

NETFLIX

Disney+

HBO
max

prime video

CANAL+

NR INDEKSU 379236

PROGRAM TV NR 27/29.06.2026
4.07-10.07.2026

4,29 zł (w tym 8% VAT)

to&owo TV

SPORT NA ŻYWO

KOLARSTWO

JUŻ PO RAZ 113 RUSZA
TOUR DE FRANCE

PIŁKA NOŻNA: MUNDIAL 2026

MECZE 1/8 FINAŁU

FORMUŁA 1

GRAND PRIX WIELKIEJ BRYTANII

SIATKÓWKA KOBIEC: LN

TURCJA - POLSKA

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

WYWIAD TO&OWO TV

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

DOMEK NA PRERII

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

MY LIFE IS MURDER 5

LATO Z RADIEM
I TELEWIZJĄ POLSKĄ

ZABOJCZĘ TROPIKI

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

eprasa.pl 8193911479

OSOBISTY KLIMATOR 3 w 1

Twoja prywatna strefa chłodu!

REKLAMA

ZAMÓW
ZA 199 zł!

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

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

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

Poczuj powiew rześkiego chłodu

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

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

Nowa technologia filtracji wodnej

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

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

Prosty sposób na ożywcze powietrze

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

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

Komfortowa praca i błogi wypoczynek

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

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

Wydać i praktyczny

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

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

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



NAWILŻANIE



CHŁODZENIE



OCZYSZCZANIE

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

Jak to działa?



1. Wlej wodę do zbiornika



2. Włącz jednym przyciskiem



3. Wybierz siłę i kąt nawiewu

ZADBAJ O SWÓJ KOMFORT!

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



61 300 33 96

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

Szeregowe oraz informacje o dostawce towarów i reklamacji dostępne są pod adresem: sklep@klima.com.pl lub biuro@klima.com.pl.
81-583 Łódź, tel. 46 55444951, kontakt@pogoda.com.pl. Regulamin: <http://pogoda.com.pl/regulamin/>

TO JESZCZE NIE KONIEC

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



JAK CO WAKACJE

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

ZNIKA Z TANECZNEGO SHOW

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



ZMIANA WARTY

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



DAJCIE SOBIE POMÓC

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

JAK ZAPLANOWAĆ BEZPIECZNE WAKACJE?

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

WYWIAD
➔

SPEŁNIONA W PRACY

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

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

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

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

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

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

Skoro trwa sezon wakacyjny, podejmujemy temat podróży i turystyki,

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

Taka historia przydarzyła się Marcie Krupie, która opowiedziała o tym





NOWE TECHNOLOGIE
Ciekawe, co powiedział
naszej rozmówczyni słynny
humanoidalny robot Edward
Warchocki?

w Państwa programie. Co dokładnie się stało?

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

Słyszałam, że zamiecie się także podróżowaniem w kamperach.

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

Czy Pani zdarzyło się podróżować takim środkiem lokomocji?

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

CIĘKAWY SPOTKANIA

BLISKO LUDZI

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



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

Jakie tematy pojawiają się w sierpniowych odcinkach?

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

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

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

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

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

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

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

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

Rozmawiała Marzena Juraczko



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

→ TAKI JEST ŚWIAT SO 4.07
godz. 09.00 TV PULS

sobota
niedziela
poniedziałek
SENSACJA

Szybcy i wściekli 10

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


Ostatni ślad

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


Agent

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

KOMEDIA

Milionerzy

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


Millerowie

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


Pojedynek na głosy

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

DRAMAT

Smashing Machine

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


Eiffel

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


Historia mojego życia

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

SF/FANTASY

Transformers

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


Obcy - ósmy pasażer „Nostromo”

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


Dziewczyna w czerwonej pelerynie

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

wtorek

środa

czwartek

piątek



Zima pod znakiem wrony

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



Kasyno

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



Pitbull. Ostatni pies

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



Zakładnik z Wall Street

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



Jak ukradłem 100 milionów

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



Porachunki

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



Ocean's 8

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



Zwyczajna przysługa

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



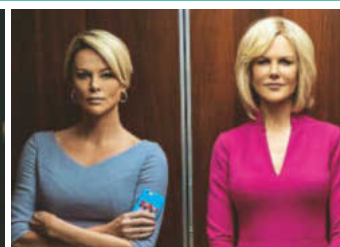
Szeregowiec Ryan

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



Ikar. Legenda Mietka Kosza

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



Gorący temat

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



Niepokonani

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



Blade Runner 2049

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



Bibliotekarz 3: Kłątwa kielicha Judasza

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



Czerwona Planeta

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



Immortals. Bogowie i herosi

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

**MROCNIE
ZBRODNI**

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

SERIALE




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

NOWY SEZON

MY LIFE IS MURDER

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

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

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

Przed Aleksą
kolejna zagadka
kryminalna do
rozwiązania.



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



OD 1. ODCINKA

RAWHIDE

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

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

ZAKŁAMANIE

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

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

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



Wesele przyjaciółki
wywoła u Lucy
lawinę wspomnień
związanych ze
Stephenem.

PREMIERA

ZABÓJCZE TROPIKI

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

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

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



W sobotę obejrzymy aż dwa odcinki 1. serii.



Serial doczekał się już siedmiu sezonów!



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

OD 1. ODCINKA

ORANGE IS THE NEW BLACK

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

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

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



TAJEMNICA TWIERDZY SZYFRÓW

OD 1. ODCINKA

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

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

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



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

KABARETOWE ŚWIĘTO

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

ROZRYWKAWKA

NA ŻYWO

MAZURSKA NOC KABARETOWA 2026

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

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

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

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



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

OD 1. ODCINKA



BITWA O GOŚCI

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

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

UPIÓR W KUCHNI

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

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

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



WYŻSZA SZKOŁA JAZDY

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

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

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

Gość
odcinka
– Karol
Bernacki.



Dziennikarka
Aleksandra
Kostrzewska
oraz ekspert
motoryzacyjny
Tomasz
Korniejew.



OKRASA ŁAMIE PRZEPISY

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

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

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

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



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



NA ŻYWO

LATO Z RADIEM I TELEWIZJĄ POLSKĄ

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

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

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

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

DOKUMENT
↑

BORNEO - CUDOWNA DŻUNGLA

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

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

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

Na szczęście na Borneo został jeszcze kawałek dziewiczej dżungli.



Dzięki ostępom wyspy są domem orangutanów.



MARY QUANT. KRÓLOWA BRYTYJSKIEJ MODY

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

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

STACJA AMSTERDAM

PREMIERA

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

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

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



FOT: ADOBE STOCK (2), EAST NEWS, NATIONAL GEOGRAPHIC

Kolagen – dobra inwestycja w zdrowie



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

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

Serce, kości i skóra

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

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

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

Uznani producenci

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

400 mg cennego kolagenu.

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

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

Z KolagenCito odzyskuj siły i bądź pełen życia!

KolagenCito – bestseller!

Znakomity, niemiecki, opatentowany produkt – postaw na jakość

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



1 pastylka KolagenCito zawiera aż 400 mg kolagenu



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

TOUR DE FRANCE

PRZED NAMI

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

SPORT

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

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

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



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

MICHAŁ KWIATKOWSKI to polski weteran Tour de France.



ALEKSANDRA MIROSŁAW wielokrotnie biła rekordy świata.

ZAWODY WORLD SERIES SPEED KOBIET I MĘŻCZYZN

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

→ **SPEED KOBIET I MĘŻCZYZN SO 4.07**
godz. 12.20 TVN

GRAND PRIX WIELKIEJ BRYTANII

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

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

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



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

MECZ 1/8 FINAŁU

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

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

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

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



LEO MESSI
w dwóch pierwszych meczach mundialu zdobył 5 bramek.



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

EKSTRALIGA

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



GKM GRUDZIĄDZ – PRES TORUŃ

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

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

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

LIGA NARODÓW

TURCJA – POLSKA

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

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

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

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



TYDZIEŃ SPORTU NA ŻYWO

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

PIŁKA NOŻNA

MISTRZOSTWA ŚWIATA 2026

PT/SO Mecz 1/16 finału

3.20 TVP 2; TVP SPORT

SO Mecz 1/8 finału

18.50 TVP 2; TVP SPORT

SO Mecz 1/8 finału

22.50 TVP 1; TVP SPORT

ND Mecz 1/8 finału

21.50 TVP 1; TVP SPORT

ND Mecz 1/8 finału

1.50 TVP 2; TVP SPORT

PO Mecz 1/8 finału

20.50 TVP 1; TVP SPORT

PO Mecz 1/8 finału

1.50 TVP 2; TVP SPORT

WT Mecz 1/8 finału

17.50 TVP 2; TVP SPORT

WT Mecz 1/8 finału

21.50 TVP 1; TVP SPORT

CZ Mecz ćwierćfinałowy

21.50 TVP 1; TVP SPORT

HIT



PT Mecz ćwierćfinałowy

20.50 TVP 1; TVP SPORT

ME U-19 – WALIA 2026

SR Mecz półfinałowy

17.20 TVP SPORT

SR Mecz półfinałowy

19.50 TVP SPORT

INNE DYSCYPLINY

FORMUŁA 1

SO Grand Prix Wielkiej Brytanii

ELEVEN SPORTS 1

12.25 Sprint

SO Grand Prix Wielkiej Brytanii

ELEVEN SPORTS 1

15.55 Sesja kwalifikacyjna

ND Grand Prix Wielkiej Brytanii

ELEVEN SPORTS 1

14.00 Parada kierowców

ND Grand Prix Wielkiej Brytanii

ELEVEN SPORTS 1; SUPER POLSAT

15.55 Wyścig

JEŹDZIECTWO

SO Global Champions Tour

EUROSPORT 1

20.15 9. eliminacja

KOLARSTWO

SO Tour de France

EUROSPORT 1

16.45 1. etap – jazda drużynowa na czas:

Barcelona – Barcelona

Kwiatkowski

ND Tour de France

EUROSPORT 1

13.30 2. etap: Tarragona – Barcelona

Kwiatkowski

PO Tour de France

EUROSPORT 1

12.00 3. etap: Granollers – Les Angles

Kwiatkowski

WT Tour de France

EUROSPORT 1

13.00 4. etap: Carcassonne – Foix

Kwiatkowski

SR Tour de France

EUROSPORT 1

13.45 5. etap: Lannemezan – Pau

Kwiatkowski

CZ Tour de France

EUROSPORT 1

12.15 6. etap: Pau – Gavarnie-Gedre

Kwiatkowski

PT Tour de France

EUROSPORT 1

13.00 7. etap: Hagetmau – Bordeaux

Kwiatkowski

KOSZYKÓWKA MĘŻCZYN

PO Eliminacje MŚ

TVP SPORT

17.55 Mecz: Polska – Holandia

LEKKOATLETYKA

SO Diamentowa Liga

POLSAT SPORT 1

22.00 Prefontaine Classic

PT Diamentowa Liga

POLSAT SPORT 2

20.00 Herculis EBS

SIATKÓWKA KOBIEC

WT Liga Narodów

POLSAT SPORT 1

4.45 Mecz: Turcja – Polska

SR Liga Narodów

POLSAT SPORT 2

5.15 Mecz: Belgia – Dominikana

SR Liga Narodów

POLSAT SPORT 2

8.15 Mecz: Tajlandia – USA

SR Liga Narodów

POLSAT SPORT 3

10.45 Mecz: Ukraina – Włochy

SR Liga Narodów

POLSAT SPORT 2

12.05 Mecz: Japonia – Brazylia

CZ Liga Narodów

POLSAT SPORT 1

5.45 Mecz: USA – Polska



CZ Liga Narodów

POLSAT SPORT 3

10.45 Mecz: Belgia – Kanada

CZ Liga Narodów

POLSAT SPORT 2

12.05 Mecz: Japonia – Tajlandia

CZ Liga Narodów

POLSAT SPORT 3

14.15 Mecz: Chiny – Ukraina

CZ Liga Narodów

POLSAT SPORT 3

16.15 Mecz: Czechy – Holandia

CZ Liga Narodów

POLSAT SPORT 1

19.45 Mecz: Serbia – Francja

PT Liga Narodów

POLSAT SPORT 1

5.45 Mecz: USA – Turcja

PT Liga Narodów

POLSAT SPORT 3

10.45 Mecz: Ukraina – Dominikana

PT Liga Narodów

POLSAT SPORT 1

12.05 Mecz: Polska – Brazylia

PT Liga Narodów

POLSAT SPORT 3

14.15 Mecz: Belgia – Włochy

PT Liga Narodów

POLSAT SPORT 3

16.15 Mecz: Bułgaria – Czechy

PT Liga Narodów

POLSAT SPORT 3

19.45 Mecz: Niemcy – Holandia

SIATKÓWKA MĘŻCZYN

PT Mecz towarzyski

POLSAT SPORT 1

20.30 Polska – Niemcy

SIATKÓWKA PLAŻOWA

ND Turniej ORLEN Beach Volley

Tour w Łebie

POLSAT SPORT 3

9.00 Mecz ćwierćfinałowy kobiet

ND Turniej ORLEN Beach Volley

Tour w Łebie

POLSAT SPORT 3

10.00 Mecz ćwierćfinałowy mężczyzn

ND Turniej ORLEN Beach Volley

Tour w Łebie

POLSAT SPORT 3

11.00 Mecz półfinałowy kobiet

SNOOKER

SO Championship League

CANAL+ SPORT 3; CANAL+ SPORT 5

12.00 1. runda

SO Championship League

CANAL+ SPORT 3

17.30 1. runda

PO Championship League

CANAL+ SPORT 5

12.00 1. runda

PO Championship League

CANAL+ SPORT 5

17.30 1. runda

WT Championship League

CANAL+ SPORT 5

12.00 1. runda

WT Championship League

CANAL+ SPORT 5

17.30 1. runda

SR Championship League

CANAL+ SPORT 5

12.00 1. runda

SR Championship League

CANAL+ SPORT 5

17.30 1. runda

CZ Championship League

CANAL+ SPORT 5

12.00 1. runda

CZ Championship League

CANAL+ SPORT 5

17.30 1. runda

PT Championship League

CANAL+ SPORT 5

12.00 2. runda

PT Championship League

CANAL+ SPORT 5

17.30 2. runda

TENIS

SO Turniej Wimbledon

POLSAT SPORT 3

12.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

SO Turniej Wimbledon

POLSAT SPORT 1;

POLSAT SPORT 2; POLSAT SPORT 3

14.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

SO Turniej Wimbledon

POLSAT SPORT 1

16.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

SO Turniej Wimbledon

POLSAT SPORT 1;

POLSAT SPORT 2; POLSAT SPORT 3

18.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej

ND Turniej Wimbledon

POLSAT SPORT 3

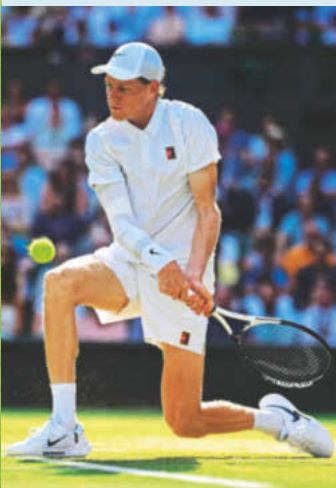
12.00 Mecz 4. rundy gry pojedynczej

ND Turniej Wimbledon

POLSAT SPORT 1

14.00 Mecz 4. rundy gry pojedynczej

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



Zupełnie ODMIENIONY!



Nasze NOWOŚCI!

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

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



SERIAL WESTERN

DOMEK NA PRERII

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

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

 → PREMIERA 9.07

SHOW KOMEDIOWY

LOL: KTO SIĘ ŚMIEJE OSTATNI 4

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

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



→ PREMIERA 10.07



HORROR / KOMEDIA GROZY

ONI CIĘ ZABIJA

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



→ JUŻ DOSTĘPNY



DRAMAT

AŻ PO KRES

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



→ PREMIERA 8.07

DRAMAT

NIE MA DUCHÓW W MIESZKANIU NA DOBREJ



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

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



→ JUŻ DOSTĘPNY



SERIAL THRILLER SF

CZŁOWIEK PARA

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

NETFLIX → PREMIERA 2.07



SERIAL ANIME

SPARKS OF TOMORROW

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

NETFLIX → PREMIERA 5.07

DRAMAT

NASIE NIE ŚWIĘTEJ FIGI



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

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

HBO max → JUŻ DOSTĘPNY

SERIAL KOMEDIOWY

WARTO SIĘ STARAĆ 5

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

Apple TV → PREMIERA 8.07



SERIAL THRILLER

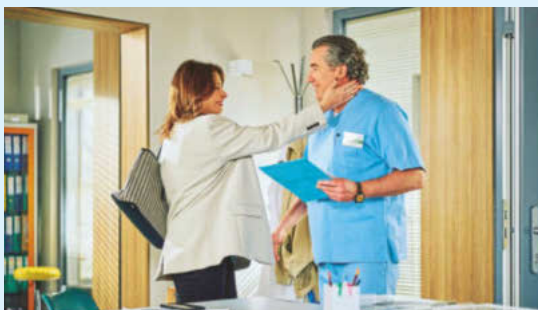
ROSA ELETTRICA

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

sky SKYTIME → JUŻ DOSTĘPNY



CHCESZ
WIEDZIEĆ
WIĘCEJ?
CZYTAJ
NETFILM



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

Na Wspólnej

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

HD POLSKA 2026 ▶ 35 min



16.50 **Szpital św. Anny**
TVN OBYCZAJOWY

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

HD POLSKA 2025 ▶ 65 min



19.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18**
TV PULS OBYCZAJOWY PO

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

HD POLSKA 2026 ▶ 60 min

NIEBEZPIECZNY NAŁÓG

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



8.50 **Ranczo 6**
TVP 1 OBYCZAJOWY

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

HD POLSKA 2012 ▶ 55 min



9.45 **Komisarz Alex 7**
TVP 1 KRYMINALNY

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

HD POLSKA 2015 ▶ 55 min



19.25 **Rodzinka.pl**
TVP 2 KOMEDIOWY

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

HD POLSKA 2025 ▶ 35 min



17.15 **Maxima. Droga na tron**
TVP 2 BIOGRAFICZNY ND

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

HD HOLANDIA 2024 ▶ 50 min

NIE PRZEGAP!



20.10 **Niezwykłe miejsce na śmierć**
ALE KINO+ KRYMINALNY ND

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

HD NOWA ZELANDIA 2024 ▶ 115 min



22.05 **FBI: Most Wanted 4**
AXN KRYMINALNY PO

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

HD USA 2022 ▶ 55 min



21.05 **Rekrut 8**
AXN KRYMINALNY

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

HD USA 2026 ▶ 115 min



22.00 **Matlock**
FX KRYMINALNY

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

USA 2024 ▶ 55 min



19.00 Policjantki i Policjanci

TV 4
OBYCZAJOWY PO Starsza kobieta zgłasza, że do jej drzwi dobija się zakrwawiony mężczyzna. Lena i Bartosz znajdują nieprzytomnego Bicka. **WT** Daria i Marek zaczynają dyżur od alarmu bombowego w biurcu. Pirotechnicy odnajdują tam ładunek w torbie cateringowej. **SR** Mikołaj i Miłosz badają sprawę egzaminatora potrąconego na placu manewrowym. Krag podejrzanych się zwiększa. **CZ** Lena i Bartosz ruszają do pobitej i nieprzytomnej Ewy. Do śledztwa dołącza ekspert Jakub Naumiuk. **PT** Marek i Daria jadą do porzuconego po wypadku auta. W bagażniku znajdują nieprzytomnego mężczyznę.

POLSKA 2026 ▶ 60 min



19.25 Barwy szczęścia

TVP 2
OBYCZAJOWY **PO** Malwina zмага się z kryzysem po wizycie w salonie piękności. Mimo zdecydowanego sprzeciwu Asi Daniel po raz kolejny w tajemniczy zabiera Emila na strzelnicę. **SR** Stan Krystyny ulega pogorszeniu. Jaworski chce zorganizować terapeutyczny wieczór brydżowy. Oliwka wraca do Tomasza, ale między nimi wciąż panuje napięcie. **CZ** Rawiczowa błaga Natalię, by odwiedzić Cezarego. Małgorzata uświadamia córce, że mała Lea tęskni za ojcem. **PT** Jerzy wpada w bistro na Wandę. Przyjaciółka namawia go na słodkie co nieco. Dominika składa zeznania o toksycznym związku Soni ze Stefaniakiem.

POLSKA 2026 ▶ 40 min



20.00 Uroczysko

TV 4
KRYMINALNY **PO** Policjanci odkrywają ciało Roberta w lesie, a 25-letni Czarek znika. Roztrzęsiony rolnik zgłasza kolejne morderstwo. Makabryczna scena przywołuje miejscową legendę. **WT** Roztrzęsiona kobieta zgłasza Olkowi zaginięcie męża. Leśniczy znajduje w zaroślach odciętą rękę. Stróża prawa ujawnia ślady quadów. Pojawia się wątek mafii. **SR** Agata ma wraz z dziennikarzem otworzyć prestiżową wystawę. Filip poszukuje Wilczewskiej i przygotowuje się do zabiegu. **CZ** Dżolanta Sarnacka, uczestniczka zjazdu absolwentów, ginie w tajemniczych okolicznościach. Śledczy podejrzewają, że zabito ją z zemsty.

POLSKA 2025 ▶ 30 min



21.50 Na sygnale

TVP 2
FABULAR.-DOKUM. **PO** Britney zabiera matkę na wycieczkę. Przypadkowo trafiają w sam środek małżeńskiej kłótni, skutkującej poważnymi obrażeniami. Dobromir zajmuje się starszą kobietą, która zasłabła przez gripę. **WT** Pacjentką doktor Reiter jest nastolatka, która skarży się na ból brzucha. Doznała urazu, gdy lunatykowała. Basia i Benio wybierają się niebawem na kolejną randkę. Spotykają Adama i Kasię. **SR** Róża i Romek mierzą się z trudnym zadaniem, gdy nastoletni narkoman staje się agresywny w karetce. Ratownicy pomagają też aktorowi ukrywającemu chorobę. Piotr i Potocka zmagają się z oskarżeniami.

POLSKA 2026 ▶ 65 min



18.20 Pan Mama

TVP 2
KOMEDIOWY **ND** Sylwester obawia się zbliżenia z Patrycją. Zamiast szczerze z nią porozmawiać, wciela w życie nierozsądną radę Mirasa. Tymczasem ten razem z Brunem tworzy wkrótce kuriozalną pieśń ku czci patrona szkoły, żeby poprawić sytuację nastolatka z ocenami.

POLSKA 2026 ▶ 35 min



20.25 Prokurator

TVP 1
KRYMINALNY **ND, WT, SR** W trakcie przedstawienia ginie aktor. Proch i Kielak muszą ustalić, kto chciał się pozbyć mężczyzny. Śledczy badają również okoliczności zgonu lekarza. Okazuje się, że był on wpłątany w sprawę uśmiercenia nieuleczalnie chorego pacjenta.

POLSKA 2015 ▶ 55 min



21.00 Sprawiedliwi. Trójiasto

TV 4
KRYMINALNY PO-CZ Sędzia Zyga skazuje gangstera Józwia na 25 lat więzienia, a ten grozi zemstą. Wkrótce w domu seniora umiera jej ojciec. Pola z Damianem prowadzą śledztwo w sprawie skatowanej kobiety i uduszonego niemowlęcia.

POLSKA 2026 ▶ 60 min



22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny

TV 4
KRYMINALNY PO-CZ Garda i Górka badają razem sprawę zamknięcia restauratora w chłodni. Brak śladów włamania wskazuje na pracownika. Podejrzanie pada na kelnera. Jednocześnie Wach oraz Kujawińska wyjaśniają sprawę śmierci kierowcy tira.

POLSKA 2026 ▶ 65 min



21.00 Ta inna siostra Bennet

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

WIELKA Brytania 2026 ▶ 30 min



21.05 Zabójcza broń 3

AXN
SENSACYJNY **SR** Wbrew ostrzeżeniu Murtagha Cole prosi Toma Barnesa o pomoc w prywatnej sprawie. Decyzja ta wywołuje napięcie pomiędzy partnerami. FBI wszczyna niebawem śledztwo wobec Cole'a.

USA 2018 ▶ 115 min



20.30 Ojciec Mateusz 30

TVP 1
KRYMINALNY **CZ** W Sandomierzu trwają zdjęcia do filmu „Kochać na zabój”. Pewnego dnia dochodzi do tragedii. Natalia zauważa w pobliżu plebanii błąkającą się alpakę. Postanawia znaleźć jej właściciela.

POLSKA 2023 ▶ 55 min



21.05 Agenci NCIS 20

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

USA 2022 ▶ 60 min

Warto zobaczyć

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

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

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

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

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

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

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

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

→ filmowe hity



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

22.00 Wrogowie publiczni

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

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

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



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

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



20.00 Godziny szczytu 2

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

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



21.00 Smashing Machine

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

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



20.00 Whiplash

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

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



22.05 Pasażer

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

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



20.00 Najwyższy wyrok

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

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



22.10 Drużyna potępionych

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

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

→ filmowe hity



Konserwatywna para musi przetrwać pod jednym dachem z byłymi hipisami.

20.00 Poznaj moich rodziców

TVN

KOMEDIA Spotkanie rodzin okazuje się zderzeniem różnych światów.

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

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



→ P!

20.00 Eleanor Wspaniała

HBO

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

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



22.30 Kocha, lubi, szanuje

TVN

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

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



20.00 Nietykalni

STOPKATKA

KRYMINALNY

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

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



23.05 Ślubne wojny

TVP 2

KOMEDIA ROMANTYCZNA

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

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

→ sport



12.20 Zawody World Series w Krakowie

TVN

WSPINACZKA LIVE

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



16.45 Tour de France

EUROSPORT 1

KOLARSTWO LIVE

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



18.50 Mistrzostwa świata 2026

TVP 1

PIĘKA NOŻNA LIVE

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



22.00 Diamentowa Liga w Eugene

POLSAT SPORT 1

LEKKOATLETYKA LIVE

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

→ rozrywka



15.00 Kaśka Sochacka

C+ PREMIUM

– „Ta druga na Bis” (Live)

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



19.00 Speedshop: warsztat marzeń

C+ 360

MOTORYZACJA

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



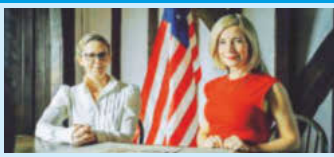
19.55 Kabaret na żywo. Chyba Czesuaf

POLSAT

SATYRA

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

→ dokument



17.50 Lucy Worsley i zagadki historii: rewolucja amerykańska

BBC EARTH

HISTORIA

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

TVP 1 HD DVBT2

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

TVP 2 HD DVBT2

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

polsat HD DVBT2

- 4.40 Disco Gramy**
- 5.25 Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News**
- 8.30 halo tv polsat** – magazyn
- 11.30 Pierwsza miłość** (4171-4174) – serial obyczajowy, Polska 2025
- 14.40 Percy Jackson i bogowie olimpijscy: Złodziej pioruna** **FILM** – film przygodowy, USA/Kanada 2010, reż. Chris Columbus, wyk. Logan Lerman, Pierce Brosnan, Brandon T. Jackson, Alexandra Daddario, 150 min
- 17.10 Jak rozpełtałem II wojnę światową** (2/3) – komedia, Polska 1969, reż. Tadeusz Chmielewski, wyk. Marian Kociniak, 100 min
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Prezydenci i premierzy** (458) – program publicystyczny
- 19.30 Sport, pogoda**

tvn TVN HD DVBT2

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

BRAVO Sport

WYDANIE SPECJALNE to&owoTV NA MUNDIAL

dostępne we wszystkich punktach STS na terenie całego kraju

20

PIŁKA NOŻNA



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

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

21.30 Deyna. Geniusz do zatracenia

– film dokumentalny, Polska 2024

22.35 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio

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

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

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

5.00 Sprawdzamy – magazyn

5.15 Zakończenie

WIDOWISKO



20.00 Lato z Radiem i Telewizją Polską: Zakopane

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

22.10 Gabi Drzewiecka zaprasza (4) – talk-show

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

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

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

4.15 Zakończenie

ROZRYWKOWY



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

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

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

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

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

– serial komediowy, Polska 2012

4.05 Kabaretowa Ekstraklasa (102) – program rozrywkowy

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

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

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

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

3.15 Uwaga! – magazyn reporterów

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

5.10 Nauka jazdy 5 (14) – program rozrywkowy



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

KOMEDIA SENSACYJNA

**20.00 Godziny szczytu 2**

FILM – USA 2001, 130 min

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

22.10 Drużyna potępionych

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

0.20 Matrix Zmartwychwstania

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

3.00 Żyjąc z potworem 8 (19)

– serial dokumentalny, USA 2020

3.50 Fachowcy (6) – serial paradokumentalny, Polska 2017**4.25 Dorota was urządził! (7, 8)**

– program rozrywkowy, Polska 2014



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

SENSACYJNY

**20.00 Mocne sobotnie kino: Najwyższy wyrok**

FILM – USA 2012, 125 min

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

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

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

0.10 Polowanie na czarownice

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

2.05 Zobacz to! – pr. powtórkowe

- 5.50 Ale numer! 20 (10)** – program rozrywkowy
- 6.35 Smerfy (166, 168)** – serial animowany, Belgia 1988
- 7.35 Pingwiny z Madagaskaru 2 (19, 20)** – serial animowany, USA 2010-2012
- 8.35 Corgi, psiek królowej** – film animowany, Belgia/USA 2019, reż. Vincent Kesteloot, 95 min
- 10.10 Gnomeo i Julia. Tajemnica zaginionych krasnali** – film animowany, Wielka Brytania/USA 2018, reż. John Stevenson, 105 min
- 11.55 Wojciech Cejrowski. Boso – Meksyk/Paragwaj (10, 11)** – serial dokumentalny, Polska 2015
- 13.05 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (8, 9)** – program rozrywkowy
- 15.05 Kapitan Szablozęby i skarb piratów** – film familijny, Norwegia/Wielka Brytania 2014, reż. John Andreas Andersen, wyk. Tuva Novotny, Anders Baasmo Christiansen, Fridtjov Saheim, Kyrra Haugen Sydness, 135 min
- 17.20 P! Toto rozrabiaka 2** – komedia, Francja 2023, reż. Pascal Bourdiaux, wyk. Anne Marivin, Guillaume de Tonquédéc, Hugo Trophard, Valérie Karsenti, 109 min
- Niesforne, ale sympatyczny uczeń Toto wraz ze swoją klasą wyjeżdża na farmę. Jej właściciele skrywają pewną tajemnicę, a w okolicy krąży niepokojące pogłoski o nawiedzonym zamku.

ANIMOWANY

**19.00 Snoopy i Charlie Brown**

FILM – USA 2015, 105 min

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

20.45 Jak upolować faceta

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

22.20 Kasyno – dramat kryminalny, USA/Francja 1995, reż. Martin Scorsese, wyk. Robert De Niro, Joe Pesci, Sharon Stone, James Woods, 220 min**2.00 Wstydlive choroby 7 (1, 2)**

– serial dokumentalny, Wielka Brytania 2013

4.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (188)

– serial obyczajowy, Polska 2019

5.00 Kręcimy z gwiazdami (8)

– program rozrywkowy



MINISTRANCI

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

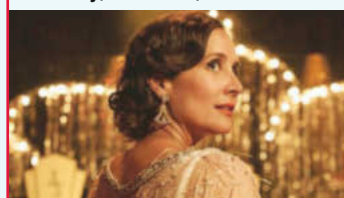
►komediodram., Pol. 2025; 105 min



MICKEY 17

Mickey (Robert Pattinson) dołącza do kolonizatorów planety Niflheim. Wykonuje najbardziej niebezpieczne zadania. Gdy ginie, powstają kolejne jego klony. Siedemnasta wersja mężczyzny nieoczekiwanie wraca na pokład. Zastępuje tam Mickeya 18. Dowódca ekspedycji postanawia zlikwidować ich obu.

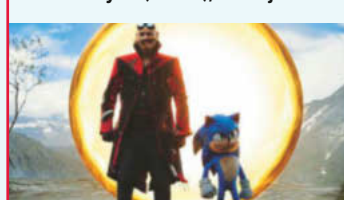
►fantasy, USA 2025; 137 min



LATO 1936

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

►serial krym. (6 odc.), Francja 2026

SONIC 3: SZYBK
JAK BŁYSKAWICA

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

►film familijny, USA 2024; 109 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM HD	HBO HD
6.15 Saga „Zmierzchni”: Przed świtem. FILM – film fantasy, USA 2012, reż. Bill Condon, wyk. Kristen Stewart, Robert Pattinson, Taylor Lautner, Peter Facinelli, 115 min 8.10 Rekrut 8 (11, 12) – serial kryminalny, USA 2026 10.05 MacGyver 2 (6-10) – serial akcji, USA 2017-2018 15.05 FBI: Most Wanted 3 (14-18) – serial kryminalny, USA 2020 LaCroix wraz z ekipą ściga Harleya Rossa. Mężczyzna dokonał wielu zabójstw.	5.15 Na sygnale (856-858) – serial fab.-dokum. 6.40 U Pana Boga w ogródku (7) – serial komediowy, Pol. 2008 7.25 Na sygnale (859-863) – serial fab.-dokum. 10.15 Ranczo 8 (95, 96) – serial obycz., Polska 12.00 Rodzinka.pl (297-299) – serial komediowy, Pol. 2025 13.35 Ojciec Mateusz 29 (376, 377) – serial kryminalny, Pol. 2023 15.30 Komisarz Alex 24 (303) – krym., Pol. 2025 16.30 Ranczo 8 (97) – serial obyczajowy, Pol. 2014 17.30 Czerdziestolatek (16) – serial obyczajowy, Pol. 1976	8.25 Młynek do kawy – film anim., Pol. 1963 8.35 Litera – anim., Polska 9.00 Wakacje z Madonną – film obyczajowy, Polska 1983, 95 min 10.35 Kosmos 1999 (9) – s.f. 11.40 Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem (1) – dok., Wlk. Bryt. 12.45 Światła wielkiego miasta – komedia, USA 1931, 100 min 14.25 Noce i dnie (2) 15.40 Spotkanie sztuk – sztuka spotkania. Malta Festival 2026 – reportaż, Polska 2026 16.15 Lawrence z Arabii – dram. przyg., Wielka Brytania 1962, 225 min	6.30 Polska z góry 5 (4) 7.00 Palatka – film krótkometrażowy 7.25 Pan Tadeusz – film kostiumowy, Polska/Francja 1999, 175 min 10.20 Nicolas Cage: Szalony geniusz Hollywoodu – film dok., USA/Francja 2025 11.35 The Office PL 3 (1-3) – serial kom., Pol. 2023 13.25 Śmierć na Nilu – film kryminalny, Wielka Brytania 1978, 165 min 16.10 Opadające liście – komediodramat, Niemcy/Finlandia 2023, 110 min 18.00 W sieci wojny – thriller, USA 2025, 130 min	9.40 Listy do Julii – komedia romant., USA 2010, 105 min 11.25 Jutro będzie nasze – komediodramat, Włochy 2023, 115 min 13.20 Kiedy nadchodzi jesień – dram. obycz., Fr. 2024, 100 min 15.00 Kaśka Sochacka – „Ta Druga na Bis” (Live) – koncert 15.50 Niania w Nowym Jorku – komedia romantyczna, USA 2007, 100 min 17.30 Ultimatum Bourne’a – film sensacyjny, USA/Niem. 2007, 115 min 19.25 Thelma – komedia, Szwajcaria/USA 2024, 95 min	7.45 W potrzasku – dram. obyczajowy, USA 2025, 105 min 9.30 Jak wytresować smoka – film anim., USA 2010, 100 min 11.10 Pierwsza sprawa – dram. obyczajowy, Francja 2023, 105 min 12.55 Nasz syn – dram. obyczajowy, USA 2023, reż. Bill Oliver, 105 min 14.40 Zabawy z piłką – komedia, USA/Niemcy 2004, 95 min 16.15 Akademia Pana Kleksa – film fantasy, Polska 2023, 130 min 18.25 O psie, który wrócił do domu – film familijny, Chiny/USA 2019, 95 min
THRILLER	KOMEDIOWY	DRAMAT OBYCZAJOWY	THRILLER	DRAMAT BIOGRAFICZNY	DRAMAT OBYCZAJOWY
20.00 Olimp w ogniu FILM – USA 2013, 150 min Prezydent USA zostaje zakładnikiem terrorystów. Do walki z nimi rusza były agent Banning, który został odsunięty od obowiązków. 22.30 Londyn w ogniu FILM – sens., Wlk. Bryt./USA/Bulgaria 2016, 110 min 0.20 Uprawdazona 2 FILM – film sens., Fr./USA/Turcja 2012, 120 min 2.20 Uprawdazona 3 FILM – film sens., Fr./Hiszp./USA 2014, 130 min 4.30 FBI: International 4 (11) – serial kryminalny	18.30 U Pana Boga w ogródku (8) – Pol. W Królowym Moście odbywa się huczne wesele młodego aspiranta Cieleckiego i córki komendanta, Łuski. Tymczasem Bocian planuje ślub z Halinką Struzikową. 19.25 Ojciec Mateusz 29 (378-380) – krym., Pol. 22.25 Ranczo 8 (98, 99) – serial obycz., Polska 0.20 Komisarz Alex 24 (303, 304) – krym., Pol. 2.10 PiłBull (18) – sens. 3.10 Oficerowie (6) – sens. 4.10 Rodzinka.pl (149, 150) – kom., Pol.	20.00 Whiplash – USA FILM 2014, 115 min Dążący do perfekcji dyrygent doprowadza młodego perkusistę na skraj załamania. 21.55 63. KFPP w Opolu – Autobiografia. Jubileusz Bogdana Olewickiego (2) 23.00 Zagubiona autostrada – thriller, USA/Fr. 1997, 145 min 1.25 Spotkanie sztuk – sztuka spotkania. Malta Festival 2026 2.00 Jim Morrison – ostatnie dni w Paryżu – dok., Fr.	20.10 Morderstwo na basenie – USA FILM 2024, 115 min Zamożny Thomas tuż przed rodzinnym przyjęciem znajduje się w basenie zwłoki kochanki. Spanikowany postanawia je ukryć. Nie przeczuwa konsekwencji swoich czynów. 22.05 Walden – thriller, USA 2023, 130 min 0.15 Pokusa – thriller, USA 2012, 130 min 2.25 Powrót (6-ost.) – kom. 3.05 Sweat – dram. obycz., Pol. 2020, 105 min 4.50 Meduzy – film krótkometraż.	21.00 Smashing Machine FILM – USA 2025, 120 min Koniec lat 90. XX wieku. Mark Kerr, znakomity zawodnik MMA, uzależnia się od opiatów. Po odwyku zaczyna przygotowania do najważniejszej walki w karierze. 23.00 Grindhouse: Death Proof – thriller, USA 2007, 110 min 0.50 Królestwo – dram. sens., USA/Niemcy/ZE 2007, 110 min 2.40 Skrzyżowanie – dram. obyczajowy, Polska 2024, 100 min 4.20 Lili – dok., Polska 2021	20.00 Eleanor Wspaniała FILM – USA 2025, 100 min Samotna seniorka Eleanor trafia na spotkanie grupy wsparcia, gdzie opowiada poruszającą historię. Niespodziewanie staje się wzorem dla studentki, Niny. 21.40 Księgowny 2 – thriller, USA 2025, 130 min 23.50 Nóż w nocnej ciszy – horror komediowy, USA/Wielka Brytania/Kanada 2023, 85 min 1.15 Twój potwór – czarna komedia, USA/Wielka Brytania 2024, 100 min
AXN WHITE	WARNER TV	CANAL+ FILM	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 2 HD
6.10 Paddington – film familijny, Wielka Brytania/Francja/USA 2014, 95 min 7.45 Napisała: Morderstwo 5 (11-15) – serial kryminalny 13.00 Dr House 3 (1-5) – obycz. 18.00 Dowody zbrodni (16-20) – serial kryminalny, USA 23.00 Książę i ja – komedia romant., 2004, 130 min 1.10 Domek na święta – film obyczajowy, 2019, 110 min 3.00 Paddington – film familijny, Wielka Brytania/Francja/USA 2014, 115 min 4.55 Dr House 3 (1) – obycz. 5.40 Blok promocyjny AXN White	13.40 Wiecznie młody – dram. obyczajowy, 1992, 125 min 15.45 Przegląd Felicity – film familijny, USA 2005, reż. Nadia Tass, wyk. Shailene Woodley, 105 min 17.30 Superman 2: Wersja reżysera Richarda Donnera – film przyg., Wlk. Bryt./USA 2006, 180 min 20.30 Jackie Chan: Pierwsze uderzenie – film sensacyjny, USA/Hongkong/Ukraina 1996, 90 min 22.00 Wrogie niebo 5 (4, 6) – s.f. 23.45 Szpieży tak jak my – komedia sensacyjna, USA 1985, 120 min	7.45 Orzelek Iggy – film anim., Polska/USA 2025, 85 min 9.10 O psie, który jeździł koleją 2 – film familijny, Polska 2025, 90 min 10.40 Liza Minnelli. Niesamowita historia absolutnie prawdziwa 12.20 Lapa capu – pr. rozrywk. 12.25 Saga „Zmierzchni”: Księżyc w nowiu – film fantasy, 2009, 115 min 14.20 Call me lala 14.45 Ida – dram. obycz., Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min 16.05 Azył – dram. biograficzny, Czechy/Wielka Brytania/USA 2017, 125 min 18.10 Krucjata Bourne’a – thriller, USA/Niemcy 2004, 105 min 19.55 Lapa capu – pr. rozrywk. 20.00 Zdażyć przed śmiercią – western, USA 2025, reż. Ned Crowley, 105 min 21.45 Aftermath – thriller, USA FILM 2024, reż. Patrick Lussier, wyk. Dylan Sprouse, 95 min 23.20 Dom 1000 trupów – horror, USA 2003, 85 min 0.45 Malpa – horror, USA/Wielka Brytania/Kan. 2025, 95 min 2.20 Utrata równowagi – dram. psychologiczny, Polska 2024, 95 min 3.55 Premierowa jazda – mag. 4.10 Imago – dram. biograf., Polska 2023, 110 min	9.50 Lapa capu Extra – program rozrywkowy 10.25 The Office PL 3 (4-6) – serial komediowy, Polska 12.00 Świat zwierząt – rodzicielstwo (5) – serial dok., Wielka Brytania 2024 13.05 Lapa capu Extra – program rozrywkowy 13.40 Planeta Singli. Ośiem historii (3) – serial komediowy, Polska 2021 14.30 Naruto 3 (3-5) – serial anime, Japonia 2003-2004 16.05 Lapa capu Extra – program rozrywkowy 16.30 To nie jest zagadka kryminalna (1, 2) – serial kryminalny, Belgia 2025 18.30 Hollywood Buzz – magazyn filmowy 19.00 Jeremy (3, 4) – serial dokumentalny, Polska 2022 20.00 Para z sąsiedztwa (1, 2) – serial obycz., Wlk. Bryt. 21.50 Lapa capu – program rozrywkowy 22.00 Talamasca: Sekretne zakony (5, 6) – serial fantasy, USA 2025 23.40 Nie zostawiaj mnie (1, 2) – serial kryminalny, Wł. 2022 1.35 Premierowa jazda – magazyn 1.55 Kłangor (5-8) – serial kryminalny, Polska 2021 5.35 Premierowa jazda – magazyn	6.00 13 posterunek 2 (1, 2) – serial komediowy, Polska 7.20 Sędziowie (8) – dok., Pol. 8.05 Stalowe bestie z demobilu (8) – dok. 10.00 Zholowani: ciężarówka w opalach 6 (18) – dok. 11.00 Sung Kang – szybki i dociekliwy (5) – dok. 12.00 Pele: Król gry – dok., 2023 13.00 W trasie z Normanem Reedusem 3 (6) – dok. 13.55 Co poszło nie tak 5 (6) 15.00 Kolejną przez świat 4 (1, 2) – serial dok., Wlk. Bryt. 16.55 Wykrzywcze historii 6 (1) 18.00 Nepal – z zachodu na wschód – dok., 2022 19.00 Speedshop: warsztat marzeń (1) – serial dokum. 20.15 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata (1) – serial dok., Niem. 2011 21.10 Zabójcze drogi (3) – dok. 22.05 Porzucone konstrukcje (5) – serial dok., Wlk. Bryt. 23.00 Wykrzywcze historii 6 (3) – serial dokumentalny, Wł. 0.05 Co poszło nie tak 5 (4) – serial dok., Wlk. Bryt. 2025 1.05 Cztery pory (3) – dok. 2.05 Twardzielki (10) – dok. 2.40 Ludzie morza (9) – dok. 3.45 Polska z góry: Stadiony 2 (6, 7) – dok. 4.55 Pogotowie remontowe Wieśka (7, 8) – mag.	12.25 Witajcie w Marwen – biograf., 2018, 110 min 14.15 Istoty tajemnicze – komediodramat, USA 2024, 100 min 15.55 Bezmiar – dram. obycz., Wł./Francja 2022, 95 min 17.30 Agentka – komedia, USA 2015, 120 min 19.30 Dziewczyna ze zdjęć – komedia romantyczna, Kanada/USA 2023, 85 min 20.55 Azył – thriller, USA/Francja/Rosja 2022, 95 min 22.30 Ród smoka 3 (2) – fantasy 23.35 Stamtąd 4 (8) – serial grozy, USA 2026 0.30 Miniaturowa żona (2)
AXN BLACK	POLSAT SERIALE	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 3 HD	
6.00 Renegat 5 (7) – serial sens. 6.45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6 (5, 6) – serial kryminalny, USA/Kan. 2005 8.25 S.W.A.T. 5 (9-12) – sens. 12.10 Gwiezdne wrota 2 (9-13) – serial s.f., USA/Kan. 1998 17.10 Rekrut 4 (12-15) – serial kryminalny, USA 2022 21.00 S.W.A.T. 5 (9-12) – serial sensacyjny, USA 2021-2022 0.30 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6 (5, 6) – serial kryminalny, USA/Kan. 2005 2.30 Rekrut 4 (12-15) – serial kryminalny, USA 2022 5.55 Blok promocyjny AXN Black	6.00 Gliniarze (139-141) – serial parodokumentalny, Polska 9.00 Poirot (8-10) – serial krym. 12.10 Doktor Martin (12-14) – serial obycz., Wlk. Bryt. 15.25 Świat według Kiepskich (201, 202, 21) – serial kom. 17.10 Gliniarze (1127-1130) – serial parodok., Pol. 2025 21.00 Columbo (19, 20) – serial kryminalny, USA 0.10 Legion – thriller, USA 2010, reż. Scott Stewart, wyk. Paul Bettany, 125 min 2.15 Ślad (38) – serial krym., Pol. 3.15 Święty (198) – kom., Pol. 4.00 48h. Zaginięci (93, 94) – serial kryminalny, Polska	1.35 Premierowa jazda – magazyn 1.55 Kłangor (5-8) – serial kryminalny, Polska 2021 5.35 Premierowa jazda – magazyn	0.05 Co poszło nie tak 5 (4) – serial dok., Wlk. Bryt. 2025 1.05 Cztery pory (3) – dok. 2.05 Twardzielki (10) – dok. 2.40 Ludzie morza (9) – dok. 3.45 Polska z góry: Stadiony 2 (6, 7) – dok. 4.55 Pogotowie remontowe Wieśka (7, 8) – mag.	11.45 Julia 2 (3) – serial biograf. 12.30 Tajemnica złotnika – dram. obyczajowy, Hiszpania 2025, 100 min 14.10 Srebrna gwiazda – dram. obycz., USA 2024, 100 min 15.50 Romans pachnący drewnem – komedia romantyczna, 2024, 85 min 17.15 Karate Kid: Legendy – film przygodowy, USA/Kanada 2025, 95 min 18.50 Boska Sarah Bernhardt – film biograficzny, Francja/Belgia 2024, 95 min 20.25 Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem (1) – kom. 21.00 Euforia 3 (1-8) – obycz.	

