial animowany, USA 2023
18.00 Blue 2 (17, 18) – anim., Australia/Wielka Brytania 2020-2021

NETFLIX

W BLASKU EKRANU

Rok 1996. Owena i Maddy łączy fascynacja serialem telewizyjnym „The Pink Opaque". Jego bohaterki, Tara i Isabel (Helena Howard), walczą z okrutnym Panem Melancholią. Wyobcowane nastolatki zaczynają wierzyć, że świat ich ulubionej produkcji jest prawdziwy. W końcu Maddy postanawia uciec.
▶psycholog., USA 2024; 100 min

PREMIERA

ZA DUŻY NA BAJKI 3

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

WZGÓRZE PSÓW

Autor bestsellera Mikołaj Głowacki (Mateusz Kościukiewicz) wraca do rodzinnego Zyborka. Towarzyszy mu żona, dziennikarka śledcza Justyna (Jaśmina Polak). Pisarz musi stawić czoło mrocznym tajemnicom z przeszłości. Adaptacja prozy Jakuba Żulczyka, który jest również współscenarzystą serialu.
▶serial krym. (5 odc.), Polska 2025

JE M'APPELLE AGNETA

Agneta (Eva Melander) ma 49 lat i czuje, że stała się niewidzialna – dzieci opuściły już dom, a mąż nie ma dla niej czasu. Znużona rutyną kobieta wyjeżdża do Francji, by zostać au pair. Jej podopieczny Einar okazuje się wiekowym ekscentrykiem. Ich znajomość z czasem przeradza się w przyjaźń.
▶komedia, Szwecja 2026; 113 min

DRAMAT OBYCZAJOWY

20.00 Obce niebo – Polska/Szwecja 2015, 140 min
FILM
Marek i Basia przeprowadzają się wraz z córką Ulą do Szwecji. Mają nadzieję, że zapewnią tu sobie dostatnie życie. Przez jedno kłamstwo budzą jednak podejrzliwość miejscowej opieki społecznej, która wkrótce odbiera im dziecko. Rodzice rozpoczynają nierówną walkę z bezlitosnym systemem.

22.20 Wdowy – dramat kryminalny, Wielka Brytania/USA 2018, reż. Steve McQueen, wyk. Viola Davis, Liam Neeson, Jon Bernthal, Manuel Garcia-Rulfo, 155 min
FILM
Giną mężowie Veroniki, Alice i Lindy. Kobiety odkrywają, że partnerzy byli zamieszani w nielegalną działalność, a one muszą oddać skradzione przez nich pieniądze.
0.55 Zakonnica 2 – horror, USA/Wielka Brytania 2023, reż. Michael Chaves, wyk. Taissa Farmiga, Bonnie Aarons, Storm Reid, Anna Popplewell, 140 min
FILM
3.15 Żyjąc z potworem 8 (8) – serial dokumentalny, USA 2020
4.15 Fachowcy 2 (6) – serial paradokumentalny, Polska 2018

SENSACYJNY

20.00 Demonstracja siły – USA 2013, 125 min
FILM
Alexander Coates to specjalista od nielegalnych interesów. Na jego drodze staje Iceman. Gangster chce przejąć kontrolę nad handlem narkotykami na terytorium Alexandra. Obie strony nie mogą się porozumieć, w efekcie na ulicach rozpoczyna się wojna o władzę. W sam środek konfliktu trafia Oso.

22.05 Żądza śmierci – film sensacyjny, USA/Kanada/Rosja 2009, reż. Jeff King, wyk. Steven Seagal, Dmitrij Czepowecki, Igor Żiżikin, Robert Wisden, 120 min
FILM
Rosyjski gangster zamierza zerwać z przestępczym światem. Dowiaduje się, że jego ekszona została zabita, a córka leży ranna w szpitalu. Wraca do krwawej profesji, by się zemścić.
0.05 Bestia – film sensacyjny, Kanada/Hongkong/Wielka Brytania 2003, reż. Ching Siu-Tung, wyk. Steven Seagal, Byron Mann, 115 min
FILM
2.00 Dzielnica strachu 9 (390): Zwierzęce instynkty – serial kryminalny, Polska 2025
2.55 Zobacz to! – pr. powtórkowe

ANIMOWANY

18.15 Bing 4 (1, 2) – Wielka Brytania/Irlandia 2019
Sula i Amma odwiedzają króliczka w jego domu, by wspólnie z przyjacielem obejrzeć fajerwerki. Bing uważa, że jest odważny i że niestraszny mu huk. Decyduje się oglądać pokaz w ogrodzie.
18.45 Masza i Niedźwiedź 3 (15, 16)
19.00 Kacze opowieści (48, 50) – serial animowany, USA 1987
20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (962) – serial obyczajowy, Polska 2026
21.00 Dzielnica strachu 9 (394, 395) – serial kryminalny, Polska 2025
23.00 Suburra – film kryminalny, Włochy/Francja 2015, reż. Stefano Sollima, wyk. Pierfrancesco Favino, Elio Germano, 170 min
FILM
1.50 Lombard. Życie pod zastaw 9 (468) – serial obycz., Polska 2021
2.50 Lombard. Życie pod zastaw 12 (628) – serial obyczajowy, Polska 2023
4.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (176) – serial obycz., Polska 2019
5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (489) – serial obyczajowy, Polska 2022

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.05 **FBI: Most Wanted 2** (3, 4) – serial krym.
7.30 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (3, 4) – serial kryminalny
9.20 **Castle** (5, 6) – serial kryminalny, USA 2009
11.20 **MacGyver** (11, 12) – serial akcji, USA 2016-2017
13.10 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (5, 6) – serial kryminalny
15.10 **Agenci NCIS 19** (13, 14) – serial sensacyjny, USA 2022
17.05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 2** (14, 15) – serial krym., USA/Kanada 2001
19.05 **Castle** (7, 8) – serial kryminalny, USA 2009

TVP SERIALE

5.25 **Rodzinka.pl** (86, 87) – serial kom., Pol. 2013
6.30 **Na sygnale** (469, 470)
7.35 **Ojciec Mateusz 2** (19) – krym., Pol. 2009
8.35 **Komisarz Alex** (8)
9.30 **Rodzinka.pl** (88)
10.05 **Klan** (1435, 1436)
11.00 **Ranczo 7** (86, 87)
12.40 **Komisarz Alex** (9)
13.40 **Ojciec Mateusz 29** (370, 371) – krym., Pol.
15.35 **Komisarz Alex** (10) – serial krym., Polska
16.20 **Na sygnale** (471, 472) – serial fab.-dokum.
17.30 **Ranczo 7** (88, 89) – serial obycz., Polska
19.30 **Ojciec Mateusz 29** (372) – krym., Pol. 2023
20.30 **Ojciec Mateusz 2** (20) – krym., Pol. 2009

TVP KULTURA HD

10.15 **Koniec babiego lata** – film obyczajowy, Polska 1974, 65 min
11.20 **Jurek** – dok., Pol. 2014
12.55 **Legendy Paryża – opowieść o sztuce XIX wieku** (3) – dok.
13.55 **Kariera Nikodema Dyzmy** (3) – obycz.
15.05 **Syzyfowe prace** – dramat obyczajowy, Polska 2000, 115 min
17.00 **Podróż za jeden uśmiech** (2, 3)
18.15 **Muzeum Polskiej Piosenki** (14) – rozr.
18.30 **Informacje kulturalne**
18.55 **Pan wzywał, milordzie? 3** (1)
20.00 **Powrót Sherlocka Holmesa** (3) – krym.

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 3** (13) – serial dok., Pol. 2018
7.00 **Wolna krowa** – film krótkometraż.
7.45 **Długi weekend** – film obyczajowy, Polska 2004, 95 min
9.20 **The Hero** – film krótkometraż.
10.00 **Patience** (1, 2) – krym., Belgia/Niemcy/Wlk. Bryt. 2025
12.05 **Vera 2** (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
14.00 **Konie Valdeza** – western, Fr./Hiszp./Włochy 1973, 130 min
16.10 **Jak zostać belfrem?** – komediodramat, Francja 2023, 125 min
18.15 **Vera 2** (4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

CANAL+ PREMIUM HD

8.40 **Królowa chmur** – film obyczajowy, Polska 2003, 80 min
10.00 **Milli Vanilli** – film dokum., USA 2023
11.45 **Pan Tadeusz** – film kostiumowy, Polska/Francja 1999, 150 min
14.15 **To nie jest zagadka kryminalna** (3) – serial krym., Belgia
15.15 **Ocean, nasz dom** – film dokumentalny, Szwajcaria 2024
16.50 **Morderstwo w ambasadzie** – film kryminalny, Wielka Brytania 2025, 85 min
18.15 **Łapu capu** – pr. rozr.
18.20 **Kiedy nadchodzi jesień** – dram. obycz., Fr. 2024, 100 min

HBO HD

8.30 **Nim nadejdzie czwartek** – komediodramat, Finlandia 2024, wyk. Ijkka Forss, 100 min
10.10 **Święta w blasku reflektorów** – komedia romant., USA/Indie 2024, 90 min
11.40 **Zabawy z piłką** – komedia, USA/Niemcy 2004, 90 min
13.10 **Grinch** – film anim., Francja/Japonia/USA 2018, 90 min
14.40 **Saga „Zmierzch": Zaćmienie** – film fantasy, USA 2010, reż. David Slade, 125 min
16.45 **Co będzie dalej?** – komediodramat, USA 2023, 105 min

20

SENSACYJNY

21.05 **Zabójcza broń 3** (8, 9) – USA 2018

Przed restauracją, w której pracuje świadek Elliott, wybucha samochód pułapka. Mężczyzna uchodzi jednak z życiem. Murtaugh i Cole mają go chronić.

23.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 2** (14, 15) – serial krym.
0.45 **Castle** (7, 8) – serial kryminalny, USA 2009
2.40 **Zabójcza broń 3** (8) – serial sensacyjny
3.35 **FBI 2** (15) – krym., USA
4.25 **Walker: Strażnik Teksasu** (15) – krym.

OBYCZAJOWY

21.30 **Ranczo 7** (90, 91) – Polska 2013

Żona Kozioła ukrywa się u aptekarza, gdzie według męża jest bezpieczna. Kuzyn Wezółowej zdobywa potwierdzenie, że celem ataku organów ścigania jest senator.

23.25 **Ojciec Mateusz 29** (373, 374) – krym., Pol.
1.25 **Erynie** (3, 4) – serial kryminalny, Pol. 2021
3.20 **Gra z Cieniem** (9) – serial krym., Polska
4.15 **Klan** (1435) – telenowela, Pol. 2008
4.40 **Pan Mama** (8) – serial komediowy, Pol. 2025

DRAMAT WOJENNY

21.05 **Biała odwaga** – Polska 2024, 125 min

Po wybuchu wojny Niemcy werbują górali do współpracy. Maciej, w przeciwieństwie do Jędrka, odrzuca ich propozycję. W kolejnych latach bracia znów zostają poddani próbie.

23.10 **Informacje kulturalne**
23.40 **Angielka i książę** – dramat historyczny, Francja 2001, 140 min
2.00 **39. Międzynarodowy Festiwal Muzyki Jazzowej Jazz Jamboree '97**

KRYMINALNY

20.10 **Wiem, co widziałam** (5, 6-ost.)

Cała społeczność i rodzina odwracają się od Penny. Kobieta traci pracę. Jednocześnie Phil daje się poznać jako manipulator. Na jaw wychodzi prawda dotycząca Toma.

22.15 **Zbrodnie w Ystad** (3, 4) – serial krym.
0.20 **Poza nocą** (3, 4) – hist., Włochy/Fr. 2022
2.30 **Kruk. Jak tu ciemno** (3) – krym., Pol. 2022
3.25 **Odzyskać siebie** – dramat obyczajowy, Polska 2024, 110 min
5.15 **Furioza** (1) – sens.

SENSACYJNY

20.00 **Death Race: Wyścig śmierci** – USA/Niemcy/Wielka Brytania 2008, 110 min

Kierowca rajdowy Jensen Ames, niesłusznie oskarżony o zabicie żony, trafia do więzienia. Zostaje zmuszony do startu w zawodach, w których stawką jest jego życie.

21.50 **Rocznica** – thriller, USA 2025, 110 min
23.40 **30 dni mroku** – horror, USA/Nowa Zelandia 2007, 110 min
1.30 **3000 metrów nad ziemią** – thriller, USA 2024, 90 min

ANIMOWANY

18.30 **Batman Azteków: Starcie imperiów** – USA 2025, 90 min

Przywódca wioski ginie z rąk konkwistadorów. Jego syn ukrywa się w świątyni boga nietoperzy, gdzie szkoli się, by stawić czoło inwazji.

20.00 **Akademia pana Kleksa 2** – film familijny, Polska 2024, 120 min
22.00 **Przymierze** – dramat wojenny, Hiszpania/USA 2023, 120 min
0.00 **Mroczny fajter** – film sens., USA 2023, 115 min

AXN WHITE

8.25 **Szpital nadziei 3** (10)
9.25 **Detektyw Murdoch 12** (16, 17) – serial kryminalny
11.25 **Agenci NCIS 15** (7-9)
14.05 **Szpital nadziei 3** (11)
15.05 **Wspólny dom na święta** – dramat obyczajowy, Kanada 2023, 120 min
17.05 **Boże Narodzenie po angielsku** – film obycz., Wlk. Bryt. 2019, 115 min
19.00 **Dr House 2** (17) – obycz.
20.00 **Dowody zbrodni 5** (18)
20.55 **Dowody zbrodni** (1)
21.55 **Unforgettable: Zapisane w pamięci 4** (1) – krym.
22.55 **Agenci NCIS 15** (7-9)
1.35 **Dowody zbrodni 5** (18)

AXN BLACK

8.40 **Zagadki z przeszłości** (10) – przyg., Fr./Niem./Kan.
9.50 **Gwiezdne wrota** (21, 22)
11.50 **Gwiezdne wrota 2** (1)
12.50 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 3** (17) – sens., USA
13.50 **Renegat 4** (18) – sens.
14.50 **Drużyna A 2** (8) – sens.
15.50 **Nieustraszony 4** (22)
16.55 **Zagadki z przeszłości** (11) – przyg., Fr./Niem./Kan.
17.55 **Gwiezdne wrota 2** (2-4)
21.00 **Jumanji** – film przygodowy, 1995, 130 min
23.10 **Londyński bulwar** – film kryminalny, 2010, 120 min
1.10 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 3** (17) – sens., USA

WARNER TV

9.05 **Bajer z Bel-Air 3** (24)
9.35 **Bajer z Bel-Air 4** (1)
10.00 **Prawo Agaty** (13) – obycz.
11.00 **Pełna chata 7** (1, 2) – kom.
12.00 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 9** (20, 21) – sens.
13.55 **Bajer z Bel-Air 3** (24)
14.25 **Bajer z Bel-Air 4** (1-3)
15.45 **Pełna chata 7** (1-4) – kom.
17.45 **Rodzinne rewolucje** – kom., USA 2014, 135 min
20.00 **Rio Bravo** – western, USA 1959, 175 min
22.55 **Akademia policyjna 6: Operacja „Chaos"** – kom., USA 1989, 95 min
0.30 **Komórka** – film sens., USA/Niemcy 2004, 110 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Kabaretowa Ekstraklasa** (131) – rozr.
6.10 **Gliniarze** (38-40) – serial paradokum., Polska 2016
9.10 **Strażnik Teksasu** (14-17) – serial sensacyjny, USA
13.00 **Kowalscy kontra Kowalscy** (29-32) – obycz.
15.00 **Świat według Kiepskich** (317-320) – kom., Pol. 2009
17.00 **Columbo** (2, 5) – krym.
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (85-87) – serial krym., USA/Kanada
23.50 **Ślad** (110, 1, 2) – krym., Pol.
2.50 **Święty** (266, 267) – kom.
4.00 **48h. Zaginieni** (59, 60) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

7.20 **Kayara niepokonana** – film anim., 2025, 80 min
8.40 **Super pies i kot łotr** – film anim., 2025, 90 min
10.10 **Czarna woda**
10.30 **Liza Minnelli. Niesamowita historia absolutnie prawdziwa**
12.10 **Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu** – film fantasy, 2009, 125 min
14.15 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
14.20 **Nadzieja** – dramat sens., Pol./Niemcy 2006, 100 min
16.00 **Ultimatum Bourne'a** – film sensacyjny, USA/Niemcy 2007, 110 min
17.50 **Hollywood Buzz** – mag.
18.15 **Robin i obrońcy królestwa** – przyg., Wlk. Bryt./Irlandia 2024, 100 min
19.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Uciekinier** – film s.f., Wielka Brytania/USA 2025, reż. Edgar Wright, 130 min
22.10 **Namierzony** – dramat sensacyjny, 2025, 105 min
23.55 **Innego końca nie będzie** – film obycz., 2024, 85 min
1.20 **Wyrwa** – thriller, Polska 2023, 100 min
3.00 **Quebonafide: Północ/Południe** – musical, Polska 2025, 70 min
4.10 **Utrata równowagi** – dramat psychologiczny, Polska 2024, 95 min
5.45 **Premierowa jazda** – mag.

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Cztery pory Igi** (1) – serial dokumentalny, Polska 2022
10.40 **Premierowa jazda** – magazyn
11.00 **Naruto** (11-16) – serial anime, Japonia 2003
14.00 **Łapu capu Extra** – program rozrywkowy
14.30 **13 posterunek 2** (1-3) – serial komediowy, Polska
16.10 **Pisarze. Serial na krótko** (5) – serial komediowy, Polska 2019
16.25 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (5, 6) – serial dokumentalny, Niemcy 2023
18.25 **The Office PL** (7-9) – serial komediowy, Pol. 2021-2022
20.00 **Król i zdobywca** (5, 6) – serial historyczny, Wielka Brytania/Islandia/USA 2025
Wilhelm ogłasza się następcą Edwarda, ale Harold odmawia złożenia przysięgi wierności.
21.40 **Premierowa jazda** – magazyn
22.05 **Oddział dla zuchwałych** (1, 2) – serial wojenny, Wielka Brytania 2022
0.05 **Nie zostawiaj mnie** (5, 6) – serial kryminalny, Wł. 2022
2.05 **Powrót** (5, 6) – serial komediowy, Polska 2022
3.40 **Small World** (1-3) – serial sensacyjny, Polska 2021

CANAL+ 360 HD

7.00 **Supersamoloty bojowe** (4) – serial dokumentalny
8.00 **Grip – w świecie supersamochodów** (1)
9.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (5) – serial dok., Niem. 2023
10.00 **Co poszło nie tak** (4)
11.00 **Kolegium żużlowe**
13.00 **Nieczysta gra: Skandal w biathlonie** (1) – dok.
14.00 **Wykrywacz historii** (3)
15.00 **Co poszło nie tak 2** (2)
16.00 **Supersamoloty bojowe** (5) – serial dokumentalny
17.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach 8** (7) – dok.
18.00 **Porzucone konstrukcje 4** (12) – dok.
18.55 **Wykrywacz historii** (2)
19.50 **Zholowani: ciężarówki w opałach 8** (8) – dok.
20.50 **Co poszło nie tak 3** (6)
22.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2** (5) – serial dok., Niem. 2014
22.55 **Supersamoloty bojowe** (3) – serial dokumentalny
0.00 **Luis Enrique: Nie macie k**** pojęcia** (1) – dok.
0.55 **Pokonani** (2) – serial krym.
2.00 **To jest żużel** (14) – dok.
2.45 **Polowanie na Hitlera** (3)
3.45 **Pogotowie remontowe Wieśka 4** (10, 11) – mag.
4.55 **Zwierzęta Wajraka** (5, 6)

HBO 2 HD

12.45 **I tak po prostu** (6) – kom.
13.20 **Harry Potter i więzień Azkabanu** – przyg., USA/Wlk. Bryt. 2004, 135 min
15.35 **Ciągnie świnki do... wilkołaka** – film anim.
15.45 **Scott Pilgrim kontra świat** – komedia fantasy, USA/Wielka Brytania/Kanada 2010, 110 min
17.35 **Chłopi** – dramat obycz., Polska 2023, 115 min
19.30 **Kraina Lovecrafta** (1, 2) – serial grozy, USA 2020
21.35 **Fachowiec** – sens., Wielka Brytania/USA 2025, 110 min
23.25 **Salve Maria** – dramat obycz., Hiszp. 2024, 110 min

HBO 3 HD

12.55 **Lista** – komedia, USA 2023, 100 min
14.35 **Jeszcze piękniej** – komediodramat, Niemcy 2025, 135 min
16.50 **Green Book** – dramat obyczajowy, 2018, 130 min
19.00 **Niepewne 3** (7, 8) – kom.
20.05 **The Last of Us 2** (4)
21.00 **Georgie i Mandy wzięli ślub 2** (17, 18) – serial kom.
21.35 **Doktor Larsen 2** (20)
22.20 **Zaginiona dziewczyna** – thriller, USA 2014, 145 min
0.45 **Ostatni pojedynek** – film historyczny, 2021, 150 min
3.15 **Georgie i Mandy wzięli ślub 2** (17, 18) – serial kom.

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (106-108) – dok., Pol.
7.30 Doktor Martin (19) – serial obyczajowy
8.30 Przyjaciółki (293, 294) – obycz., Pol.
10.25 Świat według Kiepskich (139, 140, 205, 206, 147, 148) – serial kom., Polska
13.55 Kopciuszek – musical, USA/Wielka Brytania 2021, 150 min
16.25 Patrol – dramat sensacyjny, USA 2006, 175 min
19.20 8 części prawdy – thriller, USA 2008, reż. Pete Travis, wyk. William Hurt, Dennis Quaid, 100 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 Pingwiny z Madagaskaru 3 (4, 5) – serial animowany, USA 2012
7.00 Dwóch i pół 2 (19-22) – serial komediowy
8.55 Przyjaciele 3 (15-20) – kom., USA 1996-1997
11.55 Teoria wielkiego podrywu 3 (4-9) – serial komediowy
14.30 Dwóch i pół 2 (23, 24) – serial komediowy, USA 2004
15.30 Dwóch i pół 3 (1, 2) – serial komediowy
16.30 Przyjaciele 3 (21-25) – serial komediowy, USA 1996-1997
19.00 Przyjaciele 4 (1) – serial komediowy, USA 1997-1998

TVN FABUŁA HD

5.05 Szkoła (759) – serial paradokum.
6.00 Superbohaterowie (3) – program kult.
6.30 Alfabet filmowy (7)
6.45 Zakochani po uszy (59, 60) – telen., Polska
7.45 Detektywi (17-20) – serial fab.-dokum.
9.50 Prawo Agaty 2 (10)
10.55 Szpital św. Anny (76)
11.55 Miłość czy pomyłka? (5, 6)
13.55 Prawo Agaty 2 (9)
14.55 Detektywi – fab.-dok.
16.00 Najpiękniejsza muzyka filmowa (3)
16.20 Shazam! Gniew bogów – kom. przyg., USA 2022, 160 min
19.00 Szpital św. Anny (55) – serial obycz., Polska

13 ULICA

6.15 Zbrodnie idealne (31, 32) – serial kryminalny, Fr. 2017
8.25 Grace 2 (2) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2022
10.25 Chicago P.D. 10 (12, 13) – serial kryminalny, USA 2022
12.15 Magnum: Detektyw z Hawajów 4 (5, 6) – serial sensacyjny, USA 2021-2022
14.10 Balthazar 4 (1, 2) – serial kryminalny, Francja 2022
16.20 Grace 2 (3) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2022
18.20 Chicago P.D. 10 (14, 15) – serial kryminalny, USA 2022

KINO POLSKA

6.25 Nowy kabaretowy rejs 5 (1) – pr. rozrywk.
7.15 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 3 (6) – dok.
7.45 Jesteśmy razem – film dokum., 2025
8.50 Wracając do Marka – film dokum., 2002
9.50 Pan Kleks w kosmosie (1/2, 2-ost.) – film przygodowy, Polska/Czechosłowacja 1988, 190 min
13.00 Rozmowy nocą – komedia romant., 2008, 125 min
15.05 Kingsajz – komedia, 1987, 140 min
17.25 Pogranicze w ogniu (16, 17) – serial sens.

STOPKLATKA DVB-T2

6.00 Kabaretowe hity (8)
6.50 Polak potrafi. Jak się żyje za granicą
7.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
8.55 Robert Makłowicz (141, 143) – mag. kulin.
10.40 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2 (7) – magazyn kulin.
10.55 Górski lekarz (5, 6) – obycz., Niem./Austria
13.00 Katastrofy w przestworzach (4, 1) – serial dok., Kan.
16.00 MacGyver 3 (11, 12) – sens., USA/Kan. 1988
18.00 Wojny magazynowe: Kanada 2 (28, 29)
19.10 Aukcja w ciemno (13, 14) – serial dokum.

20

KRYMINALNY

21.00 Plan ucieczki 2 – Chiny/USA 2018, 120 min

Breslin musi sforsować technologiczne zabezpieczenia w więzieniu zwanym Hadesem, by ocalić zaufanego człowieka. Odnalezienie kompana nie jest łatwe.

23.00 Świat w płomieniach – film sensacyjny, USA 2013, 160 min
1.40 Fala zbrodni (65) – serial sens., Pol. 2006
2.40 Ślad (20, 21) – krym.
4.40 Na ratunek 112 (841, 842) – paradok.

KOMEDIOWY

19.30 Teoria wielkiego podrywu 3 (10-15)

Penny, która chciałaby zrozumieć, na czym polega praca Leonarda, prosi Shledona, żeby jakoś jej to wytłumaczył. Howard staje się zazdrosny o Bernadette.

22.00 The Office PL 4 (3, 4)
23.05 Comedy Club 2 (5, 6)
0.05 Miasteczko South Park 25 (4, 5)
1.00 Pracoholicy (1, 2)
2.00 Śmieszniej nie będzie 5 (5, 6) – rozr.
3.00 Miasteczko South Park 25 (1-3)
4.30 Comedy Club 5 (7-9)

THRILLER

20.00 Ci, którzy życzą mi śmierci – Kanada/USA 2021, 135 min

Hannah pracuje w straży pożarnej. Z wieży obserwacyjnej zauważa rannego chłopca. Jego ojciec zginął z rąk przestępców. Odnajdują oni kryjówkę dziecka...

22.15 Wygrać ze śmiercią – film sensacyjny, USA 1990, 110 min
0.05 Ciche miejsce – horror, USA 2018, 110 min
1.55 Po pierwsze kino (12) – pr. rozrywk.
2.05 Artystki (1) – pr. rozr.

SENSACYJNY

20.10 Magnum: Detektyw z Hawajów 4 (7, 8)

Juliet i Thomas zostają wynajęci przez kobietę, która chce ustalić, jak jej ojciec, Joseph, stracił oszczędności. Kumu prowadzi tajną operację w domu spokojnej starości.

22.00 Niewidomy detektyw (2) – krym.
0.00 Niepokojące zaginięcia: Instynkt macierzyński 2 – dramat kryminalny, Francja 2021, 120 min
2.00 Grace 2 (3) – krym.
4.00 Balthazar 4 (1, 2) – serial kryminalny, Fr.

SENSACYJNY

20.00 Ekstradycja 2 (7, 8) – 1996

Kulski dowiaduje się o morskim kanale przerzutu narkotyków. Na jego trop wpada też Gundis. Przeszukuje magazyn Nadieżdy. Jurij i Sachar cudem unikają śmierci.

22.20 Misja Afganistan (7) – serial wojenny, 2012
23.30 Wesele – dramat obyczajowy, Polska/Łotwa 2021, 160 min
2.10 7 uczuć – komediodramat, 2018, 165 min
4.55 Leben – krótkometraż.
5.40 High Life

THRILLER

20.00 Sublokatorka – USA 1992, 145 min

Allison poszukuje współlokatorki do swojego mieszkania. Wybiera sympatyczną Hedrę. Wkrótce okazuje się, że dziewczyna może być dla niej niebezpieczna.

22.25 Ludzie honoru – dramat sensacyjny, USA 1992, 160 min
1.05 Psy – dramat sens., Polska 1992, 155 min
3.40 Pieczone gołąbki – komedia, Polska 1966, 125 min
5.45 W zakolach czasu – film krótkometraż.

CINEMAX HD

14.20 Niewidzialna walka – komedia sensacyjna, Estonia/Finlandia/Łotwa 2023, 115 min
16.15 Cena zwycięstwa – film obyczajowy, Grecja 2025, 115 min
18.10 Ricky Bobby – Demon prędkości – komedia obyczajowa, 2006, 110 min
20.00 Transformers 3 – film s.f., USA 2011, 150 min
22.30 Conan Barbarzyńca – film fantasy, USA/Meksyk 1982, 130 min
0.40 Raj w płomieniach – dramat obycz., Szwecja/Wł./Dania 2023, 110 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 Święty (5, 6) – kom., Pol.
14.25 Spadkobiercy 2 (13)
15.25 Co ludzie powiedzą? 3 (4) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 Jedną nogą w grobie 6 (5) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 Czarna Żmija (5) – kom.
17.35 Bob kocha Abisholę 5 (4-6) – serial komediowy
19.00 Dwóch i pół 2 (19-22)
21.00 Świat według Kiepskich (12, 1, 2) – serial komediowy
22.30 Co ludzie powiedzą? 3 (5) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 Jedną nogą w grobie 6 (6) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 Czarna Żmija (6) – kom.
0.30 Comedy Club (8) – pr. rozr.

SCI FI

7.00 Orphan Black: Echa (10)
8.00 Kroniki Spiderwick (1, 2)
10.00 Bibliotekarze 3 (7, 8)
11.50 Czarodziejki 8 (13, 14)
13.40 Grimm 5 (11, 12) – fantasy
15.30 Bibliotekarze 3 (9, 10)
17.20 Czarodziejki 8 (15, 16)
19.10 Grimm 5 (13, 14) – fantasy
21.00 Bibliotekarze: Nowy rozdział (3) – s.f., USA 2025
22.00 Szkoła czarownic: Dziedzictwo – dramat fantasy, 2020, 120 min
0.00 Daybreakers – Świt – horror s.f., 2009, 120 min
2.00 Czarodziejki 8 (15, 16)
4.00 Sanktuarium: Opowieść czarownicy (5, 6) – krym.

FX HD

9.00 Z archiwum X (6) – s.f.
10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (7, 8) – serial krym.
11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (16, 17)
13.45 Agenci NCIS (17, 18)
15.35 SkyMed (8) – obycz., Kan.
16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (9, 10) – serial krym.
18.20 Z archiwum X (7) – s.f.
19.15 FBI 3 (9) – serial kryminalny
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (18, 19) – serial krym., USA/Kanada
22.00 Matlock (11) – serial krym.
22.55 Z archiwum X (7) – s.f.
23.50 FBI 3 (9) – serial kryminalny
0.45 Agenci NCIS (18) – sens.

KINO TV HD

8.35 Zagadki kryminalne panny Fisher (9, 10) – serial krym., Australia
11.00 Panna Scarlet i komisarz (5, 6) – krym.
13.10 Poirot (1) – serial krym.
15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher (11, 12) – serial krym., Australia
17.50 Panna Scarlet i komisarz 2 (1, 2) – krym.
20.00 Ludzkie dzieci – dramat s.f., Japonia/USA/Wielka Brytania 2006, 145 min
22.25 Czułe słówka – dramat obyczajowy, 1983, 150 min
0.55 Strefa zrzutu – film sensacyjny, 1994, 130 min

ROMANCE TV HD

14.15 Rosamunde Pilcher: Róża z Kerrymore – film obyczajowy, Niemcy 2001, reż. Axel de Roche, 110 min
16.05 Statek marzeń – Miami – film obyczajowy, Niemcy 2024, 115 min
18.00 Stadnina w Piber (7)
19.00 Górski lekarz (121) – obycz., Niemcy/Austria
20.00 Tajemnica waleni (1, 2) – dramat przygodowy, Niemcy 2010, 225 min
23.45 Górski lekarz (121)
0.45 Tajemnica waleni (1, 2) – dramat przygodowy, Niemcy 2010, 225 min
4.30 Grzechy i grzeszki (3, 4)

CINEMAX 2 HD

11.15 Miasto wiatru – dramat obyczajowy, 2023, 110 min
13.05 Hamlet – dramat kostium., Wlk. Bryt. 2024, 115 min
15.00 Żona na niby – komedia, USA 2011, 115 min
16.55 Pocałunek – dramat obycz., Dania 2022, 115 min
18.50 Krótka historia rodziny – thriller, Chiny 2024, reż. Lin Jianjie, 100 min
20.30 Wróbel w kominie – film obyczajowy, Szwajcaria 2024, 115 min
22.25 Suche utonięcie – dramat obyczajowy, 2024, 90 min
23.55 Ślady po tobie – film obyczajowy, 2025, 95 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

6.00 Agenci NCIS 16 (23, 24) – serial sensacyjny, USA
7.35 Lekarze na start (1, 2)
9.05 Poirot 4 (2) – serial krym.
11.20 Zatraceni w miłości (3, 4)
13.30 Agenci NCIS 17 (1, 2)
15.15 Lekarze na start (3, 4)
16.45 Poirot 4 (3) – serial krym.
19.00 Zatraceni w miłości (5, 6)
21.00 Panna Scarlet 6 (6)
22.10 Projekt Błękitna Księga (4) – serial s.f., Kanada/USA
23.05 Dalgliesh 2 (1) – krym.
1.00 Zatraceni w miłości (5, 6)
2.40 Panna Scarlet 6 (6)
3.35 Projekt Błękitna Księga (4) – serial s.f., Kanada/USA
4.20 Dalgliesh 2 (1) – krym.

NOVELAS+ HD

10.00 Cud miłości (15) – telen.
11.00 Otchłań namiętności (100) – telen., Meksyk 2012
12.00 Za wszelką cenę (70)
13.00 List pożegnalny (75)
14.00 Historia Juany (27, 28)
16.00 List pożegnalny (76)
17.00 Za wszelką cenę (71)
18.00 Otchłań namiętności (101) – telen., Meksyk 2012
19.00 Macocha (10) – telenowela
20.00 Cud miłości (16) – telen.
21.00 Historia Juany (28)
22.00 List pożegnalny (76)
23.00 Za wszelką cenę (71)
0.00 Otchłań namiętności (101) – telen., Meksyk 2012
1.00 Macocha (10) – telenowela

FX COMEDY HD

9.10 Simpsonowie 35 (5, 6)
10.10 Diabli nadali 7 (10-13)
12.00 Jim wie lepiej 6 (3, 4)
13.00 Sposób użycia – kom.
14.00 Wszyscy kochają Raymonda 3 (15-18)
16.00 Simpsonowie 35 (5, 6, 2, 7)
18.00 Jak poznałem waszą matkę 9 (16-18) – kom.
19.30 Współczesna rodzina 5 (19-21) – serial komediowy
21.00 Family Guy: Głowa rodziny 23 (1, 2)
22.00 Robin Hood: Faceci w rajtuzach – komedia, Francja/USA 1993, 125 min
0.05 Genialna Morgane (7, 8)

FILMBOX PREMIUM HD

10.15 Irlandzki numer – kom. obycz., 2006, 105 min
12.00 Przesyłka specjalna – komedia obyczajowa, USA 2008, 105 min
13.45 Wieczorne słońce – dramat obyczajowy, USA 2009, 120 min
15.45 Maraton – komediodram., Hol. 2012, 125 min
17.50 Spencer – dramat obycz., Wielka Brytania/Niemcy/USA 2021, 130 min
20.00 Atomic Blonde – thriller, Niemcy/Szwecja/USA 2017, reż. David Leitch, 125 min
22.05 Dynastia Tudorów (1-4) – hist., Kan./Irlandia/USA

PARAMOUNT NETWORK HD

10.30 Pingwiny z Madagaskaru 2 (26)
11.00 Igraszki losu – komedia romant., USA 2001, 120 min
13.00 Czarodziejki 2 (3, 4)
15.00 Przypadkowa dziewczyna – komedia romantyczna, USA/Wielka Brytania 1998, 140 min
17.20 Ad Astra – film s.f., USA/Chiny/Brazylia 2019, reż. James Gray, 160 min
20.00 Dwaj zgryźliwi tetrycy – kom., USA 1993, 140 min
22.20 Krzyk 2 – horror, USA 1997, 130 min
0.30 Krzyk 3 – horror, USA 2000, 150 min

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

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
- 9.35 **Cycling Show** – magazyn sportowy
- 10.05 **Kolarstwo kobiet:** LIVE Tour de Suisse – 1. etap
- 12.30 **Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes – 8. etap
- 13.30 **Kolarstwo:** Wyścig LIVE dookoła Słowenii – 1. etap
- 15.45 **Kolarstwo:** Tour LIVE de Suisse – 1. etap
- 18.00 **Kolarstwo kobiet:** Tour de Suisse – 1. etap
- 19.00 **Snooker:** Turniej Welsh Open – mecz finałowy: B. Hawkins – J. Lisowski
- 20.30 **Cycling Show** – magazyn sportowy

POLSAT SPORT 1 HD
- 5.45 **Siatkówka kobiet:** LIVE Liga Narodów – mecz: Dominikana – USA
- 9.00 **Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski
- 10.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Ukraina – Polska
- 11.00 **Siatkówka kobiet:** LIVE Liga Narodów – mecz: Bułgaria – Polska
- 14.45 **Siatkówka kobiet:** LIVE Liga Narodów – mecz: Francja – Brazylia

Przed rokiem Canarinhos nie miały łatwej przeprawy z Francją. Trójkolorowe uległy Brazylijkom dopiero po pięciosetowej batalii.

CANAL+ SPORT HD
- 6.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Radomiak Radom – Górnik Zabrze
- 8.15 **Premier League Stories** (12) – magazyn piłkarski
- 9.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Elche CF – Real Madryt CF
- 11.15 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: CA Osasuna – Real Sociedad
- 13.30 **Prawo derbów** (1, 2) – serial dokumentalny, Polska 2024
- 15.45 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Elche CF – Real Madryt CF

TVP SPORT HD DVB T2
- 5.35 **Piłka nożna:** LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy J: Austria – Jordania

Ekipa z Europy powraca na mundial po 28 latach.

- 9.00 **Mundialowy poranek** (6)
- 10.30 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy I: Francja – Senegal
- 12.45 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy I: Irak – Norwegia
- 14.10 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy J: Argentyna – Algieria
- 16.30 **Dzień na mundialu**

ELEVEN SPORTS 1 HD
- 6.00 **LaLiga Best 11** – magazyn piłkarski
- 8.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: FC Bayern Monachium – SC Freiburg
- 10.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Real Oviedo
- 12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – SS Lazio
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: 1. FC Union Berlin – FC Bayern Monachium
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Hellas Werona – Inter Mediolan

DISCOVERY CHANNEL HD
- 7.00 **Budowa na końcu świata** – dok., USA
- 8.00 **Gorączka złota: zapomniane kopalnie** – serial dok.
- 9.00 **Gorączka złota: rzeka skarbów 6**
- 10.00 **Klan z Alaski** – dok.
- 11.00 **Przetrwać nad Jukonem** – dok., USA
- 12.00 **Fani czterech kółek 16** – serial dok.
- 13.00 **Nagi instynkt przetrwania: Elita**
- 15.00 **Złomowisko PL 5** (7)
- 16.00 **Gorączka złota 16**
- 17.00 **Nic do zgłoszenia** (8) – serial dok., Pol. 2020
- 18.00 **Poza cywilizacją** (8)
- 19.00 **Złomowisko PL** (4)
- 20.00 **Złomowisko PL 2** (1, 2) – serial dokum.

20

KOLARSTWO

- 21.00 **Wyścig dookoła Słowenii** – 1. etap

Z trasą tegorocznej edycji touru zmierzy się m.in. Jakob Omrzel. W maju Słoweniec zajął ósme miejsce w Wyścigu dookoła Węgier.

- 22.00 **Kolarstwo:** Tour de Suisse – 1. etap
- 23.00 **Szermierka:** ME – Antony 2026 – 2. dzień
- 1.00 **Kolarstwo:** Wyścig dookoła Słowenii – 1. etap
- 1.30 **Kolarstwo:** Tour de Suisse – 1. etap

SIATKOWKA KOBIET

- 17.30 **Liga Narodów:** Bułgaria – Polska

Polki rozpoczną turniej w Bangkoku od starcia z Bułgarią. W poprzedniej edycji Biało-Czerwone ograły zespół z Bałkanów do zera.

- 19.45 **Koszykówka mężczyzn:** LIVE ORLEN Basket Liga: Legia Warszawa – Zastal
- 22.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Bułgaria – Polska
- 1.00 **Boks:** Rocky Boxing Night w Żukowie: M. Polski – L. Romero Mendoza 26.10.2024

DOKUMENTALNY

- 18.00 **Wisła Cupiała** (3) – Polska 2025

Bogusław Cupiał stawiał trenerom wysokie wymagania. Każdy szkoleniowiec musiał obiecać nie tylko zdobycie mistrzostwa kraju, ale i awans do Ligi Mistrzów.

- 19.00 **Franz** (5) – dok., Pol.
- 20.00 **Bez gardy. Magazyn KSW** – mag.
- 21.30 **Premier League Stories** (45) – magazyn piłkarski
- 22.15 **Magazyn PGE Ekstraliga** – magazyn żużlowy
- 0.00 **Liga+ Extra** – mag.

PIŁKA NOŻNA

- 18.00 **Mistrzostwa świata 2026:** LIVE Portugalia – Demokratyczna Republika Konga

Rúben Neves i spółka to triumfatorzy zeszłorocznej Ligi Narodów. Nie powinni mieć problemów z pokonaniem dużo niżej notowanego przeciwnika.

- 21.50 **Piłka nożna:** LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy L: Anglia – Chorwacja
- 0.50 **Piłka nożna:** LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy L: Ghana – Panama

PIŁKA NOŻNA

- 18.00 **Liga hiszpańska:** FC Barcelona – Atletico

Hit 19. kolejki LaLigi. Blaugrana przystępuje do starcia z Rojiblancos uskrzydlona zwycięstwem 2:0 w derbach stolicy Katalonii.

- 20.00 **Bundesliga Special** (22) – mag. piłkarski
- 20.40 **Formuła 1:** Grand Prix Barcelony-Katalonii
- 22.40 **Bundesliga Original Series** (5, 6)
- 0.00 **Serie A** – mag.
- 1.05 **Ligue1** (36) – mag.
- 2.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Napoli – Atalanta

REALITY SHOW

- 22.00 **Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata**

Zespoły z Australii, Brazylii, Meksyku i USA walczą o 200 tys. dolarów. Ich pierwszym zadaniem będzie próba rozpalenia ognia przy użyciu najprostszych narzędzi.

- 0.00 **Od samochodu do domu**: Triumph dolomite sprint
- 1.00 **Hot rod wg Kindiga** (5) – serial dok., USA
- 2.00 **Militaria na warsztat 5** (6)
- 3.00 **Królowie asfaltu 11** (1) – reality show

EUROSPORT 2 HD
- 11.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze – bouldering kobiet – finały
- 13.00 **Trójbój siłowy:** World Open Classic Powerlifting Championships
- 16.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze
- 17.15 **Szermierka:** ME – Antony 2026 – 1. dzień
- 19.15 **Szermierka:** ME – Antony 2026 – 2. dzień LIVE
- 21.30 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze – bouldering kobiet – finały
- 23.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze – prowadzenie – finały

POLSAT SPORT 2 HD
- 9.45 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów: Czechy – Włochy LIVE
- 12.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- 13.45 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów: Japonia – Serbia LIVE
- 16.00 **Siatkówka kobiet:** LN
- 18.15 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów: Turcja – Belgia LIVE
- 20.30 **FIA World Endurance Championship:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans
- 21.30 **Siatkówka kobiet:** LN
- 23.30 **Siatkówka kobiet:** LN
- 2.00 **Sporty walki:** Dragon Fight Night MMA 6 w Tłuszczu: D. Romański – T. Pagliariccio

CANAL+ SPORT 2 HD
- 11.00 **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – mecze 1. i 2. rundy gry pojedynczej LIVE
- 13.00 **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – 1. i 2. runda LIVE
- 15.30 **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – 1. i 2. runda LIVE
- 17.30 **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – 1. i 2. runda LIVE
- 19.45 **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – 1. i 2. runda
- 22.00 **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – 1. i 2. runda
- 0.15 **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – 1. i 2. runda
- 2.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lechia Gdańsk – Korona Kielce

EXTREME CHANNEL HD
- 9.00 **Beyond The Beaten Path**
- 10.00 **RaceMAX Motorsports 4**
- 11.00 **X Games – Oslo** (5)
- 12.00 **Nitro Circus: Crazy Train**
- 13.00 **Action Sports World** (11)
- 14.00 **WWE Classic Gold**
- 16.00 **WWE Highlights** (3-5)
- 17.00 **KPW Kombat TV** (3)
- 18.00 **WWE Highlights**
- 20.00 **AEW Dynamite** (2623)
- 22.00 **PTW Wrestling** (23)
- 0.45 **WWE Highlights** (76)
- 1.15 **New Japan Wrestling – Highlights** (28)
- 1.45 **WWE Highlights** (68)
- 2.00 **RaceMAX Motorsports 4**
- 3.00 **Beyond The Beaten Path**
- 4.00 **Nitro Circus: Crazy Train**

ELEVEN SPORTS 2 HD
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – Fiorentina
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – FC St. Pauli
- 18.00 **Ligue1 Season Review**
- 19.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – AC Milan
- 21.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Villarreal CF – FC Barcelona
- 23.00 **Bundesliga Goal Special** (22) – magazyn piłkarski
- 23.35 **Made in Italy** (5) – mag.
- 0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – OGC Nice
- 2.00 **Hugo Sanchez** – film dok.

DISCOVERY LIFE HD
- 7.15 **Nowa Maja w ogrodzie 5** (22, 23)
- 8.15 **Szpital** (502, 503)
- 10.15 **Nowa Maja w ogrodzie 5** (19, 20)
- 11.15 **Idealna niania** (9, 10)
- 12.45 **Klinika bez tajemnic**
- 14.45 **Szpital** (501, 502)
- 16.45 **Idealna niania** (8-11)
- 19.45 **Klinika naturalnego piękna** (9) – reality show
- 20.15 **Chirurgia otyłości** (10)
- 21.15 **Nie do uwierzenia! 5**
- 0.15 **Sekrety lekarzy** (12)
- 1.15 **Druga twarz 2** (3) – rozr.
- 2.15 **Związki z modą 3** (8)
- 3.15 **Szpital** (307, 308)
- 5.15 **Klinika urody** (11) – mag.

POLSAT SPORT FIGHT HD
- 13.10 **Sporty walki:** DWM Fight Night 3 w Białogardzie: M. Łazarz – M. Gutowski
- 15.20 **K.O. TV Classics** (43)
- 16.10 **Boks:** Babilon Boxing Show w Ożarowie Mazowieckim: A. Jędrzejczyk – H. Connart
- 18.20 **Sporty walki:** FEN 57 w Piotrkowie Trybunalskim: D. Rzepecki – M. Jabłoński
- 21.10 **K.O. TV Classics** (10)
- 22.00 **Boks:** Babilon Boxing Show w Raszynie: Jan Lodzik – Jamshid Rikhsiev
- 0.55 **Atleci** – magazyn sportowy
- 1.20 **Sporty walki:** Babilon MMA 34 w Żyrardowie: P. Kacprzak – K. Mendlewski

POLSAT SPORT 3 HD
- 8.45 **Siatkówka kobiet:** LN – mecz: Kanada – Holandia LIVE
- 11.30 **Tenis:** Turniej ATP w Halle – mecz 2. rundy LIVE
- 13.30 **Tenis:** Turniej ATP w Halle – mecz 2. rundy LIVE
- 15.30 **Tenis:** Turniej ATP w Halle – mecz 2. rundy LIVE
- 17.30 **Tenis:** Turniej ATP w Halle – mecz 2. rundy LIVE
- 20.00 **Piłka ręczna plażowa:** IHF Beach Handball Global Tour – Płock 2026
- 22.30 **Siatkówka kobiet:** LN
- 1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA 53 w Międzyzdrojach – walka: Szymon Kołecki – Marcin Łazarz

CANAL+ SPORT 5 HD
- 11.00 **Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**
- 12.00 **Magazyn PGE Ekstraliga**
- 13.45 **Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga** – mag.
- 14.40 **Bohater z Cienia** (3)
- 15.20 **Żużel:** PGE Ekstraliga: GKM Grudziądz – Falubaz
- 18.15 **Magazyn PGE Ekstraliga**
- 20.00 **Żużel:** PGE Ekstraliga: Motor Lublin – Włókniarz
- 22.50 **Bez gardy. Magazyn KSW** (6) – mag.
- 0.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Radomiak Radom – Górnik Zabrze
- 2.50 **Premier League Stories**
- 3.30 **Przerwa techniczna**

ELEVEN SPORTS 4 HD
- 14.00 **Ligue1 Season Review**
- 15.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (3, 4) – mag.
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: RC Lens – Olympique Marsylia
- 18.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Borussia M'gladbach – 1. FC Köln
- 20.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – Real Sociedad
- 22.00 **Serie A** – mag. piłkarski
- 23.00 **Bundesliga Special**
- 0.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska: Porto – Braga
- 2.00 **Magazyn piłkarski**

ELEVEN SPORTS 3 HD
- 11.00 **Bundesliga Clubs** – mag.
- 12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Lecce – Napoli
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – Real Sociedad
- 16.00 **Made in Italy** (8, 9, 5, 4)
- 17.00 **Bundesliga Special** (21)
- 18.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Atalanta – Milan
- 20.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: HSV – BVB
- 22.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Monaco – Lens
- 0.00 **LaLiga Best 11** – mag.
- 2.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska: Vitoria – Benfica

CANAL+ DOKUMENT HD
- 11.55 **Mozart. Narodziny geniusza** (1-3) – film dok.
- 15.15 **Dynastia Kimów: Czas zemsty** (1, 2) – serial dok.
- 17.05 **Ostatni bój. Legenda 300 Spartan** – film dokum.
- 18.10 **Zachodni Brzeg. Wściekłość i furia** – dok.
- 19.00 **Książki, których nie spalił Hitler** – dok., Niem.
- 20.00 **Naziści po wojnie – globalna infiltracja**
- 23.00 **Bojowniczki! One walczyły w getcie warszawskim** – film dok.
- 0.40 **Narodziny dyktatury. Droga Hitlera do władzy**
- 1.45 **O co biega?** (2) – mag.

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 2020
11.00 Niemiecka budowlanka (8, 9) – program rozrywkowy
13.00 Poszukiwacze dinozaurów – serial dokumentalny, USA 2020
15.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny, USA 2021
18.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny, Kanada 2014

ID HD

6.00 Mroczne piętno 3 – serial dokumentalny
8.00 Żyjąc z potworem – serial dokumentalny
10.00 Mroczne sekrety Playboya – serial dokumentalny, USA
12.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 8 – serial dokumentalny, 2024
14.00 Mój sąsiad morderca 3 – dok., USA/Wlk. Bryt.
16.00 Morderstwo w tropikach – serial dok., Wielka Brytania
18.00 W sieci kłamstw (6, 8) – serial dok., USA
20.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet – serial dokum.

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

12.00 Odludna wyspa (8)
13.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Wojna z Ameryką (4) – dok.
14.00 Tajemnice wojennych wraków (1) – dok., Wlk. Bryt.
15.00 Strzegąc granic (5, 6) – dok., Wlk. Bryt.
16.00 Złapać przemytnika (2) – serial dok., USA
17.00 Zaginione miasta: Gorączka złota (1) – film dok., USA 2020
18.00 Krwawe pieniądze: Tajemnice radzieckiej gospodarki (2)
19.00 Złoto Hitlera (1)
20.00 Katastrofa w przestworzach (6) – serial dokumentalny

FOKUS TV DVB T2

6.00 Wehikuł czasu (617) – program inform.
6.05 48h. Zaginieni (47) – serial krym., Polska
7.00 Byli sobie podróżnicy (25, 26, 1, 2) – anim., Fr.
8.55 Wehikuł czasu (617)
9.00 Starożytni kosmici (2) – serial dok., USA
10.00 Gwiazdy lombardu (1, 2) – reality show
12.00 Apokalipsa: II wojna światowa (1) – serial dokumentalny
13.00 Poszukiwacze historii (10, 11) – dok.
14.00 Czołgi: Ewolucja machiny wojennej (1, 2) – serial dok., Fr.
16.00 Dorwać tuńczyka (7, 8) – serial dok., USA

TVP HISTORIA DVB T2

6.20 Był taki dzień (596)
6.30 Wojownicy czasu (99) – cykl reportaży
8.30 Czterdziestolatek (1) – obycz., Pol. 1974
9.20 Opiekunowie (nie)pamięci
10.10 Od stepów Kubania po Niepodległość
11.15 Wszystkie kolory świata (43) – dok., Fr.
12.15 Brytyjskie odliczanie do wojny (1)
13.05 Złoty pociąg
14.00 Królowie (38) – hist.
14.35 Czterdziestolatek (2) – obycz., Pol. 1974
15.20 Niezwykłe historie Biało-Czerwonych
15.40 Sensacje XX wieku
17.40 Czas honoru (77)

HISTORY HD

12.10 Gwiazdy lombardu 22 (14)
13.05 Starożytni kosmici 14 (12) – dok.
14.00 Tajemnice skute lodem 3 (4) – dok.
14.50 Największe tajemnice świata 6 (1) – dok., USA
15.45 Gwiazdy lombardu 12 (2)
16.15 Gwiazdy lombardu 24 (27)
17.10 II wojna światowa w kolorze (1) – dok.
18.10 Największe tajemnice świata 5 (8) – serial dok., USA
19.05 Starożytni kosmici 16 (7) – dok.
20.00 Starożytni kosmici 17 (3) – dok.

DOKUMENTALNY

21.00 Na tropie legendarnych potworów
Badacze legend zweryfikują opowieść o bestii z Bray Road. Sprawdzą, czy istnieją hybrydy wilka i człowieka. Przyjrzą się nowym dowodom w sprawie chupacabry.
23.00 Przypadki z archiwum 10 (5, 6) – serial dokumentalny
1.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny
4.00 Kosmiczna mapa skarbów – serial dokumentalny, USA

DOKUMENTALNY

21.00 Zbrodnie godne Hollywood 5
Wnętrze ciężarówki staje się miejscem zbrodni. Tam mężczyzna odbiera życie ofierze, licząc, że odosobniona przestrzeń pozwoli mu uniknąć odpowiedzialności.
22.00 Cztery łapy na służbie – dok.
23.00 Żyjąc z potworem: jak wychowałem mordercę – dok., USA
0.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet – serial dok.
1.00 Zbrodnie godne Hollywood 5 – dok.

DOKUMENTALNY

21.00 Ukryte pod miastami (3)
Na Malcie uwagę przyciąga ręcznie wykuty podziemny labirynt. We Włoszech badacze analizują grobowiec w klasztorze Santa Maria la Nova.
22.00 Inżynieryjne tragedie (5) – dok.
23.00 Najniebezpieczniejsze drogi Europy (7) – dok.
0.00 Katastrofa w przestworzach (1) – serial dokumentalny
1.00 Odludna wyspa (3) – dok., USA 2023

DOKUMENTALNY

18.00 Rolnicy. Podlasie (26, 27) – Polska 2021
Genek i Jastrząb wiozą w taczce worek zboża dla gołębi. Dojście z balastem do Strabli okazuje się jednak zbyt męczące, dlatego rezygnują z wyprawy.
20.00 Galileo (13)
21.00 Zapomniane fronty II wojny światowej (4) – serial dok., Kan.
22.00 Jak przegrać wojnę (5) – serial dokum.
23.00 Stalingrad – ani kroku w tył! (1)
0.00 Starożytni kosmici (7) – serial dok., USA

DOKUMENTALNY

18.35 Encyklopedia II wojny światowej
Twórcy dokumentalnej serii wyjaśniają okoliczności planu Barbarossa. Do zaskakującego dla wielu ataku Niemiec na Związek Radziecki doszło 22 czerwca 1941 roku.
19.30 Królowie (77) – hist.
20.05 Ekstradycja 3 (6) – serial sens., Pol. 1998
21.10 Wygłodniałe dusze w wielkim mieście. Legenda „Nocnego kowboja"
23.10 Sensacje XX wieku
1.30 Encyklopedia II wojny światowej

DOKUMENTALNY

21.00 David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (2)
David Duchovny przygląda się ukrytym miejscom, w których po cichu zapadały decyzje zmieniające bieg historii. Bada m.in. wojenny bunkier Winstona Churchilla.
22.00 Jak to wyjaśnić? 5 (15) – serial dok., USA
23.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 2 (3) – serial dok., USA
23.55 Jak to wyjaśnić? 4 (11) – serial dok., USA
0.50 Starożytni kosmici 17 (3) – dok.

DISCOVERY HISTORIA HD

8.00 Na ratunek starociom
9.00 Magazyn staroci Lamersa (2, 3) – dok.
11.00 Wyprawa w nieznane
13.00 Skarby z szopy (20, 1)
14.00 Łowcy staroci: Renowacje (4, 5) – dok.
16.00 Skarby z szopy (2, 3)
17.00 Militaria na warsztat (5)
18.00 Muzealne tajemnice
20.00 Poszukiwacze dinozaurów – serial dok.
22.00 Wyścigi po antyki – dok.
23.00 Legendarne miejscówki
0.00 Wyprawa w nieznane
2.00 Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki
3.00 Europa filmowa (3) – dok.

PLANETE+ HD

13.50 Krajobrazy świata (3)
14.50 Piesze wędrówki po świecie 2 (2) – serial dok.
15.50 Niezwykłe podróże koleją 6 (5) – serial dok., Fr.
16.55 360° Świat bez granic (13) – serial dokum., Francja
18.00 Dokąd dzisiaj? 4 (27, 28)
18.45 Zaginione światy (3)
19.45 Ameryka. Prawo do broni – film dokum., Fr.
20.50 Polowanie na króla piratów (1) – serial dok.
22.00 Atom, narkotyki, brudne pieniądze (2) – serial dok.
23.10 Planeta Seks (2) – dok.
0.20 Niezwykłe podróże koleją 7 (1) – serial dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

9.00 Niezwykły dr Pol (15, 8)
12.00 Najdziwniejsze cuda ewolucji (3) – serial dok.
13.00 Wyzwania natury (4, 5)
14.00 Bertie Gregory: bliskie spotkanie z delfinami
15.00 Walki zwierząt (2) – dok.
16.00 Kierunek Wild: Dzikie Hawaje (1) – film dokum.
17.00 Królestwo białego wilka (3) – film dokum., USA 2019
18.00 Tajemnice dzikiej Azji (3)
19.00 Zwierzaki w amoku 3 (1)
20.00 Niszczycielskie żywioły (18) – serial dokumentalny
21.00 Niezwykły dr Pol
2.00 Dorastanie w świecie zwierząt: Lwiątko

POLSAT VIASAT NATURE HD

11.20 Zwierzęta: mistrzowie survivalu (2) – serial dok.
12.25 Sekrety wodnych krain
13.35 W głębinach: Ameryka Północna (6) – serial dok.
14.35 Dziki Zachód (3) – dok.
15.40 Nil: rzeka ostateczna (3)
16.50 Ukryte klejnoty Skandynawii – film dok.
17.45 Narodziny ptaków (2)
18.50 Zabójcza pogoda 2 (12)
19.50 Zwierzęta: mistrzowie survivalu (3) – serial dok.
21.00 Podwodne miasto (3)
22.05 U wybrzeży Australii (3)
23.15 Zabójcza pogoda 2 (13)
0.20 Najdziksza Ameryka Łacińska (1-5) – serial dok.

BBC EARTH HD

13.15 Serengeti 3 (2) – dok.
14.25 W okowach mrozu 2 (10)
15.25 Życie na pustkowiu: powroty (4) – serial dok.
16.25 Cywilizacje: rozkwit i upadek (1) – serial dok.
17.40 Siedem światów, jedna planeta (7) – serial dokum.
18.45 Malownicze trasy kolejowe (2) – serial dok.
19.45 Juliusz Cezar: narodziny dyktatora (3) – serial dok.
20.55 Życie na pustkowiu: powroty (5) – serial dok.
21.55 W okowach mrozu 2 (11) – serial dokumentalny, USA
22.55 Cywilizacje: rozkwit i upadek (2) – serial dok.

ANIMAL PLANET HD

13.00 Irwinowie – następne pokolenie – serial dok.
14.00 Resocjalizacja z pitbullem 7 (18) – dok.
15.00 Kot z piekła rodem
17.00 Mój przyjaciel grizzly
18.00 Weterynarz z Gór Skalistych – serial dok.
19.00 Cztery kąty, cztery łapy
20.00 Poznajcie leniwce (5, 6)
21.00 Klan z Alaski – serial dok.
22.00 Projekt akwarium – dok.
23.00 Resocjalizacja z pitbullem 7 – serial dok.
0.00 Supermoce małych stworzeń – serial dok.
1.00 Irwinowie – następne pokolenie – serial dok.

TVP DOKUMENT HD

16.55 Dzika Australia Zachodnia z Billem Baileyem (2) – serial dok.
17.50 Sanatorium miłości 2 (7)
18.45 Arktyczna przyroda Laponii (19) – serial dok.
18.55 Książę William. Życie w fotografiach – film dok.
19.45 Arktyczna przyroda Laponii (15) – serial dok.
20.00 Wspaniałe Włochy – dok.
20.40 Najwspanialsze ikony natury (6) – serial dokum.
21.45 Królowe mafii (8) – dok.
22.45 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn
22.55 Siła kłamstwa – film dok.
0.00 Sanatorium miłości 2 (6)

POLSAT DOKU HD

13.10 Poszukiwacze historii
14.05 Poza kontrolą: Teneryfa. Najtragiczniejszy wypadek lotniczy w historii – film dok., Fr.
15.15 Poszukiwacze historii
15.45 Najsłynniejsze napady
16.40 Megakonstrukcje przeszłości (2) – dok., Fr.
17.55 Tajna historia Białego Domu – film dokum., USA
18.45 Policjanci (28, 29) – dok.
19.40 Stalingrad (3) – serial dok.
20.55 Piekło na Ziemi (3) – dok.
22.00 Nieznane obozy Trzeciej Rzeszy – film dokum., Fr.
23.05 Ostatnie dni nazistów (2) – serial fab.-dokum., USA

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

13.10 Czarodzieje z kanadyjskich złomowisk 2 (5) – dok.
14.05 Australijscy poszukiwacze złota 4
16.00 Drwale z Kolumbii Brytyjskiej 2 (7) – dok.
17.00 Ostatni kapitanowie (6)
18.00 Poszukiwacze klejnotów: Australia 3
19.00 Australijscy poszukiwacze złota 9
21.00 Złoto Jukonu 4 (2) – dok.
22.00 1992: Wielka Gra (2, 3)
23.15 Special Ops: Prawda
0.25 Klątwa umarlaka: W poszukiwaniu zaginionego złota 3 (7)

POLSAT VIASAT HISTORY HD

12.25 Podziemna armia (2)
13.30 Ciemna strona starożytnej Grecji (3)
14.40 Hitler i jego władza (3)
15.45 Najgroźniejsi ludzie Hitlera (7) – serial dokum.
16.45 Kto napisał Nowy Testament? – film dokum.
17.50 II wojna światowa: cena imperium (4) – serial dok.
18.55 Podziemna armia (2)
20.00 Zaginione mumie Inków
21.00 Hitler i jego władza (1)
22.05 Życie prywatne przywódców Rzeszy (2)
23.00 Tajemnice templariuszy
0.15 II wojna światowa: cena imperium (4) – serial dok.

CI POLSAT HD

16.00 Ferie, impreza, morderstwo (6) – dok.
17.00 Morderstwo czy wypadek? 3 (13) – dok.
18.00 Polskie prywatne zbrodnie 2 (1, 2) – dok.
19.00 Dowody zbrodni: krwawy Zachód (2)
20.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (3) – dok.
21.00 Sędzia Rinder: zbrodnia, której nie da się zapomnieć (1) – serial dok.
22.00 Spowiedź seryjnego mordercy (1) – serial dok.
23.00 Dowody zbrodni 4 (15)
23.55 Szokujące morderstwa: Atlanta 3 (1) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 Niezwykłe Stany Prokopa (2-5) – pr. rozr.
10.10 Kobieta na krańcu świata (2-5) – serial dok.
12.30 Ciężarówką przez Stany
14.55 Amerykańska przygoda z Guyem (3, 4) – serial dok.
15.55 Brazylijskie uczty uliczne z Andym Batesem (1, 2) – serial dok.
17.00 Człowiek kontra świat (2, 3) – serial dok., Wlk. Bryt.
19.00 Małżeństwo w dżungli
21.05 Bimbrownicy (4, 5) – dok.
23.10 Kobieta na krańcu świata (8, 1, 2) – dok., Pol.
0.55 Człowiek kontra świat
3.00 Bimbrownicy (4, 5) – dok.

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

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA
15.00 **Słowo daję!**
15.10 **Zakochaj się w Polsce** (186) – mag.
15.35 **20 x 20 lat TVP Kultura** – cykl fel.
16.00 **Zaraz wracam 2** (98) – serial obycz., Polska
16.30 **Barwy szczęścia** (3326) – serial obycz.
17.00 **Gra słów. Krzyżówka** (1042)
17.30 **Teleexpress**
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **Adampol – polska wieś nad Bosforem**
18.45 **Info Wilno** (1871)
19.05 **Wileńszczyzna w obiektywie** (115)
19.15 **Laskowik & Malicki** – program rozrywkowy
20.10 **Program informacyjny 19.30**

TVP ROZRYWKA
8.20 **Familiada** – telet.
8.55 **Va banque** (1065)
9.25 **Koło fortuny** (2027)
10.05 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Matki, żony i kochanki** (4) – serial obyczajowy, Pol. 1995
14.10 **Rodzinka.pl** (179, 180) – kom., Pol.
15.10 **Program rozrywkowy**
15.20 **Prywatka u Wojtka, czyli benefis Wojciecha Gąssowskiego** (1, 2)
17.25 **Va banque** (1066)
18.00 **Koło fortuny** (2028)
18.35 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.

POLSAT CAFÉ
6.00 **Przyjaciółki** (37, 38) – serial obycz., Polska
8.00 **Co ludzie powiedzą? 3** (23) – serial kom., Wlk. Bryt.
8.35 **Co ludzie powiedzą** (24) – kom., Wlk. Bryt.
9.25 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (17, 18) – reality show
12.30 **Bogaty dom – biedny dom** (106, 107) – reality show, Polska
14.30 **Kolacja w ciemno** (46, 48) – pr. rozrywk.
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (33) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (282, 283) – reality show, Polska

TV 4 DVB-T2
6.00 **Strażnik Teksasu** (26, 1) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (134)
8.55 **Policjantki i Policjanci** (476, 477) – serial obycz., Polska
10.55 **Na ratunek 112** (1134, 1135) – paradok.
11.55 **Dlaczego ja?** (1563, 1564) – paradok.
13.55 **Trudne sprawy** (1340-1342) – paradok.
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1382) – serial obycz., Polska
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (549) – reality show
19.00 **Policjantki i Policjanci** (1383) – serial obycz., Polska

TTV HD DVB-T2
7.20 **Ukryta prawda** (1203) – paradok., Pol.
8.20 **Kartoteka 10** (25, 26)
10.30 **Detektywi** (263, 264)
12.30 **Zakup w ciemno 3** (28) – reality show
13.30 **Zakup w ciemno 4** (27) – reality show
14.30 **Kartoteka 6** (9, 10)
16.45 **Express** – pr. inform.
16.55 **Pogoda, sport**
17.05 **Idź na całość 2** (13)
18.05 **Zakup w ciemno extra** (30)
18.45 **Damy i wieśniaczki. PL 6** (7) – fab.-dok.
19.45 **Express** – pr. inform.
20.05 **Zakup w ciemno 7** (23) – reality show
21.05 **Zakup w ciemno extra** (21)
21.45 **Express** – pr. inform.

TVN STYLE HD
5.15 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (4) – reality show
5.50 **Damy i wieśniaczki. PL 8** (2) – serial fab.-dok., Polska 2024
6.45 **Pogromcy chaosu** (3) – program rozrywk.
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.20 **Ugotowani** (2, 3) – pr. kulin.-rozrywk.
13.30 **Kuchenne rewolucje** (8, 7) – program rozrywkowy
15.35 **Jestem z Polski 14** (9) – serial dokum., Pol.
16.35 **Jestem z Polski 16** (7) – serial dokum., Pol.
17.40 **Kuchenne rewolucje** (10-12) – program rozrywkowy

20

OBYCZAJOWY

20.50 **Dom nad rozlewiskiem** (11, 12) – Polska 2009
Janusz wciąż przebywa w klinice uzależnień. Tomasz, w tajemnicy przed Basią, kupuje leśniczówkę. Barbara i Gosia muszą przerwać budowę pensjonatu.
22.35 **Rozmowy (nie) wygodne** – program publicystyczny
23.15 **Dziennik regionów** – program inform.
23.40 **Tamte lata, tamte dni** – magazyn kult.
0.10 **Słowo daję!** – magazyn

MAGAZYN KULINARNY

19.40 **Makłowicz w podróży**
Smakosz z Krakowa tym razem poznaje turystyczne oblicze Kuby. Na pomoście przyrządza karaibski przysmak – enchilado de camarones, czyli krewetki w sosie.
20.10 **Postaw na milion**
21.10 **Kabaret Letnią Porą** (32) – pr. rozrywk.
22.10 **Rodzinka.pl** (47)
22.50 **Tak to leciało!** (60)
23.50 **Gabi Drzewiecka zaprasza** (3)
0.45 **Koło fortuny** (2028, 2022) – telet.
2.10 **Do śmiechu!** (64, 65)

REALITY SHOW

20.00 **Bogate dzieciaki bez kasy** (13-15) – Polska 2022
Monika, absolwentka projektowania ubioru, pracuje w firmie sprzedającej drogą biżuterię. Ceni sobie luksus. Sprawdzi się w zderzeniu z odmiennym stylem życia.
23.00 **Gry małżeńskie** (112, 113) – reality show, Polska
1.00 **Kolacja w ciemno** (46, 48) – pr. rozrywk.
3.00 **Więzienie kobiet** (78, 79) – serial dokum.
4.00 **Zdrady** (113, 114) – serial paradokum.

KRYMINALNY

20.00 **Uroczysko** (177, 178) – Polska 2025
Na zamówienie Kordasa ekipa kręci reklamę ośrodka wypoczynkowego. Podczas nagrania aktor spada z dużej wysokości. Ziomecki ustala, że nie był to wypadek.
21.00 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (115)
22.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (998)
23.00 **Za ciosem** – komedia sens., USA/Hongkong/Aruba 1998, 115 min
0.55 **Love Island. Wyspa miłości** (14)

ROZRYWKOWY

22.00 **Idź na całość 2** (5)
Uczestnicy mogą wygrać niemal trzy miliony złotych. W każdym odcinku podejmują ryzyko i próbują unikać zonka. Prowadzą Zygmunt Chajzer i Robert Motyka.
23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 23** (9)
0.00 **Nic do zgłoszenia 6** (5) – serial dokum., Pol.
1.00 **Życie na kredycie 8** (1, 2) – reality show
2.10 **Dobra robota** (7) – serial dok., Pol. 2022
3.10 **Detektywi. Na zlecenie 2** (20, 21) – serial fab.-dokum.

ROZRYWKOWY

20.50 **Ugotowani** (6)
Do kulinarnej rywalizacji staną miłośniczka kuchni historycznej, zapalony wędkarz, gospodyni domowa oraz stolarz. Każdy z uczestników przygotuje autorskie menu.
21.50 **Jestem z Polski 16** (9) – serial dokum., Pol.
22.50 **Jestem z Polski 14** (14) – serial dokum.
23.45 **Hotel Paradise 11** (33, 34-ost.)
1.45 **Apetyt na miłość 5** (7) – program rozrywk.
2.45 **Wiem, co jem i wiem, co kupuję** (9, 10) – magazyn

TVP HD HD
12.25 **Ojciec Mateusz 4** (56)
13.20 **Komisarz Alex 2** (20)
14.15 **Ranczo 3** (39) – obycz., Pol.
15.15 **Ranczo 4** (40) – obycz., Pol.
16.10 **Super Gary. Gotuj z Bosacką!** (6) – mag.
16.40 **Operacja zdrowie** (77)
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 23** (298)
19.20 **Ranczo 5** (54) – obycz., Pol.
20.10 **Rodzinka.pl** (263, 264)
21.25 **Ojciec Mateusz 33** (429)
22.20 **Rocky 3** – dramat obycz., FILM USA 1982, 110 min
0.10 **Point Break: Na fali** – film FILM sensacyjny, USA/Niemcy/Chiny 2015, 125 min

TVS HD
15.45 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel** – krym., Austria
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział** – obycz., Niemcy/Austria
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny** – serial obycz.
19.50 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Magiczny autobus** – film obyczajowy, Niemcy 2019, reż. Marco Serafini, 120 min
21.50 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Synowe** – film obycz., Niemcy 2019, 105 min
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

ZOOM HD
8.00 **Strażnik Teksasu 8** (18, 19) – serial sensacyjny
9.50 **MacGyver 2** (11, 12)
11.55 **Pułapki umysłu** (9, 10)
13.00 **Wojny magazynowe: Kanada** (30, 31)
14.10 **Pod pokładem 11** (7)
15.25 **Sensacje XX wieku**
17.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
20.00 **Kobra – oddział specjalny 23** (5, 6) – sens.
22.00 **Pod pokładem 11** (8)
23.00 **Adam szuka Ewy VIP. Holandia 2** (3) – pr. rozr.
0.15 **Magia nagości. Polska 4**
1.25 **Magia nagości** (6) – rozr.
2.40 **I love kabaret** (4-6) – rozr.

TLC HD
13.00 **Dr Pryszczylla 3** – dok.
15.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelove rozmowy 7**
16.00 **Historie wielkiej wagi**
18.00 **Pokonać otyłość** (1)
19.00 **Wiza na miłość: Romans na Karaibach 2**
20.00 **Kilogramy do szczęścia 2**
21.00 **Skórze na ratunek 8**
22.00 **Transplantacja: drugie życie** – serial dokum.
23.00 **Moje koszmarne stopy 2** – serial dok., USA
0.00 **Dr Pryszczylla – kulisy**
1.00 **Kilogramy do szczęścia 2**

C+ KUCHNIA HD
15.15 **Włoskie życie Sophie Grigson 2** (1) – serial dok.
15.45 **Luke Nguyen w Indiach**
16.15 **Azjatycka kuchnia Evy Pau** (3) – magazyn kulin.
16.40 **Gotuj taniej z Jamiem** (5)
17.35 **Jamie Oliver: gotuj sezonowo** (4) – mag. kulin.
18.30 **Azjatycka kuchnia Evy Pau** (2) – magazyn kulin.
18.55 **M jak mięso 4** (7) – dok.
19.25 **M jak mięso 6** (3, 4) – dok.
20.15 **Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień**
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 9**
23.55 **Kolacja z Gavinem Rossdale'em** (5) – dok.

TVN TURBO HD
13.00 **Zawodowi handlarze**
14.30 **Wojny samochodowe**
16.30 **Jeździć, obserwować**
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Zawodowi handlarze** (4)
19.00 **Naprawy nie do naprawy** (1) – mag.
19.45 **Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia** (4) – pr. rozr.
20.15 **Jeździć, obserwować**
21.00 **Wojny samochodowe** (4)
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Duda kontra Szafrański** (3) – program rozrywkowy
23.00 **Moto kombat** (4) – mag.
23.45 **Z drugiej ręki** (8) – mag.
0.25 **Usterka 16** (8) – fab.-dok.
0.55 **Wojny samochodowe** (2)

NOWA TV DVB-T
9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (2) – kom., Pol.
10.00 **Miodowe lata** (1) – kom.
10.30 **Więzienie** (106) – dok., Pol.
11.00 **Poirot 9** – serial kryminalny
13.00 **Poirot 10** (1) – serial krym.
15.00 **Świat według Bundych 6** (127-131)
17.30 **Świat według Bundych 7** (132) – kom.
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (16) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (102-104)
21.00 **Zdrady** (116) – paradok.
22.00 **Ślad** (27, 28, 92) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (54, 55)
3.50 **Wehikuł czasu** (617, 616)

METRO
8.30 **Szpital** (756, 757)
10.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (325, 326)
12.30 **Szkoła** (703) – paradok.
13.30 **Brzydula** (1, 2) – kom., Pol.
14.35 **Zapukaj do moich drzwi** (161) – telen., Turcja 2020
15.45 **The Floor** (15, 16) – telet.
17.00 **Fani czterech kółek 17**
18.00 **Prawo Agaty 6** (2)
19.00 **Kartoteka 11** (9, 10)
21.05 **Kryminalni** (7, 8) – krym.
23.15 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10** (22) – krym.
0.15 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 2** (12) – dok.
1.20 **Szpital** (752) – paradok.
2.20 **Szkoła** (854, 855)

ANTENA HD DVB-T2
13.00 **Klątwa Wyspy Dębów 5**
14.50 **Ciężarówką przez śniegi 4** (5, 6) – serial dok.
16.50 **77 TV 2** (12, 13) – pr. rozr.
18.50 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (2) – serial kryminalny
20.00 **Morderstwa we Francji** FILM **– Biarritz** – thriller, Francja 2020, 120 min
22.00 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (1) – serial kryminalny
23.10 **Detektywi z Bordeaux 3** (10) – serial krym., Fr./Belgia
0.15 **Polska. Największe tajemnice** (8) – pr. rozr.
1.25 **Kabaretowy szał** – rozr.

WP DVB-T
11.05 **Porzucone budowle 9** (1)
12.05 **Wariaci za kierownicą 4**
13.05 **Makłowicz w podróży**
14.05 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3** (8, 2, 3)
16.55 **Pogoda**
17.00 **Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach** (4) – serial kryminalny, Fr. 2015
19.00 **Strażacy z sąsiedztwa 2** (8) – serial dok., Polska 2026
20.00 **Policjanci z sąsiedztwa 6** (11, 12)
21.55 **Pogoda**
22.00 **Mistrzowie Kabaretu 4**
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 3**
0.00 **Mistrzowie Kabaretu 6**
1.00 **Mistrzowie Kabaretu** (1)

C+ DOMO HD
13.55 **Letnie inspiracje** (2)
14.05 **Cudotwórcy 7** (15) – mag.
15.00 **Kupcie sobie zamek! 2**
15.55 **Meblokreacje 5** (10)
16.20 **TkaniNOWE kreacje** (1)
16.50 **Gardeners' World 16** (24)
18.00 **Ucieczka na wieś 25** (47)
18.55 **Wielkie projekty: Australia 10** (4) – dok.
20.00 **Daleko od miasta 14**
21.00 **Cudotwórcy 7** (16) – mag.
22.00 **Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 8** (5)
22.30 **Patent na zieleń** (6)
22.55 **Daleko od miasta 14** (6)
23.20 **Podzielić M2 2** (1) – mag.
23.45 **TkaniNOWE kreacje** (4)
0.15 **Dowborowa od nowa** (6)

HGTV HD
10.00 **Pokochaj swój ogród 8**
11.00 **Zarobić na remoncie 8**
11.31 **Usterka 11** (21, 22) – serial fab.-dokum., Polska 2019
13.00 **Zbudujemy większy dom** (8) – program rozrywk.
14.00 **Zbudujemy fajny dom 2**
15.00 **Mieszkanie na miarę**
17.00 **Polowanie na ogród 2**
18.10 **Zgłoś remont 4** (1) – rozr.
19.05 **Będzie pięknie** (5) – rozr.
20.05 **Dorota inspiruje** (7)
21.00 **Dorota was urządzi!**
22.30 **House Hunters – Poszukiwacze domów 4** (3-6) – pr. rozr.
0.40 **Kupujemy dom na plaży 27** (5, 6) – dok.

P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (282) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (895, 896) – serial paradokumentalny, Polska 2024
8.30 **Sekrety rodziny** (336-338) – serial paradokum., Polska
11.30 **Trudne sprawy** (934) – serial paradokumentalny, Polska 2020
12.30 **Dlaczego ja?** (1498, 1499) – serial paradokumentalny, Polska 2025
14.30 **Świat według Kiepskich** (454-458) – serial komediowy, Polska

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 **Wydarzenia**
6.45 **SuperLudzie Extra** (51) – magazyn
7.00 **Na ratunek 112** (680, 681) – paradok.
8.00 **Doktor Martin 4** (25, 26) – serial obycz.
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **SuperLudzie 2** (19, 20) – serial dok.
11.30 **Świat według Kiepskich** (397-400)
13.30 **Bitwa o palety** (12)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6** (52)
16.00 **Ninja Warrior Polska** (20)
17.55 **Świat według Kiepskich** (481, 482, 523, 524)
20.00 **Złomiarze** (43) – dok.

TV 6 DVB T

6.00 **Więzienie** (200, 201) – serial dok., Pol. 2025
6.55 **Policjantki i Policjanci** (675, 676) – serial obyczajowy, Polska 2020
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (221, 222) – serial sens., Niemcy
10.55 **48h. Zaginieni** (97-99) – serial kryminalny, Pol. 2022
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1183) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (11, 12) – serial kryminalny, Polska 2023-2024
15.55 **Kobra – oddział specjalny** (223, 224) – serial sensacyjny, Niemcy 2010

BBC FIRST HD

6.55 **Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 5** (3, 4)
8.35 **Lewis 3** (2) – krym.
9.40 **Ojciec Brown 12** (8)
10.40 **Śmierć pod palmami 13** (6)
11.45 **Zagadki doktora Blake'a** (7) – krym.
12.55 **Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 5** (5, 6)
14.55 **Ojciec Brown 6** (2)
15.55 **Lewis 3** (2) – krym.
17.00 **My Life is Murder** (6) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 18** (6)
19.50 **Śmierć pod palmami 13** (7)

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

9.30 **Domisie** – dla dzieci
10.00 **Zagadki zwierzogromadki** (13) – mag. dla dzieci
10.20 **Bolek i Lolek wyruszają w świat** (5, 6) – anim., Pol. 1968
10.45 **Reksio** (61, 62)
11.05 **Małe i duże przygody Miffy** (31)
11.15 **Świnka Peppa**
11.35 **Stacyjkowo** (89, 90)
11.55 **Strażak Sam** (2, 3)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
12.55 **Halo, halo!** (72)
13.00 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (91) – mag.
13.20 **Pszczółka Maja** (38)
13.50 **Lupin wśród bajek**
14.05 **Lassie i przyjaciele**
14.30 **Świnka Peppa 8**
14.45 **Kid Lucky** (9, 10)

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

6.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
7.30 **Rozmowa Piaseckiego** – publ.
8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.55 **Biznes** – pr. publicyst.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.55 **Biznes** – pr. publicyst.
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.55 **Biznes** – pr. publicyst.
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
13.55 **Biznes** – pr. publicyst.
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.55 **Biznes** – pr. publicyst.
15.00 **15 na żywo** – inf.
16.00 **Fakty po południu** – program inform.

KRYMINALNY

17.00 **48h. Zaginieni** (125, 126) – Pol. 2022

Tadeusz zgłasza zniknięcie sąsiadów, Andrzeja i Elżbiety, oraz ich synów. Na miejscu policjanci zastają zdemolowane wnętrze i ślady krwi.

19.00 **Gliniarze** (980)
20.00 **Ślad** (56) – krym., Pol.
21.00 **Gliniarze** (775)
22.00 **Ambulans** (3) – dok.
23.00 **Świat według Kiepskich** (335, 336)
0.00 **Ślad** (107) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (60)
2.05 **Wydarzenia**
2.50 **Ewa gotuje** (528, 529)
4.00 **Atleci** – mag.

WESTERN

21.00 FILM **Siedmiu wspaniałych** – USA/Australia 2016, wyk. Denzel Washington, Chris Pratt, 165 min

XIX wiek. Grupa najemników terroryzuje miasteczko Rose Creek. Wdowa po jednej z ich ofiar prosi oficera Chisolma i jego kompanów o pomoc w walce z bandytami.

23.45 FILM **Zawód: Szpieg** – dramat sensacyjny, USA/Wielka Brytania/Niemcy 2001, 160 min
2.25 **Świat według Kiepskich** (111, 480, 481) – kom.

SENSACYJNY

18.00 **Strażnik Teksasu** (2, 3) – USA 1998-1999

Cordell Walker pomaga mężczyźnie niesłusznie oskarżonemu o kradzież. Zabójstwo jego współtowarzysza z celi daje jednak początek kolejnemu śledztwu.

20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (175, 176)
21.55 **Czarna lista** (11)
22.55 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (689, 690) – krym., Pol.
0.55 **Kości** (89, 90) – krym.
2.55 **Cobra Kai** (13)

KRYMINALNY

21.00 **McDonald i Dodds** (2) – Wlk. Bryt.

W prywatnej klinice rehabilitacyjnej w tajemniczych okolicznościach umiera jeden z zamożnych klientów. Na miejsce zostają wezwani Dodds i McDonalds.

22.45 **Na niebieskich światłach 2** (5)
23.55 **Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 5** (6)
0.55 **Śmierć pod palmami 13** (7)
2.00 **Morderstwa w Midsomer 18** (6)

MAGAZYN

15.15 **Al-chemik** (33)

Królowa Kalina postanawia założyć własną telewizję. Rozpoczyna poszukiwania eksperta. Wspiera ją w tym Henryk Złoty Gagatek.

15.35 **Bella i Sebastian**
16.05 **Krecio** (45, 46) – anim.
16.35 **Rev i Roll** (9, 10)
17.05 **Dino Ranczo** (108, 109) – anim., Kan.
17.30 **Piotruś Królik** (104)
18.00 **Kucharz Shane** (11, 12) – serial anim.
18.25 **Leo da Vinci 2**
19.00 **Tyciaki**
19.20 **44 Koty**
19.45 **Bazgrolinka**

PUBLICYSTYCZNY

18.00 **Tak jest**

Andrzej Morozowski przedstawia i omawia najciekawsze wydarzenia z polskiej areny politycznej.

19.15 **Serwis informacyjny**
19.30 **Fakty po Faktach**
20.00 **Kropka nad i** – publ.
20.30 **Czarno na białym**
21.00 **Polska i świat** – inf.
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.25 **Biznes** – pr. publicyst.
0.45 **Fakty po Faktach**
1.20 **Kropka nad i** – publ.
1.50 **Tak jest** – pr. publ.
2.50 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.

POLSAT PLAY HD

6.00 **Dorwać tuńczyka** (6-8)
9.05 **Wojny magazynowe**
10.05 **Wojny kontenerowe** (9, 10) – serial dokum., USA
11.00 **Hardkorowy lombard** (111-116) – serial dok., USA
14.00 **Polacy za granicą** (119, 120) – serial dok., Pol.
16.00 **Złomiarze** (3, 4) – dok., Pol.
18.05 **Poszukiwacze historii** (238-241) – serial dokum.
20.00 **Zawód glina** (10) – dok.
21.00 **Złomiarze** (51) – dok., Pol.
22.00 **Więzienie** (228) – dok., Pol.
22.35 **Łowca pedofilów** (240)
23.05 **Więzienie** (208-217) – dok.
4.00 **Starożytni kosmici** (33, 34) – serial dok., USA

FOOD NETWORK HD

8.15 **Kuchenne rewolucje** (1)
9.15 **Gotowanie na ranczu z Guyem** (7-9) – mag. kulin.
10.55 **Sztuka mięsa** (9-12)
13.10 **Miłość od kuchni** (5)
14.10 **Akcja: Restauracja!** (2)
15.10 **24/24** (8) – maraton kulin.
16.15 **Kuchenne rewolucje** (7)
17.15 **Magda gotuje internet**
17.50 **Apetyt na miłość** (5)
18.50 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** (3)
19.50 **Bójka na plaży** (1) – dok.
20.50 **Ogniem i patelnią 3** (6)
21.55 **Pyszne miejscówki** (5)
23.00 **Akcja: Restauracja! 19**
0.00 **Człowiek kontra jedzenie** (7-9) – mag. kulin.

POLSAT RODZINA HD

12.00 **Bogaty dom – biedny dom** (98) – reality show
13.00 **Rodzina zastępcza** (189, 190) – kom., Pol. 2005
14.50 **Pociągi, które zmieniły świat** (3, 4) – serial dokum.
17.05 **Pingwiny z Madagaskaru** (19-22)
19.00 **Rodzina zastępcza** (291)
20.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (4, 5) – kom.
21.05 **Miodowe lata** (82) – kom.
21.55 **Nasz nowy dom**
23.50 **II wojna światowa – jednostki specjalne** (3)
0.55 **Prawdziwe zło. Ludzie, którzy stworzyli nazizm** (3) – serial dok., Wlk. Bryt.

BBC LIFESTYLE HD

13.25 **Włoski remont Amandy i Alana** (5, 6) – pr. rozrywk.
14.40 **Mistrzowie szycia 11** (4)
15.40 **Zapraszam do stołu 21**
17.45 **Wielkie projekty: Dom Roku 7** (3) – pr. rozrywk.
18.50 **Mistrzowie ceramiki 3**
19.45 **Wielkie amerykańskie wypieki 5** (8) – pr. rozrywk.
20.30 **Malezja dla smakoszy z Justine Schofield** (8)
21.00 **Mistrzowie szycia 11** (5)
22.00 **Zapraszam do stołu: profesjonaliści** (3) – rozr.
23.00 **Wstydliwe choroby: Nastolatki** (1) – serial dok.
0.00 **Wielkie taneczne show 20** (17, 18) – pr. rozr.

NICK JR. HD

16.10 **Małe Królestwo Bena i Holly** (12) – serial anim.
16.40 **Psi Patrol 6** (6) – anim.
17.00 **Rubble i jego ekipa 4**
17.30 **Pan Krokodyl** (9) – anim.
18.00 **Barbapapa i jego rodzinka** (4) – serial anim.
18.30 **Tim Rex wśród gwiazd 2** (4, 5) – serial animowany
18.55 **Przygody Misia Paddingtona 2** (6) – anim.
19.25 **Przygody Misia Paddingtona** (2, 9) – anim.
20.00 **Świnka Peppa 2** (32-36)
20.30 **Małe Królestwo Bena i Holly** (17) – serial anim.
21.00 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (14-16) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.10 **Więcej „Wydarzeń"** – inf.
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Punkt widzenia Szubartowicza** – pr. publ.
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – publ.
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.