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD	COMEDY CENTRAL HD	TVN FABUŁA HD	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA DVB-T2
9.55 Kung Fu Panda: Sekrety Potężnej Piątki – film anim. USA 2006, 100 min 10.30 Sezon na misia – film animowany, USA 2006, 100 min 12.10 Ania z Zielonego Wzgórza (1/2) – film obyczajowy, Kan./RFN/USA 1985, 130 min 14.20 Ghostbusters – pogromcy duchów – komedia, USA/Australia 2016, reż. Paul Feig, 140 min 16.40 Krudowie – film animowany, USA 2013, 125 min 18.45 Pacific Rim: Rebelia – film s.f., Wielka Brytania/Chiny/Japonia 2018, 135 min	6.00 Tata ma plan (21, 22) – serial komediowy, USA 2016 7.00 Tata ma plan 2 (1-3) – serial komediowy, USA 2017 8.30 Teoria wielkiego podrywu 5 (14-24) – kom., USA 2011-2012 13.05 Teoria wielkiego podrywu 6 (1) – serial kom., USA 2012-2013 13.30 Przyjaciele 5 (20-22) – kom., USA 1998-1999 15.00 DMV – Ci od prawka (14-16, 18) – serial komediowy, USA 2025 17.00 9JKL (7-10) – serial komediowy, USA 2017 19.00 Duchy (1, 2) – serial fantasy, USA/Wielka Brytania 2021	6.00 Superbohaterowie (1) – program kult. 6.30 Serialae: rozmowy 2 (1) – mag. 7.10 Kino Buzz Top 5 (13) 7.20 Dziewczyny z Hollywood 3 (16) 7.35 Prawo Agaty 3 (12, 13) – obycz., Pol. 9.30 Prawo Agaty 4 (1, 2) 11.40 Tom i Jerry – film familijny, USA/Wlk. Bryt./Fr. 2021, 130 min 13.50 Nowe przygody Aladyna – komedia, Fr./Bel. 2015, 135 min 16.05 Liga potworów – film animowany, USA 2022, 125 min 18.10 Bella i Sebastian 3 – film familijny, Francja 2017, 110 min	6.15 Follow (4) – serial sensacyjny, Francja 2023 7.00 Na granicy: Spadek Hildy – film kryminalny, Niemcy 2022, reż. Eoin Moore, 115 min 8.55 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (7-16) – serial sensacyjny, USA 2023 18.05 Kobra – oddział specjalny (5, 6) – serial sensacyjny, Niemcy 2021 Mściwy handlarz bronią próbuje dopaść dwójkę złodziei. Kramer prosi Vicky i Semira o pomoc w sprawie.	6.00 Dom w cenie mieszkania 3 (8, 9) 7.00 Polska Kronika Filmowa – serial dok. 7.15 Miś Kudłatek (1, 2) 7.45 Bolek i Lolek na wakacjach (1, 2) 8.15 Chłopi (1/2, 2-ost.) – film obyczajowy, 1973, 215 min 11.50 Potop Redivivus – hist., 2014, 240 min 15.50 Hallo Szpicbródka, czyli ostatni występ króla kasiarzy – komedia kryminalna, 1978, 145 min 18.15 Motylem jestem, czyli romans czterdziestolatka – komedia obyczajowa, 1976, 105 min	6.00 Komisarz Rex 2 (6-9) – krym., Niem./Australia 10.00 Hudson i Rex 8 (4, 5) – serial krym., Kanada 12.00 Top Dog. Ameryka (1) – serial dok., USA 13.35 Tata i małolata – komedia, USA/Francja 1994, reż. Steve Miner, 115 min 15.30 Święty – film sensacyjny, USA 1997, reż. Phillip Noyce, wyk. Val Kilmer, Elisabeth Shue, 135 min 17.45 RoboCop – film s.f., USA 2014, reż. José Padilha, wyk. Joel Kinnaman, Gary Oldman, Michael Keaton, Abbie Cornish, 135 min
SENSACYJNY	KOMEDIA	OBYCZAJOWY	DRAMAT KRYMINALNY	DRAMAT PRZYGODOWY	DRAMAT KRYMINALNY
21.00 Szybcy i wściekli 10 – USA/Chiny/Japonia 2023, 175 min Przed laty ekipa Dominica Toretto doprowadziła do ruiny imperium bossa narkotykowego. Teraz czeka ich odwet ze strony jego syna. 23.55 Life – horror s.f., USA 2017, reż. Daniel Espinosa, wyk. Jake Gyllenhaal, 130 min 2.05 Ślad (29, 10, 11) – serial kryminalny, Polska 2018-2019 5.00 Na ratunek 112 (858, 859) – serial paradok., Pol. 2023	20.00 Depresja gangstera – USA/Australia 1999, 120 min Brutalny gangster Paul Vitti nie radzi sobie ze śmiercią ojca. Szuka porady u znanego psychiatry, doktora Bena Sobela. Nie potrafi już bez niego funkcjonować. 22.00 The Office PL 2 (7, 8) – serial kom., Pol. 2022 23.05 Comedy Club 5 (7, 8) 0.05 Miasteczko South Park (9-12) 2.05 Pracoholicy 2 (7-10) 3.35 Pracoholicy 3 (1) 4.00 Śmiech nie będzie 6 (1-5) – rozr.	20.00 Polityka – Polska 2019, 170 min Sceny z życia rządzących. Prezes przechodzi operację nogi. Znajomość z rehabilitantem Bartkiem, który ma odmienne poglądy, okazuje się niezwykle cenna. 22.50 Zakonnica 2 – horror, USA/Wielka Brytania 2023, 135 min 1.05 Nocny pościg – dramat sensacyjny, USA 2015, 125 min 3.10 Zawieruchy przepis na kino (19) – pr. rozr. 3.30 Ukryta prawda (1359, 1360) – paradok.	20.05 Niepokojące zagadki: Pod presją 4 – Francja 2022, 115 min Zaginęła dyrektorka firmy. Léonore wraz z komisarzem Amarem próbują wyjaśnić okoliczności jej zniknięcia. 22.00 Morderstwo między wierszami: Słowa mogą zabić – film kryminalny, USA 2019, 110 min 23.50 Worricker – Ostateczna rozgrywka – dram. krym., Wlk. Bryt. 2014, 120 min	20.00 Niepokonani – USA/Pol./ZEA 2010, 170 min Rok 1940, Syberia. Janusz trafia do sowieckiego łagru. Wraz ze współwięźniami ucieka poza bramy obozu. Grupa decyduje się na ryzykowną przeprawę do Indii. 22.50 Rozmowy nocą – komedia romantyczna, 2008, 120 min 0.50 Ostatnia misja – film sens., 1999, 135 min 3.05 Dom zły – dramat krym., 2009, 155 min 5.40 Diabeł – film krótkometraż., 2022	20.00 Nietykalni – USA 1987, 155 min Chicago, rok 1930. Elliot Ness, nieprzekupny agent federalny, wypowiada wojnę gangowi słynnego Ala Capone. Śledczemu pomagają m.in. policjant i księgowy. 22.35 48 godzin – komedia sensacyjna, USA 1982, 120 min 0.35 Przepraszam, czy tu biją? – film sens., Polska 1976, 115 min 2.30 Klub włóczykiów – film familijny, Polska 2015, 130 min 4.40 Kabaretowe hity (3)
CINEMAX HD	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD	SCI FI	FX	FILMBOX+ ONE HD	ROMANCE TV HD
16.40 Dzień Świątaka – komedia, USA 1993, reż. Harold Ramis, 100 min 18.20 Aniołki Charliego – sens., USA/Niemcy 2000, 100 min 20.00 Barry Seal: Król przemytu – biograf., USA/Japonia/Kan. 2017, 115 min 21.55 Władcy umysłów – thriller, USA 2011, reż. George Nolfi, 105 min 23.40 Monster's Ball: Czekaając na wyrok – dramat obycz., USA/Kanada 2001, 115 min 1.35 Westhampton – film obyczajowy, 2025, 95 min 3.10 Kłątwa Holendra – film krótkometr., Bułgaria	8.30 Świat według Kiepskich (12-15, 1, 2) – serial kom. 11.30 Bob kocha Abishole (15-20) – serial komediowy 14.30 Święty (21-25) – kom., Pol. 17.00 Piękni i bezrobotni (10) – serial komediowy, Polska 17.30 Świat według Kiepskich (12-15, 1, 3) – serial kom. 21.00 Co ludzie powiedzą? 4 (6, 7) – kom., Wlk. Bryt. 1993 22.25 Co ludzie powiedzą? 5 (1) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.05 Jedną nogą w grobie 2 (2, 3) – kom., Wlk. Bryt. 1990 0.30 Czarna Żmija 3 (2-4) 2.25 Grono nie-pedagogiczne (1-5) – serial komediowy	6.00 Kroniki Shannary (1-4) 9.40 Grimm 6 (7-11) – fantasy 14.35 Bibliotekarze: Nowy rozdział (5) – s.f., USA 2025 15.35 Ameryka tonie – film s.f., USA 2023, 100 min 17.15 183 metry strachu – thriller, USA 2016, reż. Jaime Colet-Serra, 110 min 19.05 Ciche miejsca – horror, USA 2018, reż. John Krasinski, 115 min 21.00 Transformers – film s.f., USA 2007, reż. Michael Bay, wyk. Shia LaBeouf, 180 min 0.00 Adam – thriller, USA/Kanada 2004, 125 min 2.05 SurrealEstate (1-4)	9.35 FBI 4 (2, 3) – serial krym. 11.25 CSI: Kryminalne zagadki Miami (25, 1) – serial krym. 13.15 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (11, 12) 15.05 2 archiwum X 2 (15-17) 18.00 Faceli w czerni 2 – kom. s.f., USA 2002, 105 min 19.45 Faceli w czerni 3 – kom. s.f., USA 2012, 135 min 22.00 Anakondy: Polowanie na krwawą orchideę – film sens., 2004, 125 min 0.05 Pociąg z forsą – film sensacyjny, 1995, 130 min 2.15 Paradise (8) – serial krym. 3.05 Tropiciel (20) – serial krym. 3.50 Zabójcze umysły 14 (6)	8.15 Stawka większa niż życie (7, 8) – wojenny, Pol. 10.50 Merlin i wojna smoków – film fantasy, USA 2008, reż. Mark Atkins, 115 min 12.45 Mit – film przyg., Chiny/Hongkong 2005, 140 min 15.05 Dobry rok – komediodramat, USA/Wlk. Bryt. 2006, 155 min 17.40 Książę i ja – kom. romant., USA/Czechy 2004, 140 min 20.00 American Pie – komedia, USA 1999, 115 min 21.55 Patriot – film sensacyjny, USA 1998, 115 min 23.50 Strażnik czasu – thriller s.f., USA/Jap. 1994, 130 min	14.20 Statek marzeń – Makau – film obyczajowy, Niemcy 2015, 115 min 16.15 Świeża krew w starym kraju: Beke rozrabia – dramat obyczajowy, Niemcy 2024, 110 min 18.05 Świeża krew w starym kraju: Na mieliznie – dramat obyczajowy, Niemcy 2024, 115 min 20.00 Zabójcze tropiki (1, 2) – serial kryminalny, Fr. 2019 22.05 Nord Nord Mord – Clüver i szalona noc – film krym., 2017, 115 min 0.00 Jeśli to miłość – melodram., 2016, 115 min
CINEMAX 2 HD	VIASAT EPIC DRAMA HD	NOVELAS+ HD	FX COMEDY HD	FILMBOX+ HITS HD	PARAMOUNT NETWORK HD
14.35 Uderzyć w świat z pięści – film obyczajowy, Niemcy 2025, 110 min 16.25 Cena zwycięstwa – film obyczajowy, Grecja 2025, 115 min 18.20 Śniadanie na Plutonie – komediodramat, Irlandia/Wielka Brytania 2005, reż. Neil Jordan, 130 min 20.30 Dźwięki miłości – dramat obyczajowy, Hiszpania 2025, 100 min 22.10 Road House – film sensacyjny, 2024, 120 min 0.10 Gdyby ulica Beale umiała mówić – dramat obyczajowy, 2018, 120 min	6.00 Lekarze na start (19-23) – serial obycz., Polska 2017 9.35 Poirot 3 (5-9) – serial kryminalny, Wielka Brytania 15.00 Zatraceri w miłości (21-25) – telen., Turcja 2023 20.05 Detektyw Murdoch 2 (3) – krym., Kan./Wlk. Bryt. 21.00 Dalglish 3 (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania 23.00 Królowa węży (8) – serial kostiumowy, USA 2022 0.05 Zatraceri w miłości (21-25) – telen., Turcja 2023 4.25 Poirot 3 (9) – serial kryminalny, Wielka Brytania 5.15 Detektyw Murdoch 19 (3) – krym., Kan./Wlk. Bryt.	5.00 Cud miłości (24-28) – telenowela, Turcja 2023, wyk. Birkat Sokullu 10.00 Róże i grzechy (8-12) – telenowela, Turcja 2025 15.00 Historia Juany (36-40) – telenowela, Meksyk 2024, wyk. Camila Valero 20.00 Rubi (102, 103) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori 22.00 Ochoła namiętności (109-113) – telenowela, Meksyk 2012, wyk. David Zepeda, Angélique Boyer 3.00 Rubi (102, 103) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori	10.55 Diabli nadali 8 (6-9) 12.55 Sposób użycia 5 (15-19) 15.25 Wszyscy kochają Raymonda 4 (21-24) 17.25 Wszyscy kochają Raymonda 5 (1, 2) – kom. 18.25 Wybuchowa para – kom. sens., USA 2010, 125 min 20.30 Czarnowica – komedia romant., USA 2005, 125 min 22.35 Johnny English – kom. sens., 2003, 95 min 0.10 Wszyscy kochają Raymonda 5 (9-12) – kom. 2.10 Family Guy: Głowa rodziny 23 (18) 2.40 Family Guy: Głowa rodziny 18 (1-4)	11.30 Camino – dramat obycz., Hiszpania 2008, 160 min 14.10 Powrót. Historia Howarda Winstone'a – dramat biograf., Wielka Brytania 2010, 130 min 16.20 Belcanto – melodramat, USA 2018, 115 min 18.15 Zaginiona – thriller, USA 2012, 105 min 20.00 The Occupant – thriller s.f., Holandia 2025, reż. Hugo Keijzer, wyk. Rob Delaney, 120 min 22.00 Jazda bez zasad – thriller, USA 2018, 90 min 23.30 Olimp w ogniu – thriller, USA 2013, 130 min	13.05 Lego przygoda – film animowany, 2014, 140 min 15.25 Dzień zagłady – film katastroficzny, USA 1998, reż. Mimi Leder, 150 min 17.55 Sonic. Szybki jak błyskawica – film familijny, USA/Japonia/Kanada 2020, reż. Jeff Fowler, 125 min 20.00 Mission: Impossible – film sensacyjny, USA 1996, 150 min 22.30 Pszczelarz – thriller, USA/Wielka Brytania 2024, reż. David Ayer, 120 min 0.30 Ojciec chrzestny – dram. sens., USA 1972, 205 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD	POLSAT SPORT 1 HD	CANAL+ SPORT HD	TVP SPORT HD	ELEVEN SPORTS 1 HD	Discovery DISCOVERY CHANNEL HD
10.15 Kolarstwo górskie: Mistrzostwa świata – Val di Fassa – podsumowanie 10.45 Kolarstwo: Tour de France – podsumowanie 11.45 Kolarstwo górskie: Zawody PS w La Thuile – short track kobiet i short track mężczyzn 12.45 Kolarstwo górskie: Zawody PS w La Thuile – zjazd kobiet i zjazd mężczyzn 16.15 Kolarstwo: Tour de France – 21. etap 16.45 Kolarstwo: Tour de France – 1. etap 19.45 Kolarstwo górskie: Zawody PS w La Thuile – zjazd kobiet	6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy 9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski 10.00 Magazyn Polskiego Sportu – magazyn sportowy 11.00 Halo, tu Wimbledon – magazyn tenisowy 12.00 Kronika Wimbledonu – magazyn tenisowy 13.00 Tenis: Turniej Wimbledon – studio 14.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy 16.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej	6.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Radomiak Radom – Lech Poznań 9.00 O krok od tytułu – Mistrzostwa świata 1974 – film dokum., Polska 2024 10.30 Turbokozak – magazyn piłkarski 11.45 Turbokozak – magazyn piłkarski 13.00 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa – Stelmet Falubaz Zielona Góra 16.00 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: FOGO Unia Leszno – Betard Sparta Wrocław	2.45 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału 6.40 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału 9.00 Mundialowy poranek (23) – mag. 10.15 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału 12.35 Piłka nożna: MŚ 2026 – 1/16 finału 15.00 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – podsumowanie 1/16 finału 16.30 Dzień na mundialu (23) – mag. piłkarski	9.30 Formuła 3: GP Wielkiej Brytanii 10.30 Formuła 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii – sprint 11.45 F2: Chasing the Dream – mag. 12.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii – sprint 14.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii – sprint 15.15 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii – studio 15.55 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii – sesja kwalifikacyjna 18.00 Formuła 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii – sprint	6.00 Budowa na końcu świata – serial dok. 7.00 Klan z Alaski – dok. 8.00 Bimbrownicy 14 9.00 Gorączka złota: Na kłopoty Freddy Dodge 5 – serial dok. 10.00 Łowcy opali 8 – dok. 11.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (7) – dok. 12.00 Celnicy na straży Niemiec 1 – dok. 13.00 Złomowisko PL 3 (1, 2) – serial dokum. 15.00 Nic do ukrycia (9) 16.00 Przygodny truckerki (5) – serial dokum., Pol. 17.00 Ciężarówka przez Afrykę (3) – dok., Pol. 18.00 Nagi instynkt przetrwania 12 – serial dokumentalny
JEZDZIECTWO	TENIS	MAGAZYN PIŁKARSKI	PIŁKA NOŻNA	F1 ACADEMY	DOKUMENTALNY
20.15 Global Champions Tour w Monako Poprzednie zmagania w kświe wygrali Simon Delestre. W tym roku Francuz spróbuje powtórzyć ten wynik. 22.30 Kolarstwo: Tour de France – 1. etap 0.00 Snooker: World Open – finał: R. O'Sullivan – T. Un-Nooh 1.30 Kolarstwo: Tour de France – 1. etap 3.30 Kolarstwo górskie: Zawody PS w La Thuile – zjazd mężczyzn 4.00 Snooker: Northern Ireland Open	18.30 Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej Jeden z najbardziej utytułowanych tenisistów w historii prestiżowego Wimbledonu, Novak Djoković, spróbuje powalczyć o kolejny triumf na słynnych trawiastych kortach w Londynie. 22.00 Lekkoatletyka: Diamentowa Liga w Eugene 0.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej 2.00 Boks	19.00 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA Podsumowanie najważniejszych wydarzeń minionego sezonu w Champions League, wygranego przez Paris Saint-Germain. 20.00 Liderzy W centrum gry (2) – dok., Pol. 21.00 Premier League Review – mag. 22.00 Boks: BKFC Liberty Brawl: Philadelphia 0.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Radomiak – Lech Poznań 2.45 Ligomistrzowe historie (2) – mag.	18.00 Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału Rozpoczyna się druga runda fazy pucharowej. Powinniśmy w niej zobaczyć reprezentację Holandii. 22.00 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio 22.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału 2.00 Boks: Gala w Las Vegas – podsumowanie 4.00 Boks: Gala w Bournemouth – podsumowanie	19.00 Grand Prix Wielkiej Brytanii Alisha Palmowski (Campos Racing) rozpocznie zmagania na torze Silverstone w roli liderki klasyfikacji generalnej. 20.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii 21.30 Formuła 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii – sprint 22.50 F1 Academy: Grand Prix Wielkiej Brytanii 0.00 Bundesliga Original Series (1-3) – magazyn piłkarski 2.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Napoli	20.00 W oku cyklonu: Łowcy burz (2) – USA Seria burz w Północnej Dakocie przerażała się w tornado, które osiąga najwyższą kategorię EF5 – pierwszą tak silną od ponad 12 lat. Łowcy chcą się do niego zbliżyć. 21.00 Bimbrownicy 14 22.00 Łowcy opali 8 – dok. 23.00 Akta ekspedycji 2 0.00 Tajemnice Alaski 1.00 Co kryje Strefa 51? – film dok., USA 2019 2.00 Łowcy starości 12 3.35 Gorączka złota: Australia 5 (3) – dok. 4.25 Fani czterech kółek
EUROSPORT 2 HD	POLSAT SPORT 2 HD	CANAL+ SPORT 2 HD	EXTREME CHANNEL HD	ELEVEN SPORTS 2 HD	life DISCOVERY LIFE HD
14.30 FIM World Endurance Championship: Wyścig 8-godzinny w Spa-Francorchamps 16.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Krakowie – speed par mieszanych – finały 17.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Krakowie – speed kobiet i mężczyzn – finały 18.30 Kolarstwo górskie: Zawody PS w La Thuile 19.00 Golf: John Deere Classic – 3. runda 0.00 Kolarstwo: Tour de France – 1. etap	6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej 8.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy 11.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy 14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy 16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy 18.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy 21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy 23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy 1.00 Sporty walki: FEN	11.00 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg – 1. runda: Solana Sierra – Zheng Qinwen 13.30 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg – mecz 1. rundy: V. Williams – I. C. Begu 16.00 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg – mecz 1. rundy: A. Eala – E. Mertens 18.30 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg – mecz 1. rundy: Eva Lys – Emma Navarro 21.00 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg – 2. runda: Wang Xinyu – Leylah Fernandez 23.30 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg – 2. runda: Naomi Osaka – Elise Mertens	6.00 X Games – Norway (2, 3) 8.00 KPW – Kombat Pro Wrestling Arena (23) 10.00 WWE Classic Gold 12.00 LoW – Legacy of Wrestling (5) 15.00 WWE Classic Gold 16.00 New Japan Pro-Wrestling (48) 20.00 AEW Dynamite (2626) 22.00 New Japan Pro-Wrestling (48) 2.00 New Japan Wrestling – Highlights (15) 2.30 WWE Classic Gold (87) 2.45 New Japan Wrestling – Highlights (14) 3.00 X Games – Norway (4-6)	13.25 Formuła 2: GP Wielkiej Brytanii – kwalifikacje 14.40 Formuła 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii – sprint 16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Lipsk – Bayern 18.00 Formuła 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii – sprint 19.00 Formuła 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii – sprint 20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Atalanta – Inter 22.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (4-6) – mag. 0.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – Paris FC	6.30 Szpital (377-380) 10.30 Kosmetyczne rewolucje 11.15 Megaskry 2 (5, 6) – dok. 12.45 Klinika bez tajemnic 15.45 Szpital (320, 322, 325) 19.45 W czym do ślubu? (5, 6) 20.45 Wielkie wesela amerykańskich Romów 21.45 Nalógowe panny młode 22.45 Śmierć Diany: dwa śledztwa (3) – serial dok. 23.45 Sekrety chirurgii (1) 0.45 Sekrety lekarzy (5, 6) 2.35 Eks-tra zmiana (2) – rozr. 3.20 Idealna niania 4 (1) 3.55 19+ (35-37) – paradok., Pol. 5.10 Niezwykłe przypadki medyczne (8, 1)
POLSAT SPORT FIGHT HD	POLSAT SPORT 3 HD	CANAL+ SPORT 5 HD	ELEVEN SPORTS 4 HD	ELEVEN SPORTS 3 HD	CANAL+ DOKUMENT HD
14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy 14.55 Futbol amerykański: American Football League Europe – mecz: Wrocław Panthers – Paris Lights 18.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy 20.00 Sporty walki: Babilon MMA 48 w Sosnowcu: A. Bleszyński – S. Vogt 20.40 Boks: Babilon Boxing Show w Raszynie: Jan Łodziak – Jamshid Rikhsiev 23.35 Sporty walki: FEN 59 w Lublinie – walka: Damian Rzepecki – Patryk Duński 1.50 Strzelnica Navala (8)	8.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy 10.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy 12.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy 14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy 16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy 18.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy 21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy 23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy 1.00 Sporty walki: Babilon MMA	6.30 Żużel: PGE Ekstraliga: KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa – Stelmet Falubaz Zielona Góra 9.15 Żużel: PGE Ekstraliga: FOGO Unia Leszno – Sparta 12.00 Snooker: Championship League – 1. runda 16.45 Premier League Stories 17.30 Prawo derbów (1) – dok. 18.30 Żużel: Indywidualne MP 22.00 Snooker: Championship League – 1. runda 2.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Radomiak – Lech 5.00 Przerwa techniczna	12.00 Ligue 1 Show (35, 33) 13.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2) – mag. 14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Köln – Mainz 16.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Lyon – Brestois 18.00 Bundesliga Special (21) 19.00 Serie A – mag. piłkarski 20.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: FC Arouca – Sporting CP 22.00 Piłka nożna: Liga włoska: SSC Napoli – Hellas Verona 0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – St. Pauli	12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Lecce 14.00 Piłka nożna: Liga francuska: Lille – Strasbourg 16.00 Made in Italy (8-11) 17.00 Serie A – mag. piłkarski 18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Cremonese 20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – 1. FC Heidenheim 22.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Lyon – Brestois 0.00 Bundesliga Special (20) 0.30 Magazyn piłkarski 1.00 Najlepsi pomocnicy Bundesligi lat 90. – mag.	11.45 Dzikie oblicze Japonii 13.45 Wschodnia Kanada – mroźna kraina – dok. 14.35 Noc Kryształowa. Preludium zagłady (1, 2) 16.45 Każda mała rzecz – dok. 18.25 Pan Olbrzyński – dok. 20.05 Kod Leonarda da Vinci. Prawda czy fałsz – dok. 21.05 Oscar Schindler: trudne dziedzictwo – film dok. 22.05 Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego – film dok. 23.40 Piękni, silni i zdrowi 0.40 Fenomen Taylor Swift – więcej niż gwiazda 1.45 O co biega? (19) – mag.

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB-T2	TVP HISTORIA DVB-T2	HISTORY HD
6.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok. 8.00 Poszukiwacze dinozaurów – serial dokumentalny, USA 10.00 Jak to jest zrobione? – serial dok., Wielka Brytania 12.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń – serial dok. 14.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny 16.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok., Wielka Brytania 18.00 Jak to jest zrobione? – serial dok., Wielka Brytania 20.00 Autostrada spotkań z UFO – serial dok.	6.00 Wyrok do podważenia – serial dokumentalny 8.00 Krótkie życie, niewyjaśniona śmierć – serial dokumentalny, 2020 10.00 Morderstwo na prowincji 6 – serial dokumentalny 12.00 Mroczne piętno 3 – serial dokumentalny 14.00 Dusiciel z Charlotte (1, 2) – serial kryminalny, USA 2018, wyk. Gary McFadden 16.00 Mroczne sekrety Playboya 2 – serial dokumentalny, USA 17.00 Mroczne sekrety Playboya 3 – serial dokumentalny, USA	6.00 Najniebezpieczniejsze drogi Europy (3, 4) – serial dok., Wielka Brytania 8.00 Inżynierne tragedie (1, 2) – serial dokum., Czechy 2025 10.00 Katastrofa w przestworzach (6-10) – serial dokum. 16.00 Car SOS (9): Rover P4 – serial dok., Wlk. Bryt. 17.00 Krwawe pieniądze: Tajemnice radzieckiej gospodarki (1, 2) – film dokumentalny, Francja 2024 19.00 UFO: Przelomowe śledztwa (1): Signalista UFO – serial dokumentalny, USA	6.00 Wehikuł czasu (704) 6.05 48h. Zaginięci (36) – serial krym., Polska 7.00 Rolnicy. Podlasie (39, 40) – serial dok. 9.00 Niezwykłe pociągi (3, 4) – serial dokum. 11.00 Porzucone konstrukcje (7, 8) 13.00 Rolnicy. Podlasie (4-6) – serial dokum. 16.00 Podglądacz przyrody (6, 7) – dok. 17.00 Największe statki świata (1) – dok. 18.00 Najbardziej niebezpieczne drogi do szkoły (10) 19.00 Jak to wyjaśnić 2 (20, 21) – serial dok. 20.00 Tajemnice zamków (1) – serial dok., Kan.	9.55 Korona Gór Polski 10.40 Podziemne Włochy (5): Turyn – dok., Wł. 11.50 Wszystkie kolory świata – dok., Francja 12.55 Krainy cudów natury (3) – cykl dok. 14.00 Ex Libris – magazyn 14.30 Wielka droga – dram. wojenny, Pol./Włochy 1946, 95 min 16.05 Flesz historii (768) 16.35 Tajemnice kultowych seriali (3) – serial dok., Pol. 2025 17.25 Blisko, coraz bliżej (10) – obycz., Pol. 1982 19.05 Początki amerykańskiej niepodległości (2) 20.00 Zbrodnie sprzed lat (5) – serial dok., USA	11.10 Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2 (15) – dok. 12.05 Starożytni kosmici 14 (15) – dok. 13.05 Tajemnice skryte w mroku (6) – dok. 14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (3) – serial dok., USA 14.55 Gwiazdy lombardu 25 (14) 15.50 Gwiazdy lombardu 13 (2) 16.15 Tajemnice Dolnego Śląska (4, 5) – dok. 17.10 Hitler i narkotyki – film dok., USA 2019 19.05 Starożytni kosmici 13 (19) – dok. 20.00 Starożytni kosmici 14 (14) – dok.
DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DRAMAT BIOGRAFICZNY	DOKUMENTALNY
22.00 Tajemnice Alaski: Zaginiony samolot; Potwór z Port Chatham – USA 2020 W 1950 r. zniknął samolot z 44 pasażerami na pokładzie. Eksperci badają, czy mogło się to stać w „alaskanskim Trójkącie Bermudzki”. 0.00 Śladami Wielkiej Stopy – serial dokumentalny, USA 2.00 Zaginięte miejsca (2) – serial dokum., USA 2019 4.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń – serial dok.	18.00 Morderstwo Gabby Petito: sztuka kłamstwa Dwudziestodwuletnią amerykańską blogerkę Gabby Petito zamordowano w 2021 roku. Jak wykazało śledztwo, młoda kobieta została uduszona przez narzeczonego. 19.00 Morderstwo Grace Millane: Sztuka kłamstwa 20.00 Sprawa dla medium i detektywa 9 21.00 Krag egzorcystów 23.00 Wrota do piekieł 3 (9, 10) – reality show 1.00 Krag egzorcystów	20.00 Miasta w liczbach (1) Powstanie kanału łączącego Atlantyk z Pacyfikiem uczyniło go niezwykle ważnym dla globalnej gospodarki. Pana-mierzy się z konsekwencjami zmian klimatycznych. 21.00 Tajemniczy świat Majów (4, 2) – dok. 23.00 Ciemna strona świata (8, 9) – dok. 1.00 Złapać przemytnika (2) – serial dok., USA 2.00 Wyprawa na dno (1, 4) – dok., Wlk. Bryt. 4.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy (6) – dok.	21.00 Niezwykłe konstrukcje 2 (1) Twórcy dają wgląd w osiągnięcia w dziedzinie technologii i inżynierii. Odpowiadają różne zakątki świata, by pokazać nowoczesne konstrukcje, takie jak autostrady. 22.00 Niewyjaśnione zagadki (5) – dok. 23.00 Poza kontrolą: Najtragiczniejszy wypadek drogowy we Francji – film dokum., Francja 2021 0.00 Katakizmy, które wstrząsnęły światem (5) – dok.	20.55 Ferrari – USA/Wielka Brytania/Włochy 2023, reż. Michael Mann, 140 min Lato 1957 roku. Enzo Ferrari zmaga się z kryzysem w życiu osobistym oraz zawodowym. Chce, aby jego kierowca wygrał słynny rajd, co pozwoli mu ocalić bankrutującą firmę. 23.15 Mechanik: Czas zemsty – dramat sensacyjny, USA/Niemcy 2005, 105 min 1.00 Historia w postaciach zapisana – cykl dokumentalny, Francja	21.00 Starożytni kosmici: geneza (4) – 2024 Teoria ewolucji Darwina głosi, że szybki rozwój ludzkości wydaje się niemożliwy bez brakującego ognia. Badacze zastanawiają się, czy może ono być pozaziemską interwencją. 23.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 3 (39, 40) – serial dok. 0.50 Starożytni kosmici 14 (14) – dok. 1.50 Hitler i narkotyki – film dok., USA 2019 3.40 Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (3) – serial dok., USA
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
8.00 Na tropach tajemnic (7) 9.00 Bitwy żołnierza polskiego (2) – cykl dok. 10.00 Skarby z szopy – klasyki 12.00 Łowcy staroci – dok. 13.00 Tajemnice ziemi – Hiszpania (5) – dok. 14.00 Wyszli po antyki – dok. 15.00 Mistrzowie oręża – dok. 17.00 Muzealne tajemnice – serial dokumentalny, USA 19.00 Na ratunek starcom 20.00 Wielki szwindel – dok. 21.00 Nawiedzona Irlandia 23.00 Księżna Diana: Wypadek czy zamach? (1-3) – film dokumentalny 2.00 Seryjni mordercy	13.35 Cały rok z pandą (1) 14.40 Światliki. Boskie światło natury – film dok. 15.50 Concorde. Wyprzedzić własny los – film dok., Fr. 17.00 Ginące rzemiosło Korei 18.00 Dokąd działy? 4 (6, 62) 18.40 Mam zamek 2 (2, 3) – dok. 19.45 Louis de Funes – król francuskiej komedii 20.50 Catherine Deneuve. W centrum kadru – dok. 22.00 Céline Dion. Tak rodzi się gwiazda – film dokum. 23.10 AC/DC – Forever Young 0.15 Teodor Herzl – człowiek, który wymyślił Izrael – film dok., Wielka Brytania	10.00 Olśniewająca Ameryka 11.00 Wędrówki zwierząt 12.00 Critter Fixers – Zwierzęcy cudotwórcy: Psy (1) 13.00 Cuda Afryki (3) – dok., Hol. 14.00 Amerykańska Amazonia 15.00 Sekretne życie pszczoł 17.00 Masai Mara: sekrety natury (1) – serial dokum. 18.00 Silni wbrew naturze (4) 19.00 Jak przeżyć na Alasce (1) 20.00 Europa z powietrza (4) 21.00 Stworzone, by przetrwać (5, 6) – dok. 22.00 Złabocze safari (1) – dok. 23.00 Europa z powietrza (1) 0.00 Niezwykły dr Pol (20, 1)	6.00 Robale ekstremalne 7.55 Zabójcza pogoda 2 11.05 Życie ekstremalne (1-3) 14.25 Robale ekstremalne 16.45 Weterynarz ze szkockich wyżyn (1, 2) 18.40 David Attenborough i smok morski – film dok. 19.50 David Attenborough: Te wspaniałe jajka – dok. 21.00 Potwory z głębin (1, 2) 23.00 Płetwale błękitne: powrót olbrzymów 0.00 Zabójcza pogoda 2 (8-12) 4.25 Weterynarz ze szkockich wyżyn (1) 5.15 Likoony: stado vs. reszta świata 2 (1) – serial dok.	11.05 Indie z Alexandrem Armstrongiem (1) – dok. 12.10 W okowach mrozu 2 (6-10) – serial dokum., USA 17.15 David Attenborough i cuda natury 2 (7) – dok. 17.50 Lucy Worsley i zagadki historii: rewolucja amerykańska (1) – dok. 18.55 Najpiękniejsze trasy spacerowe (3) – dok. 19.55 Najpiękniejsza droga Wielkiej Brytanii (3, 4) 22.10 W okowach mrozu 3 (8) 23.00 Dzikie konie Gór Skalistych i ja – film dok. 0.05 Na krawędzi katastrofy (1) – serial dok., Wlk. Bryt.	9.00 Irwinowie – następne pokolenie – serial dok. 10.00 Na tropie wymarłych gatunków – serial przyrod. 11.00 Weterynarz z Gór Skalistych (9) – serial dok. 13.00 Klan z Alaski – serial dok. 15.00 Człowiek rekin – dok. 17.00 Mieszkanie na pnii 5 – serial dokumentalny, USA 18.00 Nietypowi pupile (3) 19.00 Jak to robią zwierzęta? 20.00 Na tropie dzikich zwierząt 3 (1, 2) – dok. 21.00 Nowojorskie Zoo – Bronx – serial dok., USA 22.00 Projekt akwarium (12) 23.00 Wkręcenie w survival
TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
12.30 Podróże Malej i Dużej 4 13.00 Tacy byliśmy (3) 13.30 Fascynujące migracje (4) 14.30 Las Kolorów – Góry Tenasserim – film dokum. 15.35 Eurostar: rewolucyjna kolej – film dokumentalny 16.35 Plaże Europy (5) 17.30 Sanatorium miłości 4 (4) 18.30 Przy Planty 7/9 – film dok. 20.10 Jak przejadamy naszą przyszłość – film dokum. 21.40 Tajemnice kultowych seriali (1) – serial dok. 22.35 Żegnajcie, mój świecie wesoly – dok. 23.40 Sanatorium miłości 4 (3) 0.40 Podróże z historią (36)	13.05 Top Guns – superBohater 14.00 Fabryki wojny (5) – dok. 15.00 Poszukiwacze historii 15.30 Tajemnice Bałtyku i Morza Północnego (1) 16.35 David Attenborough i cuda natury (1, 2) – dok. 17.45 Laponia – opowieść o śpiących olbrzymach 18.50 Świat z góry. Parki narodowe (5) – serial dok. 19.55 Polowanie na Hitlera (5) 20.50 Militarny top 10 (5) – dok. 22.00 Świat z góry. Zamki 23.10 Poza kontrolą: Pinatubo – erupcja stulecia – film dokumentalny, Fr. 0.25 Kroniki Hitlera (8) – dok.	6.00 Australijscy łowcy bydła 2 (3) – dok., Australia 6.25 Nowicjusze za kółkiem 11.10 Australijscy poszukiwacze złota 5 15.55 Złoto Jukonu 4 (11) – dok. 17.55 Złoto Jukonu 5 (2) – dok. 20.55 Za kratami: najcięższe więzienia na świecie 3 (6) – serial dok., Kan. 2018 22.00 Internetowy seksbiznes 23.00 Skąd się biorą seryjni mordercy 2 (9) – dok., USA 0.00 Bohaterowie z St. John's 3 (6-10) – dok., Kan. 4.00 Zabójczy połów (1, 2) 5.30 Australijscy łowcy bydła 2 (3) – dok., Australia	6.00 Hiroshima: za kulisami (1, 2) – serial dokumentalny 8.05 Naziści: korzenie zła (1-3) – serial dokumentalny 11.00 Punkty zwrotne II wojny światowej (1-6) 17.40 Hitler i jego władza (1-3) 21.00 Hiroshima: za kulisami (1, 2) – serial dokumentalny 23.25 Projekt Manhattan: w kolorze – film dokum. 0.30 II wojna światowa: cena imperium (12, 13) – dok. 2.20 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze (1-3) – serial dok., Wlk. Bryt. 5.00 Zakazana historia 7 (1)	15.05 Absurdalne przestępstwa 3 (2, 4) 16.00 Daj znać, jak będziesz w domu 2 (13) – serial dok. 17.00 Pogrzeb za domem 6 (9) – serial dokumentalny 18.00 Dowody zbrodni: Wielka Brytania (5) – serial dok. 19.00 Tajemnice sekt: poligamia (1) – serial dok. 20.00 Polowanie na pedofila 21.00 Morderstwo w rodzinie 2 (10) – dok. 22.00 Protokół zbrodni (1) 23.00 Jak zostałem seryjnym mordercą (10) – serial dok. 23.55 W cztery oczy z mordercą (8) – dok.	8.05 Dziwaczne potrawy: smakowite miasta (7-10) 10.10 Niezwykłe Stany Prokopa (6-8, 1) – pr. rozr. 12.15 Baseny z rozmachem (1) 14.20 Ciepłówka przez Stany 15.55 Człowiek kontra jedzenie (18-20, 2) – mag. 18.00 Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta 20.05 Nagi instynkt: przetrwania (9) – dok. 22.05 Azja Express (1) 23.45 Górskie potwory (1, 2) 1.50 Hotelowe rewolucje (11-13) – serial dokum., USA 4.05 Tu jest pięknie (2) – rozr. 4.30 Sukces nie zna granic (4)

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

 TVP POLONIA	 TVP ROZRYWKA	 POLSAT CAFÉ	 TV 4	 TTV HD	 TVN STYLE HD
11.20 Wilczy apetyt – mag. 11.30 Podróże z historią (13) – serial dokum. 12.05 Gruby (7-ost.) – przyg. 12.40 Panna z mokrą głową (1) 13.15 UNESCO: Skarby Polski – serial dokum. 13.45 Echo serca (5) 14.35 Na sygnale (649, 650) 15.35 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin. 16.05 Życie lasu. Ptaki 16.50 Fajna Polska – mag. 17.05 Ja wam pokażę! (9) 17.55 Teleexpress 18.20 Wojna domowa (9, 10) – serial obycz. 20.10 World News Flash 20.30 Pogoda 20.40 Zatoka szpiegów (8) – serial szpiegowski	11.50 To jest grane – wakacyjnie 12.20 Prywatne życie zwierząt 14 (7) 12.55 Daję słowo – Maciej Orłoś (5) – talk-show 13.50 Postaw na milion 15.45 Moje przeboje (10) 16.20 Omnibus – szybcy i mądrzy (1) – telet. 16.50 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (1) 17.10 Omnibus – szybcy i mądrzy (2) – telet. 17.40 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (2) 18.00 Koło fortuny (2045) 18.40 Moje przeboje (12) 19.15 Olga Lipińska zaprasza (9)	6.00 Komisarz Mama (17, 18) – serial krym. 8.00 Bogaty dom – biedny dom (137, 138, 159) – reality show 11.00 Polacy za granicą – miłość (5) – serial dok., Pol. 2025 12.00 Shopping Queens. Królowe Zakupów (47, 48) – pr. rozrywk. 14.00 Nasz nowy dom (316) – reality show 15.00 Walka o życie (2) – serial dok., Pol. 2025 16.00 Kolacja w ciemno (1, 2) – program rozrywkowy 18.00 Nasz nowy dom (317, 318) – reality show, Polska	6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (191) – reality show 7.00 Galileo (1167, 1168) – popularnonaukowy 9.05 Jesteśmy dla dzieci – magazyn 9.30 Galileo (1169) – pr. popularnonaukowy 10.30 Mini Galileo (95, 28) – popularnonaukowy 11.05 Galileo (1176, 1177) – popularnonaukowy 13.05 Doktor Dolittle – komedia, USA 1998, reż. Betty Thomas, wyk. Eddie Murphy, Ossie Davis, 110 min FILM 14.55 Policjantki i Policjanci (1381-1385) – serial obycz., Polska 2026	9.45 Express – pr. inform. 10.05 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (3) 11.05 Nic do zgłoszenia 6 (7) – serial dokum., Pol. 12.05 Zakup w ciemno extra (29) 12.35 Zakup w ciemno 7 (30-32) – reality show 15.45 Express – pr. inform. 16.05 Idź na całość 2 (12) 17.05 Usterka 14 (9) 17.45 Express – pr. inform. 18.00 Pogoda, sport 18.10 Zakup w ciemno 7 (29) – reality show 19.05 Zakup w ciemno extra (28) 19.45 Express – pr. inform. 20.00 Idź na całość 2 (9) 21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (9)	5.20 Damy i wieśniaczki. PL 8 (16) – fab.-dok. 6.15 Anatomia piękna 2 (1) – program rozrywk. 7.10 Co za tydzień – mag. 7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn 11.30 Jestem z Polski 14 (8, 15) – serial dokum. 13.35 Jestem z Polski (5) 14.35 Kobieta na krańcu świata (1) – dok., Pol. 15.35 Do zobaczenia (7) 16.05 Bitwa o gości (8) – reality show 17.05 Będzie pięknie (5) – program rozrywkowy 18.05 Ugotowani (8) – pr. kulin.-rozrywk. 19.05 Kuchenne rewolucje (5, 7) – program rozrywkowy

DRAMAT OBYCZAJOWY



21.35 Figurant – Polska
2023, 115 min
Połowa XX wieku. Młody fotograf Bronek odczuwa głęboką niechęć do religii. Wstępuje do SB, by zaspokoić swoją ambicję. Ma zilustrować biskupa Wojtyłę.

23.30 Zawsze z Wami chciałbym być – 30 lat Ich Troje
23.45 Laskowik & Malicki – niedziela wieczór (20) – pr. rozrywk.
0.40 Ja wam pokażę! (9) – serial obycz., Polska
1.30 World News Flash
1.50 Pogoda

ROZRYWKOWY



20.25 Kabaret Letnią Porą (9, 10)
Cykl przypomina najbardziej udane skecze i piosenki popularnych polskich grup kabaretowych. Widowisko jest prezentowane w przyjemnej, letniej konwencji.

22.25 Postaw na milion – teleturniej
0.20 Koło fortuny (2045)
1.05 Omnibus – szybcy i mądrzy (1) – telet.
1.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (1)
1.55 Omnibus – szybcy i mądrzy (2) – telet.

ROZRYWKOWY



20.00 Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami (164)
Jubileuszowa edycja show jest pełna niespodzianek. W rywalizacji o Kryształową Kulę biorą udział m.in. Barbara Bursztynowicz, Ewa Minge i Tomasz Karolak.

23.00 Gry małżeńskie (146, 147) – reality show, Polska
1.00 Kolacja w ciemno (8, 9) – pr. rozrywk.
3.05 Wzięlenie kobiet (7, 8) – serial dokum.
4.00 Zdrady (147, 148) – serial paradokum.

KRYMINALNY



20.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (121-124)
Serafin i Osica wyjaśniają sprawę zabójstwa Grzegorza Woltera, którego zwłoki znaleziono na plaży. Troje prowadzi śledczych do agresywnego recydysty.

23.55 Gwiazdy Kabaretu (180, 181) – pr. rozr.
1.55 STOP Drogowka – magazyn policyjny
2.55 Interwencja – mag.
3.25 Lubie disco! (274)
4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.
5.30 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.

SERIAL



22.00 Damy i wieśniaczki. PL 11 (6) – Polska 2026
Ewa zamierza posmakować zagranicznego świata. Dama Paulina lądzuje na wsi, gdzie czeka ją nietypowe zadanie – musi spróbować złowić złotą rybkę pod lodem.

23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 21 (1, 2) – pr. rozrywk.
1.00 Diablenie boskie 2 (7, 8) – reality show
1.55 Zapukaj do moich drzwi (126, 127) – telen., Turcja 2020
3.30 Detektywi (130)
4.15 Szpital (601)

DOKUMENTALNY



21.05 Taylor Swift kontra Scooter Braun (2) – Wielka Brytania 2024
Oskarżany przez gwiazdę pop menedżer artystów otrzymuje listy z pogrózkami. Autorzy sprawdzają, czy faktycznie jest on przestępcą, czy padł ofiarą nagonki.

22.15 Ślub od pierwszego wejrzenia 10 (11, 12) – reality show
0.25 Śluby marzeń (4) – program rozrywkowy
1.25 Seks – wypadki (1, 2) – serial fab.-dok., USA
3.25 Dieta czy cud? (7, 8) – mag. poradnikowy

TVP HD

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

TVS

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

ZOOM

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

TLC

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

C+ KUCHNIA

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

TVN TURBO

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

NOWA TV

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

METRO

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

ANTENA HD

9.00 Wojny kontenerowe
14.00 Australijscy poszukiwawcy złota 2 (4)
15.00 Australijscy poszukiwawcy złota 3
18.00 Polska. Największe tajemnice (2) – pr. rozr.
19.00 77 TV 5 (17) – pr. rozrywk.
20.00 Morderstwa we Francji – film krym., Fr./Bel. 1981, 120 min
22.00 Zabójca z autostrady I-5 – thriller, Kanada 2011, reż. Allan Kroeker, 115 min
23.55 Helen nie żyje – komediodramat, USA
FILM 2023, 105 min
1.40 Zagłada Ziemi – film dok.