TVP KOBIETA DVB T2

14.30 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (7)
15.00 **Piękno, zgłoś się!** (7)
15.30 **Ojciec Mateusz 32** (411, 412) – krym., Pol. 2024
17.25 **Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem** (3) – serial dok.
18.30 **Gabi Drzewiecka zaprasza** (2) – talk-show
19.30 **Miłość i nadzieja** (277)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (258) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (254) – obycz.
22.30 **Dzień dobry, kocham**
FILM **Cię** – komedia romant., Polska 2014, 105 min

E! ENTERTAINMENT HD

8.50 **Wags** (11, 12) – serial dok.
10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (15, 16)
14.20 **WAGS LA** (1, 2) – dok.
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (4, 5)
20.30 **WAGS LA** (3, 4) – dok.
22.30 **Plastyczna fuszerka**
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (15, 16)
3.00 **Plastyczna fuszerka**
5.00 **Wags** (2) – serial dok., USA

TV TRWAM DVB T

16.50 **Tyle krzywdy** – film dokum., Polska 2023
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** (30)
19.30 **Bóg z nami** (3) – anim.
19.45 **Modlitwa** – religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**

BBC BRIT HD

11.25 **Niezwykłe hotele bez tajemnic 6** (4) – serial dok.
12.30 **Top Gear 6** (4) – mag.
13.35 **Warsztat Hammonda 4**
14.35 **Cuda inżynierii 5** (12)
15.40 **Najsłabsze ogniwo** (3)
16.45 **Niezwykłe hotele bez tajemnic 6** (4) – serial dok.
17.50 **Top Gear 6** (5) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii 5** (12)
20.00 **Niezwykłe hotele bez tajemnic 6** (5) – serial dok.
21.00 **Bolsonaro: chłopcy z Brazylii** (1) – serial dok.
22.00 **Najpotężniejszy książę świata** (2) – dok., Wlk. Bryt.
23.05 **Top Gear 6** (4) – mag.
0.05 **Najsłabsze ogniwo** (3)

MINI MINI+ HD

15.10 **Baranek Shaun** (27-29)
15.36 **Jeżyk Happy** (9, 10)
15.55 **Mały Charlie** (2) – anim.
16.05 **Mega Ekspres** (3, 4)
16.30 **Ciekawski George** (1)
17.00 **Strażak Sam 16** (25, 26)
17.25 **Staś i fajna Babcia** (5, 6)
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.56 **Smerfy** (16) – serial anim.
18.25 **Leśna rodzina: Pamiętnik Frei** (6, 7)
18.50 **Baczne oczka** (4, 5)
19.05 **Kicia Kocia 2** (5, 6) – anim.
19.25 **Mały Charlie** (2) – anim.
19.36 **Jeżyk Happy** (9, 10)
19.52 **Basia 2** (8) – serial anim.
20.05 **Wierszyki domowe**
20.35 **Dolina Muminków 3** (13)

TVP 3 DVB T2

12.30 **Górna półka smaku**
13.00 **Agrobiznes**
13.20 **Agropogoda**
13.30 **Daję słowo – Maciej Orłoś** – talk-show
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Całkiem niezła historia**
19.45 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.13 **Gość Regionów** – pr. publ.
20.30 **Telekurier** – mag., Polska
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.30 **Złoty chłopak** (175) – serial obycz., Turcja 2022

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

Warto zobaczyć

11.00 PARAMOUNT NETWORK
Żony ze Stepford
KOMEDIA SF Joanna traci pracę. Przenosi się z rodziną na prowincję. Odkrywa mroczny sekret pozornie idyllicznej społeczności Stepford. *Reż.: Frank Oz, A: Nicole Kidman, Matthew Broderick, Bette Midler USA 2004* **120 min ▶ do godz. 13.00**

13.45 KINO POLSKA
Noce i dnie
OBYCZAJOWY Rok 1914. Niemcy zajmują Kaliniec. Barbara i inni mieszkańcy opuszczają miasto. Podczas podróży kobieta wspomina swoje życie. *Reż.: Jerzy Antczak, A: Jadwiga Barańska, Jerzy Bińczycki, Ludwik Benoit Polska 1975* **125 min ▶ do godz. 15.50**

15.55 FILMBOX PREMIUM
Autor widmo
THRILLER Ghostwriter ma spisać biografię byłego premiera Wielkiej Brytanii. Poszukiwanie prawdy naraża go na niebezpieczeństwo. *Reż.: Roman Polański, A: Ewan McGregor, Pierce Brosnan, Kim Cattrall Francja/Niem. 2010* **140 min ▶ do godz. 18.15**

16.25 ALE KINO+
Między światami
PSYCHOLOGICZNY Szczęście Corbettów burzy śmierć syna. Matka chłopca oddala się od męża. Nawiązuje znajomość ze sprawcą wypadku. *Reż.: John Cameron Mitchell, A: Nicole Kidman, Aaron Eckhart USA 2010* **110 min ▶ do godz. 18.15**

18.15 HBO
Król rozrywki
MUSICAL XIX wiek. Obdarzony bujną wyobraźnią P.T. Barnum jest synem krawca. Robi wszystko, żeby zaistnieć w świecie rozrywki. *Reż.: Michael Gracey, A: Hugh Jackman, Michelle Williams, Zac Efron USA 2017* **105 min ▶ do godz. 20.00**

18.15 POLSAT FILM
Kolory ognia
HISTORYCZNY Pocz. XX w., Paryż. Madeleine, córka bankiera, traci odziedziczoną po ojcu fortunę w wyniku intrygi. Szykuje zemstę na wrogach. *Reż.: Clovis Cornillac, A: Léa Drucker, Benoît Poelvoorde, Alice Isaaz Francja/Belgia 2022* **165 min ▶ do godz. 21.00**

20.00 HBO
Lombard
OBYCZAJOWY Amerykańska prowincja. Wdowa podejmuje pracę w lombardzie Mohammada i jego syna. Nie podoba się to lokalnej społeczności. *Reż.: Deborah Puette, A: Deborah Puette, Farshad Farahat, Jeff Kober USA 2024* **95 min ▶ do godz. 21.35**

20.00 C+ PREMIUM
Jeszcze jeden strzał
THRILLER Grupa komandosów ma przewieźć terrorystę z tajnego więzienia w Polsce do Waszyngtonu. Na lotnisku oddział wpada w zasadzkę. *Reż.: James Nunn, A: Scott Adkins, Michael Jai White, Alexis Knapp Wlk. Bryt./USA 2024* **100 min ▶ do godz. 21.40**

→ filmowe hity

Codzienność Gruzów zmienia nieoczekiwane wyznanie matki młodego influencera.

22.00 TVN
Czarna owca
KOMEDIODRAMAT Członkowie zwyczajnej rodziny zostają poddani próbie. Los nie zawsze im sprzyja.

HIT DNIA Walenty Gruz cierpi na demencję i wymaga stałej opieki bliskich. Jego syn Arek, pomimo podejmowanych prób znalezienia pracy, od wielu miesięcy pozostaje bezrobotny, a najmłodszy członek rodziny, wnuk Tomek, myśli o tym, jak ocalić swoją dogasającą karierę w mediach społecznościowych. Tymczasem żona Arka, Magda, od lat skrywa przed wszystkimi pewien sekret. W 25. rocznicę ślubu nauczycielka w katolickim liceum postanawia go w końcu ujawnić. Jej szokujące wyznanie staje się początkiem serii nieoczekiwanych zdarzeń i na zawsze odmienia życie familii. Gruzowie starają się uporać z nawarstwiającymi się problemami i zacząć wszystko od nowa. Przekorny los stawia na ich drodze kolejne niespodzianki, poddając ich relacje trudnym próbom. **HD 125 min ▶ do godz. 0.05**

Polska 2021 **Reż.:** Aleksander Pietrzak **Wyst.:** Arkadiusz Jakubik, Magdalena Popławska, Kamil Szeptycki

20.00 POLSAT
Żona na niby
KOMEDIA Chirurg Danny (Adam Sandler) zabiega o względy Palmer. Ucieka się do kłamstwa. W mistyfikacji pomaga mu asystentka (Jennifer Aniston). Ma ona odegrać rolę wrednej żony, z którą lekarz się rozstaje.

Reż.: Dennis Dugan Wyst.: Jennifer Aniston USA 2011 **HD 145 min ▶ do godz. 22.25**

20.00 TV PULS
Wilcze echa
THRILLER Załoga okrętu podwodnego dowodzona przez Grandchampa (Reda Kateb) ma wykonać misję u wybrzeży Syrii. Sonar rejestruje dziwny dźwięk dochodzący z głębi morza. Świat staje w obliczu wojny nuklearnej.

Reż.: Antonin Baudry Wyst.: François Civil Francja 2019 **HD 135 min ▶ do godz. 22.15**

20.00 TVN FABUŁA
Narodziny gwiazdy
MUZYCZNY Jackson Maine (Bradley Cooper), gwiazdor country, zmaga się z uzależnieniem, utratą słuchu i kryzysem twórczym. Pewnego wieczoru trafia do klubu, gdzie występuje Ally (Lady Gaga). Postanawia pomóc jej w karierze.

Reż.: Bradley Cooper Wyst.: Sam Elliott USA 2018 **HD 175 min ▶ do godz. 22.55**

21.00 POLSAT FILM
Szczęścia chodzą parami
KOMEDIA ROMANTYCZNA Bruno (Michał Żurawski) jest najlepszym w Warszawie terapeutą par. Sam nie ma szczęścia w miłości. Pewnego dnia traci głowę dla Malwiny (Weronika Książkiewicz).

Reż.: Bartosz Prokopowicz Wyst.: Maria Pakulnis Polska 2022 **HD 125 min ▶ do godz. 23.05**

22.15 TV PULS
Jack Strong
BIOGRAFICZNY Rok 1968. Major Kukliński (Marcin Dorociński) odkrywa, że Związek Radziecki rozważa atak nuklearny na kraje NATO. Po pewnym czasie wojskowy jako Jack Strong podejmuje współpracę z wywiadem USA.

Reż.: Władysław Pasikowski Wyst.: P. Wilson Polska 2013 **HD 165 min ▶ do godz. 1.00**

22.25 POLSAT
Nowożeńcy
KOMEDIA ROMANTYCZNA Pochodząca z zamożnej rodziny Sarah (Brittany Murphy) wychodzi za skromnego prezentera radiowego. Po ślubie para rusza w podróż do Europy. Obojgu trudno się porozumieć w wielu sprawach.

Reż.: Shawn Levy Wyst.: Ashton Kutcher USA/Niem. 2003 **HD 135 min ▶ do godz. 0.40**

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

→ filmowe hity

Bigamista za wszelką cenę pragnie uniknąć zdemaskowania. Prosi o pomoc dawnego kumpla.

20.00 TVN 7

Mayday

KOMEDIA Kierowca taksówki ma dwie żony. Kruchą stabilizację komplikuje pewne niefortunne zdarzenie.

HIT DNIA

Taksówkarz Janek skrywa niechlubny sekret. W Warszawie wiedzie życie u boku Basi. Na obrzeżach miasta zaś prowadzi dom z drugą żoną, Marysią. Obie panie nie mają pojęcia o swoim istnieniu i nie podejrzewa męża o kłamstwa. Kruchą stabilizację bigamisty komplikuje wypadek samochodowy. Wkrótce Janek musi uciekać przed gangsterami i dociekliwym policjantem. Na domiar złego obie żony mogą niebawem poznać przykrą prawdę. Spanikowany oszust liczy na pomoc starego przyjaciela, Stanisława. HD 145 min ▶ do godz. 22.25

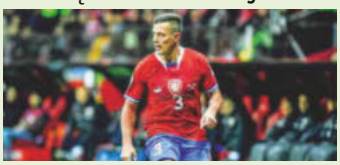
Polska 2020 **Reż.:** Sam Akina **Wyst.:** Piotr Adamczyk, Adam Woronowicz, Anna Dereszowska, Weronika Książkiewicz

→ sport

11.45 POLSAT SPORT 1

Ukraina – Polska

SIATKÓWKA LIVE Drużyna naszych sąsiadek rozgrywa debiutancki sezon w Lidze Narodów. Postara się podkreślić go pierwszą w historii wygraną z reprezentacją Polski. To bardzo trudne zadanie, gdyż pod wodzą Stefana Lavariniego Biało-Czerwone rzadko zawodzą. HD 135 min ▶ do godz. 14.00



17.50 TVP 2

Czechy – RPA

PIŁKA NOŻNA LIVE W kadrze drużyny z Afryki próżno szukać gwiazd, a jej trzon stanowią piłkarze z potęg rodzimej ligi: Mamelodi Sundowns i Orlando Pirates. Czesi jednak będą musieli się natrudzić, by sforsować defensywę rywala. HD 135 min ▶ do godz. 20.05

→ rozrywka

21.00 HISTORY

Klątwa Wyspy Dębów 13

REALITY SHOW Na terenie Studni Pieniędzy łowcy skarbów dokonują intrygującego odkrycia, które rzuca nowe światło na zagadkę Wyspy Dębów. Znalezione ślady wskazują na związek między tajemnicą tego lądu a zakonem templariuszy. HD 60 min ▶ do godz. 22.00

21.20 TVP 2

Kocham Cię, Polsko!

WIDOWISKO W drużynie Filipa Gurłacza do rywalizacji staną Rafał Szatan, Krzysztof Czeczot i Radosław Pazura. U Michała Koterskiego zobaczymy Barbarę Kurdej-Szatan, Karolinę Gorczycę i Dorotę Chotecką. HD 95 min ▶ do godz. 22.55

20.00 STOPKLATKA

Ognisty podmuch

SENSACYJNY Stephen (Kurt Russell) i Brian (William Baldwin) pochodzą z rodziny od pokoleń związanej ze strażą pożarną. Drugi z braci angażuje się w śledztwo dotyczące serii pożarów wywołanych przez podpalacza.

Reż.: Ron Howard Wyst.: Robert De Niro
USA 1991 HD 170 min ▶ do godz. 22.50

20.10 ALE KINO+

20 000 gatunków pszczół

OBYCZAJOWY Ośmioletnia Lucía (Sofia Otero) czuje się uwięziona w ciele chłopca. Zrozumienie znajduje jedynie u cioci Lourdes, która opiekuje się pszczołami i żyje zgodnie z prawami natury.

Reż.: E.U. Solaguren Wyst.: Patricia López Arnaiz
Hiszpania 2023 HD 155 min ▶ do godz. 22.45

20.50 TVP 1

Szwajcaria – Bośnia i Hercegowina

PIŁKA NOŻNA LIVE Od 2006 roku tylko raz zdarzyło się, by Helweci nie wyszli z mundialowej grupy. Piłkarz Benfiki, Amar Dedić, i jego koledzy zrobią wszystko, by pokrzyżować im plany. HD 165 min ▶ do godz. 23.35

22.00 C+ DOMO

Monty Don – brytyjskie ogrody

LIFESTYLE Ogrodnictwo ma w Wielkiej Brytanii wielowiekową tradycję i jest powodem dumy. Monty Don odwiedzi najpiękniejsze ogrody historyczne oraz prywatne oazy zieleni m.in. w Szkocji i Irlandii Północnej. HD 70 min ▶ do godz. 23.10

23.00 TV 4

Babylon A.D.

SCIENCE FICTION Toorop (Vin Diesel) ma przemycić z azjatyckiej części Rosji do Nowego Jorku tajemniczą Aurorę. Nie wie, że obdarzoną niezwykłymi zdolnościami dziewczyną interesują się najpotężniejsi ludzie świata.

Reż.: Mathieu Kassovitz Wyst.: Michelle Yeoh
USA/Fr. 2008 HD 125 min ▶ do godz. 1.05

23.35 TVP 1

Kanał tajemnic

KRYMINALNY We francuskim Castelnaudary dochodzi do zbrodni. W Kanale Południowym zostają znalezione zwłoki kobiety. Ofiarą jest żona sędziego. Sprawę prowadzi policjantka Moreno (Annelise Hesme) z Paryża.

Reż.: Julien Zidi Wyst.: Aurélien Wiik
Francja 2020 HD 110 min ▶ do godz. 1.25

2.50 TVP 1

Meksyk – Korea Południowa

PIŁKA NOŻNA LIVE Batalia etatowych uczestników mistrzostw świata. Ich ostatnie starcia obfitowały w gole. Kibice mają nadzieję, że mecz grupy A w Guadalajarze nie będzie wyjątkiem od reguły. HD 145 min ▶ do godz. 5.15

→ dokument

22.00 PLANETE+

1979 – rok islamskiej rewolucji

HISTORIA Dokumentaliści analizują przełomowe wydarzenia w świecie islamu. Jednym z nich było przejęcie władzy w Iranie przez ajatollaha Ruhollaha Chomejniego. HD 70 min ▶ do godz. 23.10

TVP 1 HD DVB-T2

3.40 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio LIVE
3.50 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026: Uzbekistan – Kolumbia LIVE
6.25 **Na granicy wymarcia** – dok.
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
7.30 **Dobre historie** – magazyn
8.00 **Serwis Info** – program inform.
8.10 **Pogoda Info**
8.15 **Czterdziestolatek** (14) – serial obyczajowy, Polska 1976
9.15 **Ranczo 5** (59) – obycz., Pol. 2011
10.10 **Komisarz Alex 6** (68) – serial kryminalny, Polska 2014
11.05 **Ojciec Mateusz 14** (176) – serial kryminalny, Polska 2015
12.00 **Serwis Info** – program inform.
12.10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
12.30 **Agropogoda** – program inform.
12.40 **Magazyn rolniczy**
13.00 **Sprawa dla reportera** – mag.
14.00 **Złoty chłopak** (315) – serial obyczajowy, Turcja 2022
15.00 **Serwis Info** – program inform.
15.10 **Pogoda Info**
15.25 **Gra słów. Krzyżówka** (1048) – teleturniej
16.00 **Dziedzictwo** (952) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
18.05 **Reporterzy** – mag. reporterów
18.25 **Akacjowa 38** (893) – telenowela, Hiszpania 2015
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
20.10 **Sport, pogoda**
20.25 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio LIVE

TVP 2 HD DVB-T2

5.35 **M jak miłość** (1777) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 **Dom nadziei** – reportaż, Polska 2026
6.50 **Barwy szczęścia** (3336) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.30 **Rodzinka.pl** (15, 16): Hazard; O miłości – serial komediowy, Polska 2011
12.35 **Koło fortuny** (1863) – teleturniej
13.15 **Panna młoda** (124) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 **Va banque** (992) – teleturniej
14.35 **Na sygnale** (857): Chwila nieuwagi – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
Ekipa Góry zajmuje się dziewczyną, która zasłabła przed studniówką, gdyż próbowała szybko schudnąć. Alek i Nowy pomagają psychiatrze, który cierpi na ból kręgosłupa. Zaczynają kłócić się o Britney.
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (414) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
Manuel namawia Abla, żeby przyjął propozycję Jimeny, dzięki czemu kobieta nie domyśli się, że zdradził przyjacielowi prawdę o jej intrygach. Salvador, po ostrej wymianie zdań, przeprasza don Rómula.
16.00 **Koło fortuny** (1864) – teleturniej
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.15 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio LIVE

POLSAT HD DVB-T2

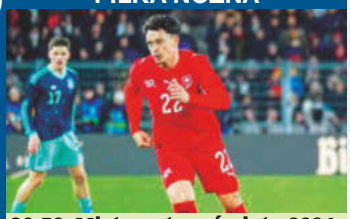
4.40 **Disco Gramy**
5.25 **Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
8.30 **Malanowski i partnerzy** (298, 299): Głodna miłości; Niebezpieczne przyjaciółki – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
9.30 **Trudne sprawy** (1229, 1230) – serial paradokumentalny, Polska 2023
11.35 **Gliniarze** (842, 843) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.40 **Dlaczego ja?** (1472, 1473) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Była żona Jana, Lidia, zostaje napadnięta i pobita. Mężczyzna jako były bokser jest głównym podejrzanym. Według policji miał motyw, ponieważ kłócił się z kobietą o podział majątku.
15.50 **Wydarzenia, pogoda**
16.25 **Interwencja** – magazyn reporterów
16.40 **Gliniarze** (1039, 1040) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Ktoś nagrywa gwałt na osiemnastoletniej Milenie. Wideo trafia do internetu. Detektywi szukają zarówno napastnika, jak i osoby, która opublikowała film. Wśród podejrzanych jest były chłopak poszkodowanej oraz starszy mężczyzna, którego poznała ona przez aplikację randkową.
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** (1672) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 **Kuchenne rewolucje** (5): Łódź – Antonio – program rozrywkowy
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.20 **Doradca smaku** (17) – magazyn kulinarny
11.25 **Kuchenne rewolucje** (12, 2): Toruń, Prova Gourmet; Bobowa – Paleta Smaków– pr. rozr.
13.40 **Ukryta prawda** (1653, 1654, 1709) – paradok., Polska
Wdowa Laura ma problemy z wychowaniem syna, Oskara. Jej brat, Piotr, postanawia pomóc w opanowaniu chłopca. Umożliwia mu spędzanie czasu ze swoją córką Eweliną. Wkrótce rodzice z niepokojem zauważają, że dziewczyna jest przygnębiona i wycofana.
16.50 **Szpital św. Anny** (49) – serial obyczajowy, Polska 2025
Piotrek planuje wyprowadzkę od Marty. Ratowniczka staje się celem nienawistnych komentarzy i gróźb w internecie. Kaśka przyjmuje na SOR 90-letniego pacjenta z dusznościami.
17.55 **Detektywi** (173) – serial fab.-dok., Polska 2025
Trwają poszukiwania nastolatki, która miała nocować u przyjaciółki, ale wyszła od niej, by spotkać się z chłopakiem. Dębosz i policja odnajdują jego ciało w lesie. Trafiają na trop mężczyzny, który groził dziewczynie w internecie.
19.00 **Fakty, sport i pogoda**
19.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów

20

PIŁKA NOŻNA



20.50 Mistrzostwa świata 2026: mecz grupy B: Szwajcaria – Bośnia i Hercegowina LIVE

W jedynym dotąd spotkaniu tych ekip, towarzyskim starciu sprzed 10 lat, lepsi byli reprezentanci Bośni i Hercegowiny. Szwajcarzy liczą na rewanż. Może jednak nie być o to łatwo. Rywale to solidna drużyna, która w barażach wyeliminowała Włochy.

23.35 **Kanał tajemnic** – film kryminalny, Francja/Belgia 2020, reż. Julien Zidi, 110 min FILM
W miasteczku Castelnaudary dochodzi do zbrodni. Sprawę badają policjantka z Paryża Izia Moreno oraz miejscowy funkcjonariusz Maxime Fabre.
1.25 **63. KFPP w Opolu – Kiedy mnie już nie będzie... W hołdzie Magdzie Umer i Agnieszce Osieckiej** (1) – koncert
2.30 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio LIVE
2.50 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy A: Meksyk – Korea Południowa LIVE
5.15 **Zakończenie**

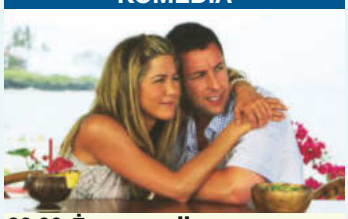
PIŁKA NOŻNA

17.50 Mistrzostwa świata 2026: mecz grupy A: Czechy – RPA LIVE

Nasi sąsiedzi w barażach udowodnili, że mają nerwy ze stali. Zarówno Irlandię, jak i Danię pokonali dopiero w serii rzutów karnych. Porażka Czechów w starciu z ekipą Bafana Bafana byłaby niespodzianką. W kadrze RPA próżno szukać gwiazd. Jej trzon stanowią Mamelodi Sundowns i Orlando Pirates.

20.05 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio LIVE
20.30 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (10) – teleturniej
21.00 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (10) – teleturniej
21.20 **Kocham Cię, Polsko!** (2) – program rozrywkowy
22.55 **Orange Warsaw Festival 2026** (3) – felieton, Polska 2026
23.30 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio LIVE
23.50 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy B: Kanada – Katar LIVE
2.30 **Kruk. Szepty słychać po zmroku** (3, 4) – serial kryminalny, Polska 2018
4.20 **Zakończenie**

KOMEDIA



20.00 Żona na niby – USA 2011, 145 min FILM

Chirurg plastyczny Danny spotyka piękną Palmer i traci dla niej głowę. Aby ją uwieść, ucieka się do pozornie niewinnego kłamstwa. Wkrótce sytuacja wymyka się spod kontroli. Danny, który udawał nieszczęśliwego męża, prosi swoją asystentkę Katherine, by odegrała rolę jego zołzowatej żony. Wspólny weekend na Hawajach odmienia ich życie.

22.25 **Nowożeńcy** – komedia romantyczna, USA/Niemcy 2003, reż. Shawn Levy, wyk. Ashton Kutcher, Brittany Murphy, Christian Kane, David Moscow, 135 min FILM
Sarah i Tom biorą ślub i ruszają do Europy. Trudno jest im się porozumieć. Tymczasem śladem świeżo upieczonej panny młodej podąża jej były chłopak.
0.40 **Gra dla dwojga** – komedia szpiegowska, USA/Niemcy 2009, reż. Tony Gilroy, wyk. Julia Roberts, Clive Owen, Paul Giamatti, Tom Wilkinson, 160 min FILM
3.20 **Nasz nowy dom** (365) – reality show

OBYCZAJOWY

20.15 Na Wspólnej (4231) – Polska 2026 player

Sąd uznaje Mariusza ojcem Alka, co cieszy Olę, ale mężczyzna martwi się wynikami badań guza. Julka budzi się po narkotykach i żąda od Leona kolejnej dawki. Gdy wraca do domu, Anka jest zaniepokojona jej stanem.

20.50 **Kuchenne rewolucje** (2) – program rozrywkowy
22.00 **Czarna owca** – komediodramat, Polska 2021, reż. Aleksander Pietrzak, wyk. Arkadiusz Jakubik, Magdalena Popławska, Kamil Szeptycki, Agata Różycka, 125 min FILM HIT DNIA
0.05 **Wieczór gier** – komedia, USA 2018, reż. John Francis Daley, wyk. Jason Bateman, Rachel McAdams, Kyle Chandler, Sharon Horgan, 135 min FILM
2.20 **Szpital św. Anny** (117) – serial obyczajowy, Polska 2026
3.20 **Uwaga!** – magazyn reporterów
3.40 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (22) – krym., USA 2012
4.45 **Nauka jazdy 5** (3) – pr. rozrywk.
5.10 **Recepta na stary dom 3** (13) – program rozrywkowy

P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB-T2

5.20 Ten moment (39) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 Szkoła (732-734) – serial paradokumentalny, Polska 2019
8.45 Ukryta prawda (1322, 1412, 1413) – serial paradokumentalny, Polska
11.55 W-11 – Wydział Śledczy (1051-1053): Śmiertelna osiemnastka; Śmierć taksówkarza; Oszust, fałszerz, defraudant – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
14.00 Detektywi (106) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
15.00 Szpital (752) – serial paradokumentalny, Polska 2018
16.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (488, 489): To dziecko Heńka; Zwyczajny, niezwyczajny – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
18.00 SOS Ekipy w akcji (2) – serial paradokumentalny, Polska 2018
19.00 Ukryta prawda (1513) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Związek Agaty i Bogdana przechodzi kryzys. Małżonkowie często się kłócą. Sytuacja pary komplikuje się jeszcze bardziej, kiedy kobieta zostaje zwolniona dyscyplinarnie z pracy.

TV PULS HD DVB-T2

6.00 Policjanci z Miami 2 (13, 14): Miami w całej krasie; Dla pieniędzy – serial kryminalny, USA 1985
8.00 Kobra – oddział specjalny (12, 13): Szefowa; Kod widmo – serial sensacyjny, Niemcy 2015
10.00 Maria z przedmieścia (23, 24) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (98) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
13.00 Wspaniałe stulecie (32) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 Kurierzy (17) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (506, 507) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy (18) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Roman przynosi list sąsiadkom, Marcie i jej córce Gosi. Matka z jakiegoś powodu nie chce odebrać przesyłki. Basia boi się o swoje bezpieczeństwo, ponieważ po mieście grasuje zabójca.
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (955, 956) – serial obyczajowy, Polska 2026
Simon prowadzi gabinet stomatologiczny bez uprawnień. Wdaje się w romanse z pacjentkami. W lombardzie Gołaszewska kupuje mu ekskluzywny zegarek.

PULS 2 HD DVB-T2

5.50 Ale numer! 19 (9) – pr. rozrywk.
6.25 Superthings: Kazoom Power (26, 1) – serial anim., Hiszp. 2024
6.40 Smerfy 2 (36) – serial anim.
6.55 Jeżyk i Przyjaciele (1, 12) – serial animowany, Polska 2023
7.30 Psi Patrol 8 (22) – serial anim.
7.50 Superkoty (1) – serial anim., USA
8.30 Myszka Miki: Frajdomek 2 (51) – serial anim., USA 2022
8.50 Masza i Niedźwiedź 3 (17, 18) – serial animowany, Rosja 2016
9.20 Bing 4 (3, 4) – serial animowany
9.35 Basia 2 (26) – serial anim., Polska
9.45 Basia (1) – serial anim., Pol. 2016
10.00 Jeżyk i Przyjaciele (11) – anim.
10.25 Spidey i superkumple 2 (30, 29) – serial anim., USA 2022
11.25 Gus. Mały – wielki rycerz (17, 18) – serial anim., Fr. 2021
11.55 Smerfy (142, 143) – serial anim.
13.00 Gumisie 6 (15, 14) – serial anim.
14.00 Kacze opowieści (49, 51) – serial animowany, USA 1987
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (11, 12) – anim.
16.00 Fineasz i Ferb 2 (23, 24) – serial animowany, USA 2007-2011
17.00 Marta mówi (1) – serial anim.
17.35 Superkoty (26) – serial anim.
18.00 Blue 2 (19, 20) – serial anim.
18.15 Bing 4 (3, 4) – serial animowany
18.45 Masza i Niedźwiedź 3 (17, 18) – serial animowany, Rosja 2016

NETFLIX

PÓJDZIESZ DO PIEKŁA

Kazuko Hosoki (Erika Toda) zasłynęła w Japonii mrocznymi przepowiedniami. Szybko podbiła telewizję i rynek wydawniczy. Karierę kobiety przyćmiły jednak oskarżenia o nieuczciwość.
▶biograf. (8 odc.), Japonia 2026

PRAWO LIDII POËT 3

W 1887 roku Enrico (Pier Luigi Pasino) przedstawia w parlamencie projekt ustawy Lidii (Matilda De Angelis). Niebawem Poët i prokurator Fourneau stają po przeciwnych stronach barykady.
▶biograf. (6 odc.), Włochy 2026

Reutter NA PROBLEMY GARDŁOWE DLA CAŁEJ RODZINY – DOBRY WYBÓR!

W APTEKACH I ZIELARNIACH

REKLAMA

20.00 Mayday – komedia, Polska 2020, 145 min
FILM
Taksówkarz Janek wiedzie szczęśliwe życie u boku Basi. Kobieta nie ma pojęcia, że ukochany nie tylko jej ślubował miłość i wierność. Ma drugą żonę, z którą prowadzi dom na obrzeżach miasta. Kruchą stabilizację bigamisty komplikuje wypadek samochodowy.

22.25 Księgowy – thriller, USA 2016, reż. Gavin O'Connor, wyk. Ben Affleck, Anna Kendrick, J.K. Simmons, Jon Bernthal, 155 min
FILM
Christian Wolff jest geniuszem matematycznym. Pracuje w biurze rachunkowym, ale tak naprawdę wykonuje zlecenia dla mafii. Gdy odkrywa prawdę o finansach pewnej firmy, ściąga na siebie niebezpieczeństwo.

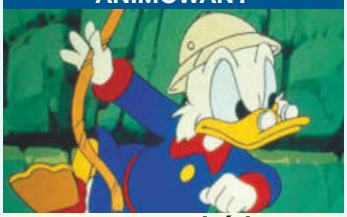
1.00 Przychodzi facet do lekarza – komedia, Francja/Belgia 2014, reż. Dany Boon, wyk. Dany Boon, Kad Merad, Alice Pol, Jean-Yves Berteloot, 140 min
FILM
3.20 Zgłoś remont 11 (2) – program rozrywkowy
4.15 Dorota was urządzi! (5) – program rozrywkowy

THRILLER

20.00 Wilcze echa – Francja 2019, 135 min
FILM
Łódź podwodna pod dowództwem Grandchampa zostaje oddelegowana na wybrzeże Syrii. Ekspert obsługujący sonar rejestruje dźwięk, który dochodzi z głębi morza. Nikt nie jest w stanie określić, co to za odgłos. Wkrótce okręt zostaje zaatakowany. Załodze udaje się ujść z życiem. Świat staje u progu wojny. Analityk Chanteraide nie może zapomnieć o zarejestrowanym wcześniej odgłosie. Odkrywa szokującą intrygę.

22.15 Jack Strong – film biograficzny, Polska 2013, reż. Władysław Pasikowski, wyk. Marcin Dorociński, Patrick Wilson, Maja Ostaszewska, Piotr Nerlewski, 165 min
FILM
1.00 Wolni strzelcy – dramat kryminalny, USA 2012, reż. Jessy Terrero, wyk. Curtis „50 Cent" Jackson, Forest Whitaker, Robert De Niro, Malcolm Goodwin, 115 min
FILM
2.55 Dzielnica strachu 9 (391): Lekarz z powołania – serial kryminalny, Polska 2025
3.55 Zobacz to! – pr. powtórkowe

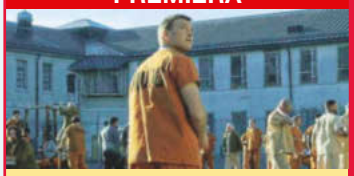
ANIMOWANY



19.00 Kacze opowieści (50, 52) – USA 1987
Zamożny skąpiec, Sknerus McKwacz, wraz ze swoimi siostrzeńcami przeżywa wiele ciekawych przygód. Krewni stawiają czoło odwiecznym wrogom bogacza, takim jak bezwzględny Granit Forsant i osławieni złodzieje – bracia Be.

20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (963) – serial obyczajowy, Polska 2026
21.00 Dzielnica strachu 9 (395, 396) – serial kryminalny, Polska 2025
23.00 Batalion Donbas – dramat wojenny, Ukraina 2019, reż. Iwan Tymczenko, wyk. Taras Kostanczuk, Serhij Detiuk, Anastasija Renard, 135 min
FILM
1.15 Lombard. Życie pod zastaw 12 (629) – serial obyczajowy, Polska 2023
2.15 Lombard. Życie pod zastaw 9 (469) – serial obycz., Polska 2021
3.15 Lombard. Życie pod zastaw 4 (177) – serial obycz., Polska 2019
4.10 Niesamowite! (13) – dok., Pol.
5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (490) – serial obyczajowy, Polska 2022

PREMIERA



ZA WSZELKĄ CENĘ

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

SAMCE ALFA 5

Grupa mężczyzn wciąż próbuje wskrzesić dawne ideały męskości. Łączy ich „Pakt szowinistów", czyli wspólne wypady z kumplami. Santi radykalizuje się jako singiel, Pedro (Fernando Gil) wchodzi w nowy związek, Luis (Fele Martínez) przeżywa rozwód, a Raúl (Raúl Tejón) gubi się w ideologicznych rozterkach.
▶serial kom. (6 odc.), Hiszp. 2026

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.05 FBI: Most Wanted 2 (5, 6) – serial krym.
7.35 Agenci NCIS: Hawaje 2 (5, 6) – serial kryminalny
9.25 Castle (7, 8) – serial kryminalny, USA 2009
11.25 MacGyver (13, 14) – serial akcji, USA 2016-2017
13.20 Agenci NCIS: Hawaje 2 (7, 8) – serial kryminalny
15.10 Agenci NCIS 19 (15, 16) – serial sensacyjny, USA 2022
17.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 2 (16, 17) – serial krym., USA/Kanada 2001
19.05 Castle (9, 10) – serial kryminalny, USA 2009

SENSACYJNY

21.05 Premiera: Agenci NCIS (18) – USA 2022
Porucznik marynarki wojennej zostaje oskarżona o usiłowanie zabójstwa męża. Kobieta nie pamięta jednak chwili ataku. Zespół przejmuje sprawę i odkrywa, że za zbrodnią kryje się spisek.
22.05 Agenci NCIS: Hawaje 2 (7) – krym.
22.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 2 (16, 17) – serial krym.
0.40 Castle (9, 10) – krym.
2.35 Agenci NCIS (18) – serial sensacyjny
3.30 FBI 2 (16) – krym., USA

TVP SERIALE

5.20 Rodzinka.pl (87, 88) – serial kom., Pol. 2013
6.25 Na sygnale (470, 471) – serial fab.-dokum.
7.30 Ojciec Mateusz 2 (20) – krym., Pol. 2009
8.30 Komisarz Alex (9) – serial krym., Polska
9.25 Rodzinka.pl (89)
10.00 Klan (1436, 1437)
10.55 Ranczo 7 (87, 88)
12.35 Komisarz Alex (10)
13.30 Ojciec Mateusz 29 (371, 372) – krym., Pol.
15.35 Komisarz Alex (11) – serial krym., Polska
16.25 Na sygnale (472, 473) – serial fab.-dokum.
17.35 Ranczo 7 (89, 90) – serial obycz., Polska
19.30 Ojciec Mateusz 29 (373) – krym., Pol. 2023

KRYMINALNY

20.30 Ojciec Mateusz 2 (21) – Polska 2009
Małgosia spada ze skutera. Pomaga jej Jacek, który zostaje potrącony przez samochód i ginie. Kierowca auta ucieka. Kilka miesięcy później w sprawę włącza się ksiądz.
21.30 Ranczo 7 (91) – serial obyczajowy, Pol. 2013
22.25 Ranczo 8 (92) – obycz.
23.25 Ojciec Mateusz 29 (374, 375) – krym., Pol.
1.20 PitBull (16, 17) – sens.
3.25 Gra z Cieniem (10) – serial krym., Polska
4.15 Klan (1436) – telen.
4.40 Pan Mama (9) – kom.

TVP KULTURA DVB-T2

9.00 Podróż za jeden uśmiech (2, 3)
10.15 Syzyfowe prace FILM – dramat obyczajowy, Polska 2000, 110 min
12.05 Zezem – serial kom.
12.35 Reżyserzy (2) – dok.
13.30 Kariera Nikodema Dyzmy (4) – obycz.
14.35 Dwa księżyce FILM – dramat obyczajowy, Polska 1993, 145 min
17.00 Podróż za jeden uśmiech (4, 5) – serial przygodowy, Pol. 1971
18.15 Dzień, w którym umarła gwiazda rocka – serial dokum.
18.55 Pan wzywał, milordzie? 3 (2)
20.00 Czwartkowy klub filmowy – mag. film.

DRAMAT OBYCZAJOWY

20.05 Bez znieczulenia FILM – Pol./Fr. 1978, 125 min
Życie Jerzego zamienia się w koszmar. Opuszcza go żona, a on sam wdaje się w bójkę z jej kochankiem. Ma też kłopoty w pracy. Pewnego dnia dochodzi do wybuchu w jego mieszkaniu.
22.10 Ronnie Wood – portret artysty
23.35 Biała odwaga FILM – dramat wojenny, Polska 2024, 125 min
1.40 Pod Mocnym Aniołem FILM – dramat obyczajowy, Polska 2014, 120 min

ALE KINO+ HD

6.30 Polska z góry 4 (1) – serial dok., Pol. 2019
7.00 The Hero – film krótkometraż.
7.40 Grzyby – thriller, FILM Polska 2023, 95 min
9.15 Wolna krowa – film krótkometraż.
10.00 Patience (3, 4) – serial kryminalny
12.05 Vera 2 (4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
14.00 Konwój – film FILM sensacyjny, USA 1978, reż. Sam Peckinpah, 145 min
16.25 Między światami FILM – dramat psychologiczny, USA 2010, 110 min
18.15 Vera 3 (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

DRAMAT OBYCZAJOWY

20.10 P! 20 000 gatunków pszczół FILM – Hiszpania 2023, 155 min
8-letnia Lucía, która przyszła na świat jako chłopiec, walczy o prawo do własnej tożsamości. Nie wszyscy ją rozumieją. Wsparcia udziela jej ciocia Lourdes.
22.45 Wind River. Na przeklętej ziemi FILM – thriller, Wielka Brytania/Kanada/USA 2017, reż. Taylor Sheridan, 130 min
0.55 Dream Scenario FILM – horror komediowy, USA 2023, 115 min

CANAL+ PREMIUM HD

10.30 Jutro będzie nasze FILM – komediodramat, Włochy 2023, 115 min
12.25 Łapu capu – pr. rozr.
12.30 LARP. Miłość, trolle i inne questy FILM – kom., Polska 2025, 95 min
14.05 To nie jest zagadka kryminalna (4) – serial krym., Belgia
15.00 Ostatni bój. Legenda 300 Spartan – film dokum., Francja 2025
15.55 Zgred – dram. obycz., FILM Pol. 2025, 85 min
17.20 Hollywood Buzz – magazyn filmowy
17.45 Łapu capu – pr. rozr.
17.50 The Holiday FILM – komedia romant., USA 2006, 130 min

THRILLER

20.00 P! Jeszcze jeden strzał FILM – Wielka Brytania/USA 2024, 100 min
Komandos Jake Harris wraz ze swoim oddziałem eskortuje Amina Mansura podejrzanego o terroryzm. Musi stawić czoło kompanom więźnia, którzy zamierzają go odbić.
21.40 Bridget Jones: Szalejąc za facetem FILM – komedia romant., Wlk. Bryt./Francja/USA 2025, 120 min
23.40 Potępiony – thriller, FILM USA 2007, reż. Scott Wiper, wyk. Steve Austin, 110 min

HBO HD

8.10 Eddie zwany Orłem FILM – film biograficzny, Wielka Brytania/Niem./USA 2016, 105 min
9.55 Światełko w tunelu FILM – komediodramat, USA 2024, 115 min
11.50 Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 1 FILM – film fantasy, USA 2011, 120 min
13.50 Le Mans '66 – dramat FILM biograficzny, USA/Francja 2019, 150 min
16.20 Pewny kandydat. Jak nie zostać prezydentem FILM – dramat biograf., Kan./USA 2018, 115 min
18.15 Król rozrywki FILM – musical, USA 2017, 105 min

DRAMAT OBYCZAJOWY

20.00 P! Lombard – USA 2024, 95 min
Amerykańska prowincja. Wdowa po żołnierzu zatraca się w nałogu alkoholowym. Szansą na normalne życie staje się dla niej praca w miejscowym lombardzie.
21.35 Drzewa milczą – film dokumentalny, Polska/Niemcy/Dania 2024
23.05 USA kontra reszta świata: Cztery lata z kadrą narodową (3) – serial dok., USA
0.10 Apolonia, Apolonia – film dokumentalny, Dania/Polska/Fr. 2022

AXN WHITE

8.30 Szpital nadziei 3 (11)
9.25 Detektyw Murdoch 12 (18) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
10.25 Blondynka (1) – obycz.
11.25 Agenci NCIS 15 (10-12)
14.10 Szpital nadziei 3 (12)
15.15 Zagadkowe święta FILM – dramat obyczajowy, USA 2022, 115 min
17.10 Miłość w pakiecie na święta FILM – kom. romant., Wlk. Bryt. 2023, 110 min
19.00 Dr House 2 (18) – obycz.
20.00 Dowody zbrodni (2, 3)
21.55 Unforgettable: Zapisane w pamięci 4 (2) – krym.
22.55 Agenci NCIS 15 (10-12)
1.25 Dowody zbrodni (2, 3)

AXN BLACK

8.40 Zagadki z przeszłości (11) – przyg., Fr./Niem./Kan.
9.50 Gwiezdne wrota 2 (2-4)
12.50 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 3 (18) – sens., USA
13.50 Renegat 4 (19) – sens.
14.50 Drużyna A 2 (9) – sens.
15.50 Nieustraszony (1) – sens.
16.55 Zagadki z przeszłości (12) – przyg., Fr./Niem./Kan.
17.55 Gwiezdne wrota 2 (5-7)
21.00 Jeszcze większe dzieci FILM – kom., USA 2013, 125 min
23.05 Resident Evil: Ostatni rozdział FILM – horror, Wlk. Bryt./Fr./USA 2016, 115 min
1.00 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 3 (18) – sens., USA

WARNER TV

9.30 Bajer z Bel-Air 4 (2, 3)
10.30 Prawo Agaty (14) – obycz.
11.25 Pełna chata 7 (3, 4) – kom.
12.30 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 9 (21, 22) – sens.
14.20 Bajer z Bel-Air 4 (2-5)
16.20 Pełna chata 7 (3-6) – kom.
18.20 Jackie Chan: Pierwsze uderzenie FILM – film sensacyjny, USA/Hongkong/Ukraina 1996, 95 min
19.55 Facet z ogłoszenia FILM – komedia romantyczna, USA 2005, 125 min
22.00 Duch – horror, USA 1982, FILM reż. Tobe Hooper, 135 min
0.15 Cela – thriller, Niemcy/USA 2000, 125 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 Gliniarze (41-43) – serial paradokum., Polska 2016
9.00 48h. Zaginieni (177-180) – serial kryminalny, Polska
13.00 Kowalscy kontra Kowalscy (33-36) – obycz.
15.00 Świat według Kiepskich (321, 322, 324, 325) – kom.
17.00 Columbo 9 (3) – serial kryminalny, USA 1990
19.00 Columbo (1) – serial krym.
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (88-90) – serial krym., USA/Kanada
23.45 Ślad (3-5) – serial krym.
2.45 Święty (268, 269) – kom.
4.00 48h. Zaginieni (61, 62) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.00 Łapu capu – pr. rozrywk.
6.05 Pan Tadeusz – kostium., FILM Pol./Francja 1999, 150 min
8.35 Kung Fu Panda – anim., FILM USA/Wlk. Bryt. 2008, 90 min
10.05 Łapu capu – pr. rozrywk.
10.10 Gorzko – film krótkometr.
10.40 Królowa chmur – film FILM obycz., Polska 2003, 80 min
12.00 Saga „Zmierzch": Zaćmienie FILM – film fantasy, USA 2010, 120 min
14.00 Moje pieczone kurczaki FILM – film obyczajowy, Polska 2002, 65 min
15.05 Charlie Chaplin: duch włóczęgi – film dok., 2024
16.35 Ultimatum Bourne'a FILM – film sensacyjny, USA/Niemcy 2007, 110 min
18.25 Peacock – thriller, USA FILM 2010, reż. Michael Lander, wyk. Cillian Murphy, 90 min
19.55 Łapu capu – pr. rozrywk.
20.00 Wojna o przetrwanie FILM – horror, Australia 2025, reż. Luke Sparke, wyk. Ryan Kwanten, 130 min
22.10 Droga do Vermiglio FILM – dramat hist., Włochy/Francja/Bel. 2024, 115 min
0.05 Egzorcyzm – horror, USA FILM 2024, 95 min
1.40 Ludzie – dramat wojenny, FILM Polska 2023, 120 min
3.40 Siła oporu – krótkometraż.
4.10 Imago – dramat biograf., FILM Polska 2023, 110 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 Karl Lagerfeld. Objawienie (3) – serial dokumentalny, Fr. 2023
10.40 Hollywood Buzz – magazyn filmowy
11.10 Naruto (14-16) – serial anime, Japonia 2003
12.40 Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć (4-6) – serial komediowy, Francja 2022
14.30 Premierowa jazda (4) – magazyn
14.50 Byłem królem (4) – serial dokum., Polska 2022-2025
16.30 Cat's Eyes (3, 4) – serial przygodowy, Francja 2024
18.35 Łapu capu Extra (144) – program rozrywkowy
18.40 Captain Tsubasa (7-9) – serial anime, Japonia 2018
20.00 Para z sąsiedztwa (5, 6) – serial obyczajowy, Wielka Brytania 2023
21.40 Łapu capu Extra (141) – program rozrywkowy
22.00 Yellowjackets (1, 2) – serial grozy, USA 2021
23.55 Kiedy ślub? (5, 6) – serial komediowy, Polska 2024
1.40 Sortownia (3, 4) – serial psychologiczny, Polska 2023
3.20 Luis Enrique: Nie macie k** pojęcia** (1-3) – serial dokumentalny, Hiszp. 2024
5.40 Premierowa jazda (1) – magazyn

CANAL+ 360 HD

8.00 Grip – w świecie supersamochodów (2)
9.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (6) – serial dok., Niem. 2023
10.00 Co poszło nie tak (5)
11.00 Born Racers. Młodzi i szybcy (2) – serial dokum.
12.10 Wolne duchy. Starcie z żywiołami (2) – dok.
13.00 Nieczysta gra: Skandal w biathlonie (2) – dok.
14.00 Wykrywacz historii (4)
15.00 Co poszło nie tak 2 (3)
16.00 Supersamoloty bojowe (6) – serial dokumentalny
17.00 Zholowani: ciężarówki w opałach 8 (8) – dok.
18.00 Porzucone konstrukcje 4 (13) – dok.
18.55 Wykrywacz historii (3)
19.50 Zholowani: ciężarówki w opałach 8 (9) – dok.
20.50 Koleją przez świat 3 (2)
21.55 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (1) – serial dok., Niem. 2023
22.55 Supersamoloty bojowe (4) – serial dokumentalny
0.00 Luis Enrique: Nie macie k** pojęcia** (2) – dok.
0.55 Pokonani (3) – serial krym.
2.00 To jest żużel (15) – dok.
2.45 Polowanie na Hitlera (4)
3.45 Pogotowie remontowe Wieśka 4 (11, 12) – mag.