WP

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

C+ DOMO

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

HGTV

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

POLSAT 2 HD	SUPER POLSAT DVB-T2	TV 6 DVB-T	BBC FIRST HD	STACJE DZIECIĘCE	STACJE INFORMACYJNE
5.50 Wydarzenia 6.30 Nasz nowy dom (297) – reality show 7.30 Ewa gotuje (562, 563) – magazyn kulinarny 8.30 Z klimatem i z pasją (249) – program publicystyczny 9.00 Dlaczego ja? (1388-1392) – serial paradokumentalny, Polska 2024 14.00 Sekrety rodziny (152) – serial paradokument., Pol. 2020 15.05 Więzienie kobiet (114-116) – serial dokumentalny, Polska 16.30 Nasz nowy dom (364) – reality show 17.45 Polsat Hit Festiwal 2026 (1) – koncert	6.05 Wydarzenia 6.40 SuperLudzie (38) – serial dok., Pol. 2019 7.15 Była sobie Ziemia (23-26) – anim., Francja 9.30 Kupiliśmy zoo – komediodramat, USA 2011, reż. Cameron Crowe, wyk. Matt Damon, Scarlett Johansson, 145 min 11.55 Świat według Kiepskich (541-546) – serial kom., Pol. 2019 15.25 Złomiarze (20, 21) – serial dok., Pol. 2024 17.25 Świat według Kiepskich (547-549) – serial kom., Pol. 2019 18.55 Kolacja w ciemno (10, 11) – program rozrywkowy	6.00 Jeźdźcy smoków – serial animowany 7.20 Przygody Tintina – film animowany, USA/Nowa Zelandia 2011, reż. Steven Spielberg, 135 min 9.35 Cobra Kai (23-25) – serial przygodowy, USA 2018 11.55 Strażnik Teksasu (7, 8) – serial sens., USA 1998-1999 13.45 Poirot (7, 8) – serial kryminalny, Wlk. Bryt. 15.55 Columbo (17, 18) – serial kryminalny, USA 1973 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (43, 44) – serial krym., USA 2003-2004	6.00 Z pamiętnika położnej 10 (6, 7) – serial obyczajowy, Wielka Brytania 2021 8.00 Co ludzie powiedzą? 2 (10) – serial kom., Wlk. Bryt. 8.40 McDonald i Dodds 2 (2) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2021 10.30 Morderstwa w Midsomer 24 (4) – krym., Wlk. Bryt. 2023 12.20 Ojciec Brown 6 (3-5) – krym., Wlk. Bryt. 2018 15.30 My Life is Murder 4 (7, 8) – serial kryminalny, Australia/Nowa Zelandia 2024 17.35 Ulica nadziei 5 (7) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2026	7.05 Agatka (2, 3) – anim. 7.30 Małe i duże przygody Miffy (8) 7.40 Prys i Bill (9) – anim. 7.50 Czarodziejskie miasteczko Pinokia 8.10 Piotruś Królik 8.35 Wegezaury 2 (8) 8.40 Świnka Peppa 9.00 Tygrysek Percy i jego opowieści 9.30 Studio Stodola (3) 10.00 Kocie kalamburki (4, 5) – pr. dla dzieci 10.20 Bolek i Lolek na wakacjach (6, 7) 10.45 Rodzina Trefików 2 (15, 16) – serial anim. 11.10 Odo (22-24) – anim. 11.35 Stacyjkowo 11.55 Pszczółka Maja (8) 12.25 Domisie – dla dzieci	6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 9.50 Kadr na Kino – mag. 10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 16.00 Fakty po południu – program inform. 18.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 18.30 Serwis informacyjny, Kadr na Kino – mag. 19.15 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 19.25 Fakty po Faktach – program informacyjny Ciekawe rozmowy reporterów z ważnymi gośćmi, którzy komentują najbardziej interesujące wydarzenia z kraju oraz z całego świata.
KOMEDIA MUZYCZNA	KOMEDIA SENSACYJNA	KRYMINALNY	KRYMINALNY	MAGAZYN KULINARNY	MAGAZYN REPORTERÓW
20.20 Pitch Perfect 3 – USA/Chiny 2017, reż. Trish Sie, 100 min Członkinie Bellas kończą kolędę. Jednak Amy, Beca i inne artystki pragną ponownie razem zaśpiewać. Postanawiają udać się na tournée. 22.00 Wojna żeńsko-męska – komedia, Polska 2011, 135 min 0.15 Życzenie śmierci – film sensacyjny, USA 2018, 140 min 2.35 Interwencja – mag. 2.50 Wydarzenia 3.30 Ewa gotuje (546) 4.00 SuperLudzie (33, 34)	21.00 Wydział zabójstw, Hollywood – USA 2003, 150 min Joe i Calden prowadzą dochodzenie w sprawie morderstwa. Policijni partnerzy nie są zbyt zainteresowani śledztwem, ponieważ pochłaniają ich prywatne sprawy. 23.30 Gran Turismo – dramat przyg., USA/Japonia 2023, 155 min 2.05 Backdoor. Wyjście awaryjne (10) – kom. 2.35 Świat według Kiepskich (378, 379) 3.45 Nasz nowy dom (243, 244)	21.55 Kości (107, 108) – USA 2010 Zespół Jeffersonian Institute przestał istnieć, ale dr Camille postanawia go reaktywować. Bones, Booth i pozostali zajmują się sprawą zniknięcia dwuletniego Logana. 23.50 S.W.A.T.: Miasto w ogniu – film sensacyjny, USA 2011, reż. Benny Boom, wyk. Gabriel Macht, 110 min 1.40 Kochane pieniądze (79, 80, 1, 2) – serial paradokument., Polska 5.45 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.	18.35 Śmierć z dala od palm (2) Humphrey z zespołem zajmują się sprawą tajemniczego zniknięcia całej rodziny. Martha szykuje się do otwarcia swojej kawiarni. 19.50 Śmierć pod palmami 15 (8) 21.00 Annika (2) – krym. 22.05 Miłczący świadek 22 (5, 6) 0.20 Śmierć z dala od palm (2) – serial krym. 1.25 Śmierć pod palmami 15 (8) 2.35 Z pamiętnika położnej 10 (7)	13.00 Go-tu-jemy (5) Szeffowa kuchni i jej mali pomocnicy przygotowują m.in. pyszne i uniwersalne nalesniki. 13.20 Tru i Tęczowe Królestwo (8) – anim. 13.45 Świnka Peppa 6 14.10 Pajak Lucas 2 (15, 16) 14.30 Oli i Luna (15, 16) 14.55 Oktonauci (15, 16) 15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (8) – mag. 15.40 Billy – chomik, który został kowbojem 16.05 Pat i Świat (22-24) 16.35 Rev i Roll 17.05 Pszczółka Maja 17.30 Petronix: Obrońcy...	20.00 Superwizjer Program przybliża pracę dociekliwych dziennikarzy śledczych, którzy zajmują się tropieniem nieprawdopodobności w życiu publicznym. 21.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 22.00 Szkło kontaktowe 23.00 Dzień po dniu – mag. 0.00 Fakty po Faktach 0.40 Superwizjer – mag. 1.45 Nic do zgłoszenia 2.30 Nowa Maja w ogrodzie – mag. 2.50 Akademia ogrodnika – mag. 2.55 Fakty po Faktach
6.00 Dorwać tuńczyka (12-14) 8.55 Poszukiwacze historii 9.55 Łowcy nazistów (10-13) 14.15 Zakochana w Hitlerze 15.35 Tajna historia XX wieku 16.00 Pociągi (1, 2) – serial dok. 16.55 Polacy za granicą (153) 18.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (22-24, 223) 20.05 Wakacje z Bałtykiem (51-54) – serial dokum., Pol. 22.00 Polacy za granicą (155, 143) – serial dok., Pol. 0.00 Łowca podołów (159, 166) – serial dokum. 2.05 Jedziemy na ryby! (14, 15) – serial dokum., Pol. 4.05 Starożytni kosmici	8.55 Dziwaczne potrawy (5) 9.50 MasterChef (9) – pr. rozr. 11.25 Wakacyjny turniej wypieków 2 (1) 12.25 Kuchnia jak u mamy 13.35 Tradycyjne smaki 14.40 Molli gotuje na farmie 15.45 Kobieta na Dzikim Zachodzie (9, 10) – mag. 16.50 Gotowanie z miłości 17.50 Elitarny turniej wypieków (2) 19.20 Dziwaczne potrawy (4) 20.15 Człowiek kontra jedzenie (11, 12) – mag. 21.15 Kuchenne rewolucje 23.25 Jedzenie w trasie (2, 3)	11.55 Rodzina zastępcza (148-151) – kom., Pol. 2003 14.10 Tajna historia Białego Domu – film dokum., USA 15.05 Tajna historia Air Force One – film dokumentalny 15.55 Świat z góry 4 (8-10) 17.45 Sasiedzi (10, 28) – anim. 18.05 Pingwiny z Madagaskaru (39) 18.35 Pingwiny z Madagaskaru 3 (1) 19.00 Co ludzie powiedzą? (33-35) – serial komediodram. 21.00 Miódowe lata (54) – kom. 22.00 Gonitwa – dramat obycz., USA 22.00 Australia 2011, 130 min 0.10 Ostatni spisek Stalina	6.00 Jak mądrze schudnąć? 3 (5) – serial dok., Wlk. Bryt. 6.45 Niezwykłe hotele bez tajemnic 3 (1-6) – dok. 13.10 Niezwykłe hotele bez tajemnic 4 (1-6) – dok. 19.40 Wielkie australijskie wypieki 3 (7, 8) – pr. rozr. 22.00 Joanna Lumley: sekrety pięknych miast (3) – dok. 23.00 Niebezpieczny seks (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 2016 0.00 Wstydliwe choroby: Nastoletki 2 (1, 2) – dok. 1.50 Niezwykłe hotele bez tajemnic 3 (1-4) – dok. 5.35 Masterchef: nowe pokolenie (1) – mag. kulin.	16.10 Świnka Peppa 3 (4) 16.15 Świnka Peppa (10-12) 16.40 Psi Patrol 4 (5) – anim. 17.00 Rubble i jego ekipa 2 (20) 17.30 Pan Krokodyl (1) – anim. 18.00 Barbapapa i jego rodzinka (23) – serial anim. 18.30 Tim Rex wśród gwiazd 2 (2) – anim., Wlk. Bryt./Dania 18.55 Przygody Misia 19.25 Przygody Misia (22, 23) 20.01 Świnka Peppa (19-23) 20.30 Małe Królestwo Bena i Holly (3) – serial anim. 21.00 Barbapapa i jego rodzinka 2 (23-25) – anim.	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 Debaty polityczne – 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
13.00 Karolina Lanckorońska. Polka z wyboru – dok. 14.00 Rodzinka.pl (144, 145) 15.00 Tańcząca ze światem – Oman (4) – magazyn 15.30 Ojciec Mateusz 34 (445, 446) – krym., Pol. 2026 17.25 Karolina Lanckorońska. Polka z wyboru – dok. 18.30 Justyna Steczkowska na dobry wieczór 19.30 Miłość i nadzieja (294) 20.30 Wichrowe wzgórza (275) – serial obycz., Turcja 2024 21.30 Cztery pory roku w Hawanie (5) – krym. 22.30 Milionerzy – czarna kom., Francja 2024, 115 min	8.50 Tyler Henry – medium z Hollywood – pr. rozrywk. 10.40 Plastikarna fuszka 12.30 Z kamerą u Kardashianów (20) 14.20 Tyler Henry – medium z Hollywood (19) – pr. rozr. 16.10 Plastikarna fuszka 18.00 Tylko dla celebrytów 18.30 Z kamerą u Kardashianów (4, 5) 20.30 Tyler Henry – medium z Hollywood (21) – pr. rozr. 22.30 Plastikarna fuszka 0.30 Tylko dla celebrytów 1.00 Z kamerą u Kardashianów (20) 3.00 Plastikarna fuszka	17.00 Wybierz więc życie 17.30 Przelatując bariery 17.55 Poczet wielkich Polaków – program hist. 18.00 Anioł Pański 18.15 W Naszej Rodzinie 19.30 Manna z Nieba 19.45 Modlitwa – religijny 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Śladami historii (3) – dok. 21.00 Apol Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Warto być ojcem – mag. 22.15 Głos serca (134) 23.00 Odpowiedzialni za Kościół – cykl reportaży	9.05 Top Gear 6 (1) – mag. 10.05 Allo, allo! 5 (5-7) – kom. 11.50 Dym i stal (5, 6) – dok. 13.50 Ikony motoryzacji 2 (3, 4) 15.50 Cuda inżynierii kolejowej (2) – serial dok. 17.00 Top Gear 9 (3) – mag. 18.00 Ikony motoryzacji (3, 10) 20.00 Ikony motoryzacji 2 (3) 21.00 Cuda inżynierii kolejowej (2, 3) – dok. 23.00 Bolsonaro: chłopcy z Brazylii (3) – serial dok. 0.05 USA kontra Chiny: starcie supermocarstw 1.20 Cuda inżynierii kolejowej (2) – serial dok. 2.15 Top Gear 5 (7-9) – mag.	13.21 Kicia Kocia 2 (6, 7) – anim. 13.37 Robotkowo (1, 2) – anim. 13.55 Moje urodziny – dla dzieci 14.00 Bing (28, 29) – serial anim. 14.20 Strazak Sam 16 (1, 2) 14.45 Looloo Kids (27) – anim. 15.01 Gazu, piskiel, gazul! (21) 15.28 Kicia Kocia 2 (13, 1) 15.45 Jeżyk Mowy (8, 9) – anim. 16.02 Marta mówi (10) – anim. 16.30 Zouk (1, 2) – anim., Fr. 2021 16.56 Ciekawski George 7 17.50 Moje urodziny – dla dzieci 17.55 Dora i przyjaciele 2 (9-12) 19.40 Smerfy (9) – serial anim. 20.08 Cloudy & Stormy (1-4) 20.35 Dłuna Muminków 2 (9) 21.01 Wierszki domowe (8)	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 20.20 Gość Regionów – pr. publ. 20.30 Piosenka od Ciebie 21.00 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów – inf. 22.20 Pogoda 22.30 Kryminalna siódemka 23.00 Piosenka od Ciebie 23.30 Regiony na TAK – mag. 23.55 Panorama

Warto zobaczyć

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

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

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

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

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

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

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

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

→ filmowe



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

20.00 Dom Gucci

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

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

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

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

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



19.45
TVN
Transformers
SCIENCE FICTION Ziemia staje się areną walki potężnych maszyn z kosmosu, szlachetnych Autobotów i groźnych Deceptikonów. W środek konfliktu trafia para nastolatków, Sam (Shia LaBeouf) i Mikaela (Megan Fox).

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



20.00
STOPKLATKA
Niezgodna
SCIENCE FICTION W utopijnym państwie obowiązuje system selekcjonowania ludzi na podstawie cech. Nastoletnia Beatrice (Shailene Woodley) pasuje do wszystkich frakcji. Grozi jej niebezpieczeństwo.

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



20.00
TVN 7
Krytyczna decyzja
SENSACYJNY Grupa terrorystów wprowadza samolot pasażerski. W akcji odbicia maszyny, którą dowodzi pułkownik Travis, bierze udział m.in. agent David Grant (Kurt Russell). Pomaga mu stewardesa Jean.

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



21.10
TVP HISTORIA
Wszystko na sprzedaż
PSYCHOLOGICZNY Ekipa filmowa nie może rozpocząć zdjęć, gdyż na planie nie zjawiał się twórca głównej roli. Żona aktora Ela (Elżbieta Czyżewska) i partnerka reżysera próbują go odnaleźć.

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



20.00
TVP KULTURA
Reguła milczenia
OBYCZAJOWY Funkcjonariusze FBI tropią członków radykalnej organizacji, którzy przed trzydziestu laty napadli na bank. Reporterowi udaje się odkryć tożsamość jednego z przestępców, Jima Granta (Robert Redford).

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



22.00
TV PULS
Pole rażenia
THRILLER Pittsburgh. Policjant z patrolu rzeczno-

Tom Hardy (Bruce Willis) na własną rękę tropi seryjnego mordercę, którego ofiarami padają kobiety. W śledztwie pomaga mu Jo Christman (Sarah Jessica Parker). Reż.: Rowdy Herrington Wyst.: Dennis Farina USA 1993 **HD 125 min ► do godz. 0.05**

→ filmowe hity



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

22.55 Nieznośny ciężar wielkiego talentu

TVN

KOMEDIA SENSACYJNA Artysta zostaje uwikłany w ryzykowną grę.

HIT DNIA Hollywoodzki gwiazdor Nicolas Cage przechodzi życiowy kryzys. Leci na Majo, by uświetnić urodziny tajemniczego milionera Gutierrez. Niebawem kontaktują się z nim agenci CIA. Informują aktora, że jego fan to gangster, który zbił fortunę na nielegalnych intere-

sach. Prawdopodobnie stoi też za porwaniem córki katalońskiego polityka. Funkcjonariusze proszą Cage'a o pomoc w jej odnalezieniu. Ten podejmuje się ryzykownej misji. **HD 125 min ► do godz. 1.00**

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



20.00 Ostatni ślad

TV PULS

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

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



22.55 Oszukać przeznaczenie 5

TVN 7

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

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



20.00 Sisu: Droga do zemsty

HBO

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

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



23.20 Pięćdziesiąt twarzy Greya

POLSAT

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

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

→ sport



15.55

SUPER POLSAT

Grand Prix Wielkiej Brytanii

FORMUŁA 1

LIVE

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



16.45

C+ SPORT

Motor Lublin – Stal Gorzów

ŻUŻEL

LIVE

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



19.15

C+ SPORT

GKM Grudziądz – PRES Toruń

ŻUŻEL

LIVE

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



21.50

TVP 1

Mistrzostwa świata 2026

PIŁKA NOŻNA

LIVE

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

→ rozrywka



12.15

TVN

Niezwykłe Stany Prokopa 4

PODRÓŻE

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



17.35

TVP 1

Żona dla Polaka

REALITY SHOW

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



21.25

TVP 2

Wielka sława to żart – Benefis Wiesława Ochmana

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

→ dokument



10.20

ALE KINO+

Bruce Lee, wejście smoka

BIOGRAFIA

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

TVP 1 HD DV3 T2

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

20 PIŁKA NOŻNA

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

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

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

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

3.40 Sędziowie pod presją – film dokumentalny, Polska 2021

4.35 Sprawdzamy – magazyn
4.50 Zakończenie

TVP 2 HD DV3 T2

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

WIDOWISKO

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

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

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

1.35 Piłka nożna: Mistrzostwa Świata 2026 – studio

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

4.20 Zakończenie

polsat HD DV3 T2

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

KRYMINALNY

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

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

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

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

4.20 Kabaretowa Ekstraklasa

tvn TVN HD DV3 T2

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

SCIENCE FICTION

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

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

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

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

2.55 Największe polskie katastrofy (3) – serial dokum.

3.45 Uwaga! – magazyn reporterów

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

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



- 5.10 Szkoła (773)** – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 6.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie (2)** – program rozrywkowy
- 6.55 Nowe Zwariowane Melodie (43, 44)** – serial animowany, USA 2018
- 7.25 Alvin i wiewiórki** – film familijny, USA 2007, reż. Tim Hill, wyk. Jason Lee, David Cross, Cameron Richardson, Jane Lynch, 110 min
- Utalentowane muzycznie** gryzonia Alvin, Szymon i Teodor, trafiają do domu kompozytora Davida w Los Angeles. Mężczyzna, dotąd bezskutecznie szukający uznania u ludzi z branży, nagrywa z wiewiórkami piosenkę. Utwór staje się hitem.
- 9.15 Ukryta prawda (1430-1434)** – serial paradokumentalny, Polska 2022
- 14.20 Szpital św. Anny (19, 20)** – serial obyczajowy, Polska 2025
- 16.20 Detektywi (330): Tylko śmierć nas rozłączy, cz. 2.** – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 17.25 Jupiter: Intronizacja** – film s.f., USA/Wielka Brytania 2015, reż. Andy Wachowski, wyk. Mila Kunis, Channing Tatum, Sean Bean, Eddie Redmayne, 155 min
- Młoda kobieta w dramatycznych okolicznościach spotyka zwiadowcę przybyłego z kosmosu. Dowiaduje się, że ma do wypełnienia misję. Tak wpłtuje się w międzygalaktyczny konflikt.

SENSACYJNY



20.00 Krytyczna decyzja
FILM

– USA 1996, 175 min

Boeing 747 zostaje porwany przez Hassana. Terrorysta chce wykorzystać trujący gaz, który znajduje się na pokładzie. Zapada decyzja o odbiciu pasażerów. W akcji dowodzonej przez pułkownika Travisa bierze udział m.in. współpracujący z wywiadem Grant. Pomaga mu stewardesa Jean.

22.55 Oszukać przeznaczenie 5
FILM

– horror, USA/Kanada 2011, reż. Steven Quale, wyk. Nicholas D'Agosto, Emma Bell, Miles Fisher, Ellen Wroe, 110 min

0.45 Push – thriller s.f., USA/Kanada/
FILM Wielka Brytania 2009, reż. Paul McGuigan, wyk. Colin Ford, Joel Gretsch, Dijon Hounsou, Dakota Fanning, 125 min

2.50 Żyjąc z potworem 9 (1)
– serial dokumentalny, USA 2024

3.40 Fachowcy (7) – serial paradokumentalny, Polska 2017

4.15 Usterka 11 (4) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019

4.50 Dorota was urządzi! (9)
– program rozrywkowy



- 5.50 Taki jest świat 11 (27)** – program informacyjny
- 6.15 Kobra – oddział specjalny (5, 6)** – serial sensacyjny, Niemcy 2017
- 8.10 Don Matteo: Boski detektyw 14 (17, 18)** – serial kryminalny, Włochy 2024
- 10.10 Kurierzy (25, 26)** – serial fab.-dok., Polska 2023
- 12.15 Złote dziecko** – komedia przygodowa, USA 1986, reż. Michael Ritchie, wyk. Eddie Murphy, Charles Dance, Charlotte Lewis, Victor Wong, 105 min
- 14.00 Agent XXL: Rodzinny interes** – komedia, USA 2011, reż. John Whitesell, wyk. Martin Lawrence, Brandon T. Jackson, Jessica Lucas, Michelle Ang, 105 min
- 16.30 Jumper** – film przygodowy, USA/Kanada 2008, reż. Doug Liman, wyk. Hayden Christensen, Samuel L. Jackson, Diane Lane, Jamie Bell, 110 min
- David odkrywa, że potrafi się teleportować. Dar ściąga na niego niebezpieczeństwo. Na podobnych mu jumperów poluje bezwzględny Roland.
- 18.20 Polowanie na prezydenta** – film sensacyjny, Finlandia/
FILM Wielka Brytania/Niemcy 2014, reż. Jalmari Helander, wyk. Samuel L. Jackson, Onni Tommila, Ray Stevenson, Victor Garber, 100 min
- Air Force One zostaje strącony przez terrorystów nad Finlandią. Prezydent Moore w ostatniej chwili się ewakuuje. W pościg za nim ruszają zamachowcy.

THRILLER



20.00 Niedziela z gwiazdami: Ostatni ślad
FILM

– USA 2022, 120 min

W drodze do rodziców Lisa i Will zatrzymują się na stacji benzynowej. Kobieta znika bez śladu. Zdezorientowany mąż zawiadamia policję. Informuje też o zaginięciu teściów. Detektyw Paterson rozpoczyna śledztwo. Will postanawia działać na własną rękę. Gdy desperacko bada kolejne tropy, sam staje się głównym podejrzanym.

22.00 Pole rażenia – thriller, USA
FILM 1993, reż. Rowdy Herrington, wyk. Bruce Willis, Sarah Jessica Parker, Dennis Farina, Tom Sizemore, 125 min

W Pittsburghu dochodzi do morderstw kobiet. O popelnienie tych przestępstw oskarżono wódcę. Policjant Tom nie wierzy w jego winę. Sam prowadzi śledztwo w tej sprawie.

0.05 Zatopieni – film sensacyjny,
FILM Bułgaria/Wielka Brytania 2005, reż. Anthony Hickox, wyk. Steven Seagal, Christine Adams, William Hope, Nick Brimble, 120 min

2.05 Zobaczyć to! – pr. powtórkowe



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

HORROR



20.00 Zabójcze morderstwo
FILM

– Wielka Brytania 2025, 120 min

Kyle wraz z grupą innych ocalałych z katastrofy samolotu osób uityka na dzikich mokradłach Luizjany. Bagniste, podmokłe grunty kryją wiele zagrożeń. Odciepi od cywilizacji rozbitekowie próbują przetrwać na terenie, w którego mętnych wodach czyhają wygłodniałe aligatory. Każdy krok może być śmiertelnie groźny. Mimo to Kyle i jej przyjaciele podejmują dramatyczną walkę o przetrwanie.

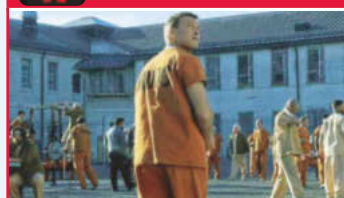
22.00 Dzielnica strachu 9 (403-407) – serial kryminalny, Polska 2025

Dziewczyna umiera po kłótni ze swoim chłopakiem, który trafia do aresztu pod zarzutem zabójstwa. Lokalna społeczność piętnuje jego rodzinę. Walicki usiłuje zapobiec linczowi.

3.00 Lombard. Życie pod zastaw 2 – serial obyczajowy, Polska 2018

4.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (189) – serial obyczajowy, Polska 2019

5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (501) – serial obyczajowy, Polska 2022



ZA WSZELKĄ CENĘ

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

►serial krym. (8 odc.), USA 2026



SŁODKIE MAGNOLIE 5

Maddie (JoAnna Garcia Swisher) przenosi się do Nowego Jorku i zaczyna pracę w branży wydawniczej. Mimo odległości przyjaciółki wciąż się wspierają, a ich więź dojrzewa wraz z kolejnymi żywiołymi decyzjami. Helen (Heather Headley) i Erik rozważają ślub. Dana Sue (Brooke Elliott) rozwija się zawodowo.

►serial obycz. (10 odc.), USA 2026



ZA DUŻY NA BAJKI 3

Waldek (Maciej Karas) 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

PREMIERA



SPARKS OF TOMORROW

W alternatywnym Kioto z początku XX wieku samotny chłopiec, który stracił brata, poznaje osieroconą dziewczynkę. Wspólnie znajdują tajemniczy „Katalog elektryczny XX wieku”. To odkrycie budzi w nich nadzieję na przyszłość i pozwala zmierzyć się z przeszłością. Przyjaciele zamierzają realizować swoje marzenia.

►anime (20 odc.), Japonia 2026

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN	HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+	HD	CANAL+ PREMIUM	HD	HBO	HBO	HD
6.30 Angry Birds 2 Film – film animowany, Finlandia/Kanada/USA 2019, reż. Thurop Van Orman, 100 min 8.10 Zabójcza broń 3 (12, 13) – serial sensacyjny, USA 2018 10.10 MacGyver 2 (11-15) – serial akcji, USA 2017-2018 15.05 FBI: Most Wanted 3 (19-22) – serial kryminalny, USA 2020 19.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (1) – serial kryminalny, USA/Kanada 2010, wyk. Laurence Fishburne, George Eads, Jorja Fox, Eric Szmanda SENSACYJNY	5.30 Na sygnale (863) – serial fab.-dok., Pol. 6.10 Czerdziestolatek (15-17) – serial obyczajowy, Polska 9.35 U Pana Boga w ogródku (7, 8) – serial kom., Pol. 2008 11.20 Cztery pancerni i pies (2, 3) – serial wojenny, Polska 1966 13.35 Ojciec Mateusz 29 (378, 379) – serial kryminalny, Pol. 2023 15.30 Komisarz Alex 24 (304) – serial kryminalny, Pol. 2025 16.30 Ranczo 8 (100) – serial obycz., Polska 17.30 Cztery pancerni i pies (4, 5) – serial wojenny, Polska 1966 KRYMINALNY	10.00 Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem (1) – spotkanie sztuk – sztuka spotkania. Malta Festival 2026 11.25 Kosmos 1999 (10) 12.30 Opole – koncertowe wspomnienia (10) 12.45 Opole na bis 13.55 Chiński syndrom – thriller, USA 1979, 130 min 16.05 Noce i dnie (3) 17.15 Niedziela z... – kult. 18.10 Niedziela z... Porwać się na życie – spektakl teatralny, Polska 2017 19.20 Kantor i Jarema. Powrót do Wenecji DRAMAT OBYCZAJOWY	6.30 Polska z góry 5 (5) – serial dok., Pol. 2020 7.00 Miss mokrą podkoszulka – kom., Polska 2002, 60 min 8.00 Minari – dramat obyczajowy, USA 2020, 140 min 10.20 Bruce Lee, wejście smoka – film dokum., USA 2025 11.35 The Office PL 3 (4-6) – serial kom., Pol. 2023 13.20 Morderstwo w Orient Expressie – film kryminalny, Wlk. Bryt. 1974, 150 min 15.50 Karen Pirie (1) – krym., Wlk. Bryt. 2022 17.45 Pokuta – melodramat, Wielka Brytania/Fr./USA 2007, 145 min KRYMINALNY	9.55 Imagine Dragons: Live at the Hollywood Bowl – koncert 12.10 Ekstremalne opady: niszczycielski żywioł – film dokum., USA 2026 13.15 Kawalek po kawalku – film animowany, USA/Dania 2024, 95 min 14.50 Kopnieć w czasie – komedia, Francja/Belgia 2025, 100 min 16.30 Tożsamość Bourne'a – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, 115 min 18.25 LARP. Miłość, trolle i inne kwesty – kom., Polska 2025, 95 min BIOGRAFICZNY	7.35 Wdowa Clicquot – dramat obyczajowy, USA 2023, 90 min 9.05 O psie, który wrócił do domu – film familijny, Chiny/USA 2019, reż. Charles Martin Smith, 95 min 10.40 Jeszcze piękniej – komediodramat, Niemcy 2025, 140 min 13.00 Lombard – dramat obyczajowy, USA 2024, 90 min 14.30 Bird – dram. obycz., Wielka Brytania/USA/Francja 2024, 115 min 16.25 Vinci 2 – kom. krym., Polska 2025, 115 min 18.20 Blue Moon – dramat biograficzny, USA/Irlandia 2025, 100 min DRAMAT WOJENNY					
20.00 Londyn w ogniu – Wielka Brytania/USA/Bulgaria 2016, 120 min Terrorysta atakują Londyn w czasie pogrzebu premiera Wielkiej Brytanii. Agent Banning musi zapewnić bezpieczeństwo prezydentowi USA. 22.00 Świat w ogniu – film sensacyjny, USA/Wlk. Bryt./Portugalia 2019, 140 min 0.20 Obłądny rycerz – komedia przyg., USA 2001, 175 min 3.15 Spider-Man: Uniwersum – anim., USA 2018, 120 min AXN WHITE 6.00 Paddington 2 – film familijny, 2017, 105 min 7.45 Napisała: Morderstwo 5 (16-20) – serial kryminalny 13.10 Unforgettable: Zapisane w pamięci 4 (9-13) – krym. 18.00 Dowody zbrodni (21-23) – serial kryminalny, USA 21.00 Dowody zbrodni 2 (1, 2) – serial kryminalny, USA 23.00 Domek na święta – film obyczajowy, 2019, 105 min 0.45 Autor widmo – thriller, 2010, 165 min 3.30 Paddington 2 – film familijny, 2017, 110 min 5.20 Blok promocyjny AXN White	19.40 Ojciec Mateusz 29 (380, 381) – Pol. 2023 Ksiądz zostaje oskarżony o morderstwo. Mieszkańcy Sandomierza domagają się surowego ukarania proboszcza. Natalia postanawia udowodnić jego niewinność. 21.35 Ojciec Mateusz 30 (382) – krym., Pol. 2023 22.30 Ranczo 8 (101, 102) – serial obycz., Polska 0.20 Rodzinka.pl (294, 295) – kom., Pol. 1.30 Korona królów. Jagiellonowie (9, 10) 2.30 Erynie (6) – krym., Pol. 3.30 Londyńczyk (2) WARNER TV 13.10 Superman 2: Wersja reżysera Richarda Donnera – film przyg., Wlk. Bryt./USA 2006, 180 min 16.10 Głupi i głuszy 2: Kiedy Harry poznał Lloyda – komedia, USA 2003, reż. Troy Miller, 95 min 17.45 Psy i koty 3: Łapa w łapę – komedia sensacyjna, USA 2020, 100 min 19.25 Invictus: Niepokonany – dramat biograficzny, USA 2009, 155 min 22.00 Yellowstone 2 (7, 8) 0.05 Co się wydarzyło w Madison County – melodram., 1995, 160 min	20.00 Reguła milczenia – USA 2012, 130 min Stateczny prawnik ukrywa swoją niechlubną przeszłość. Docieklivy dziennikarz burzy jego spokojne życie. 22.10 Kulturalni (25) – mag. 23.05 Wygodniałe dusze w wielkim mieście. Legenda „Nocnego kowboja” – film dokum., USA 2022 1.00 Afonia – krótkometr. 1.10 Tego się nie robi kotu – krótkometraż. 1.40 Whiplash – dram. obycz., USA 2014, 115 min CANAL+ FILM 6.00 Łapu capu – pr. rozrywk. 6.15 Kiler-ów 2-óch – komedia, Polska 1999, 115 min 8.10 Mikołaj i ekipa – anim., Hiszpania/Kan. 2024, 90 min 9.40 Chopin. Chopin! – biograf., Pol. 2025, 130 min 11.50 Łapu capu – pr. rozrywk. 12.05 Sigourney Weaver. Ikona kina akcji – film dokumentalny, Niem. 2024 13.00 Saga „Zmierzchn”: Przed świtem. Część 2 – film fantasy, USA 2012, 110 min 14.50 Zgreb – dramat obycz., Polska 2025, 85 min 16.15 Peacock – thriller, USA 2010, reż. Michael Lander, wyk. Cillian Murphy, 90 min 17.45 Jason Bourne – thriller, USA 2016, reż. Paul Greengrass, wyk. Matt Damon, 120 min 19.45 Łapu capu – pr. rozrywk. 20.00 Pies 51 – thriller, Francja 2025, reż. Cédric Jimenez, 100 min 21.40 Namierzony – dramat sensacyjny, USA/Włochy 2025, 105 min 23.25 Franz Kafka – dramat biograficzny, 2025, 125 min 1.30 To nie mój film – komediodramat, Polska 2024, 95 min 3.05 Moje miasto – serial dok. 4.05 Pornografia – film obycz., Pol./Fr. 2003, 115 min	20.10 Niezwykłe miejsce na śmierć (1) Anais Mallory, detektyw wydziału zabójstw w Sydney, wraca do Queenstown na Wyspie Południowej. Musi wyjaśnić, co stoi za tragediami, które dotknęły jej rodzinę. 22.05 Bestie – thriller, Hiszpania/Francja 2022, 160 min 0.45 Daaaaaali! – komediodramat, Francja 2023, 105 min 2.30 Król (1) – serial sens. 3.40 Żurek – film obycz., Polska 2003, 75 min 4.55 Meduzy – krótkometr. CANAL+ SERIALE 9.50 Naruto 3 (3-5) – serial anime, Japonia 2003-2004 11.20 Wszystkie kolory świata 5 (6) – serial dokumentalny, Francja 2024 12.20 To nie jest zagadka kryminalna (1, 2) – serial kryminalny, Belgia 2025 14.20 Making of CANAL+ – magazyn filmowy 14.30 Premiera: Naruto 3 (6-8) – serial anime, Japonia 2003-2004 16.00 Mały Grand Hotel (8) – serial komediowy, Polska 2019 16.25 Cat's Eyes (1, 2) – serial przygodowy, Francja 2024 18.30 The Office PL 5 (7-9) – serial komediowy, Polska 2025 20.00 Coldwater (1, 2) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2025 22.00 Czarownice Mayfair (7) – serial fantasy, USA 2023 23.35 Algorytm miłości (6-10) – serial komediowy, Polska 2024 2.30 Luis Enrique: Nie macie k**** pojęcia (1-3) – serial dokumentalny, Hiszpania 2024 4.50 Premierowa jazda – magazyn 5.10 Miasta rytm (1) – serial dokumentalny, Polska 2020	20.00 Barry Seal: Król przemytu – USA/Japonia/Kanada 2017, 110 min Rok 1978. Pilot Barry zostaje zrekrutowany przez CIA. Swoimi działaniami zwraca uwagę członków kartelu z Medellín. Escobar proponuje mu współpracę. 21.50 Wujowcy dwór – komedia, Wielka Brytania/USA 2025, 95 min 23.25 Kill Bill: Vol. 1 – film sensacyjny, USA 2003, reż. Quentin Tarantino, 110 min CANAL+ 360 HD 6.00 Na pierwszym planie (2) 6.35 Polska z góry: Stadion (4) – serial dok., Polska 2024 7.00 Chwila prawdy (5) – dok. 8.00 Okrety wojenne (7) – dok. 9.00 Porzucone konstrukcje (5) – serial dok., Wlk. Bryt. 10.00 Wykrzyczał historię (6) 11.10 Haaland podbija Anglię 12.05 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech – Legia 14.10 Polska z góry: Stadion (1) – serial dok., Polska 2024 14.45 Hot Roads – Najniebezpieczniej drogi świata 3 (4) – serial dok., Niem. 2023 15.50 Speedshop: warsztat marzeń (1) – serial dokum. 17.05 Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie 2 (4) – pr. rozr. 18.00 Sung Kang – szybki i dociekliwy i docieklivy (5) – dok. 19.00 Co poszło nie tak 3 (2) 20.00 Porzucone konstrukcje (6) – serial dok., Wlk. Bryt. 21.00 Projekt Fighter (1) 22.00 Prawo ojca – dramat sens., Polska 1999, 120 min 0.00 Kryptonim Polska (3) 0.50 Cztery pory igi (4) – dok. 2.00 Mam zamek (1) – dok. 2.35 Ludzie morza (10) – dok. 3.40 Polska z góry: Stadion 2 (7, 8) – dok. 4.55 Pogotowie remontowe Wieszka (8, 9) – mag.	20.00 Sisu: Droga do zemsty – Wielka Brytania/Finlandia/USA 2025, 90 min Aatami rozbiera dom, w którym podczas wojny zamordowano jego rodzinę. Chce go odbudować gdzie indziej. Planuje krzyżuje mu odpowiedzialny za zbrodnię dowódca. 21.30 Zniknięcia – horror, USA 2025, reż. Zach Cregger, wyk. Julia Garner, 125 min 23.35 The Order: Ciche braterstwo – thriller, USA/Wielka Brytania/Kanada 2024, 110 min HBO 2 HD 13.05 Siła naszych marzeń – dramat obyczajowy, Francja/Kan. 2022, 105 min 14.50 Królestwa wystawa – komedia romantyczna, USA 2025, 85 min 16.15 Pingwiny z Madagaskaru – film animowany, 2014, 90 min 17.45 Eddie zwany Oriem – film biograf., Wlk. Bryt./Niemcy/USA 2016, 105 min 19.30 Kompletnie nieznany – dramat biograficzny, USA 2024, 135 min 21.45 Nasienie świętej figi – thriller, Francja/Niemcy/Iran 2024, 165 min HBO 3 HD 13.30 Anakonda – komedia przygodowa, 2025, 95 min 15.05 Alita: Battle Angel – film s.f., USA 2019, 115 min 17.00 Focus – komedia kryminalna, USA/Argentyna 2015, 105 min 18.45 Ta inna siostra Bennet (2) – kostium., Wlk. Bryt. 19.15 Miniaturowa zona (2) – serial komediowy, USA 20.00 Ród smoka 3 (2) – fantasy 21.00 Krzesła (1) – serial kom. 21.35 Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem (2) – kom. 22.05 Stamtąd 4 (8) 23.00 Bliżej – dramat obyczajowy, 2004, 100 min					

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD	COMEDY CENTRAL HD	TVN FABUŁA HD	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA STOPKLATKA DVB-T2
6.00 Twoja Twarz Brzmi Znajomo (171) – rozr. 8.00 Sąsiedzi (27, 28) 8.20 Byli sobie podróżnicy (20-22) 10.10 Jedźdźcy smoków na końcu świata (35-38) – serial anim. 12.00 Krudowie – anim., USA 2013, 120 min 14.00 Gruby i chudszy 2: Rodzina Klumpów – komedia, USA 2000, 140 min 16.20 Jumanji: Przygoda w dżungli – film przyg., USA/Australia/Indie 2017, 145 min 18.45 Liga niezwykłych dzentelmenów – przyg., USA/Niemcy/Czechy 2003, 135 min	6.00 Tata ma plan 2 (4-8) – serial komediowy 8.30 Teoria wielkiego podrywu 6 (5-16) – kom., USA 2012-2013 13.30 Przyjaciele 6 (2-5) – kom., USA 1999-2000 15.30 Tata ma plan (21, 22) – serial komediowy 16.30 Tata ma plan 2 (1) – serial komediowy 17.00 Duchy (1, 2) – serial fantasy, USA/Wlk. Bryt. 18.00 Naga broń 33 1/3: Ostateczna zniewaga – komedia, USA 1994, reż. Peter Segal, wyk. Leslie Nielsen, George Kennedy, O.J. Simpson, Priscilla Presley, 120 min	5.10 Szkoła (777) – serial paradokum. 6.00 Kino w drodze (4) 6.30 Seriaale: rozmowy 2 (2) – mag. 7.10 Najpiękniejsza muzyka filmowa (6) 7.25 Prawo Agaty 4 (3-6) 11.30 Happy Feet: Tupot małych stóp – film animowany, Australia/USA 2006, 135 min 13.45 Wakacje w krzywym zwierciadle – kom., USA 1983, 125 min 15.50 Zatańczyć z mną – komedia romant., USA 2004, 135 min 18.05 Gravitacja – thriller s.f., USA/Wielka Brytania 2013, 115 min	6.15 Follow (5) – serial sensacyjny, Fr. 2023 7.00 Na granicy: Miłość do ojczyzny – film kryminalny, Niemcy 2019, reż. Christian Bach, wyk. Lucas Gregorowicz, Marcin Płotowski, Maria Simon, Anna König, 115 min 8.55 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (17-20) – serial sensacyjny, USA 2023 12.35 Chicago P.D. 11 (8-13) – serial kryminalny, USA 2024 18.05 Niewidomy detektyw (4) – serial kryminalny, Niemcy/Austria 2020	7.55 Miś Kudłatek (3, 4) 8.15 Bolek i Lolek na wakacjach (3, 4) 8.50 Nibylandex – film krótkometraż., 2026 9.30 Jeśli serce masz bijące – dramat psychologiczny, 1980, 120 min 11.30 1920 Bitwa Warszawska – dramat wojenny, 2011, 140 min 13.50 Stara baśń – film kostiumowy, 2003, reż. Jerzy Hoffman, 150 min 16.20 Poszukiwany, poszukiwana – kom., 1972, 120 min 18.20 Na układy nie ma rady – komedia, 2017, 100 min	6.00 Komisarz Rex 2 (9-12) – serial krym., Niemcy/Austria 10.00 Hudson i Rex 8 (6-8) – serial krym., Kanada 13.00 Top Dog. Ameryka (2) – serial dok., USA 14.20 Kryptonim Panda – komedia sensacyjna, Chiny 2024, reż. Luan Zhang, wyk. Jackie Chan, 130 min 16.30 Czego dusza zapagnie – komedia s.f., Wielka Brytania/USA 2015, 110 min 18.20 Czyszciciel – komedia sensacyjna, USA 2007, reż. Les Mayfield, wyk. Cedric the Entertainer, Lucy Liu, 100 min
HORROR SF	KOMEDIA	KOMEDIA ROMANT.	KRYMINALNY	BIOGRAFICZNY	SCIENCE FICTION
21.00 Obcy – ósmy pasażer „Nostromo” – Wielka Brytania/USA 1979, 135 min Transportowiec ładuje na nieznaną planetę. Załoga znajduje wrak pojazdu z obcą formą życia. Bestia dostaje się na pokład statku. Ripley i jej koledzy walczą o przetrwanie.	20.00 Nawrócił depresji gangstera – USA 2002, 120 min Przebywający w więzieniu Paul Vitti dziwnie się zachowuje. Może cierpieć na zaburzenia osobowości. Do postawienia diagnozy zostaje wezwany doktor Sobel.	20.00 Jak stracić chłopaka w 10 dni – USA/Niemcy 2003, 145 min Dziennikarka Andie chce uwieść mężczyznę, a potem sprawić, by ją porzucił. Trafia na Benjaminia, który też ma plan. Założył się z szefem, że stworzy stały związek.	20.00 Morderstwa w Tours – Francja 2018, 120 min Komendantka policji Louise Chaland wraz z synem, księdzem Sylvainem Chalandem, prowadzi śledztwo w sprawie zabójstwa rzeźbiarza.	20.00 Anna German. Tajemnica białego anioła (1, 2) – Rosja/Ukraina/Polska 2012 Lata 30 XX w. Niemiec koloniści, Germanowie, żyją w ciągłym strachu przed aresztowaniem. W końcu ojciec rodziny, Eugen, zostaje uznany za wroga ludu.	20.00 Niezgodna – USA 2014, 170 min Przyszłość. Odważna Beatrix buntuje się przeciwko bezdusznej dyktaturze swojego państwa, w którym przeprowadzana jest selekcja mieszkańców.
23.15 Jak ukradłem 100 milionów – komedia kryminalna, Polska 2024, 120 min 1.15 Ślad (30, 31) – krym. 3.15 Gliniarze (347, 348) 5.20 Na ratunek 112 (860)	22.00 The Office PL 2 (9, 10) – serial kom. 23.05 Comedy Club 5 (9, 10) – pr. rozrywk. 0.05 Miasteczko South Park (13) 0.35 Miasteczko South Park 2 (2-4) 2.05 Pracoholicy 3 (2-6)	22.25 Zwyczajna przysługa – komedia kryminalna, USA/Kanada 2018, 145 min 0.50 List w butelce – melodramat, USA 1999, reż. Luis Mandoki, 140 min	22.00 Morderstwo w Miribel – krym., Francja 2024, 120 min 0.00 Morderstwo w koronkach – dram. krym., Francja/Bel. 2025, 120 min 2.00 Kobra – oddział specjalny (5, 6) – sens., Niem. 2021	22.10 Horror Story – czarna komedia, 2023, 115 min 0.05 Ekstradycja 3 (3, 4) – serial sensacyjny 3.35 Mój dług – dramat krym., 2021, 125 min 5.40 High Life	22.50 Family Man – komediodramat, USA 2000, reż. Brett Ratner, wyk. Nicolas Cage, Don Cheadle, 165 min 1.35 Ciało – komedia, Polska 2003, 130 min 3.45 Pieczące gołąbki – komedia, Polska 1966, 135 min
CINEMAX HD	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD	SCI FI	FX	FILMBOX+ ONE HD	ROMANCE TV HD
10.10 Chmurka – krótkometraż. 10.20 Dziewczyna z Kolonii – biograf., 2025, 115 min 12.15 Barry Seal: Kobieta przemytu – biograf., USA/Japonia/Kan. 2017, 110 min 14.05 Trudny zakład – komedia, Francja 1997, 100 min 15.45 Diuna – film s.f., USA 1984, reż. David Lynch, 135 min 18.00 Aniołki Charliego – sens., USA/Niemcy 2019, 120 min 20.00 Tenet – thriller s.f., USA/Wlk. Bryt. 2020, 150 min 22.30 Gangsi Nowego Jorku – dramat sens., USA/Niem./Włochy 2002, 165 min 1.15 Fargo 3 (5, 6) – serial krym.	8.30 Świat według Kiepskich (3-8) – serial kom., Pol. 2008 11.30 Bob kocha Abisholę 2 (4-9) – kom., USA 2020-2021 14.30 Święty (26-30) – kom., Pol. 17.00 Świat według Kiepskich (4-10, 1) – serial komediowy 21.00 Co ludzie powiedzą? 5 (2, 3) – kom., Wlk. Bryt. 1995 22.25 Jedną nogą w grobie 2 (4-6) – serial kom., Wlk. Bryt. 0.30 Czarna żmija 3 (5, 6) 1.55 Grono nie-pedagogiczne (6-10) – serial komediowy 3.35 Śmiesznie nie będzie 6 (9) – program rozrywkowy 4.00 Spadkobiercy 3 (9) – rozr. 4.45 Comedy Club 2 (8) – rozr.	6.00 SurrealEstate (5) 7.00 Kroniki Shannary (5-10) 12.30 Grimm 6 (12, 13) – fantasy 14.20 Bibliotekarz 3: Kłątwa kielicha Judasza – film przygodowy, 2008, 110 min 16.10 Most do Terabithii – film familijny, USA 2007, reż. Gabor Csupo, 115 min 18.05 Saga „Zmierzch”: Przed świtem. Część 1 – film fantasy, USA 2011, 140 min 20.25 Saga „Zmierzch”: Przed świtem. Część 2 – film fantasy, USA 2012, 135 min 22.40 Zapowiedź – thriller, 2009, 150 min 1.10 SurrealEstate (6-10)	6.50 Agenci NCIS 10 (5, 6) 8.40 FBI 4 (4, 6, 7) – serial krym. 11.25 CSI: Kryminalne zagadki Miami (2, 3) – serial krym. 13.15 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (13, 14) 15.05 Z archiwum X 2 (18, 19) 17.00 Spider-Man – film przygodowy, 2002, 145 min 19.25 Królestwo niebieskie – dramat hist., USA/Hiszp./Wlk. Bryt. 2005, 185 min 22.30 Uprawdzone 3 – film sensacyjny, 2014, 135 min 0.45 Rambo 3 – film sensacyjny, USA 1988, 115 min 2.40 Zabójcze umysły 14 (7, 8) – serial kryminalny, USA	10.45 Komedia małżeńska – komedia obyczajowa, Polska 1993, 120 min 12.45 Przypadkowy bohater – komediodramat, USA 1992, 145 min 15.10 RoboCop – film s.f., USA 2014, 155 min 17.45 Wyscig – film sensacyjny, USA/Kanada/Australia 2001, reż. Renny Harlin, 135 min 20.00 Projekt Koliber – thriller, Kan./Belgia 2018, 150 min 22.30 Uprawdzone – film sens., Francja 2008, 130 min 0.40 Nim diabeł dowie się, że nie żyjesz – dramat sensacyjny, 2007, 150 min	16.15 Inga Lindström: W twoim życiu – melodramat, Niemcy 2015, 110 min 18.05 Dr Nice – Z ręką na sercu – komediodram., Niemcy 2023, 115 min 20.00 Dr Nice – Stare rany – komediodramat, Niemcy 2023, 115 min 21.55 Dr Nice – Słodkie kłamstwa – komediodramat, Niemcy 2024, 115 min 23.50 Rosamunde Pilcher: Zaręczona, zakochana, zagubiona – film obyczajowy, 2011, 110 min
CINEMAX 2 HD	VIAPIC EPIC DRAMA HD	NOVELAS+ HD	FX COMEDY HD	FILMBOX+ HITS HD	PARAMOUNT NETWORK HD
13.55 Dźwięki miłości – dramat film., Hiszp. 2025, 105 min 15.40 Niekończąca się opowieść – film fantasy, RFN/USA 1984, 95 min 17.15 Uciekające kurczaki – film animowany, Wlk. Bryt./USA/Fr. 2000, 85 min 18.40 Duma i uprzedzenie – musical, USA/Wielka Brytania/Indie 2004, reż. Gurinder Chadha, 110 min 20.30 Erin Brockovich – dramat film., obyczajowy, 2000, 130 min 22.40 Duś – film obyczajowy, Wł./Francja 2025, 130 min 0.50 Imię – komedia, Francja/Belgia 2012, 110 min	6.00 Lekarze na start (24-28) – serial obycz., Polska 2017 9.35 Poirot 3 (10) – serial krym. 10.40 Poirot 4 (1, 2) – serial krym. 15.05 Zatrzaeni w miłości (26-30) – telen., Turcja 2023 20.00 Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (4) – serial krym., Australia 21.00 Morderstwo to nie trudnego (3) – serial krym. 22.00 Poirot 13 (2) – serial krym. 23.55 Zatrzaeni w miłości (26-30) – telen., Turcja 2023 4.10 Poirot 3 (10) – serial krym. 5.05 Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (4) – serial krym., Australia	5.00 Historia Juany (36-40) – telenowela, Meksyk 2024, wyk. Camila Valero 10.00 Otchłań tajemności (109-113) – telenowela, Meksyk 2012 15.00 Róże i grzechy (8-12) – telenowela, Turcja 2025, wyk. Murat Yildirim 20.00 Rubi (104, 105) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori 22.00 Za wszelką cenę (79-83) – telenowela, Brazylia 2025, wyk. Paolla Oliveira 3.00 Rubi (104, 105) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori	7.40 Genialna Morgane 3 (4-6) 10.55 Diabli nadali 8 (10-13) 12.55 Sposób użycia 5 (20-24) 15.25 Wszyscy kochają Raymonda 5 (3-8) – kom. 18.25 Dorwać była – komedia romant., USA 2010, 135 min 20.40 Agenci bardzo specjali – komedia kryminalna, USA 2004, 135 min 22.55 Johnny English: Reaktywacja – komedia przygodowa, 2011, 125 min 1.00 Wszyscy kochają Raymonda 5 (13-15) – serial komediowy, USA 2.30 Family Guy: Głowa rodziny 18 (5-9)	11.55 Delikatność – komedia romant., Fr. 2011, 120 min 13.55 Opowieści z ławeczki – kom., Fr. 2009, 125 min 16.00 Scenariusz na miłość – komedia romantyczna, USA 2014, 120 min 18.00 Wrzawa – dramat obyczajowy, Nowa Zelandia 2023, 120 min 20.00 Rozdzielne światy 2 – melodramat, Grecja 2015, reż. Christopher Papakaliatis, 145 min 22.25 Granica – dramat fantasy, 2018, 120 min 0.25 Winner – dramat biograf., Kanada/USA 2024, 115 min	11.25 Fantastyzny Pan Lis – film anim., 2009, 105 min 13.10 Step Up: Taniec zmysłów – film muzyczny, USA 2006, 140 min 15.30 Pompeje – film katastroficzny, Kanada/Niemcy/USA 2014, 135 min 17.45 Mission: Impossible – film sens., 1996, 135 min 20.00 Mission: Impossible 2 – film sensacyjny, USA/Niemcy 2000, 155 min 22.35 Immortals. Bogowie i herosi – film fantasy, USA 2011, 120 min 0.35 Ojciec chrzestny 2 – film sensacyjny, 1974, 225 min

STACJE SPORTOWE

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

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV HD	HISTORIA HD
6.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny 8.00 Poszukiwacze dinozaurów – serial dokumentalny, USA 10.00 Jak to jest zrobione? – serial dok., Wielka Brytania 12.00 Jak to jest zrobione – samochody – serial dokumentalny, USA 14.00 Czy jest z nami inżynier? (3, 4) – serial dok., Wlk. Bryt. 16.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny 18.00 Jak to jest zrobione? – serial dok., Wielka Brytania	6.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 8 – serial dokumentalny, 2024 8.00 Ciało w piwnicy – serial dokumentalny 10.00 Mój sąsiad morderca 3 – dok., USA/Wlk. Bryt. 12.00 Podejrzany przy telefonie (1) – serial dokumentalny, USA 14.00 W sieci kłamstw – serial dokumentalny 16.00 Zbrodnia w sąsiedztwie 2 – serial dokumentalny, USA 2011-2012 18.00 Żyjąc z potworem – serial dokumentalny 20.00 Wywiad z mordercą – serial dokumentalny	8.00 Największe katastrofy budowlane (1, 2) 10.00 Niszczycielskie żywioły (1) – dok. 11.00 Porzucone konstrukcje (1) 12.00 Stacja Amsterdam (1) – serial dokum. 13.00 Logistyka na wielką skalę (2) – dok., Niem. 14.00 Inżynieria po katastrofie (4) – dok. 15.00 Imperium Mongołów: Historia Czyngis-chana (3) 16.00 Pompeje w ogniu 17.00 Wojna szpiegów (1) 18.00 Gulag – system śmierci (1) 19.00 UFO: Przełomowe śledztwa (2) – dok.	6.00 Wehikuł czasu (705) – program inform. 6.05 48h. Zaginięci (37) – serial krym., Polska 7.00 Rolnicy. Podlasie (41, 42) – serial dok. 9.00 Niezwykły świat ryb – film dokum., Niemcy 2020 10.00 Podglądacze przyrody (5, 6) – serial dok., Pol. 2025 11.00 Z klimatem i z pasją (7) – program publicyst. 11.30 Wojny magazynowe (17-21) – reality show 14.00 Gwiazdy lombardu 25 (13) – reality show 15.00 Technologie jutra (5, 6) – serial dokum.	9.05 Przyłbice i kaptury (8) – przyg., Pol. 1985 10.15 Starożytne mocarstwa (4) – dok. 11.10 Jacek Cygan. Życie jest sztuką – film dokum., Polska 2025 12.15 Wszystkie kolory świata – dok., Francja 13.20 Góry Europy (1): Ardeny – cykl dokum. 14.25 Narodziny narodu – dramat historyczny, USA 1915, 195 min 17.40 Blisko, coraz bliżej (11) – obycz., Pol. 1986 19.05 Nieznana wojna na północy (1) – dok. 20.10 II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa (1): Dunkierka – serial dok.
DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY
20.00 Wyprawa w nieznanne 10 – USA Josh wyrusza do Nikaragui, by odnaleźć wrak parowca, który zatonął podczas swego pierwszego rejsu. Przechodzi się przez rzeki pełne krokodyli i gęstą dżunglę. 21.00 Wyprawa w nieznanne 9 – serial dokumentalny, USA 22.00 Dolina Królów: ostatni sekret faraonów – film dok. 0.00 Jak działa wszechświat? – dok. 2.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok.	21.00 Dusiciel z Wichita Dennis Rader, znany jako BTK, był seryjnym mordercą. Terroryzował Wichitę w stanie Kansas przez trzy dekady. Policji udało się go schwycić dopiero w 2005 r. 23.00 Boysbandy: mroczna strona sławy – film dokum. 1.00 Dusiciel z Wichita – film dok., USA 2019 2.50 Mroczne piętno 3 – serial dokumentalny 3.40 Autostrada do piekła – serial dok. 5.15 Żyjąc z potworem – serial dok., USA	20.00 CIA: Tajemnice i szpiegdy (3) – USA Historia kobiety stanowiącej pierwowzór postaci Carrie Mathison z serialu „Homeland”. Oficer CIA została uprowadzona przez uzbrojonych napastników. 21.00 Największe katastrofy budowlane (1) – dok. 22.00 Katastrofa w przestworzach (1, 2, 9) – serial dokum. 2.00 Alask: Następne pokolenie (1, 2) 4.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy – dok.	17.00 Rolnicy. Podlasie (24-27) – Polska 2026 W Kundzicach Ula wspiera Macka przy wycinie gałęzi, a także montażu platformy pod bocianie gniazdo. 21.00 Najpiękniejsze domy na wsi (1) – dok., Polska 2024 22.00 Korea Północna: następny przywódca – dok., USA 2020 23.00 Pogromcy mafii (3) 0.00 Największe śledztwa CBŚP (3) 1.00 Rolnicy. Podlasie (5-8) – serial dokum.	21.10 Wszystko na sprzedaż – Polska 1968, reż. Andrzej Wajda, wyk. Beata Tyszkiewicz, 110 min Ekipa filmowa nie może rozpocząć zdjęć, ponieważ na planie nie pojawił się twórca głównej roli. Żona aktora Ela i małżonka reżysera Beata próbują go odnaleźć. 23.00 Wielka droga – dramat wojenny, Polska/Włochy 1946, 105 min 0.45 Opiekunowie (nie) pamięci – film dokum., Polska 2026
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD
8.00 Na tropach tajemnic (8) 9.00 Wyścigi po antyki – dok. 10.00 Skarby z szopy – klasyki 12.00 Łowcy starości (9) – dok. 13.00 Walka o bagaż (5, 6) 14.00 Tajemnice starożytnych mumii – serial dok., USA 15.00 Mistrzowie oręża – dok. 17.00 Tajemnice ziemi – Hiszpania (5) – dok. 18.00 Pogromca mitów w akcji – serial dok., USA 19.00 Na ratunek starcom (12, 13) – serial dok., USA 20.00 Podziemne sekrety 23.00 Nawiedzona Irlandia 1.00 Wielki zwindiel – dok. 2.00 Seryjni mordercy	13.35 Cały rok z pandą (2) 14.40 Supermoce roślin – dok. 15.50 Gustave Eiffel. Nie tylko wieża – film dokumentalny 17.00 Ginące rzemiosła Korei (3) – dok., Korea Południowa 18.00 Dokąd dzisiaj? 4 (63, 64) 18.40 Mam zamek 2 (4, 5) – dok. 19.45 Jimmy Somerville. „I Feel Love” – film dok. 20.45 Niezwykłe życie Buffy Saint-Marie – film dok. 22.30 Sekta (3) – serial dok., Fr. 23.10 Syndrom hawański. Kto pierze umysły Amerykanów? (1) – dok. 0.20 Jak oligarchowie korumpują Zachód (1)	14.00 Dzika przyroda Indii (1) 15.00 Dzikie Indie (1) – dok. 16.00 Bertie Gregory: bliskie spotkanie z motowatymi – dok. 17.00 Uwaga! Rekin! (1) – dok. 18.00 Kieżycove rekiny 19.00 Przedziwna planeta Ziemia (10) – serial dok. 20.00 Europa z powietrza (1) 21.00 Najgroźniejsi mieszkańcy Alaski (2) 22.00 Olsniwiająca Ameryka: Południowy Zachód (3) 23.00 Gorongosa: odzyskać raj – film dokumentalny, USA 0.00 Najgroźniejsze zwierzęta świata (8)	7.35 Dzikie Zachód (1-3) – dok. 10.50 Oaza Wielkiego Brata 14.45 Dzikie Namibia (1, 2) 17.00 Zwierzęta: maszyny doskonałe 2 (1) – dok. 18.05 Wspólna planeta (1) 19.15 Przetrwać asteroidę 21.10 Arktyka – dramat przyg., Islandia 2018, 65 min 22.15 Nasza zima zła (1) – dok. 23.20 Wielkie rzeki (1-3) – dok. 2.15 Potwory w głębin (1, 2) – film dok., Wielka Brytania 3.50 Arktyka – dram. przyg., Islandia 2018, 45 min 4.35 Nasza zima zła (1) – dok. 5.30 Likaony: stado vs. reszta świata 2 (2) – serial dok.	10.00 Najpiękniejsze trasy spacerowe (3) – dok. 11.00 Słynne indyjskie tygrysy 12.05 W okowach mrozu 3 (8) 13.05 Indie z Alexandrem Armstrongiem (1) – dok. 14.05 Najpiękniejsza droga Wielkiej Brytanii (3, 4) 16.10 Zdrowa zmiana 2 (9, 10) 17.20 David Attenborough i cuda natury 2 (9) – dok. 17.50 W okowach mrozu 3 (9) 18.50 Mroźna planeta (5, 6) 21.00 Słynne indyjskie tygrysy 22.05 W okowach mrozu 3 (10) 23.05 Ben Fogle na Cyprze 0.25 Zdrowa zmiana 2 (9, 10) 1.35 W okowach mrozu 3
TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD
15.00 Skrzydła i sieci. Niezwykły taniec w powietrzu (1) – dok. 16.00 Sekrety dzikich kwiatów (5) – serial dok. 17.05 Kultura miejska (5) 18.05 Sanatorium miłości 4 (5) 19.00 Tischner – film dok., Pol. 20.10 The Beatles na Stadionie Shea: tamte słowa, tamten dzień – dok., Fr./Rumunia 21.45 Tajemnice kulturowych seriali (2) – serial dokum. 22.45 Tamte lata, tamte dni 23.25 Jak przeżyliśmy naszą przyszłość – film dokum. 0.50 Sanatorium miłości 4 (4)	13.20 Kolaboranci Hitlera (1) 14.30 Zaginięte złoto II wojny światowej (5) – serial dok. 15.30 Poszukiwacze historii 15.50 I wojna światowa w łiczbach (5) – serial dok. 16.55 Hitlerowsy poszukiwanie skarbow 17.50 Skanowanie historii (5) 18.55 Koszty wojny (5) – dok. 20.05 Najśmieszniejsze napady (5, 6) – serial dokumentalny 22.00 Kosmos – niewyjaśnione tajemnice starożytności (9) – serial dokumentalny 22.55 Sekrety Biblij (5) – dok. 23.55 Kroniki Hitlera (9) – dok.	6.20 Drwal z Vancouver Island (5-9) – reality show 11.00 Kowboje z zimnych wód 2 (1-5) – serial dok. 16.00 Australijscy poszukiwacze złota 7 (11-15) – dok., Australia 21.00 Special Ops: Prawda (5, 6) – serial dokumentalny 22.10 Materia. Lwie serce (1) – film dokum., Polska 2023 23.05 Military ranking (5) – serial dok., Wlk. Bryt. 2016 0.15 Czarodziej z kanadyjskich złomowisk 2 (10-12) 2.40 Łowcy samochodów z Australii (1-4) – dok.	6.30 Tajemnice Adriatyku 9.30 Kleopatry: tajemnicza władczyni (1-4) – dok., Fr. 14.10 Królowe areny: kobiety-gładiatorki – film dok., Wielka Brytania 2025 15.25 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze 21.00 Wielkie konflikty: powstania i upadki cywilizacji (1, 2) – dok. 23.15 Sanxingdui: zaginione państwo – film dokum., Fr. 0.25 Naziści: korzenie zła (21-24) – serial dokum., Kan. 3.35 Swiata Hitlera (1) – dok. 4.35 Zakazana historia 7 (2)	16.00 Akta Fajbusiewicz (4) 16.30 Nastoletni polskie zabójczynie (1) – dok. 17.00 Zbrodnie: oszukać prawdę (5) – serial dokum. 18.00 Kobiety, które zabijają: wyznania z sądu (3) 19.00 Sprawa Iwony Wieworek (3) – film dok. 20.00 Chippendales: mroczne sekrety (3) – serial dok. 21.00 Nastoletni mordercy (4) 22.00 Najbardziej szokujące pójści 2 (13, 14) – dok. 23.00 Dowody zbrodni: krwawy Zachód (1) 23.55 Spowiedź seryjnego mordercy (1) – serial dok.
DISCOVERY SCIENCE HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD
8.00 Na tropach tajemnic (8) 9.00 Wyścigi po antyki – dok. 10.00 Skarby z szopy – klasyki 12.00 Łowcy starości (9) – dok. 13.00 Walka o bagaż (5, 6) 14.00 Tajemnice starożytnych mumii – serial dok., USA 15.00 Mistrzowie oręża – dok. 17.00 Tajemnice ziemi – Hiszpania (5) – dok. 18.00 Pogromca mitów w akcji – serial dok., USA 19.00 Na ratunek starcom (12, 13) – serial dok., USA 20.00 Podziemne sekrety 23.00 Nawiedzona Irlandia 1.00 Wielki zwindiel – dok. 2.00 Seryjni mordercy	13.35 Cały rok z pandą (2) 14.40 Supermoce roślin – dok. 15.50 Gustave Eiffel. Nie tylko wieża – film dokumentalny 17.00 Ginące rzemiosła Korei (3) – dok., Korea Południowa 18.00 Dokąd dzisiaj? 4 (63, 64) 18.40 Mam zamek 2 (4, 5) – dok. 19.45 Jimmy Somerville. „I Feel Love” – film dok. 20.45 Niezwykłe życie Buffy Saint-Marie – film dok. 22.30 Sekta (3) – serial dok., Fr. 23.10 Syndrom hawański. Kto pierze umysły Amerykanów? (1) – dok. 0.20 Jak oligarchowie korumpują Zachód (1)	14.00 Dzika przyroda Indii (1) 15.00 Dzikie Indie (1) – dok. 16.00 Bertie Gregory: bliskie spotkanie z motowatymi – dok. 17.00 Uwaga! Rekin! (1) – dok. 18.00 Kieżycove rekiny 19.00 Przedziwna planeta Ziemia (10) – serial dok. 20.00 Europa z powietrza (1) 21.00 Najgroźniejsi mieszkańcy Alaski (2) 22.00 Olsniwiająca Ameryka: Południowy Zachód (3) 23.00 Gorongosa: odzyskać raj – film dokumentalny, USA 0.00 Najgroźniejsze zwierzęta świata (8)	7.35 Dzikie Zachód (1-3) – dok. 10.50 Oaza Wielkiego Brata 14.45 Dzikie Namibia (1, 2) 17.00 Zwierzęta: maszyny doskonałe 2 (1) – dok. 18.05 Wspólna planeta (1) 19.15 Przetrwać asteroidę 21.10 Arktyka – dramat przyg., Islandia 2018, 65 min 22.15 Nasza zima zła (1) – dok. 23.20 Wielkie rzeki (1-3) – dok. 2.15 Potwory w głębin (1, 2) – film dok., Wielka Brytania 3.50 Arktyka – dram. przyg., Islandia 2018, 45 min 4.35 Nasza zima zła (1) – dok. 5.30 Likaony: stado vs. reszta świata 2 (2) – serial dok.	10.00 Najpiękniejsze trasy spacerowe (3) – dok. 11.00 Słynne indyjskie tygrysy 12.05 W okowach mrozu 3 (8) 13.05 Indie z Alexandrem Armstrongiem (1) – dok. 14.05 Najpiękniejsza droga Wielkiej Brytanii (3, 4) 16.10 Zdrowa zmiana 2 (9, 10) 17.20 David Attenborough i cuda natury 2 (9) – dok. 17.50 W okowach mrozu 3 (9) 18.50 Mroźna planeta (5, 6) 21.00 Słynne indyjskie tygrysy 22.05 W okowach mrozu 3 (10) 23.05 Ben Fogle na Cyprze 0.25 Zdrowa zmiana 2 (9, 10) 1.35 W okowach mrozu 3
DISCOVERY SCIENCE HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD
8.00 Na tropach tajemnic (8) 9.00 Wyścigi po antyki – dok. 10.00 Skarby z szopy – klasyki 12.00 Łowcy starości (9) – dok. 13.00 Walka o bagaż (5, 6) 14.00 Tajemnice starożytnych mumii – serial dok., USA 15.00 Mistrzowie oręża – dok. 17.00 Tajemnice ziemi – Hiszpania (5) – dok. 18.00 Pogromca mitów w akcji – serial dok., USA 19.00 Na ratunek starcom (12, 13) – serial dok., USA 20.00 Podziemne sekrety 23.00 Nawiedzona Irlandia 1.00 Wielki zwindiel – dok. 2.00 Seryjni mordercy	13.35 Cały rok z pandą (2) 14.40 Supermoce roślin – dok. 15.50 Gustave Eiffel. Nie tylko wieża – film dokumentalny 17.00 Ginące rzemiosła Korei (3) – dok., Korea Południowa 18.00 Dokąd dzisiaj? 4 (63, 64) 18.40 Mam zamek 2 (4, 5) – dok. 19.45 Jimmy Somerville. „I Feel Love” – film dok. 20.45 Niezwykłe życie Buffy Saint-Marie – film dok. 22.30 Sekta (3) – serial dok., Fr. 23.10 Syndrom hawański. Kto pierze umysły Amerykanów? (1) – dok. 0.20 Jak oligarchowie korumpują Zachód (1)	14.00 Dzika przyroda Indii (1) 15.00 Dzikie Indie (1) – dok. 16.00 Bertie Gregory: bliskie spotkanie z motowatymi – dok. 17.00 Uwaga! Rekin! (1) – dok. 18.00 Kieżycove rekiny 19.00 Przedziwna planeta Ziemia (10) – serial dok. 20.00 Europa z powietrza (1) 21.00 Najgroźniejsi mieszkańcy Alaski (2) 22.00 Olsniwiająca Ameryka: Południowy Zachód (3) 23.00 Gorongosa: odzyskać raj – film dokumentalny, USA 0.00 Najgroźniejsze zwierzęta świata (8)	7.35 Dzikie Zachód (1-3) – dok. 10.50 Oaza Wielkiego Brata 14.45 Dzikie Namibia (1, 2) 17.00 Zwierzęta: maszyny doskonałe 2 (1) – dok. 18.05 Wspólna planeta (1) 19.15 Przetrwać asteroidę 21.10 Arktyka – dramat przyg., Islandia 2018, 65 min 22.15 Nasza zima zła (1) – dok. 23.20 Wielkie rzeki (1-3) – dok. 2.15 Potwory w głębin (1, 2) – film dok., Wielka Brytania 3.50 Arktyka – dram. przyg., Islandia 2018, 45 min 4.35 Nasza zima zła (1) – dok. 5.30 Likaony: stado vs. reszta świata 2 (2) – serial dok.	10.00 Najpiękniejsze trasy spacerowe (3) – dok. 11.00 Słynne indyjskie tygrysy 12.05 W okowach mrozu 3 (8) 13.05 Indie z Alexandrem Armstrongiem (1) – dok. 14.05 Najpiękniejsza droga Wielkiej Brytanii (3, 4) 16.10 Zdrowa zmiana 2 (9, 10) 17.20 David Attenborough i cuda natury 2 (9) – dok. 17.50 W okowach mrozu 3 (9) 18.50 Mroźna planeta (5, 6) 21.00 Słynne indyjskie tygrysy 22.05 W okowach mrozu 3 (10) 23.05 Ben Fogle na Cyprze 0.25 Zdrowa zmiana 2 (9, 10) 1.35 W okowach mrozu 3
DISCOVERY SCIENCE HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD
8.00 Na tropach tajemnic (8) 9.00 Wyścigi po antyki – dok. 10.00 Skarby z szopy – klasyki 12.00 Łowcy starości (9) – dok. 13.00 Walka o bagaż (5, 6) 14.00 Tajemnice starożytnych mumii – serial dok., USA 15.00 Mistrzowie oręża – dok. 17.00 Tajemnice ziemi – Hiszpania (5) – dok. 18.00 Pogromca mitów w akcji – serial dok., USA 19.00 Na ratunek starcom (12, 13) – serial dok., USA 20.00 Podziemne sekrety 23.00 Nawiedzona Irlandia 1.00 Wielki zwindiel – dok. 2.00 Seryjni mordercy	13.35 Cały rok z pandą (2) 14.40 Supermoce roślin – dok. 15.50 Gustave Eiffel. Nie tylko wieża – film dokumentalny 17.00 Ginące rzemiosła Korei (3) – dok., Korea Południowa 18.00 Dokąd dzisiaj? 4 (63, 64) 18.40 Mam zamek 2 (4, 5) – dok. 19.45 Jimmy Somerville. „I Feel Love” – film dok. 20.45 Niezwykłe życie Buffy Saint-Marie – film dok. 22.30 Sekta (3) – serial dok., Fr. 23.10 Syndrom hawański. Kto pierze umysły Amerykanów? (1) – dok. 0.20 Jak oligarchowie korumpują Zachód (1)	14.00 Dzika przyroda Indii (1) 15.00 Dzikie Indie (1) – dok. 16.00 Bertie Gregory: bliskie spotkanie z motowatymi – dok. 17.00 Uwaga! Rekin! (1) – dok. 18.00 Kieżycove rekiny 19.00 Przedziwna planeta Ziemia (10) – serial dok. 20.00 Europa z powietrza (1) 21.00 Najgroźniejsi mieszkańcy Alaski (2) 22.00 Olsniwiająca Ameryka: Południowy Zachód (3) 23.00 Gorongosa: odzyskać raj – film dokumentalny, USA 0.00 Najgroźniejsze zwierzęta świata (8)	7.35 Dzikie Zachód (1-3) – dok. 10.50 Oaza Wielkiego Brata 14.45 Dzikie Namibia (1, 2) 17.00 Zwierzęta: maszyny doskonałe 2 (1) – dok. 18.05 Wspólna planeta (1) 19.15 Przetrwać asteroidę 21.10 Arktyka – dramat przyg., Islandia 2018, 65 min 22.15 Nasza zima zła (1) – dok. 23.20 Wielkie rzeki (1-3) – dok. 2.15 Potwory w głębin (1, 2) – film dok., Wielka Brytania 3.50 Arktyka – dram. przyg., Islandia 2018, 45 min 4.35 Nasza zima zła (1) – dok. 5.30 Likaony: stado vs. reszta świata 2 (2) – serial dok.	10.00 Najpiękniejsze trasy spacerowe (3) – dok. 11.00 Słynne indyjskie tygrysy 12.05 W okowach mrozu 3 (8) 13.05 Indie z Alexandrem Armstrongiem (1) – dok. 14.05 Najpiękniejsza droga Wielkiej Brytanii (3, 4) 16.10 Zdrowa zmiana 2 (9, 10) 17.20 David Attenborough i cuda natury 2 (9) – dok. 17.50 W okowach mrozu 3 (9) 18.50 Mroźna planeta (5, 6) 21.00 Słynne indyjskie tygrysy 22.05 W okowach mrozu 3 (10) 23.05 Ben Fogle na Cyprze 0.25 Zdrowa zmiana 2 (9, 10) 1.35 W okowach mrozu 3
DISCOVERY SCIENCE HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD
8.00 Na tropach tajemnic (8) 9.00 Wyścigi po antyki – dok. 10.00 Skarby z szopy – klasyki 12.00 Łowcy starości (9) – dok. 13.00 Walka o bagaż (5, 6) 14.00 Tajemnice starożytnych mumii – serial dok., USA 15.00 Mistrzowie oręża – dok. 17.00 Tajemnice ziemi – Hiszpania (5) – dok. 18.00 Pogromca mitów w akcji – serial dok., USA 19.00 Na ratunek starcom (12, 13) – serial dok., USA 20.00 Podziemne sekrety 23.00 Nawiedzona Irlandia 1.00 Wielki zwindiel – dok. 2.00 Seryjni mordercy	13.35 Cały rok z pandą (2) 14.40 Supermoce roślin – dok. 15.50 Gustave Eiffel. Nie tylko wieża – film dokumentalny 17.00 Ginące rzemiosła Korei (3) – dok., Korea Południowa 18.00 Dokąd dzisiaj? 4 (63, 64) 18.40 Mam zamek 2 (4, 5) – dok. 19.45 Jimmy Somerville. „I Feel Love” – film dok. 20.45 Niezwykłe życie Buffy Saint-Marie – film dok. 22.30 Sekta (3) – serial dok., Fr. 23.10 Syndrom hawański. Kto pierze umysły Amerykanów? (1) – dok. 0.20 Jak oligarchowie korumpują Zachód (1)	14.00 Dzika przyroda Indii (1) 15.00 Dzikie Indie (1) – dok. 16.00 Bertie Gregory: bliskie spotkanie z motowatymi – dok. 17.00 Uwaga! Rekin! (1) – dok. 18.00 Kieżycove rekiny 19.00 Przedziwna planeta Ziemia (10) – serial dok. 20.00 Europa z powietrza (1) 21.00 Najgroźniejsi mieszkańcy Alaski (2) 22.00 Olsniwiająca Ameryka: Południowy Zachód (3) 23.00 Gorongosa: odzyskać raj – film dokumentalny, USA 0.00 Najgroźniejsze zwierzęta świata (8)	7.35 Dzikie Zachód (1-3) – dok. 10.50 Oaza Wielkiego Brata 14.45 Dzikie Namibia (1, 2) 17.00 Zwierzęta: maszyny doskonałe 2 (1) – dok. 18.05 Wspólna planeta (1) 19.15 Przetrwać asteroidę 21.10 Arktyka – dramat przyg., Islandia 2018, 65 min 22.15 Nasza zima zła (1) – dok. 23.20 Wielkie rzeki (1-3) – dok. 2.15 Potwory w głębin (1, 2) – film dok., Wielka Brytania 3.50 Arktyka – dram. przyg., Islandia 2018, 45 min 4.35 Nasza zima zła (1) – dok. 5.30 Likaony: stado vs. reszta świata 2 (2) – serial dok.	10.00 Najpiękniejsze trasy spacerowe (3) – dok. 11.00 Słynne indyjskie tygrysy 12.05 W okowach mrozu 3 (8) 13.05 Indie z Alexandrem Armstrongiem (1) – dok. 14.05 Najpiękniejsza droga Wielkiej Brytanii (3, 4) 16.10 Zdrowa zmiana 2 (9, 10) 17.20 David Attenborough i cuda natury 2 (9) – dok. 17.50 W okowach mrozu 3 (9) 18.50 Mroźna planeta (5, 6) 21.00 Słynne indyjskie tygrysy 22.05 W okowach mrozu 3 (10) 23.05 Ben Fogle na Cyprze 0.25 Zdrowa zmiana 2 (9, 10) 1.35 W okowach mrozu 3

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TVN STYLE HD
14.20 Janosik (13-ost.) – serial przyg., Polska 15.10 Joanna Kołaczkowska – królowa kabaretu – program rozrywkowy 16.15 Niedziela z... – kult. 17.05 Ja wam pokażę! (10) – serial obycz., Polska 17.55 Teleexpress 18.15 Kabaretomaniacy (65) – pr. rozrywk. 19.10 63. KFPP w Opolu – Kiedy mnie już nie będzie... W hołdzie Magdzie Umer i Agnieszce Osieckiej (1) – koncert 20.10 Program informacyjny 19.30 20.40 Pogoda	13.40 Prywatne życie zwierząt 14 (8) 14.10 Przyrodnik na tropie (37) – dok. 14.45 Olga Lipińska zaprasza (9) 15.30 Program rozrywkowy 15.45 Moje przeboje (11) 16.20 Omnibus – szybcy i mądrzy (3) – telet. 16.50 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (3) 17.10 Omnibus – szybcy i mądrzy (4) – telet. 17.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (4) 18.00 Koło fortuny (2046) 18.40 Szansa na sukces. Opole 2026 (3)	6.00 Komisarz Mama (19, 20) – serial krym. 8.00 Bogaty dom – biedny dom (139) 9.00 Rolniczek (13, 14) – serial dok., Pol. 2025 11.00 Działkowcy (5) – dok. 12.00 Najpiękniejsze domy na wsi (1) – serial dok., Pol. 2024 13.00 Bogaty dom – biedny dom (140) 14.00 Nasz nowy dom (319) – reality show 15.05 Demakijaż (220, 221) – program rozrywkowy 16.00 Bogate dzieciaki bez kasy (1, 2) – reality show 18.00 Nasz nowy dom (320, 321) – reality show, Polska	7.00 Ewa gotuje (474) 7.30 Nieznane zdjęcia Hitlera (4) – serial dok. 8.30 Kultowe pociągi – najwspanialsze podróże koleją 9.40 Galileo (1178, 1179) 11.40 Mini Galileo (106) 11.55 Czas ostateczny: – film sensacyjny, USA/Kanada 2014, 135 min 14.10 Doktor Dolittle – komedia, USA 1998, 110 min 16.00 Jaś Fasola: FILM Nadciąga totalny kataklizm – komedia, Wielka Brytania/USA 1997, 115 min 17.55 Uroczysko (171-174) – serial krym., Polska	12.10 Zakup w ciemno 3 (36) – reality show 13.10 Zakup w ciemno extra (30) 13.40 Damy i wieśniaczki. PL 5 (1) – fab.-dok. 14.40 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (11) 15.45 Express – pr. inform. 16.05 Idź na całość 2 (11) 17.10 Życie na kredycie 8 (7) – reality show 17.45 Express – pr. inform. 18.00 Pogoda, sport 18.10 Życie na kredycie 8 (8) – reality show 18.45 Żony Podlasia 3 (5) 19.45 Express – pr. inform. 20.00 Zakup w ciemno 7 (30) – reality show 21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (10)	5.15 I nie opuścisz Cię aż do ślubu (3) 5.55 Rajską posiadłość Pameli Anderson (6) – dok., Kanada/Niemcy 6.50 Będzie pięknie (5) 7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn 11.30 Kuchenne rewolucje (2) – rozr. 12.30 Babski biznes (5) 13.30 Jestem z Polską 16 (18, 15, 19) – dok., Pol. 16.35 Bitwa o gości (9) – reality show 17.35 Do zobaczenia (8) – mag. poradnikowy 18.10 Ugotowani (9) – pr. kulin.-rozrywk. 19.10 Kuchenne rewolucje (6, 7) – program rozrywkowy
KRYMINALNY	ROZRYWKOWY	REALITY SHOW	KRYMINALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY
20.50 Komisarz Alex 23 (284) – Polska 2025 Licealistka Pola ginie pod kołami pociągu. Alex zauważa w pobliżu miejsca zdarzenia zakapturzoną postać. Wraz z Kozarą ruszają w pościg. 21.40 Lato z Radium i Telewizją Polską – widowisko 23.40 N jak Neo-Nówka (1) 0.40 Ja wam pokażę! (10) 1.30 Program informacyjny 19.30 2.00 Pogoda 2.05 Zatoka szpiegów (8) 2.55 Lato z Radium i Telewizją Polską	19.45 N jak Neo-Nówka (1) Członkowie wrocławskiego kabaretu wzięli się do improvizacji, wcielając się w prezenterów telewizyjnych. Przedstawia najbardziej absurdalne doniesienia z kraju. 20.50 Kocham Cię, Polsko! (6) – program rozrywk. 22.25 Postaw na milion 0.20 Koło fortuny (2046) 1.00 Omnibus – szybcy i mądrzy (3) – telet. 1.30 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (3) 1.45 Omnibus – szybcy i mądrzy (4) – telet.	20.00 Bogate dzieciaki bez kasy (34) – Polska Nastoletnia Roksana korzysta z indywidualnego toku nauczania, pomaga mamie w prowadzeniu butiku i zarabia przez afiliację. Zamieszkała w samotnej matki Beaty. 21.00 Gry małżeńskie (210) – reality show 22.00 Kolacja w ciemno (87) – pr. rozrywk. 23.00 Gry małżeńskie (148, 149) 1.00 Kolacja w ciemno (10, 11) – pr. rozrywk. 3.05 Wieżenie kobiet (9, 10) – serial dokum.	20.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1004-1007) – Pol. 2026 Kalicka i Rosa prowadzą dochodzenie dotyczące śmierci nastoletniej Natalii, której ciało znaleziono w stajni podczas zawodów jeździeckich. 0.05 STOP Drogowka 1.05 Polowanie na Hitlera (3, 4) – dok. 3.05 Interwencja – mag. 3.25 Lubie disco! (275) 4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz. 5.30 Telezakupy TV Okazje	22.00 Żony Podlasia 3 (6) – Polska 2025 Smutna Benia pomaga przy żniwach. Marcin i jego synowie postanawiają ją rozweselić. Aldona wybiera się z bliskimi na ryby. Gała z Krysią jadą do Michałowa po grzałkę. 23.00 Nic do zgłoszenia 5 (4) – serial dokum., Pol. 0.00 Damy i wieśniaczki. PL 6 (17) – fab.-dok. 1.00 Kanapowcy 5 (4) 2.00 SOS. Ekipy w akcji (9, 10) – paradok., Pol. 3.35 Sędzia Anna Maria Wesołowska (513) 4.20 Szpital (602)	21.05 Kate. Narodziny księżnej (1/3) – 2025 Autorzy prezentują szczegóły życia Kate Middleton, od czasów dzieciństwa aż po związek z księciem Williamem. Ujawniają m.in., gdzie zdobywała wykształcenie. 22.10 EuroPOLKI studentki (2) – rozr. 23.10 Cały jej świat (9) 0.10 Kobieta na krańcu świata (2) – dok., Pol. 1.10 Domy z potencjałem: Nowa odsłona (1) 2.15 Nieoczywiste miejsca (2, 11) – dok.
TVP HD	TVP HD	ZOOM	TLC	C+ KUCHNIA HD	TVN TURBO HD
8.55 Ojciec Mateusz 20 (258, 259) – krym., Pol. 2018 10.45 Czy wiesz, że? (285) 11.20 Na sygnale (646, 647) 12.25 Ojciec Mateusz 6 (74) 13.20 Komisarz Alex 3 (38) 14.15 Ranczo 6 (75, 76) – obycz. 16.10 Postaw na milion – telet. 17.10 Okrasa łamie przepisy 17.45 Maklowicz w podróży 18.20 Ojciec Mateusz 25 (317) 19.20 Ranczo 7 (82-84) – obycz. 22.20 Czarny mercedes – film kryminalny, Polska 2019, 135 min 0.35 Jan Serce (1, 2) – obycz. 3.00 Pozdrowienia z Paryża – sens., Fr. 2010, 100 min	8.05 Przy muzyce po Śląsku 8.35 Muzyczne dzieło 9.35 Przy muzyce po Śląsku 10.45 Klachy i Lachy – pr. rozr. 11.15 Spotkanie z balladą 12.20 Hansi Hinterseer zaprasza – pr. rozrywk. 14.30 Śląska karuzela – muz. 16.00 Koncert życzeń 17.50 Szlagierowa lista – muz. 19.45 Koncert w TVS – pr. muz. 21.45 Rosamunde Pilcher: Upragnione dziecko – dramat obyczajowy, Niemcy 2023, 110 min 23.35 Śląska karuzela – muz. 1.20 Program kulinarny 2.50 Pasma ciekawostek	9.35 Wojciech Cejrowski – bosy przez świat 11.45 Cztery pancerni i pies (1, 2) – wojenny, Pol. 1966 14.30 Gang Olsena nigdy się nie poddaje – komedia sens., Dania 1979, 140 min 16.50 Dymno: Więcej niż magia (3, 4) – serial dokum. 18.50 Kabaretowe przeboje 4 20.00 Hity polskiego kabaretu 7 (7, 10, 9) – rozr. 23.00 Magia nagości. Najsmakowniej kaski 0.00 Adam szuka Ewy. Niemcy (3) – pr. rozrywk. 1.00 Magia nagości. Finlandia 4 (4) – pr. rozr.	11.00 Wiza na miłość: znowu do złości 5 13.00 Wiza na miłość: znowu do złości. Między spórmi – reality show 14.00 Włoskie zdrady (19, 20) 15.00 Miłość za granicą 16.00 Wiza na miłość: ostatnia szansa 2 – reality show 17.00 Wiza na miłość: ostatnia szansa – reality show 18.00 100 kucharzy 19.00 Megakuchery: Brazylia 20.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show 21.00 Wiza na miłość 12 23.00 Skórce na ratunek 8 0.00 Dr Przyszczyla – kulisy	16.35 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2 16.50 Z pola na stoł (5) – dok. 17.15 U sąsiadów w kuchni 16 (9, 10) – serial dok., Niemcy 18.25 Jakubiak rozgrzyza Tajlandię i Kambodżę (1, 2) – serial dok., Pol. 2023 19.20 Jakubiak rozgrzyza Wietnam (1) – mag. kulin. 19.45 Dzień dobry, obiad 2 20.40 M jak mięso 4 (1, 2) – dok. 21.30 Wszystkie smaki fermentacji (4) – dok. 22.05 Podróż przez smaki Chin 2 (1) – serial dokum. 23.00 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 8 (2)	9.30 Jeździć, obserwować (7) 10.15 Z drugiej ręki (3, 4) – mag. 11.45 Naprawy nie do naprawy (3) – mag. 12.30 Wojny samochodowe 14.30 Zawodowy handlarz (8) 15.15 Cieżarówka przez Chile 16.15 Moto kombat (1, 2) 17.45 Raport końcowy (825) 18.10 Cieżarówka przez Stany 21.10 Wojny samochodowe (7) 22.10 Z drugiej ręki (3) – mag. 22.55 Naprawy nie do naprawy (3) – mag. 23.40 Cieżarówka przez Chile (2) – program rozrywkowy 0.40 Prawko na świecie. Jazda bez zasad (2) – rozr.
NOVA	METRO	ANTENA HD	WP	C+ DOMO HD	HGTV HD
8.20 Frieren. In kresu drogi 9.30 Dragon Ball Super (65-71) 13.00 One Punch Man (1, 2) 14.00 Kabaret na dobry wieczór. Paranie normalni Show 16.00 Nowa Rewia Kabaretowa (16, 17) 18.00 Kabaret na żywo. Przystanek Radość (4) 20.00 Nowa Rewia Kabaretowa (13) – pr. rozr. 21.00 Zdrady (80-83) – paradok. 1.00 Łowca pedofilów 3.00 TV okazje (91, 92) 3.50 Wehikuł czasu (705, 704) 4.00 Sala operacyjna (9, 6) 5.00 Pod lupą MIGACZ (1, 2)	9.50 The Floor (9, 10) – telet. 11.10 Footloose – film muz., USA 2011, 140 min 13.30 Diagnoza (6, 7) – obycz. 15.30 Kryminalni 2 (8-10) 18.50 Milionerzy (621, 622) 20.00 Yellowstone (4, 5) 22.00 Millerowie – komedia kryminalna, USA/Wielka Brytania 2013, 125 min 0.05 Zbrodnie z pierwszych stron gazet (5) – dok. 1.10 Szpital (774) – paradok. 2.10 Szkoła (527, 528) 3.40 Nowa Maja w ogrodzie 4 (25, 26) 4.30 Osadzone. Blok F (2) 4.55 Złomowisko PL 6 (2)	8.15 Papież: Najpotężniejszy człowiek w historii (4) 9.10 Co Polak potrafi na drodze? (7) – pr. rozr. 10.15 Nostradamus: proroctwa na XXI wiek 12.05 Polska. Największe tajemnice (7, 8) – pr. rozr. 14.05 Łowcy skarbów 3 (2-5) 18.00 77 TV 5 (18) – pr. rozrywk. 19.00 77 TV 4 (18) – pr. rozrywk. 20.00 Alex Hugo – górski detektyw (27, 28) – krym. 0.10 Zabójca z autostrady – reż. Allan Kroeker, 105 min 1.55 Nostradamus: proroctwa na XXI wiek	11.00 Pogoda 11.05 Whitney Houston: rodzinna tragedia – dok. 13.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4 (7) 14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (17) – dok. 15.00 Strażacy z sąsiedztwa 2 16.55 Policjanci w akcji (7) 17.00 Pogoda 17.00 Policjanci z sąsiedztwa 2 (3-7) 22.00 Pogoda 22.05 Mistrzowie Kabaretu 10 (4) – program rozrywkowy 23.05 Mistrzowie Kabaretu 11 (1) – program rozrywkowy 0.05 Przebojowe kabarety (3)	12.30 Ucieczka na wieś 24 14.10 Wielkie projekty: Australia 12 (1) – dok. 15.15 Luksusowa ucieczka 6 16.15 Adres: rezydencje marzeń (5) – serial dok. 17.15 Bitwa o wnętrza (1) 18.10 Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie 7 (8) 18.35 Daleko od miasta 13 (10) 19.00 Ucieczka na wieś 22 21.00 Pomocy! Kupiliśmy wioskę (17, 18) – dok. 22.50 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo (1, 2) – dok., Kan. 0.35 Kupiliśmy sobie zamek – damy radę (1) – dok.	12.05 Polowanie na ogród 4 (4) 14.20 Letnia chata na lata 3 14.30 Złoty remont 4 (4) – rozr. 15.30 Będzie pięknie (8) – rozr. 16.35 Weekendowa metamorfoza 5 (7) – rozr. 17.35 Kamera, akcja, wpadka! (13-15) – program rozrywk. 19.15 Kolekcjonerski obłęd wart miliony (1, 2) – rozr. 20.20 House Hunters – Poszukiwacze domów 5 (1, 2) – pr. rozr. 21.25 Dorota inspiruje (1, 2) 23.20 Najgorętsze nieruchomości pod słońcem (9, 10) – dok. 0.25 Sprzątaczkę (10-12)

POLSAT 2 HD	SUPER POLSAT DVB-T2	TV 6 DVB-T	BBC FIRST HD	STACJE DZIECIĘCE	STACJE INFORMACYJNE
5.50 Wydarzenia 6.30 Sekrety rodziny (153) – serial paradokum., Pol. 2020 7.30 Z klimatem i z pasją (248) – program publicystyczny 8.00 Sekrety rodziny (154) – serial paradokum., Pol. 2020 9.00 Trudne sprawy (982-986) – serial paradokum., Pol. 2020 14.00 Sekrety rodziny (155) – serial paradok. 15.05 Więzienie kobiet (117-119) – serial dokumentalny, Polska 16.30 Nasz nowy dom (365) – reality show 17.40 Awantura o kasę – teleturniej SENSACYJNY	6.05 Wydarzenia 6.40 SuperLudzie (39) – serial dok., Pol. 2019 7.15 Była sobie Ziemia (1-5) – serial anim., Fr. 9.50 SuperMocni (4) – magazyn sportowy 10.25 Małe kobietki (154) – melodramat, USA 2019, reż. Greta Gerwig, 160 min 13.05 Kupiliśmy zoo – komediodramat, USA 2011, reż. Cameron Crowe, 170 min 15.55 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii 18.25 Świat według Kiepskich (550) – serial kom., Pol. 2019 19.00 Randka w ciemno (3, 4) – pr. rozrywk. DRAMAT SENSACYJNY	6.00 Columbo (17, 18) – serial kryminalny, USA 1973 10.05 Poirot (7, 8) – serial kryminalny, Wielka Brytania 1991 12.25 Teoria spisku – film sensacyjny, USA 1997, reż. Richard Donner, wyk. Mel Gibson, Julia Roberts, Patrick Stewart, Cyk Cozart, 155 min 15.00 Policjanci i Policjanci (233-235) – serial obyczajowy, Polska 18.00 Strażnik Teksasu (9, 10) – serial sensacyjny, USA 1998-1999 KRYMINALNY	6.00 Ojciec Brown 6 (6, 7) – krym., Wlk. Bryt. 2018 7.35 Detektyw z Chelsea (4) – serial kryminalny 8.35 Śmierć z dala od palm (2) – serial krym. 9.40 Lewis 9 (5, 6) – krym. 11.45 Duchy (1-3) – kom. 13.45 Śmierć pod palmami 15 (8) – serial kryminalny 14.55 Ojciec Brown 11 (2) – krym., Wlk. Bryt. 2024 15.55 Tajemnice Brokenwood 12 (1) – krym., Nowa Zelandia 17.50 Ulica nadziei 5 (8) – krym., Wlk. Bryt. 2026 18.50 Detektyw z Chelsea (4) – serial kryminalny 19.50 Śmierć pod palmami (1) – krym. KRYMINALNY	7.05 Agatka (4, 5) – anim. 7.30 Małe i duże przygody Miffy (9) 7.40 Prys i Bill (10) – anim. 7.50 Czarodziejskie miasteczko Pinokia (8) – serial animowany 8.10 Piotruś Królik 8.35 Wegezaury 2 (9) 8.40 Świnka Peppa 9.00 Tygrysek Percy i jego opowieści 9.30 Ziarno – pr. dla dzieci 10.00 Go-tu-jemy (6, 8) 10.20 Bolek i Lolek na wakacjach (8, 9) 10.45 Rodzina Trefików 2 (17, 18) – serial anim. 11.10 Odo (25-27) – anim. 11.35 Stacyjkowo 11.55 Pszczołka Maja (9) 12.25 Studio Stołola (4) EDUKACYJNY	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 Łoza prasowa – program publicyst. 12.50 Ewa Ewart poleca: Dokument w TVN 24 14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 15.45 Kadr na Kino – mag. 16.00 Fakty po południu – program inform. 18.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 19.10 Serwis informacyjny 19.25 Fakty po Faktach – program inform. INFORMACYJNY
					