HBO 2 HD

12.45 Harry Potter i Czara Ognia FILM – film przyg., USA/Wlk. Bryt. 2005, 150 min
15.15 Materialiści – komedia FILM romantyczna, USA/Finlandia 2025, 115 min
17.10 Marsjanin – film s.f., FILM USA/Wielka Brytania/Jordania 2015, 140 min
19.30 Blue Valentine FILM – melodramat, USA 2010, 110 min
21.20 Nóż w nocnej ciszy FILM – horror komediowy, USA/Wlk. Bryt./Kan. 2023, 85 min
22.45 Stamtąd 4 (6)
23.35 Ród smoka 2 (8) – fantasy
0.40 Królowe podziemia (4)

HBO 3 HD

13.30 Hutnik szkła – film anim., FILM Pakistan/USA 2024, 100 min
15.10 Rodzina Potwornickich FILM – komedia, USA/Węgry 2022, 110 min
17.00 Noe: Wybrany przez Boga FILM – dramat przygodowy, 2014, 135 min
19.15 Niepewne 4 (1, 2) – kom.
20.15 The Last of Us 2 (5)
21.00 Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13 (15)
21.45 The Pitt (10) – serial obycz.
22.40 G20 – film sensacyjny, FILM USA 2025, 110 min
0.30 Stevie Van Zandt: Apostoł – film dok., 2024

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (109-111) – dok., Pol.
7.30 **Doktor Martin** (20) – serial obyczajowy
8.30 **Przyjaciółki** (295, 296) – obycz., Pol.
10.25 **Świat według Kiepskich** (141, 142, 207, 208, 149) – serial komediowy, Polska
13.45 FILM **Mój przyjaciel szpieg** – komedia sensacyjna, USA 2020, 130 min
15.55 FILM **Klik: I robisz, co chcesz** – komedia, USA 2006, reż. Frank Coraci, 140 min
18.15 P! FILM **Kolory ognia** – dramat historyczny, Fr./Bel. 2022, 165 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Pingwiny z Madagaskaru 3** (6, 7) – serial animowany, USA 2012
7.00 **Dwóch i pół 2** (23, 24) – serial komediowy, USA 2004
7.55 **Dwóch i pół 3** (1, 2) – serial komediowy, USA 2005
8.55 **Przyjaciele 3** (21-25) – kom., USA 1996-1997
11.25 **Przyjaciele 4** (1) – kom., USA 1997-1998
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 3** (10-15) – serial komediowy
14.30 **Dwóch i pół 3** (3-6) – serial komediowy
16.30 **Przyjaciele 4** (2-7) – serial komediowy, USA 1997-1998

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (760) – serial paradokum.
6.00 **Top 100: filmy wszech czasów** (5)
6.30 **Alfabet filmowy** (8)
6.45 **Zakochani po uszy** (61, 62) – telen., Polska
7.45 **Detektywi** (21-24)
9.50 **Prawo Agaty 2** (11)
10.55 **Szpital św. Anny** (77)
11.55 **Miłość czy pomyłka?** (7, 8)
13.55 **Prawo Agaty 2** (10)
14.55 **Detektywi** – fab.-dok.
16.00 **Po drugiej stronie kamery** (5) – dok., Pol.
17.05 **Seriaale Top 5** (25)
17.15 FILM **Alvin i wiewiórki 3** – film familijny, USA 2011, 105 min
19.00 **Szpital św. Anny** (56) – serial obycz., Polska

13 ULICA

6.20 **Balthazar 4** (1, 2) – serial kryminalny, Fr.
8.30 **Grace 2** (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
10.30 **Chicago P.D. 10** (14, 15) – serial kryminalny, USA 2022
12.20 **Magnum: Detektyw z Hawajów 4** (7, 8) – serial sensacyjny, USA 2021-2022
14.10 **Balthazar 4** (3, 4) – serial kryminalny, Fr.
16.25 **Grace 3** (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
18.20 **Chicago P.D. 10** (16, 17) – serial kryminalny, USA 2022
20.10 **Magnum: Detektyw z Hawajów 4** (9, 10) – serial sensacyjny, USA 2021-2022

KINO POLSKA

6.25 **Nowy kabaretowy rejs 5** (2) – pr. rozrywk.
7.10 **Moja** – krótkometraż.
7.30 **Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 3** (7) – dok.
8.00 FILM **Żegnaj, Ameryko!** – film obycz., Niemcy/Polska 1994, 110 min
9.50 FILM **Basia sama w domu** – komedia, 2021, reż. Marek Rębacz, 120 min
11.50 FILM **Papierowe małżeństwo** – kom. obycz., Polska/Wlk. Bryt. 1991, 115 min
13.45 FILM **Noce i dnie** (1/2, 2-ost.) – film obycz., 1975, 245 min
17.50 **Pogranicze w ogniu** (17, 18) – serial sens.

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Kabaretowe hity** (1)
6.50 **Złoty interes** (1)
7.45 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
8.55 **Robert Makłowicz** (123, 153) – mag. kulin.
10.40 **Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2** (8) – magazyn kulin.
10.55 **Górski lekarz** (6, 7) – obycz., Niem./Austria
13.00 **Katastrofy w przestworzach** (5, 2) – serial dok., Kan.
16.00 **MacGyver 3** (12, 13) – sens., USA/Kan. 1988
18.00 **Wojny magazynowe: Kanada 2** (29, 30) – reality show
19.10 **Aukcja w ciemno** (14, 15) – serial dokum.

KOMEDIA ROMANT.

21.00 FILM **Szczęścia chodzą parami** – Polska 2022, 125 min

Bruno jest cenionym terapeutą par. Już jako nastolatek ocalił małżeństwo swoich rodziców. Sam nie ma szczęścia w miłości. Wkrótce traci głowę dla Malwiny.

23.05 FILM **Bad Boys for Life** – komedia sensacyjna, USA/Meksyk 2020, reż. Bilall Fallah, 160 min
1.45 **Ślad** (107, 22, 23) – serial kryminalny, Pol.
4.45 **Na ratunek 112** (842, 843) – serial paradokum., Pol. 2023

KOMEDIOWY

19.30 **Teoria wielkiego podrywu 3** (16-21)

Sheldon może osobiście poznać Stana Lee – legendarnego twórcę komiksów. Niestety, z powodu Penny dostał mandat i w tym czasie musi się stawić w sądzie.

22.00 **The Office PL 4** (5, 6) – serial kom., Pol. 2024
23.05 **Comedy Club 2** (7, 8)
0.05 **Miasteczko South Park 25** (6)
0.30 **Miasteczko South Park 27** (1)
1.00 **Pracoholicy** (3, 4)
2.00 **Śmieszniej nie będzie 5** (7, 8) – rozr.

MUZYCZNY

20.00 FILM **Narodziny gwiazdy** – USA 2018, 175 min

Jackson, gwiazdor country, zmaga się z uzależnieniem, utratą słuchu i kryzysem twórczym. Trafia do klubu, gdzie występuje Ally. Postanawia pomóc jej w karierze.

22.55 FILM **Imprezowi rodzice** – komedia, USA 2019, reż. Fred Wolf, 115 min
0.50 FILM **Ciche miejsce 2** – horror, USA 2020, 125 min
2.55 **Dziewczyny z Hollywood** (5)
3.05 **Szkoła** (732) – serial paradokum.

SENSACYJNY

22.00 **Kobra – oddział specjalny** (1, 2) – Niemcy 2021

Vicky i Semir prowadzą śledztwo w sprawie gwałtu, którego ofiarą jest Helbig. Kobieta ma coś na sumieniu. Gdy przyznaje się do morderstwa, sprawa się komplikuje.

0.00 **Chicago P.D. 13** (21) – serial kryminalny, USA 2025
0.55 **Grace 3** (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2023
2.50 **Balthazar 4** (2-4) – serial kryminalny, Francja 2022

DRAMAT KRYMINALNY

20.00 FILM **Lokatorka** – 2021, 150 min

Nowy właściciel kamienicy brutalnie zmusza lokatorów do wyprowadzki. Janina, która nie ulega presji, pewnego dnia znika. Sprawę bada komisarz Anna Szerucka.

22.30 FILM **Kamerdyner** – dram. hist., 2018, 185 min
1.35 FILM **Wygrany** – dramat obyczajowy, Polska/USA/Szwajcaria 2011, 165 min
4.20 **Obłoki śmierci. Bolimów 1915** – dokument fabularyzowany, 2020

DRAMAT SENSACYJNY

20.00 FILM **Ognisty podmuch** – USA 1991, 170 min

Bracia Stephen i Brian są strażakami w Chicago. W ich mieście wybucha seria pożarów. Ogień podkłada ktoś, kto bardzo dobrze zna system pracy tych służb.

22.50 FILM **Zaginiona dziewczyna** – thriller, USA 2014, reż. David Fincher, wyk. Ben Affleck, 185 min
1.55 FILM **Ziemia obiecana** – dramat obyczajowy, Polska 1974, 230 min
5.45 FILM **Zakalec** – dramat obycz., Polska, 15 min

CINEMAX HD

12.10 **Transformers 3** – film s.f., USA 2011, 155 min
14.45 FILM **Najdzielniejsza** – film obyczajowy, 2025, 100 min
16.25 FILM **Duma i uprzedzenie** – musical, USA/Wielka Brytania/Indie 2004, reż. Gurinder Chadha, 110 min
18.15 FILM **Nic do oclenia** – komedia, Francja 2010, 105 min
20.00 **Fargo 3** (1, 2) – serial krym.
22.00 FILM **Pewnego razu... w Hollywood** – komediodramat, USA/Wlk. Bryt./Chiny 2019, 160 min
0.40 FILM **The Grudge – Klątwa** – horror, 2004, 95 min
2.15 **Fargo 3** (1, 2) – serial krym.

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 **Święty** (7, 8) – kom., Pol.
14.25 **Spadkobiercy 3** (1) – rozr.
15.25 **Co ludzie powiedzą? 3** (5) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 **Jedną nogą w grobie 6** (6) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 **Czarna Żmija** (6) – kom.
17.35 **Bob kocha Abisholę 5** (7-9) – serial komediowy
19.00 **Dwóch i pół 2** (23, 24)
20.00 **Dwóch i pół 3** (1, 2)
21.00 **Świat według Kiepskich** (3-5) – serial kom., Pol. 2021
22.30 **Co ludzie powiedzą? 3** (6) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 **Jedną nogą w grobie** (1) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 **Czarna Żmija 2** (1) – kom.

SCI FI

6.00 **Sanktuarium: Opowieść czarownicy** (7) – krym.
7.00 **Kroniki Spiderwick** (2-4)
10.00 **Bibliotekarze 3** (9, 10)
11.50 **Czarodziejki 8** (15, 16)
13.40 **Grimm 5** (13, 14) – fantasy
15.30 **Bibliotekarze 4** (1, 2)
17.20 **Czarodziejki 8** (17, 18) – serial fantasy, USA 2006
19.10 **Grimm 5** (15, 16) – fantasy
21.00 **iZombie 3** (13)
22.00 **iZombie 4** (1-3)
1.00 FILM **Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu** – film fantasy, 2009, 170 min
3.50 **Czarodziejki 8** (18)
4.55 **Sanktuarium: Opowieść czarownicy** (7) – krym.

FX HD

9.00 **Z archiwum X** (7) – s.f.
10.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (9, 10) – serial krym.
11.50 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (18, 19)
13.45 **Agenci NCIS** (18, 19)
15.35 **SkyMed** (9) – obycz., Kan.
16.30 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (11, 12) – krym.
18.20 **Z archiwum X** (8) – s.f.
19.15 **FBI 3** (10) – serial krym.
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (20, 21)
22.00 **Paradise** (6) – serial krym.
23.00 **Z archiwum X** (8) – s.f.
0.00 **Tropiciel** (18) – serial krym.
1.00 **FBI 3** (10) – serial krym.
1.55 **Agenci NCIS** (19) – sens.

KINO TV HD

8.35 **Zagadki kryminalne panny Fisher** (11, 12)
11.00 **Panna Scarlet i komisarz 2** (1, 2) – krym.
13.10 **Poirot** (2) – serial krym.
15.15 **Zagadki kryminalne panny Fisher** (13) – krym.
16.40 **Zagadki kryminalne panny Fisher 2** (1) – krym.
17.50 **Panna Scarlet i komisarz 2** (3, 4) – krym.
20.00 FILM **Za linią wroga** – film sensacyjny, 2001, 130 min
22.10 FILM **Mechanik: Prawo zemsty** – film sensacyjny, USA 2011, 115 min
0.05 FILM **Strażnik czasu** – thriller s.f., USA/Jap. 1994, 120 min

ROMANCE TV HD

14.15 FILM **Hotel Barcelona** (1, 2) – dramat obyczajowy, Niemcy 2023, 225 min
18.00 **Stadnina w Piber** (8)
19.00 **Górski lekarz** (122) – obycz., Niemcy/Austria
20.00 FILM **Inga Lindström: Śmiertelny wróg** – film obyczajowy, Niemcy 2024, reż. Julia Peters, 115 min
21.55 FILM **Toni – akuszer. Klasa dla siebie** – kom. romant., Niemcy 2023, 115 min
23.50 **Górski lekarz** (122) – obycz., Niemcy/Austria
0.45 FILM **Inga Lindström: Śmiertelny wróg** – film obycz., 2024, 115 min

CINEMAX 2 HD

13.15 FILM **Wróbel w kominie** – film obyczajowy, 2024, 120 min
15.15 FILM **Wielkie ziewnięcie historii** – dramat obycz., Iran 2024, 95 min
16.50 FILM **Dziewięć królowych** – dramat kryminalny, Argentyna 2000, 115 min
18.45 FILM **Władcy umysłów** – thriller, USA 2011, 105 min
20.30 FILM **Podziemny krąg** – dramat psychologiczny, Niemcy/USA 1999, 140 min
22.50 FILM **Sekretarka** – komediodramat, USA 2002, 110 min
0.40 FILM **Charlie** – dramat obyczajowy, 2012, 105 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

6.00 **Agenci NCIS 17** (1, 2) – serial kryminalny, USA
7.35 **Lekarze na start** (3, 4)
9.05 **Poirot 4** (3) – serial krym.
11.20 **Zatraceni w miłości** (5, 6)
13.25 **Agenci NCIS 17** (3, 4)
15.10 **Lekarze na start** (5, 6)
16.45 **Poirot 5** (1, 2) – serial krym.
19.00 **Zatraceni w miłości** (7, 8)
21.00 **Detektyw Murdoch 19** (1) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
21.55 **Próba niewinności** (4)
22.55 **Poirot 12** (2) – serial krym.
0.55 **Zatraceni w miłości** (7, 8)
2.30 **Detektyw Murdoch 19** (1) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
3.15 **Próba niewinności** (4)
4.05 **Poirot 12** (2) – serial krym.

NOVELAS+ HD

10.00 **Cud miłości** (16) – telen.
11.00 **Otchłań namiętności** (101) – telen., Meksyk 2012
12.00 **Za wszelką cenę** (71)
13.00 **List pożegnalny** (76)
14.00 **Historia Juany** (28, 29)
16.00 **Róże i grzechy** (1) – telen.
17.00 **Za wszelką cenę** (72)
18.00 **Otchłań namiętności** (102) – telen., Meksyk 2012
19.00 **Macocha** (11) – telenowela
20.00 **Cud miłości** (17) – telen.
21.00 **Historia Juany** (29)
22.00 **Róże i grzechy** (1) – telen.
23.00 **Za wszelką cenę** (72)
0.01 **Otchłań namiętności** (102) – telen., Meksyk 2012
1.00 **Macocha** (11) – telenowela

FX COMEDY HD

10.10 **Diabli nadali 7** (12-15)
12.00 **Jim wie lepiej 6** (5, 6)
13.00 **Sposób użycia 5** (1, 2)
14.00 **Wszyscy kochają Raymonda 3** (19-22)
16.00 **Simpsonowie 35** (2, 7, 4, 9)
18.00 **Jak poznałem waszą matkę 9** (19-21) – kom.
19.30 **Współczesna rodzina 5** (22-24) – serial komediowy
21.00 **Family Guy: Głowa rodziny 23** (3, 5)
22.00 FILM **Epoka lodowcowa 2: Odwilż** – film animowany, 2006, 100 min
23.40 **Genialna Morgane 2** (1, 2) – serial kryminalny, Fr.

FILMBOX PREMIUM HD

12.00 FILM **Pan Pip** – dramat obyczajowy, 2012, 125 min
14.05 FILM **Zwyciężczyni z Ohio** – dramat biograficzny, USA 2005, 110 min
15.55 FILM **Autor widmo** – thriller, Francja/Niemcy/Wielka Brytania 2010, 140 min
18.15 FILM **Dobrze się kłamie w miłym towarzystwie** – komediodramat, Włochy 2016, 105 min
20.00 FILM **Tajemnica Trójcy** – western, USA 2024, reż. Richard Gray, wyk. Pierce Brosnan, 110 min
21.50 **Dynastia Tudorów** (5-7) – hist., Kanada/Irlandia/USA

PARAMOUNT NETWORK HD

11.00 FILM **Żony ze Stepford** – kom. s.f., 2004, 120 min
13.00 **Czarodziejki 2** (5, 6) – serial fantasy, USA 1999
15.00 FILM **Krokodyl Dundee** – komedia przygodowa, Australia 1986, 125 min
17.05 FILM **Polowanie na „Czerwony Październik"** – film sensacyjny, 1990, 175 min
20.00 FILM **xXx: Reaktywacja** – film sensacyjny, Chiny/Kanada/USA 2017, 140 min
22.20 FILM **Ciche miejsce** – horror, USA 2018, 100 min
0.00 FILM **Uprowadzona** – film sens., Francja 2008, 120 min

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

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
- 9.30 **Kolarstwo kobiet:** Tour de Suisse – 1. etap
- 10.05 LIVE **Kolarstwo kobiet:** Tour de Suisse – 2. etap
- 12.30 **Cycling Show** – magazyn sportowy
- 13.00 **Kolarstwo:** Wyścig dookoła Słowenii – 1. etap
- 13.30 LIVE **Kolarstwo:** Wyścig dookoła Słowenii – 2. etap
- 15.45 LIVE **Kolarstwo:** Tour de Suisse – 2. etap
- 18.00 **Kolarstwo kobiet:** Tour de Suisse – 2. etap
- 18.30 **Kolarstwo:** Wyścig dookoła Słowenii – 2. etap

POLSAT SPORT 1 HD
- 6.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Bułgaria – Polska
- 9.00 **Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski
- 10.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Bułgaria – Polska
- 11.00 LIVE **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – studio
- 11.45 LIVE **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Ukraina – Polska
- 14.45 LIVE **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Belgia – Brazylia
- 18.15 LIVE **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Turcja – Francja

Faworytkami spotkania są wicemistrzynie świata z Turcji.

CANAL+ SPORT HD
- 6.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lechia Gdańsk – Górnik Zabrze
- 8.20 **Premier League Stories** (45) – mag.
- 9.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – CD Alaves
- 11.15 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Mallorca – CA Osasuna
- 13.30 **Prawo derbów** (3, 4) – serial dok., Pol. 2024
- 15.10 **Premier League Stories** (45) – mag.
- 15.45 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – CD Alaves
- 18.00 **Wisła Cupiała** (4) – serial dok., Pol. 2025
- 19.00 **Franz** (6) – dok., Pol.

TVP SPORT HD DVB T2
- 3.35 LIVE **Piłka nożna:** MŚ 2026 – mecz grupy K: Uzbekistan – Kolumbia
- 6.40 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – mecz grupy K: Portugalia – DR Konga
- 9.00 **Mundialowy poranek** (7) – mag.
- 10.30 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – mecz grupy L: Anglia – Chorwacja
- 12.40 **Mundial 2026 – Legendy miejskie** (1) – cykl reportaży
- 13.15 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – mecz grupy K: Uzbekistan – Kolumbia
- 15.30 **Dzień na mundialu** (7) – magazyn piłkarski
- 17.00 LIVE **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026: Czechy – RPA

ELEVEN SPORTS 1 HD
- 6.00 **LaLiga Best 11** – magazyn piłkarski
- 8.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: FC Bayern Monachium – FC St. Pauli
- 10.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – RCD Mallorca
- 12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – AC Milan
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: FC Bayern Monachium – SC Freiburg
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – SS Lazio

DISCOVERY CHANNEL HD
- 7.00 **Budowa na końcu świata** – serial dok.
- 8.00 **Gorączka złota: zapomniane kopalnie** – dok., USA
- 9.00 **Gorączka złota: rzeka skarbów 6**
- 10.00 **Klan z Alaski** – dok.
- 11.00 **Przetrwać nad Jukonem** – serial dok.
- 12.00 **Fani czterech kółek 16** – serial dok.
- 13.00 **Nagi instynkt przetrwania: Elita**
- 15.00 **Złomowisko PL 5** (8)
- 16.00 **Gorączka złota 16**
- 17.00 **Nic do zgłoszenia** (2) – serial dok., Pol. 2021
- 18.00 **Bracia Collins biorą się do roboty** (1)
- 19.00 **Nagi instynkt przetrwania 11**

20

WSPINACZKA

- 19.30 LIVE **Zawody World Series w Innsbrucku** – bouldering kobiet – finały

Od początku sezonu wysoką formę w tej konkurencji prezentuje m.in. Erin McNeice.

- 21.30 **Kolarstwo:** Tour de Suisse – 2. etap
- 23.00 **Szermierka:** ME – Antony 2026 – 3. dzień
- 1.00 **Kolarstwo:** Wyścig dookoła Słowenii – 2. etap
- 1.30 **Kolarstwo:** Tour de Suisse – 2. etap

SIATKOWKA KOBIET

- 21.00 **Liga Narodów:** Ukraina – Polska

W drugim spotkaniu w Bangkoku podopieczne Stafano Lavariniego zmierzą się z ekipą, którą pokonały w czterech ostatnich meczach.

- 23.00 **Siatkówka kobiet:** LN: Bułgaria – Polska
- 1.00 **Boks:** Babilon Boxing Show w Chojnicach: P. Stępień – S. Chusanow 20.09.2024
- 5.00 **Motocyklowe Mistrzostwa Świata:** Grand Prix Węgier – podsumowanie

MAGAZYN PIŁKARSKI

- 19.45 **Premier League Stories** (45)

Historie piłkarzy, trenerów, zespołów, a także sędziów jednej z największych lig na świecie.

- 20.20 **Boks:** Gala w El Paso – waga lekka: S. Han – H. Holm
- 22.30 **Speedway+** – mag.
- 23.00 **Bez gardy. Magazyn KSW** – magazyn sportów walki
- 0.45 **Premier League Review** – mag.
- 2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Cracovia – Lech Poznań

PIŁKA NOŻNA

- 20.50 LIVE **Mistrzostwa świata 2026** – mecz grupy B: Szwajcaria – Bośnia i Hercegowina

Ekipa z Półwyspu Bałkańskiego w finale europejskich barażów pozbawiła szans na wyjazd na mundial Włochów. Jak poradzi sobie z Helwetami?

- 23.50 LIVE **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy B: Kanada – Katar
- 2.50 LIVE **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy A: Meksyk – Korea Płd.

PIŁKA NOŻNA

- 18.00 **Liga hiszpańska** – mecz: FC Barcelona – Real Oviedo

Blaugrana spróbuje nawiązać do wyniku z rundy jesiennej, kiedy łatwo rozprawiła się z beniaminkiem 3:1.

- 20.00 **Made in Italy** (10, 7)
- 20.40 **Formuła 1:** Grand Prix Barcelony-Katalonii
- 22.40 **Bundesliga Special** (1, 20) – mag. piłkarski
- 0.00 **Bundesliga Original Series** (1, 2)
- 1.20 **Bundesliga Special**
- 2.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Cremonese – Juventus

DOKUMENTALNY

- 21.00 **Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5** (1)

Freddy i Juan pomagają górnikowi z Jukonu w poszukiwaniu złota na ogromnym obszarze 288 działek o łącznej powierzchni wynoszącej aż 2,4 tysiąca hektarów.

- 23.00 **Akta ekspedycji 2**
- 0.00 **Od samochodu do domu** – mag.
- 1.00 **Hot rod wg Kindiga** (6) – serial dok., USA
- 2.00 **Militaria na warsztat 5** (7)
- 3.00 **Królowie asfaltu 11** (2) – reality show

EUROSPORT 2 HD
- 11.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze – prowadzenie – finały
- 13.00 **FIM World Endurance Championship:** Wyścig 8-godzinny w Spa-Francorchamps
- 16.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze
- 17.15 **Szermierka:** ME – Antony 2026 – 2. dzień
- 19.15 LIVE **Szermierka:** ME – Antony 2026 – 3. dzień
- 21.30 **Snooker:** Turniej World Open – mecz finałowy
- 23.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Innsbrucku – bouldering kobiet – finały

POLSAT SPORT 2 HD
- 6.00 **Tenis:** Turniej ATP w Halle – mecz 2. rundy
- 8.30 **Tenis:** Turniej ATP w Halle – mecz 2. rundy
- 11.30 LIVE **Tenis:** Turniej ATP w Halle – mecz 2. rundy
- 13.30 LIVE **Tenis:** Turniej ATP w Halle – mecz 2. rundy
- 15.30 LIVE **Tenis:** Turniej ATP w Halle – mecz 2. rundy
- 17.30 LIVE **Tenis:** Turniej ATP w Halle – mecz 2. rundy
- 20.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- 22.30 **Siatkówka kobiet:** LN
- 1.00 **Sporty walki:** FEN 52 w Ostrowie Wielkopolskim: M. Łazarz – B. Szewczyk

CANAL+ SPORT 2 HD
- 11.00 **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – mecz 2. rundy
- 13.00 LIVE **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – mecz 2. rundy
- 15.30 LIVE **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – mecz 2. rundy
- 17.30 LIVE **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – mecz 2. rundy
- 19.45 **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – mecz 2. rundy
- 22.00 **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – mecz 2. rundy
- 0.15 **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – mecz 2. rundy
- 2.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Jagiellonia Białystok – Lech Poznań

EXTREME CHANNEL HD
- 10.00 **RaceMAX Motorsports 4**
- 11.00 **X Games – Oslo** (6)
- 12.00 **Nitro Circus: Crazy Train**
- 13.00 **Action Sports World** (12)
- 14.00 **WWE Classic Gold**
- 15.45 **WWE Highlights** (79)
- 16.10 **WWE Classic Gold** (61)
- 16.25 **WWE Highlights** (9)
- 17.00 **KPW Kombat TV** (4)
- 18.00 **New Japan Wrestling – Highlights** (30)
- 18.45 **WWE Classic Gold** (66)
- 19.00 **WWE Highlights** (49)
- 19.30 **WWE Classic Gold** (4)
- 20.00 **AEW Collision 2** (2624)
- 22.00 **PTW Wrestling** (24)
- 1.00 **WWE Highlights** (81)
- 2.00 **RaceMAX Motorsports 4**

ELEVEN SPORTS 2 HD
- 12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Union – Bayern
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Hellas – Inter
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – Bayer
- 18.00 **Bundesliga Special** (21)
- 19.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – Fiorentina
- 21.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Atletico Madryt
- 23.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (3, 4) – mag.
- 0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Olympique Lyon – PSG

DISCOVERY LIFE HD
- 7.15 **Nowa Maja w ogrodzie 5** (23, 24)
- 8.15 **Szpital** (503, 504)
- 10.15 **Nowa Maja w ogrodzie 5** (20, 21)
- 11.15 **Idealna niania** (10, 11)
- 12.45 **Klinika bez tajemnic**
- 14.45 **Szpital** (502, 503)
- 16.45 **Idealna niania** (9-12)
- 19.45 **Klinika naturalnego piękna** (10, 1, 2)
- 21.15 **Wycieczkowiec** (3)
- 22.15 **Najgroźniejsza sekta Ameryki** (2) – serial dok.
- 23.40 **Nie do uwierzenia!** (1)
- 0.40 **Sekrety lekarzy** (1)
- 1.40 **Eks-tra zmiana** (7, 8)
- 3.40 **Szpital** (309, 310)

POLSAT SPORT FIGHT HD
- 12.45 **Atleci** – magazyn sportowy
- 13.10 **Sporty walki:** FEN 58 w Częstochowie – walka: W. Bartnik – J. Jędraszczyk
- 15.25 **Strzelnica Navala** (4)
- 15.50 **Boks:** Babilon Boxing Show w Nowym Dworze Mazowieckim: Łukasz Stanioch – Robert Talarek
- 18.40 **K.O. TV Weekly** (25)
- 19.10 **Sporty walki:** Babilon MMA 45 w Nowym Targu: S. Rakowicz – P. Polityło
- 22.20 **Boks:** Gala w Kościerzynie – waga ciężka: Nikodem Jeżewski – Jakub Sosiński
- 0.50 **Sporty walki:** Hybrid MMA 8 w Rewalu

POLSAT SPORT 3 HD
- 12.00 LIVE **Tenis:** Turniej ATP Challenger w Poznaniu – ćwierćfinał
- 14.00 LIVE **Tenis:** Turniej ATP Challenger w Poznaniu – ćwierćfinał
- 16.00 LIVE **Tenis:** Turniej ATP Challenger w Poznaniu – ćwierćfinał
- 18.00 LIVE **Tenis:** Turniej ATP Challenger w Poznaniu – ćwierćfinał
- 20.00 **Tenis:** Turniej ATP w Halle – ćwierćfinał
- 22.30 **Tenis:** Turniej ATP w Halle – ćwierćfinał
- 1.00 **Sporty walki:** Gala Babilon MMA 54 w Grudziądzu

CANAL+ SPORT 5 HD
- 11.30 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: Orzeł – ZKS Stal Rzeszów
- 14.15 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Cracovia – Lech
- 16.30 **Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga** – mag.
- 17.30 LIVE **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: Polonia Piła – Orzeł
- 20.00 LIVE **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: ZKS Stal Rzeszów – PSŻ Poznań
- 22.30 **Speedway+** – mag.
- 23.10 **Premier League Stories**
- 23.45 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lechia Gdańsk – Górnik Zabrze

ELEVEN SPORTS 4 HD
- 12.00 **Piłka nożna:** Real Madryt – Levante
- 14.00 **Made in Italy**
- 15.00 **Serie A** – mag. piłkarski
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Olympique Lyon – RC Strasbourg
- 18.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: HSV – BVB
- 20.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – Rayo Vallecano
- 22.00 **Ligue 1 Show** (35) – mag.
- 22.30 **Bundesliga Special** (18)
- 23.00 **Bundesliga Clubs** – mag.
- 0.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: Vitoria SC – SL Benfica

ELEVEN SPORTS 3 HD
- 12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Milan – Roma
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – Elche CF
- 16.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (5, 6) – mag.
- 17.00 **Ligue 1 Show** (36) – mag.
- 18.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Lecce – Napoli
- 20.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: 1. FC Köln – Eintracht Frankfurt
- 22.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Olympique Lyon – RC Strasbourg
- 0.00 **LaLiga Best 11** – mag.

CANAL+ DOKUMENT HD
- 6.00 **O co biega?** (3) – mag.
- 6.35 **W rytmie wolności** (3, 4) – serial dokumentalny, Pol.
- 8.25 **Miasta rytm** (7, 8) – dok.
- 10.20 **Polska z góry 3** (11-13) – serial dokumentalny, Pol.
- 11.50 **Świat zwierząt** (1-5) – serial dok., Wlk. Bryt. 2024
- 17.20 **Ocean, nasz dom** – dok.
- 19.00 **Katastrofy z góry** (5, 6) – serial dok., Wlk. Bryt. 2025
- 21.00 **Karl Lagerfeld. Objawienie** (1-4) – dok., Fr.
- 0.20 **Lili** – film dokum., Pol. 2021
- 1.40 **O co biega?** (3) – mag.
- 2.15 **W rytmie wolności** (3, 4) – serial dokumentalny, Pol.
- 4.00 **Miasta rytm** (7, 8) – dok.

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Jak to jest zrobione?** – serial dokumentalny, Kanada 2014
8.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny, USA 2020
11.00 **Niemiecka budowlanka** (10) – program rozrywkowy
12.00 **Inżynieria ekstremalna:** Podniebny park Singapuru
13.00 **Szyfry i spiski 2** (3) – serial dokumentalny, USA 2015
15.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny, USA 2022

ID HD

6.00 **Mój sąsiad morderca 3** – dok.
8.00 **Morderstwo w tropikach** – dok.
10.00 **W sieci kłamstw** (6, 8) – serial dok., USA
12.00 **Sprawa dla FBI** – serial dok., USA
13.00 **Sprawiedliwość po amerykańsku** (1) – serial dokum.
14.00 **Sprawiedliwi z Teksasu** – dok., USA
16.00 **Naznaczeni morderstwem** – serial dokumentalny
18.00 **Zbrodnia w sąsiedztwie** – serial dokumentalny
20.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet** – serial dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

12.00 **Odludna wyspa** (9)
13.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Wojna z Ameryką** (1) – dok.
14.00 **Tajemnice wojennych wraków** (2) – dok., Wlk. Bryt.
15.00 **Strzegąc granic** (7, 8) – dok., Wlk. Bryt.
16.00 **Złapać przemytnika** (3) – dok., USA 2024
17.00 **Zatopione grobowce Nilu** – film dokum., USA 2021
17.55 **Otchłań: Powstanie i upadek nazizmu** (1) – dok., Niem. 2020
19.00 **Złoto Hitlera** (2) – serial dokumentalny
20.00 **Katastrofa w przestworzach** (1) – serial dokumentalny

FOKUS TV DVB-T2

6.00 **Wehikuł czasu** (618)
6.05 **48h. Zaginieni** (48) – serial krym., Polska
7.00 **Byli sobie podróżnicy** (1-4)
8.55 **Wehikuł czasu** (618)
9.00 **Starożytni kosmici** (3) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (3, 4) – reality show
12.00 **Apokalipsa: II wojna światowa** (2)
13.00 **Poszukiwacze historii** (12, 1) – dok.
14.00 **Czołgi: Ewolucja machiny wojennej** (3, 4) – serial dok., Fr.
16.00 **Dorwać tuńczyka** (9, 10) – serial dok.
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (28, 29) – serial dok.
20.00 **Galileo** (14)

TVP HISTORIA DVB-T2

6.20 **Było... nie minęło – kronika zwiadowców historii** – mag. hist.
8.20 **Czterdziestolatek** (2) – obycz., Pol. 1974
9.10 **Korona Gór Polski**
9.50 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja
10.50 **100 lat na dworze królowej**
11.50 **Podziemne Włochy** (3): Neapol – dok., Wł.
12.55 **Złote jabłko**
14.00 **Królowie** (39) – hist.
14.35 **Czterdziestolatek** (3) – obycz., Pol. 1974
15.35 **Sensacje XX wieku**
17.40 **Czas honoru** (78)
18.40 **Encyklopedia II wojny światowej**
19.15 **Flesz historii**

HISTORY HD

11.15 **Jak to wyjaśnić? 5** (15) – serial dok., USA
12.10 **Gwiazdy lombardu 22** (17)
13.05 **Starożytni kosmici 14** (11) – dok.
14.00 **Tajemnice skute lodem 3** (5) – dok.
14.50 **Największe tajemnice świata 6** (2) – serial dok., USA
15.45 **Gwiazdy lombardu 12** (44)
16.15 **Gwiazdy lombardu 24** (30)
17.10 **II wojna światowa w kolorze** (2) – dok.
18.10 **Starożytni kosmici: najlepsze historie** (3) – serial dok., 2022
20.00 **Starożytni kosmici 14** (7) – dok.

DOKUMENTALNY

18.00 **Jak to jest zrobione?**

Przyjrzyjmy się, jak powstają drzwi skrzydłowe, odkurzacze parowe, małe pizze i szczotki obrotowe.

21.00 **Jak to jest zrobione? 25** – serial dokum., Kanada 2017
23.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16** (13, 15, 16) – serial dok.
1.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
4.00 **Kosmiczna mapa skarbów** – serial dok.

DOKUMENTALNY

21.00 **Szokująca prawda 14**

Przed własnym domem ginie strażak zastrzelony przez uzbrojonego napastnika. Zbrodnia wstrząsa lokalną społecznością, a śledczy rozpoczynają dochodzenie.

22.00 **Żyjąc z potworem: jak wychowałem mordercę** – dok., USA
23.00 **Zbrodnie godne Hollywood 5** – serial dokum., USA
0.00 **Cztery łapy na służbie** – dok.
1.00 **Szokująca prawda 14** – dok.

DOKUMENTALNY

21.00 **Inżynieria po katastrofie** (5)

Upadek WTC wstrząsnął światem i na chwilę podważył wiarę w bezpieczeństwo wysokościowców. Inżynierowie i architekci wyciągają wnioski z tragedii.

22.00 **Jak oni to zbudowali?** (7) – dok.
23.00 **Mega Metro** (3)
0.00 **Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny** (2)
1.00 **Odludna wyspa** (4)
2.00 **Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy** (6) – dok.

DOKUMENTALNY

21.00 **Poszukiwacze historii** (3-6)

Miłośnicy czasów minionych zmierzą się z tematem walk o Wał Pomorski w 1945 r. Ekipa programu uczestniczy w ekshumacji zwłok z nieoznaczonej mogiły.

23.00 **Stalowa bestia Hitlera** – film dokum., Francja 2017
0.00 **Starożytni kosmici** (8) – serial dokumentalny, USA
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (1-4) – serial dokum.
5.00 **Kołowrotek** (6, 7) – magazyn wędkarski

HISTORYCZNY

19.40 **Królowie** (78) – Polska 2024

Oleśnicki sprzeciwia się wojnie z zakonem, podczas gdy papież i cesarz wspierają Krzyżaków. Kazimierz zwleka z podjęciem ostatecznej decyzji dotyczącej Prus.

20.15 **Ekstradycja 3** (7)
21.15 **Zbrodnie sprzed lat** (2) – serial dok., USA
22.10 **Murowanica i jej pierwszy gospodarz**
23.15 **Sensacje XX wieku** (1, 2) – program hist.
1.20 **Encyklopedia II wojny światowej**

REALITY SHOW

21.00 **Premiera: Klątwa Wyspy Dębów 13** (23) – USA 2025

Na terenie Studni Pieniędzy dochodzi do intrygującego odkrycia. Znalezione ślady wskazują na związek między tajemnicą Wyspy Dębów a zakonem templariuszy.

22.00 **Wojny magazynowe 17** (3)
23.00 **Absurdy przeszłości: historie pełne ryzyka** (4)
23.55 **Jak to wyjaśnić? 4** (12) – serial dok., USA
0.50 **Starożytni kosmici 14** (7) – dok.

DISCOVERY HISTORIA HD

8.00 **Na ratunek starociom**
9.00 **Magazyn staroci Lamersa** (4) – serial dok.
10.00 **Brudne skarby** – dok.
11.00 **Wyprawa w nieznane**
13.00 **Skarby z szopy** (2, 3)
14.00 **Łowcy staroci: Renowacje** (6, 7) – dok.
16.00 **Skarby z szopy** (4, 5)
17.00 **Militaria na warsztat** (6)
18.00 **Muzealne tajemnice**
20.00 **Poszukiwacze dinozaurów** – serial dok.
21.30 **Wolna miłość w PRL**
22.00 **Tajemnice ziemi – Hiszpania** (3) – dok.
23.00 **Legendarne miejscówki**
0.00 **Wyprawa w nieznane**

PLANETE+ HD

12.35 **Supermoce roślin** – dok.
13.50 **Krajobrazy świata** (4)
14.50 **Piesze wędrówki po świecie 2** (3) – serial dok.
15.50 **Niezwykłe podróże koleją 7** (1) – serial dok., Fr.
16.55 **360° Świat bez granic**
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4** (29, 30)
18.45 **Zaginione światy** (4)
19.45 **Jak Normanowie podbili Irlandię** (2) – dok., Irlandia
20.50 **Ravensbrück. Ostatni świadkowie** – film dok.
22.00 **1979 – rok islamskiej rewolucji** (1) – serial dok.
23.10 **Planeta Seks** (3) – dok.
0.20 **Niezwykłe podróże koleją 7** (2) – serial dok., Fr.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

8.00 **Dorastanie w świecie zwierząt** – serial dok., USA
9.00 **Niezwykły dr Pol** (16, 9)
12.00 **Zwierzęta zombie** (1)
13.00 **Wyzwania natury** (6, 7)
14.00 **Bertie Gregory na biegunach** – film dok.
15.00 **Walki zwierząt** (4) – dok.
16.00 **Kierunek Wild: Dzikie Hawaje** (2) – film dokum.
17.00 **Wilki z Yellowstone** (1)
18.00 **Dzikie królestwo Chin**
19.00 **Zwierzaki w amoku** (6)
20.00 **Niszczycielskie żywioły** (19) – serial dokumentalny
21.00 **Niezwykły dr Pol**
2.00 **Dorastanie w świecie zwierząt** – serial dok., USA

POLSAT VIASAT NATURE HD

11.55 **Podwodne miasto** (3)
13.00 **U wybrzeży Australii** (3)
14.10 **Bizon: ikona Ameryki**
15.15 **Afryka: życie na gorąco**
16.30 **Dzika Słowacja z Nigelem Marvenem** – film dok., Wielka Brytania
17.30 **David Attenborough i cmentarzysko mamutów** – film przyrod.
18.50 **Zabójcza pogoda 2** (13)
19.55 **Afrykańskie drapieżniki: wielka czwórka** (3) – dok.
21.00 **Pacyfik** (3) – serial dok.
22.05 **Sekrety wodnych krain**
23.15 **Zabójcza pogoda 2** (1)
0.15 **Weterynarz ze szkockich wyżyn** (1-6)

BBC EARTH HD

12.15 **Najpiękniejsze trasy spacerowe** (8) – dok.
13.15 **Serengeti 3** (3) – dok.
14.25 **W okowach mrozu 2** (11)
15.25 **Życie na pustkowiu: powroty** (5) – serial dok.
16.25 **Układ Słoneczny** (4)
17.40 **Siedem światów, jedna planeta: kulisy** – film dok.
18.45 **Malownicze trasy kolejowe** (3) – serial dok.
19.45 **Nadchodzi powódź**
20.55 **Życie na pustkowiu: powroty 3** (1) – serial dok.
21.55 **W okowach mrozu 2** (12)
22.55 **Zdrowa zmiana 2** (5, 6)
0.10 **Superchirurdzy: szansa na życie 2** (3) – serial dok.