20.00 Życzenie śmierci FILM – USA 2018, 130 min Żona i córka doktora Paula Kerseyja zostają napadnięte w domu. Wobec bezsilności policji lekarz postanawia sam wymierzyć sprawiedliwość. 22.10 Strzelec wyborowy FILM – sens., USA/Rumunia 2005, 130 min 0.20 #Jesteśmy dla dzieci – magazyn 0.45 Kabaretowa Ekstraklasa (65) 1.05 Wydarzenia 1.45 Oblicza Ameryki 2.10 Komisarz Mama (4) 3.10 SuperLudzie (35)	21.00 Na linii ognia FILM – USA 1993, 150 min Były ochroniarz Kennedy'ego, Frank Horrigan, dowiaduje się, że zawodowy zabójca Mitch Leary planuje zamach na prezydenta. Postanawia zatrudnić się w obstawie polityka. 23.30 Boogeyman – horror, Kanada/USA 2023, reż. Rob Savage, 135 min 1.45 Backdoor. Wyjście awaryjne (1) – kom. 2.15 Świat według Kiepskich (380-382) – serial kom., Pol. 2012 3.50 Nasz nowy dom (245, 246)	20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (45, 46) – USA Na plaży w Miami rozbija się mały samolot. Ginie pilot. Horatio znajduje ślady substancji używanej przy produkcji kokainy. Próbuje sprawdzić, czy był to sabotaż. 21.55 Kości (109, 110) – serial kryminalny 23.50 Resident Evil: Zaświaty – horror, Niemcy/Francja/Wielka Brytania 2010, 125 min 1.55 Krejzi patrol (27) 2.25 Kochane pieniądze (3-5) – serial paradok.	21.00 Tajemnice Brokenwood 12 (2) Grupa detektywów zajmuje się śledztwem dotyczącym śmierci małżonki nowego pastora, który niedawno objął parafię w Brokenwood. 22.55 Annika (2) – serial krym., Wlk. Bryt. 2021 0.00 Na niebieskich świątlach 3 (3, 4) – krym., Wlk. Bryt. 2025 2.15 Tajemnice Brokenwood 12 (2) – krym., Nowa Zelandia 4.10 Ulica nadziei 5 (8) – krym., Wlk. Bryt. 2026 4.55 Duchy (1, 2) – kom.	13.00 Zwierzaki Czytaki (172) Szymek odczuwa wieki głód czytelniczy. Michał otwiera bibliotekę w Jagodowie. 13.20 Tru i Tęczowe Królestwo (9) – anim. 13.45 Świnka Peppa 6 (25, 26) – serial anim. 13.55 Świnka Peppa (7) 14.10 Papaj Lucas 2 (17, 18) 14.30 Oli i Luna (17, 18) 14.55 Oktonauci (17, 18) 15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (9) – mag. 15.40 Billy – chomik, który został kowbojem 16.05 Pat i świat (25-27)	20.00 W kuluarach Prowadzący program: Agata Adamek, Piotr Krasoń oraz Radomir Wit, podsumowują najważniejsze wydarzenia minionego tygodnia. 21.30 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 22.00 Szkoła kontaktowe 23.00 Dzień po dniu – mag. 0.00 Fakty po Faktach 0.50 Kawa na ławę 2.05 Nowa Maja w ogrodzie – mag. 2.25 Szkoła kontaktowe 3.10 Nic do zgłoszenia – serial dok., Pol. 2019 3.55 Fakty po Faktach
POLSAT PLAY HD 6.00 Dorwać tuńczyka 8.55 Kolowrotek (234) – mag. 9.25 Taaaka ryba (118) – mag. 10.00 Jazdy na ryby! 10.55 Chłopaki do wzięcia 13.00 Zawód glina (1) – dok. 13.55 Budowlancy (55, 56) 15.00 Złomiarze (53) – dok., Pol. 16.00 Polacy za granicą 18.05 Górale (162-166, 236) 21.05 Chłopaki do wzięcia (469, 470) – serial dokum. 22.00 Drwale i inne opowieści Bieszczadów (233) – dok. 22.30 Łowca pedofilów (244) 23.00 Więzienie (229, 218) – dok. 0.05 Tajna historia XX wieku 4.05 Starożytni kosmici	FOOD NETWORK HD 8.55 Wakacyjny turniej wypieków (1) 9.55 Dieta czy cud? (6) – mag. 10.40 Wiem, co jem na diecie 11.45 24/24 (1) – maraton kulin. 13.45 Kuchenne rewolucje 15.50 Kuchnia jak u mamy 17.00 Symon gotuje w ogrodzie (5, 6) – mag. 18.10 MasterChef (9) – pr. rozr. 19.35 Dziwaczne potrawy (1) 20.10 Pojedynk na grille (1) 21.40 Miasto smaków Guya Fieriego (2) – reality show 22.45 Najlepszy smak w mieście (1) – serial dok. 23.45 Perfekcyjni gospodarze 9 (30, 31)	POLSAT RODZINA HD 11.25 Tajemnice zamków (1) 12.30 Co ludzie powiedzą? (33-35) – serial komediowy 14.30 Niezwykłe pociągi 16.30 Świat z góry 6 (1, 2) 17.50 Sąsiedzi (29) – serial anim. 18.05 Pingwin z Madagaskaru 3 (2, 3) 19.00 Ania z Zielonego Wzgórza (1/2) – film obyczajowy, Kanada/RFN/USA 1985, 120 min 21.00 Miódowe lata (78) – kom. 22.00 Twoja Twarz Brzmi Znamo (176) – pr. rozr. 0.00 Tajemnice zamków (1) 1.00 Walka o światową dominację – film dokum.	BBC LIFESTYLE HD 6.00 Jak mądrze schudnąć? 4 6.50 Najlepsze hotele Indii 8.50 Najbardziej luksusowe wakacje świata (1, 2) 10.50 Mistrzowie ceramiki 4 14.00 Wielkie amerykańskie wypieki 6 (6, 7) – pr. rozr. 16.45 Winnice Australii i Gary Barlow (2, 3) – serial dok. 18.45 Najpiękniej ukryte hotele 2 (4) – serial dokum. 19.45 Mistrzowie szycia 11 22.00 Oblicza seksu 2 (2, 3) 0.00 Wystylidne choroby: Nastolatki 2 (3, 4) – dok. 2.00 Mistrzowie szycia 11 3.50 Wielkie amerykańskie wypieki 6 (6, 7) – pr. rozr.	NICK JR. HD 16.00 Świnka Peppa 5 (5) 16.10 Świnka Peppa 3 (5) 16.15 Świnka Peppa (13-15) 16.40 Psi Patrol 4 (6) – anim. 17.00 Rubble i jego ekipa 2 (21) 17.30 Pan Krokodyl (2) – anim. 18.00 Barbapapa i jego rodzinka (24) – serial anim. 18.30 Tim Rex wśród gwiazd 18.55 Przygody Misia Paddingtona 2 (27) 19.25 Przygody Misia Paddingtona (23, 3) 20.01 Świnka Peppa 20.30 Małe Królestwo Bena i Holly (9) – serial anim. 21.00 Barbapapa i jego rodzinka (2-4) – anim., Fr.	POLSAT NEWS HD 15.30 Sport, pogoda 15.50 Wydarzenia 15:50 16.30 W rytmie dnia – serwis informacyjny 17.30 Z drugiej strony – publ. 18.35 Debaty polityczne – publ. 19.15 Gość „Wydarzeń” – publ. 19.40 Śniadanie Rymanowskiego w Polsat News i Interii 20.45 Pogoda 20.10 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
Kobieta DVB-T2 13.00 63. FKPP w Opolu – Autobiografia. Jubileusz Bogdana Olewicza – koncert 14.00 Rodzinka.pl (146, 147) 15.00 Podróże Małej i Dużej 6 15.30 Ojciec Mateusz (1, 2) 17.25 Tajemnice kulturowych seriali (5) – serial dokum. 18.30 Daję słowo – Maciej Orłoś (6) – talk-show 19.30 Miłość i nadzieja (295) 20.30 Wichrowe wzgórza (276) – serial obycz., Turcja 2024 21.30 Cztery pory roku w Hawanie (6) – krym. 22.30 Eiffel – dramat biograf., Fr./Bel./Niemcy 2021, 120 min	E! ENTERTAINMENT HD 8.50 Tyler Henry – medium z Hollywood (19) – pr. rozr. 10.40 Plastikowa fuszarka 12.30 Z kamerą u Kardashianów (21, 1) 14.20 Tyler Henry – medium z Hollywood (21) – pr. rozr. 16.10 Plastikowa fuszarka 18.00 Tylko dla celebrytów 18.30 Z kamerą u Kardashianów (6, 7) 20.30 Tyler Henry – medium z Hollywood – pr. rozrywk. 22.30 Plastikowa fuszarka 0.30 Tylko dla celebrytów 1.00 Z kamerą u Kardashianów (21, 1) 3.00 Plastikowa fuszarka	TV TRWAM DVB-T 17.00 Natura et Homo 17.30 Sól ziemi – program kult. 17.55 Poczet wielkich Polaków – program hist. 18.00 Polonijna Piętrzymka Rodziny Radia Maryja do Amerykańskiej Częstochowy – religijny 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Od Lutra do Marxa – Historia Kościoła (1) 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Retrospekcja – pr. publ. 21.45 Stan bezpieczeństwa państwa – pr. publicyst. 22.00 Mocni Jego mocą	BBC BRIT HD 15.00 Top Gear: Najlepsze z najlepszych (1) – mag. 16.00 Cuda inżynierii kolejowej (3) – serial dok. 17.00 Paddy i Chris: wyprawa po długie życie (1) – dok. 18.05 Najbardziej luksusowe linie lotnicze – film dok. 19.05 Najbardziej luksusowe więzienie na świecie – film dok., Wielka Brytania 20.00 Tajne bunkry (1) – dok. 21.00 Cuda inżynierii kolejowej (3) – serial dok. 22.00 Top Gear: Najlepsze z najlepszych (2) – mag. 23.05 Najbardziej luksusowe linie lotnicze – film dok.	MINI MINI+ HD 13.21 Kicia Kocia 2 (8, 9) – anim. 13.37 Robotkowie (3, 4) – anim. 13.55 Moje urodziny – dla dzieci 14.00 Bing (30, 31) – serial anim. 14.20 Strzałak Sam (6, 3, 4) 14.45 Looloo Kids (28) – anim. 15.01 Gaz, pisk, gazu! (22) 15.28 Kicia Kocia 2 (2, 3) – anim. 15.45 Język Happy (10, 11) 16.02 Marta mówi (11) – anim. 16.30 Zouk (3, 4) – anim., Fr. 2021 16.56 Ciekawski George 7 17.50 Moje urodziny – dla dzieci 17.55 Dora i przyjaciele 19.40 Smerfy (10) – serial anim. 20.08 Cloudy & Stormy (5-8) 20.35 Dolina Muminków 2 (10) 21.01 Wierszki domowe (9)	TVP 3 DVB-T2 11.55 Calkiem 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 (5) – mag. 20.00 Dziennik regionów – inf. 20.13 Regiony na TAK – mag. 21.30 Sanatoria – cykl reportaży 21.50 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów – inf. 22.30 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – publ. 23.00 Kościół z bliska – mag.

Warto zobaczyć

13,45
POLSAT FILM
Szybcy i wściekli 10 SENSACYJNY Przed laty ekipa Toretto doprowadziła do ruiny imperium bossa narkotykowego. Teraz czeka ich odwet ze strony jego syna. Reż.: Louis Leterrier, A: Vin Diesel, Jordana Brewster, Tyrese Gibson USA/Chiny/Jap. 2023 175 min ► do godz. 16.40

14,00
ALE KINO+
Tatami THRILLER W Tbilisi trwają mistrzostwa świata w judo. Irańska pretendenta do złota otrzymuje ultimatum, które zaważy na jej przyszłości. Reż.: Zar Amir Ebrahimi, Guy Nattiv, A: Arienne Mandi, Zar Amir Ebrahimi USA/Wlk. Bryt. 2023 125 min ► do godz. 16.05

16,05
CINEMAX
Czas mroku HISTORYCZNY Churchill usiłuje odeprzeć ataki politycznych wrogów. Musi zdecydować – negocjować z Hitlerem czy wezwać naród do walki. Reż.: Joe Wright, A: Lily James, Gary Oldman, Kristin Scott Thomas Wlk. Bryt./USA 2017 125 min ► do godz. 18.10

18,05
C+ FILM
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. 19.45

18,30
WARNER TV
Godziny szczytu KOMEDIA SENSACYJNA Powściągliwy chiński policjant i wygadany detektyw z USA szukają porwanej córki konsula. Rozpoczynają wyścig z czasem. Reż.: Brett Ratner, A: Jackie Chan, Chris Tucker, Ken Leung USA 1998 105 min ► do godz. 20.15

19,10
SCI FI
Kosmiczna apokalipsa SCIENCE FICTION Naukowcy badają próbki z Proximy b, które okazują się żywymi organizmami. Tajemnicze istoty stanowią zagrożenie dla Ziemi. Reż.: Adrian Avila, A: Michael Paré, Paul Logan, Christina Rose USA 2023 110 min ► do godz. 21.00

20,00
FILMBOX+ HITS
Historia mojego życia OBYCZAJOWY Kpt. Störr zaręcza się z Lizzy. W trakcie rejsu targają nim wątpliwości, czy ukochana jest mu wierna. Reż.: Ildikó Enyedi, A: Léa Seydoux, Gábor Naber, Louis Garrel Węgry/Niem./Fr. '21 180 min ► do godz. 23.00

20,00
TVN FABUŁA
Ocean's Eleven: Ryzykowna gra KOMEDIA SENSACYJNA Złodziej planuje napad na skarbiec kasyn w Las Vegas. Stawka to fortuna i zemsta. Reż.: Steven Soderbergh, A: George Clooney, Brad Pitt, Bernie Mac USA/Australia 2001 155 min ► do godz. 22.35

→ filmowe hity



Mistrz kierowcy pragnie zapewnić dostatnie życie swoim bliskim.

20.00 Szybcy i wściekli 5

POLSAT SENSACYJNY Ekipa kierowców wyścigowych organizuje skok w Brazylii. Gra toczy się o fortunę i wolność.

HIT DNIA Dominic Toretto ma spędzić w celi 25 lat. Na szczęście może liczyć na pomoc zakochanego w jego siostrze byłego policjanta Briana O'Connera, z którym połączyła go pasja do nielegalnych wyścigów samochodowych. Troje amatorów mocnych wrażeń przygotowuje plan wyjazdu do

Rio de Janeiro. Chociaż z powodzeniem docierają na miejsce, nie dane im jest cieszyć się spokojem. W ślad za nimi podąża bowiem nieustępliwy Luke Hobbs. Na domiar złego wchodzi w drogę bossowi narkotykowemu, Hernanowi Reyesowi. Aby zapewnić sobie bezpieczeństwo, wolność oraz dostat-



nie życie, planują zuchwały skok. Postanawiają okraść samego Reyesa, który rzekomo zgromadził 100 milionów dolarów. Podczas akcji mogą liczyć na wsparcie między innymi Parkera. **HD 170 min ► do godz. 22.50**

USA 2011 Reż.: Justin Lin Wyst.: Vin Diesel, Paul Walker, Dwayne Johnson, Jordana Brewster, Tyrese Gibson



20.00 Thelma i Louise

SENSACYJNY Zależna od brutalnego męża Thelma (Geena Davis) i jej przyjaciółka Louise (Susan Sarandon) jadą na weekend w góry. Krwawy incydent w barze zmienia podróż w desperacką ucieczkę przed policją.

Reż.: Ridley Scott Wyst.: Harvey Keitel USA/Fr. 1991 **HD 140 min ► do godz. 22.20**



22.00 Komando

SENSACYJNY Córka Johna (Arnold Schwarzenegger), 11-letnia Jenny, zostaje uprowadzona na zlecenie obalonego dyktatora. Ojciec porwanej dziewczynki, były żołnierz do zadań specjalnych, spieszy jej na pomoc.

Reż.: Mark L. Lester Wyst.: Vernon Wells USA 1985 **HD 115 min ► do godz. 23.55**



20.00 Człowiek zasad

SENSACYJNY Alexander Coates (Steven Seagal) ma zlikwidować afgańskiego bossa narkotykowego, zamieszanego w handel żywym towarem. Podczas akcji ratuje jedną z dziewczyn. Swoim działaniem naraża się na zemstę.

Reż.: Keoni Waxman Wyst.: Vinnie Jones USA 2015 **HD 120 min ► do godz. 22.00**



22.50 Metro strachu

SENSACYJNY Nowy Jork. Bandyci pod wodzą Rydera uprowadzają pociąg. Żądają wysokiego okupu. Powstrzymać ich może tylko Garber (Denzel Washington), były dyrektor metra, który zna się na podziemnych korytarzach.

Reż.: Tony Scott Wyst.: John Travolta USA 2009 **HD 135 min ► do godz. 1.05**



20.00 Ninja

SENSACYJNY Casey (Scott Adkins) uczy się w Japonii ninjutsu. Jakiś czas później mistrz Takeda prosi go o ukrycie legendarnej broni. Niebawem ginie. Amerykanin pragnie wypełnić ostatnią wolę swojego mentora.

Reż.: Isaac Florentine Wyst.: Tsuyoshi Ihara USA 2009 **HD 110 min ► do godz. 21.50**



22.55 Złoto dezertków

KOMEDIA WOJENNA Dowództwo AK chce zakupić broń i amunicję od Włochów. Polscy żołnierze nie mają jednak na to pieniędzy. Wynajmują kasiarza, Kanię (Marek Kondrat) i jego kompanów, którzy wykradną złoto Niemcom.

Reż.: Janusz Majewski Wyst.: Bogusław Linda Polska 1998 **HD 125 min ► do godz. 1.00**

→ filmowe hity



Kapitan Tyne podejmuje najgorszą decyzję w swoim życiu...

20.00 **Gniew oceanu**

TVN 7 **PRZYGODOWY** Na Atlantyku powstaje potężny sztorm. Załoga kutra musi stoczyć walkę z niszczycielskim żywiołem.

HIT DNIA Rok 1991. Okolice Bermudów nawiedza potężny sztorm. W tym czasie pięciorosobowa załoga kutra pod wodzą kapitana Billy'ego Tyne'a po raz ostatni w tym sezonie łowi mieczniki. Ponieważ nie dopisuje im szczęście, zamierzają wypłynąć daleko poza uczęszczane wody. Decyzja okazuje się trafiona – po-

łóż jest obfity. Niestety, psują się zainstalowane na kuterze chłodziarki. Chcąc ocalić cenny ładunek, rybacy muszą jak najszybciej wracać do portu. Nie wiedzą, że ruszają na spotkanie szalejącego żywiołu. **HD 160 min ► do godz. 22.40**

Niemcy/USA 2000 **Reż.:** Wolfgang Petersen **Wyst.:** George Clooney, Mark Wahlberg, John C. Reilly, William Fichtner

20.10 **Agent**

SENSACYJNY Żona Benjamina Malloya (Aaron Eckhart), kierownika placówki CIA w Budapeszcie, ginie w zamachu. Mężczyzna zamierza dotrzeć do sprawców. Razem z agentką Krystyną Kowerski wpada na trop spisku.

Reż.: Jesse V. Johnson **Wyst.:** Olga Kurylenko **USA 2024** **HD 125 min ► do godz. 22.15**

22.00 **Saga „Zmierzch”: Księżyc w nowiu**

FANTASY Wampir Edward nie chce narażać ukochanej Belli (Kristen Stewart). Dla jej dobra wyjeżdża. Zrozpaczoną dziewczynę wspiera Jacob (Taylor Lautner), który skrywa pewną tajemnicę.

Reż.: Chris Weitz **Wyst.:** Robert Pattinson **Australia 2009** **HD 160 min ► do godz. 0.40**

23.05 **Sisu**

WOJENNY Rok 1944, Laponia. Były żołnierz Korpi (Jorma Tommila) znajduje na pustkowiu złoto. Skarb próbują mu odebrać naziści. Aby go ochronić, weteran gotowy jest rozprawić się z każdym, kto stanie mu na drodze.

Reż.: Jalmari Helander **Wyst.:** Aksel Hennie **Finlandia 2022** **HD 115 min ► do godz. 1.00**

23.40 **Głowa rodziny**

OBYCZAJOWY Skupiony na pracy i walce o awans Dane Jensen (Gerard Butler) zaniedbuje bliskich. Gdy u jego dziesięcioletniego syna zostaje zdiagnozowany rak, mężczyzna zmuszony jest dokonać trudnego wyboru.

Reż.: Mark Williams **Wyst.:** Gretchen Mol **USA/Kan. 2016** **HD 140 min ► do godz. 2.00**

→ sport

12.00 **Tour de France**

KOLARSTWO LIVE Uczestnicy Wielkiej Pętli żegnają Katalonię, by w kolejnych dniach kontynuować wyścig na terenie Francji. Na mecie w Angles znajdują się po przejechaniu 195 kilometrów. Profil trasy przypadnie do gustu specjalistom od górskich wspinaczek. **HD 330 min ► do godz. 17.30**

14.30 **Turniej Wimbledon**

TENIS LIVE Pora na decydujące mecze 4. rundy londyńskiej imprezy. Wśród singlistów rywalizujących o awans do ćwierćfinału nie powinno zabraknąć Alexandra Zvereva, niedawnego zwycięzcy French Open. **HD 120 min ► do godz. 16.30**

17.55 **Polska – Holandia**

KOSZYKÓWKA LIVE Meczem z Pomarańczowymi w Krakowie Biało-Czerwoni zwyciężą pierwszą rundę eliminacji do mistrzostw świata. Rywale przybywają do stolicy Małopolski żądni rewanżu za grudniową porażkę 83:85. **HD 130 min ► do godz. 20.05**

20.50 **Mistrzostwa świata 2026**

PIŁKA NOŻNA LIVE Hiszpania to jeden z faworytów mundialu. Jeśli La Furia Roja stanie na wysokości zadania w początkowych fazach turnieju, powinniśmy ją dziś zobaczyć w meczu 1/8 finału w Arlington. **HD 160 min ► do godz. 23.30**

→ rozrywka

18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?**

REALITY SHOW Maksymilian przywiezie do programu ręcznie malowaną figurkę indyków z 1918 roku, natomiast Damian zaoferuje kredens z 1968 roku projektu Rajmunda Teofila Hałasa. Paulina ma kryształowy telefon z końca lat 90. **HD 60 min ► do godz. 19.00**

22.05 **Siły specjalne – Polska**

REALITY SHOW Osiemnastka cywili rozpoczyna kurs oparty na selekcji do wojsk specjalnych. Pierwszym sprawdzianem będzie upadek do wody z helikoptera. Drugim – wydobranie się z tonącego auta. **85 min ► do godz. 23.30**

22.40 **Bez kompleksów**

LIFESTYLE Małgorzata Rozenek-Majdan poznaje Martynę, która niedawno ważyła 117 kg. Schudła dzięki determinacji. Zmaga się jednak z problemem obwisłej skóry i nie potrafi w pełni cieszyć się sukcesem. Pomogą jej eksperci. **HD 60 min ► do godz. 23.40**

20.00 **Baleary: Cztery piękne siostry**

NATURA Majorka, największa z Balearów, od lat przyciąga turystów. Z dala od kurortów, w górach Tramuntana, żyją zagrożone wyginięciem sępy kasztanowate. **HD 60 min ► do godz. 21.00**

TVP 1	HD DVB T2	TVP 2	HD DVB T2	polsat	POLSAT HD DVB T2	tvn	TVN	HD DVB T2
5.00	Złoty chłopak (326) – serial obyczajowy, Turcja 2022	5.00	Rodzinka.pl (188): Na dwa fronty – serial komediowy, Polska 2016	4.40	Disco Gramy	5.40	Uwaga! – magazyn reporterów	
5.50	Akacja 38 (890) – telenowela, Hiszpania 2015	5.30	M jak miłość (1787) – serial obyczajowy, Polska 2024	5.25	Telezakupy TV Okazje – magazyn reklamowy	5.55	Ukryta prawda (1690) – serial paradokumentalny, Polska 2025	
7.00	Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze	6.25	Rodzina (nie od) święta – magazyn religijny	6.00	Nowy dzień z Polsat News	6.50	Kuchenne rewolucje (5): Gdynia – Worek maki – program rozrywkowy	
7.30	Studio Raban – mag.	6.55	Barwy szczęścia (3347) – serial obyczajowy, Polska 2026	8.30	Malanowski i partnerzy (319, 320): Fucha na boku; Umarli żyją dłużej – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011	7.45	Dzień dobry wakacje – magazyn	
8.00	Serwis Info – program inform.	7.30	Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn	9.30	Trudne sprawy (1249, 1250) – serial paradokumentalny, Polska 2024	11.20	Doradca smaku (18) – magazyn kulinarny	
8.10	Pogoda Info	7.55	Pytanie na śniadanie – magazyn	11.35	Gliniarze (866, 867) – serial paradokumentalny, Polska 2023	11.25	Kuchenne rewolucje (4): Mroków – Bistro Kociołek – program rozrywkowy	
8.15	Janosik (5) – przyg., Polska 1973	11.25	Okrasa łamie przepisy – magazyn kulinarny	13.40	Dlaczego ja? (1496, 1497) – serial paradokumentalny, Polska 2025	12.35	Ukryta prawda (1469, 1470, 1721) – paradok., Polska	
9.15	Ranczo 6 (74): Sztuka translacji – serial obyczajowy, Polska 2012	12.00	Wyższa Szkoła Jazdy (5) – magazyn motoryzacyjny		Seniora trafia do szpitala po udarze, a w jej organizmie wykryta zostaje podejrzana substancja. Uwagę śledczego Mateckiego przykuwa pielęgniarka, której syn wymaga kosztownej operacji za granicą. Okazuje się, że sędziwa pacjentka przepisała jej cały majątek.	15.45	Detektywi (105) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024	
10.10	Komisarz Alex 7 (82) – serial kryminalny, Polska 2015	12.35	Koło fortuny (1881) – teleturniej obyczajowy, Turcja 2024	15.50	Wydarzenia, pogoda	16.50	Szpital św. Anny (61) – serial obyczajowy, Polska 2025	
11.05	Ojciec Mateusz 15 (193) – serial kryminalny, Polska 2016	13.15	Panna młoda (137) – serial obyczajowy, Turcja 2024	16.25	Interwencja – magazyn reporterów		Kaska usiłuje przekonać do właściwego leczenia nieufną matkę pięcioletniego pacjenta, która jest zwolenniczką medycyny naturalnej. Po dyżurze lekarka zgłasza swoją kandydaturę na ordynatorkę oddziału pediatrii. Marta zauważa, że ktoś ją śledzi.	
12.00	Serwis Info – program inform.	14.05	Va banque (1005) – teleturniej	16.40	Gliniarze (1063, 1064) – serial paradokumentalny, Polska 2025	17.55	Młode giny (14) – serial kryminalny, Polska 2026	
12.10	Agrobiznes – magazyn rolniczy	14.35	Na sygnale (869) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026		Natalia i Kuba wyjaśniają okoliczności pobicia dziennikarza. Znajdują zgromadzone przez niego materiały dotyczące lokalnego przedsiębiorcy. Odkrywają też, że relacje między pracownikami redakcji nie są najlepsze.		Maturzystka Julia twierdzi, że jej chłopak został porwany przez nieznaną sprawcę. W pustostanie policjanci znajdują jego rannego kolegę. Trop prowadzi do złodziei ukrywających w ruinach skradzioną biżuterię.	
12.30	Agropogoda – program inform.	15.05	La Promesa – pałac tajemnic (426) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022	18.50	Wydarzenia	19.00	Fakty, sport i pogoda	
12.40	Rok w ogrodzie extra – mag.	16.00	Koło fortuny (1882) – teleturniej	19.15	Gość „Wydarzeń” – program publicystyczny	20.15	Na Wspólnej (4240) – serial obyczajowy, Polska 2026	
12.55	BBC w Jedynce: Planeta Ziemia 3 (3) – dok., Wlk. Bryt.	16.35	Familiada – teleturniej	19.35	Sport, pogoda			
14.00	Złoty chłopak (327) – serial obyczajowy, Turcja 2022	17.20	Panna młoda (138) – serial obyczajowy, Turcja 2024					
15.00	Serwis Info – program inform.		Yasemin zaczyna podejrzewać, że Beyza nie mówi prawdy i coś ukrywa. Razem z Enginem organizuje spotkanie Cihana z Hancer. Liczy na to, że wyjaśnią sobie nieporozumienia. Beyza podstępem odurza Mukadder, by zyskać przewagę.					
15.10	Pogoda Info		18.15	Va banque (1006) – teleturniej				
15.25	Gra słów. Krzyżówka (1060) – teleturniej		18.50	Jeden z dziesięciu – teleturniej				
16.00	Dziedzictwo (970) – serial obyczajowy, Turcja 2020							
17.00	Teleexpress, pogoda							
17.25	Jaka to melodia? – telet. muz.							
18.05	Reporterzy – mag. reporterów							
18.25	Akacja 38 (905) – telenowela, Hiszpania 2015							
19.30	Program informacyjny 19.30							
19.55	Pytanie dnia – pr. publicyst.							
20.10	Sport, pogoda							
20.25	Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio							
LIVE								

20

PIŁKA NOŻNA



20.50 Mistrzostwa świata 2026

LIVE – mecz 1/8 finału

Reprezentacja Hiszpanii rozpoczęła czempionat od kompromitującego remis z mundialowym debiutantem, Republiką Zielonego Przylądka (0:0). Czy był to tylko fałstart i dziś zobaczymy mistrzów Europy w meczu 1/8 finału na Dallas Stadium?

23.30 **Świat bez fikcji: Przy Planty 7/9** – film dokumentalny, Polska/USA 2016

Opowieść o wydarzeniach z 4 lipca 1946 roku. W Kielcach zamordowano ponad 40 ocalałych z Holocaustu Żydów.

1.10 **Carte Blanche** – dramat obyczajowy, Polska 2015, reż. Jacek Lusinski, wyk. Andrzej Chyra, Arkadiusz Jakubik, Urszula Grabowska, Tomasz Ziętek, 115 min

3.05 **Amok** – film psychologiczny, Polska 1998, reż. Natalia Koryncka-Gruz, wyk. Mirosław Baka, Rafał Maćkowiak, Magdalena Cielecka, Ewa Gorzelak, 105 min

4.50 **Zakończenie**

OBYCZAJOWY



19.25 Barwy szczęścia (3347)

– Polska 2026

Mimo sprzeciwu Asi Daniel ponownie zabiera Emila na strzelnicę. Obecność Lucyny w domu zaczyna dobrze działać na Huberta. Wracają do niego najlepsze wspomnienia z czasów, gdy mieszkali tam z mamą i babcią.

20.05 **Omnibus – szybcy i mądzy** (15) – teleturniej

20.35 **Omnibus – szybcy i mądzy – dogrywka** (15) – teleturniej

20.55 **Postaw na milion** – teleturniej

21.50 **Na sygnale** (861, 862): Powrót do przeszłości; Gdzie drwa rabia – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026

22.55 **Złoto dezerterów** – komedia wojenna, Polska 1998, reż. Janusz Majewski, wyk. Marek Kondrat, Wiktor Zborowski, Bogusław Linda, Jan Englert, 125 min

1.00 **Rodzinka.pl** (298): Środa – serial komediowy, Polska 2025

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

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

4.25 **Zakończenie**

SENSACYJNY



20.00 Megahit: Szybcy i wściekli 5

FILM – USA 2011, 170 min

HIT DNIA

Skazany na więzienie Dominic z pomocą byłego policjanta Briana i siostry odzyskuje wolność. Cała trójka udaje się do Rio de Janeiro. Ich tropem podąża agent Hobbs. Aby zapewnić sobie dostatnie życie, przyciąga postawiając obrabować narkotykowego bossa.

22.50 **Metro strachu** – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2009, reż. Tony Scott, wyk. Denzel Washington, John Travolta, Luis Guzmán, Victor Gojcaj, 135 min

Nowy Jork. Bandyci uprowadzają jeden z pociągów metra. Żądają okupu. Powstrzymać ich może tylko Garber, pracownik centrum kontroli ruchu, który zna sieć podziemnych korytarzy.

1.05 **Siła rażenia** – film sensacyjny, Rumunia/USA/Wielka Brytania 2006, reż. Michael Keusch, wyk. Steven Seagal, Lisa Lovbrand, David Kennedy, 130 min

3.15 **Nasz nowy dom** (372) – reality show

REALITY SHOW



20.50 Bitwa o gości (1)

Na Mazurach Agata i Patryk zapraszają do otoczonych naturą kazachskich jurt. Pod Warszawą Karolina i Janek proponują pobyt w przeznaczonych wyłącznie dla dorosłych domkach na drzewach. Finał rywalizacji odbywa się w Łodzi, gdzie Ola i Darek prezentują mieszczący się w zabytkowej kamienicy hotel przyciągający uwagę filmowców akcentami.

22.00 **Saga „Zmierzczyć”: Księżyc w nowiu** – film fantasy, Australia/USA 2009, reż. Chris Weitz, wyk. Kristen Stewart, Robert Pattinson, Taylor Lautner, Ashley Greene, 160 min

0.40 **Transformers** – film s.f., USA 2007, reż. Michael Bay, wyk. Shia LaBeouf, Megan Fox, Josh Duhamel, Tyrese Gibson, 160 min

3.20 **Uwaga!** – magazyn reporterów

3.35 **Co za tydzień** – magazyn kulturalny

4.10 **Detektywi** (105) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024

5.10 **Recepta na stary dom 3** (9) – program rozrywkowy



- 5.30 Ten moment** (51) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (774-776) – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 8.45 Ukryta prawda** (1334, 1437, 1438) – serial paradokumentalny, Polska
- 11.50 W-11 – Wydział Śledczy** (1087-1089): Krwawy Iwan; Rysiek; Domówka – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
- 13.55 Kryminalni** (1): Okularnik – serial kryminalny, Polska 2004
- 15.00 Szpital** (774, 775) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (502): Kumple – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
- 18.00 SOS Ekipy w akcji** (14) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- Patrol udaje się do wyższej uczelni, gdzie podczas egzaminu doszło do próby gwałtu. Zespoły pogotowia udzielają pomocy młodym pacjentom wychowankom świetlicy środowiskowej. Wychodzą na jaw zaskakujące fakty.
- 19.00 Ukryta prawda** (1525) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 19-letnia Basia przeprowadza do domu swojego partnera, Marcela. Wybrane córki przypada matce do gustu. Pragnie ona koniecznie poznać jego bliskich. Wkrótce dochodzi do spotkania dwóch rodzin. Ma ono zaskakujący przebieg.

DRAMAT PRZYGODOWY



- 20.00 Gniew oceanu** – Niemcy/FILM USA 2000, 160 min
- Rok 1991, październik. Okolice Bermudów nawiedza sztorm. W tym czasie nieświadoma zagrożenia załoga kutra „Andrea Gail”, dowodzonego przez kapitana Billy'ego Tyne'a, łowi młeczniki. Niestety, psują się chłodziarki. W tej sytuacji jednostka musi wracać do portu, by ocalić bezcenny ładunek. Załoga nie przypuszcza, że rusza wprost na spotkanie potężnego żywiołu.
- 22.40 Bez kompleksów** (1) – program rozrywkowy
- 23.40 Głowa rodziny** – dramat obyczajowy, USA/Kanada 2016, reż. Mark Williams, wyk. Gerard Butler, Gretchen Mol, Alison Brie, Anupam Kher, 140 min
- 2.00 Millerowie** – komedia kryminalna, USA/Wielka Brytania 2013, reż. Rawson Marshall Thurber, wyk. Jennifer Aniston, Jason Sudeikis, Emma Roberts, Will Poulter, 110 min
- 3.50 Pachowcy** (8) – serial paradokumentalny, Polska 2017
- 4.25 Dorota was urządzi!** (10, 11) – program rozrywkowy



- 6.00 Policjanci z Miami 3** (2, 3): Wojna Stone'a; Zabójczy rzut – serial kryminalny, USA 1986
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (6, 7): Miłość bez granic; Summer i Sharky – serial sensacyjny, Niemcy 2017
- 10.00 Maria z przedmieścia** (47, 48) – telenowela, Meksyk 1995
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (110) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
- Onelia przeprasza Marichuy. Omar wychodzi z Blanką. Cecilia, Patricia i Estefania przechodzą na pogrzeb i spotykają Marichuy. Dziewczyna potwierdza, że zamierza wyjść za mąż.
- 13.00 Wspaniałe stulecie** (44) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 Kurierzy** (29) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw** 10 (530, 531) – serial obyczajowy, Polska 2022
- 17.00 Kurierzy** (30) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- Jan jest przekonany, że żona coś przed nim ukrywa. Postanawia zainstalować aplikację śpieską i prosi o pomoc Romana. Justynę odwiedza matka. Wizyta ta nie należy do udanych.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw** 18 (967, 968) – serial obyczajowy, Polska 2026
- Chrustowski nie chce przyznać przed żoną, że stracił dobrze płatną posadę. W lombardzie zwierza się Kazimierzowi z problemów. Chrustowska zauważa przyniesiony przez męża laptop.

SENSACYJNY



- 20.00 Człowiek zasad** – Rumunia/USA 2015, 120 min
- Coates ma zlikwidować afgańskiego handlarza narkotyków, zamieszanego w handel żywym towarem. Podczas akcji ratuje z rąk przestępców jedną z dziewczyn. Tym samym naraża się na gniew bossa podziemia.
- 22.00 Komando** – film sensacyjny, USA 1985, reż. Mark L. Lester, wyk. Arnold Schwarzenegger, Rae Dawn Chong, Dan Hedaya, Vernon Wells, 115 min
- 23.55 Legionista** – film przygodowy, USA 1998, reż. Peter MacDonald, wyk. Jean-Claude Van Damme, Adewale Akinnuoye-Agbaje, Nicholas Farrell, Steven Berkoff, 125 min
- 2.00 Dzielnica strachu 9** (400) – serial kryminalny, Polska 2025
- 3.00 Lombard. Życie pod zastaw** 18 (963) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 4.00 Taki jest świat** 11 (27) – program informacyjny
- 4.30 Menu na miarę** (4) – pr. kulin.
- 5.00 Dzielnica strachu 9** (403) – serial kryminalny, Polska 2025



- 5.50 Ale numer! 20** (11) – pr. rozrywk.
- 6.20 Cosie-Ktosie** (6) – anim., Fr. 2022
- 6.30 Kajko i Kokosz 2** (6) – serial animowany, Polska 2021
- 6.45 Smerfy 2** (48) – serial anim.
- 7.00 Blaze i megamaszyny 6** (15) – serial animowany, USA 2020
- 7.30 Psi Patrol** (20) – serial anim.
- 7.50 Superkoty** (13) – serial anim.
- 8.30 Wielkie przygody małego rekina** (6) – serial dla dzieci, Korea Południowa/USA 2020
- 8.50 Masza i Niedźwiedź 2** (15, 16) – serial animowany, Rosja 2014
- 9.20 Straszne historie Maszy** (6) – serial animowany, Rosja 2016
- 9.25 Świnka Peppa** (42-44) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
- 9.45 Bing** (1, 2) – serial animowany
- 10.00 Język i Przyjacie** (7, 6) – anim.
- 10.35 Spidey i superkumple 2** (42, 41) – serial anim., USA 2022
- 11.35 Głus. Mały – wielki rycerz** (41, 42) – serial anim., Fr. 2021
- 12.00 Psi Patrol 8** (3) – serial anim.
- 12.35 Marta mówi** (13) – serial anim.
- 13.00 Smerfy** (168, 167) – serial anim.
- 14.00 Monster High** (24, 25) – anim.
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot** (23, 24) – anim., Francja/Korea Południowa/Jap.
- 16.00 Fineasz i Ferb 2** (7, 8) – serial animowany, USA 2007-2011
- 17.00 Smerfy** (169, 170) – serial anim.
- 18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2** (21, 22) – serial animowany, USA
- 19.00 Kacze opowieści** (1, 2) – serial animowany, USA 1987
- 20.00 Lombard. Życie pod zastaw** 18 (955) – serial obyczajowy, Polska 2026

KRYMINALNY



- 21.00 Dzielnica strachu 9** (407): Napad – Polska 2025
- Podczas rozboju w salonie jubilerskim giną ekspedientka i ochroniarz, a próbująca przytrzymać napastników dzielnicowa Majcher zostaje postrzelona. Dagmara i Lubecki pracują nad ustaleniem tożsamości agresorów. Próbuja również przewidzieć, do jakich miejsc zgłoszą się z żądaniem pomocy.
- 22.00 Dzielnica strachu 10** (438): Chwila przed spaleniem – serial kryminalny, Polska 2025
- 23.00 Wstydlive choroby 7** (1, 2) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2013
- 1.00 Dzielnica strachu 9** (403): Nie ma litości – serial kryminalny, Polska 2025
- 2.00 Lombard. Życie pod zastaw** 12 (638) – serial obyczajowy, Polska 2023
- 3.00 Lombard. Życie pod zastaw** 4 (194) – serial obyczajowy, Polska 2019
- 3.55 Niesamowite!** (2, 3) – serial dokumentalny, Polska 2014
- 5.00 Lombard. Życie pod zastaw** 10 (502) – obycz.



WYKOPALISKA

Rok 1939, Suffolk. Edith Pretty (Carey Mulligan) zatrudnia archeologa samouka Basila Browna (Ralph Fiennes), aby zajął się tajemniczymi kurhanami na terenie jej posiadłości. Mężczyzna natrafia na znalezisko o dużym znaczeniu historycznym, które wywołuje poruszenie nie tylko w środowisku naukowym.

►biograf., Wlk. Bryt. 2021; 112 min



SUPER SUBBU

Nieśmiały nauczyciel (Sundeep Kishan) chce się wyrwać spod władzy apodyktycznego ojca. Podejmuje pracę w odległej wiosce, gdzie ma prowadzić lekcje z edukacji seksualnej. Problem w tym, że sam nie ma żadnego doświadczenia. W miejscu kipiącym od plotek i namietności czeka go wiele zabawnych przygód.

►serial kom. (7 odc.), Indie 2026



PAMELA, A LOVE STORY

Twórcy dokumentu przybliżają sylwetkę jednej z najbardziej rozpoznawalnych blondynek w show-biznesie. Pamela Anderson przeżyła długą i skomplikowaną drogę, aby stać się międzynarodową gwiazdą. Zaczynała jako zwykła dziewczyna z prowincji. Z czasem stała się ikoną seksu i aktorką.

►dokumentalny, USA 2023; 112 min



KOBIETA Z PORTU

Barcelona. Anna Ripoll (Candela Pena) prowadzi dochodzenie w sprawie odnalezienia w porcie związanej i zakneblowanej kobiety (Ana Rujas), która cierpi na amnezję. W szpitalu dochodzi do zamachu na życie poszkodowanej. Śledczy usiłują odkryć prawdę o jej tożsamości i motywie napastników.

►thriller, Hiszpania 2026; 109 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM HD	HBO HD
6.00 FBI: Most Wanted 3 (14, 15) – serial krym. 7.30 Agenci NCIS: Hawaje 3 (7, 8) – serial kryminalny 9.15 Castle 2 (21, 22) – serial kryminalny 11.15 MacGyver 2 (16, 17) – serial akcji, USA 2017-2018 13.10 Agenci NCIS: Hawaje 3 (9, 10) – serial kryminalny 15.10 Agenci NCIS 10 (18, 19) – serial sensacyjny, USA 2012 17.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (17, 18) – serial krym., USA/Kanada 2002 19.05 Castle 2 (23, 24) – serial kryminalny	5.20 Rodzinka.pl (99, 100) – serial kom., Pol. 2013 6.20 Na sygnale (482, 483) 7.30 Ojciec Mateusz 3 (32) – krym., Pol. 2010 8.25 Komisarz Alex 2 (21) 9.25 Rodzinka.pl (101) 10.00 Klan (1448, 1449) 10.55 Ranczo 8 (99, 100) 12.35 Komisarz Alex 2 (22) 13.35 Ojciec Mateusz 30 (383, 384) – krym., Pol. 15.35 Komisarz Alex 2 (23) – serial krym., Polska 16.20 Na sygnale (484, 485) – serial fab.-dokum. 17.30 Ranczo 8 (101, 102) – serial obycz., Polska 19.30 Ojciec Mateusz 30 (385) – krym., Pol. 2023 20.30 Ojciec Mateusz 3 (33) – krym., Pol. 2010	8.35 Ślimak Niecnota – film anim., Pol. 1951 8.45 Słońce – anim., Polska 9.00 Siedem życzeń (7-ost.) – serial przyg. 10.00 Czarna suknia – dramat wojenny, Polska 1967, 60 min 11.00 Mary Quant. Królowa brytyjskiej mody – film dokum., USA 2021 12.40 Kosmos 1999 (9) – s.f. 13.40 Lawrence z Arabii – dram. przyg., Wielka Brytania 1962, 225 min 17.25 Stawiam na Tolka Banana (1) – obycz. 18.10 Dźwięk Nowego Jorku (6) – serial dok. 18.55 Rawhide (1) – serial przygodowy, USA 1959	6.30 Polska z góry 5 (6) – serial dok., Pol. 2020 7.00 Mother Dear – film krótkometraż. 7.35 Nadzieja – dramat sensacyjny, Polska/Niemcy 2006, 115 min 9.30 Wyray – film krótkometraż. 10.00 Grantchester 10 (3, 4) – krym., Wlk. Bryt. 12.05 Vera 5 (4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt. 14.00 Tatami – thriller, USA/Francja 2023, reż. Zar Amir Ebrahimi, 125 min 16.05 Opera! – dramat obyczajowy, Francja/Włochy 2024, 130 min 18.15 Vera 6 (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.	10.05 Lilly i kangurek – film familijny, Australia 2025, reż. Kate Woods, 105 min 11.50 Miss mokrego podkoszulka – kom., Polska 2002, 60 min 12.50 To nie jest zagadka kryminalna (1) 13.50 Larger than Life: Złota era boysbandów – film dokum., USA 2024 15.25 Balony – film krótkometraż. 15.55 Zmierzc – film fantasy, USA 2008, 120 min 17.55 Łapę capu – pr. rozr. 18.00 Jason Bourne – thriller, USA 2016, 120 min	10.15 Blue Moon – dramat biograficzny, USA/Irlandia 2025, 100 min 11.55 Ben nie ma lekko – film animowany, Czechy 2024, 80 min 13.15 Po prostu uwierz – dramat obyczajowy, USA 2024, 100 min 14.55 Assassin's Creed – film przygodowy, USA/Francja/Wielka Brytania 2016, 110 min 16.45 Sypiąc z innymi – komediodramat, USA 2015, reż. Leslye Headland, 100 min 18.25 Karate Kid: Legendy – film przygodowy, USA/Kan. 2025, 95 min 20.00 Ród smoka 3 (3) – serial fantasy, USA
KRYMINALNY	OBYCAJOWY	DRAMAT SENSACYJNY	SENSACYJNY	THRILLER	KOMEDIOWY
21.05 FBI: International 4 (12) – USA 2024-2025 Zabójstwo 6-letniego Dillona Portillo w Baltimore sprawia, że agentka FBI Riley Quinn dołącza do Fly Team. Chce odnaleźć rodzinę chłopca, która uciekła do Stambułu. 22.05 FBI: Most Wanted 4 (15) – serial kryminalny 23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (17, 18) – serial krym. 0.45 Castle 2 (23, 24) 2.40 FBI: International 4 (12) – serial kryminalny 3.35 FBI: Most Wanted 4 (15) – serial kryminalny	21.30 Ranczo 8 (103, 104) – Polska 2014 Książd wraca do Wilkowyj po nagłym wezwaniu do kurii. Postanawia zachować temat spotkania w tajemnicy. Michałowa bez skutku próbuje nakłonić go do zwierzeń. 23.20 Ojciec Mateusz 30 (386) – krym., Pol. 2023 0.20 U Pana Boga w Królowym Moście (1) – obycz. 1.20 Ratownicy (13-ost.) 2.20 Lodołazcy (1) 3.20 Stulecie Winnych (3) 4.10 Klan (1448) – telen. 4.40 Pan Mama (21)	20.00 Thelma i Louise – USA/Wielka Brytania/Francja 1991, 140 min Przyjaciółki jadą na weekend w góry. Krwawy incydent w barze zmusza je do dramatycznej ucieczki przed policją. 22.20 Reguła milczenia – dramat obyczajowy, USA 2012, 130 min 0.30 Sibelius. Siedem symfonii – serial dok. 1.45 Kulturalni (25) – mag. 2.40 Kameleon – sens. 4.50 Podróż z historią (42) – dok., Pol. 2017 5.30 Teledyski	20.10 Premiera: Agent – USA 2024, 125 min Żona Benjamin Malloya, kierownika placówki CIA w Budapeszcie, ginie w zamachu. Wdowiec rusza tropem sprawców. Łączy siły z rosyjską agentką Krystyną Kowerski. 22.15 Eskort – dramat obyczajowy, USA/Francja 2014, 145 min 0.40 Zużel – film obycz. 2.45 Król (2) – serial sensacyjny, Pol. 2020 3.55 Moje miasto – film obyczajowy, Polska 2002, 60 min	20.00 Shadow Force – USA 2025, 100 min Kyrah i Isaac zakochali się w sobie i odeszli z elitarnej grupy rządowych zabójców. Żyją w ukryciu i wychowują syna. Dawny szef nie zamierza darować im zdrady. 21.40 Być kochaną – dramat obyczajowy, Norwegia/Szwecja 2024, 105 min 23.25 21 gramów – dramat obyczajowy, USA 2003, 120 min 1.25 Ludzie – dramat wojenny, Polska 2023, 120 min	21.00 Miniaturowa żona (3) – USA 2026 Les rozważa eksperymentalną kurację. Jego rywal knuje plan uwolnienia zmniejszonej Lindy. Sytuacja komplikuje się jeszcze bardziej, gdy niespodziewanie wraca córka. 21.45 Prawdy w ból – komediodramat, USA 2024, 90 min 23.15 Holland – thriller, USA 2025, reż. Mimi Cave, 105 min 1.00 The Royal Hotel – thriller, Australia/Wielka Brytania 2023, reż. Kitty Green, 90 min
AXN WHITE	WARNER TV	CANAL+ FILM	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 2 HD
7.20 Unforgettable: Zapisane w pamięci 4 (13) – krym. 8.10 Szpital nadziei 4 (5) 9.10 Blondynka 2 (11, 12) 11.15 Agenci NCIS 20 (1-3) 14.10 Szpital nadziei 4 (6) 15.10 Miłość na Gwiazdce – film obycz., 2017, 110 min 17.00 W poszukiwaniu Świętego Mikołaja – komedia romantyczna, USA 2022, 120 min 19.00 Dr House 3 (6) – obycz. 20.00 Dowody zbrodni 2 (3, 4) 22.00 Rekrut (1) – serial krym. 22.55 Agenci NCIS 20 (1-3) 1.40 Dowody zbrodni 2 (3, 4) 3.25 Zaklinacze koni 2 (6, 7)	9.30 Bajer z Bel-Air 4 (26) 10.00 Bajer z Bel-Air 5 (1) 10.30 Prawo Agaty 2 (11) 11.30 Pelna chata 8 (3, 4) – kom. 12.30 Teraz albo nigdy! (7, 8) 14.30 Bajer z Bel-Air 4 (26) 15.00 Bajer z Bel-Air 5 (1-3) 16.25 Pelna chata 8 (3-6) – kom. 18.30 Godziny szczytu – kom. sens., USA 1998, 105 min 20.15 Godziny szczytu 2 – kom. sens., USA 2001, 105 min 22.00 Upadek – dramat sensacyjny, 1993, 130 min 0.10 Co się wydarzyło w Madison County – melodramat, USA 1995, 155 min	6.00 Łapę capu – pr. rozrywk. 6.15 Benek – komediodramat, Polska 2007, 100 min 7.55 Długi weekend – film obycz., Polska 2004, 75 min 9.10 Dziki robot – film animowany, 2024, 100 min 10.50 The Holiday – komedia romant., USA 2006, 135 min 13.05 Masz ci los! – komedia, Polska 2023, 85 min 14.30 Mamma Mia! Here We Go Again – komedia muz., USA/Wielka Brytania/Chiny 2018, 115 min 16.25 Listy do Julii – komedia romantyczna, USA 2010, reż. Gary Winick, 100 min 18.05 Kiedy nadchodzi jesień – dramat obyczajowy, Francja 2024, 100 min 19.45 Łapę capu – pr. rozrywk. 20.00 Zabójcza orka – horror, Australia/USA/Wielka Brytania 2026, reż. Jo-Anne Brechin, 85 min 21.25 Niebezpieczne zwierzęta – thriller, Australia/USA/Kanada 2025, reż. Sean Byrne, 100 min 23.05 Bałkańska vendetta 2 – film sens., 2024, 85 min 0.30 Dziłki – dramat przyg., Polska 2025, 140 min 2.50 Trzy miłości – thriller erot., Polska 2025, 100 min 4.30 Innowe końca nie będzie – film obycz., 2024, 90 min	9.50 Planeta Singli. Ośiem historii (1) – serial komediowy, Polska 2021 10.45 Łapę capu – program rozrywkowy 11.00 Naruto 3 (6-8) – serial anime, Japonia 2003-2004 12.30 The Office Pt 5 (7-9) – serial komediowy, Polska 2025 14.00 Hollywood Buzz – magazyn filmowy 14.30 Naruto 3 (3-5) – serial anime, Japonia 2003-2004 16.00 Łapę capu – program rozrywkowy 16.20 Wszystkie kolory świata 4 (1, 2) – serial dokumentalny, Francja 2023 18.15 13 posterunek 2 (4-6) – serial komediowy, Polska 2000 20.00 Koniec lata (5, 6) – serial kryminalny, Szwecja 2023 22.00 El Inmortal. Gangi Madrytu 2 (3, 4) – serial sensacyjny, Hiszpania 2024 23.50 Kruk. Szeptysłuch po zmroku (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2018 1.50 Mały Zgon (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2020 4.00 Byłem królem (1) – serial dokumentalny, Polska 2022-2025 4.55 Miasta rytm (3) – serial dokumentalny, Polska 2020	8.00 Porzucone konstrukcje (4) – serial dok., Wlk. Bryt. 9.00 Hot Roads – Najniebezpieczniej drogi świata 2 (5) – serial dok., Niem. 2014 10.00 Co poszło nie tak 3 (5) 11.05 Stalowe bestie z demobilu (8) – dok. 12.50 Hot Roads – Najniebezpieczniej drogi świata 3 (1) – serial dok., Niem. 2023 13.50 Wykrzywc historii 4 (1) 15.00 Grip – w świecie supersamochodów (3) 16.00 Supersamoloty bojowe 11 (2) – serial dok. 16.55 Zholowani: ciężarówk w opalach 8 (20) – dok. 18.00 Porzucone konstrukcje (5) – serial dok., Wlk. Bryt. 19.00 Wykrzywc historii 3 (5) – serial dokumentalny, 2021 19.50 Zholowani: ciężarówk w opalach 9 (1) – dok. 20.50 Co poszło nie tak (1) 21.50 Speedshop: warsztat marzeń (1) – serial dokum. 23.05 Supersamoloty bojowe (5) – serial dokumentalny 0.00 Hot Roads – Najniebezpieczniej drogi świata (4) – serial dok., Niem. 2011 1.00 Projekt Fighter (1) 2.00 Mam zamek (2) – dok. 2.35 Cztery pory igr (1) – dok.	12.25 I tak po prostu 2 (9) 13.10 Kaskader – komedia sensacyjna, 2024, 120 min 15.10 Doktor Larsen 2 (22) 15.55 Po drugiej stronie globu – musical, USA 2007, reż. Julie Taymor, 130 min 18.05 Teściowie 3 – komedia, Polska 2025, 85 min 19.30 Bez hitu – komedia, Niemcy 2025, 115 min 21.25 Królowa kości – horror, USA 2024, reż. Robert Bredreau, 85 min 22.50 Manodrom – thriller, USA/Wlk. Bryt. 2023, 90 min 0.20 Wciąż tu jestem – dramat obyczajowy, 2024, 135 min
AXN BLACK	POLSAT SERIALE	CANAL+ SERIALE	CANAL+ SERIALE	CANAL+ SERIALE	HBO 3 HD
9.45 Gwiezdne wrota 3 (16-18) – s.f., USA/Kan. 2000 12.45 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (6) – serial sens. 13.45 Renegat 5 (9) – serial sens. 14.45 Drużyna A 2 (21) – sens. 15.50 Nieustraszonej (13) 16.55 Zagadki z przeszłości 2 (2) – przyg., Fr./Niemcy/Kan. 17.55 Gwiezdne wrota 3 (19-21) – s.f., USA/Kan. 2000 21.00 Maksimum ryzyka – film sensacyjny, 1996, 125 min 23.05 Escape room – horror, USA 2019, 115 min 1.00 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (6) – serial sens. 2.00 Nieustraszonej (13)	6.00 Gliniarze (145-147) – serial parodokum., Polska 2017 9.00 Cobra Kai (31-33, 35, 34, 36) – serial przygodowy 13.05 Kowalscy kontra Kowalscy (37-40) – obycz. 15.05 Świat według Kiepskich (373-376) – kom., Pol. 2011 17.05 Columbo (1, 2) – krym. 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (123) – serial krym., USA/Kanada 21.55 Malanowski i partnerzy (632-635) – serial fab.-dok. 23.55 Ślad (39-41) – serial krym. 2.55 Święty (200, 201) – kom. 4.00 48h. Zaginięci (97, 98) – serial kryminalny, Polska	18.15 13 posterunek 2 (4-6) – serial komediowy, Polska 2000 20.00 Koniec lata (5, 6) – serial kryminalny, Szwecja 2023 22.00 El Inmortal. Gangi Madrytu 2 (3, 4) – serial sensacyjny, Hiszpania 2024 23.50 Kruk. Szeptysłuch po zmroku (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2018 1.50 Mały Zgon (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2020 4.00 Byłem królem (1) – serial dokumentalny, Polska 2022-2025 4.55 Miasta rytm (3) – serial dokumentalny, Polska 2020	18.15 13 posterunek 2 (4-6) – serial komediowy, Polska 2000 20.00 Koniec lata (5, 6) – serial kryminalny, Szwecja 2023 22.00 El Inmortal. Gangi Madrytu 2 (3, 4) – serial sensacyjny, Hiszpania 2024 23.50 Kruk. Szeptysłuch po zmroku (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2018 1.50 Mały Zgon (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2020 4.00 Byłem królem (1) – serial dokumentalny, Polska 2022-2025 4.55 Miasta rytm (3) – serial dokumentalny, Polska 2020	18.15 13 posterunek 2 (4-6) – serial komediowy, Polska 2000 20.00 Koniec lata (5, 6) – serial kryminalny, Szwecja 2023 22.00 El Inmortal. Gangi Madrytu 2 (3, 4) – serial sensacyjny, Hiszpania 2024 23.50 Kruk. Szeptysłuch po zmroku (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2018 1.50 Mały Zgon (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2020 4.00 Byłem królem (1) – serial dokumentalny, Polska 2022-2025 4.55 Miasta rytm (3) – serial dokumentalny, Polska 2020	14.40 Sąsiedzi 2 – komedia, USA/Chiny 2016, 90 min 16.10 Batman Arteków: Starcie imperiów – film animowany, USA/Meksyk 2025, reż. Juan José, 90 min 17.40 Te dni – komedia, USA 2025, 95 min 19.15 Ktoś, gdzieś (5, 6) – kom. 20.05 Rzym (10) – serial hist. 21.00 Ród smoka 3 (3) – fantasy 22.00 Miniaturowa żona (3) – serial komediowy, USA 22.45 Wichrowe wzgórza – dramat obyczajowy, USA/Wlk. Bryt. 2026, 135 min 1.00 Blue Valentine – melodram., 2010, 110 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM	COMEDY CENTRAL	TVN FABUŁA	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA
6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (136-138) – dok., Pol. 7.30 Doktor Martin (32) – serial obyczajowy 8.30 Przyjaciółki (127, 128) – obycz., Pol. 10.30 Świat według Kiepskich (165, 166, 230, 22, 23, 50) – serial komediowy, Polska 13.45 Szybcy i wściekli 10 – sens., USA/Chiny/Japonia 2023, 175 min 16.40 Pacific Rim: Rebelia – film s.f., Wielka Brytania/Chiny/Japonia 2018, 135 min 18.55 Plan lotu – thriller, USA 2005, reż. Robert Schwentke, wyk. Jodie Foster, 125 min	6.00 Tata ma plan 2 (9, 10) – serial komediowy, USA 2017 7.00 Dwóch i pół 4 (23, 24) – serial komediowy, USA 2007 7.55 Dwóch i pół 5 (1, 2) – serial komediowy, USA 2007-2008 8.55 Przyjaciele 6 (20-25) – kom., USA 1999-2000 11.55 Teoria wielkiego podrywku 6 (11-16) – kom., USA 2012-2013 14.30 Dwóch i pół 5 (3-6) – kom., USA 2007-2008 16.30 Przyjaciele 7 (1-6) – serial komediowy, USA 2001 19.30 Duchy (3, 4) – serial fantasy, USA/Wielka Brytania 2021	5.10 Szkoła (778) – serial paradokum. 6.00 Filmowe duety (1) 6.30 Kino Buzz Top 5 (2) 6.45 Zakochani po uszy (85, 86) – telen., Polska 7.45 Detektywi (69-72) – serial fab.-dok., Pol. 9.50 Prawo Agaty 3 (10) – serial obycz., Polska 10.55 Szpital św. Anny (67) 11.55 Miłość czy pomyłka? (31, 32) 13.55 Prawo Agaty 3 (9) 14.55 Detektywi – fab.-dok. 16.00 Serieale 5 (1) – mag. 16.45 Happy Feet: Tupot małych stóp – film animowany, Australia/USA 2006, 135 min 19.00 Szpital św. Anny (68) – serial obycz., Polska	6.15 Blanca 2 (11, 12) – serial kryminalny, Wł. 8.30 Na granicy: Przepaść – film kryminalny, Niemcy 2022, reż. Stephan Rick, 115 min 10.25 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (17-20) – serial sensacyjny, USA 2023 14.05 Blanca 3 (1, 2) – serial kryminalny, Wł. 2025 16.20 Morderstwo w Ramatuelle – film kryminalny, Francja 2022, wyk. Florence Pernel, Lola Dewaere, 120 min 18.20 Mentalista (1-4) – serial kryminalny, USA 2008	6.00 Zwierzęta Wajraka 3 (4, 5) – dok. 6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dok. 7.15 Bolek i Lolek (7, 8) 7.35 Reksio (18, 21) 8.00 Siedem życzeń (4, 5) 10.35 Akademia Pana Kleksa (1/2) – przyg., Pol./ZSRR 1983, 95 min 12.10 To nie ze mną (4, 5) 13.40 Powstanie warszawskie – dokument fabularyzowany, 2014 15.40 Motylem jestem, czyli romans czterdziestolatka – komedia obyczajowa, 1976, 120 min 17.40 Cztery pancerni i pies (5, 6) – wojenny	6.00 Kabaretowe hity (7) 6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat 7.50 Robert Makłowicz (181, 151) – mag. kulin. 9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher (4) – serial krym., Australia 10.55 Górski lekarz (2, 3) – serial obycz., Niemcy 12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher (5) 14.00 Katastrofy w przestworzach (7, 4) – serial dok., Kan. 17.00 MacGyver 4 (5) – sens., USA/Kan. 1988 18.00 Wojny magazynowe: Kanada – reality show 19.10 Aukcja w ciemno 2 (5, 6) – serial dok., USA
HORROR SF	KOMEDIOWY	KOMEDIA SENSACYJNA	KRYMINALNY	DRAMAT SENSACYJNY	DRAMAT SENSACYJNY
21.00 Intrygujący poniedziałek: Life – USA 2017, 140 min Rory Adams i inni astronauta badają próbki z Marsa. Mierzą się z inteligentną i zabójczą formą życia. Nie mogą dopuścić, by dotarła na Ziemię. 23.20 Dracula: Historia nieznana – horror, USA/Japonia 2014, reż. Gary Shore, 100 min 1.00 Gliniarze (347, 348) – serial paradokum-mentalny, Pol. 2019 3.00 Fala zbrodni (74, 75) 5.00 Na ratunek 112 (860, 861) – paradok.	20.30 Teoria wielkiego podrywku 6 (17-19) Po nieudanej randce, podczas której został upokorzony, Raj postanawia więcej nie opuszczać mieszkania. Sheldon porządkuje garderobę Howarda i Bernadette. 22.00 The Office PL 2 (11, 12) – serial kom. 23.05 Comedy Club 5 (11, 13) – pr. rozrywk. 0.05 Miasteczko South Park 2 (7, 8) – serial anim. dla dorosłych 1.00 Pracocholizy 3 (7, 8) 2.00 Śmieci nie będzie 6 (11, 12, 10)	20.00 Ocean's Eleven: Ryzykowna gra – USA/Australia 2001, 155 min Dannay przygotowuje napad na skarbice kasyn w Las Vegas. Przy okazji chce się zemścić na ich właścicielu. 22.35 Dziewczyna w czerwonej pelerynie – film fantasy, USA/Kanada 2011, 120 min 0.35 Zanim odejdą wody – komedia, USA 2010, 110 min 2.25 Zawieruchy przepis na kino (21)	22.00 Bellefond (1) – Francja 2022 Prokurator Antoine Bellefond po tragedii zawiesza karierę. Siostrzenica prosi go o pomoc. Były oskarżyciel wraca w rodzinne strony, by rozwikłać zagadkę. 0.05 Niewidomy detektyw (4) – serial krym., Niemcy/Austria 2.00 Morderstwo w Ramatuelle – film kryminalny, Francja 2022, wyk. Florence Pernel, 120 min 4.00 Blanca 3 (1, 2) – serial kryminalny, Wł. 2025	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 Kroll – sens., 1991, wyk. Bogusław Linda, 145 min 0.30 Symetria – dramat obycz., 2003, 130 min 2.40 Zwolnieni z życia – dram. obycz., Polska/Fr. 1992, 125 min 4.45 Leben – krótkometraż. 5.30 Tama – etiuda film.	20.00 Pogromcy poniedziałków: Ninja – USA 2009, 110 min Casey w Japonii uczy się ninjutsu. Mistrz prosi go o ukrycie legendarnej broni i niebawem ginie. Amerykanin postanawia wypełnić ostatnią wolę swego mentora. 21.50 Honor zabójcy – film sens., Kanada/Wielka Brytania 1996, 115 min 23.45 Nieśmiertelny 3: Czarnoksiężnik – film fantasy, Kanada/Francja/Wielka Brytania 1994, 130 min
CINEMAX	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA	SCI FI	FX	FILMBOX+ ONE	ROMANCE TV
14.25 Zabić mongolskiego konia – film obyczajowy, Malezja 2024, 100 min 16.05 Czas mroku – dramat historyczny, Wielka Brytania/USA 2017, 125 min 18.10 Dopóki miłość nas nie rozdzieli – melodramat, Chiny 2022, 110 min 20.00 Sepy – thriller, Francja 2025, reż. Peter Dourountzis, wyk. Sami Bouajila, 105 min 21.45 Suche utonienie – dramat obyczajowy, Litwa/Lotwa 2024, 90 min 23.15 Diagnosta: Dysydent – film obycz., 2023, 120 min	13.25 Święty (31, 32) – kom., Pol. 14.25 Spadkobiercy 4 (1) – rozr. 15.25 Co ludzie powiedzą? 5 (3) – serial kom., Wlk. Bryt. 16.05 Jedną nogą w grobie 2 (6) – serial kom., Wlk. Bryt. 16.55 Czarna Żmija 3 (6) – kom. 17.35 Bob Kocha Abishele 2 (10-12) – serial komediowy 19.00 Dwóch i pół 4 (23, 24) 20.00 Dwóch i pół 5 (1, 2) 21.00 Świat według Kiepskich (2-4) – serial kom., Pol. 2009 22.30 Co ludzie powiedzą? 5 (4) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.05 Jedną nogą w grobie 3 (1) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.50 Czarna Żmija 4 (1) – kom.	8.00 SurrealEstate 2 (1, 2) 10.00 Kroniki Shannary (9, 10) 11.50 Zagubiona tożsamość 2 (6, 7) – s.f., Kan. 2011-2012 13.40 Małpa kontra Mechamałpa – horror s.f., USA 2023, 110 min 15.30 Kroniki Shannary 2 (1, 2) 17.20 Zagubiona tożsamość 2 (8, 9) – s.f., Kan. 2011-2012 19.10 Kosmiczna apokalipsa – film s.f., USA 2023, reż. Adrian Avila, 110 min 21.00 Cziowiek widmo – thriller, USA/Niemcy 2000, 135 min 23.15 Cziowiek widmo 2 – horror, USA 2006, 115 min	9.00 Z archiwum X 2 (19) – s.f. 10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (8, 9) – serial krym. 11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (19, 20) 13.45 Agenci NCIS 10 (6, 7) 15.35 Skymed 2 (3) – obycz. 16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (10, 11) – krym. 18.20 Z archiwum X 2 (20) – s.f. 19.15 FBI 4 (7) – serial kryminalny 20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (21, 22) 22.00 Tropiciel (21) – serial krym. 22.55 Z archiwum X 2 (20) – s.f. 23.55 Resident Evil 2: Apokalipsa – horror s.f., 2004, 115 min	11.00 Panna Marple. Noc w bibliotece – film kryminalny, 2004, 125 min 13.05 Poirot (2) – serial krym. 15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (8) – krym. 16.40 Panna Scarlet i komisarz 2 (6) – krym. 17.50 Poirot (7, 8) – serial krym. 20.00 Obóz integracyjny – komedia sensacyjna, Portoryko/USA/Wielka Brytania 2013, 120 min 22.00 Aż do śmierci – thriller, 2021, 115 min 23.55 Pocałunek śmierci – dramat kryminalny, USA 1995, 130 min	8.30 Górski lekarz (138, 139) 10.25 Diagnosta Betty (159, 160) 12.20 Rzeką życia: Zaginiona na Amazonie – melodram., 2013, 115 min 14.15 Bliźniacza miłość – kom. romant., USA 2021, 120 min 16.15 Statek marzeń – Dolina Rzeki Hudson – film obycz., Niem. 2024, 110 min 18.05 Górski lekarz (140, 141) 20.00 Wielka prawdziwa miłość – komedia, USA 2022, 110 min 21.50 Bella Vita – kom. romant., Niemcy 2010, 115 min 23.45 Górski lekarz (140, 141) – obycz., Niemcy/Austria
CINEMAX 2	VIAPIC	NOVELAS+	FX COMEDY	FILMBOX+ HITS	PARAMOUNT NETWORK
13.30 50 pierwszych randek – komedia romantyczna, USA 2004, 100 min 15.10 Imię – komedia, Francja/Belgia 2012, 115 min 17.05 Lepiej później niż wcale – komediodramat, USA 2023, 95 min 18.40 Nomadland – dramat obyczajowy, 2020, 110 min 20.30 Księżyc – thriller, Austria 2024, reż. Kurdwin Ayub, wyk. Andria Tayeh, 95 min 22.05 Pożyteczny duch – komediodramat, 2025, 130 min 0.15 Loteria – komedia sensacyjna, 2024, 105 min	9.05 Poirot 4 (2) – serial krym. 11.20 Zatraceri w miłości (29, 30) – telen., Turcja 2023 13.25 Agenci NCIS 18 (7, 8) 15.15 Lekarze na start (29, 30) 16.45 Poirot 4 (3) – serial krym. 19.00 Zatraceri w miłości (31, 32) – telen., Turcja 2023 21.00 Projekt Błękitna Księga (7) – serial s.f., Kanada/USA 21.55 Morderstwo to nic trudnego (3) – serial krym. 23.00 Sprawy pana Booka (1, 2) – serial kryminalny 1.10 Zatraceri w miłości (31, 32) – telen., Turcja 2023 2.50 Projekt Błękitna Księga (7) – serial s.f., Kanada/USA	10.00 Cud miłości (28) – telen. 11.00 Otcłhał namietności (113) – telen., Meksyk 2012 12.00 Za wszelką cenę (83) 13.00 Róże i grzechy (12) 14.00 Historia Juany (40, 41) 16.00 Róże i grzechy (13) 17.00 Za wszelką cenę (84) 18.00 Otcłhał namietności (114) – telen., Meksyk 2012 19.00 Macocha (23) – telenowela 20.00 Cud miłości (29) – telen. 21.00 Historia Juany (41) 22.00 Róże i grzechy (13) 23.00 Za wszelką cenę (84) 0.00 Otcłhał namietności (114) – telen., Meksyk 2012 1.00 Macocha (23) – telenowela	9.10 Simpsonowie 36 (11, 12) 10.10 Diabli nadali 8 (14-17) 12.00 Jim wie lepiej 7 (11, 12) 13.00 Sposób użycia 6 – kom. 14.00 Wszyscy Kochają Raymonda 5 (17-20) 16.00 Simpsonowie 36 (11-14) 18.00 Jak poznałem waszą matkę (9-11) – kom., USA 19.30 Współczesna rodzina 7 (10-12) – serial komediowy 21.00 Family Guy: Głowa rodziny (10, 11) 22.00 Rok pierwszy – komedia przygodowa, 2009, 115 min 23.55 Simpsonowie 36 (3, 8) 0.55 Family Guy: Głowa rodziny 18 (4-7)	14.40 Ambasador w Bernie – dramat historyczny, Węgry 2014, 90 min 16.10 Gorzko-słodki – komedia romantyczna, USA/Tajlandia 2009, reż. Jeff Hare, 120 min 18.10 Książę i ja: Królewskie wesela – komedia romant., USA 2006, 110 min 20.00 Historia mojego życia – dramat obycz., Węgry/Niemcy/Fr. 2021, 180 min 23.00 Bardzo grzeczne dziewczyny – dramat obyczajowy, 2013, 100 min 0.40 Morze Czarne – thriller, Wielka Brytania/USA/Rosja 2014, 125 min	10.00 Jądro Ziemi – dramat s.f., 2003, 180 min 13.00 Czarodziejki 3 (7, 8) – serial fantasy, USA 15.00 Pingwiny z Madagaskaru (5) – serial animowany, USA 2008-2010 15.25 Pompeje – film katastroficzny, Kanada/Niemcy/USA 2014, 125 min 17.30 Dzień zagłady – film katastroficzny, USA 1998, reż. Mimi Leder, 150 min 20.00 Złap mnie, jeśli potrafisz – komedia kryminalna, USA/Kanada 2002, 180 min 23.00 Ojciec chrzestny – dram. sens., 1972, 210 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD	POLSAT SPORT 1 HD	CANAL+ SPORT HD	TVP SPORT HD	ELEVEN SPORTS 1 HD	Discovery DISCOVERY CHANNEL HD
8.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Krakowie – speed kobiet i mężczyzn – finały 9.00 Jeździectwo: Global Champions Tour w Monako 11.00 Kolarstwo: Tour de France – 2. etap 12.00 Kolarstwo: Tour de France – 3. etap 17.30 Kolarstwo górskie: Zawody PS w La Thuile – cross-country kobiet i cross-country mężczyzn 19.30 FIM World Endurance Championship: Wyścig 8-godzinny w Suzuce	6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski 10.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 11.00 Halo, tu Wimbledon – magazyn tenisowy 12.00 Kronika Wimbledonu – magazyn tenisowy 13.00 Tenis: Turniej Wimbledon – studio 14.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 16.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej	6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: GKS Katowice – Raków Częstochowa 8.45 Wyścigi konne: Tor Służewiec 2026 – Gala Derby 11.15 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Atletico Madryt – Real Sociedad 13.30 Magazyn PGE Ekstraliga – magazyn żużlowy 15.10 Premier League Stories (46) – magazyn piłkarski 15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Celta – Real Madryt CF 18.00 Liderzy. W centrum gry (2) – dok., Pol.	6.00 Strongman: Puchar Polski – Żmigród 2026 7.00 Koszykówka mężczyzn: Eliminacje mistrzostw świata – mecz: Włochy – Litwa 9.00 Mundialowy poranek (25) – magazyn piłkarski 10.15 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału 12.35 Kamera TVP Sport 13.20 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału 15.45 Dzień na mundial (25) – mag. piłkarski 16.00 Piłka nożna: Ekspert zapowiedzi nadchodzącej spotkania i przybliżą taktyki zespołów.	6.45 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski 7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – TSG 1899 Hoffenheim 9.00 Piłka nożna: Liga włoska: Udinese – Inter 11.00 Formula 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii 12.30 Formula 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii 13.40 Made in Italy (16) 14.00 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii 16.00 Piłka nożna: Liga włoska: US Sassuolo Calcio – Inter 18.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Borussia Dortmund – Bayern 20.00 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii	7.00 Budowa na końcu świata – serial dok. 8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie – serial dok. 9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 7 10.00 Klan z Alaski – dok. 11.00 Przetrwać nad Jukonem – dok., USA 12.00 Włoska kontrola celna (5) – dok., Wł. 13.00 Ed Stafford: inicjacja – serial dok. 14.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita 3 15.00 Złomowisko PL 6 (4) – serial dok., Pol. 2018 16.00 Celnicy na straży Niemiec (1) – dok. 17.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (7) – dok.
SNOOKER	TENIS	ZUŻEL	KOSZYKÓWKA MĘŻCZYZN	PIŁKA NOŻNA	ROZRYWKOWY
21.00 Turniej Northern Ireland Open – finał: J. Lisowski – J. Trump Decydujący pojedynek dziesiątej edycji zmagani w Irlandii Północnej. Zwycięzca zabierze do domu 100 tysięcy funtów. 22.00 Kolarstwo: Tour de France – 3. etap: Granollers – Les Angles 0.00 Snooker: Turniej UK Championship – finał: M. Selby – J. Trump 1.30 Kolarstwo: Tour de France – 3. etap 3.00 FIM WEC: Wyścig 24-godzinny w Le Mans	18.30 Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej Rok temu Alexander Zverev odpadł w 1. rundzie. Teraz, po triumfie we French Open, będzie chciał poprawić swój rezultat w Londynie. 21.00 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii 22.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej 23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 1.00 Boks	19.00 PGE Ekstraliga – mecz: Motor Lublin – Gezet Stal Gorzów Bartosz Zmarzlik i jego koledzy liczą na udany rewanż za porażkę 44:46 w poprzednim starciu z Gorzowianami. 22.00 Boks: Gala w El Paso – waga lekka: S. Han – H. Holm 0.15 Liga+ Extra – magazyn piłkarski 2.20 Ligomistrzowe historie (5) – magazyn piłkarski 3.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech Poznań – Cracovia	17.20 Eliminacje MŚ: Polska – Holandia Biało-Czerwoni tę część kwalifikacji kończą startem z Oranją. Polacy już dużo wcześniej zapewnili sobie awans do kolejnej rundy. 20.05 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału 0.05 Quiz TVP Sport – teleturniej 1.00 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału 5.00 Boks: Gala w Las Vegas: Sebastian Fundora – Tim Tszyu	20.40 Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Pisa Wicemistrz Włoch kontra beniaminek Serie A. Główni konkurenci interu w walce o scudetto liczyli na potknięcie zespołu Cristiana Chivu. 22.40 Serie A – mag. 23.45 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2) 1.00 Bundesliga Special (22) – mag. piłkarski 1.30 Bundesliga Goal Special (18) – mag. 2.00 Piłka nożna: Liga włoska: Pisa – Atalanta 4.00 Magazyn piłkarski	18.00 Bracia Collins biorą się do roboty (12) Podróż Collinsów po Indiach dobiega końca. Ich ostatnie zadanie okazuje się jednym z najgorszych. Rafał nie znosi zapachu ryb, z kolei Grzegorz cierpi na chorobę morską. 19.00 Nagi instynkt przetrwania 12 21.00 Nic do ukrycia (10) 22.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (8) – dok. 23.00 Celnicy na straży Niemiec (2) – dok. 0.00 Od samochodu do domu 2 (1) – mag. 1.00 Hot rod wg Kindiga
EUROSPORT 2 HD	POLSAT SPORT 2 HD	CANAL+ SPORT 2 HD	EXTREME CHANNEL HD	ELEVEN SPORTS 2 HD	life DISCOVERY LIFE HD
12.00 Snooker: Turniej Northern Ireland Open w Belfaście: J. Lisowski – J. Trump 15.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Krakowie – speed kobiet i mężczyzn 16.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Krakowie – speed par mieszanych – finały 18.00 Jeździectwo: Global Champions Tour w Monako 20.00 Kolarstwo: Tour de France – 3. etap: Granollers – Les Angles 22.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria sław Barcelona 1992 – magazyn sportowy	6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej 8.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 11.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 18.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 20.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 21.00 Lekkoatletyka: Diamentowa Liga w Eugene 23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 1.00 Sporty walki: FEN	11.00 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg 13.30 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg – mecz finałowy gry pojedynczej 16.00 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg – 1. runda: Clara Tauson – Diana Sznajder 18.30 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg – mecz 1. rundy gry pojedynczej: Solana Sierra – Zheng Qinwen 21.00 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg – mecz 1. rundy: V. Williams – I. C. Begu 23.30 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg – mecz 1. rundy: A. Eala – E. Mertens	10.00 AMA Motocross Series Highlights (10) 11.00 X Games – Aspen 2020 12.00 Blue World 2 (1, 2) 13.00 Action Sports World (10) 14.00 WWE Classic Gold (80) 15.15 WWE Highlights (8, 12) 17.00 KPW Komatv (14) 18.00 WWE Highlights (9) 18.45 WWE Classic Gold (84, 1) 20.00 AEW Collision 2 (2626) 22.00 LoW – Legacy of Wrestling (5) 1.00 New Japan Wrestling – Highlights (19) 1.30 WWE Highlights (1) 2.00 AMA Motocross Series Highlights (10)	12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Werder – Bayern 14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Cremonese – Inter 16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Bayern – TSG 1899 Hoffenheim 18.00 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii 20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Udinese – Inter 22.00 Ligue 1 Show (36) – mag. 23.05 Made in Italy (13, 12, 11) 0.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Le Havre AC – Paris Saint-Germain 2.00 Magazyn piłkarski 2.40 Magazyn piłkarski	10.15 Nowa Maja w ogrodzie 5 (32, 33) 11.15 Idealna niania 2 (11) 12.00 Idealna niania 3 (2) 12.45 Klinika bez tajemnic 14.45 Szpital (514, 515) 16.45 Idealna niania 2 (10, 11) 18.15 Idealna niania 3 (2, 3) 19.45 Zrob coś z tym dzieckiem (3, 4) – mag. 20.45 Skórne na ratunek 3 (10) 21.45 Dr Przyszycilla 3 (12) 22.45 Nie do uwierzenia! 1.45 Bez tabu (4) – magazyn 2.15 Ostatnia szansa (4) – rozr. 3.00 Druga twarz 2 (6) – rozr. 3.45 Szpital (336, 337) 5.15 Pojedynek na modę (3)
POLSAT SPORT FIGHT HD	POLSAT SPORT 3 HD	CANAL+ SPORT 3 HD	ELEVEN SPORTS 4 HD	ELEVEN SPORTS 3 HD	CANAL+ DOKUMENT HD
12.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 18.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 20.00 Boks: Babilon Boxing Show & K1 w Nowym Sączu – waga półciężka: R. Dudek – K. Kalinowski 2 20.35 Sporty walki: UFC Fight Night: Belal Muhammad – Gabriel Bonfim 22.55 Boks: Rocky Boxing Night w Sopocie: Nikodem Jeżewski – Marko Calic	6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 8.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 10.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 18.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 20.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 1.00 Sporty walki: Babilon MMA	6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech – Cracovia 9.00 Żużel: PGE Ekstraliga: Motor Lublin – Stal Gorzów 12.00 Snooker: Championship League – 1. runda 14.45 Premier League Stories 17.30 Snooker: Championship League – 1. runda 22.15 Boks: BKFC Liberty Brawl: Philadelphia 03 Górniki Chłopycz z Zabrze (1) – serial dok. 1.30 Ligomistrzowe historie 2.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: GKS Katowice – Raków Częstochowa 4.30 Przerwa techniczna	13.00 Made in Italy 14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Bayern 16.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: RC Strasbourg – RC Lens 18.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (5, 6) – mag. 19.00 Ligue 1 Show (35, 33) 20.00 Piłka nożna: Liga portugalska: Sporting – Estoril 22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Roma – Milan 0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: FC Augsburg – 1. FC Köln	12.00 Piłka nożna: Liga włoska: AC Milan – US Lecce 14.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: FC Nantes – Olympique Lyon 16.00 Bundesliga Special (22) 16.30 Ligue 1 Show (35) – mag. 17.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2) – mag. 18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Parma – Juventus 20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Köln – Lipsk 22.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: RC Strasbourg – RC Lens 0.00 Werder Double – dok.	11.55 Cztery pory roku w Japonii (3, 4) – dok., Jap. 13.55 Ocean, nasz dom – dok. 15.35 Koralowa oaza archipelagu Tuamotu 16.35 Wszystko o Marii, Matce Bożej (1, 2) – dok. 18.35 Kwiat ośmiu gór – dok. 20.00 Baleary: Cztery piękne siostry (1) – serial dokum. 21.00 Aria di bravura – dok. 22.30 Świat zwierząt: zaskakujące pokrewieństwa – dok. 23.30 Igrając ze śmiercią. Alaska – życie na krawędzi – film dok. 0.25 Lili – film dokum., Pol. 2021

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB-T2	TVP HISTORIA DVB-T2	HISTORY HD
6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki 11 – dok., Wlk. Bryt. 6.30 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki (1-3) – serial dok., Wlk. Bryt. 8.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny 11.00 Pomoc drogowa na Alasce – film dokumentalny 13.00 Podziemne sekrety (8) – serial dok., USA 15.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok. 18.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki (6, 8-12) – serial dokumentalny	6.00 Viralowe zbrodnie 2 – dok., USA 2021 6.30 Viralowe zbrodnie – serial dok., 2023 7.00 Viralowe zbrodnie 2 – serial dokum., USA 7.30 Viralowe zbrodnie 4 – serial dokumentalny 8.00 Przerwana sielanka 10.00 Spowiedź mordercy: akta strażnika z Teksasu 12.00 Wyrok do podważenia 14.00 Morderstwo na prowincji 6 – dok. 16.00 Morderstwo na bagnach – dok. 18.00 Ostatnie wakacje – serial dokumentalny 20.00 Sekrety zbrodni – serial dok., USA	12.00 Przetrwanie w kanadyjskiej dzicy (5) – dok., Kan. 13.00 Wojenna szkoła przetrwania (3) – serial dok. 14.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (6) – serial dok., Wlk. Bryt. 15.00 Alarm na lotnisku: Peru (8, 9) – serial dok. 17.00 Pompeje w ogniu – film dok., USA 2023 18.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Atak z powietrza – film dokum., USA 2022 19.00 Wojna widziana z powietrza (2) – dok. 20.00 Katastrofa w przestworzach (2) – serial dok., Kan.	8.00 Byli sobie wynalazcy (1, 2) 8.55 Wehikuł czasu (706) 9.00 Starożytni kosmici (15) – serial dok., USA 10.00 Gwiazdy lombardu (7, 8) – reality show 12.00 I wojna światowa w liczbach (1) – dok. 13.00 Poszukiwacze historii (11, 12) – dok. 14.00 Tajne akta nazistów (1, 2) – dok., Wlk. Bryt. 16.00 Dorwać tuńczyka 3 (8, 9) – serial dok., USA 18.00 Rolnicy. Podlasie (10, 11) – serial dok. 20.00 Galileo (23) 21.00 Inżynierowie Hitlera: budowniczowie III Rzeszy (5) – dok.	8.30 Czterdziestolatek (14) – obycz., Pol. 1976 9.20 Ex Libris – magazyn 9.50 Ostatni Mazurzy 10.45 Arsenal. Magazyn militarno-historyczny – mag. 11.15 Krainy cudów natury (3) – cykl dok. 12.25 Początki amerykańskiej niepodległości (2) 13.15 Polskie parki narodowe – dok., Pol. 13.45 Królowie (51) – hist. 14.25 Czterdziestolatek (15) – obycz., Pol. 1976 15.45 Sensacje XX wieku 17.45 Czas honoru. Powstanie (12) 18.45 Z otchłani pradziejów	14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (4) – serial dok., USA 14.50 Największe tajemnice świata 6 (14) – serial dok., USA 15.45 Gwiazdy lombardu 13 (3) 16.15 Wykute w ogniu 4 (10) – reality show 17.10 II wojna światowa: wysięg zbrojeń (3) – serial dokumentalny 18.10 Największe tajemnice świata 6 (5) – serial dok., USA 19.05 Starożytni kosmici 13 (21) – dok. 20.00 Starożytni kosmici 14 (19) – dok. 21.00 Starożytni kosmici 17 (6) – dok.
DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	SENSACYJNY	DOKUMENTALNY
21.00 Tajemnice ładowania na Księżycu (3, 4) Utajnione raporty CIA opowiadają o kosmicznej zimnej wojnie. Specjaliści próbują dowiedzieć się więcej o szpiegowskiej aktywności w programie Apollo. 23.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok. 1.00 Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem – serial dokumentalny, USA 4.00 Podziemne sekrety (8) – serial dok., USA	21.00 Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2 Randy jest ambitnym youtuberem. Całą energię poświęca budowaniu wizerunku w internecie, lecz w prawdziwym życiu nie potrafi nawiązywać bliskich relacji. 22.00 Ciało w wodzie 23.00 Morderca z kregu przyjaźni – dok., USA 0.00 Szokująca prawda 14 – dok. 1.00 Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2 – dok. 2.00 Sekrety zbrodni	21.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (1) Medialna wrzawa utrudnia badanie przyczyn wypadków. Tak było w trakcie dochodzenia dotyczącego lotu American Airlines 77. Maszyna uderzyła w Pentagon. 22.00 Ostatni lot: Anatomia katastrofy (1) – dok. 23.00 Katastrofa w przestworzach (9) 0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (10) – serial dokum.	22.00 Zaginione złoto II wojny światowej (1, 2) – USA 2018 Według legendy pod koniec II wojny światowej Japończycy mieli zakopać w filipińskiej dżungli rzeczy o ogromnej wartości. Badacze ruszają na poszukiwania skarbu. 0.00 Starożytni kosmici (7) – serial dokumentalny, USA 2011 1.00 Rolnicy. Podlasie (9-12) – serial dokumentalny, Polska 5.00 Kolowrotek (9, 10) – magazyn wędkarski	20.00 Oficer (6) – Polska 2005 Policja aresztuje Topora i jego pomocnika. Kruszon i Rys zatrzymują też Jubego, lecz podczas przesłuchań przestępca uparcie milczy. Aldona natrafia na wyjaśnienie skrótu MAG. 21.05 Wojny Rosji (1/3) – film dok., Niem. 2023 22.05 II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa (1): Dunkierka – serial dok. 23.15 Sensacje XX wieku 1.20 Encyklopedia II wojny światowej – serial dok., Pol. 1991	22.00 Największe tajemnice świata 7 (12) – USA Wikingowie przemierzali Europę, zdobywając ogromne ilości złota i cennych przedmiotów. Eksperti badają, czy ich legendarne skarby przetrwały do naszych czasów. 23.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 2 (8) – serial dok., USA 23.55 David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (4) – dok., USA 2026 0.50 Starożytni kosmici 14 (19) – dok.
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
6.00 Na ratunek starociom 7.00 Zoom na architekturę 9.00 Tajemnice wraków Bałtyku (2) – serial dok. 10.00 Wstęp uzbrojony (5, 6) 11.00 Wyprawa w nieznane 13.00 Podziemne sekrety 14.00 Łowcy staroci: Renowacja (13, 14) – dok. 16.00 Skarby z szopy – klasyki 18.00 Łowcy staroci (3, 4) – dok. 20.00 Nawiedzona Irlandia 22.00 Tajemnice Alaski – dok. 0.00 Wyprawa w nieznane 2.00 Pasja – sposób na życie 3.35 Profesjonalisci – cykl dok. 4.25 Europejskie bażary (3) 5.10 Łowcy staroci (8) – dok.	13.45 Ocalić raj (4) – serial dok. 14.50 Zaginione światy (1) 15.50 Niezwykłe podróże koleją 8 (6) – serial dok., Fr. 16.55 Świat zawarty w obrazie (1) – serial dok. 17.55 Dokąd dzisiaj? 4 (65) 18.10 Polska z góry 10 (1, 2) 19.10 Mam zamek 2 (3) – dok. 19.45 Zapomniane królowe epoki żelaza – dok., Niem. 20.50 Osierocone. Dzieci i wojna (1) – film dok., Fr. 22.00 Tutanchamon: wielkie odkrycie – film dokum., Fr. 23.10 Strefa nagości (3) – dok. 0.20 Niezwykłe podróże koleją 8 (7) – serial dok., Fr.	8.00 Oko w oko z dziką naturą (3) – dok., Wlk. Bryt. 9.00 Niezwykły dr Pol 12.00 Najgroźniejsze zwierzęta Afryki (3) 13.00 Dzikie miejsca Europy 14.00 Najdziwniejsze cuda ewolucji (1) – serial dok. 15.00 Walki zwierząt (5) – dok. 16.00 Dziewica Ameryka (4) 17.00 Zjednoczone Stany Zwięzce (1, 2) – dok. 18.00 Dzikie Indie (1) – dok. 19.00 Królestwo drapeżników: Rebelia 20.00 Dziką konfrontacją (9) 21.00 Niezwykły dr Pol 2.00 Dzikie miejsca Europy	11.15 Najgroźniejsze rekiny 12.15 Zwierzęta: mistrzowie survivalu 2 (5) – serial dok. 13.30 Zabójcza pogoda 2 (13) 14.30 Wielkie rzeki (4) – dok. 15.35 Ochrona przyrody: od Yellowstone do Jukonu 16.45 Najbardziej znane zwierzęta Afryki (1) 17.50 Lista drapieżników (1) 18.55 Wielkie rzeki (4) – dok. 20.00 W okowach mrozu 4 (1) 21.00 Ochrona przyrody: od Yellowstone do Jukonu 22.15 Rekiny: wojna płci – dok. 23.20 Lista drapieżników (1) 0.25 Zabójcza pogoda 2 (13) 1.25 Wielkie rzeki (4) – dok.	13.40 Mroźna planeta 2 (3) 14.45 W okowach mrozu 3 (3) 15.45 Życie na pustkowiu: powroty 3 (8) – serial dok. 16.45 Indie z Alexandrem Armstrongiem (1) – dok. 17.40 Dziewczę zakątki Ziemi (4) – serial dok., Wlk. Bryt. 18.45 Malownicze trasy kolejowe 3 (2) – serial dok. 19.45 Tajemnice wulkanów (2) – film dok., Wielka Brytania 20.40 Potęga ssaków: kulisy 20.55 W okowach mrozu 3 22.55 Indie z Alexandrem Armstrongiem (1) – dok. 23.55 Paryz-Stampul z Sue Perkins (1) – serial dokum.	13.00 Irwinowie – następne pokolenie 4 – serial dok. 14.00 Resocjalizacja z pitbullem – serial dok. 15.00 Kot z piekła rodem 8 17.00 Dwa oblicza survivalu 3 18.00 Weterynarz z Gór Skalistych 6 – serial dok. 19.00 Mieszkaniec na pniu 20.00 Na tropie legendarnych potworów – serial dok. 21.00 Weterynarz z Alaski 22.00 Projekt akwarium (19) 23.00 Resocjalizacja z pitbullem – serial dok. 0.00 Rekinotopia – film dokum. 1.00 Irwinowie – następne pokolenie 4 – serial dok.
TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
12.35 Ludzie z mikroplastiku 13.40 Najwspanialsze drzewo Australii (1) – film dokum. 14.50 Rajskie zakątki Europy 15.40 Neon – film dok., Pol. 2012 16.45 Magiczny Adriatyk (1) 17.45 Sanatorium miłości 4 (6) 18.45 Jacek Cygan. Życie jest sztuką – film dokum., Pol. 20.00 Kości na handel – dok. 21.05 W krainie niedźwiedzia 22.10 Niebezpieczne żądze (1) 23.15 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn 23.25 Naddniestrze, Abchazja i Osetia – fantomowe państwa – film dokum., Fr. 0.30 Sanatorium miłości 4 (5)	13.05 Poszukiwacze historii 14.00 Laponia – opowieść o śpiących olbrzymach 15.10 Poszukiwacze historii 15.35 Świat z góry. Zamki (1) 16.50 Militarny top 10 (5) 17.55 Polowanie na Hitlera (5) 18.55 Moja żona i ja – życie w Chinach pod cyfrowym nadzorem 20.00 Wielkie ucieczki z amerykańskich więzień – film dok., USA 22.00 Miłość i seks w Japonii 23.20 Ludzie na wojnie – rok w Ukrainie (6) – serial dok. 0.20 Brudne sekrety tajskiej sekturystryki – film dok.	13.05 Samochoły marzeń (6) 14.10 Australijscy poszukiwacze złota 5 16.05 Drwal z Vancouver Island (10) – reality show 17.00 Australijscy polawiacze homarów 5 (10) – dok. 18.00 Kłątwa umarlaka: W poszukiwaniu zaginionego złota 3 (3) 18.55 Australijscy poszukiwacze złota 7 21.00 Złoto Jukonu 5 (4) – dok. 22.10 Special Ops: Prawda 23.05 Za kratami: najcięższe więzienia na świecie 2 0.15 Poszukiwacze klejnotów: Australia 2	13.30 Titanic w kolorze (1, 2) 15.35 Jak inżynieria zmieniała świat (1) – serial dok., USA 16.30 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze (6) 17.35 Punkty zwrotne II wojny światowej (4) 18.50 Historia sprawiedliwości (1) 19.40 Cesarstwo Rzymskie: mity i fakty (1) – dok., Fr. 20.50 Swiata Hitlera (2) – dok. 22.00 1776: niepodległość USA (1) – serial dokumentalny 22.55 Naziści: ściśle tajna nauka (2) – serial dok., USA 23.55 Wojna o wieżę Eiffa	15.05 Ferie, impreza, morderstwo (2) – dok. 16.00 Pogrzebani za domem 3 17.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (1) – dok. 18.00 Z archiwum 997 (9, 10) 19.00 Dowody zbrodni: ślady DNA (8) – serial dok., USA 20.00 Kobiety, które nosły śmierć 11 (10) – serial dok. 21.00 Pogrzebani za domem 6 (10) – serial dokumentalny 22.00 Psy na służbie z Jimem Belushim (1, 2) – dok., USA 23.00 Zbrodnia: oszukać prawdę (5) – serial dokum. 23.55 Kobiety, które nosły śmierć 11 (5) – serial dok.	12.15 Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń. Zanzibar – pr. rozrywk. 13.20 Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń. Dubaj 14.20 Człowiek kontra jedzenie (33) – mag. kulin. 14.55 Kulinarne podróże z Guyem Fierim (3-6) 17.00 Pojedynki Eda Stafforda 19.05 Kamperem przez świat 21.00 Sprawa dla medium i detektywa (9, 10) – dok. 23.10 Kobieta na krańcu świata (6-8) – serial dok. 0.55 Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń. Zanzibar – pr. rozrywk.