ANIMAL PLANET HD

13.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.
14.00 **Resocjalizacja z pitbullem 7** – serial dok.
15.00 **Kot z piekła rodem**
17.00 **Mój przyjaciel grizzly**
18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych** – serial dok.
19.00 **Cuda z drewna** – dok.
20.00 **Małżeństwo w dżungli 2**
21.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
22.00 **Projekt akwarium** – dok.
23.00 **Resocjalizacja z pitbullem 7** – serial dok.
0.00 **Poznajcie leniwce** (5, 6)
1.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.
2.00 **Cuda z drewna** (7) – dok.

TVP DOKUMENT HD

13.45 **Kanadyjskie parki narodowe** (3) – dok.
14.50 **Kalendarz przyrody** (9)
15.45 **Czy grozi nam tsunami?** – film dok., Hiszpania 2023
16.50 **Dzika Australia Zachodnia z Billem Baileyem** (3) – serial dok.
17.45 **Sanatorium miłości 2** (8)
18.45 **Bob Fosse: show czas zacząć!** – film dokum.
20.00 **Wyspa Świętej Heleny**
21.05 **Zwierzęta miejskie**
22.10 **Królowe mafii** (9) – dok.
23.15 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
23.20 **Wyzwania: wszystko albo nic** – film dokum.

POLSAT DOKU HD

8.05 **Amazonki** – film dokum.
8.25 **48h. Zaginieni** (94, 95)
10.25 **Polacy za granicą** (67, 68)
12.25 **Wojny kontenerowe**
13.30 **Poszukiwacze historii**
13.55 **Stalingrad** (3) – serial dok.
15.05 **Zaginione złoto II wojny światowej** (3) – serial dok.
16.00 **Top Guns – SuperBroń**
16.55 **Fabryki wojny** (3) – dok.
17.55 **Maszyny bojowe** (3, 4)
19.55 **I wojna światowa w liczbach** (3) – serial dok.
21.00 **Hitlerowscy poszukiwacze skarbów**
22.00 **Skanowanie historii** (3)
23.05 **Koszty wojny** (3) – dok.
0.20 **Kroniki Hitlera** (5) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

14.10 **Australijscy poszukiwacze złota 4**
16.05 **Ekstremalna pomoc drogowa** (7) – serial dok.
17.05 **Zabójczy połów** (10)
18.00 **Poszukiwacze klejnotów: Australia 3**
19.00 **Australijscy poszukiwacze złota 9** (17, 18) – dok., Australia
21.00 **Złoto Jukonu 4** (3) – dok.
22.00 **Bohaterowie z St. John's 3** (8) – serial dok.
23.00 **Internetowy seksbiznes 2** (4) – dok.
0.00 **Klątwa umarlaka: W poszukiwaniu zaginionego złota 3** (8)

POLSAT VIASAT HISTORY HD

12.10 **Podziemna armia** (3)
13.15 **Zaginione mumie Inków**
14.25 **Świta Hitlera** (3, 4) – dok.
16.45 **W poszukiwaniu biblijnej prawdy** (1)
17.55 **II wojna światowa: cena imperium** (5) – serial dok.
19.00 **Podziemna armia** (3)
20.00 **Wielkie konflikty: powstania i upadki cywilizacji** (2) – serial dok.
21.00 **Pracując dla wroga** (2)
22.05 **Sekrety Watykanu: papież i diabeł** (3) – dok.
23.20 **Rzymianie, ukrzyżowanie i kości**
0.30 **II wojna światowa: cena imperium** (5) – serial dok.

CI POLSAT HD

15.05 **Zbrodnia po angielsku 5**
16.00 **Ferie, impreza, morderstwo** (7) – dok.
17.00 **Morderstwo czy wypadek? 3** (14) – dok.
18.00 **Polskie prywatne zbrodnie 2** (3, 4) – dok.
19.00 **Dowody zbrodni: krwawy Zachód** (4)
20.00 **I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5** (4) – dok.
21.00 **Zbrodnia: oszukać prawdę** (3) – serial dokum.
22.00 **Polowanie na pedofila**
23.00 **Na imię jej śmierć** – dok.
23.55 **Szokujące morderstwa: Atlanta 3** (2) – serial dok.
0.50 **Uciec bestii** (7, 11) – dok.

TRAVEL CHANNEL HD

6.00 **Nowe życie w Meksyku**
8.05 **Kobieta na krańcu świata** (2-5) – serial dok.
10.10 **Niezwykłe Stany Prokopa** (1-4) – pr. rozr.
12.15 **Pojedynki Eda Stafforda**
14.20 **Człowiek kontra jedzenie** (23) – mag. kulin.
14.55 **Kobieta na krańcu świata** (2-5) – serial dok.
17.15 **Rodzina na campingu**
19.15 **Ciężarówką przez Stany**
21.35 **Miasta, w których straszy** (5, 6) – serial dok.
23.40 **Kobieta na krańcu świata** (3-5) – serial dok.
1.25 **Pojedynki Eda Stafforda**
3.30 **Rodzina na campingu**

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

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

13.50 **Daję słowo – Maciej Orłoś 2** (12)
14.40 **Turystyczna jazda**
15.00 **Słowo daję!** – mag.
15.10 **Tamte lata, tamte dni** – magazyn kult.
15.40 **Słownik polsko@polski** (676)
16.10 **Na festiwalowej scenie – Anna Jantar** – pr. rozrywk.
16.30 **Barwy szczęścia** (3327) – serial obycz.
17.00 **Gra słów. Krzyżówka** (1043)
17.30 **Teleexpress**
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **UNESCO: Skarby Polski** – serial dokum.
18.45 **Info Wilno** (1872)
19.05 **Wileńszczyzna w obiektywie** (116)

TVP ROZRYWKA

8.20 **Familiada** – telet.
8.50 **Va banque** (1066)
9.25 **Koło fortuny** (2028)
10.05 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Matki, żony i kochanki** (5) – serial obyczajowy, Pol. 1995
14.15 **Pan Mama** (29, 30)
15.15 **Program rozrywkowy**
15.30 **Tak to leciało!** (59)
16.30 **Do śmiechu!** (68)
17.25 **Va banque** (1067)
18.00 **Koło fortuny** (2029)
18.35 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
19.40 **Makłowicz w podróży** – mag.
20.15 **Postaw na milion**

POLSAT CAFÉ

6.00 **Przyjaciółki** (39, 40) – serial obycz., Polska
8.00 **Co ludzie powiedzą** (25, 26) – serial kom., Wielka Brytania 1993
9.25 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (19, 20) – reality show
12.30 **Bogaty dom – biedny dom** (108, 109) – reality show, Polska
14.30 **Kolacja w ciemno** (49, 50) – pr. rozrywk.
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (34) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (284, 285) – reality show, Polska
20.00 **Walka o życie** (3) – serial dok., Pol. 2025

TV 4 DVB T2

6.00 **Strażnik Teksasu** (2, 3) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (135) – reality show
8.55 **Policjantki i Policjanci** (478, 479) – serial obycz., Polska
10.55 **Na ratunek 112** (1136, 1137) – serial paradokum.
11.55 **Dlaczego ja?** (1565, 1566) – serial paradokum.
13.55 **Trudne sprawy** (1343-1345) – paradok.
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1383) – serial obycz., Polska
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (550) – reality show

TTV HD DVB T2

7.20 **Ukryta prawda** (1204) – paradok., Pol.
8.20 **Kartoteka 10** (27, 28)
10.30 **Detektywi** (265, 266)
12.30 **Zakup w ciemno 3** (29) – reality show
13.30 **Zakup w ciemno 4** (28) – reality show
14.30 **Kartoteka 6** (11, 12)
16.45 **Express** – pr. inform.
16.55 **Pogoda, sport**
17.05 **Idź na całość 2** (14)
18.05 **Zakup w ciemno extra** (31)
18.45 **Damy i wieśniaczki. PL 6** (8) – fab.-dok.
19.45 **Express** – pr. inform.
20.05 **Zakup w ciemno 7** (24) – reality show
21.05 **Zakup w ciemno extra** (22)
21.45 **Express** – pr. inform.

TVN STYLE HD

5.15 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (5) – reality show
5.50 **Damy i wieśniaczki. PL 8** (3) – serial fab.-dok., Polska 2024
6.45 **Zgłoś remont** (3) – program rozrywkowy
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.20 **Ugotowani** (4, 5) – pr. kulin.-rozrywk.
13.30 **Kuchenne rewolucje** (11, 10) – program rozrywkowy
15.35 **Jestem z Polski 14** (10) – serial dokum.
16.35 **Jestem z Polski 16** (8) – serial dokum., Pol.
17.40 **Kuchenne rewolucje** (13, 1, 2) – program rozrywkowy

20

OBYCZAJOWY

19.15 **Ranczo 2** (24) – Polska 2007

Wójt uwodzi Wioletkę, która ma słabość do przedstawicieli władzy. Nakrywa ich wójtowa. Kusy odkrywa, że bogaty lokator Lucy nie jest tym, za kogo się podaje.

20.10 **Program informacyjny 19.30**
20.40 **Pogoda**
20.50 **Korona Gór Polski**
21.20 **Polonia 24 Tygodnik**
22.25 **Profilerka Jastrę** (7)
23.15 **Dziennik regionów**
23.40 **Taniec z rosyjskim niedźwiedziem, część 3** (4)

ROZRYWKOWY

22.10 **Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of** (41)

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** (5) – program rozrywk.
23.50 **Do śmiechu!** (70) – program rozrywkowy
0.40 **Niepewne sytuacje 3** (2) – rozr.
1.05 **Koło fortuny** (2029, 2023) – telet.

DOKUMENTALNY

21.00 **Ambulans** (5, 6) – Polska 2025

Praca ratownika medycznego to walka z niebezpiecznymi sytuacjami, wymagająca odwagi. Serial ukazuje też koordynację zgłoszeń przez dyspozytorów.

23.00 **Gry małżeńskie** (114, 115) – reality show, Polska
1.00 **Kolacja w ciemno** (49, 50) – program rozrywkowy
3.00 **Więzienie kobiet** (80, 81) – serial dokum.
4.00 **Zdrady** (115, 116) – serial paradokum.

OBYCZAJOWY

19.00 **Policjantki i Policjanci** (1384)

Lena i Bartek reagują na zgłoszenie dotyczące napadu rabunkowego. Młoda kobieta ukrywa się w szafie, podczas gdy napastnicy plądrują dom i mordują jej męża.

20.00 **Uroczysko** (179, 180) – serial krym., Polska
21.00 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (116)
22.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (999)
23.00 **Babylon A.D.** – film
FILM s.f., USA/Fr./Wielka Brytania 2008, 125 min

REALITY SHOW

22.00 **Życie na kredycie 8** (3, 4) – Polska 2026

Rolniczka z Sosnowej Woli próbuje nowego źródła zarobku. Wiesia i Robert finalizują transakcję, która prowadzi do kłótni. Krystiana czeka sprawdzian umiejętności.

23.05 **Żony Podlasia 3** (3) – serial dok., Pol. 2025
0.05 **Ostre cięcie 12** (4)
1.05 **Boys, boys, boys** (2)
2.05 **Dobra robota 3** (18)
2.40 **Osadzone. Blok F** (11, 12) – paradok., Pol.
3.45 **Damy i wieśniaczki. Ukraina 8** (4) – serial fab.-dokum.

REALITY SHOW

20.50 **Bitwa o gości** (3)

Nicole i Daniel oprowadzają po swoim hotelu w Poznaniu. Maciej i Daniel pokazują położoną wśród pastwisk Krovację. Uczestnicy surowo oceniają siebie nawzajem.

21.50 **Jestem z Polski 16** (10) – serial dokum.
22.50 **Jestem z Polski 14** (18-ost.) – serial dok.
23.45 **Hotel Paradise 6** (1, 2) – reality show
1.45 **Apetyt na miłość 5** (8) – program rozrywk.
2.45 **Wiem, co jem i wiem, co kupuję** (11, 12-ost.) – mag.

TVP HD HD

10.45 **Gra słów. Krzyżówka**
11.20 **Na sygnale** (613, 614)
12.25 **Ojciec Mateusz 5** (57)
13.20 **Komisarz Alex 2** (21)
14.15 **Ranczo 4** (41, 42) – obycz.
16.10 **Tańcząca ze światem – Maroko** (5) – magazyn
16.40 **Wyższa Szkoła Jazdy** (2)
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 23** (299)
19.20 **Ranczo 5** (55) – obycz., Pol.
20.10 **Rodzinka.pl** (265, 266)
21.25 **Komisarz Alex 25** (310)
22.20 **Gorąca linia** – thriller,
FILM USA 2022, 115 min
0.15 **Skyfall** – film sens., Wielka
FILM Brytania/USA 2012, 155 min

TVS HD

15.45 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel** – krym., Austria
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział** – obycz., Niemcy/Austria
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny** – serial obycz.
19.50 **Rosamunde Pilcher:**
FILM **Sroka i kapitan** – dramat obyczajowy, Niemcy 2022, 120 min
21.50 **Rosamunde Pilcher:**
FILM **Rocznica ślubu** – film obycz., Niem. 2022, 105 min
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

ZOOM

6.00 **Kojak 2** (12, 13) – krym.
8.00 **Strażnik Teksasu 8** (19, 20) – serial sensacyjny
9.50 **MacGyver 2** (12, 13)
11.55 **Pułapki umysłu** (10, 1)
13.00 **Wojny magazynowe: Kanada** (31, 32)
14.10 **Pod pokładem 11** (8)
15.25 **Sensacje XX wieku**
17.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
20.00 **Kobra – oddział specjalny 23** (6, 7) – sens.
22.00 **Pod pokładem 11** (9)
23.00 **Magia nagości. Szwecja**
23.55 **Magia nagości 6** (8) – rozr.
1.00 **Magia nagości. Dania** (2)
1.50 **I love kabaret** (7, 8, 6)

TLC HD

11.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
12.00 **Miłość bez tłumaczenia**
13.00 **Przyjaźń wielkiej wagi 2**
15.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelove rozmowy 7**
16.00 **Historie wielkiej wagi** – serial dokumentalny, USA
18.00 **Pokonać otyłość** (2)
19.00 **Wiza na miłość: Romans na Karaibach 2**
20.00 **Rodzina 10+ 8** (9) – rozr.
21.00 **Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5** (14)
23.00 **Wiza na miłość: Single na polowaniu**
1.00 **Rodzina 10+ 8** (9) – rozr.

C+ KUCHNIA HD

14.50 **Włoskie życie Sophie Grigson 2** (1, 2) – dok.
15.45 **Luke Nguyen w Indiach**
16.15 **Azjatycka kuchnia Evy Pau** (4) – magazyn kulin.
16.40 **Gotuj taniej z Jamiem** (6)
17.35 **Jamie Oliver: gotuj sezonowo** (5) – mag. kulin.
18.30 **Azjatycka kuchnia Evy Pau** (3) – magazyn kulin.
18.55 **M jak mięso 4** (8) – dok.
19.25 **M jak mięso 6** (5, 6) – dok.
20.15 **M jak mięso 10** (5, 6)
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 9** (6-8) – serial dokumentalny
23.55 **Kolacja z Gavinem Rossdale'em** (6) – dok.

TVN TURBO HD

10.15 **Złomowisko PL** (14, 15)
12.15 **Naprawy nie do naprawy** (4) – mag.
13.00 **Zawodowi handlarze**
14.30 **Wojny samochodowe**
16.30 **Jeździć, obserwować**
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Duda kontra Szafrański**
19.00 **Mobilni mechanicy** (1)
19.45 **Zawodowi handlarze**
21.15 **Z drugiej ręki** (8) – mag.
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia** (4) – pr. rozr.
22.45 **Wojny samochodowe** (4)
23.40 **Ciężarówką przez RPA**
0.40 **Naprawy nie do naprawy** (1) – mag.

NOWA TV DVB T

9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (3) – kom., Pol.
10.00 **Miodowe lata** (2) – kom.
10.30 **Więzienie** (107) – dok., Pol.
11.00 **Poirot 10** (1) – serial krym.
15.00 **Świat według Bundych 6** (130, 131)
16.00 **Świat według Bundych 7** (132-135)
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (17) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (105-107)
21.00 **Zdrady** (117) – paradok.
22.00 **Ślad** (28, 29, 93) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (56, 57)
3.50 **Wehikuł czasu** (618, 617)
4.00 **Sala operacyjna 4** (5, 7)

METRO

8.30 **Szpital** (758, 759)
10.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (327, 328)
12.30 **Szkoła** (704) – paradok.
13.30 **Brzydula** (3, 4) – kom., Pol.
14.35 **Kiedy ktoś kocha bardziej** (1) – serial obycz.
15.45 **The Floor** (17, 18) – telet.
17.00 **Fani czterech kółek 17**
18.00 **Prawo Agaty 6** (3)
19.00 **Kartoteka 11** (11, 12) – serial fab.-dok., Pol. 2016
21.05 **Kryminalni** (9, 10) – krym.
23.15 **Kuba Wojewódzki** (4)
0.25 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4** (1) – dok.
1.30 **Szpital** (754) – paradok.
2.30 **Szkoła** (856, 857)

ANTENA HD DVB T2

11.55 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
13.00 **Klątwa Wyspy Dębów 6**
14.55 **Ciężarówką przez śniegi 4** (6, 7) – serial dok.
16.50 **77 TV 2** (14, 15) – pr. rozr.
18.50 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (3) – serial kryminalny
20.00 **Morderstwo**
FILM **na masywie Sancy** – krym., Fr. 2024, 120 min
22.00 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (2) – serial kryminalny
23.10 **Detektywi z Bordeaux 4** (1) – serial krym., Fr./Belgia
0.15 **Ewakuacja Ziemi** – dok.

WP DVB T

12.00 **Wariaci za kierownicą 4**
13.00 **Makłowicz w podróży**
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3** (4-6) – dok.
16.50 **Pogoda**
17.00 **Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 2** (1)
19.00 **Policjanci z sąsiedztwa 8** (1, 2)
21.00 **Strażacy z sąsiedztwa 2** (9) – serial dok., Polska 2026
21.55 **Pogoda**
22.00 **1, 2, 3... Kabaret!** (3)
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 10** (6) – program rozrywkowy
0.00 **Przebojowe kabarety** (7)
1.00 **Mistrzowie Kabaretu 17** (8) – program rozrywkowy

C+ DOMO HD

10.55 **Wielkie projekty: Australia 10** (3) – dok.
11.55 **Generalna odbudowa 2**
12.50 **Gardeners' World 16** (22)
14.05 **Cudotwórcy 7** (16) – mag.
15.00 **Kupcie sobie zamek! 2**
15.55 **Daleko od miasta 14**
16.50 **Gardeners' World 16** (25)
18.00 **Ucieczka na wieś 25** (48)
18.55 **Wielkie projekty: Australia 10** (5) – dok.
20.00 **Daleko od miasta 14**
21.00 **Cudotwórcy 7** (17) – mag.
22.00 **Monty Don – brytyjskie ogrody** (1) – dok., Wlk. Bryt.
23.10 **Gardeners' World 14** (16)
0.15 **Adres: rezydencje marzeń** (2) – serial dok.

HGTV HD

10.00 **Remontujemy dom na plaży 10 [2024]** (3)
11.00 **Zarobić na remoncie 8**
11.31 **Usterka 11** (23, 24)
13.00 **Zbudujemy większy dom** (9) – program rozrywk.
14.05 **Zbudujemy fajny dom** (1)
15.00 **Mieszkanie na miarę**
17.00 **Polowanie na ogród 2**
18.15 **Weekendowa metamorfoza** (6, 7) – rozr.
20.05 **Dorota was urządzi!**
21.35 **Będzie pięknie** (6) – rozr.
22.35 **House Hunters – Poszukiwacze domów 4** (7-10) – pr. rozr.
0.50 **Kupujemy dom na plaży 27** (7, 8) – dok.

P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (283) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (897, 898) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 **Sekrety rodziny** (339-341) – paradok.
11.30 **Trudne sprawy** (935) – serial paradokum.
12.30 **Dlaczego ja?** (1500, 1501) – paradok.
14.30 **Świat według Kiepskich** (459-463) – serial kom., Pol. 2015
17.00 **48h. Zaginieni** (127, 128) – krym., Pol.
19.00 **Gliniarze** (981) – serial paradokum.
20.00 **Ślad** (57) – krym., Pol.
21.00 **Gliniarze** (776) – serial paradokum.

KRYMINALNY

22.00 **Komisarz Mama** (2) – Polska 2021

Księgowy Daniel zostaje zamordowany. Policjanci podejrzewają o zabójstwo chorego psychicznie Krystiana. Maria wpada na inny trop.

23.00 **Świat według Kiepskich** (337, 338) – serial kom., Pol. 2010
0.00 **Ślad** (108) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (1)
2.05 **Wydarzenia**
2.55 **Ewa gotuje** (530, 531)
4.00 **SuperLudzie** (21, 22)
5.10 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (194)

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 **Wydarzenia**
6.45 **SuperLudzie Extra** (52) – magazyn
6.55 **Na ratunek 112** (682, 683) – paradok.
7.55 **Doktor Martin 4** (27, 28) – serial obycz.
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **SuperMocni** (10, 11) – mag. sportowy
11.30 **Świat według Kiepskich** (401-404)
13.30 **Bitwa o palety** (13)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6** (53)
16.00 **Ninja Warrior Polska** (21)
18.00 **Świat według Kiepskich** (483, 484, 525, 526)
20.00 **Złomiarze** (44) – dok.

KOMEDIA

21.00 FILM **Boski żigolo** – USA 1999, reż. Mike Mitchell, 110 min

Deuce dla zarobku czyści akwaria. Podczas jednego ze zleceń doprowadza do katastrofy w apartamencie klienta. By pokryć szkody, postanawia spróbować sił jako żigolak.

22.50 FILM **2012** – film katastroficzny, USA/Kanada 2009, 195 min
2.05 **Świat według Kiepskich** (83, 35, 482, 483)
4.00 **Nasz nowy dom** (283, 284) – reality show, Polska 2023

TV 6 DVB T

6.00 **Więzienie** (202, 203) – serial dok., Pol. 2025
6.55 **Policjantki i Policjanci** (677, 678) – serial obycz., Polska
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (223, 224) – serial sens., Niemcy
10.55 **48h. Zaginieni** (100-102) – serial kryminalny, Pol. 2022
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1184) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (13, 14) – krym., Pol. 2023-2024
15.55 **Kobra – oddział specjalny** (225, 226) – serial sens., Niemcy
18.00 **Strażnik Teksasu** (4, 5) – serial sens., USA 1998-1999

KRYMINALNY

20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (23, 24) – USA 2003

Magazyn niszczy potężna eksplozja. Przybyły na miejsce Horatio znajduje zwłoki mężczyzny. Jedynym dowodem jest kawałek papieru leżący przy denacie.

22.00 **Czarna lista** (12) – serial kryminalny
23.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (691, 692) – krym., Pol.
1.00 **Kości** (91, 92) – krym.
3.00 **Cobra Kai** (14)
3.40 **Septagon** (76, 77)

BBC FIRST HD

6.00 **Zagadki doktora Blake'a** (8) – krym.
6.55 **Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 5** (5, 6) – krym., Wlk. Bryt. 2025
8.35 **Lewis 3** (3) – krym.
9.40 **Ojciec Brown 12** (9) – krym., Wlk. Bryt. 2025
10.40 **Śmierć pod palmami 13** (7)
11.45 **Zagadki doktora Blake'a** (8) – krym.
12.55 **Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 5** (7, 8)
14.50 **Ojciec Brown 6** (3)
15.50 **Lewis 3** (3) – krym.
17.00 **My Life is Murder** (7) – serial kryminalny

KRYMINALNY

18.00 **Morderstwa w Midsomer 19** (1)

Barnaby bada sprawę mężczyzny, który zmarł po powrocie do rodzinnej wioski. Miejscowość opustoszała po II wojnie światowej.

19.50 **Śmierć pod palmami 13** (8)
21.00 **Na niebieskich światłach 2** (6)
22.05 **Ojciec Brown 13** (9)
23.05 **Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 5** (7, 8)
1.05 **Śmierć pod palmami 13** (8)

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

9.30 **Domisie** – dla dzieci
10.00 **Zwierzaki Czytaki** (256) – program eduk.
10.20 **Bolek i Lolek wyruszają w świat** (7, 8) – serial anim., Pol.
10.45 **Reksio** (63, 64)
11.05 **Małe i duże przygody Miffy** (32)
11.15 **Świnka Peppa**
11.35 **Stacyjkowo** (91, 92)
11.55 **Strażak Sam** (4, 5)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
12.55 **Halo, halo!** (73)
13.00 **Szkoła z Kleksem Bystrzakiem** (1)
13.20 **Pszczółka Maja** (39)
13.50 **Lupin wśród bajek**
14.05 **Lassie i przyjaciele**
14.30 **Świnka Peppa 8**
14.45 **Kid Lucky** (11, 12)
15.15 **Al-chemik** (35) – mag.

ANIMOWANY

15.35 **Bella i Sebastian** (31, 32) – Francja/Kanada 2017

Odważny i ciekawy świata Sebastian mieszka razem z przybranym dziadkiem i jego córką w górskiej chacie. Wszędzie towarzyszy mu wierna suczka Bella.

16.05 **Krecio** (47, 48) – anim.
16.35 **Rev i Roll** (11, 12)
17.05 **Dino Ranczo**
17.30 **Piotruś Królik** (105)
18.00 **Kucharz Shane**
18.25 **Leo da Vinci 2**
19.00 **Tyciaki**
19.20 **44 Koty**
19.45 **Bazgrolinka**

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

7.30 **Rozmowa Piaseckiego** – publ.
8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.55 **Biznes** – pr. publicyst.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.55 **Biznes** – pr. publicyst.
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.55 **Biznes** – pr. publicyst.
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
13.55 **Biznes** – pr. publicyst.
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.55 **Biznes** – pr. publicyst.
15.00 **15 na żywo** – inf.
16.00 **Fakty po południu** – program inform.
18.00 **Tak jest** – pr. publ.
19.15 **Serwis informacyjny**

INFORMACYJNY

19.30 **Fakty po Faktach**

Rozmowy dziennikarzy prowadzących główny serwis informacyjny stacji z gośćmi, którzy komentują wydarzenia z kraju i ze świata.

20.00 **Kropka nad i** – publ.
20.30 **Czarno na białym** – magazyn
21.00 **Polska i świat** – inf.
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.25 **Biznes** – pr. publicyst.
0.45 **Fakty po Faktach**
1.20 **Kropka nad i** – publ.
1.50 **Tak jest** – pr. publ.
2.50 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.

POLSAT PLAY HD

6.00 **Dorwać tuńczyka** (9-11)
9.05 **Wojny magazynowe**
10.05 **Wojny kontenerowe** (11, 12) – serial dok., USA
11.00 **Hardkorowy lombard** (117-122) – serial dok., USA
14.00 **Polacy za granicą** (121, 122) – serial dokum.
16.00 **Złomiarze** (5, 6) – dok., Pol.
18.05 **Poszukiwacze historii** (242-244, 120) – dok., Pol.
20.05 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (216-219)
22.00 **Górale** (234) – serial dok.
22.30 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (221, 130, 129, 132, 131, 133-138)
4.00 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

10.35 **MasterChef** (6) – pr. rozr.
12.05 **Sexy kuchnia Magdy Gessler** (7, 8) – mag. kulin.
13.10 **Miłość od kuchni** (6)
14.10 **Akcja: Restauracja!** (3)
15.10 **Ogniem i patelnią 3** (6)
16.15 **Kuchenne rewolucje** (8)
17.15 **Magda gotuje internet**
17.50 **Apetyt na miłość** (6)
18.50 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** (4)
19.50 **Bójka na plaży** (2) – dok.
20.55 **Kulinarne podróże z Guyem Fierim** (11, 12)
22.05 **Pyszne miejscówki** (6)
23.05 **Akcja: Restauracja!** (1)
0.05 **Człowiek kontra jedzenie** (10, 1, 2) – mag.

POLSAT RODZINA HD

12.00 **Bogaty dom – biedny dom** (99) – reality show
12.55 **Rodzina zastępcza** (191, 192) – kom., Pol. 2005
14.50 **Pociągi, które zmieniły świat** (4, 5) – serial dokum.
17.05 **Pingwiny z Madagaskaru** (21-24)
19.00 **Rodzina zastępcza** (292)
20.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (6, 7) – kom.
21.05 **Miodowe lata** (83) – kom.
21.55 **Nasz nowy dom**
23.50 **II wojna światowa – jednostki specjalne** (4)
0.55 **Prawdziwe zło. Ludzie, którzy stworzyli nazizm** (4) – serial dok., Wlk. Bryt.

BBC LIFESTYLE HD

11.30 **Wielkie amerykańskie wypieki 5** (7, 8) – pr. rozr.
13.20 **Cała prawda o stresie**
14.25 **ADHD: zrozumieć dziecko** (1) – film dokum.
15.25 **Zapraszam do stołu 21**
17.45 **Wielkie projekty: Dom Roku 7** (4) – pr. rozrywk.
18.50 **Mistrzowie ceramiki 3**
19.45 **Wielkie brytyjskie wypieki 12** (1) – pr. rozr.
21.00 **Cała prawda o stresie**
22.00 **TBA** (1) – program rozrywk.
23.05 **Wstydliwe choroby: Nastolatki** (2) – serial dok.
0.05 **Wielkie taneczne show 20** (18, 19) – pr. rozr.
2.10 **Mistrzowie ceramiki 3**

NICK JR. HD

16.10 **Małe Królestwo Bena i Holly** (13) – serial anim.
16.40 **Psi Patrol 6** (7) – anim.
17.00 **Rubble i jego ekipa 4** (8)
17.30 **Pan Krokodyl** (10) – anim.
18.00 **Barbapapa i jego rodzinka** (5) – serial anim.
18.31 **Tim Rex wśród gwiazd 2** (3) – anim., Wlk. Bryt./Dania
18.55 **Przygody Misia Paddingtona 2** (7) – anim.
19.25 **Przygody Misia Paddingtona** (3, 9) – anim.
20.00 **Świnka Peppa 2** (37-41)
20.30 **Małe Królestwo Bena i Holly** (18) – serial anim.
21.00 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (17-19) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.10 **Więcej „Wydarzeń"** – inf.
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Punkt widzenia Szubartowicza** – pr. publ.
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – publ.
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.

TVP KOBIETA DVB T2

14.30 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (8)
15.00 **Operacja zdrowie** (55)
15.30 **Ojciec Mateusz 32** (413, 414) – krym., Pol. 2024
17.25 **Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem** (4) – serial dok.
18.30 **Żona dla Polaka. Toronto** (2) – reality show
19.30 **Miłość i nadzieja** (278)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (259) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (255) – obycz.
22.30 **Strzępy** – dramat obycz., FILM Polska 2022, 110 min
0.20 **Niebezpieczne drogi** (3)

E! ENTERTAINMENT HD

8.50 **WAGS LA** (1, 2) – dok.
10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (17, 1)
14.20 **WAGS LA** (3, 4) – dok.
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (6, 7)
20.30 **WAGS LA** (5, 6) – dok.
22.30 **Plastyczna fuszerka**
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (17, 1)
3.00 **Plastyczna fuszerka**
5.00 **Wags** (4) – serial dok., USA

TV TRWAM DVB T

17.15 **Muzyczne chwile**
17.30 **Odpowiedzialni za Kościół** – cykl reportaży
17.55 **Poczet wielkich Polaków** – program hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone** – pr. publ.
19.30 **Każdy maluch to potrafi**
19.45 **Modlitwa** – religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Głos Polski** – cykl fel.
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Głos serca** (129) – obycz.

BBC BRIT HD

11.30 **Niezwykłe hotele bez tajemnic 6** (5) – serial dok.
12.35 **Top Gear 6** (5) – mag.
13.35 **Warsztat Hammonda 4**
14.35 **Cuda inżynierii 5** (13)
15.40 **Najsłabsze ogniwo** (4)
16.45 **Niezwykłe hotele bez tajemnic 6** (5) – serial dok.
17.50 **Top Gear 6** (6) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii 5** (13)
20.00 **Niezwykłe hotele bez tajemnic 6** (6) – serial dok.
21.00 **Fenomeny współczesnego życia 2**
22.00 **Nieznane dzieje II wojny światowej** (5) – serial dok.
23.00 **Top Gear 6** (5) – mag.
0.05 **Najsłabsze ogniwo** (4)

MINI MINI+ HD

15.10 **Baranek Shaun** (30-32)
15.36 **Jeżyk Happy** (11, 12)
15.55 **Mały Charlie** (3) – anim.
16.05 **Mega Ekspres** (5, 6)
16.30 **Ciekawski George** (2)
17.00 **Strażak Sam 16** (1, 2)
17.25 **Staś i fajna Babcia** (7, 8)
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.56 **Smerfy** (18) – serial anim.
18.25 **Leśna rodzina: Pamiętnik Frei** (8, 9)
18.50 **Baczne oczka** (6, 7)
19.05 **Kicia Kocia 2** (7, 8) – anim.
19.25 **Mały Charlie** (3) – anim.
19.36 **Jeżyk Happy** (11, 12)
19.52 **Basia 2** (9) – serial anim.
20.05 **Wierszyki domowe**
20.35 **Dolina Muminków 2** (1)

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** (176) – serial obycz., Turcja 2022

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

Warto zobaczyć

10.55 HBO 3
Małe kobietki
MELODRAMAT Ameryka, lata 60. XIX wieku. Cztery siostry dorastają pod opieką matki. Różnią się osobowością oraz planami na przyszłość. *Reż.: Greta Gerwig, A: Saoirse Ronan, Emma Watson, Florence Pugh USA 2019* **130 min ▶ do godz. 13.05**

12.15 FILMBOX PREMIUM
Królowe ringu
KOMEDIA Kasjerka próbuje nawiązać więź z synem, fanem wrestlingu. Zaczyna trening, by poznać zasady rządzące tym sportem. *Reż.: Jean-Marc Rudnicki, A: Marilou Berry, Nathalie Baye, André Dussollier Francja 2013* **110 min ▶ do godz. 14.05**

14.00 ALE KINO+
Exodus
OBYCZAJOWY Dwunastoletnia Amal ucieka z Syrii. Chce dostać się do Szwecji. W Turcji poznaje przemytnika Sama. Razem kontynuują podróż. *Reż.: Abbe Hassan, A: Ashraf Barhom, Isa Aouifia, Jwan Alqatami Szwecja 2023* **130 min ▶ do godz. 16.10**

16.15 C+ PREMIUM
Mamma Mia!
KOMEDIA MUZYCZNA Grecka wyspa Kalokairi. Przyszła panna młoda chce poznać swojego ojca. Zaprasza na ślub dawnych adoratorów matki. *Reż.: Phyllida Lloyd, A: Amanda Seyfried, Stellan Skarsgard, Colin Firth USA/Wlk. Bryt. 2008* **110 min ▶ do godz. 18.05**

18.00 HBO
Kolejna zwyczajna przysługa
CZARNA KOMEDIA Emily po 20 latach wychodzi z więzienia i planuje ślub. Podczas ceremonii dochodzi do zbrodni. *Reż.: Paul Feig, A: Blake Lively, Anna Kendrick, Joshua Satine USA 2025* **120 min ▶ do godz. 20.00**

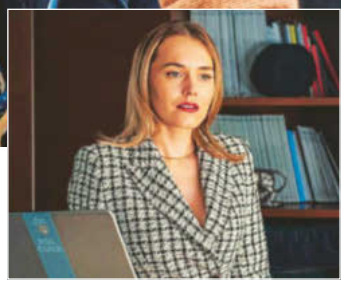
18.35 POLSAT FILM
Kowboje i obcy
SCIENCE FICTION Arizona, XIX w. Jake budzi się na pustyni. Niczego nie pamięta. Wkrótce pobliskie miasteczko atakują przybysze z kosmosu. *Reż.: Jon Favreau, A: Daniel Craig, Olivia Wilde, Harrison Ford USA 2011* **145 min ▶ do godz. 21.00**

20.00 TVP HISTORIA
Kochając Pabla, nienawidząc Escobara
BIOGRAFICZNY Boss narkotykowy nawiązuje romans z gwiazdą TV. Z czasem poznaje ona jego mroczne oblicze. *Reż.: Fernando León de Aranoa, A: Javier Bardem, Penélope Cruz Hiszpania 2017* **130 min ▶ do godz. 22.10**

21.50 HBO
Lisa Frankenstein
KOMEDIA FANTASY Rok 1989. Lisa często spędza czas na cmentarzu. Pewnej nocy burza wskrzesza mężczyznę z epoki wiktoriańskiej. *Reż.: Zelda Williams, A: Carla Gugino, Kathryn Newton, Cole Sprouse USA 2024* **100 min ▶ do godz. 23.30**

→ filmowe hity

Krzysiek poznaje punkt widzenia swojej ukochanej za sprawą tajemniczego zrządzenia losu.



20.00 TVN 7

Na twoim miejscu

KOMEDIA Zmagająca się z problemami para zyskuje niezwykłą szansę na naprawę swojej relacji.

HIT DNIA Krzysiek pracuje w korporacji, a Kasia jest zatrudniona w przedszkolu swojej matki, Teresy. Wspólnie wychowują małego Tadzia. Niestety, związek pary od pewnego czasu przechodzi głęboki kryzys. Małżonkowie wzajemnie deprecjonują swoje zawody i mają do siebie o wszystko pretensje, dając upust narastającej frustracji. Kiedy wydaje się, że nic już nie zapobiegnie rozwodowi, w magiczny sposób zamieniają się ciałami. Po początkowym szoku decydują, że muszą przyjąć nowe role społeczne, co prowadzi do zaskakujących, ale i zabawnych sytuacji. Dość szybko się przekonują, że zarówno w korporacji, jak i w placówce dla dzieci czeka ich wiele wyzwań oraz stresu. Dzięki tej niezwykłej lekcji zaczynają w końcu rozumieć siebie nawzajem i doceniać swoje starania. **HD 135 min ▶ do godz. 22.15**

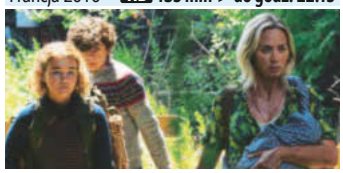
Polska 2023 **Reż.:** Antonio Galdamez Munoz **Wyst.:** Paulina Gałązka, Miron Jagniewski, Oliwier Grzegorzewski

19.55 POLSAT
Piraci z Karaibów: Na krańcu świata
PRZYGODOWY Awanturnik Sparrow (Johnny Depp) przebywa w tajemniczym Luku Davy'ego Jonesa. By uratować przyjaciela, Elizabeth (Keira Knightley) i Will jednoczą siły z wrogiem.
Reż.: Gore Verbinski Wyst.: Orlando Bloom USA 2007 **HD 215 min ▶ do godz. 23.30**

20.00 TV PULS
22 kule
SENSACYJNY Charly, który niegdyś zerwał z gangsterskim fachem, staje się celem zamachowca. Cudem uchodzi z życiem. Po rekonwalescencji pragnie się zemścić. Podejrzewa swojego dawnego przyjaciela (Kad Merad).
Reż.: Richard Berry Wyst.: Jean Reno Francja 2010 **HD 135 min ▶ do godz. 22.15**

20.00 HBO
Victor Frankenstein
HORROR SF Naukowiec Frankenstein (James McAvoy) i jego asystent prowadzą badania nad nieśmiertelnością. Z czasem konsekwencje eksperymentów stają się coraz bardziej przerażające.
Reż.: Paul McGuigan Wyst.: Daniel Radcliffe USA 2015 **HD 110 min ▶ do godz. 21.50**

22.05 TV 4
Battleship: Bitwa o Ziemię
SCIENCE FICTION Naukowcy wysyłają sygnał na nowo odkrytą planetę. W odpowiedzi obcy atakują na Ziemię. W walkach bierze udział m.in. niedoświadczony żołnierz Alex Hooper (Taylor Kitsch).
Reż.: Peter Berg Wyst.: Liam Neeson, Rihanna USA 2012 **HD 165 min ▶ do godz. 0.50**



22.20 PARAMOUNT NETWORK
Ciche miejsce 2
HORROR Po tragicznych wydarzeniach Evelyn (Emily Blunt) opuszcza farmę i wraz z dziećmi rusza w nieznane. Mierząca się z przeszkodami rodzina musi pamiętać, że gwarantem bezpieczeństwa jest życie w ciszy.
Reż.: John Krasinski Wyst.: Millicent Simmonds USA 2020 **100 min ▶ do godz. 0.00**

22.25 STOPKLATKA
American Pie
KOMEDIA Nastoletni Jim (Jason Biggs) i jego koledzy chcą przeżyć inicjację seksualną jeszcze w szkole średniej. Ostatnią szansą jest zbliżający się bal z okazji zakończenia nauki. Kumpli czeka mnóstwo pułapek i upokorzeń.
Reż.: Paul Weitz Wyst.: Jennifer Coolidge USA 1999 **HD 120 min ▶ do godz. 0.25**

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

→ filmowe hity

Gerry dołącza do ochotników, którzy narażają życie, by pomóc naukowcom w opanowaniu epidemii.

20.00 TVN

World War Z

HORROR SF Na świecie rozprzestrzenia się zabójczy wirus. Grupa naukowców desperacko poszukuje antidotum.

HIT DNIA

Były pracownik ONZ Gerry Lane, jego żona oraz córki stają się świadkami przerażających zdarzeń. Ulice Filadelfii opanowują ludzie zarażeni zagadkową chorobą, która zamienia ich w bestie. Przypadki infekcji są notowane na całym świecie. Gerry i jego bliscy trafiają na okręt na Atlantyku, gdzie eksperci próbują wyjaśnić przyczyny zarazy. Dr Fassbach uważa, że epidemię wywołał wirus. By stworzyć szczepionkę, należy dotrzeć do źródła choroby. Gerry i Andrew zostają wysłani do Korei Południowej. HD 150 min ▶ do godz. 22.30

USA/Malta 2013 **Reż.:** Marc Forster **Wyst.:** Brad Pitt, Mireille Enos, Daniella Kertesz, James Badge Dale, Ludi Boeken

→ sport

15.35 EUROSPORT 1

Tour de Suisse

KOLARSTWO LIVE Trzeci etap rozpocznie się i zakończy w Bad Ragaz. Kolarze, przemierzając liczącą 157,4 km trasę, zawitają na chwilę do Liechtensteinu. Udział w rywalizacji zapowiedzieli m.in. Tadej Pogačar, Primož Roglič, Tom Pidcock czy Arnaud De Lie. HD 130 min ▶ do godz. 17.45

20.50 TVP 1

USA – Australia

PIŁKA NOŻNA LIVE Mike Grella, były reprezentant USA, powiedział w telewizji, że mecz grupy D z ekipą Socceroos będzie dla współgospodarzy mundialu łatwym zadaniem. Słowa te oburzyły Australijczyków i... zmotywowały ich drużynę. HD 165 min ▶ do godz. 23.35

→ rozrywka

20.00 TV 4

Gwiazdy Kabaretu

SATYRA Pierwszy w historii programu pojedynek stand-up. Na scenie zaprezentują się Tomasz Jachimek, Marcin Zbigniew Wojciech oraz Tomasz Nowaczyk. Artyści wybrali sobie wzajemnie zabawne tematy, na podstawie których musieli napisać monologi. HD 65 min ▶ do godz. 21.05

20.45 FOOD NETWORK

The Ultimate Baking Championship

REALITY SHOW Cukiernicy rywalizują w wymagających wyzwaniach. Stworzą desery o określonych smakach. W kolejnym etapie będą się inspirować swoimi kulinarnymi początkami. HD 125 min ▶ do godz. 22.50

20.00 STOPKLATKA

Co mi zrobisz, jak mnie złapiesz

KOMEDIA Dyrektor Krzakowski (Krzysztof Kowalewski) chce poślubić córkę prominenta. Najpierw jednak musi dostać rozwód. Zleca fotografowi Romanowi zrobienie żonie kompromitujących zdjęć.

Reż.: Stanisław Bareja Wyst.: Bronisław Pawlik Polska 1978 HD 145 min ▶ do godz. 22.25

21.05 AXN

Bad Boys for Life

KOMEDIA SENSACYJNA Z więzienia ucieka szefowa kartelu narkotykowego. Detektyw Marcus Burnett porzuca myśl o przejściu na zasłużoną emeryturę i wraz z partnerem Mikiem (Will Smith) wyrusza za nią w pościg.

Reż.: Bilall Fallah Wyst.: Martin Lawrence USA 2020 HD 145 min ▶ do godz. 23.30

23.50 TVP 2

Szkocja – Maroko

PIŁKA NOŻNA LIVE Przed startem turnieju w USA, Kanadzie i Meksyku ostatnim występem Szkotów w mundialu był mecz z 23 czerwca 1998 r. Wyspiarze przegrali wtedy 0:3 z... Marokańczykami. Po 28 latach nadarza się okazja do rewanżu. HD 160 min ▶ do godz. 2.30

22.10 TVP 2

25 lat „Na dobre i na złe" – urodziny w Leśnej Górze

WIDOWISKO Twórcy kultowego serialu w specjalnym programie jubileuszowym celebrowali 25. urodziny produkcji. W studiu TVP pojawili się m.in. Emilia Komarnicka i Edyta Jungowska. HD 85 min ▶ do godz. 23.35

22.30 TVN

Od kołyski aż po grób

SENSACYJNY Szef gangu rabusiów, Fait (DMX), wpada w kłopoty. Bezwzględny Ling porywa jego córkę, by wymusić na nim zdobycie czarnych diamentów. Zdesperowany ojciec zawiera układ z agentem.

Reż.: Andrzej Bartkowiak Wyst.: Jet Li USA 2003 HD 125 min ▶ do godz. 0.35

23.35 TVP 1

Między oczy

KOMEDIODRAMAT Dwa małżeństwa, Beata (Tamara Arciuch) i Olek (Bartłomiej Kasprzykowski) oraz Gosia i Tomek, spotykają się po 15 latach. Spędzają weekend nad jeziorem. Przekonują się, jak wiele ich dzieli.

Reż.: Piotr Wereśniak Wyst.: Bartosz Opania Polska 2020 HD 110 min ▶ do godz. 1.25

2.20 TVP 1

Brazylia – Haiti

PIŁKA NOŻNA LIVE Przed meczem w Filadelfii kibice zastanawiają się, ile goli Canarinhos strzelą Haitańczykom. Podczas poprzedniego starcia, w Copa America 2016, było ich 7. Czy Brazylijczycy odniosą najwyższe zwycięstwo w historii MŚ? HD 155 min ▶ do godz. 4.55

→ dokument

12.55 TVP 1

Dzika Praga

NATURA Przez dwa lata twórcy rejestrowali cykl życia przyrody w stolicy Czech. Film przedstawia codzienne trudności, z którymi mierzyły się takie gatunki jak muflon, kos, popielica i kurka wodna. HD 65 min ▶ do godz. 14.00

TVP 1 HD DVB-T2

5.30 **63. KFPP w Opolu – Debiuty** – skrót koncertu
5.50 **Akacjowa 38** (881) – telenowela, Hiszpania 2015
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
7.30 **Welon, fura i brawura** (3)
8.00 **Serwis Info** – program inform.
8.10 **Pogoda Info**
8.15 **Czterdziestolatek** (15) – serial obyczajowy, Polska 1976
9.25 **Ranczo 5** (60) – obycz., Pol. 2011
10.15 **Komisarz Alex 6** (69) – serial kryminalny, Polska 2014
11.05 **Ojciec Mateusz 14** (177) – serial kryminalny, Polska 2015
12.00 **Serwis Info** – program inform.
12.10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
12.30 **Agropogoda** – program inform.
12.40 **Magazyn rolniczy**
12.55 **Natura w Jedynce: Dzika Praga** – film dokum., Niem. 2022
14.00 **Złoty chłopak** (316) – serial obyczajowy, Turcja 2022
15.00 **Serwis Info** – program inform.
15.10 **Pogoda Info**
15.25 **Gra słów. Krzyżówka** (1049) – teleturniej
16.00 **Dziedzictwo** (953) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
18.05 **Reporterzy** – mag. reporterów
18.25 **Akacjowa 38** (894) – telenowela, Hiszpania 2015
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
20.10 **Sport, pogoda**
20.25 LIVE **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio

TVP 2 HD DVB-T2

4.35 **Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2023
5.30 **M jak miłość** (1778) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.20 **Anna Dymna – spotkajmy się:** Paulina Bujok – talk-show
6.55 **Barwy szczęścia** (3337) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.30 **Operacja zdrowie** (71) – magazyn medyczny
12.00 **Rodzinka.pl** (17): Człowiek uczy się całe życie – serial komediowy, Polska 2011
12.35 **Koło fortuny** (1864) – teleturniej
13.15 **Postaw na milion** – teleturniej
14.05 **Va banque** (993) – teleturniej
14.35 **Na sygnale** (858): Defekt układu limbicznego – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (415) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
16.00 **Koło fortuny** (1865) – teleturniej
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (125) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Hancer próbuje pojednać się z Beyzą, nieświadoma, że w tym samym czasie paparazzi robi im zdjęcia. O całej aferze dowiaduje się ojciec Sinem i postanawia działać – chce zabrać córkę oraz wnuczkę do siebie.
18.15 **Va banque** (994) – teleturniej
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
19.25 **Barwy szczęścia** (3337) – serial obyczajowy, Polska 2026

POLSAT HD DVB-T2

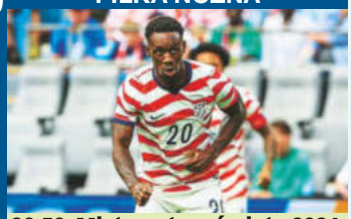
4.40 **Disco Gramy**
5.25 **Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
8.00 **halo tu polsat** – magazyn
11.30 **Gliniarze** (844, 845) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.40 **Dlaczego ja?** (1474, 1475) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Analityczka Agata jest z zamiłowania malarką. Kobieta nie poświęca się tej pasji, ponieważ jest stale krytykowana przez męża i teściową. Jej przetrzymywane w mieszkaniu przyjaciółki płótna dostrzega jednak koneser sztuki Karol. Zamawia u niej kopię obrazu słynnego flamandzkiego artysty. Wysyła dzieło na aukcję jako oryginał.
15.50 **Wydarzenia, pogoda**
16.25 **Interwencja** – magazyn reporterów
16.40 **Gliniarze** (1041, 1042) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Policjanci zatrzymują producenta podrabianych papierosów. Deklaruje on, że wystawi im poszukiwanego listem gończym zabójcę. Detektywi przyjmują ofertę i rozpoczynają poszukiwania gangstera. Niestety, sprawy nie przebiegają po ich myśli. Na dodatek w śledztwie pojawiają się nie tylko nowe wątki, lecz także ofiary.
18.50 **Wydarzenia**
19.20 **Gość „Wydarzeń"** – program publicystyczny
19.25 **Sport, pogoda**

TVN HD DVB-T2

5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1673) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 **Kuchenne rewolucje** (6): Kraków – Via Piada – program rozrywkowy
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.25 **Kuchenne rewolucje** (13, 3): Duszniki-Zdrój, Karczma u Sołtysa; Toruń – EPTO – program rozrywkowy
13.40 **Ukryta prawda** (1655, 1656, 1710) – paradok., Polska
Irena i Zbigniew żyją w podwarszawskiej miejscowości. Syn wyprowadził się do miasta i rzadko ich odwiedza, natomiast córka została z nimi. Pewnego dnia na skutek zwarcia instalacji wybucha pożar.
16.50 **Szpital św. Anny** (50) – serial obyczajowy, Polska 2025
Ratownicy pomagają 14-latkowi potrąconemu przez samochód. Jego stan pogarsza się podczas transportu. Na SOR trafia pacjentka z powtarzającymi się omdleniami. Kaja konsultuje jej wyniki z Wrońskim.
17.55 **Detektywi** (174) – serial fab.-dokum., Polska 2025
W parku dochodzi do porwania chłopca. Świadkami tego zdarzenia są Katarzyna Kowalik i jej przyjaciel Miłosz. Matka oskarża o uprowadzenie dziecka jego biologicznego ojca. Tymczasem niepokój budzi zachowanie narzeczonego kobiety.
19.00 **Fakty, sport i pogoda**
19.50 **Uwaga!** – magazyn reporterów

20

PIŁKA NOŻNA



20.50 Mistrzostwa świata 2026: LIVE mecz grupy D: USA – Australia

Reprezentacja Stanów Zjednoczonych w trzech poprzednich mundialach, w których wzięła udział dotarła do 1/8 finału. Australijczycy cztery lata temu czempionat w Katarze także zakończyli na tym etapie. W walce o ćwierćfinał ulegli późniejszym mistrzom świata, Argentyńczykom.

23.35 **Między oczy** – komediodramat, FILM Polska 2020, reż. Piotr Wereśniak, wyk. Bartłomiej Kasprzykowski, Bartosz Opania, Tamara Arciuch, Dominika Kluźniak, 110 min
1.25 **63. KFPP w Opolu – Superjedynki** – skrót koncertu
2.05 **Piłka nożna:** Mistrzostwa LIVE świata 2026 – studio
2.20 **Piłka nożna:** Mistrzostwa LIVE świata 2026 – mecz grupy C: Brazylia – Haiti
4.55 **Wykrywacz kłamstw** – program publicystyczny, Polska 2025-2026
5.10 **Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026
5.30 **Zakończenie**

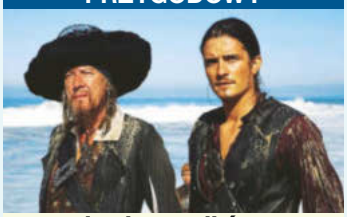
KONCERT

20.05 Wodecki Twist – Tylko w kinie (1, 2)

Motywem przewodnim festiwalu organizowanego w hołdzie słynnemu artyście jest utwór „Tylko w kinie". Wystąpią m.in. Natalia Muianga, Reni Jusis, Natalia Przybysz, Olga Szomańska, Aleksander Dębicz, Krzysztof Iwaneczko i Mietek Szcześniak. Towarzyszyć im będzie Orkiestra Tomasza Szymusia.

22.10 **25 lat „Na dobre i na złe" – urodziny w Leśnej Górze** – widowisko
23.35 **Piłka nożna:** Mistrzostwa LIVE świata 2026 – studio
23.50 **Piłka nożna:** Mistrzostwa LIVE świata 2026 – mecz grupy C: Szkocja – Maroko
Drużyna Steve'a Clarke'a marzy o wyjściu z grupy, czego nigdy wcześniej nie udało się jej osiągnąć na mundialu. Krokiem do celu będzie pokonanie faworyzowanej ekipy Maroka.
2.30 **Nocne graffiti** – film FILM sensacyjny, Polska 1996, reż. Maciej Dutkiewicz, wyk. Marek Kondrat, Kasia Kowalska, Robert Janowski, Jan Peszek, 100 min

PRZYGODOWY



19.55 Piraci z Karaibów: Na krańcu świata – USA 2007, 215 min FILM

Kapitan Jack Sparrow przebywa w niewoli na krańcu świata, w tajemniczym Luku Davy'ego Jonesa. Aby uratować przyjaciela i odzyskać „Czarną Perłę", Elizabeth i Will jednoczą siły z niedawnym wrogiem, Barbossą. Docierają do Singapuru, gdzie mają spotkać się z chińskim korsarzem Sao Fengiem. Ich celem jest magiczna mapa, która pozwoli dotrzeć do miejsca pobytu Sparrowa.

23.30 **Dzień Niepodległości. Odrodzenie** – film s.f., USA 2016, reż. Roland Emmerich, wyk. Liam Hemsworth, Jeff Goldblum, Jessie T. Usher, Bill Pullman, 155 min FILM
Po dwudziestu latach dochodzi do ponownej inwazji kosmitów. Do walki z najeźdźcą rusza oddział pilotów.
2.05 **Hot Shots 2** – komedia FILM sensacyjna, USA 1993, reż. Jim Abrahams, wyk. Charlie Sheen, Lloyd Bridges, Richard Crenna, Valeria Golino, 110 min
3.55 **Kabaretowa Ekstraklasa** (106) – program rozrywkowy

HORROR SF

20.00 World War Z – USA/Malta 2013, 150 min FILM

Na ulicach Filadelfii pojawiają się ludzie zarażeni zagadkową chorobą. Zachowują się jak bezrozumne bestie. Doktor Fassbach uważa, że aby stworzyć szczepionkę, trzeba dotrzeć do źródła wirusa. Razem z Gerrym Lane'em, byłym pracownikiem ONZ, rusza do Korei Płd., gdzie zaobserwowano pierwsze przypadki zachorowań. Wkrótce misja się komplikuje.

22.30 **Od kołyski aż po grób** – film sensacyjny, USA 2003, reż. Andrzej Bartkowiak, wyk. Jet Li, DMX, Anthony Anderson, Kelly Hu, 125 min FILM
0.35 **Specjalista** – film sensacyjny, FILM USA/Peru 1994, reż. Luis Llosa, wyk. Sylvester Stallone, Sharon Stone, James Woods, Rod Steiger, 140 min
2.55 **Kuba Wojewódzki** (11) – talk-show
4.10 **Uwaga!** – magazyn reporterów
4.25 **Nauka jazdy 5** (4) – program rozrywkowy
4.55 **Recepta na stary dom 3** (14) – program rozrywkowy

P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB-T2

5.20 Ten moment (40) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 Szkoła (735-737) – serial paradokumentalny, Polska 2019
8.45 Ukryta prawda (1323, 1414, 1415) – serial paradokumentalny, Polska
11.55 W-11 – Wydział Śledczy (1054-1056): Będziesz ze mną; Pod ścianą; Marta – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
14.00 Detektywi (107) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
15.00 Szpital (753) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Pod opiekę doktora Jarosza trafia pilot z podejrzeniem zawału. Na oddziale towarzyszą mu dwie kochanki. Kobiety porzucają wybranka, gdy dowiadują się, dlaczego znalazł się w szpitalu.
16.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (490, 491): Piękna Helena; Słodki drań – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
18.00 SOS Ekipy w akcji (3) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Na numer alarmowy dzwoni przerażony ośmiolatek, który błaga o pomoc dla swojej nieprzytomnej mamy. Kiedy służby przyjeżdżają na miejsce, słyszą od opiekuna chłopca, że to pomyłka. Ratownicy nie dają jednak wiary jego słowom.
19.00 Ukryta prawda (1514) – serial paradokumentalny, Polska 2023

TV PULS HD DVB-T2

6.00 Policjanci z Miami 2 (14, 15): Dla pieniędzy; Bilet w jedną stronę – serial kryminalny, USA 1985
8.00 Kobra – oddział specjalny (13, 14): Kod widmo; Król złodziei – serial sensacyjny, Niemcy 2015
10.00 Maria z przedmieścia (25, 26) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (99) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
13.00 Wspaniałe stulecie (33) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 Kurierzy (18) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (508, 509) – serial obyczajowy, Polska 2022
Lena i Stach chcą się pobrać. Postępowi rodzice chłopaka zapraszają do siebie jego przyszłych teściów, którzy są konserwatywni. Młodzi obawiają się spotkania. Nabywają w lombardzie serwis obiadowy.
17.00 Kurierzy (19) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Gabi próbuje pomóc Adamowi ustalić, dlaczego strażnicy miejscy go prześladują. Dziewczyna próbuje też uratować przed marnym losem bezdomnego psa. Napotyka przeszkody.
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (956, 957) – serial obyczajowy, Polska 2026
Bartek opiekuje się siostrą i matką. By zdobyć gotówkę, zastawia w lombardzie zegarek, który przyciąga uwagę zegarmistrza. Inny klient przynosi samowar. Sprzęt budzi ciekawość Vanessy.

PULS 2 HD DVB-T2

5.50 Ale numer! 19 (10) – program rozrywkowy
6.25 Superthings: Kazoom Power (1, 2) – serial anim., Hiszp. 2024
6.40 Smerfy 2 (37) – serial anim., Belgia/USA/Fr. 2021
6.55 Jeżyk i Przyjaciele (2, 1) – serial animowany, Polska 2023
7.30 Psi Patrol 8 (23) – serial anim.
7.50 Superkoty (2) – serial anim., USA
8.30 Myszka Miki: Frajdomek 2 (52) – serial anim., USA 2022
8.50 Masza i Niedźwiedź 3 (19, 20) – serial animowany, Rosja 2016
9.20 Bing 4 (5, 6) – serial animowany
9.35 Basia (1, 2) – serial anim., Polska
10.00 Jeżyk i Przyjaciele (12) – serial animowany, Polska 2023
10.25 Spidey i superkumple 2 (31, 30) – serial anim., USA 2022
11.25 Gus. Mały – wielki rycerz (19, 20) – serial anim., Fr. 2021
11.55 Smerfy (143, 144) – serial anim.
13.00 Gumisie 6 (16, 15) – serial anim.
14.00 Kacze opowieści (51, 53) – serial animowany, USA 1987
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (12, 13) – anim., Francja/Korea Południowa/Jap.
16.00 Fineasz i Ferb 2 (24, 25) – serial animowany, USA 2007-2011
17.00 Marta mówi (2) – serial anim., USA/Kanada/Filipiny 2008
17.35 Superkoty (1) – serial anim., USA
18.00 Blue 2 (21, 22) – anim., Australia/Wielka Brytania 2020-2021
18.15 Bing 4 (5, 6) – serial animowany
18.45 Masza i Niedźwiedź 3 (19, 20) – serial animowany, Rosja 2016
19.00 Kacze opowieści (52, 54) – serial animowany, USA 1987

NETFLIX

PREMIERA

MĘŻOWIE W AKCJI

Zostaje uprowadzona młoda kobieta. Mimo licznych różnic jej były i obecny mąż łączą siły, by uwolnić ofiarę z rąk porywaczy. Wspólnie wyruszają na nieprzewidywalną misję ratunkową, podczas której chaos, rywalizacja i komiczne nieporozumienia idą w parze z prawdziwym zagrożeniem.

▶sens., Korea Płd. 2026; 107 min

PREMIERA

KOLOROWANKA

Lucky (William Catlett) próbuje odnaleźć się w nowej rzeczywistości po śmierci żony. Z oddaniem samotnie opiekuje się synem, który ma zespół Downa. Chłopak fascynuje się baseballem. Wraz z ojcem wyrusza w podróż do Atlanty, aby wspólnie śledzić zmagania ulubionych zawodników na żywo.

▶dramat obycz., USA 2024; 115 min

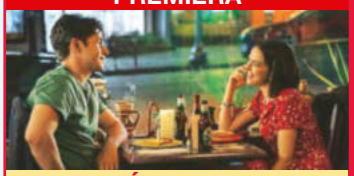
PREMIERA

OAZA

Oaza to elegancki kurort dla bogaczy. Oferuje prywatne plaże i dyskretną, lecz skuteczną ochronę. Sielankowa atmosfera pryska jednak w jednej chwili, w której na teren ośrodka wkracza policja, by wyjaśnić sprawę zaginięcia gościa. Nikt nie może opuścić Oazy, dopóki porywacz nie zostanie ujęty.

▶krym. (8 odc.), Hiszpania 2026

PREMIERA



WIADOMOŚCI DLA ISABELLE

Po śmierci siostry Jill (Zoey Deutch) zaczyna nagrywać na jej pocztę głosową wiadomości, w których opowiada o swoim życiu. Z czasem numer zostaje przydzielony nowemu właścicielowi, a nagrania trafiają do agenta nieruchomości z Austin. Mężczyzna stopniowo daje się wciągnąć w historię nieznajomej.

▶komedia romant., USA 2026

KOMEDIA

20.00 Na twoim miejscu FILM – Polska 2023, 135 min

HIT DNIA

Związek Kasi i Krzyśka, rodziców małego Tadzia, przechodzi poważny kryzys. Gdy wszystko wskazuje na to, że rozwód jest kwestią czasu, małżonkowie w magiczny sposób zamieniają się ciałami. Po początkowym szoku decydują się wejść w nowe role i udawać siebie nawzajem, dopóki nie znajdą sposobu na powrót do własnych wcieleń. Zaczynają lepiej się rozumieć.

22.15 Wyspa – thriller s.f., USA 2005, FILM reż. Michael Bay, wyk. Ewan McGregor, Scarlett Johansson, Djimon Hounsou, Sean Bean, 165 min
Przetrzymywani w izolacji ludzie nie wiedzą, że są manipulowani. Dwoje z nich odkrywa prawdę.
1.00 Sherlock Holmes: Gra cieni FILM – film kryminalny, USA 2011, reż. Guy Ritchie, wyk. Robert Downey Jr., Jude Law, Noomi Rapace, Jared Harris, 160 min
3.40 Fachowcy 2 (8) – serial paradokumentalny, Polska 2018
4.20 Dorota was urządzi! (6) – program rozrywkowy

SENSACYJNY

20.00 22 kule FILM – Francja 2010, 135 min

Charly Mattei przed trzema laty zerwał z gangsterskim fachem. Teraz wiedzie spokojne życie u boku żony, z którą wychowuje dwoje dzieci. Pewnego zimowego poranka ktoś strzela do niego na podziemnym parkingu w Marsylii. 22 kule sięgają celu. Mattei cudem uchodzi z życiem. Planuje zemstę.

22.15 Prawo zemsty – thriller, USA 2009, reż. F. Gary Gray, wyk. FILM Jamie Foxx, Gerard Butler, Colm Meaney, Bruce McGill, 135 min
W zamian za zeznania prokurator łagodzi oskarżenie wobec jednego z podejrzanych o zabójstwo żony i córki Clyde'a. Wściekły wdowiec sam wymierza sprawiedliwość.
0.30 Prowokacja – film sensacyjny, USA 2005, reż. Don E. Faunt- FILM LeRoy, wyk. Steven Seagal, Sarah Buxton, Nick Mancuso, Anthony „Treach" Criss, 110 min
2.20 Lombard. Życie pod zastaw 18 (952) – serial obyczajowy, Polska 2026
3.20 Zobacz to! – pr. powtórkowe

OBYCZAJOWY

20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (964) – Polska 2026

Do zakładu przy Cichej zagląda Naomi, ofiaruje Andżeli pączki i zaprasza ją do grupy wsparcia. Justyna i jej partner żegnają Maksyma, który niebawem wyjeżdża do Berlina. Roman zastanawia się, co słychać u Mariusza.

21.00 Dzielnica strachu 9 (396, 397): Śmieć; Skrzywdzona – serial kryminalny, Polska 2025
23.00 Trzynasty wojownik – film FILM przygodowy, USA 1999, reż. John McTiernan, wyk. Antonio Banderas, Vladimir Kulich, Omar Sharif, Dennis Storhoi, 125 min
1.05 Diary of the Dead: Kroniki żywych trupów – horror, USA FILM 2007, reż. George A. Romero, wyk. Todd William Schroeder, Laura de Carteret, Amy Lalonde, Martin Roach, 120 min
3.05 Lombard. Życie pod zastaw 4 (178) – serial obyczajowy, Polska 2019
4.00 Niesamowite! (14, 15) – serial dokumentalny, Polska 2014
5.00 Kręcimy z gwiazdami (3): Masters – program rozrywkowy

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.00 FBI: Most Wanted 2 (7, 8) – serial krym.
7.30 Agenci NCIS: Hawaje 2 (7, 8) – serial kryminalny
9.10 Castle (9, 10) – serial kryminalny, USA 2009
11.10 MacGyver (15, 16) – serial akcji, USA 2016-2017
13.10 Agenci NCIS: Hawaje 2 (9, 10) – serial kryminalny
15.05 Agenci NCIS 19 (17, 18) – serial sensacyjny, USA 2022
17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 2 (18, 19) – serial krym., USA/Kanada 2001
19.05 Castle 2 (1, 2) – serial krym., USA 2009-2010

TVP SERIALE

5.20 Rodzinka.pl (88, 89) – serial kom., Pol. 2013
6.20 Na sygnale (471, 472)
7.30 Ojciec Mateusz 2 (21) – krym., Pol. 2009
8.25 Komisarz Alex (10)
9.20 Rodzinka.pl (90)
9.55 Klan (1437, 1438)
10.50 Ranczo 7 (88, 89)
12.30 Komisarz Alex (11)
13.25 Ojciec Mateusz 29 (372, 373) – krym., Pol.
15.25 Komisarz Alex (12) – serial krym., Polska
16.20 Na sygnale (473, 474) – serial fab.-dokum.
17.30 Ranczo 7 (90, 91) – serial obycz., Polska
19.30 Ojciec Mateusz 29 (374) – krym., Pol. 2023
20.30 Ojciec Mateusz 2 (22) – krym., Pol. 2009

TVP KULTURA HD

9.00 Podróż za jeden uśmiech (4, 5)
10.15 Król w Nowym Jorku – komediodram., USA 1957, 110 min
12.05 Diament Radży – film obycz., 45 min
12.50 Gatsby w Connecticut: historia nieznana – film dok., USA 2020
14.10 Na początku było Opole – film dok.
15.10 Złote Koło – dramat kryminalny, Polska 1971, 110 min
17.00 Podróż za jeden uśmiech (6, 7-ost.)
18.15 Video Killed the Radio Star – dok.
18.55 Pan wzywał, milordzie? 3 (3)

ALE KINO+ HD

6.30 Polska z góry 4 (2) – serial dok., Pol. 2019
7.00 Wyraj – film krótkometraż.
7.40 Królowa chmur – film obyczajowy, Polska 2003, 100 min
9.20 The Hero – film krótkometraż.
10.00 Patience (5, 6-ost.) – serial kryminalny
12.05 Vera 3 (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2013
14.00 Exodus – dramat obyczajowy, Szwecja 2023, 130 min
16.10 Klub wtorkowy – komediodramat, Szwecja 2022, 125 min
18.15 Vera 3 (2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

CANAL+ PREMIUM HD

12.00 Balony – film krótkometraż.
12.30 Ida – dramat obyczajowy, Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min
13.50 To nie jest zagadka kryminalna (5)
14.45 Fukushima: atomowy koszmar – dok., Wlk. Bryt. 2026
16.15 Mamma Mia! – kom. muz., USA/Wlk. Bryt./Niemcy 2008, 110 min
18.05 Łapu capu – pr. rozr.
18.10 Mamma Mia! Here We Go Again – kom. muz., USA/Wlk. Bryt./Chiny 2018, 110 min
20.00 Czarownice Mayfair 2 (3) – serial fantasy, USA 2025
20.45 Premierowa jazda

HBO HD

10.45 Dzielna banda i tajemnica zaginionego wujka – film animowany, Hiszpania 2024, 85 min
12.10 Na planie 23 (25)
12.35 Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 2 – film fantasy, USA 2012, 115 min
14.30 Dziki kot – dramat biograficzny, USA 2023, 105 min
16.15 Wielka, odważna, piękna podróż – dramat fantasy, Irlandia/USA 2025, reż. Kogonada, 105 min
18.00 Kolejna zwyczajna przysługa – czarna komedia, USA 2025, reż. Paul Feig, 120 min

20

KOMEDIA SENSACYJNA

21.05 Bad Boys for Life – USA/Meksyk 2020, 145 min

Detektyw Burnett, mimo sprzeciwu swojego partnera Lowreya, postanawia przejść na emeryturę. Plany idą w zapomnienie, kiedy z więzienia ucieka baronowa kartelu narkotykowego.

23.30 Faceci w czerni 3 – komedia s.f., USA 2012, reż. Barry Sonnenfeld, 130 min
1.40 Castle 2 (1, 2) – krym.
3.30 FBI 2 (17) – krym., USA
4.20 Walker: Strażnik Teksasu (17) – krym.

OBYCZAJOWY

21.30 Ranczo 8 (92, 93) – Polska 2014

W życie plebanii kolejny raz ingeruje biskup. Duchowny przywozi ze sobą dawnego wikarego Macieja. Jego pojawienie się prowadzi do konfliktów z Michałową.

23.20 Ojciec Mateusz 29 (375, 376) – krym., Pol.
1.20 Oficerowie (3, 4) – serial sens., Pol. 2006
3.15 Gra z Cieniem (11) – serial krym., Polska
4.10 Klan (1437) – telenowela, Pol. 2008
4.35 Pan Mama (10) – serial kom., Pol. 2025

DRAMAT OBYCZAJOWY

20.00 Ognie świętego Elma – USA 1985, 120 min

Po zakończeniu studiów grupa przyjaciół spotyka się w barze St. Elmo's. Nowe doświadczenia weryfikują ich system wartości. Alec i Leslie planują ślub. Jules jest uzależniona od kokainy.

22.00 Powrót Sherlocka Holmesa (3) – krym.
23.05 Czwartkowy klub filmowy – mag. film.
23.10 Bez znieczulenia – dram. obycz., Polska/Fr. 1978, 130 min
1.20 Rozwiązanie – anim.

DRAMAT SENSACYJNY

20.10 Podwójna tożsamość – USA/Niemcy 2007, 120 min

Były żołnierz Tim przebywa w więzieniu. Agent Gruzsa proponuje mu układ – odzyska wolność, jeśli podszyje się pod dilera. Skazaniec nie wie, że padł ofiarą intrygi.

22.10 Oddział dla zuchwałych (1, 2)
0.40 Pokusa – thriller, USA 2012, 120 min
2.40 Kruk. Jak tu ciemno (5) – krym., Pol. 2022
3.25 Żurek – film obycz., Polska 2003, 75 min
4.40 Być kimś

OBYCZAJOWY

21.00 Rok za rokiem (2) – Wielka Brytania 2019

Daniel stara się rozpocząć nowe życie z Viktorem. Pada ofiarą zemsty ze strony Ralpha. Edith decyduje się wrócić do domu. Wraz z siostrą idzie na wiec wyborczy Rook.

22.00 Follemente. W tym szaleństwie jest metoda – komedia, Włochy 2025, reż. Paolo Genovese, wyk. Edoardo Leo, 95 min
23.35 Everest – film katastroficzny, Wielka Brytania/USA/Islandia 2015, 120 min

HORROR SF

20.00 Victor Frankenstein – USA/Wlk. Bryt./Kanada 2015, 110 min

Naukowiec Victor i jego protegowany Igor wspólnie prowadzą eksperymenty nad nieśmiertelnością. Z czasem ich pracą zaczyna się interesować inspektor Turpin.

21.50 Lisa Frankenstein – komedia fantasy, USA 2024, reż. Zelda Williams, 100 min
23.30 Piękna i rzeźnik – horror kom., Kanada/USA 2020, 100 min
1.10 I.S.S. – thriller s.f., USA 2023, 95 min

AXN WHITE

8.25 Szpital nadziei 3 (12)
9.25 Blondynka (2, 3) – obycz.
11.25 Agenci NCIS 15 (13-15)
14.15 Szpital nadziei 3 (13)
15.15 Święta pod gwiazdami – komedia romantyczna, USA/Kanada 2021, 115 min
17.10 Gwiazdka w Wiedniu – dramat obyczajowy, USA/Austria 2019, 110 min
19.00 Dr House 2 (19) – obycz.
20.00 Dowody zbrodni (4, 5) – serial kryminalny, USA
21.55 Unforgettable: Zapisane w pamięci 4 (3) – krym.
22.55 Agenci NCIS 15 (13-15)
1.35 Dowody zbrodni (4, 5)
3.25 Grand Hotel 3 (20, 21)

WARNER TV

8.25 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 9 (21) – sens., USA
9.20 Bajer z Bel-Air 4 (4, 5)
10.20 Prawo Agaty (15) – obycz.
11.25 Pełna chata 7 (5, 6) – kom.
12.25 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 9 (22, 23) – sens.
14.10 Bajer z Bel-Air 4 (4-7)
16.10 Pełna chata 7 (5-8) – kom.
18.15 Taxi 2 – komedia sens., Francja 2000, 105 min
20.00 Taxi 3 – komedia sens., Francja 2003, 100 min
21.40 Przyjemniaczek – kom. sens., Hongkong/Australia/USA 1997, 115 min
23.35 Komórka – film sens., USA/Niemcy 2004, 105 min

CANAL+ FILM HD

6.00 Łapu capu – pr. rozrywk.
6.05 Kiler – komedia sens., Polska 1997, 100 min
7.45 Kung Fu Panda 2 – anim., USA/Kanada 2011, 90 min
9.15 Kung Fu Panda 3 – anim., Chiny/USA 2016, 95 min
10.50 Sigourney Weaver. Ikona kina akcji
11.45 Piękna łąka kwietna
12.15 Masz ci los! – komedia, Polska 2023, 85 min
13.40 Listy do Julii – komedia romant., USA 2010, 105 min
15.25 Wolna krowa
15.55 Łapu capu – pr. rozrywk.
16.00 Riefenstahl – dok., 2024
17.55 Warcraft: Początek – film fantasy, Chiny/Kanada/Japonia 2016, 120 min
19.55 Łapu capu – pr. rozrywk.
20.00 Kraina mroku – horror, USA 2025, reż. Bryan Fuller, 105 min
21.45 Guns Up. Nie zadzieraj z rodziną – komedia, USA 2025, 90 min
23.15 Dziki – dramat przyg., Polska 2025, 135 min
1.30 Wiarołom – dramat obycz., Polska 2021, 75 min
2.45 PRO8L3M 'REALITYCHECK – koncert
3.40 Pierwszy taniec w chmurach – film krótkometraż., Pol.
4.05 Pornografia – film obycz., Pol./Fr. 2003, 115 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 Dzika fauna śródziemnomorska (1) – film dokumentalny, Hiszpania 2024
10.50 Łapu capu Extra (145) – program rozrywkowy
11.00 Naruto (11-13) – serial anime, Japonia 2003
12.30 The Office PL (7-9) – serial komediowy, Pol. 2021-2022
14.10 Hollywood Buzz – magazyn filmowy
14.40 Łapu capu Extra (145) – program rozrywkowy
14.45 Captain Tsubasa (7-9) – serial anime, Japonia 2018
16.00 Premierowa jazda (4) – magazyn
16.20 Świat zwierząt – rodzicielstwo (3, 4) – serial dok., Wlk. Bryt. 2024
18.30 The Office PL 2 (10-12) – serial komediowy, Polska
20.05 Wywiad z wampirem (1, 2) – serial fantasy, USA 2022
22.00 DNA 2 (1, 2) – serial kryminalny, Dania/Francja
23.35 Scarlet Hill (3, 4) – serial kryminalny, Wietnam 2022
1.40 Polityka (1-4) – serial obyczajowy, Polska 2019
4.40 Miasta rytm: Zrabowane dzieła sztuki (1) – film dokumentalny, Polska 2021
5.30 Łapu capu Extra – program rozrywkowy

CANAL+ 360 HD

9.00 Nieczysta gra: Skandal w biathlonie (1) – dok.
10.00 Co poszło nie tak (6)
11.00 Born Racers. Młodzi i szybcy (3) – serial dokum.
12.05 Wolne duchy. Starcie z żywiołami (3) – dok.
13.00 Nieczysta gra: Skandal w biathlonie (3) – dok.
14.00 Wykrywacz historii (5)
15.00 Co poszło nie tak 2 (4)
16.00 Supersamoloty bojowe (7) – serial dokumentalny
17.00 Zholowani: ciężarówki w opałach 8 (9) – dok.
17.55 Porzucone konstrukcje 4 (14) – dok.
18.50 Wykrywacz historii (4)
19.50 Zholowani: ciężarówki w opałach 8 (10) – dok.
20.50 Koleją przez świat 3 (3)
21.55 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (2) – serial dok., Niem. 2023
23.00 Supersamoloty bojowe (5) – serial dokumentalny
0.05 Luis Enrique: Nie macie k** pojęcia** (3) – dok.
0.55 Pokonani (4) – serial krym.
2.00 Twardzielki (1) – dok., Pol.
2.40 Polowanie na Hitlera (5)
3.45 Pogotowie remontowe Wieśka 4 (12) – mag.
4.20 Polska z góry: Stadiony (1) – serial dok., Polska 2024
4.55 Zwierzęta Wajraka 2 (1, 2) – serial dok., Pol. 2021

HBO 2 HD

14.30 Pomimo – dramat fantasy, Włochy 2024, 85 min
15.55 Romans pachnący drewnem – komedia romantyczna, 2024, 85 min
17.20 Fantastyczne zwierzęta: Zbrodnie Grindelwalda – film fantasy, Wielka Brytania/USA 2018, reż. David Yates, 130 min
19.30 Angry Birds Film – film animowany, Finlandia/USA 2016, 95 min
21.05 Millerowie – komedia kryminalna, USA/Wielka Brytania 2013, 110 min
22.55 Drzewa milczą – film dok., Pol./Niem./Dania 2024

AXN BLACK

8.40 Zagadki z przeszłości (12) – przyg., Fr./Niem./Kan.
9.40 Gwiezdne wrota 2 (5-7)
12.40 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 3 (19) – sens., USA
13.45 Renegat 4 (20) – sens.
14.45 Drużyna A 2 (10) – sens.
15.45 Nieustraszony (2) – sens.
16.50 Zagadki z przeszłości (13) – przyg., Fr./Niem./Kan.
17.55 Gwiezdne wrota 2 (8-10)
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (21-23, 25)
0.35 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 3 (19) – sens., USA
1.40 Nieustraszony (2) – sens.
2.35 FBI: Most Wanted (11, 12)
4.25 Drużyna A 2 (10) – sens.

POLSAT SERIALE HD

6.00 Gliniarze (44-46, 723, 724, 36, 726) – serial paradokum.
13.00 Kowalscy kontra Kowalscy (37-40) – serial obyczajowy, Polska 2022
15.00 Świat według Kiepskich (326-329) – kom., Pol. 2010
17.00 Columbo (4, 2) – serial kryminalny, USA
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (91-93) – serial krym., USA/Kanada
23.45 Ślad (6-8) – serial kryminalny, Pol. 2018-2019
2.50 Święty (270, 271) – serial komediowy, Polska 2022
4.00 48h. Zaginieni (63, 64) – serial kryminalny, Polska

HBO 3 HD

10.10 Genialna przyjaciółka 3 (1) – serial obycz., Wł./USA
10.55 Małe kobietki – melodram., 2019, 130 min
13.05 Tata – dok., Rumunia 2024
14.30 Czerwona Jedynka – komedia przygodowa, USA 2024, 120 min
16.30 Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13 (15)
17.20 Minecraft: Film – film familijny, Szwecja/USA 2025, reż. Jared Hess, wyk. Jennifer Coolidge, 100 min
19.00 Niepewne 4 (3, 4) – kom.
20.00 The Last of Us 2 (6)
21.00 Czysta krew 2 (7-12)

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.00 Jedziemy na ryby! (20) – serial dokum.
6.55 Na ratunek 112 (858) – serial paradokum.
7.25 Doktor Martin (21)
8.25 Przyjaciółki (297, 298) – obycz., Pol.
10.25 Świat według Kiepskich (143, 144, 209, 210, 150, 151, 207) – serial kom., Pol.
14.45 Mr. Deeds – milioner z przypadku – komedia romant., USA 2002, 120 min
16.45 8 części prawdy – thriller, USA 2008, 110 min
18.35 Kowboje i obcy – film s.f., USA 2011, 145 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 Pingwiny z Madagaskaru 3 (8, 9) – serial animowany, USA 2012
7.00 Dwóch i pół 3 (3-6) – serial komediowy, USA 2005
8.55 Przyjaciele 4 (2-7) – serial komediowy, USA 1997-1998
11.55 Teoria wielkiego podrywu 3 (16-21) – serial komediowy
14.30 Dwóch i pół 3 (7-10) – serial komediowy
16.30 Przyjaciele 4 (8-13) – serial komediowy, USA 1997-1998
19.30 Teoria wielkiego podrywu 3 (22, 23) – serial komediowy, USA 2009

TVN FABUŁA HD

5.05 Szkoła (761) – serial paradokum.
6.00 Filmowe duety (2)
6.30 Alfabet filmowy (9)
6.45 Zakochani po uszy (63, 64) – telen., Polska
7.45 Detektywi (25-28)
9.50 Prawo Agaty 2 (12)
10.55 Szpital św. Anny (78)
11.55 Miłość czy pomyłka? (9, 10)
13.55 Prawo Agaty 2 (11)
14.55 Detektywi – fab.-dok.
16.00 Superbohaterowie (1) – program kult.
16.40 Kino w drodze (6)
17.15 Królewskie wakacje – dramat obyczajowy, USA 2017, 105 min
19.00 Szpital św. Anny (57) – serial obycz., Polska

13 ULICA

6.20 Balthazar 4 (3, 4) – serial kryminalny, Francja 2022
8.35 Grace 3 (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2023
10.30 Chicago P.D. 10 (16, 17) – serial kryminalny, USA 2022
12.20 Magnum: Detektyw z Hawajów 4 (9, 10) – serial sensacyjny, USA 2021-2022
14.10 Balthazar 4 (5, 6) – serial kryminalny, Francja 2022
16.25 Grace 3 (2) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2023
18.20 Chicago P.D. 10 (18, 19) – serial kryminalny, USA 2022

KINO POLSKA

6.00 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 3 (7) – dok.
6.25 Nowy kabaretowy rejs 5 (3) – pr. rozrywk.
7.15 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 3 (8) – dok.
7.45 Ranking naj polskiego kina (2)
8.25 W zawieszeniu – dramat polityczny, 1986, 105 min
10.10 Ziemia obiecana – dramat obyczajowy, 1974, 220 min
13.50 C.K. Dezerterzy (1/2, 2-ost.) – komedia, Polska/Węgry 1985, 205 min
17.15 Pogranicze w ogniu (18, 19) – serial sens.

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Kabaretowe hity (2) – program rozrywkowy
6.50 Złoty interes (2) – program rozrywkowy
7.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat – cykl reportaży, Pol.
9.05 Robert Makłowicz (144, 150) – mag. kulin.
10.55 Górski lekarz (7, 8) – obycz., Niem./Austria
13.00 Katastrofy w przestworzach (6, 3) – serial dok., Kan.
16.00 MacGyver 3 (13, 14) – sens., USA/Kan. 1988
18.00 Wojny magazynowe: Kanada 2 (30, 31) – reality show
19.05 Aukcja w ciemno (15, 16) – serial dokum.

SENSACYJNY

21.00 Gwiazdorski piątek: Świat w płomieniach – USA 2013, 165 min

John zabiera córkę na wycieczkę do Białego Domu. Tymczasem grupa terrorystów przejmuje kontrolę nad budynkiem i bierze zakładników. John wkracza do akcji.

23.45 60 sekund – film sensacyjny, USA 2000, reż. Dominic Sena, 140 min
2.05 Ślad (109, 110, 1) – serial kryminalny, Pol.
5.10 Na ratunek 112 (844) – serial paradokum.

KOMEDIOWY

20.25 Teoria wielkiego podrywu 4 (1-4)

Penny wiezie Sheldona na jego pierwszą randkę. Cooper poznaje Amy Farrah Fowler. Wolowitz znajduje nietypowe zastosowanie dla ramienia robota.

22.00 The Office PL 4 (7, 8) – serial kom., Pol. 2024
23.05 Comedy Club 3 (1, 2)
0.05 Miasteczko South Park 27 (2, 3)
1.00 Pracoholicy (5, 6)
2.00 Śmieszniej nie będzie 5 (9, 10) – rozr.
3.00 Miasteczko South Park 25 (5, 6)

KOMEDIA WOJENNA

20.00 Złoto dla zuchwałych – USA/Jugosławia 1970, 185 min

W okupowanej Francji grupa znużonych walką żołnierzy USA chce się wzbogacić. Ich śmiały plan zakłada „zabezpieczenie" rezerw złota ukrytego przez hitlerowców.

23.05 Pełzająca śmierć – horror, USA/Serbia/Kanada 2019, 105 min
0.50 Annabelle – horror, USA 2014, 125 min
2.55 Dziewczyny z Hollywood (4)
3.05 Szkoła (733)

SENSACYJNY

20.10 Magnum: Detektyw z Hawajów 4 (11, 12) – USA 2021-2022

Na zlecenie zakonnicy Magnum i Higgins badają sprawę tajemniczej wpłaty na leczenie parafianki. Rick przygotowuje się do ponownego spotkania z Suzy.

22.00 Podróżnik (1) – serial kryminalny, Fr. 2021
0.00 Pan i pani Smith – komedia sensacyjna, USA 2005, 145 min
2.25 Grace 3 (2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
4.05 Balthazar 4 (5, 6) – serial kryminalny, Fr.

DRAMAT SENSACYJNY

20.00 Prawo ojca – 1999, 125 min

Szesnastoletnia córka Michała Korda zostaje zgwałcona. Ojciec, widząc opieszałość policji i prokuratury, sam zamierza wymierzyć sprawiedliwość sprawcom.

22.05 Psy – dram. sens., 1992, wyk. Bogusław Linda, 150 min
0.35 Ziarno prawdy – thriller, 2015, reż. Borys Lankosz, wyk. Robert Więckiewicz, Jerzy Trela, 300 min
5.35 Moje Stare – etiuda filmowa, 2023

KOMEDIA

20.00 Co mi zrobisz, jak mnie złapiesz – Polska 1978, 145 min

Krzakoski chce poślubić córkę prominenta, która jest z nim w ciąży. Najpierw jednak musi rozwieść się z żoną. Poleca podwładnemu znaleźć kogoś, kto uwiedzie jego małżonkę.