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	4 TV 4	TTV HD	TVN STYLE HD
14.10 Kulturalni 15.00 Słowo daje! – mag. 15.10 Kiedyś to było... 15.40 62. KFPP w Opolu – Zróbmy więc prywatkę... 16.00 Zaraz wracam 2 (105) – serial obycz. 16.30 Barwy szczęścia (3336) – serial obycz. 17.00 Gra słów. Krzyżówka (1055) 17.30 Teleexpress 17.50 Teleexpress Extra 18.15 Słownik polsko@polski (682) 18.45 Świętokrzyskie krajozaby 19.15 Laskowik & Malicki – program rozrywkowy 20.10 Program informacyjny 19.30	8.45 Va banque (937) 9.20 Koło fortuny (2046) 9.55 Program rozrywkowy 10.05 Makłowicz w podróży – mag. 10.45 Postaw na milion 12.35 Familiada – telet. 13.15 Matki, żony i kochanki (17) 14.15 Rodzinka.pl (192, 193) – kom., Pol. 15.20 Niepewne sytuacje 3 (5) – rozr. 15.50 Kocham Cię, Polsko! (6) – program rozrywk. 17.25 Va banque (938) 18.00 Koło fortuny (2047) 18.35 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin. 19.40 Makłowicz w podróży – mag.	6.00 Przyjaciółki (63, 64) – serial obyczajowy, Polska 2015 8.00 Co ludzie powiedzą (5, 6) – serial kom., Wielka Brytania 1990 9.20 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (41, 42) – reality show 12.30 Bogaty dom – biedny dom (141, 142) – reality show, Polska 14.30 10 lat młodsza w 10 dni (7, 8) – program rozrywkowy 16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (46) – reality show 18.00 Nasz nowy dom (322, 323) – reality show, Polska	6.00 Strażnik Teksasu (4, 5) – sens., USA 1999 7.55 Bogaty dom – biedny dom (71) 8.55 Policjanci i Policjanci (502, 503) – serial obycz., Polska 10.55 Na ratunek 112 (1160, 1161) – paradok. 11.55 Dlaczego ja? (1529, 1530) – paradok. 13.55 Trudne sprawy (1346-1348) – paradok. 16.55 Policjanci i Policjanci (1395) – serial obycz., Polska 18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (490) – reality show 19.00 Policjanci i Policjanci (1396) – serial obycz., Polska	7.10 Express – pr. inform. 7.35 DeFacto 13 (7, 8) 8.30 Kartoteka (6, 7) 10.35 Detektywi (19, 20) 12.35 Zakup w ciemno 7 (28, 29) – reality show 14.35 Nic do zgłoszenia (4) 15.35 Złomowisko PL 5 (2) 16.45 Express – pr. inform. 16.58 Pogoda, sport 17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 21 (3) 18.05 Zakup w ciemno extra (36) 18.40 Niezwykłe Stany Prokopa 5 (7) – rozr. 19.45 Express – pr. inform. 20.05 Zakup w ciemno 7 (34) – reality show 21.05 Zakup w ciemno extra (31) 21.45 Express – pr. inform.	5.20 Damy i wieśniaczki. PL 9 (1) – serial fab.-dok., Polska 2025 6.15 Anatomia piękna 2 (1) – program rozrywk. 7.10 Co za tydzień – magazyn kulturalny 7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn – pr. kulin.-rozrywk. 11.20 Ugotowani (3, 4) – pr. kulin.-rozrywk. 13.30 Kuchenne rewolucje (10, 9) – program rozrywkowy 15.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (7, 8) – reality show 17.05 W czym do ślubu? (4) – program rozrywk. 17.40 Kuchenne rewolucje (4, 9, 10) – program rozrywkowy	
WOJENNY	TELETURNIEJ	ROZRYWKOWY	KRYMINALNY	ROZRYWKOWY	DOKUMENTALNY	
20.50 Czas honoru. Powstanie (7) – Pol. Michał dostaje rozkaz przestąpienia się do Kampino. Oddział Bronka udaje się do magazynu na Stawkach po zaopatrzenie. Do wyprawy dołącza Karkowski. 21.45 Królowa Bona (6) 22.45 To jest grane – wakacyjnie (94) 23.15 Dzienniki regionów 23.40 Tajemnice kultowych seriali (1) 0.30 Andrzej Wajda – Notatki 0.40 Zaraz wracam 2 (105) – serial obycz.	20.15 Postaw na milion W każdej grze bierze udział dwoje bliskich sobie uczestników. Są drużyna. Dostają milion złotych. Żeby go nie stracić, muszą poprawnie odpowiedzieć na osiem pytań. 21.15 Kabaret Letnią Porą (25) – pr. rozrywk. 22.10 Rodzinka.pl (54) 22.50 Lato z Radiem i Telewizją Polską 0.55 Koło fortuny (2047, 2039) – telet. 2.20 Kabaret Letnią Porą (3, 33) – pr. rozrywk. 4.25 Hity wszech czasów (56) – mag.	20.00 Kolacja w ciemno (66) – Polska Szukająca miłości kobieta otrzymuje menu w pięciu wersjach, przygotowanych przez samotnych mężczyzn. Wybiera trzy propozycje i spotyka się z ich autorami. 21.05 Więzienie kobiet (134, 135) – dok., Pol. 22.00 Walka o życie (6) 23.00 Gry małżeńskie (150, 151) 1.00 Kolacja w ciemno (12, 13) – pr. rozrywk. 3.05 Więzienie kobiet (11, 12) – serial dok. 4.00 Zdrady (151, 152)	20.00 Uroczysko (197, 198) – Polska 2025 Śledczy znajdują ciało Roberta w lesie, a Czarek znika bez śladu. Niebawem rolnik zgłasza kolejne morderstwo. Makabryczna scena przywołuje legendę o Leszym. 21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (125) 22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1008) 23.05 Sisu – dram. wojenny, Finlandia/Wlk. Bryt./USA 2022, 115 min 1.00 Love Island. Wyspa miłości (27)	22.00 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (3) Dominik Abus i Krzysztof Radzikowski komentują wybrane programy telewizyjne. Okaże się, co ich irytuje, a co ekscytuje. Nie zabraknie okazji do śmiechu i wzruszeń. 23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (2) 0.00 Damy i wieśniaczki. PL 11 (6) – fab.-dok. 1.00 Ciężarówka przez Wietnam (1) – dok. 2.00 Wyburzacz 8 (5, 6) 3.10 Sędzia Anna Maria Wesołowska 7 (30, 1) – fab.-dok., Pol.	20.50 Jestem z Polski (16, 10) – Polska 2023 Od ponad 20 lat Monika mieszka w Szwecji. Oprowadza ekipę po Sztokholmie. Widzowie zobaczą m.in. największą uliczkę i najmniejszy pomnik w mieście. 22.50 Hotel Paradise 6 (22) – reality show 23.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9 1.35 Dorota was urządzi! (4) – program rozrywk. 2.20 Nieoczywiste miejsca (3) – dok., Pol. 2.55 Dieta czy cud? (1, 2)	
TVP HD	TVP HD	ZOOM	TLC	C+ KUCHNIA HD	TVN TURBO HD	
13.20 Komisarz Alex 3 (39) 14.15 Ranczo 6 (77, 78) – obycz. 16.10 Gwiazdowska kuchnia Ani 3 (29) – magazyn kulin. 16.40 Tańcząca ze światem – Malta (3) – magazyn 17.10 Okrasa lamie przepisy 17.45 Makłowicz w podróży 18.20 Ojciec Mateusz 25 (318) 19.20 Ranczo 7 (85) – obycz., Pol. 20.10 Rodzinka.pl (306, 307) 21.25 Ojciec Mateusz 32 (410) 22.20 Pojedynk na głosy FILM – komediodramat, Wielka Brytania 2019, 125 min 0.25 Czarny mercedes – film FILM – kryminalny, Polska 2019, 130 min	15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział 16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel – krym., Austria 17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział 18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz. 19.50 Rosamunde Pilcher – Niech zdecyduje miłość – film obyczajowy, Niemcy 2009, 120 min 21.50 Rosamunde Pilcher: Przyprzyły miłości – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2009, 105 min 23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	8.05 Strażnik Teksasu 9 (5, 6) 9.55 MacGyver 3 (2, 3) – sens. 12.05 Pułapki umysłu (1) – dok. 13.15 Wojny magazynowe: Kanada 2 (13, 14) 14.25 Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (3) 15.30 Sensacje XX wieku (6, 7) 17.50 Wojciech Cejrowski – bosy przez świat 20.00 Kobra – oddział specjalny 23 (18, 19) 22.00 Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (4) 23.00 Magia nagości 5 (6) – rozr. 0.05 Magia nagości 4 (9) – rozr. 1.10 Adam szuka Ewy VIP. Holandia 2 (5) – pr. rozr.	12.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11 – serial dok. 13.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 3 15.00 Wiza na miłość: pościelowe rozmowy 11 – reality show 16.00 Historie wielkiej wagi 18.00 Pokonać otępyłość (5) 19.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach 3 20.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show 21.00 Wiza na miłość 12 23.00 Koleżanki na zabój 0.00 Dr Przyszczyła – kulisy 1.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show	13.25 Kulinarne szlaki: Południowa Afryka (1) 13.55 Podróż przez smaki Chin 3 (1) – serial dokum. 14.50 U sąsiadów w kuchni 12 15.45 Z pola na stół 2 (5) – dok. 16.15 Jelit na mózg (4) – mag. 16.40 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień 18.30 Maximum Foodie 4 (9) 18.55 M jak mięso (1, 2) – dok. 19.50 Nie bój ryby! (1) – mag. 20.15 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień 21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 11 23.00 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 8 (5)	12.15 Jeździć, obserwować (2) 13.00 Mobilni mechanicy (7, 8) 14.30 Zawodowi handlarze 16.00 Wojny samochodowe 18.00 Raport Turbo – mag. inf. 18.15 Jeździć, obserwować (7) 19.00 Prawko na świecie. Jazda bez zasad (2) – rozr. 19.45 Usterka 16 (13) – fab.-dok. 20.15 Naprawy nie do naprawy (3) – mag. 21.00 Wojny samochodowe (4) 22.00 Raport Turbo – mag. inf. 22.15 Jeździć, obserwować 23.45 Z drugiej ręki (4) – mag. 0.30 Nauka jazdy (23) – pr. rozr. 1.00 101 gadzettoz motoryzacyjnych (3)	
NOVA	METRO	ANTENA HD	WP	C+ DOMO HD	HGTV HD	
9.30 Calkiem nowe lata miodowe (15) – kom., Pol. 10.00 Miodowe lata (14) – kom. 10.30 Więzienie (119) – dok., Pol. 11.00 Polrot 13 – serial krym. 14.30 Świat według Kiepskich (353) – serial kom., Polska 15.00 Świat według Bunday 8 (166-171) 18.00 Calkiem nowe lata miodowe (12) – kom., Pol. 18.30 Miodowe lata (20-23) 21.00 Zdrady (6) – paradok., Pol. 22.00 Ślad (40, 41, 105) – krym. 1.00 Łowca pedofilów 3.00 TV okazje (93, 94) 3.50 Wehikuł czasu (706, 705) 4.00 Sala operacyjna (10)	8.30 Szpital (782, 783) 10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (351, 352) 12.30 SOS Ekipy w akcji (28) 13.30 Brzydula (27, 28) – kom. 14.35 Kiedy ktoś kocha bardziej (13) – obycz. 15.45 The Floor (1, 2) – telet. 17.00 Fani czterech kółek 17 18.00 Prawo Agaty 7 (2) 19.00 Kartoteka 2 (5, 6) 21.05 Kryminalni 3 (1, 2) – krym. 23.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (6) – krym. 0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5 (5) – dok. 1.15 Szpital (775) – paradok. 2.15 Szkoła (528, 529)	11.55 Kłątwa Wyspy Dębów 6 13.50 Australijskie poszukiwanie złota 3 15.50 Wojny kontenerowe 2 16.50 77 TV 4 (14, 15) – pr. rozr. 18.55 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Genuszy (7) – serial kryminalny 20.00 Alex Hugo – gorski detektyw (9) – serial krym. 22.05 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Genuszy (3) – serial kryminalny 23.10 Detektywi z Bordeaux 4 (10) – serial krym., Fr/Belgia 0.25 Polska. Największe tajemnice 2 (6-8) – pr. rozr. 3.40 Poprawczak (1, 2) – dok.	12.00 Wariaci za kierownicą 5 13.00 Makłowicz w podróży 14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (23-25) – dok. 16.55 Pogoda 17.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 5 (2) – serial kryminalny, Fr 2021 19.00 Strażacy z sąsiedztwa 20.00 Whitney Houston: rodzinna tragedia – dok. 21.50 Pogoda 22.00 Mistrzowie Kabaretu 2 23.00 Mistrzowie Kabaretu 12 0.00 Mistrzowie Kabaretu 3 1.00 Kabaretowy śmiech grupowy (2) – pr. rozrywk.	14.05 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo (3) – dok., Kan. 15.00 Kupcie sobie zamek! 2 15.55 Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie 9 (5, 6) 16.50 Gardeners' World 14 (5) 18.00 Ucieczka na wieś 22 (10) 19.00 Wielkie projekty: Szwecja 3 (2) – serial dok. 20.00 Daleko od miasta 10 21.00 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo (4) – dok., Kan. 21.55 Wielkie projekty: Australia 12 (1) – dok. 23.00 Wielkie projekty: Australia 11 (1) – dok.	10.00 Widok, na który cię stać 11.05 Usterka 11 (10, 11) – serial fab.-dokum., Polska 2019 12.35 Moje miasto, mój dom 8 13.55 Mieszkanie na miarę 16.15 Polowanie na ogród 2 18.15 Weekendowa metamorfoza 3 (4, 5) 20.05 Złoty remont 4 (4) – rozr. 21.05 Dorota was urządzi! 22.35 House Hunters – Poszukiwacze domów 8 (11, 12) – pr. rozr. 23.35 House Hunters – Poszukiwacze domów 9 (1, 2) – pr. rozr. 0.45 Kupujemy dom na plaży 29 (11, 12) – dok.	

POLSAT 2 HD	SUPER POLSAT DVB-T2	TV 6 DVB-T	BBC FIRST HD	STACJE DZIECIĘCE	STACJE INFORMACYJNE
5.50 Wydarzenia 6.30 Nasz nowy dom (298) – reality show 7.30 Na ratunek 112 (921, 922) – serial paradokum., Pol. 2024 8.30 Sekrety rodziny (375-377) – serial paradokum., Pol. 2024 11.30 Trudne sprawy (947) – serial paradokum., Pol. 2020 12.30 Dlaczego ja? (1344, 1345) – serial paradokum., Pol. 2024 14.30 Świat według Kiepskich (519-523) – serial komediowy, Polska 2017-2018 17.00 48h. Zaginięni (151, 152) – serial kryminalny, Pol. 2022	6.05 Wydarzenia 6.45 SuperLudzie Extra (24) – magazyn 7.00 Na ratunek 112 (706, 707) – paradok. 8.00 Doktor Martin (51, 52) – serial obycz. 10.00 Wydarzenia 10.30 SuperLudzie (33, 34) 11.30 Świat według Kiepskich (443, 444, 353, 354) 13.35 Bitwa o palety (1) 14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6 (59) 16.05 Ninja Warrior Polska (33) 18.00 Świat według Kiepskich (458, 459, 551, 552) 20.00 Złomiarze (5) – dok.	6.00 Więzienie (154, 155) 6.55 Policjanci i Policjanci (701, 702) – serial obycz., Polska 8.55 Kobra – oddział specjalny (20, 21) – serial sens., Niemcy 10.55 48h. Zaginięni (136-138) – krym., Pol. 13.55 Policjantki i Policjanci (1196) – serial obycz., Polska 14.55 Uroczysko (37, 38) 15.55 Kobra – oddział specjalny (22, 23) – serial sens., Niemcy 18.00 Strażnik Teksasu (6, 7) – sens., USA 1999 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (189, 190) – krym., USA/Kanada	7.00 Śledztwa siostry Bonifacji 3 (7, 8) 8.35 Lewis 4 (7) – krym. 9.40 My Life is Murder 4 (8) – serial kryminalny 10.40 Śmierć pod palmami (1) – krym. 11.45 Zagadki doktora Blake'a 3 (2) – krym. 12.55 Śledztwa siostry Bonifacji: odcinek świąteczny 2024 (1, 2) – film krym., Wlk. Bryt. 15.00 Ojciec Brown 7 (5) 16.00 Lewis 4 (7) – krym. 17.00 My Life is Murder 2 (9) – serial kryminalny 18.00 Morderstwa w Midlands 21 (1) 19.55 Śmierć pod palmami (2) – krym.	8.10 Piotruś Królik 8.35 Wegezaury 2 (10) 8.40 Świnka Peppa (3, 4) 8.50 Świnka Peppa 4 (1) 9.00 Tygrysek Percy i jego opowieści 9.30 Domisie – dla dzieci 10.00 Zwierzątki Czytali (173) – program eduk. 10.20 Bolek i Lolek na wakacjach 10.45 Rodzina Treflików 2 (19, 20) – serial anim. 11.10 Odo (28-30) – anim. 11.35 Stacyjkowo 11.55 Pszczółka Maja (10) 12.25 Domisie – dla dzieci 13.00 Figa Migu na planecie Czocharas (35) 13.20 Tru i Tęczowe Królestwo (10)	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 	KOMEDIA KRYMINALNA 	KRYMINALNY 	KRYMINALNY 	ANIMOWANY 	PUBLICYSTYCZNY 
19.00 Gliniarze (993) – Polska 2024 Cieźarna zostaje pobita w pobliżu swojego domu. Natalia i Kuba odkrywają, że niedawno rozstała się z mężem i wyznała zdradę. W toku śledztwa wychodzi na jaw, że kobieta prowadziła podwójne życie. 20.00 Ślad (69) – krym., Pol. 22.05 Gliniarze (788) 22.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (113, 114) – dok., Pol. 23.00 Świat według Kiepskich (355, 356) 0.00 Ślad (91) – krym., Pol. 1.00 Zdrady II (10)	21.00 21 Jump Street FILM – USA 2012, 130 min Policjanci Schmidt i Jenko biorą udział w tajnej akcji na terenie liceum. Udać uczniów, mają dotrzeć do przestępców rozprowadzających nowy narkotyk. 23.10 Detonator – film sensacyjny, USA/Rumunia 2006, 130 min 1.20 Świat według Kiepskich (383-387) – serial kom., Pol. 2012 3.55 Nasz nowy dom (247, 248) – reality show, Polska 2021	21.55 Czarna lista (21) – USA 2013 Liz nie chce współpracować z Redem, odkąd zna prawdę o śmierci ojca. Mężczyzna próbuje zadośćuczynić wyrażoną krzywdę. Podsuwa FBI nową sprawę. 22.55 Łowca pedofilów (181-184) – dok., Pol. 0.55 Więzienie (203, 205, 204, 206) 2.55 Cobra Kai (25) – serial przygodowy, USA 2018 3.40 Septagon (94, 95) – serial krym., Polska 5.45 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.	21.00 My Life is Murder 5 (1) Znany influencer, który zajmuje się branżą fitness, nieoczekiwanie umiera podczas transmisji na żywo. Alexa lepiej pozna świat profesjonalnych drużyn czirlierek. 22.00 Diabelski szczyt (1, 2) – serial krym. 0.10 Harry Wild 4 (4) 1.05 Śmierć pod palmami (2) – krym. 2.15 Morderstwa w Midlands 21 (1) 4.00 My Life is Murder 2 (9) – serial kryminalny 4.45 Moja rodzinka 2 (8)	13.45 Świnka Peppa (8, 9) – Wielka Brytania 2016 Peppa i jej przyjaciele budują w piaskownicy bezładną wyspę. Mają jednak na niej las, jezioro, domy oraz sklepy. 13.55 Świnka Peppa 7 (1) 14.10 Pajak Lucas 2 (19, 20) 14.30 Oli i Luna (19, 20) 14.55 Oktonauci (19, 20) 15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (10) – mag. 15.40 Billy – chomik, który został kowbojem 16.05 Pat i Świat (28-30) 16.35 Rev i Roll (47, 48) 17.05 Pszczółka Maja 17.30 Petronix: Obrońcy...	20.00 Kropka nad i Monika Olejnik prowadzi rozmowy z najważniejszymi postaciami polskiej sceny politycznej na temat bieżących wydarzeń w kraju. 20.20 Fakty o świecie 21.00 Polska i świat – inf. 22.00 Szkło kontaktowe 23.00 Dzień po dniu – mag. 0.25 Biznes – pr. publicyst. 0.45 Fakty po Faktach 1.20 Kropka nad i – publ. 1.50 Tak jest – pr. publ. 2.35 Nowa Maja w ogrodzie – mag. 3.00 Akademia ogrodnika – mag.
POLSAT PLAY HD 6.00 Budowlancy (4) – dok. 6.30 Kolowrotek (199) – mag. 7.00 Dorwać tuńczyka (2, 3) 9.00 Wojny magazynowe 10.00 Wojny kontenerowe (6, 7) – serial dokumentalny 11.00 Hardkorowy lombard (28, 30-33) – serial dok. 14.05 Polacy za granicą (145, 146) – serial dokum. 16.05 Złomiarze (29, 30) – dok. 18.10 Poszukiwacze historii (151-154) – serial dok., Pol. 20.05 Złomiarze (39, 53) – dok. 22.05 Siły specjalne – Polska (1, 2) – reality show 1.00 Kolowrotek (188-193) 4.05 Starożytni kosmici (2, 1)	FOOD NETWORK HD 11.30 10 zadań specjalnych Michela Morana 3 (6-8) 13.15 Apetyt na miłość (2, 3) 14.15 Akcja: Restauracja! (13) 15.15 Elitarny turniej wypieków (3) 16.15 Kuchenne rewolucje (5) 17.15 Sexy kuchnia Magdy Gessler (6) – mag. kulin. 17.50 Miłość od kuchni (5) 18.50 Dziecięce mistrzostwa wypieków 11 (6) 19.50 Bójka na plaży 2 (8) 20.50 Pojedynek na grillu (4) 21.55 Pyszne miejscówki (3) 22.55 Akcja: Restauracja! (13) 23.55 Człowiek kontra jedzenie (10-12) – mag.	POLSAT RODZINA HD 9.35 Jeźdźcy smoków na końcu świata (7, 6, 5) 11.00 Podglądacze przyrody 12.00 Bogaty dom – biedny dom (134) – reality show 13.00 Rodzina zastępcza (215, 216) – kom., Pol. 2005 14.55 Wielkie wycieczkowce 15.55 Świat z góry (7, 8) – dok. 17.05 Pingwiny z Madagaskaru 3 (7-10) 19.00 Rodzina zastępcza (304) 20.00 Miodowe lata (13, 1, 95) 22.00 Nasz nowy dom 0.05 Tajna historia Białego Domu – film dokum., USA 1.05 Tajna historia Air Force One – film dokumentalny	BBC LIFESTYLE HD 11.30 Mistrzowie szycia 10 13.45 Bake off: zawodowcy 3 14.40 Wielkie brytyjskie wypieki 13 (2) – pr. rozr. 16.00 Zapraszamy do stołu: Wielka porcja 19 (4) 17.50 Wymarzone domy 2 (1) 18.50 Mistrzowie ceramiki 4 19.50 Wielkie brytyjskie wypieki 13 (3) – pr. rozr. 21.00 Najpiękniej ukryte hotele 2 (5) – serial dokum. 22.00 Kurort sławnych i bogatych (5) – serial dok. 23.00 Wytydlili choroby: Otyłość 2 (2) – serial dok. 0.00 Kuchenne koszmary USA 8 (9, 10) – serial dok.	NICK JR. HD 15.05 Rogata ekipa 2 (13) 15.34 Świnka Peppa 2 16.16 Świnka Peppa 5 (1-3) 16.35 Psi Patrol 4 (8) – anim. 17.05 Rubble i jego ekipa 2 (22) 17.30 Pan Krokodyl 2 (5, 3) 17.55 Barabapa – szczęśliwa rodzinka (1) – serial anim. 18.10 Barabapa i jego rodzinka (25) – serial anim. 18.40 Dora 2 (1) – serial anim. 19.00 Przygody Misia Paddingtona (1, 24, 3) 20.07 Świnka Peppa (30-33) 20.30 Małe Królestwo Bena i Holly (6) – serial anim. 20.55 Barabapa i jego rodzinka (8-10) – anim., Fr.	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 Debaty Gozdry – publ. 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie – pr. inf. 23.30 Obraz dnia – serwis informacyjny 0.00 Najważniejsze pytania
Kobieta DVB-T2 13.00 Na dobre i na złe (576) 13.50 Kiedyś to było... – mag. 14.25 Okrasa łamie przepisy 15.00 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka (61) 15.30 Ojciec Mateusz (3, 4) 17.25 Najwspanialsze ikony natury (2) – serial dokum. 18.30 Hity wspaniałych czasów (6) 19.30 Miłość i nadzieja (296) – telenowela, Turcja 2022 20.30 Wichrowe wzgórza (277) – serial obycz., Turcja 2024 21.30 La Promesa – pałac tajemnic (267) – obycz. 22.30 Miłość i turbulencje – komedia romantyczna, Francja 2013, 100 min	E! ENTERTAINMENT HD 8.50 Tyler Henry – medium z Hollywood (21) – pr. rozr. 10.40 Plastikarna fuszka 12.30 Z kamerą u Kardashiano (2, 3) 14.20 Tyler Henry – medium z Hollywood – pr. rozrywk. 16.10 Plastikarna fuszka 18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk. 18.30 Z kamerą u Kardashiano (8, 9) 20.30 Tyler Henry – medium z Hollywood – pr. rozrywk. 22.30 Plastikarna fuszka 0.30 Tylko dla celebrytów 1.00 Z kamerą u Kardashiano (2, 3)	TV TRWAM DVB-T 15.50 Ma się rozumieć 16.00 Informacje dnia 16.10 Sanktuaria polskie 16.30 Porady medyczne bonifratrów (37) – med. 17.00 Świadkowie 17.30 Spotkanie Rodziny Radia Maryja – pr. religijny 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Śladami historii (4) – dok. 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Z wędka nad wodę w Polskę i świat – rozr. 22.30 Starowiejski profesor Józef Bielawski – dok.	BBC BRIT HD 12.30 Top Gear 7 (6) – mag. 13.35 Warsztat Hammonda 5 14.35 Cuda inżynierii 6 (9) 15.40 Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 4 (20) 16.50 Najdłuższe busy świata – dok., Wlk. Bryt. 17.50 Top Gear 8 (1) – mag. 18.55 Cuda inżynierii 6 (9) 20.00 Brytyjskie fabryki jedzenia (1) – serial dok. 21.00 Kolekcja aut Goldberga 22.00 Czy elektryki są bezpieczne? – film dok. 23.00 Top Gear 7 (6) – mag. 0.05 Top Gear 19 (2) – mag. 1.15 Cuda inżynierii 6 (9)	MINI MINI+ HD 10.00 Baranek Shaun (33-40, 1) 11.25 Baranek oczka (7-10) 11.55 Marta mówi (13, 14) 12.50 Moje urodziny – dla dzieci 12.59 Marta mówi (15, 16) 13.55 Moje urodziny – dla dzieci 14.00 Basia (1-5) – serial anim. 15.10 Kicia Kocia 2 (2-6) – anim. 15.55 Blazie i megamaszyny 3 17.20 Staś i fajna Babcia 17.50 Moje urodziny – dla dzieci 17.57 Staś i fajna Babcia (17) 18.15 Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia (6, 7) – serial anim., Japonia 18.40 Dora i przyjaciele (9, 10) 19.35 Kicia Kocia (3-7) – anim. 20.25 Mały Charlie (2-6) – anim.	TVP 3 DVB-T2 12.10 Calkiem niezła historia 12.30 Okrasa łamie przepisy 13.00 Agrobiznes 13.30 Rozmowy (nie)wygodne 14.10 Calkiem niezła historia 15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – program religijny 15.20 Serwis Info Dzień – inf. 15.30 Program lokalny 19.30 Dlaczego krowa... – mag. 19.45 Kryminalna siódemka 20.00 Dziennik regionów – inf. 20.13 Gość Regionów – pr. publ. 20.30 Kryminalna siódemka 21.00 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów – inf. 22.30 Złoty chłopak (188) 23.30 Kryminalna siódemka

Warto zobaczyć

14.00
ALE KINO+
Ostatni mistrz
OBYCZAJOWY Zapaśnik Wright został przyłapany na doping. Po śmierci matki wraca w rodzinne strony. Zyskuje szansę na odkupienie win. Reż.: Glenn Withrow, A: Cole Hauser, Sean H. Scully, Annika Marks USA 2020 **135 min ▶ do godz. 16.15**

14.50
TVP KULTURA
Jańcio Wodnik
OBYCZAJOWY Wiejski filozof odkrywa w sobie cudowną moc. Rusza w świat, by leczyć ludzi wodą. Niektóre osoby chcą wykorzystać jego dar. Reż.: Jan Jakub Kolski, A: Franciszek Pieczka, Grażyna Błęcka-Kolska Polska 1993 **120 min ▶ do godz. 16.50**

15.45
KINO POLSKA
Rozmowy nocą
KOMEDIA ROMANTYCZNA Singielka chce zostać matką. Szuka mężczyzny, z którym mogłaby zażyć w ciąży. Na jej anons odpowiada Bartek. Reż.: Maciej Żak, A: Marcin Dorociński, Roma Gąsiorowska Polska 2008 **125 min ▶ do godz. 17.50**

17.55
WARNER TV
Przygoda Felicity
FAMILIJNY Dziesięcioletka znajduje klacz należącą do okrutnego i znęcającego się nad zwierzęciem garbarza. Postanawia ją uwolnić. Reż.: Nadia Tass, A: Shailene Woodley, Marcia Gay Harden USA 2005 **105 min ▶ do godz. 19.40**

18.10
FILMBOX+ HITS
Pokonać górę
PRZYGODOWY Donald zabiera dzieci na wybieczkę. 12-letni Donn oddziela się swojej od rodziny. Musi przetrwać w dziczy. Reż.: Andrew Knightlinger, A: Caitlin Fitzgerald, Ethan Slater, Paul Sparks USA 2024 **110 min ▶ do godz. 20.00**

19.10
SCI FI
Małpa i Mechamałpa:
Nowy porządek
SCIENCE FICTION Światowi przywódcy budzą starożytną istotę. Los Ziemi spoczywa w rękach gigantycznej małpy. Reż.: Marc Gottlieb, A: Ashley Ahlquist, Sean Young, Jared Rivet USA 2024 **110 min ▶ do godz. 21.00**

20.00
TV PULS
Zakon
SENSACYJNY W ręce uczonego Oscara trafia rękopis, w którym XI-wieczny rycerz opisał swoje objawienie. Niebawem naukowiec zniknie. Reż.: Sheldon Lettich, A: Jean-Claude Van Damme, Vernon Dobtcheff USA/Aruba 2001 **115 min ▶ do godz. 21.55**

20.00
C+ PREMIUM
Zima pod znakiem wrony
THRILLER Rok 1981. Prof. Joan Andrews przyjeżdża do Warszawy na kongres. Staje się świadkiem śmierci opozycjonisty. Reż.: Kasia Adamik, A: Lesley Manville, Zofia Wichłacz, Sascha Ley Pol./Wlk. Bryt. 2025 **110 min ▶ do godz. 21.50**

→ filmowe hity



Wade musi znaleźć sojuszników, którzy staną wraz z nim do bohaterskiej walki.

20.00 Player One

TVN 7 **SCIENCE FICTION** Uczestnicy gry próbują ocalić wirtualny świat. Stawka jest wysoka.

HIT DNIA Rok 2045. Ziemia została wyniszczona konfliktami i zmianami klimatycznymi. Panuje chaos, a jedyną formą ucieczki od ponurej rzeczywistości jest gra OASIS. Pełen możliwości wirtualny świat oferuje szansę spełnienia marzeń. Użytkownik może wcielić się w dowolnie wybraną istotę.

Pewnego dnia umiera James Halliday, twórca cybernetycznego imperium. Ogłoszony zostaje konkurs na jego zastępcę. Mieszkający w ubogiej dzielnicy, pozbawiony perspektyw Wade Watts podejmuje wyzwanie. Do rozgrywki, polegającej na odnalezieniu w fantastycznym uniwersum trzech kluczy,



wkracza jako Parzival. Stawką są pieniądze i władza. W trakcie swoich poszukiwań poznaje między innymi Art3mis. Niebawem oboje odkrywają, że wirtualnej rzeczywistości grozi zagłada. **HD 180 min ▶ do godz. 23.00**

USA/Indie 2018 Reż.: Steven Spielberg Wyst.: Tye Sheridan, Olivia Cooke, Ben Mendelsohn, T.J. Miller, Simon Pegg



20.00
POLSAT
Niezniszczalni
SENSACYJNY Najemnicy pod wodzą Barneya Rossa (Sylvester Stallone) ruszają na południowoamerykańską wyspę, aby obalić dyktatora. Na miejscu poznają informatorkę z ruchu oporu, która okazuje się córką ich wroga. Reż.: Sylvester Stallone Wyst.: Jason Statham USA 2010 **HD 130 min ▶ do godz. 22.10**



21.55
TV PULS
Krwawy biznes
SENSACYJNY Były agent sił specjalnych Deacon (Jean-Claude Van Damme) pada ofiarą handlarzy organami. Traci nerkę, która była przeznaczona do przeszczepu dla jego siostrzenicy. Zaczyna poszukiwania przestępców. Reż.: Ernie Barbach Wyst.: John Ralston Kanada 2015 **HD 125 min ▶ do godz. 0.00**



20.00
STOPKLATKA
Podły, okrutny, zły
BIOGRAFICZNY Ted Bundy (Zac Efron) zostaje oskarżony o dokonanie serii brutalnych zbrodni. W czasie procesu nie przyznaje się do winy. Jego partnerka Liz Kendall (Lily Collins) nie potrafi uwierzyć w to, że jest on zabójcą. Reż.: Joe Berlinger Wyst.: Angela Sarafyan USA 2019 **HD 135 min ▶ do godz. 22.15**



22.10
POLSAT
Kryzys
SENSACYJNY W Stanach trwa epidemia uzależnień od opioidów. Agent Kelly (Armie Hammer) tropi przestępcę, który organizuje przemysł fentanylu. W tym czasie zmaga się z nałogiem (Evangeline Lilly) szuka syna. Reż.: Nicholas Jarecki Wyst.: Gary Oldman Kan./Bel. 2021 **HD 160 min ▶ do godz. 0.50**



20.50
TVN
Dziewczyna z pociągu
KRYMINALNY Rozwódka Rachel (Emily Blunt) każdego dnia obserwuje zza okna pociągu parę zajmującą mijany po drodze dom. Pewnego razu staje się świadkiem niepokojących wydarzeń. Reż.: Tate Taylor Wyst.: Haley Bennett USA 2016 **HD 145 min ▶ do godz. 23.15**

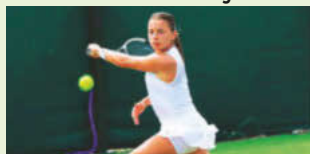


23.05
TV 4
Czasy ostateczne: Pozostawieni
SENSACYJNY Ziemia pogrąży się w chaosie. Ludzie stają się świadkami spełnienia proroctwa biblijnego, które zwiastuje koniec świata. Wśród nich są pilot Rayford (Nicolas Cage) i jego córka. Reż.: Vic Armstrong Wyst.: Lea Thompson USA/Kan. 2014 **HD 140 min ▶ do godz. 1.25**

→ sport



13.00 **Tour de France**
KOLARSTWO **LIVE** Michał Kwiatkowski i spółka mierzą się z trudami czwartego etapu francuskiego touru. Trasa z Carcassonne do Foix liczy niespełna 182 kilometrów. Po drodze na kolarzy czekają cztery kategoryzowane premie górskie. **HD** 300 min ▶ do godz. 18.00



14.00 **Turniej Wimbledon**
TENIS **LIVE** Singlistki, które pożegnają się z turniejem na etapie ćwierćfinału, otrzymają na pocieszenie po 480 tys. funtów. Na więcej z pewnością liczy między innymi Maja Chwalińska. **HD** 120 min ▶ do godz. 16.00



21.50 **Mistrzostwa świata 2026**
PIŁKA NOŻNA **LIVE** Mecz w Vancouver wyłoni kolejnego ćwierćfinalistę tegorocznego mundialu. Wiele wskazuje na to, że o awans powalczą dziś faworyzowana reprezentacja Portugalii. **HD** 160 min ▶ do godz. 0.30



4.45 **Turcja – Polska**
SIATKÓWKA **LIVE** Kądrowiczki Stefana Lavariniego muszą postawić kropkę nad i w walce o przepustkę do turnieju finałowego LN. Zmagania w Osace rozpoczną meczem z bardzo dobrze dysponowaną Turcją. **HD** 135 min ▶ do godz. 7.00

→ rozrywka



21.00 **Rolnicy w akcji**
REALITY TV Codzienne perypetie rolników z czterech hiszpańskich gospodarstw. Na farmie każdy dzień przynosi nowe wyzwania – od wycieków wody, przez zakłócenia w produkcji mleka, po ucieczkę byka, którego trzeba niezwłocznie sprowadzić do zagrody. **HD** 60 min ▶ do godz. 22.00



21.00 **Królowie smaku: Big Zuu & AJ Tracey**
PODRÓŻE Raperzy przemierzają stolicę Korei Południowej. Poznają lokalnych milionerów, spotykają się z docenianym szefem kuchni i próbują bardzo kosztownej potrawy z grilla. **HD** 60 min ▶ do godz. 22.00



23.15 **Kuba Wojewódzki**
TALK-SHOW Prowadzący zaprosił stand-upera Kacpra Rucińskiego, który zdradzi kulis satyrycznych występów na scenie. Kolejnym gościem była Ewa Gawryluk. Aktorka poruszyła m.in. temat pracy na planie serialu „Na Wspólnej”. **HD** 65 min ▶ do godz. 0.20

→ dokument



21.50 **Triumf i upadek. Historia Michaela Jacksona**
BIOGRAFIA Losy króla popu – od statusu dziecięcej gwiazdy przez późniejsze triumfy aż po skandale, zarzuty dotyczące molestowania i procesy sądowe. **HD** 65 min ▶ do godz. 22.55

Zamów najbliższe wydania swojego ulubionego tytułu!



Oferta PRENUMERATY

Od teraz możesz kupić to&owoTV dla siebie i swoich bliskich bez wychodzenia z domu.
5 wydań za 21,45 zł lub 26 wydań za 111,54 zł

Możesz także zamówić **e-wydanie** na www.czytelnia.pl – to wygodny i szybki dostęp do najlepszych treści na Twoim smartfonie, tablecie czy komputerze.



Aby zamówić kolejne wydania **to&owoTV**:
→ przez internet: wejdź na www.czytelnia.pl
→ telefonicznie (w godz. 8.00 – 17.00):
zadzwoń pod numer:
67 210 86 05, 67 354 16 05
prenumerata@bauer.pl

- * Najdogodniejszą formą składania zamówień jest nasz sklep www.czytelnia.pl
- * Szacowany czas dostawy: 4 dni od daty ukazania się w kiosku.
- * Wysyłka za pośrednictwem Poczty Polskiej listami ekonomicznymi, na terenie Polski. W przypadku wysyłki poza granice kraju do cen prenumeraty doliczamy opłatę pocztową zgodną z aktualnym cennikiem Poczty Polskiej.

TVP 1	TVP 1	HD DV3 T2	TVP 2	TVP 2	HD DV3 T2	polsat	POLSAT HD DV3 T2	tvn	TVN	HD DV3 T2
5.00 Złoty chłopak (327) – serial obyczajowy, Turcja 2022	5.00 Rodzinka.pl (189): Domowe zapętleńie – serial komediowy, Polska 2016	5.00 Disco Gramy	5.40 Uwaga! – magazyn reporterów	5.55 Ukryta prawda (1691) – serial paradokumentalny, Polska 2025	6.00 Nowy dzień z Polsat News	6.00 Malanowski i partnerzy (321, 322): Tajemnica męża; Bez wyjścia – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011	6.50 Kuchenne rewolucje (6): Magnuszew – Stara Kuźnia – program rozrywkowy	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy
5.50 Akacja 38 (891) – telenowela, Hiszpania 2015	5.35 M jak miłość (1788) – serial obyczajowy, Polska 2024	5.55 Barwy szczyścia (3348) – serial obyczajowy, Polska 2026	6.55 Natura w Jedyńce: Rzeki Chorwacji – film dokumentalny, Chorwacja/Hiszpania 2020	7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze	6.25 Eleos znaczy miłosierdzie – reportaż, Polska 2026	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze	6.25 Eleos znaczy miłosierdzie – reportaż, Polska 2026	6.55 Natura w Jedyńce: Rzeki Chorwacji – film dokumentalny, Chorwacja/Hiszpania 2020	7.00 Teleexpress, pogoda	7.30 Kościół z bliska – mag. religijny	6.55 Barwy szczyścia (3348) – serial obyczajowy, Polska 2026	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska
7.30 Kościół z bliska – mag. religijny	6.55 Barwy szczyścia (3348) – serial obyczajowy, Polska 2026	7.00 Teleexpress, pogoda	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	8.00 Serwis Info – program inform.	7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska
8.00 Serwis Info – program inform.	7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	8.10 Pogoda Info	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska
8.10 Pogoda Info	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	8.20 Nagosa (6) – przyg., Polska 1973	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska
8.20 Nagosa (6) – przyg., Polska 1973	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	9.15 Ranczo 6 (75) – obycz., Pol. 2012	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska
9.15 Ranczo 6 (75) – obycz., Pol. 2012	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	10.10 Komisarz Alex 7 (83) – serial kryminalny, Polska 2015	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska
10.10 Komisarz Alex 7 (83) – serial kryminalny, Polska 2015	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	11.05 Ojciec Mateusz 15 (194): Pałac – serial kryminalny, Polska 2016	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska
11.05 Ojciec Mateusz 15 (194): Pałac – serial kryminalny, Polska 2016	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	12.00 Serwis Info – program inform.	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska
12.00 Serwis Info – program inform.	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	12.30 Agropogoda – program inform.	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska
12.30 Agropogoda – program inform.	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	12.40 Magazyn rolniczy	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska
12.40 Magazyn rolniczy	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	12.55 Natura w Jedyńce: Rzeki Chorwacji – film dokumentalny, Chorwacja/Hiszpania 2020	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska
12.55 Natura w Jedyńce: Rzeki Chorwacji – film dokumentalny, Chorwacja/Hiszpania 2020	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	14.00 Złoty chłopak (328) – serial obyczajowy, Turcja 2022	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska
14.00 Złoty chłopak (328) – serial obyczajowy, Turcja 2022	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	15.00 Serwis Info – program inform.	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska
15.00 Serwis Info – program inform.	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	15.10 Pogoda Info	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska
15.10 Pogoda Info	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	15.25 Gra słów. Krzyżówka (1061)	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1061)	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	16.00 Dziedzictwo (971) – serial obyczajowy, Turcja 2020	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska
16.00 Dziedzictwo (971) – serial obyczajowy, Turcja 2020	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	17.00 Teleexpress, pogoda	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska
17.00 Teleexpress, pogoda	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	17.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska
17.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	18.05 Reporterzy – mag. reporterów	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska
18.05 Reporterzy – mag. reporterów	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	18.25 Akacja 38 (906) – telenowela, Hiszpania 2015	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska
18.25 Akacja 38 (906) – telenowela, Hiszpania 2015	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	19.30 Program informacyjny 19.30	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska
19.30 Program informacyjny 19.30	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	19.55 Pytanie – pr. publicyst.	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska
19.55 Pytanie – pr. publicyst.	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	20.10 Sport, pogoda	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska
20.10 Sport, pogoda	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	20.30 Prokurator (8) – krym., Pol. 2015	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska
20.30 Prokurator (8) – krym., Pol. 2015	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	21.25 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska
21.25 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	7.25 Jaka to melodia? – telet. muz.	LIVE	7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn	7.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – parodok., Polska 2024	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny	11.25 Kuchenne rewolucje (9): Chorzów, Amore Mio – program rozrywkowy	12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – parodok., Polska

20

PIŁKA NOŻNA



21.50 Mistrzostwa świata 2026

LIVE – mecz 1/8 finału

Na stadionie BC Place w Vancouver w meczu, którego stawką jest awans do ćwierćfinału, najprawdopodobniej zobaczymy reprezentację Portugalii. Zespół Rúbena Nevesa, napędzany w tym roku jedną z najlepszych linii pomocy, liczy na lepszy wynik niż w 2022 roku. Wówczas Portugalczycy zakończyli swoją przygodę w ćwierćfinale, przegrywając z Marokiem 0:1.

- 0.30 **Zwycięstwo za wszelką cenę** – film dokumentalny, Francja 2024
- 1.35 **Warszawa** – film obyczajowy, Polska 2003, reż. Dariusz Gajewski, wyk. Łukasz Garlicki, Dominika Ostalowska, Lech Mackiewicz, Agnieszka Grochowska, 110 min
- 3.25 **Wykrywacz kłamstw** – program publicystyczny
- 3.45 **Pytanie dnia** – program publicystyczny
- 4.05 **Reporterzy** – magazyn reporterów
- 4.15 **Oko na świat** – magazyn
- 4.35 **Zakończenie**

PIŁKA NOŻNA



17.50 Mistrzostwa świata 2026:

LIVE – mecz 1/8 finału

Jeśli Argentyńcy zagrają w pierwszych dwóch fazach turnieju zgodnie z przewidywaniami, powinni przystąpić do boju o ćwierćfinał na Mercedes-Benz Stadium w Atlancie. Ich rywalem może być wicemistrz grupy D lub G.

- 20.40 **Omnibus – szybcy i mądzy** (16) – teleturniej
- 21.15 **Omnibus – szybcy i mądzy** – dogrywka (16) – teleturniej
- 21.35 **Program rozrywkowy**
- 23.00 **Na sygnale** (863): Kto pyta, nie błądzi – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 23.30 **Berlin Ku'damm 56** (1) – serial obyczajowy, Niemcy 2016, wyk. Sonja Gerhardt, Claudia Michelsen
- 0.25 **PitBull** (5) – serial sensacyjny, Polska 2005
- 1.20 **Karol, władca Hiszpanii** (4) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015
- 2.15 **Nasz dom w górach** (11) – serial obyczajowy, Niemcy 2020
- 3.15 **Brunei. Królestwo do potęgi** – film dokumentalny, Fr. 2024
- 4.10 **Zakończenie**

SENSACYJNY



20.00 Niezniszczalni – USA/

FILM Bułgaria/Hiszpania 2010, 130 min

Barney Ross wyrusza z grupą najemników na południowoamerykańską wyspę, by obalić dyktatora Garzę. W misji bierze udział m.in. nożownik Lee Christmas. Na miejscu komandosi poznają informatorkę z ruchu oporu. Okazuje się, że jest ona córką Garzy.

- 22.10 **Kryzys** – dramat sensacyjny, Kanada/Belgia 2021, reż. Nicholas Jarecki, wyk. Gary Oldman, Armie Hammer, Evangeline Lilly, Greg Kinnear, 160 min
- W USA trwa epidemia uzależnień od opioidów. Agent Jake Kelly tropi przestępcę, który organizuje operację przemytu fentanylu. Profesor Tyrone przeciwstawia się działaniom potężnego koncernu farmaceutycznego.
- 0.50 **Alfa** – film przygodowy, USA/Kanada/Chiny 2018, reż. Albert Hughes, wyk. Kodi Smit-McPhee, Jóhannes Haukur Jóhannesson, Jens Hultén, 125 min
- 2.55 **Nasz nowy dom** (289) – reality show
- 4.00 **Kabaretowa Ekstraklasa** (82)

DRAMAT KRYMINALNY



20.50 Dziewczyna z pociągu



- 5.30 Ten moment** (52) – paradok., Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (777-779) – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 8.45 Ukryta prawda** (1335, 1439, 1440) – paradok., Polska
- 11.50 W-11 – Wydział Śledczy** (1090-1092): Po godzinach; Alkoholiczka; To jeszcze dzieci – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
- 13.55 Kryminalni** (2): Wspólnicy – serial kryminalny, Polska 2004
- 15.00 Szpital** (776, 777) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (503): Randka w ciemno ze zmarłym – fab.-dok., Polska 2009-2010
Stylistka Lena jest oskarżona o morderstwo aktora, z którym się spotykała. Gdy mężczyzna zakończył związek, zadała mu kilka ciosów popielniczka.
- 18.00 SOS Ekipy w akcji** (15) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 19.00 Ukryta prawda** (1526) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Bartosz spotyka licealną koleżankę. Gdy dowiaduje się, że odeszła z klasztoru, postanawia stworzyć z nią związek. Nie podoba się to jego matce, która swata syna z córką sąsiadki.



- 6.00 Policjanci z Miami 3** (3, 4): Zabójczy rzut; Zawsze solo – serial kryminalny, USA 1986
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (7, 8): Summer i Sharky; Uwieźni – serial sensacyjny, Niemcy 2017
- 10.00 Maria z przedmieścia** (49, 50) – telenowela, Meksyk 1995
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (111) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
- 13.00 Wspaniałe stulecie** (45) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 Kurierzy** (30) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10** (532, 533) – serial obyczajowy, Polska 2022
- 17.00 Kurierzy** (31) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Dorota dostarcza przesyłkę do gabinetu samozwającego doktora. Zaintrygowana Krystyna postanawia umówić się na konsultację. Jan się temu sprzeciwia, ale żona go nie słucha.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (968, 969) – serial obyczajowy, Polska 2026
Ania skrywa tajemnicę o pragnieniu korekty pici. Zastawia biżuterię i inwestuje w kryptowaluty. Andżelika nie radzi sobie z Igorkiem, który ciągle pyta o ojca. Zwierza się Romanowi.



- 5.50 Ale numer! 20** (12) – pr. rozrywk.
- 6.20 Cosie-Ktosie** (7) – anim., Fr. 2022
- 6.30 Kajko i Kokosz 2** (7) – serial animowany, Polska 2021
- 6.45 Smerfy 2** (49) – serial anim.
- 7.00 Blaze i megamaszyny 6** (16) – serial animowany, USA 2020
- 7.30 Psi Patrol** (21) – serial anim.
- 7.50 Superkoty** (14) – serial anim.
- 8.30 Wielkie przygody małego rekina** (7) – serial dla dzieci, Korea Południowa/USA 2020
- 8.50 Masza i Niedźwiedź 2** (17, 18) – serial animowany, Rosja 2014
- 9.20 Straszne historie Maszy** (7) – serial animowany, Rosja 2016
- 9.25 Świnka Peppa** (45-47) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
- 9.45 Bing** (3, 4) – serial animowany
- 10.00 Język i Przyjaciele** (8, 7) – anim.
- 10.35 Spidey i superkumple 2** (43, 42) – serial anim., USA 2022
- 11.35 Gus. Mały – wielki rycerz** (43, 44) – serial anim., Fr. 2021
- 12.00 Psi Patrol 8** (4) – serial anim.
- 12.35 Marta mówi** (14) – serial anim.
- 13.00 Smerfy** (169, 170) – serial anim.
- 14.00 Monster High** (25, 26) – anim.
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot** (24, 25) – anim., Francja/Korea Południowa/Jap.
- 16.00 Fineasz i Ferb 2** (8, 9) – serial animowany, USA 2007-2011
- 17.00 Smerfy** (171, 172) – serial anim.



CARAMELO

Pedro (Rafael Vitti) jest młodym szefem kuchni. Niespodziewanie zostaje opiekunem kundelka. Zwierzę pomaga Pedrowi przetrwać trudne chwile po usłyszeniu druzgocącej diagnozy.

►komediodramat, Brazylia 2025



KASZTANOWY LUDZIK: ZABAWA W CHOWANEGO

Znika ofiara stalkera. Śledczy Naia (Danica Curčić) i Mark (Mikkel Boe Følsgaard) niebawem odnajdują jej zwłoki. Dochodzi do kolejnych zbrodni.

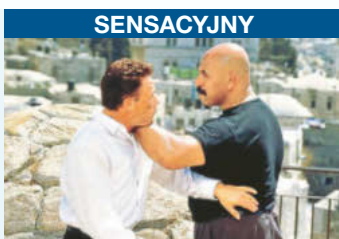
►serial krym. (6 odc.), Dania 2026



W APTEKACH I ZIELARNIACH



CUKIERKI ŻENŚENICIOWO-IMBIROWE – ZŁAP SIŁĘ I ODPORNOŚĆ!



SENSACYJNY

20.00 Zakon– USA/
Aruba 2001, 115 min

XI wiek. Flamandzki rycerz przeżywa w Jerozolimie objawienie. Opisuje je w księdze, której ostatni rozdział ginie w tajemniczych okolicznościach. Tak powstaje nowa sekta religijna. Mijają wieki. Rękopis trafia w ręce archeologa Oscara Cafmeyer. Wyjeżdża on do Izraela, gdzie znika bez śladu. Jego syn Rudy rozpoczyna poszukiwania.