22.25 American Pie – kom., USA 1999, 120 min
0.25 Pokój grozy – thriller, USA 2016, 125 min
2.30 Sługi boże – krym., Polska 2016, 130 min
4.40 Moja – krótkometraż.
4.55 Obrońcy skarbów – dok., Wlk. Bryt. 2014

20

CINEMAX HD

11.25 Dla tych w kłopotach
11.45 Jerry Maguire – dramat obyczajowy, 1996, 140 min
14.05 Cytrynowiec – obycz., Pol./Włochy 2023, 110 min
15.55 Pan i pani Smith – kom. sens., USA 2005, 120 min
17.55 Mistrzowie 2.0 – kom., Hiszpania 2023, 125 min
20.00 Slumdog. Milioner z ulicy – komediodramat, USA/Wielka Brytania/Francja 2008, 120 min
22.00 King's Man: Pierwsza misja – kom. sens., USA/Wlk. Bryt. 2021, 130 min
0.10 Halloween – horror, USA 2007, 110 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 Święty (9, 10) – kom., Pol.
14.25 Spadkobiercy 3 (2) – rozr.
15.25 Co ludzie powiedzą? 3 (6) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 Jedną nogą w grobie (1) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 Czarna Żmija 2 (1) – kom.
17.35 Bob kocha Abisholę 5 (10-12) – serial komediowy
19.00 Dwóch i pół 3 (3-6) – kom.
21.00 Świat według Kiepskich (6-8) – serial kom., Pol. 2021
22.30 Co ludzie powiedzą? 3 (7) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 Jedną nogą w grobie (2) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 Czarna Żmija 2 (2) – kom.
0.30 Comedy Club (10) – rozr.

SCI FI HD

7.00 Kroniki Spiderwick (4-6)
10.00 Bibliotekarze 4 (1, 2)
11.50 Czarodziejki 8 (19, 20)
13.40 Grimm 5 (15, 16) – fantasy
15.30 Bibliotekarze 4 (3, 4)
17.20 Czarodziejki 8 (21, 22) – serial fantasy, USA 2006
19.10 Grimm 5 (17, 18) – fantasy
21.00 Underworld: Wojny krwi – horror s.f., USA 2016, reż. Anna Foerster, 115 min
22.55 Szkoła czarownic – horror, USA 1996, 125 min
1.00 Zakazane królestwo – film przyg., 2008, 125 min
3.05 Czarodziejki 8 (21, 22)
5.00 Sanktuarium: Opowieść czarownicy 2 (1) – krym.

FX HD

9.00 Z archiwum X (8) – s.f.
10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (11, 12) – krym.
11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (20, 21)
13.45 Agenci NCIS (19, 20)
15.35 SkyMed (1) – obycz., Kan.
16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (13, 14) – krym.
18.20 Z archiwum X (9) – s.f.
19.15 FBI 3 (11) – serial krym.
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (22, 23)
22.00 Grey's Anatomy: Chirurdzy (14) – obycz.
22.55 Pojutrze – dram. katastrof., USA 2004, 150 min
1.25 Z archiwum X (9) – s.f.

KINO TV HD

8.35 Zagadki kryminalne panny Fisher (13) – krym.
9.50 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (1) – krym.
11.00 Panna Scarlet i komisarz 2 (3, 4) – krym.
13.10 Poirot – serial kryminalny
15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (2, 3)
17.50 Panna Scarlet i komisarz 2 (5, 6) – krym.
20.00 Mechanik: Konfrontacja – film sensacyjny, Francja/USA/Bułgaria 2016, 125 min
22.05 Peacemaker – film sensacyjny, 1997, 155 min
0.40 Zdrajca – dramat kryminalny, 2008, 140 min

ROMANCE TV HD

14.15 Inga Lindström: Spotkanie nad morzem – film obyczajowy, Niemcy 2003, 110 min
16.05 Statek marzeń – Japonia – film obyczajowy, Niemcy 2018, 115 min
18.00 Stadnina w Piber (9)
19.00 Górski lekarz (123) – obycz., Niemcy/Austria
20.00 P! Statek marzeń – Afryka: Madikwe – film obycz., Niemcy 2025, 115 min
21.55 Miłość na St. Lucia – film obyczajowy, Kanada/USA 2024, 110 min
23.45 Górski lekarz (123) – obycz., Niemcy/Austria

CINEMAX 2 HD

14.35 Małpiarnia – komediodramat, Izrael/Włochy 2023, 130 min
16.45 Żarty i papierosy – film biograficzny, Hiszpania 2023, 120 min
18.45 Jak być normalną – film obyczajowy, Austria 2025, 105 min
20.30 P! Krokodyle łzy – thriller, Indonezja/Francja/Singapur 2024, reż. Tumpal Tampubolon, 100 min
22.10 Wróbel w kominie – film obyczajowy, 2024, 115 min
0.05 To jest ciało moje – komediodramat, Hiszpania 2023, 85 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

9.05 Poirot 5 (1, 2) – serial krym.
11.20 Zatraceni w miłości (7, 8)
13.20 Agenci NCIS 17 (5, 6)
15.10 Lekarze na start (7, 8)
16.45 Poirot 5 (3, 4) – serial krym.
19.00 Zatraceni w miłości (9, 10) – telen., Turcja 2023
21.00 Królowa węży (6)
22.05 Panna Scarlet 6 (6)
23.15 Projekt Błękitna Księga (4) – serial s.f., Kanada/USA
0.05 Zatraceni w miłości (9, 10) – telen., Turcja 2023
1.55 Królowa węży (6)
2.50 Panna Scarlet 6 (6)
3.40 Projekt Błękitna Księga (4) – serial s.f., Kanada/USA
4.25 Zatraceni w miłości (9)

NOVELAS+ HD

10.00 Cud miłości (17) – telen.
11.00 Otchłań namiętności (102) – telen., Meksyk 2012
12.00 Za wszelką cenę (72)
13.01 Róże i grzechy (1) – telen.
14.00 Historia Juany (29, 30)
16.00 Róże i grzechy (2) – telen.
17.00 Za wszelką cenę (73)
18.00 Otchłań namiętności (103) – telen., Meksyk 2012
19.00 Macocha (12) – telenowela
20.00 Cud miłości (18) – telen.
21.00 Historia Juany (30)
21.59 Róże i grzechy (2) – telen.
23.00 Za wszelką cenę (73)
0.00 Otchłań namiętności (103) – telen., Meksyk 2012
1.00 Macocha (12) – telenowela

FX COMEDY HD

10.05 Diabli nadali 7 (14-17)
12.00 Jim wie lepiej 6 (7, 8)
13.00 Sposób użycia 5 (3, 4)
14.00 Wszyscy kochają Raymonda 3 (23-26)
16.00 Simpsonowie 35 (4, 9, 11, 8)
18.00 Jak poznałem waszą matkę 9 (22-24) – kom.
19.30 Współczesna rodzina 6 (1-3) – kom., USA 2014-2015
21.00 Family Guy: Głowa rodziny 23 (6, 7)
22.00 Jackass: Bezwstydny dziadek – komedia, USA 2014, 100 min
23.40 Genialna Morgane 2 (3, 4) – serial kryminalny, Fr.

FILMBOX PREMIUM HD

12.15 Królowe ringu – komedia, Francja 2013, 110 min
14.05 Zawsze chciałem być gangsterem – komedia kryminalna, 2007, 125 min
16.10 Dwóch facetów w jednym – kom. fantasy, Francja 2008, 100 min
17.50 Koncert – dramat obyczajowy, Francja/Wł./Rumunia 2009, 130 min
20.00 Jazda bez zasad – thriller, USA 2018, reż. Jeremy Ungar, 90 min
21.30 Dynastia Tudorów (8-10) – hist., Kanada/Irlandia/USA
0.35 Mroczna korona – film fantasy, 2025, 150 min

PARAMOUNT NETWORK HD

9.30 Kontakt – film s.f., USA 1997, 210 min
13.00 Czarodziejki 2 (7, 8)
15.00 Pingwiny z Madagaskaru 2 (29)
15.30 Krokodyl Dundee 2 – komedia przyg., USA/Australia 1988, 145 min
17.55 Przypadkowa dziewczyna – komedia romantyczna, USA/Wielka Brytania 1998, 125 min
20.00 Lodowy szlak – film sens., USA/Kanada 2021, 140 min
22.20 Ciche miejsce 2 – horror, USA 2020, 100 min
0.00 Zakładnik – film sensacyjny, 2004, 150 min

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

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
- 9.35 **Kolarstwo górskie:** Zawody Pucharu Świata w Leogang – podsumowanie
- 10.05 **Kolarstwo kobiet:** LIVE Tour de Suisse – 3. etap
- 12.30 **Kolarstwo:** Wyścig dookoła Słowenii – 2. etap
- 13.00 **Kolarstwo:** Wyścig LIVE dookoła Słowenii – 3. etap
- 15.00 **Kolarstwo:** Tour de Suisse – 2. etap
- 15.35 **Kolarstwo:** Tour LIVE de Suisse – 3. etap
- 17.45 **Kolarstwo górskie:** LIVE Zawody Pucharu Świata w Lenzerheide – short track kobiet i short track mężczyzn

POLSAT SPORT 1 HD
- 6.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Ukraina – Polska
- 9.00 **Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski
- 10.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Bułgaria – Polska
- 11.45 **Siatkówka kobiet:** LIVE Liga Narodów – mecz: Ukraina – Holandia
- 14.45 **Siatkówka kobiet:** LIVE Liga Narodów – mecz: Francja – Chiny

Siatkarki z Państwa Środka mają rachunku do wyrównania z Trójkolorowymi. Podczas mistrzostw świata Francuzki pokonały Chinki w meczu 1/8 finału.

CANAL+ SPORT HD
- 6.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lech – Lechia Gdańsk
- 8.20 **Speedway+** – mag.
- 9.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – Celta
- 11.15 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Athletic Club – Atletico Madryt
- 13.30 **Prawo derbów** (5, 6)
- 15.50 **Premier League: The Big Interview** (41) – mag. piłkarski
- 16.20 **Premier League Stories** (45) – mag.
- 16.55 **Speedway+** – mag.
- 17.30 **Żużel:** PGE Ekstraliga LIVE – mecz: KRONOPLAST Włókniarz Częstochowa – FOGO Unia Leszno

TVP SPORT HD
- 6.40 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026: Czechy – RPA
- 9.00 **Mundialowy poranek** (8) – mag.
- 10.30 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026: Szwajcaria – Bośnia i Hercegowina
- 12.45 **Mundial 2026 – Legendy miejskie** (3) – cykl reportaży
- 13.20 **Piłka nożna:** MŚ 2026: Kanada – Katar
- 15.35 **Mundial 2026 – Legendy miejskie** (9) – cykl reportaży
- 16.10 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – mecz grupy A: Meksyk – Korea Płd.
- 18.30 **Dzień na mundialu** (8) – magazyn piłkarski

ELEVEN SPORTS 1 HD
- 6.00 **LaLiga Best 11** – magazyn piłkarski
- 8.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – Bayer 04 Leverkusen
- 10.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Villarreal CF – FC Barcelona
- 12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Fiorentina
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – St. Pauli
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – AC Milan
- 18.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Barcelona – Mallorca
- 20.00 **F2: Chasing the Dream** – mag. motor.

DISCOVERY CHANNEL HD
- 7.00 **Budowa na końcu świata** – serial dok.
- 8.00 **Gorączka złota: zapomniane kopalnie** – serial dok.
- 9.00 **Gorączka złota: rzeka skarbów 6**
- 10.00 **Klan z Alaski** – dok.
- 11.00 **Przetrwać nad Jukonem** – serial dok.
- 12.00 **Fani czterech kółek 16** – serial dok.
- 13.00 **Nagi instynkt przetrwania: Elita**
- 15.00 **Złomowisko PL 5** (9)
- 16.00 **Gorączka złota 16**
- 17.00 **Nic do zgłoszenia** (3) – serial dok., Pol. 2021
- 18.00 **Bracia Collins biorą się do roboty** (2)
- 19.00 **Nagi instynkt przetrwania 11**

20

JEŹDZIECTWO

- 19.15 **League of Nations** LIVE **– Rotterdam**

Reprezentacje 10 krajów, m.in. Wielkiej Brytanii i Stanów Zjednoczonych, rywalizują o punkty w ramach trzeciej rundy tegorocznego cyklu.

- 21.00 **Kolarstwo:** Wyścig dookoła Słowenii – 3. etap
- 22.00 **Kolarstwo:** Tour de Suisse – 3. etap
- 23.00 **Szermierka:** ME – Antony 2026 – 4. dzień
- 1.00 **Kolarstwo:** Wyścig dookoła Słowenii – 3. etap

LEKKOATLETYKA

- 18.00 **Diamentowa** LIVE **Liga w Dosze**

Wśród wielu gwiazd, które pojawią się na Khalifa International Stadium, zobaczymy mistrzynię olimpijską na 400 metrów Marileidy Paulino.

- 19.45 **Koszykówka** LIVE **mężczyzn:** ORLEN Basket Liga: Zastal – Legia Warszawa
- 22.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów: Ukraina – Polska
- 1.00 **Boks:** Rocky Boxing Night 19 w Karlinie: Jan Lodzik – Mateusz Polski 2 08.06.2024

ŻUŻEL

- 20.00 **PGE Ekstraliga:** LIVE Gezet Stal Gorzów – BAYERSYSTEM GKM Grudziądz

Poprzednie spotkanie tych zespołów zakończyło się remisem. Czy w Gorzowie Wielkopolskim padnie rozstrzygnięcie?

- 23.00 **Sporty walki:** Sporty walki: ONE Friday Fights 159
- 2.15 **Premier League Stories** (45) – mag.
- 3.00 **Boks:** BKFC Fight LIVE Night: Nashville – waga lekka: Tony Soto – Juan Carlos DeLeon

PIŁKA NOŻNA

- 20.00 **Mistrzostwa świata 2026** LIVE – mecz grupy D: USA – Australia

Christian Pulisic cztery lata temu zdobył swoją pierwszą bramkę na mistrzostwach świata (1:0 w spotkaniu z Iranem). W turnieju przed własną publicznością liczy na kolejne trafienia.

- 23.50 **Piłka nożna:** LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy C: Szkocja – Maroko
- 2.20 **Piłka nożna:** LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy C: Brazylia – Haiti

MAGAZYN PIŁKARSKI

- 20.20 **Made in Italy** (8)

Rzut oka na kluby piłkarskie stanowiące wizytówkę włoskiej Serie A. Tym razem kibice zajrzą do szatni AS Romy.

- 20.40 **Formuła 1:** Grand Prix Barcelony-Katalonii
- 22.40 **GP Confidential**
- 23.20 **Ligue 1 Show** (35)
- 0.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (3, 4)
- 1.20 **Bundesliga Special** (1) – magazyn piłkarski
- 2.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – SS Lazio
- 4.00 **Bundesliga Dino** – film dokumentalny

DOKUMENTALNY

- 21.00 **Specjalistki** (4) – Polska 2020

Kobiety coraz częściej próbują swoich sił w zawodach, które dawniej wykonywali tylko mężczyźni. W programie zostanie pokazanych kilka kobiet, które wybrały tę drogę.

- 22.00 **Bimbrownicy 14**
- 23.00 **Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata**
- 1.00 **Hot rod wg Kindiga** (7) – serial dok., USA
- 2.00 **Militaria na warsztat 5** (8)
- 3.00 **Królowie asfaltu 11** (3) – reality show

EUROSPORT 2 HD
- 13.00 **FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans
- 16.00 **Szermierka:** Mistrzostwa Europy – Antony 2026 – 3. dzień
- 17.15 **Szermierka:** ME LIVE – Antony 2026 – 4. dzień
- 19.30 **Wspinaczka:** Zawody LIVE World Series w Innsbrucku – bouldering mężczyzn – finały
- 21.30 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Innsbrucku – bouldering kobiet – finały
- 23.00 **Kolarstwo górskie:** Zawody PŚ w Lenzerheide – short track kobiet i short track mężczyzn

POLSAT SPORT 2 HD
- 6.00 **Tenis:** Turniej ATP w Halle – mecz 2. rundy
- 8.30 **Tenis:** Turniej ATP w Halle – mecz 2. rundy
- 11.30 **Tenis:** Turniej ATP w Halle LIVE – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej
- 13.30 **Tenis:** Turniej ATP LIVE w Halle – ćwierćfinał
- 15.30 **Tenis:** Turniej ATP LIVE w Halle – ćwierćfinał
- 17.30 **Tenis:** Turniej ATP LIVE w Halle – ćwierćfinał
- 20.00 **Siatkówka kobiet:** LN
- 22.30 **Siatkówka kobiet:** LN
- 1.00 **Sporty walki:** FEN 44 w Ostrowie Wielkopolskim: P. Kuberski – M. Filipczak

CANAL+ SPORT 2 HD
- 11.00 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Berlinie – ćwierćfinał gry pojedynczej
- 13.00 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Berlinie – ćwierćfinał
- 15.30 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Berlinie – ćwierćfinał
- 17.30 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Berlinie – ćwierćfinał
- 19.45 **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – ćwierćfinał
- 22.00 **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – ćwierćfinał
- 0.15 **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – ćwierćfinał
- 2.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Jagiellonia Białystok – Wisła Płock

EXTREME CHANNEL HD
- 9.00 **Best of Nitro World Games** (1) – pr. sportowy
- 10.00 **RaceMAX Motorsports 4**
- 11.00 **X Games – Oslo** (7)
- 12.00 **Nitro Circus: Crazy Train**
- 13.00 **Action Sports World** (13)
- 14.00 **WWE Classic Gold**
- 16.35 **WWE Highlights** (72)
- 17.00 **KPW Kombat TV** (5, 25)
- 19.00 **WWE Highlights** (52)
- 20.00 **AEW Dynamite** (2623)
- 22.00 **PTW Wrestling** (1)
- 1.15 **New Japan Wrestling – Highlights** (31)
- 2.00 **RaceMAX Motorsports 4**
- 3.00 **Best of Nitro World Games** (1) – pr. sportowy
- 4.00 **Nitro Circus: Crazy Train**

ELEVEN SPORTS 2 HD
- 12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – SC Freiburg
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – SS Lazio
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Union – Bayern
- 18.00 **Ligue 1 Show** (35) – mag.
- 18.40 **Made in Italy** (9) – mag.
- 19.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Hellas – Inter
- 21.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Real Oviedo
- 23.00 **Ligue1 Season Review**
- 0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Lorient – PSG
- 2.00 **Diego Rodriguez** – dok.

DISCOVERY LIFE HD
- 10.15 **Nowa Maja w ogrodzie 5** (21, 22)
- 11.15 **Idealna niania** (11, 12)
- 12.45 **Klinika bez tajemnic**
- 14.45 **Szpital** (503, 504)
- 16.45 **Idealna niania** (10-12)
- 19.00 **Idealna niania 2** (1)
- 19.45 **Klinika naturalnego piękna** (1) – reality show
- 20.15 **Dr Pryszczylla 3** (10)
- 21.15 **Odnaleźć się w chorobie** (4) – dok., USA
- 22.15 **Chirurgia otyłości** (10)
- 23.15 **Nie do uwierzenia!** (2)
- 0.15 **Sekrety lekarzy** (2)
- 1.15 **Wycieczkowiec** (3)
- 2.15 **Druga twarz 2** (3) – rozr.
- 3.15 **Szpital** (311, 312)

POLSAT SPORT FIGHT HD
- 13.45 **Sporty walki:** Hybrid MMA 9 – Nowe Rozdanie: Oleksii Polishchuk – Edgar Davalos
- 15.10 **K.O. TV Weekly** (25)
- 15.40 **Sporty walki:** Babilon MMA 57 w Ciechanowie
- 17.45 **Boks:** Rocky Boxing Night w Kościerzynie – waga ciężka: K. Meyna – A. Wright
- 19.00 **Sporty walki:** Babilon LIVE MMA 58 w Nowym Sączu – walka: Rafał Dudek – Chris Melhuish
- 0.00 **Strzelnica Navala** (3)
- 0.25 **Boks:** Polsat Boxing Promotions 9 w Częstochowie

POLSAT SPORT 3 HD
- 14.00 **Tenis:** Turniej ATP LIVE Challenger w Poznaniu – półfinał gry podwójnej
- 16.00 **Tenis:** Turniej ATP LIVE Challenger w Poznaniu – półfinał gry pojedynczej
- 18.00 **Tenis:** Turniej ATP LIVE Challenger w Poznaniu – półfinał gry pojedynczej
- 20.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- 22.30 **Tenis:** Turniej ATP Challenger w Poznaniu – półfinał gry pojedynczej
- 1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA 55 w Radomiu – waga półciężka: Marcin Łazarz – Szymon Kołecki

CANAL+ SPORT 5 HD
- 8.10 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: ZKS Stal Rzeszów – PSŻ Poznań
- 11.00 **Premier League Stories**
- 11.30 **Speedway+** – mag.
- 12.00 **Dart:** PDC World Series LIVE w Bratysławie – 1. runda
- 17.30 **Żużel:** PGE Ekstraliga LIVE – mecz: KRONOPLAST Włókniarz Częstochowa – FOGO Unia Leszno
- 20.00 **Dart:** PDC World Series LIVE w Bratysławie – 1. runda
- 23.00 **Sporty walki:** Sporty walki: ONE Friday Fights 159
- 2.15 **Ligomistrzowe historie**
- 2.50 **Przerwa techniczna**

ELEVEN SPORTS 4 HD
- 14.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (1, 2)
- 15.00 **Made in Italy** (5-8)
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Monaco – Lens
- 18.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: 1. FC Köln – Eintracht Frankfurt
- 20.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – UD Levante
- 22.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (5, 6) – mag.
- 23.00 **Bundesliga Clubs** – mag.
- 0.00 **Piłka nożna** – mecz: Sporting CP – FC Alverca

ELEVEN SPORTS 3 HD
- 11.30 **Bundesliga Clubs** – mag.
- 11.45 **Bundesliga Clubs** – mag.
- 12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Cremonese – Juventus
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – UD Levante
- 16.00 **Bundesliga Special** (22)
- 16.30 **Ligue 1 Show** (35) – mag.
- 17.00 **Serie A** – mag. piłkarski
- 18.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Milan – Roma
- 20.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: BVB – Stuttgart
- 22.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: RC Lens – Olympique Marsylia
- 0.00 **LaLiga Best 11** – mag.

CANAL+ DOKUMENT HD
- 11.45 **Siedem cudów świata z Bettany Hughes** (1-3)
- 14.30 **Rave** – film dok., Pol. 2024
- 16.00 **Wszystkie kolory świata 4** (1-4) – serial dok.
- 20.00 **Ich bronią były kamery: Od plaż Normandii do Dachau** – film dokum.
- 21.00 **Gaza oczami reporterów** – film dokum.
- 22.05 **Chiny od środka. Walka o Tybet** – dok., Wlk. Bryt.
- 23.10 **Morze Południowo-chińskie. Kolejny punkt zapalny?** – film dokum., Fr.
- 0.15 **Rosja kontra Rosja** – dok.
- 1.15 **Twardzielki** (10) – dok.
- 1.45 **O co biega?** (4) – mag.

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
11.00 **Inżynieria ekstremalna** – serial dokumentalny, USA
13.00 **Szyfry i spiski 2** (4) – serial dokum., USA
14.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny
15.00 **Gwiezdne bitwy:** Wielki sen – serial dok.
16.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny
18.00 **Jak to jest zrobione?** – serial dokumentalny, Kanada

DOKUMENTALNY

20.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń** – USA 2013
Widzowie tym razem zobaczą, jak zostało zaprojektowane i stworzone wspaniałe auto – Morgan Aero Coupe.
21.00 **Tajemnice starożytnych mumii** (7): Plemię przeklętej mumii – serial dok., USA 2019
23.00 **Kosmiczna mapa skarbów** – serial dok.
1.00 **Gwiezdne bitwy:** Wielki sen – serial dok.
2.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.

ID HD

6.00 **Sprawiedliwi z Teksasu** – dok., USA
8.00 **Naznaczeni morderstwem** – dok.
10.00 **Zbrodnia w sąsiedztwie** – serial dokumentalny
12.00 **Taśmy zbrodni** – serial dokumentalny
14.00 **Viralowe zbrodnie 2** – serial dokumentalny
14.30 **Viralowe zbrodnie**
15.00 **Viralowe zbrodnie 2** – dok., USA
15.30 **Viralowe zbrodnie** – dok., USA 2020
16.00 **Przerwana sielanka** – serial dokumentalny
18.00 **Zaginieni** (3) – dok.
20.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet** – serial dok.

DOKUMENTALNY

21.00 **Demony Hollywood 2**
Grupa ciężarnych nastolatek zdobywa rozgłos dzięki udziałowi w kontrowersyjnym programie MTV. Zamiast wsparcia dziewczyny spotykają się z falą ostrej krytyki.
23.00 **Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2** (1)
0.00 **Demony Hollywood 2** – dok.
2.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet** – serial dok.
3.00 **Zaginieni** (3) – dok.
4.00 **Taśmy zbrodni**

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

12.00 **Odludna wyspa** (10)
13.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Wojna z Ameryką** (6) – dok.
14.00 **Tajemnice wojennych wraków** (3) – dok., Wlk. Bryt.
15.00 **Strzegąc granic** (9, 10) – dok., Wlk. Bryt.
16.00 **Złapać przemytnika** (4) – serial dok., USA
17.00 **Egipt: Tajemnica grobowca** (1) – film dok., Wlk. Bryt. 2016
17.55 **Otchłań: Powstanie i upadek nazizmu** (2) – dok., Niem. 2020
19.00 **Złoto Hitlera** (3) – dok., Czechy 2020
20.00 **Katastrofa w przestworzach** (2) – serial dokum., Kan.

DOKUMENTALNY

21.00 **Wojna koreańska** (1)
Po otwarciu archiwów w Rosji, USA, Chinach i Korei Południowej udostępnione zostały materiały, które pozwalają na nowo przyjrzeć się konfliktowi.
22.05 **Kimowie: Rodzinna dyktatura** (1)
23.00 **Wojna widziana z powietrza** (2) – dok.
0.00 **1946: Proces tokijski**
1.20 **Wojna koreańska** (1)
2.25 **Na granicy wytrzymałości** (1)
3.00 **Co poszło nie tak** (3, 4) – dok., Wlk. Bryt.

FOKUS TV DVB T2

6.05 **48h. Zaginieni** (49)
7.00 **Byli sobie podróżnicy** (3-6)
8.55 **Wehikuł czasu** (619)
9.00 **Starożytni kosmici** (4) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (5, 6) – reality show
12.00 **Apokalipsa: II wojna światowa** (3)
13.00 **Poszukiwacze historii** (2, 3) – dok.
14.00 **Czołgi: Ewolucja machiny wojennej** (5, 6) – serial dok., Fr.
16.00 **Dorwać tuńczyka 2** (1, 2) – serial dok., USA
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (30, 31) – serial dok.
20.00 **Największe wynalazki starożytności** (4)

DOKUMENTALNY

21.00 **Największe mity historii** (2)
Przedwczesna śmierć Elvisa Presleya i Walta Disneya dały początek teoriom spiskowym. Według doniesień słuchowisko „Wojna światów" Orsona Wellsa wywołała popłoch wśród słuchaczy.
22.00 **Apokalipsa Hitlera – front zachodni** (1, 2) – dok., Fr. 2020
0.00 **Oto Ameryka XXL – życie bez umiaru** – film dokum., Fr. 2024
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (5-8) – serial dokum.
5.00 **Kołowrotek** (8, 9)

TVP HISTORIA DVB T2

8.40 **Czterdziestolatek** (3) – obycz., Pol. 1974
9.40 **Magia irańskiego jedwabiu**
10.35 **Tajemnice kultowych seriali** (4)
11.35 **Świat w filiżance herbaty** (6) – dok.
12.40 **Starożytne mocarstwa** (2) – dok.
13.35 **Sen o Królowym Moście** – reportaż
13.55 **Królowie** (40) – hist.
14.35 **Czterdziestolatek** (4) – obycz., Pol. 1974
15.30 **Sensacje XX wieku** (1, 2) – program hist.
17.25 **Czas honoru. Powstanie** (1)
18.15 **Encyklopedia II wojny światowej**
19.25 **Królowie** (79) – hist.

DRAMAT BIOGRAFICZNY

20.00 FILM **Kochając Pablo, nienawidząc Escobara** – Hiszpania/Bułgaria 2017, 130 min
Baron narkotykowy Pablo Escobar nawiązuje romans z modelką i gwiazdą telewizji, Virginią. Kobieta go odmienia, ale z czasem poznaje też mroczne oblicze gangstera.
22.10 **Historia w postaciach zapisana** – cykl dok.
0.20 **Sensacje XX wieku** (1, 2) – program hist.
2.25 **Encyklopedia II wojny światowej** – serial dok., Pol. 1995

HISTORY HD

13.05 **Starożytni kosmici 14** (16) – dok.
14.00 **Tajemnice skute lodem 3** (6) – dok.
14.50 **Największe tajemnice świata 6** (14) – serial dok., USA
15.45 **Gwiazdy lombardu 12** (45)
16.15 **Jak to wyjaśnić? 5** (15) – serial dok., USA
17.10 **II wojna światowa w kolorze** (3) – dok.
18.10 **Największe tajemnice świata 5** (8) – serial dok., USA
19.05 **Starożytni kosmici 16** (9) – dok.
20.00 **Starożytni kosmici 14** (8) – dok.
21.00 **Starożytni kosmici 17** (1) – dok.

POPULARNONAUKOWY

22.00 **W poszukiwaniu potwora 5** (5)
Eksperci analizują relacje światków dotyczące przerażającego człowieka-cienia z Indiany oraz przyglądają się historii domu, który stał się inspiracją dla filmu „Obecność".
23.00 **Tom Hanks: II wojna światowa** (7, 8) – dok., USA/Wlk. Bryt.
0.50 **Starożytni kosmici 14** (8) – dok.
1.50 **II wojna światowa w kolorze** (3) – dok.
2.45 **Największe tajemnice świata 6** (14) – serial dok., USA

20

DISCOVERY HISTORIA HD

6.00 **Łowcy staroci** (1, 2) – dok.
8.00 **Na ratunek starociom**
9.00 **Brudne skarby** – dok.
11.00 **Wyprawa w nieznane**
13.00 **Skarby z szopy** (4, 5)
14.00 **Łowcy staroci: Renowacje** (8, 9) – dok.
16.00 **Skarby z szopy** (6, 7)
17.00 **Militaria na warsztat** (7)
18.00 **Muzealne tajemnice**
20.00 **Wolna miłość w PRL** (2-5)
22.00 **Klub odkrywców** – dok.
0.00 **Wyprawa w nieznane**
2.00 **Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki**
3.00 **Europa filmowa** (5) – dok.
4.00 **Seryjni mordercy**
5.00 **Łowcy staroci** (3) – dok.

PLANETE+ HD

12.30 **Świat zwierząt. Najlepsi rodzice** – dok., Austria
13.40 **Krajobrazy świata** (5)
14.40 **Piesze wędrówki po świecie 2** (4) – serial dok.
15.40 **Niezwykłe podróże koleją 7** (2) – serial dok., Fr.
16.45 **360° Świat bez granic**
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4** (31, 32)
18.50 **1312. Afryka odkrywa Amerykę** – film dokum., Fr.
20.00 **Homo plasticus** – dok., Fr.
21.15 **Materiały przyszłości** (3) – film dokum., Niemcy 2022
22.20 **Wytwórz i wyślij** (1)
23.25 **Planeta Seks** (4) – dok.
0.20 **Niezwykłe podróże koleją 7** (3) – serial dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

8.00 **Niezwykłe wędrówki zwierząt** (1) – serial dok.
9.00 **Niezwykły dr Pol**
12.00 **Zwierzęta zombie** (2)
13.00 **Wyzwania natury** (8, 9)
14.00 **Niedźwiedzia zima**
15.00 **Walki zwierząt** (7) – dok.
16.00 **Olśniewająca Ameryka: W krainie gadów** (1)
17.00 **Wilki z Yellowstone** (2)
18.00 **Dzikie królestwo Chin**
19.00 **Zwierzaki w amoku** (2)
20.00 **Niszczycielskie żywioły**
21.00 **Niezwykły dr Pol**
2.00 **Niezwykłe wędrówki zwierząt** (1) – serial dok.
3.00 **Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy**

POLSAT VIASAT NATURE HD

10.55 **Afrykańskie drapieżniki: wielka czwórka** (3) – dok.
12.05 **Pacyfik** (3) – serial dok.
13.05 **Sekrety wodnych krain**
14.15 **San Andreas: wyścig z czasem** – dok., Wlk. Bryt.
15.20 **Dawno temu w Tsavo** (1)
16.30 **Zaczarowane góry: w sercu Niemiec** – dok.
17.45 **David Attenborough i smok morski** – film dok.
18.50 **Zabójcza pogoda 2** (1)
19.55 **Wojny zwierząt** (3) – dok.
21.00 **Atlantyk – najdzikszy ocean** (3) – dok., Wlk. Bryt.
22.10 **Sekrety wodnych krain**
23.15 **Zabójcza pogoda 2** (2)
0.20 **Rzeczne potwory** (3, 4)

BBC EARTH HD

13.15 **Serengeti 3** (4) – dok.
14.25 **W okowach mrozu 2** (12)
15.25 **Życie na pustkowiu: powroty 3** (1) – serial dok.
16.25 **Wielkie koty 24/7 2** (5)
17.40 **Azja** (1) – serial dok., 2024
18.45 **Malownicze trasy kolejowe** (4) – serial dok.
19.45 **Ben Fogle: wyścig do źródła Nilu** (1) – dok.
20.45 **Mroźna planeta II: kulisy 2** (2) – serial dokum.
20.55 **Życie na pustkowiu: powroty 3** (2) – serial dok.
21.55 **W okowach mrozu 2** (13)
22.55 **Zabójcza pogoda 6** (13)
23.55 **Zabójcza pogoda 5** (2)
1.00 **Azja** (1) – serial dok., 2024

ANIMAL PLANET HD

13.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.
14.00 **Resocjalizacja z pitbullem 7** – serial dok.
15.00 **Kot z piekła rodem**
17.00 **Mój przyjaciel grizzly** – serial dokumentalny, USA
18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych** – serial dok.
19.00 **Cuda z drewna** – dok.
20.00 **Michael Phelps kontra rekiny** – film dokum.
21.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
22.00 **Projekt akwarium** – dok.
23.00 **Resocjalizacja z pitbullem 7** – serial dok.
0.00 **Alaska: Ostatni przystanek** – serial dok.

TVP DOKUMENT HD

13.45 **Kanadyjskie parki narodowe** (4) – dok.
14.50 **Kalendarz przyrody** (10)
15.50 **Dobre wieści z planety Ziemia** (1) – cykl dokum.
16.50 **Dzika Australia Zachodnia z Billem Baileyem** (4) – serial dok.
17.50 **Sanatorium miłości 2** (9)
18.50 **Enzo Ferrari. Czerwony i Czarny** – film dokum.
20.00 **Katedry na Korsyce**
21.05 **Dziki ogród** – dok., Francja
22.10 **Królowe mafii** (10) – dok.
23.05 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
23.15 **Danger Zone** – film dok.
0.25 **Sanatorium miłości 2** (8)

POLSAT DOKU HD

10.00 **Polacy za granicą** (69, 70)
12.00 **Wojny kontenerowe**
12.55 **Poszukiwacze historii**
13.25 **I wojna światowa w liczbach** (3) – serial dok.
14.25 **Hitlerowscy poszukiwacze skarbów**
15.30 **Skanowanie historii** (3)
16.35 **Koszty wojny** (3) – dok.
17.50 **Podglądacze przyrody**
19.55 **David Attenborough i cuda natury** (3, 4) – dok.
20.55 **Świat z góry. Izrael** (2)
22.00 **Świat z góry. Jedwabny Szlak** (2) – dok., Singapur
23.05 **Świat z góry. Parki narodowe** (3) – serial dok.
0.15 **Kroniki Hitlera** (6) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

14.05 **Australijscy poszukiwacze złota 4**
16.00 **Nowicjusze za kółkiem**
17.00 **Bohaterowie z St. John's 3** (7) – serial dok.
18.00 **Poszukiwacze klejnotów: Australia 3**
19.00 **Australijscy poszukiwacze złota 9**
21.00 **Złoto Jukonu 4** (4) – dok.
22.00 **Australijscy poszukiwacze złota 10**
23.00 **Katastrofy w przestworzach 3** (2)
0.00 **Poszukiwacze klejnotów: Australia** (1)
1.05 **Australijscy poszukiwacze złota 6**

POLSAT VIASAT HISTORY HD

13.20 **Wielkie konflikty: powstania i upadki cywilizacji** (2) – serial dok.
14.30 **Sekrety Watykanu: papież i diabeł** (3) – dok.
15.35 **Życie prywatne przywódców Rzeszy** (3)
16.35 **W poszukiwaniu biblijnej prawdy** (2)
17.50 **II wojna światowa: cena imperium** (6) – serial dok.
18.55 **Podziemna armia** (4)
20.00 **Piraci z Morza Śródziemnego** – film dok.
21.00 **Naziści: korzenie zła**
23.05 **Królowe areny: kobiety-gladiatorki** – film dok., Wielka Brytania 2025

CI POLSAT HD

15.05 **Zbrodnia po angielsku 5**
16.00 **Ferie, impreza, morderstwo** (8) – dok.
17.00 **Morderstwo czy wypadek? 3** (15) – dok.
18.00 **Polskie prywatne zbrodnie 2** (5, 6) – dok.
19.00 **Dowody zbrodni: krwawy Zachód** (6)
20.00 **I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5** (5) – dok.
21.00 **Dowody zbrodni 4** (16)
22.00 **Seryjni mordercy: Zabójca z Times Square** (2) – film dokum., USA 2023
23.55 **Szokujące morderstwa: Atlanta 3** (3) – serial dok.
0.50 **Uciec bestii** (10) – dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 **Walka o bagaż** (3-6) – dok.
10.10 **Tu jest pięknie** (4-7)
12.15 **Kamperem przez świat**
14.20 **Człowiek kontra jedzenie** (24) – mag. kulin.
14.55 **Niezwykłe Stany Prokopa** (1-4) – pr. rozr.
17.00 **Śladami Wielkiej Stopy** (3, 4) – serial dokumentalny
19.00 **Pojedynki Eda Stafforda**
21.05 **Nagi instynkt przetrwania** (7, 8) – dok.
23.10 **Kobieta na krańcu świata** (6, 7, 1) – dok., Pol.
0.55 **Kamperem przez świat**
3.00 **Śladami Wielkiej Stopy**
5.05 **Człowiek kontra jedzenie** (15) – mag. kulin.

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

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

12.10 **Ja wam pokażę!**
13.50 **Polonia 24 Tygodnik**
15.00 **Słowo daję!** – mag.
15.10 **Wszystko przed nami** (91) – obycz.
15.40 **Gwiazdy opolskich kabaretonów** – rozr.
16.00 **Halina Konopacka** – film dok., Pol. 2023
17.00 **Gra słów. Krzyżówka** (1044)
17.30 **Teleexpress**
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **Górna półka smaku** (7) – magazyn kulin.
18.45 **Info Wilno** (1873)
19.05 **Wileńszczyzna w obiektywie** (117)
19.15 **63. KFPP w Opolu – Superjedynki** (1)
20.10 **Program informacyjny 19.30**

TVP ROZRYWKA

6.10 **Zakochaj się w Polsce** (232) – mag.
6.40 **Gra słów. Krzyżówka** (1123)
7.10 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
8.15 **Familiada** – telet.
8.50 **Va banque** (1067)
9.25 **Koło fortuny** (2029)
10.05 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Matki, żony i kochanki** (6)
14.15 **Pan Mama** (30, 31)
15.15 **Program rozrywkowy**
15.30 **Tak to leciało!** (60)
16.30 **Do śmiechu!** (69)
17.25 **Va banque** (1068)
18.00 **Koło fortuny** (2030)

POLSAT CAFÉ

6.00 **Przyjaciółki** (41, 42) – serial obyczajowy, Polska 2014
8.00 **Co ludzie powiedzą** (27, 28) – serial kom., Wielka Brytania 1993
9.25 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (21, 22) – reality show
12.30 **Bogaty dom – biedny dom** (110, 111) – reality show, Polska
14.30 **Kolacja w ciemno** (51, 52) – program rozrywkowy
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (35) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (286, 287) – reality show, Polska

TV 4 DVB-T2

6.00 **Strażnik Teksasu** (4, 5) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (136)
8.55 **Policjantki i Policjanci** (480, 481) – serial obycz., Polska
10.55 **Na ratunek 112** (1138, 1139) – paradok.
11.55 **Dlaczego ja?** (1567, 1568) – paradok.
13.55 **Trudne sprawy** (1346-1348) – paradok.
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1384) – serial obycz., Polska
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (551) – reality show
19.00 **Policjantki i Policjanci** (1385) – serial obycz., Polska

TTV HD DVB-T2

7.20 **Ukryta prawda** (1205) – paradok., Pol.
8.20 **Kartoteka 10** (29, 30)
10.30 **Detektywi** (267, 268)
12.30 **Zakup w ciemno 3** (30) – reality show
13.30 **Zakup w ciemno 4** (29) – reality show
14.30 **Kartoteka 6** (13, 14)
16.45 **Express** – pr. inform.
16.55 **Pogoda, sport**
17.05 **Życie na kredycie 8** (3, 4) – reality show
18.05 **Zakup w ciemno extra** (32)
18.45 **Damy i wieśniaczki. PL 6** (9) – fab.-dok.
19.45 **Express** – pr. inform.
20.05 **Idź na całość 2** (6)
21.05 **Zakup w ciemno extra** (38)
21.45 **Express** – pr. inform.

TVN STYLE HD

5.15 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (6-ost.) – reality show
5.50 **Damy i wieśniaczki. PL 8** (4) – serial fab.-dok., Polska 2024
6.45 **Będzie pięknie** (2) – program rozrywkowy
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.25 **Ugotowani** (6, 7) – pr. kulin.-rozrywk.
13.30 **Kuchenne rewolucje** (1, 13-ost.) – program rozrywkowy
15.35 **Babski biznes** (1) – program rozrywkowy
16.35 **Jestem z Polski 14** (12) – serial dokum.
17.40 **Kuchenne rewolucje** (3-5) – program rozrywkowy

20

OBYCZAJOWY

20.50 **Echo serca** (3) – Polska 2019

Do szpitala trafia pięciolatek z wadą serca. Ordynator chce przetransportować go do specjalistycznej kliniki. Jan proponuje przeprowadzenie ryzykownej operacji.

21.40 **Na sygnale** (645, 646)
22.40 **Moje przeboje** (2)
23.15 **Dziennik regionów**
23.40 **Matki, żony i kochanki** (14)
0.40 **Rodzinka.pl** (263)
1.10 **Polskie opowieści** (9) – telenowela dok.
1.30 **Program informacyjny 19.30**

MAGAZYN KULINARNY

18.35 **Okrasa łamie przepisy**

Pierwsze w Polsce przepisy z użyciem ziemniaków pochodzą z końca XVIII wieku. Kucharz skupi się na plackach. Zaproponuje ich ziołową wersję z tatarem z pstrąga.

19.40 **Makłowicz w podróży** – mag.
20.10 **Postaw na milion**
22.10 **Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of** (42) – pr. rozr.
22.50 **Kabaret Letnią Porą** (6) – program rozrywk.
23.55 **Do śmiechu!** (71)

ROZRYWKOWY

20.00 **Randka w ciemno** (12) – Polska

W studiu zjawi się grafik Mateusz. Przygotowane przez siebie pytania zada: asystentce Anecie, aktorce Gabrysi i Wiktorii, która specjalizuje się marketingu.

21.00 **Kolacja w ciemno** (97) – pr. rozrywk.
22.00 **Gry małżeńskie** (208, 116, 117)
1.00 **Kolacja w ciemno** (51, 52) – pr. rozrywk.
3.00 **Więzienie kobiet** (82, 83) – serial dokum.
4.00 **Zdrady** (117, 118) – serial paradokum.

ROZRYWKOWY

20.00 **Gwiazdy Kabaretu** (172, 180)

Pierwszy pojedynek typu stand-up. Na scenie pojawią się Tomasz Jachimek, Marcin Zbigniew Wojciech i Tomasz Nowaczyk. Komicy wybrali sobie wzajemnie tematy.

22.05 **Battleship: Bitwa o Ziemię** – film s.f., USA/Japonia 2012, reż. Peter Berg, 165 min
0.50 **STOP Drogówka**
1.50 **Love Island. Wyspa miłości** (16)
2.55 **Śmierć na 1000 sposobów** (5) – dok.
3.25 **Lubię disco!** (263)

ROZRYWKOWY

22.00 **Ostre cięcie 12** (5)

W Koszęcinie salon Moniki ma konkurencję. W hotelowym spa prowadzący wpadają na różne pomysły, jak uczynić jej fryzjerski biznes absolutnie wyjątkowym.

23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 19** (11, 12) – pr. rozrywk.
1.00 **Diabelnie boskie** (15, 16) – reality show
1.55 **Damy i wieśniaczki. Za granicą** (13, 14) – serial fab.-dokum.
3.55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (508) – serial fab.-dok., Pol.

DOKUMENTALNY

20.50 **Bazary Europy** (2) – Polska 2018

Maria Konarowska oraz jej goście odwiedzają przestrzenie Hali Mirowskiej i sąsiadującej z nią Hali Gwardii. Przybliżają historię tych wyjątkowych miejsc w stolicy.

21.50 **Jestem z Polski 16** (11) – serial dokum.
22.50 **Jestem z Polski 14** (16) – serial dokum.
23.45 **Hotel Paradise 6** (3, 4) – reality show
1.45 **Apetyt na miłość 5** (9) – program rozrywk.
2.45 **Co nas truje** (1, 2) – program rozrywkowy

TVP HD HD

8.55 **Ojciec Mateusz 18** (226, 227) – krym., Pol. 2017
10.45 **Gra słów. Krzyżówka**
11.20 **Na sygnale** (615, 616)
12.25 **Ojciec Mateusz 5** (58)
13.20 **Komisarz Alex 2** (22)
14.15 **Ranczo 4** (43, 44) – obycz.
16.10 **Postaw na milion** – telet.
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 23** (300)
19.20 **Ranczo 5** (56) – obycz., Pol.
20.10 **Rodzinka.pl** (267, 268)
21.25 **Ojciec Mateusz 34** (434)
22.20 **Rodziny się nie wybiera** FILM – kom., Fr. 2018, 120 min
0.20 **Kruk 2. Czorny Woron nie śpi** (4-6) – serial krym.

TVS HD

6.00 **Telesprzedaż**
10.05 **Dzisiaj w regionie** – inf.
10.15 **Pogoda**
10.20 **Przy muzyce po Śląsku**
10.50 **Wochenblatt TV** – pr. inf.
11.10 **Dzisiaj w regionie** – inf.
11.15 **Pogoda**
11.25 **Muzyczne dzień dobry**
12.55 **Klachy i Lachy** – pr. rozr.
14.35 **Spotkanie z balladą**
15.50 **Muzyczne podróże**
16.55 **Muzyczne podróże Karoliny Treli** – pr. rozr.
18.00 **Koncert życzeń**
19.05 **Koncert w TVS** – pr. muz.
22.55 **Szlagierowa lista** – muz.
0.55 **Program kulinarny**
3.00 **Pasmo ciekawostek**

ZOOM

9.50 **MacGyver 2** (13, 14) – serial sens., USA/Kanada
11.55 **Pułapki umysłu** (1, 2)
12.55 **Wojny magazynowe: Kanada** (31, 32)
14.10 **Pod pokładem 11** (9)
15.25 **Sensacje XX wieku**
17.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
20.00 **Eksperyment: Odsiadka**
21.00 **Kobra – oddział specjalny 23** (8) – sens.
22.00 **Pod pokładem 11** (10)
23.00 **Magia nagości. Niemcy – reaktywacja** (5) – rozr.
0.00 **Magia nagości. Szwecja**
1.00 **Magia nagości. Najsmaczniejsze kąski**

TLC HD

12.00 **Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5**
14.00 **Cztery żony i mąż 12**
15.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 7**
16.00 **Historie wielkiej wagi**
18.00 **Pokonać otyłość** (3)
19.00 **Wiza na miłość: Romans na Karaibach 2**
20.00 **Baylen – życie na głos 3** (2) – serial dokumentalny
21.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
22.00 **Wiza na miłość: Single na polowaniu. Między sporami** – reality show
0.00 **Dr Pryszczylla – kulisy**

C+ KUCHNIA HD

14.50 **Włoskie życie Sophie Grigson 2** (2, 3)
15.45 **Luke Nguyen w Indiach**
16.15 **Azjatycka kuchnia Evy Pau** (5) – magazyn kulin.
16.40 **Jamie Oliver: gotuj sezonowo** (1, 6) – mag.
18.30 **Azjatycka kuchnia Evy Pau** (4) – magazyn kulin.
18.55 **M jak mięso 10** (4-6)
20.15 **Eva Longoria w poszukiwaniu meksykańskich smaków** (5) – serial dok.
21.10 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 9**
22.55 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 12** (1)

TVN TURBO HD

9.15 **Fani czterech kółek 15**
10.15 **Złomowisko PL** (16)
11.15 **Złomowisko PL 9** (1)
12.15 **Naprawy nie do naprawy** (5) – mag.
13.00 **Zawodowi handlarze**
14.30 **Wojny samochodowe**
16.30 **Jeździć, obserwować**
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Jeździć, obserwować**
19.45 **Moto kombat** (4) – mag.
20.30 **Mobilni mechanicy** (1)
21.15 **Duda kontra Szafrański**
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Z drugiej ręki** (8) – mag.
23.00 **Zawodowi handlarze** (4)
23.45 **Moto Fachury** (4) – mag.
0.25 **Wojny samochodowe**

NOWA TV DVB-T

9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (4) – kom., Pol.
10.00 **Miodowe lata** (3) – kom.
10.30 **Więzienie** (108) – dok., Pol.
11.00 **Poirot 10** – serial krym.
15.00 **Świat według Bundych 7** (133-138)
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (1) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (108-110)
21.00 **Zdrady** (118) – paradok.
22.00 **Ślad** (29, 30, 94) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (58, 59)
3.50 **Wehikuł czasu** (619, 618)
4.00 **Sala operacyjna 4** (8)
4.30 **Sala operacyjna** (4) – dok.
5.00 **Pod lupą** (9, 1) – magazyn

METRO

10.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (329, 330)
12.30 **Szkoła** (705) – paradok.
13.30 **Brzydula** (5, 6) – kom., Pol.
14.35 **Kiedy ktoś kocha bardziej** (2) – serial obycz.
15.45 **The Floor** (19, 20) – telet.
17.00 **Fani czterech kółek 17**
18.00 **Prawo Agaty 6** (4)
19.00 **Kartoteka 11** (13)
20.00 **Ocean strachu 2** – thriller, FILM Niemcy 2006, 120 min
22.00 **Oszukać przeznaczenie 2** – horror, FILM USA 2003, 120 min
0.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4** (2) – dok.
1.00 **Szpital** (756) – paradok.

ANTENA HD DVB-T2

12.55 **Klątwa Wyspy Dębów 6**
14.50 **Ciężarówką przez śniegi 4** (7, 8) – serial dok.
16.50 **77 TV 2** (12, 13) – pr. rozr.
18.50 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (4) – serial kryminalny
20.00 **Morderstwa we Francji – Saint Martin** – dramat FILM krym., Fr. 2024, 120 min
22.00 **Morderstwa we Francji – Catalonia** – dram. krym., FILM Francja 2024, 120 min
0.00 **Porwana: W poszukiwaniu Sophie Parker** – dramat FILM obycz., USA 2013, 105 min
1.45 **Raport 77** (2)

WP DVB-T

12.00 **Wariaci za kierownicą 4**
13.00 **Makłowicz w podróży**
14.05 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3** (7, 8, 2)
16.50 **Pogoda**
17.00 **Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 2** (2)
19.00 **Policjanci z sąsiedztwa 8** (3, 4)
21.00 **Policjanci w akcji** (5)
21.55 **Pogoda** (47) – pr. inform.
22.00 **Mistrzowie Kabaretu 12** (3) – program rozrywkowy
23.00 **Mistrzowie Kabaretu** (2)
0.00 **Kabaretowy śmiech grupowy** (6) – pr. rozrywk.
1.00 **Mistrzowie Kabaretu 14** (3) – program rozrywkowy

C+ DOMO HD

11.55 **Generalna odbudowa 2**
12.50 **Gardeners' World 16** (23)
14.05 **Cudotwórcy 7** (17) – mag.
15.00 **Kupcie sobie zamek! 2**
15.55 **Patent na zieleń** (5, 6)
16.50 **Gardeners' World 16** (26)
18.00 **Ucieczka na wieś 25** (49)
18.55 **Wielkie projekty: Australia 10** (6) – dok.
20.00 **Daleko od miasta 14**
20.55 **Letnie inspiracje** (3)
21.00 **Cudotwórcy 7** (18) – mag.
21.55 **Wielkie projekty: transformacje** (6) – dok.
23.05 **Pomocy! Kupiliśmy wioskę** (11, 12) – dok.
1.00 **Generalna odbudowa 2**
2.00 **Remont w 48h 11** (11)

HGTV HD

10.05 **Letnia chata na lata** (2, 3)
11.55 **Usterka 10** (5, 6)
13.00 **Zbudujemy większy dom** (10) – pr. rozrywk.
14.00 **Zbudujemy fajny dom** (2)
15.00 **Mieszkanie na miarę 2**
17.00 **Polowanie na ogród 6**
18.15 **Weekendowa metamorfoza** (8) – pr. rozr.
19.10 **Weekendowa metamorfoza 2** (1) – rozr.
20.10 **Będzie pięknie** (6) – rozr.
21.10 **Zgłoś remont 4** (2) – rozr.
22.10 **House Hunters – Poszukiwacze domów 3** (1-4) – pr. rozr.
0.15 **Sprzątaczki 2** (1-3) – program obycz., Pol. 2015

P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (284) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (899, 900) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 **Sekrety rodziny** (342-344) – serial paradokum., Pol. 2023
11.30 **Trudne sprawy** (936) – serial paradokum.
12.30 **Dlaczego ja?** (1502, 1503) – serial paradokum.
14.30 **Świat według Kiepskich** (464-468) – serial kom., Pol. 2015
17.00 **48h. Zaginieni** (129, 130) – krym., Pol.
19.00 **Gliniarze** (982) – serial paradokum.
20.00 **Ślad** (58) – krym., Pol.

SUPER POLSAT DVB-T2

6.05 **Wydarzenia**
6.45 **SuperLudzie Extra** (53) – magazyn
7.00 **Na ratunek 112** (684, 685) – paradok.
8.00 **Doktor Martin 4** (29, 30) – serial obycz.
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **Świat według Kiepskich** (405, 406)
11.35 **Twoja Twarz Brzmi Znajomo** (191) – rozr.
13.30 **Bitwa o palety** (14)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6** (54)
16.00 **Ninja Warrior Polska** (22)
17.55 **Świat według Kiepskich** (485, 486) – serial kom., Pol. 2016
19.00 **Rolniczki** (10) – dok.

TV 6 DVB-T

6.00 **Więzienie** (204, 205) – serial dokumentalny, Polska 2025
6.55 **Policjantki i Policjanci** (679, 680) – serial obyczajowy, Polska 2020
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (225, 226) – serial sensacyjny, Niemcy 2010
10.55 **48h. Zaginieni** (103-105) – serial kryminalny, Polska 2022
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1185) – serial obyczajowy, Polska 2024
14.55 **Uroczysko** (15, 16) – serial kryminalny, Polska 2023-2024

BBC FIRST HD

6.00 **Zagadki doktora Blake'a** (9) – krym.
6.55 **Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 5** (7, 8)
8.40 **Lewis 3** (4) – krym.
9.40 **Ojciec Brown 12** (10)
10.40 **Śmierć pod palmami 13** (8)
11.45 **Zagadki doktora Blake'a** (9) – krym.
12.55 **Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 5** (9, 10)
14.55 **Ojciec Brown 6** (4)
15.55 **Lewis 3** (4) – krym.
17.00 **My Life is Murder** (8) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 19** (2)

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB-T2

10.00 **Ugotuj nam bajkę**
10.20 **Bolek i Lolek wyruszają w świat**
10.45 **Reksio** (65) – anim.
10.55 **Pamiętnik Florki** (1)
11.05 **Małe i duże przygody Miffy** (33)
11.20 **Świnka Peppa**
11.35 **Stacyjkowo** (93, 94)
11.55 **Strażak Sam** (6, 7)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
12.55 **Halo, halo!** (74)
13.00 **Zaczarowany świat...** (24)
13.20 **Pszczółka Maja** (40)
13.50 **Lupin wśród bajek**
14.05 **Lassie i przyjaciele**
14.35 **Świnka Peppa 8**
14.45 **Kid Lucky** (13, 14)
15.15 **Al-chemik** (36) – mag.
15.35 **Bella i Sebastian**
16.05 **Krecio** (49, 50) – anim.

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

7.30 **Jeden na jeden**
8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.55 **Biznes** – pr. publicyst.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.55 **Biznes** – pr. publicyst.
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.55 **Biznes** – pr. publicyst.
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
13.55 **Biznes** – pr. publicyst.
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.55 **Biznes** – pr. publicyst.
15.00 **15 na żywo** – inf.
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Tak jest** – pr. publ.
19.15 **Serwis informacyjny**
19.25 **Fakty po Faktach** – program inform.

PARADOKUMENTALNY

21.00 Gliniarze (777) – Polska 2023

Szef CBP Robert Szwarc podejmuje decyzję o wszczęciu oficjalnego dochodzenia w sprawie seryjnego mordercy. Detektywi trafiają na przydatny trop w sprawie.

22.00 **Kokainowy Rick**
FILM – dramat kryminalny, USA 2018, 135 min
0.15 **Pitch Perfect**
FILM – komedia muzyczna, USA 2012, 150 min
2.45 **Wydarzenia**
3.25 **Ewa gotuje** (532) – magazyn kulinarny
4.00 **Strzelnica Navala** (6)

SPORTY WALKI

20.00 Babilon MMA 58
LIVE **w Nowym Sączu**

Podczas walki wieczoru lokalny bohater Rafał Dudek stanie w obronie mistrzowskiego pasa Babilon K1. Na ringu zmierzy się z doświadczonym zawodnikiem z Anglii, Christopherem Melhuishem.

0.00 **Boski żigolo** – kom.,
FILM USA 1999, 110 min
1.50 **Backdoor. Wyjście awaryjne** (3) – kom.
2.20 **Świat według Kiepskich** (107, 484, 485) – kom.
3.55 **Nasz nowy dom** (285, 286)

SENSACYJNY

15.55 Kobra – oddział specjalny (227, 1)

Ben i Semir ścigają pirata drogowego. Uszkodzony zostaje m.in. samochód transportujący więźniów. Zamaskowani napastnicy próbują odbić przestępców.

18.00 **Strażnik Teksasu** (6, 7) – serial sens.
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (25, 26) – serial krym.
21.55 **Kości** (93, 94) – krym.
23.55 **Krwawe igrzyska**
FILM – film krym., Hongkong 2016, 125 min
2.00 **Krejzi patrol** (8-12)

KRYMINALNY

19.50 Śmierć pod palmami 14 (1)

Wyjazd Mervina z wyspy się opóźnia, ponieważ śledczy zostaje uwikłany w sprawę morderstwa młodego mężczyzny, którego ciało zostało znalezione w wąwozie.

21.00 **Ojciec Brown 13** (10) – krym., Wlk. Bryt. 2026
22.00 **Śmierć z dala od palm 4** (6) – krym.
23.15 **Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 5** (9, 10)
1.15 **Śmierć pod palmami 14** (1)

ANIMOWANY

16.35 Rev i Roll (13, 14) – Kanada 2018

W Dzień Najlepszego Kumpla Rev i Rumble planują spędzić wspólnie czas. Niespodziewanie odwiedza ich słodki szczeniak. Rev poświęca mu całą swoją uwagę.

17.05 **Dino Ranczo**
17.30 **Piotruś Królik 2** (106)
18.00 **Kucharz Shane**
18.25 **Leo da Vinci 2**
19.00 **Tyciaki**
19.20 **44 Koty**
19.45 **Bazgrolinka**
19.50 **Czytanie przed spaniem**
20.05 **Sąsiedzi**

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.

20

POLSAT PLAY HD

6.00 **Dorwać tuńczyka** (12-14)
9.05 **Wojny magazynowe**
10.05 **Wojny kontenerowe** (13, 14) – serial dok., USA
11.00 **Hardkorowy lombard** (123-128) – serial dok., USA
14.00 **Polacy za granicą** (123, 124) – serial dokum.
16.00 **Złomiarze** (7, 8) – dok., Pol.
18.05 **Poszukiwacze historii** (246-249) – serial dokum.
20.05 **Chłopaki do wzięcia** (485-488) – serial dokum.
22.00 **Zawód glina** (11) – dok.
23.05 **Łowca pedofilów** (137-146) – serial dokum.
4.05 **Starożytni kosmici** (37, 38) – serial dok., USA

FOOD NETWORK HD

12.05 **Człowiek, ogień i wyżerka 6** (13, 14) – mag.
13.10 **Miłość od kuchni** (7)
14.10 **Akcja: Restauracja!** (4)
15.05 **Kulinarne podróże z Guyem Fierim** (11, 12)
16.10 **Kuchenne rewolucje** (9)
17.10 **Magda gotuje internet**
17.45 **Apetyt na miłość** (7)
18.45 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** (5)
19.45 **Bójka na plaży** (3) – dok.
20.45 **The Ultimate Baking Championship** (1)
22.50 **Akcja: Restauracja!** (2)
23.50 **Człowiek kontra jedzenie** (3-6) – mag. kulin.
1.50 **Pyszne miejscówki** (3, 4)

POLSAT RODZINA HD

11.00 **Megakonstrukcje przeszłości** (2) – dok., Fr.
12.00 **Bogaty dom – biedny dom** (100) – reality show
13.00 **Rodzina zastępcza** (193, 194) – kom., Pol. 2005
14.55 **Pociągi, które zmieniły świat** (5, 6) – serial dokum.
17.10 **Pingwiny z Madagaskaru**
19.05 **Rodzina zastępcza** (293)
20.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (8, 9) – kom.
21.05 **Miodowe lata** (84) – kom.
22.00 **Karate Kid 2** – film
FILM przyg., USA 1986, 140 min
0.20 **II wojna światowa – jednostki specjalne** (5)

BBC LIFESTYLE HD

12.20 **Wielkie brytyjskie wypieki 12** (1) – pr. rozr.
13.40 **Najpiękniej ukryte hotele 2** (2) – serial dokum.
14.40 **Koreańska uczta Eda i Ryu** (2) – dok., Wlk. Bryt.
15.40 **Zapraszam do stołu 21**
17.45 **Najpiękniejsze domy: Nowa Zelandia** (1) – rozr.
18.45 **Mistrzowie ceramiki 3**
19.45 **Wielkie brytyjskie wypieki 12** (2) – pr. rozr.
21.00 **TBA** (2) – program rozrywk.
22.00 **Oblicza seksu** (3) – dok.
23.00 **Wstydliwe choroby: Nastolatki** (3) – serial dok.
0.00 **Wielkie taneczne show 20** (19, 20) – pr. rozr.

NICK JR. HD

16.10 **Małe Królestwo Bena i Holly** (14) – serial anim.
16.40 **Psi Patrol 6** (8) – anim.
17.00 **Rubble i jego ekipa 4** (7)
17.30 **Pan Krokodyl** (11) – anim.
18.00 **Barbapapa i jego rodzinka** (6) – serial anim.
18.30 **Tim Rex wśród gwiazd 2** (6) – anim., Wlk. Bryt./Dania
18.55 **Przygody Misia Paddingtona 2** (8) – anim.
19.25 **Przygody Misia Paddingtona** (4, 10)
20.00 **Świnka Peppa 2** (42-46)
20.30 **Małe Królestwo Bena i Holly** (19) – serial anim.
21.00 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (20-22) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.10 **Więcej „Wydarzeń"** – inf.
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Najważniejsze pytania**
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – publ.
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Najważniejsze pytania**

TVP KOBIETA DVB-T2

15.00 **Po prostu na wieś** (3)
15.30 **Ojciec Mateusz 32** (415, 416) – krym., Pol. 2024
17.30 **Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem** (5) – serial dok.
18.30 **Świat w obłokach – muzyczni spadkobiercy Marka Grechuty** (2) – koncert
19.30 **Miłość i nadzieja** (279)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (260) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (256) – obycz.
22.35 **Stylowa miłość**
FILM – komedia romantyczna, Kanada 2022, 100 min

E! ENTERTAINMENT HD

8.50 **WAGS LA** (3, 4) – dok.
10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (2, 3)
14.20 **WAGS LA** (5, 6) – dok.
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (8, 9)
20.30 **WAGS LA** (7, 8) – dok.
22.30 **Plastyczna fuszerka**
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (2, 3)
3.00 **Plastyczna fuszerka**
5.00 **Wags** (6) – serial dok., USA

TV TRWAM DVB-T

17.55 **Poczet wielkich Polaków** – pr. hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Westerplatte młodych**
19.00 **Warto zauważyć... w mijającym tygodniu** – program publicystyczny
19.30 **Historie Starego Testamentu** – serial anim.
19.45 **Modlitwa** – religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Maestro** – film dok., Pol.

BBC BRIT HD

12.30 **Top Gear 6** (6) – mag.
13.35 **Warsztat Hammonda 4**
14.35 **Cuda inżynierii 5** (14)
15.40 **Najsłabsze ogniwo** (5)
16.45 **Niezwykłe hotele bez tajemnic 6** (6) – serial dok.
17.50 **Top Gear 6** (7) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii 5** (14)
20.00 **Niezwykłe hotele bez tajemnic 6** (7) – serial dok.
21.00 **II wojna światowa w kolorze** (5, 6) – dok.
23.00 **Top Gear 6** (6) – mag.
23.55 **Najsłabsze ogniwo** (5)
1.00 **Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 4** (22)
2.00 **Cuda inżynierii 5** (14)

MINI MINI+ HD

15.10 **Baranek Shaun** (33-35)
15.36 **Jeżyk Happy** (13, 14)
15.55 **Mały Charlie** (4) – anim.
16.05 **Mega Ekspres** (7, 8)
16.30 **Ciekawski George** (3)
17.00 **Strażak Sam 16** (3, 4)
17.25 **Staś i fajna Babcia** (9, 10)
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.56 **Smerfy** (20) – serial anim.
18.25 **Leśna rodzina: Pamiętnik Frei** (10, 11)
18.50 **Baczne oczka** (8, 9)
19.05 **Kicia Kocia 2** (9, 10)
19.25 **Mały Charlie** (4) – anim.
19.36 **Jeżyk Happy** (13, 14)
19.52 **Basia 2** (1) – serial anim.
20.05 **Wierszyki domowe** (2-4)
20.35 **Dolina Muminków 2** (2)

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** (177)

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

OCZYSZCZACZE POWIETRZA STEROWANE SMARTFONEM

→ Przynoszą ulgę osobom zmagającym się z alegriami i astmą, skutecznie usuwając z domu kurz, pyłki, roztocza i bakterie. **Dzięki nim każdy odetchnie pełną piersią!**

MIESZKANIE W DOBRYM KLIMACIE

CZYSTOŚĆ NA OKRĄGŁO

XIAOMI SMART AIR PURIFIER 4 LITE wyróżnia się skutecznością w eliminacji alergenów, potwierdzoną certyfikatem, a dzięki zasysaniu powietrza dookoła całej obudowy szybko usuwa zanieczyszczenia z pomieszczenia o powierzchni do 43 m². Oczyszczacz ma wskaźnik jakości powietrza, a niskie zużycie energii (maks. 27 W) zapewnia oszczędną pracę. Żywotność filtra: od 6 do 12 miesięcy. Cena: 310 zł. Air Purifier 4 Compact (369 zł) sprawdzi się w pomieszczeniach do 48 m², a Air Purifier 4 Pro (860 zł) – do 60 m².

KWADRANS DO ŚWIEŻOŚCI

PHILIPS AC0651/10 ma dwuwarstwowy system filtracji. Urządzenie skutecznie usuwa alergeny, pyłki i inne zanieczyszczenia unoszące się w powietrzu. Zużywa maksymalnie 12 W, zapewniając energooszczędną pracę, i potrafi oczyścić pomieszczenie do 44 m² w ok. 15 minut. Aplikacja Air+ (dostępna w Google Play oraz App Store) umożliwia zdalne sterowanie i monitorowanie jakości powietrza. Filtr (ok. 150 zł) zaleca się wymieniać raz w roku. Cena urządzenia: 650 zł.

CICHY I CZUJNY

VESTFROST VP-A1Z40WH oczyszcza powietrze w pomieszczeniach o powierzchni do 48 m². W najcichszym trybie pracuje z głośnością 17 dB. Filtr wstępny usuwa sierść zwierząt, kurz i włosy, węglowy – neutralizuje nieprzyjemne zapachy, a HEPA – wychwytuje m.in. pyły zawieszone, pyłki roślin i roztocza. Urządzenie oferuje 3 tryby pracy. Aplikacja Tuya – Smart Life, Smart Living, dostępna w Google Play i App Store, pozwala sterować oczyszczaczem za pomocą smartfona. Cena: 593 zł.

MOC PIĘCIU FILTRÓW

MATEKO ARIA oferuje 5-stopniowe oczyszczanie powietrza z użyciem filtra wstępnego, węglowego i HEPA oraz jonizatora i lampy UV-C. Tryb automatyczny dopasowuje pracę do warunków, nocny działa cicho, a manualny zapewnia 3 prędkości. Timer, wskaźnik wymiany filtra (co 1440 godz.) oraz energooszczędna moc 25 W zwiększają komfort użytkowania. Aria skutecznie usuwa pyłki, sierść i roztocza. Sterowany aplikacją Tuya – Smart Life, Smart Living. Cena: 199 zł.

DZIAŁA NA ZAWOŁANIE

LEVOIT CORE 200S oferuje 3-stopniową filtrację: filtr wstępny, HEPA oraz filtr węglowy, skutecznie usuwając dym, LZO, zapachy gotowania, bakterie, pleśń, pyłki, kurz i sierść zwierząt. Przeznaczony jest do pomieszczeń do 35 m². W trybie nocnym pracuje z głośnością zaledwie 24 dB. Zaleca się wymianę filtra co 6–8 miesięcy. Urządzeniem można sterować przez aplikację VeSync i za pomocą komend głosowych. Cena: 529 zł. Model Levoit Core 300S (do 40 m²) kosztuje 560 zł.

FOT.: MATERIAŁY PRASOWE (5), MATERIAŁY REDAKCYJNE/AI

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

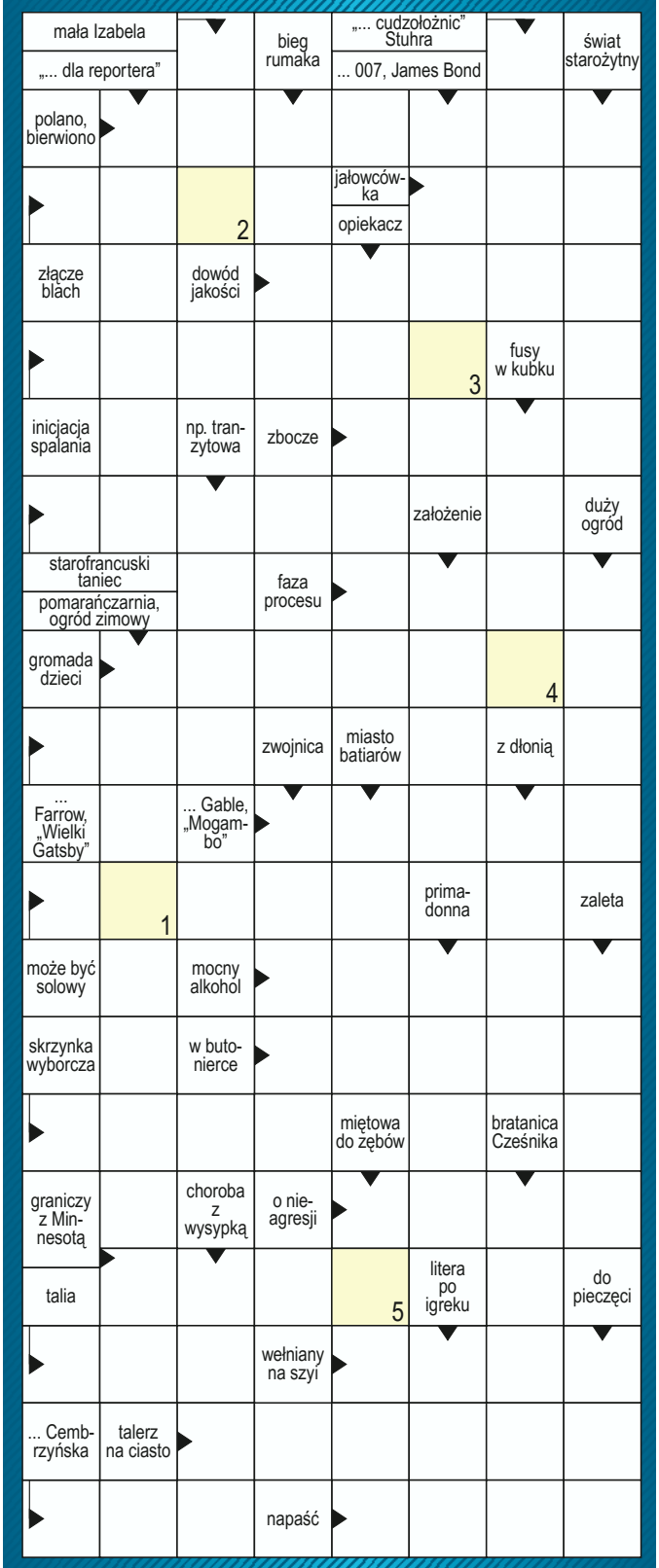
Prosimy o przysyłanie pytań z opisem problemu e-mailem na adres: inzynier@toiowo.pl

BRAK ODBIORU KANAŁÓW Z HOT BIRDA Z POLARYZACJI V

PAN ROMAN posiada układ antenowy z dwiema antenami 80 cm – jedną na Astrę i Hot Birda, a drugą na Astrę 4,9E, konwertery pojedyncze, dwa pracują na zeza, wszystkie połączone przez przełącznik DiSEqC. Ostatnio zaobserwował na Hot Birdzie brak kanałów z polaryzacji V; kanały z innych satelitów odbierane są z obu polaryzacji. Pyta, czy uszkodził się konwerter z Hot Birda, czy jest inna przyczyna? Anteny są na dość stromym dachu, Czytelnik chciałby za pierwszym podejściem usunąć usterkę.

JK Najbardziej podejrzany jest konwerter z Hot Birda, choć dawno nie spotkałem się z podobną sytuacją. Usterki tego typu były częste przy pierwszych modelach konwerterów zintegrowanych, głównie typu Marconi, znanych z zestawów satelitarnych z kultowymi tunerami firmy Amstrad. Jeśli ktoś spotka antenę z białym prostokątnym konwerterem i niebieskim „dekielkiem", to jest to ten właśnie model. Dysponując odpowiednim miernikiem, łatwo jest sprawdzić podejrzany konwerter bezpośrednio na samej antenie. Jeśli miernika nie mamy, to warto nowy konwerter zabrać na dach. Zabrałbym też na dach przełącznik DiSEqC. To z pozoru wydawać się może dziwne, ale właśnie przez to urządzenie przechodzi sygnał satelitarny z konwerterów oraz zasilanie każdego LNB, a co za tym idzie – sterowanie zmianą polaryzacji w konwerterze. Trzeba pamiętać, że zmiana polaryzacji z H na V i odwrotnie w konwerterze zintegrowanym odbywa się poprzez zmianę napięcia zasilającego LNB. Napięcie wystawia tuner satelitarny – 18V dla polaryzacji H i 14V dla polaryzacji V. Spotykałem się już z takimi usterkami DiSEqC, a najczęstszą przyczyną była dostająca się do wnętrza przełącznika woda. Czy po wejściu na dach od razu wymieniać oba elementy? Radziłbym na początek sprawdzić sam konwerter bez jego demontażu z anteny. Potrzebna będzie tradycyjna „beczka" typu F. Przy jej użyciu połączmy kabel z konwertera Hot Birda z kablem z tunera satelitarnego. Jeśli obie polaryzacje zaczną odbierać prawidłowo, to do wymiany będzie przełącznik. Tu do sprawdzenia potrzebujemy kogoś na dole przy telewizorze. W każdym przypadku sprawdźmy szczelność na wszystkich złączach i zewnętrzną obudowę przełącznika DiSEqC.

ROZWIĄŻ DLA PRZYJEMNOŚCI



LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5

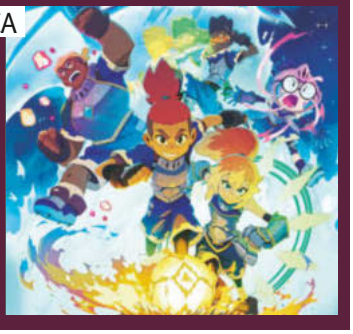
MEDIA NEWS

DLA FANÓW POLSKIEJ MUZYKI

STREAMING Ruszył kanał online TVP Muzyka i Koncerty, dostępny za darmo w serwisie TVP VOD. Zobaczymy w nim koncerty z festiwalu w Opolu, od najstarszych z lat 60. Później dołączą inne produkcje z biblioteki TVP, m.in. recitale, teledyski, unikatowe występy legendarnych zespołów i dokumenty o artystach.

ODKODOWANE DO 30 CZERWCA

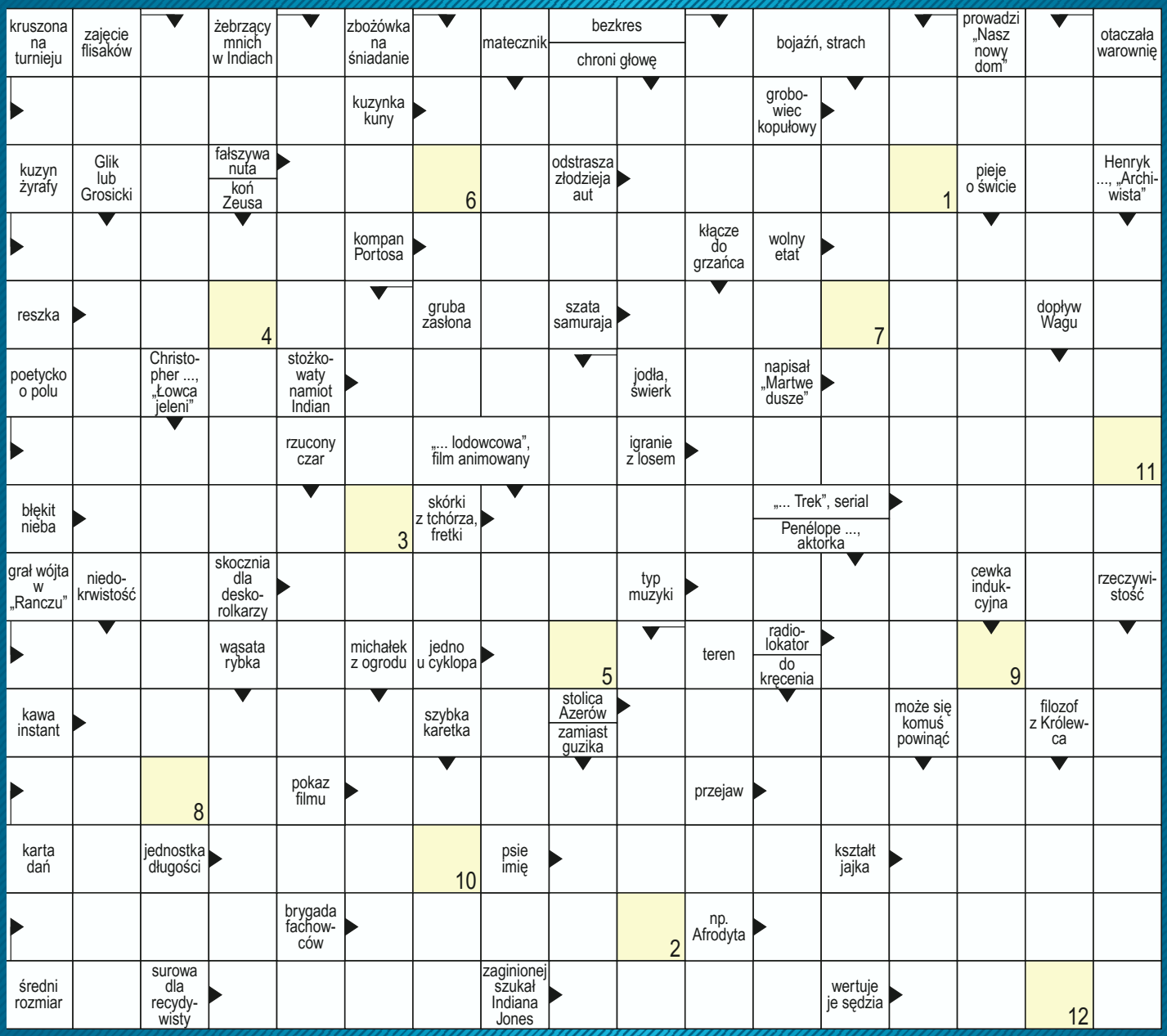
PROMOCJA Klienci Polsatu Box i usług telewizyjnych Netii mogą do końca czerwca oglądać bez dodatkowych opłat kanały z bajkami, serialami i programami dla dzieci i młodzieży. U obu operatorów są to: BBC CBeebies, DaVinci, Disney Channel (zdj.), Junior i XD oraz Nick Jr., a w Polsat Box – jeszcze MiniMini+.



FOT.: EAST NEWS, MAT. PRASOWE

BAW SIĘ Z NAMI!

Rozwiąż dla przyjemności!



LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

REDAKCJA & WYDAWNICTWO

Adres redakcji: ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa, adres mailowy: redakcja@toiowo.pl
Redaktor naczelna: Marta Lubartowska **Redaktor zarządzający:** Artur Kosiński **Hub Rozrywka i TV: Red. zarządzająca:** Anita Nawrocka **Planner:** Adam Piosik **Koordynator:** Dorota Skalska **Redaktorzy:** Andrzej Czapski, Bogumiła Deka, Ewa Gassen-Piekarska, Marzena Juraczko, Joanna Kołakowska, Iwona Leończuk, Paulina Miluska, Hanna Miłkowska, Maciej Misiorny, Joanna Pasztelańska, Mirosław Piwowarek, Katarzyna Sobkowicz-Rusiecka **Hub Poradniki: Red. zarządzająca:** Monika Bobowska **Hub Graficzny: Dyrektor:** Robert Latek **Lider:** Mirosław Orzechowski **Koordynator:** Marcin Makarewicz **Graficy:** Edyta Ciuchta, Dominika Kraśnicka-Walinowicz, Sławomir Kozłowski, Agnieszka Glewicka, Małgorzata Porębska, Piotr Piórkowski **Hub Fotoedycji: Lider:** Agata Zasada **Koordynatorzy:** Emil Przygodzki, Magdalena Wojno **Fotoedytorzy:** Magdalena Dąbek-Makowska, Ludmiła Jeruchimowicz, Anna Jurczewska, Grzegorz Lech, Karolina Liżewska, Mirela Taflińska **Sekretariat:** Aleksandra Kominek

Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j.
ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa
Zarząd: Prezes Zarządu: Tomasz Namysł
Członkowie Zarządu: Andrzej Choynowski, Marek Lasota
Director, Publishing Management/Dyrektor Pionu Wydawniczego: Marek Lasota **Dyrektor produkcji:** Piotr Orełko **Publisher/Wydawca:** Justyna Hałas

Prenumerata krajowa i zagraniczna: czytelnia.pl, e-mail: prenumerata@bauer.pl, tel.: 67 210 86 05, 67 354 16 05.

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

Dyrektor ds. dystrybucji i obsługi klienta: Piotr Ludwicki, e-mail: kolportaz@bauer.pl
Druk: Bauer Print Ciechanów Sp. z o.o. Sp.j.

Copyright: Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j.

Program TV – AKPA

Adres do korespondencji:
Redakcja TO&OWO TV
ul. Motorowa 1,
04-035 Warszawa

Rozpowszechnianie wszelkich materiałów redakcyjnych bez zgody Wydawcy jest zabronione. Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w programie telewizyjnym wprowadzone przez stacje po oddaniu pisma do druku. Za treść ogłoszeń redakcja ponosi odpowiedzialność w granicach wskazanych w ust. 2 art. 42 ustawy Prawo prasowe. Wydawca ostrzega P. T. Sprzedawców, że sprzedaż aktualnych i archiwalnych numerów czasopisma po innej cenie niż wydrukowana na okładce, jest działaniem na szkodę Wydawcy i skutkuje odpowiedzialnością sądową.
Wszelkie skargi, reklamacje i pytania dotyczące publikowanych reklam należy kierować na adres: **reklama@bauer.pl**

SUDOKU

PUSTE POLA WYPEŁNIJ TAK, ABY W KAŻDEJ KOLUMNIE, KAŻDYM RZĘDZIE I KWADRACIE OBWIEDZIONYM POGRUBIONĄ LINIĄ ZNALAZŁY SIĘ CYFRY OD 1 DO 9.

						2	4	6
	9				7			8
		5		1			9	
8		3	2		9			
			3		5	4		7
	2			5		8		
1			4				6	
5	4	8						

5			2		6		7	
		2				5	6	3
						9	4	
	5	6	3					
1			5		7			6
					9	1	3	
	6	5						
8	4	7				6		
	2		6		5			7

dobra ... nie zawada / pełen straganów
podtrzymuje stropy
uczulony na pyłki
flesz
dramat Różewicza
rzymski bóg wojny
zapiekanka z bakłażanami
karciany listek
zawodnik na boisku
sucha łodyga
miękka tkanina
1
... Collette, aktorka
... Stone, „Biedne istoty”
listki na pizzy
7
zbiornik w browarze
6
Włodzimierz ..., serialowy Grigorij
podstęp
sportowe sanki
np. wentyl
kontur
rupieć
5
plakat teatralny / rekonesans
21 w kartach
żyłka liścia
płynny tłuszcz
cielęca skórka
kajmakowa do mazurka
panujący nastrój
gorący trunek
papierowy pieniądz
4
kraina z Olsztynem
śpiewa „Miłość jak wino”
2
kultowy zakaz
3
wśród darów Trzech Króli / sznur kowboja
Bartosz ..., siatkarz
pracuje w sądzie
brama dla samochodu
8
beztroska

LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5	6	7	8

W 1000. rocznicę koronacji pierwszego króla Polski

Cenny medal upamiętniający koronę Bolesława Chrobrego

Bez zobowiązań do dalszych zakupów!

1000 lat korony polskiej 1025-2025

Platerowany czystym złotem
(próby 999/1000)

średnica ok. 40 mm
waga: 32 g

- Starannie platerowany czystym srebrem i wysokokaratowym złotem oraz ozdobiony barwnymi kryształkami
- Najwyższa jakość mennicza – stempel lustrzany
- Edycja limitowana – tylko 9999 medali na całym świecie
- Medal dostępny wyłącznie w Mennica – Numizmaty

Dla Ciebie
99 zł
(zamiast 225 zł)
WYSYŁKA GRATIS!

Najniższa cena w ciągu ostatnich 30 dni przed wprowadzeniem obniżki: 225 zł.

Twój prezent

- Przyciągający wzrok, elegancki dodatek na co dzień
- Wygodne zapięcie na klamrę

Mennica – Numizmaty, marka Eldora World AG.
Administratorem danych osobowych i stroną umowy jest: Eldora World AG, Leubernstrasse 6, CH-8280 Kreuzlingen, Szwajcaria.

Ten medal z pewnością szybko się wyprzeda. Zamów już teraz!

☑ **TAK!** Chcę otrzymać medal „Bolesław I Chrobry" **(art. nr 909-127-0)** za jedyne 99 zł (zamiast 225 zł) – BEZPŁATNA PRZESYŁKA.
Najniższa cena w ciągu ostatnich 30 dni: 225 zł.
Mam prawo do zwrotu medalu w ciągu 60 dni i nawet wtedy mogę zatrzymać otrzymany zegarek. Płatność przy odbiorze przesyłki (za pobraniem). Średni czas realizacji zamówienia to 7-10 dni. Firma kurierska poinformuje Państwa SMS-em o dokładnym terminie dostawy i kwocie do zapłaty gotówką u kuriera.

Administratorem Twoich danych osobowych jest Eldora World AG, Leubernstrasse 6, CH-8280 Kreuzlingen, Szwajcaria. Twoje dane osobowe (imię, nazwisko, adres) przetwarzane są w celu wysłania materiałów promocyjnych dotyczących monet i medali (art. 6 ust. 1 lit. f) RODO). Jeżeli nie życzysz sobie ich otrzymywania, możesz zgłosić sprzeciw wobec przetwarzania Twoich danych w celach reklamowych, wysyłając go pocztą (na adres: Mennica-Numizmaty, ul. Paderewskiego 167, 05-070 Sulejówek) lub e-mailem (na adres: bok@mennica-numizmaty.pl). Więcej informacji o sposobie przetwarzania danych osobowych znajdziesz na stronie www.mennica-numizmaty.pl/prywatnosc

Zamów szybko i wygodnie przez telefon:
22 211 65 99
(Biuro Obsługi Klienta czynne od poniedziałku do piątku w godzinach 8:00-17:00 oraz w sobotę w godzinach 9:00-15:00)
Stawka za połączenie z numerem stacjonarnym zgodna z taryfą operatora.

❑ Chcę otrzymywać drogą elektroniczną i telefoniczną informacje o promocjach i rabatach dotyczących produktów własnych Eldora World AG. Wiem, że mogę wycofać moją zgodę w dowolnym momencie, wystarczy że wyślę informację na adres MENNICA-NUMIZMATY, Biuro Obsługi Klienta, ul. Paderewskiego 167, 05-070 Sulejówek.

Mój adres: ❑ Pani ❑ Pan **589-02**

Imię i nazwisko:

Ulica, numer domu i mieszkania:

Kod pocztowy Miejscowość

Nr telefonu (wymagany)

E-mail

Obowiązują *Ogólne warunki handlowe* Mennica-Numizmaty, dostępne na stronie www.mennica-numizmaty.pl lub (na żądanie) na piśmie. Stroną umowy jest Eldora World AG, Leubernstrasse 6, CH-8280 Kreuzlingen, Szwajcaria.

Data ✔ Podpis

MENNICA NUMIZMATY

Możesz też wypełnić kupon i wysłać go niezwłocznie na adres: Mennica-Numizmaty • ul. Paderewskiego 167, 05-070 Sulejówek • bok@mennica-numizmaty.pl