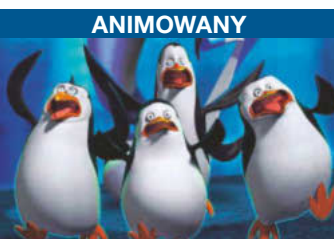
21.55 Krwawy biznes – film sensacyjny, Kanada 2015, reż. Ernie Barbarash, wyk. Jean-Claude Van Damme, John Ralston, Leonard Gonzales, Charlotte Peters, 125 min

0.00 Kickboxer: Zemsta – film sensacyjny, USA 2016, reż. John Stockwell, wyk. David Bautista, Alain Moussi, Gina Carano, Georges St-Pierre, 120 min

2.00 Dzielnica strachu 9 (401): Weekend przetrwania – serial kryminalny, Polska 2025

3.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (964) – serial obyczajowy, Polska 2026

4.00 Zobacz to! – pr. powtórkowe



ANIMOWANY

18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2 (23, 24) – USA 2010-2012

Wujek Szeregowego składa nietłomom wizytę. Skipper, Rico i Kowalski dość szybko mają dość gościa. Innym razem Szeregowy znajduje porzucone komiks. Skipper kaze je zniszczyć.

19.00 Kacze opowieści (2, 3) – anim.

20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (956) – serial obyczajowy, Polska 2026

21.00 Dzielnica strachu 10 (438, 439) – serial kryminalny, Polska 2025

23.00 Miasto odkupienia – film sensacyjny, USA 2014, reż. Keith Parmer, wyk. Lennie James, Jean-Claude Van Damme, Mindy Robinson, Alfred Molina, 120 min

1.00 Dzielnica strachu 9 (404) – serial kryminalny, Polska 2025

2.00 Lombard. Życie pod zastaw 12 (639) – serial obyczajowy, Polska 2023

3.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (195, 196) – obycz., Polska 2019

5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (503) – serial obyczajowy, Polska 2022



AMERYKAŃSKI EKSPERYMENT

Z okazji 250. rocznicy powstania USA filmowcy przedstawiają narodziny amerykańskiej demokracji. Dzięki wsparciu polityków, historyków i ekspertów ukażą drogę od rewolucji do konstytucji i prezydentury. Przybliżą kluczowe spory o wolność i prawa obywatelskie, które kształtowały to państwo.

►serial dokum. (5 odc.), USA 2026



LATO SUMMER 2

Summer Torres (Sky Katz) po powrocie do Rockaway Beach cały czas tęskni za Shorehaven. Gdy ponownie pojawia się w Australii, Poppy, Marlon i Bodhi nie kryją radości, z kolei Ari (Kai Lewins) wydaje się zdystansowany. Kiedy Summer dostaje się do drużyny surferskiej, zyskuje również wielkiego wroga.

►dla młodzieży (10 odc.) 2023

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA HD	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM HD	HBO HD
6.00 FBI: Most Wanted 3 (16, 17) – serial kryminalny, USA 2020 7.30 Agenci NCIS: Hawaje 3 (9, 10) – serial kryminalny 9.15 Castle 2 (23, 24) – serial kryminalny 11.10 MacGyver 2 (18, 19) – serial akcji, USA 2017-2018 13.10 Dowody zbrodni (1, 2) – serial krym. 15.10 Agenci NCIS 10 (20, 21) – serial sensacyjny, USA 2012 17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (19, 20) – serial krym., USA/Kanada 2002 19.05 Castle 3 (1, 2) – serial kryminalny, USA 2010	5.20 Rodzinka.pl (100, 101) – kom., Pol. 6.20 Na sygnale (483, 484) – serial fab.-dokum. 7.30 Ojciec Mateusz 3 (33) – krym., Pol. 2010 8.25 Komisarz Alex 2 (22) – serial krym., Polska 9.25 Rodzinka.pl (102) 10.00 Klan (1449, 1450) 10.55 Ranczo 8 (100, 101) 12.35 Komisarz Alex 2 (23) 13.30 Ojciec Mateusz 30 (384, 385) – krym., Pol. 15.30 Komisarz Alex 2 (24) – serial krym., Polska 16.20 Na sygnale (485, 486) – serial fab.-dokum. 17.30 Ranczo 8 (102, 103) – serial obycz., Polska 19.30 Ojciec Mateusz 30 (386) – krym., Pol. 2023	9.45 Światła wielkiego miasta – komedia, USA 1931, 105 min 11.30 Cyrograf dojrzalości – film obyczajowy, Polska 1967, 65 min 12.35 Władysław Szpilman 1911-2000 – własnymi słowami – film dokum., Polska 2004 13.45 Kosmos 1999 (10) – serial s.f. 14.50 Jańcio Wodnik – dramat obyczajowy, Polska 1993, 120 min 16.50 Stawiam na Tolka Banana (2, 3) – obycz. 18.20 Poszukiwacze zaginionych dzieł sztuki (6) – serial dok. 18.55 Rawhide (2) – przyg.	6.30 Polska z góry 5 (7) – serial dok., Pol. 2020 7.00 Wyraj – film krótkometraż. 7.35 Benek – komediodramat, Polska 2007, 120 min 9.35 Problem – film krótkometraż. 10.00 Grantchester 10 (5, 6) – krym., Wlk. Bryt. 12.05 Vera 6 (1) – krym. 14.00 Ostatni mistrz – dramat obyczajowy, USA 2020, 135 min 16.15 Klub wtorkowy – komediodramat, Szwecja 2022, reż. Annika Appelín, 120 min 18.15 Vera 6 (2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.	8.45 MTV Unplugged: Maryla Rodowicz Elfy rozrabiają – film animowany, Niemcy 2024, 75 min 10.05 Masz ci los! – kom., Polska 2023, 90 min 11.20 To nie jest zagadka kryminalna (2) 12.50 Maria Callas. Nieznane lata – film dokum., Grecja 2024 13.45 Hollywood Buzz 16.00 Saga „Zmierzch”: Księżyc w nowiu – film fantasy, Australia/USA 2009, 130 min 18.10 Łapu capu – pr. rozr. 18.15 Listy do Julii – komedia romant., USA 2010, 105 min	9.15 Hobbit: Niezwykła podróż – film fantasy, USA/Nowa Zelandia 2012, 165 min 12.00 Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13 (17) – talk-show 12.45 Marsjanin – film s.f., USA/Wielka Brytania/Jordania 2015, 140 min 15.05 Potwory kontra obcy: Dynie mutanty z kosmosu – film anim., USA 2009 15.30 Królestwo niebieskie – dramat hist., USA/Hiszp./Wlk. Bryt. 2005, 140 min 17.50 Twórca – thriller s.f., USA 2023, 130 min 20.00 Stamtąd 4 (9)
KRYMINALNY	KRYMINALNY	TEATR TELEWIZJI	OBYCZAJOWY	THRILLER	KOSTIUMOWY
21.05 Premiera: Rekrut 8 (13, 14) – USA 2026 Po wygranej na loterii funkcyjariusz z komisariatu Shanghai-La odchodzi ze służby. Tim, Lucy, Celina i Miles organizują nabór. Bailey i John zostają porwani podczas akcji ratunkowej. 23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (19, 20) – serial krym. 0.45 Castle 3 (1, 2) – serial kryminalny, USA 2010 2.45 Rekrut 8 (13, 14) – serial kryminalny 4.35 Walker: Strażnik Teksasu (10) – krym.	20.30 Ojciec Mateusz 3 (34) – Polska 2010 W okolicach hotelu zostają znalezione zwłoki jego kierownika, Bielskiego. Tymczasem do klaszdra zwraca się o pomoc Ewa, narzeczoną właściciela budynku. 21.30 Ranczo 8 (104) 22.25 Ranczo 9 (105) 23.25 Ojciec Mateusz 30 (387) – krym., Pol. 2023 0.20 U Pana Boga w Królowym Moście (2) – obycz. 1.20 Polowanie na cmy (4, 5) – hist., Pol. 2023 3.20 Stulecie Winnych (4)	20.00 Teatr Telewizji: Upiór w kuchni – Polska 1976 Laura Collins i jej córka Cynthia prowadzą pensjonat. Skrywają mroczne tajemnice. 21.25 Stan wyjątkowy – komediodramat, Chorwacja/Polska/Serbia 2018, 130 min 23.35 Nocny dokument: Naświetlając Muybridge'a – film dok., USA 2021 1.15 Thelma i Louise – dram. sens., USA/Wlk. Bryt./Fr. 1991, 140 min	20.10 Niebo Montany – USA 2007, 125 min Przyrodnie siostry Willa, Tess i Lily, które nigdy wcześniej się nie spotkały, dziedziczą rancho. Muszą spędzić na nim rok. Zaczynają działać się tu niepokojące rzeczy. 22.15 WASP. Sieć szpiegów – thriller, Francja/Brazylia/Hiszpa. 2019, 155 min 0.50 Zabić, jak to łatwo powiedzieć – thriller, USA 2012, reż. Andrew Dominik, wyk. Brad Pitt, 120 min 2.50 Król (3) – serial sens.	20.00 Zima pod znakiem wrony – Pol./Wielka Brytania/Luksemburg 2025, 110 min 12 grudnia 1981 roku. Profesor Joan Andrews z Londynu przyjeżdża do Warszawy na gościnne wykłady. Gdy wybucha stan wojenny, kobieta znajduje się w pułapce. 21.50 Triumf i upadek. Historia Michaela Jacksona (1) – dok. Wyrwa – thriller, Polska 2023, 100 min 0.35 Potępnicy – thriller, USA 2007, reż. Scott Wiper, 110 min	21.00 Ta inna siostra Bennet (3) – Wlk. Bryt. Po bolesnej tragedii, która wstrząsnęła rodziną Bennetów, Mary dręczy poczucie strąty i niepewność jutra. Niespodziewanie pojawia się jednak dla niej nadzieja. 21.30 Życie, Larry i pogon za nieszczęściem (2) – serial komediowy 22.00 Blade Runner 2049 – film s.f., USA/Wielka Brytania/Węgry 2017, 155 min 0.35 Zaginiona dziewczyna – thriller, USA 2014, 145 min
AXN WHITE	WARNER TV	CANAL+ FILM HD	CANAL+ SERIALE HD	CANAL+ 360 HD	HBO 2 HD
7.20 Rekrut (1) – serial krym. 8.10 Szpital nadziei 4 (6) 9.05 Blondynka 2 (13) – obycz. 10.10 Blondynka 3 (1) – obycz. 11.10 Agenci NCIS 20 (4-6) 14.10 Szpital nadziei 4 (7) 15.10 Święteczne tarapaty – komedia romantyczna, USA 2021, 120 min 17.10 Zimowa dziewczyna – film obycz., 2013, 110 min 19.00 Dr House 3 (7) – obycz. 20.00 Dowody zbrodni 2 (5, 6) – serial kryminalny, USA 22.00 Rekrut (2) – serial krym. 23.00 Agenci NCIS 20 (4-6) 1.45 Dowody zbrodni 2 (5, 6) 3.35 Zaklinacze koni 2 (8, 9)	8.05 Teraz albo nigdy! (7) 9.05 Bajer z Bel-Air 5 (2, 3) 10.05 Prawo Agaty 2 (12) 11.05 Pelna chata 8 (5, 6) – kom. 12.05 Teraz albo nigdy! (8, 9) 14.05 Bajer z Bel-Air 5 (2-5) 16.00 Pelna chata 8 (5-8) – kom. 17.55 Przygoda Felicity – film familijny, USA 2005, reż. Nadia Tass, 105 min 19.40 Rodzinne rewolucje – kom., USA 2014, 140 min 22.00 Płonący wieżowiec – film katastroficzny, USA 1974, 145 min 0.25 Yellowstone 2 (7, 8) 3.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (7, 8) – krym.	6.00 Łapu capu – pr. rozrywk. 6.05 Fuks – komedia sens., Polska 1999, 85 min 7.30 Moje pieczone kurczaki – film obycz., 2002, 65 min 8.35 Gru i Minionki: Pod przykrywką – film animowany, 2024, 90 min 10.05 Łapu capu – pr. rozrywk. 10.10 Riefenstahl – dok., 2024 12.05 Nadzieja – dramat sens., Pol./Niemcy 2006, 100 min 13.45 Jutro będzie nasze – komediodramat, Włochy 2023, 115 min 15.40 Wolna krowa 16.10 Zapaleńca. Historia polskiego filmu animowanego 17.35 Piękna i kłopotliwa – film krótkometraż., Pol. 18.05 Ultimatum Bourne'a – film sensacyjny, USA/Niemcy 2007, 110 min 19.55 Łapu capu – pr. rozrywk. 20.00 Uciekinier – film s.f., Włochy 2023, 115 min 22.10 Maria Callas – dramat biograficzny, 2024, 120 min 0.10 Królestwo – dramat sensacyjny, 2007, 105 min 1.55 Ludzie – dramat wojenny, Polska 2023, 115 min 3.50 Premierowa jazda – mag. 4.05 Julia wraca do domu – dramat obycz., Niem./Kan./Polska 2002, 115 min	9.50 Naruto 2 (23-25) – serial anime, Japonia 2003 11.20 13 posterunek 2 (4-6) – serial komediowy, Polska 13.05 Chwile szczęścia 2 – serial dokumentalny, Pol. 14.05 Łapu capu Extra – program rozrywkowy 14.35 Naruto 2 (26) – serial anime, Japonia 2003 15.05 Naruto 3 (1, 2) – serial anime, Japonia 2003-2004 16.05 Hollywood Buzz – magazyn filmowy 16.35 Planeta Singli. Ośiem historii (3, 4) – serial komediowy, Polska 2021 18.20 To jest żużel (4-6) – serial dokumentalny, Polska 2022 20.05 Belfer 3 (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2023 22.00 Blizna (6) – serial sensacyjny, Hiszpania 2024 22.55 Łapu capu – program rozrywkowy 23.00 Spartakus: Krew i piach (13) – serial historyczny, USA 2010 0.00 Rodziny takie jak nasza (1, 2) – serial obyczajowy, Dania/Szwecja/Wielka Brytania 2024 1.55 Mały Zgon (3, 4) – serial kryminalny, Polska 2020 4.15 Byłem królem – serial dokum., Polska 2022-2025 5.05 Miasta rytm (1) – serial dokumentalny, Polska 2020	8.00 Porzucone konstrukcje (5) – serial dok., Wlk. Bryt. 9.00 Hot Roads – Najniebezpieczniej drogi świata 3 (1) – serial dok., Niem. 2023 10.00 Co poszło nie tak 3 (6) 11.00 Złomob (5, 6) – dok., Pol. 12.50 Hot Roads – Najniebezpieczniej drogi świata 3 (2) – serial dok., Niem. 2023 13.50 Wykrywcze historie 4 (2) 14.50 Grip – w świecie supersamochodów (4) 15.50 Supersamochody bojowe 11 (3) – serial dok. 16.45 Zholowani: ciężarówka w opalach 9 (1) – dok. 17.45 Porzucone konstrukcje (6) – serial dok., Wlk. Bryt. 18.40 Wykrywcze historie 4 (1) 19.50 Zholowani: ciężarówka w opalach 9 (2) – dok. 20.50 Co poszło nie tak (2) 22.00 Grip – w świecie supersamochodów (5) 23.00 Supersamochody bojowe 11 (1) – serial dok. 0.00 Hot Roads – Najniebezpieczniej drogi świata (5) – serial dok., Niem. 2021 1.00 Moscow Noir (5) – krym. 2.00 Mam zamek (3) – dok. 2.35 Cztery pory lgi (2) – dok. 3.45 Survivalowa rodzina (1, 2) – serial dok., Pol. 2019	14.30 Nim nadejdzie czwartek – komediodramat, Finlandia 2024, 100 min 16.10 Horton słyszy Ktosia – film anim., 2008, 85 min 17.35 Świąteczne w tunelu – komediodramat, USA 2024, reż. Kelly O'Sullivan, 115 min 19.30 Tripped Up – komedia, USA 2023, 90 min 21.00 Jedna bitwa po drugiej – thriller, USA 2025, 160 min 23.40 Obecność 4: Ostatnie namaszczenie – horror, 2025, 130 min 1.50 Queer – dramat obycz., Włochy/USA 2024, 130 min
AXN BLACK	POLSAT SERIALE HD	CANAL+ SERIALE HD	CANAL+ SERIALE HD	CANAL+ SERIALE HD	HBO 3 HD
9.45 Gwiezdne wrota 3 (19-21) – s.f., USA/Kan. 2000 12.45 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (7) – serial sens. 13.45 Renegat 5 (10) – sens. 14.45 Drużyna A 2 (22) – sens. 15.50 Nieustraszonej (14) 16.55 Zagadki z przeszłości 2 (3) – przyg., Fr./Niemcy/Kan. 17.55 Gwiezdne wrota 3 (22) 18.55 Gwiezdne wrota 4 (1, 2) 21.00 S.W.A.T.: Obłężenie – film sensacyjny, 2017, 115 min 22.55 Maksimum ryzyka – film sensacyjny, 1996, 115 min 0.50 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (7) – serial sens. 1.50 Nieustraszonej (14)	6.00 Kabaretowa Ekstraklasa (55) – pr. rozr. 6.05 Gliniarze (148-150) – serial paradokum., Polska 2017 9.05 Co ludzie powiedzą? (15-17, 19, 20, 18) – kom. 13.00 Kowalscy kontra Kowalscy (41-44) – obycz. 15.00 Świat według Kiepskich (377-380) – serial kom., Pol. 17.00 Columbo (1) – serial krym. 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (124-127) – serial krym., USA/Kanada 0.45 Ślad (42, 43) – krym., Pol. 3.00 Święty (202, 203) – kom. 4.00 48h. Zaginięci (99, 100) – serial kryminalny, Polska	1.55 Ludzie – dramat wojenny, Polska 2023, 115 min 3.50 Premierowa jazda – mag. 4.05 Julia wraca do domu – dramat obycz., Niem./Kan./Polska 2002, 115 min	1.55 Mały Zgon (3, 4) – serial kryminalny, Polska 2020 4.15 Byłem królem – serial dokum., Polska 2022-2025 5.05 Miasta rytm (1) – serial dokumentalny, Polska 2020	1.00 Moscow Noir (5) – krym. 2.00 Mam zamek (3) – dok. 2.35 Cztery pory lgi (2) – dok. 3.45 Survivalowa rodzina (1, 2) – serial dok., Pol. 2019	15.20 Georgie i Mandy wzięli ślub 2 (21, 22) – serial kom. 15.55 W potrzasku – dramat obyczajowy, 2025, 100 min 17.35 Wyzolenie – dramat biograficzny, USA 2023, reż. Finn Taylor, 100 min 19.15 Ktoś, gdzieś (7) – kom. 19.40 Ktoś, gdzieś 2 (1) – kom. 20.10 Rzym (11) – serial hist. 21.00 Premiera: Stamtąd 4 (9) – serial grozy, USA 2026 21.50 Ta inna siostra Bennet (3) – kostium., Wlk. Bryt. 22.20 Życie, Larry i pogon za nieszczęściem (2) – kom. 22.55 Joe Baby – thriller, USA 2024, 85 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD	COMEDY CENTRAL HD	TVN FABUŁA HD	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA DVB-T2
6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (139-141) – dok., Pol. 7.30 Doktor Martin (33) – serial obyczajowy 8.30 Przyjaciółki (129, 130) – obycz., Pol. 10.25 Świat według Klepskich (167, 168, 232, 233, 166, 79, 225) – serial kom., Polska 14.35 Nadchodzi Polly – komedia romant., USA 2004, 115 min 16.30 Liga niezwykłych dzentelmenów – przyg., USA/Niemcy/Czechy 2003, 135 min 18.45 Nie zadzieraj z fryzjerem – komedia, USA 2008, 135 min	6.00 Tata ma plan 2 (11, 12) – serial komediowy, USA 2017 7.00 Dwóch i pół 5 (3-6) – serial komediowy, USA 2007-2008 8.55 Przyjaciele 7 (1-6) – serial komediowy, USA 2001 11.55 Teoria wielkiego podrywu 6 (17-22) – serial komediowy, USA 2012-2013 14.30 Dwóch i pół 5 (7-10) – kom., USA 2007-2008 16.30 Przyjaciele 7 (7-12) – serial komediowy, USA 2001 19.30 Teoria wielkiego podrywu 6 (23, 24) – serial komediowy, USA 2012-2013	5.10 Szkoła (779) – serial paradokum. 6.00 Top 100: filmy wszech czasów (3) 6.30 Serieale Top 5 (1) 6.45 Zakochani po uszy (87, 88) – telen., Polska 7.45 Detektywi (74-76) – serial fab.-dok., Pol. 9.50 Prawo Agaty 3 (11) 10.55 Szpital św. Anny (68) 11.55 Miłość czy pomyłka? (33, 34) 13.55 Prawo Agaty 3 (10) 14.55 Detektywi – fab.-dok. 16.00 Serieale: rozmowy 2 (2) – mag. 16.50 Tom i Jerry – film familijny, USA/Wlk. 19.00 Szpital św. Anny (69) – serial obycz., Polska	6.00 Blanca 3 (1, 2) – serial kryminalny, Wł. 2025 8.15 Morderstwo w Ramatuelle – film kryminalny, Francja 2022, wyk. Florence Pernel, 120 min 10.15 Mentalista (1-4) – serial kryminalny, USA 2008 14.00 Blanca 3 (3, 4) – serial kryminalny, Wł. 2025 16.20 Morderstwo w Larzac – film kryminalny, Francja 2020, reż. Marwen Abdallah, wyk. Florence Pernel, 120 min 18.20 Mentalista (5-8) – serial kryminalny, USA 2008	6.00 Zwierzęta Wajraka 3 (5, 6) – dok. 6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dok. 7.15 Bolek i Lolek (9, 10) 7.45 Reksio (22, 25) 8.05 Siedem życzeń (5, 6) – serial przygodowy 10.50 Akademia Pana Kleksa (2-ost.) – film przygodowy, Polska/ZSRR 1983, 95 min 12.25 To nie ze mną (5, 6) – serial obyczajowy 13.55 Pan Anatol szuka miliona – komedia obycz., 1958, 110 min 15.45 Rozmowy nocą – komedia romant., 2008, 125 min 17.50 Cztery pancerni i pies (6, 7) – wojenny	6.00 Kabaretowe hity (8) 6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat 7.50 Robert Makłowicz (149, 139) – mag. kulin. 9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher (5) – serial krym., Australia 10.55 Górski lekarz (3, 4) – serial obycz., Niemcy 12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher (6) 14.00 Katastrofy w przestworzach (8, 5) – serial dok., Kan. 17.00 MacGyver 4 (6) – sens., USA/Kan. 1989 18.00 Wojny magazynowe: Kanada – reality show 19.10 Aukcja w ciemno 2 (6, 7) – serial dok., USA
KOMEDIA KRYMINALNA	KOMEDIOWY	KOMEDIA SENSACYJNA	KRYMINALNY	OBYCZAJOWY	BIOGRAFICZNY
21.00 Jak ukradłem 100 milionów – Pol. 2024, 115 min Księgowni Ed przywłaszcza sobie fortunę i trafia do więzienia. Ukrywając prawdę przed narzeczoną, usiłuje przetrwać za kratkami. 22.55 Jeszcze dłuższe zaręczyny – komedia romantyczna, USA 2012, reż. Nicholas Stoller, 155 min 1.30 Fala zbrodni (74-77) – serial sens., Pol. 2006 5.25 Na ratunek 112 (862) – serial paradokum-mentalny, Polska 2023	20.25 Teoria wielkiego podrywu 7 (1-4) Bernadette i Amy wyjeżdżają razem na konferencję naukową. W barze zwracają na nich uwagę dwaj mężczyźni. Każdy z nich przypomina partnera... tej drugiej. 22.00 The Office Pl 3 (1, 2) 23.05 Comedy Club 5 (14, 15) – pr. rozrywk. 0.05 Miasteczko South Park 2 (9, 10) 1.00 Pracoholicy 3 (9, 10) 2.00 Śmiesznie nie będzie 6 (13, 14, 12) 3.15 Miasteczko South Park 2 (6-8)	20.00 Ocean's Twelve: Dogrywka – USA/Australia 2004, 165 min Minęły trzy lata, odkąd Danny i jego kompani okradli Terry'ego Benedicta. Bogacz stawia im ultimatum. 22.45 Ciekawy przypadek Benjaminina Buttona – film fantasy, USA 2008, 195 min 2.00 Grawitacja – thriller s.f., USA/Wielka Brytania 2013, 90 min 3.30 Ukryta prawda (1365, 1366) – serial paradok., Polska 2022	22.00 Flashback (3) – Francja 2024 Mimo rosnących podejrzeń, Josselin decyduje się skorzystać z pomocy Elsy podczas śledztwa w sprawie utonięcia kobiety, która romansowała, używając Minitalia. 23.10 Kobra – oddział specjalny (5, 6) – serial sens., Niemcy 1.10 Morderstwo w Larzac – film kryminalny, Francja 2020, reż. Marwen Abdallah, 120 min 3.10 Blanca 3 (2-4) – serial kryminalny, Wł. 2025	20.00 Historie miłosne – 1997, 115 min Losy kilku mężczyzn. Adiunkt odkrywa, że studentka darzy go uczuciem. Ksiądz dowiadywa się, że ma córkę. Pulownik musi wybrać między uczuciem a karierą. 21.55 Słodko-gorzki – dramat obyczajowy, 1996, 115 min 23.50 Trick – komedia sensacyjna, 2010, reż. Jan Hryniak, 130 min 2.00 Mniej zło – film obycz., 2009, 160 min 4.40 Końce i początki – film krótkometraż.	20.00 Podły, okrutny, zły – USA 2019, 135 min Liz jest w związku z Tedem oskarżonym o dokonanie serii zbrodni. Kobięcie trudno uwierzyć, że przez tak długi czas żyła z psychopatą. Staje przed trudnym wyborem. 22.15 Dobre zabijanie – dramat obyczajowy, USA 2014, 135 min 0.30 Falszery – thriller, USA 2014, 125 min 2.35 Ostatnie dni – film wojenny, Polska 1969, 115 min 4.30 Chłopi (2) – obycz., Polska 1973, 90 min
CINEMAX HD	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD	SCI FI	FX	FILMBOX+ ONE HD	ROMANCE TV HD
13.10 Sępy – thriller, Francja 2025, 105 min 14.55 E.T. – film s.f., USA 1982, 115 min 16.50 Czerwone pantofle – dramat obyczajowy, Wł./Meksyk 2022, 80 min 18.10 Wybuchowa para – komedia sensacyjna, USA 2010, 110 min 20.00 Tenet – thriller s.f., USA/Wł. 2020, 145 min 22.25 Foxcatcher – dramat biograficzny, 2014, 130 min 0.35 Wakacje – thriller, Włochy 2023, 100 min 2.15 Zła kobieta – komedia, USA 2011, 95 min	13.25 Święty (33, 34) – kom., Pol. 14.25 Spadkobiercy 4 (2) – rozr. 15.25 Co ludzie powiedzą? (4) – serial kom., Wlk. Bryt. 16.05 Jedną nogą w grobie 3 (1) – serial kom., Wlk. Bryt. 16.55 Czarna Żmija 4 (1) – kom. 17.35 Bob kocha Abishele 2 (13-15) – serial komediowy 19.00 Dwóch i pół 5 (3-6) – kom. 21.00 Świat według Klepskich (5-7) – serial kom., Pol. 2009 22.30 Co ludzie powiedzą? 5 (5) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.05 Jedną nogą w grobie 3 (2) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.50 Czarna Żmija 4 (2) – kom. 0.30 Comedy Club 3 (4) – rozr.	10.00 Kroniki Shannary 2 (1, 2) 11.50 Zagubiona tożsamość 2 (8, 9) – s.f., Kan. 2011-2012 13.40 Kosmiczna apokalipsa – film s.f., 2023, 110 min 15.30 Kroniki Shannary 2 (3, 4) 17.20 Zagubiona tożsamość 2 (10, 11) – serial s.f., Kanada 19.10 Małpa i Mechmalpa: Nowy porządek – film s.f., USA 2024, reż. Marc Grottel, 110 min 21.00 Transformers – film s.f., USA 2007, 180 min 0.00 Most do Terabitihii – film familijny, 2007, 110 min 1.50 Maszyna – thriller s.f., Wlk. Bryt. 2013, 100 min	9.00 Z archiwum X 2 (20) – s.f. 10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (10, 11) – krym. 11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (21, 22) 13.45 Agenci NCIS 10 (7, 8) 15.35 Skymed 2 (4) – obycz. 16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (12, 13) – krym. 18.20 Z archiwum X 2 (21) – s.f. 19.15 FBI 4 (8) – serial kryminalny 20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (1, 2) 22.00 9-1-1 – serial obycz. 22.55 Z archiwum X 2 (21) – s.f. 23.50 Resident Evil: Zagłada – horror, 2007, 115 min 1.45 Matlock (13) – serial krym.	9.50 Panna Scarlet i komisarz 2 (6) – krym. 11.00 Panna Marple: Morderstwo na plebanii – film krym., 2004, 125 min 13.05 Poirot – serial kryminalny 15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher (1) – krym. 16.40 Panna Scarlet i komisarz 3 (1) – serial kryminalny, USA 2022-2023 17.50 Poirot (9, 10) – serial krym. 20.00 Za linią wroga – film sensacyjny, 2001, 125 min 22.05 Patriot – film sensacyjny, USA 1998, 110 min 23.55 Nieuchwytny cel – film sensacyjny, 1993, 130 min	12.25 Toni – akuszer. Klasa dla siebie – kom. romant., Niemcy 2023, 115 min 14.20 Najlepsze na koniec – komedia, Niemcy 2024, reż. Markus Sehr, 115 min 16.15 Tego tylko brakowało! – komedia, Niemcy 2024, 110 min 18.05 Górski lekarz (142, 143) 20.00 Rosamunde Pilcher: Mężczyzna moich marzeń – obycz., Niemcy/Austria 2007, 110 min 21.50 Kätthe i ja: Śpiąca Królowa – dramat obycz., Niem. 2019, 115 min 23.45 Górski lekarz (142, 143)
CINEMAX 2 HD	VIAPIC EPIC DRAMA HD	NOVELAS+ HD	FX COMEDY HD	FILMBOX+ HITS HD	PARAMOUNT NETWORK HD
13.20 Zapach kobiety – dramat obyczajowy, 1992, 155 min 15.55 Małe miłośni – dramat obyczajowy, Hiszpania/Francja 2024, 95 min 17.30 Od marca do maja – film obyczajowy, Czechy 2024, 85 min 18.55 Ośma klasa – komediodramat, USA 2018, 95 min 20.30 Ad Astra: Ku gwiazdom – film przyg., USA/Chiny/Brazylia 2019, 120 min 22.30 Pewnego razu... w Hollywood – komediodramat, USA/Wlk. Bryt./Chiny 2019, 160 min	9.05 Poirot 4 (3) – serial krym. 11.20 Zatraceri w miłości (31, 32) – telen., Turcja 2023 13.20 Agenci NCIS 18 (9, 10) – serial sensacyjny, USA 15.15 Lekarze na start (31, 32) 16.45 Poirot 5 (1, 2) – serial krym. 19.00 Zatraceri w miłości (33, 34) – telen., Turcja 2023 21.00 Hiszpańska księżniczka (1) – serial kostiumowy, USA 22.15 Domina (1) – serial hist. 23.20 Zatraceri w miłości (33, 34) – telen., Turcja 2023 1.20 Hiszpańska księżniczka (1) – serial kostiumowy, USA 2.15 Domina (1) – serial hist. 3.10 Lekarze na start (31, 32)	10.00 Cud miłości (29) – telen. 11.00 Otcłhał namietności (114) – telen., Meksyk 2012 12.00 Za wszelką cenę (84) 13.00 Róże i grzechy (13) 14.00 Historia Juany (41, 42) 15.00 Róże i grzechy (14) 17.00 Za wszelką cenę (85) 18.00 Otcłhał namietności (115) – telen., Meksyk 2012 19.00 Macocha (24) – telenowela 20.00 Cud miłości (30) – telen. 21.00 Historia Juany (42) 22.00 Róże i grzechy (14) 23.00 Za wszelką cenę (85) 0.00 Otcłhał namietności (115) – telen., Meksyk 2012 1.00 Macocha (24) – telenowela	8.10 Sposób użycia 6 – kom. 9.10 Simpsonowie 36 (13, 14) 10.10 Diabli nadali 8 (16-19) 12.00 Jim wie lepiej 7 (13, 14) 13.00 Sposób użycia 6 – kom. 14.00 Wszyscy kochają Raymonda 5 (21-24) 16.00 Simpsonowie 36 (13-16) 18.00 Jak poznałem waszą matkę 2 (12-14) – kom. 19.30 Współczesna rodzina 7 (13-15) – serial komediowy 21.00 Family Guy: Głowa rodziny 18 (12, 13) 22.00 Zakonnica w przebraniu 2: Powrót do habitu – kom., USA 1993, 125 min 0.05 Simpsonowie 36 (10, 9)	13.15 Wampirzyce – horror komediowy, 2012, 105 min 15.00 Ostatnia rzecz – dramat obyczajowy, 2018, 105 min 16.45 10 rzeczy do zrobienia, zanim zerwiemy – kom. romant., USA 2020, 85 min 18.10 Pokonać górę – dramat przygodowy, 2024, 110 min 20.00 Szukając prawdy – dramat kryminalny, USA 2020, 110 min 21.50 Kapitan Hook: Kłątwa mór – film przyg., Wielka Brytania 2025, 105 min 23.35 Ostre słówka – komediodramat, 2005, 125 min	10.25 Pingwiny z Madagaskaru (6) 10.55 Pokój Marvina – dramat psychologiczny, 1996, 125 min 13.00 Czarnodziełki 3 (9, 10) – serial fantasy, USA 2001 15.00 Jądro Ziemi – dramat s.f., Wielka Brytania/USA 2003, reż. Jon Amiel, 175 min 17.55 Sonic. Szybki jak błyskawica – film familijny, USA/Japonia/Kanada 2020, 125 min 20.00 Szeregowiec Ryan – dramat wojenny, USA 1998, 210 min 23.30 Ojciec chrzestny 2 – film sensacyjny, 1974, 240 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD	POLSAT SPORT 1 HD	CANAL+ SPORT HD	TVP SPORT HD	ELEVEN SPORTS 1 HD	Discovery DISCOVERY CHANNEL HD
12.00 Kolarstwo: Tour de France – 3. etap: Granollers – Les Andals 12.45 Cycling Essential Stories – mag. 13.00 Kolarstwo: Tour de France – 4. etap: Carcassonne – Foix 18.00 Kolarstwo górskie: Zawody PS w La Thuile – cross-country kobiet i cross-country mężczyzn 19.30 Motocross: Mistrzostwa świata w Johannesburgu – 2. wyścig w klasie MX2 i w klasie MXGP 20.30 Endurance Uncovered: Racing for Excellence – magazyn sportowy	6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 8.00 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii 9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski 10.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 11.00 Halo, tu Wimbledon – magazyn tenisowy 12.00 Kronika Wimbledonu – mag. 14.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej 16.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej	6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lechia Gdańsk – Lech Poznań 8.20 Premier League Stories (24) – magazyn piłkarski 9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Sevilla FC 11.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lechia Gdańsk – Lech Poznań 13.30 Liderzy. W centrum gry (2) – dok., Pol. 14.45 Premier League Stories – mag. 15.30 Wyścigi konne: Tor Służewiec 2026 – Gala Derby 18.00 Żużel: PGE Ekstraliga: BAYERSYSTEM GKM Grudziądz – KS Toruń	6.00 Strongman: Mistrzostwa Polski – Międzyzdroje 2026 7.00 Koszykówka mężczyzn: Eliminacje mistrzostw świata – mecz: Polska – Holandia 9.00 Mundialowy poranek (26) – magazyn piłkarski 10.15 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału 12.35 Polska Liga Żeglarska – magazyn sportowy 13.05 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału 15.30 Dzień na mundialu (26) – mag. piłkarski	6.00 Najlepsi napastnicy Bundesligi lat 90. – magazyn piłkarski 6.45 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski 7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Werder Brema – Bayern 9.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Pisa SC 11.00 Formula 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii 12.30 Formula 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii 13.40 Made in Italy (17) – magazyn piłkarski 14.00 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii 16.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Udinese Calcio – Inter	9.00 Gorączka złota: rzeka skarbow 7 – dok., USA 10.00 Klan z Alaski (7) 11.00 Przetrwać nad Jukonem – dok., USA 12.00 Włoska kontrola celna (6) – dok., Wł. 13.00 Ed Stafford: inicjacja – dok. 14.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita 3 15.00 Złomowisko PL 6 (5) – serial dok., Pol. 2018 16.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dok. 17.00 Na straży duńskiego lotniska 2 (3) – dok. 18.00 Bracia Collins biorą się do roboty (13) – program rozrywkowy
FORMULA E	TENIS	DOKUMENTALNY	PIŁKA NOŻNA	PIŁKA NOŻNA	DOKUMENTALNY
21.00 ePrix Chin – podsumowanie Na torze Shanghai International ponownie odbyły się dwa wyścigi. O drugie z rzędu zwycięstwo na nim walczył Nick Cassidy. 22.00 Kolarstwo: Tour de France – 4. etap: Carcassonne – Foix 0.00 Snooker: Turniej Scottish Open 1.30 Kolarstwo: Tour de France – 4. etap: Carcassonne – Foix 3.00 FIM WEC: Wyścig 8-godzinny w Spa-Francorchamps	18.30 Turniej Wimbledon – ćwierćfinał Danil Miedwediew to podwójny półfinalista Wimbledonu, jednak przed rokiem niespodziewanie zakończył rywalizację już w 1. rundzie. 21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej 23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej 1.00 Boks 4.45 Siatkówka kobiet: LN: Turcja – Polska	21.00 Liderzy. W centrum gry (2): Rifet Kapic Bośniak był jedną z kluczowych postaci Lechii Gdańsk w minionym sezonie. W trudnych momentach pomocnik klubu z Trójmiasta pokazał siłę charakteru. 22.15 Boks: BKFC Fight Night: Hammond – walka: C. Vancamp – G. Cisneros 23.25 Premier League Stories (46) – mag. 0.00 Liga+ Extra – mag. 2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Arka Gdynia – Radomiak	17.05 Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału Leo Messi już w pierwszym meczu na mundialu strzelił hat-tricka. Czy jego znakomita celność doprowadzi Argentynę do medalu? 21.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału 1.00 Boks: Gala w Nowym Jorku – podsumowanie 3.00 Boks: Gala w Los Angeles: Badou Jack – Noel Micaelian 4.05 Boks: Gala w Montrealu	18.00 Liga niemiecka: Bayern – Hoffenheim Die Roten chcieli jak najszybciej powrócić na właściwe tory po serii gorszych wyników. Czekają ich starcie z Hoffenheim. 20.00 Made in Italy (18, 13) 20.40 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii 22.40 Ligue 1 Season Review (36) – mag. 23.45 Ligue 1 Show (35) 0.25 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (3, 4) 1.35 Podróż do świata Calcio	19.00 Nagi instynkt przetrwania 10 Dwoje byłych narkomanów usiłuje wytrwać w gorących górach Black Hills w RPA. Czekają ich spotkanie z krokodylami, ludzkościami, głodnymi lwami i jadowitymi węzami. 21.00 Rolnicy w akcji (1) 22.00 W oku cyklonu: Łowcy burz (3) – dok. 23.00 Bimbrnowy 14 0.00 Od samochodu do domu 2 – mag. 1.00 Hot rod wg Kindiga – serial dok., USA 2.00 Najszybsze pościgi Ameryki – serial dok.
EUROSPORT 2 HD	POLSAT SPORT 2 HD	CANAL+ SPORT 2 HD	EXTREME CHANNEL HD	ELEVEN SPORTS 2 HD	life DISCOVERY LIFE HD
13.00 Snooker: Turniej UK Championship 15.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Innsbrucku – bouldering kobiet i mężczyzn – finały 17.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Innsbrucku – prowadzenie kobiet i mężczyzn – finały 18.00 Snooker: Turniej UK Championship – finał: Mark Selby – Judd Trump 20.00 Kolarstwo: Tour de France – 4. etap 22.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Sydney 2000 – magazyn sportowy	6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 8.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 11.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej kobiet 16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał kobiet 18.30 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał 21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał 23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał 1.00 Sporty walki: FEN	11.00 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg – 2. runda: Naomi Osaka – Elise Mertens 13.30 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg – mecz 2. rundy gry pojedynczej: L. Samsonowa – E. Switolina 16.00 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg 18.30 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg 21.00 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg 23.30 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg 2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Legia Warszawa	9.00 Summer X Games (2) 10.00 AMA Motocross Series Highlights (11) 11.00 X Games – Aspen 2020 12.00 Blue World 2 (3, 4) 13.00 Action Sports World (11) 14.00 WWE Classic Gold 16.30 WWE Highlights (18) 17.00 KPW Kombatt Gold (15, 26) 19.00 WWE Classic Gold (4, 8) 20.00 AEW Collision 2 (2627) 22.30 PTW Wrestling (13) 1.00 WWE Highlights (20) 1.30 New Japan Wrestling – Highlights (20) 2.00 AMA Motocross Series Highlights (11) 3.00 Summer X Games (2)	12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Eintracht 14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Sassuolo – Inter 16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Werder – Bayern 18.00 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii 20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Cremonese – Inter 22.00 Serie A – mag. piłkarski 23.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2) – mag. 0.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – Olympique Marsylia	7.15 Nowa Maja w ogrodzie 8.15 Szpital (516, 517) 10.15 Nowa Maja w ogrodzie 5 (33, 34) 11.15 Idealna niania 3 (2, 3) 12.45 Klinika bez tajemnic 14.45 Szpital (515, 516) 16.45 Idealna niania 2 (11) 17.40 Idealna niania 3 (2-4) 19.30 Złota niania 2 (5) – mag. 20.15 Wycieczki (6) 21.15 Moje koszmarnie stopy 22.15 Historie wielkiej wagi 0.15 Sekrety lekarzy (11) 1.15 Szpital (338) – paradok. 2.15 Ostatnia szansa (5) – rozr. 3.00 Szpital (339) – paradok.
POLSAT SPORT FIGHT HD	POLSAT SPORT 3 HD	CANAL+ SPORT 5 HD	ELEVEN SPORTS 4 HD	ELEVEN SPORTS 3 HD	CANAL+ DOKUMENT HD
14.55 Sporty walki: FEN 54 w Pile: Gracjan Wyrosłak – Maksim Grabovich K.O. TV Classics (24) 17.55 Boks: Babilon Boxing Show w Nowym Dworze Mazowieckim: Łukasz Staniach – Robert Talarek 19.15 Sporty walki: UFC Fight Night: Sean Strickland – Anthony Hernandez 20.00 Strzelnica Navala (9, 10) 20.55 Sporty walki: Babilon MMA 51 w Ciechanowie: S. Kolecki – P. Mysiala 23.15 Boks: Rocky Boxing Night 19 w Karlinie: Jan Łodzik – Mateusz Polski 2	6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 8.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 10.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy 14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał 16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał 18.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał 21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał 23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał 1.00 Sporty walki: Babilon MMA	6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Arka Gdynia – Radomiak Radom 9.00 Żużel: PGE Ekstraliga: GKM Grudziądz – KS Toruń 12.00 Snooker: Championship League – 1. runda 16.45 Premier League Stories 17.30 Snooker: Championship League – 1. runda 22.15 Górnik. Chłopcy z Zabrze (2) – serial dok. 23.15 Ligomistrzowe historie (5) – magazyn piłkarski 0.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lechia Gdańsk – Lech Poznań 3.00 Przerwa techniczna	10.00 Piłka nożna: Liga portugalska: Porto – Arouca 12.00 Made in Italy 13.00 Bundesliga Special 14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Köln – Lipsk 16.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Lyon 18.00 Bundesliga Special (21) 19.00 Ligue 1 Season Review 20.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: SL Benfica – AVS Futebol SAD 22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Bologna – Milan 0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Bayern	11.00 Made in Italy – mag. 12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Parma – Genoa 14.00 Piłka nożna: Liga francuska: Paris FC – Lens 16.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (3, 4) – mag. 17.00 Serie A – mag. piłkarski 18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Napoli – Fiorentina 20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Wolfsburg – BVB 22.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: FC Nantes – Olympique Lyon 0.00 Birds of paradise – dok.	15.55 Lasy Atlantyckie Brazylii 16.55 Tragedia Titana – ostatnia wyprawa do wraku Titanica – dok. 17.55 Broń ostateczna. Od Oppenheimera do Hiroszimy – film dok. 18.55 W poszukiwaniu piękna 20.30 Larger than Life: Złota era boysbandów – dok. 22.10 Depp kontra Heard. Sprawiedliwość według social mediów – film dok. 23.10 Wcześnie zła: Akta Epstein – film dok., 2026 0.50 Wielkie sławy i luksus. Historia Marrakeszu 1.45 O co biega? (22) – mag.

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB T2	HISTORIA DVB T2	HISTORY HD
6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki (6, 8-10) – serial dok., Wlk. Bryt. 8.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny 10.00 Autostrada spotkań z UFO: UFO i przemoc – serial dokumentalny 11.00 Kosmiczna mapa skarbow – serial dok. 13.00 Podziemne sekrety – serial dokumentalny 15.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok., Wielka Brytania 18.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki (13, 15, 17-19, 1) – serial dok., Wielka Brytania	6.00 Morderstwo na prowincji 6 – serial dokumentalny 8.00 Morderstwo na bagnach – serial dokumentalny, USA 10.00 Ostatnie wakacje – serial dokumentalny 12.00 Krótkie życie, niewyjaśniona śmierć – serial dokumentalny, 2020 14.00 Mroczne piętno 3 – serial dokumentalny 16.00 Żyjąc z potworem – serial dokumentalny 18.00 8 martwych kobiet (1) – serial dokumentalny, USA 20.00 Sekrety zbrodni – serial dokumentalny, USA 2017	9.00 Tajemnice zaginionych miast (3) – serial dok., USA 10.00 Mega Metro (1) 11.00 Plemienna szkoła przetrwania: Ekstremalne safari (2) – dok., Wlk. Bryt. 12.00 Przetrwanie w kanadyjskiej dzicy (6) – dok., Kan. 13.00 Wojenna szkoła przetrwania (2) 14.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (3) 15.00 Alarm na lotnisku: Peru (10, 11) – dok. 17.00 Zatopione grobowce Nilu 18.00 Sztuka obrony: Wojny w Europie (5): Francja – serial dokum.	6.00 Wehikuł czasu (707) – program inform. 6.05 48h. Zaginięci (61) – serial krym., Polska 7.00 Byli sobie wynalazcy (1-4) 8.55 Wehikuł czasu (707) – program inform. 9.00 Starożytni kosmici (1) – serial dok., USA 10.00 Gwiazdy lombardu (9, 10) – reality show 12.00 I wojna światowa w liczbach (2) – dok. 13.00 Poszukiwacze historii (1, 2) – dok. 14.00 Tajne akta nazistów (3, 4) – dok., Wlk. Bryt. 16.00 Dorwać tuńczyka 3 (10, 11) – serial dok. 18.00 Rolnicy. Podlasie (12, 13) – serial dok.	6.45 Był taki dzień – felieton, Polska 6.50 Odnaleźć zaginione (13-15) – serial dok. 8.30 Czterdziestolatek (15) – obycz., Pol. 1976 9.40 Z matką w sercu – film dok., Pol. 1999 10.40 Plaże Europy (1) – cykl dok., Niem. 11.40 Góry Europy (1): Ardeny – cykl dokum. 12.40 Wojny Rosji (1/3) – film dok., Niem. 2023 13.40 Królowie (52) – hist. 14.15 Czterdziestolatek (16) – obycz., Pol. 1976 15.10 Film dokumentalny 15.35 Sensacje XX wieku – program historyczny 18.05 Tajemnica twierdzy szczyfów (1) – wojenny	13.05 Starożytni kosmici 16 (5) – dok. 14.00 Niewyjaśnione tajemnice wszechświata (1) 14.50 Największe tajemnice świata 6 (19) – serial dok., USA 15.45 Gwiazdy lombardu 13 (4) 16.15 Gwiazdy lombardu 25 (3) – reality show 17.10 Jak Hitler przegrał wojnę (1) – serial dok. 18.10 Największe tajemnice świata 6 (4) – serial dokum. 19.05 Starożytni kosmici 13 (20) – dok. 20.00 Starożytni kosmici 16 (1) – dok.
DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	POPULARNONAUKOWY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY
21.00 Czy jest z nami inżynier? (5, 6) – Wielka Brytania 2015 Justin jest na turbinie wiatrowej na Morzu Północnym. Przygląda się, jak ekipa inżynierów naprawia usterkę, przez którą konstrukcja może runąć do morza. 23.00 Wybuchowy program – program rozrywkowy 1.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok., Wielka Brytania 4.00 Podziemne sekrety – serial dokumentalny, USA 2017	21.00 Tajemnice jeziora Erie – USA 2018 Joan Giambra zostaje znaleziona martwa pod swoją nieprzytomną córką. Śledczy mają nadzieję, że dziewczynka zdoła odtworzyć precyzyjny rysopis zлочynicy. 22.00 Boysbandy: mroczna strona sławy – film dokum. 0.00 Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2 – dok. 1.00 Tajemnice jeziora Erie – dok., USA 2018 2.00 Sekrety zbrodni – serial dokumentalny	19.00 Wojna widziana z powietrza (1) W maju 1941 roku Bismarck wyruszył na misję. HMS Hood, okręt flagowy brytyjskiej floty, nie mógł pozwolić, aby pancernik dotarł na Atlantyk. 20.00 Katastrofa w przestworzach (10) – dok., Kan. 2022 21.00 Służby ratownicze: Jukon (3, 4) – dok. 23.00 Procesy czarnowizji: Prawdziwe historie (2) – dok., USA 2026 0.00 Katastrofa w przestworzach (3)	20.00 Galileo (24) Widzowie poznają różne rodzaje frytek, nie tylko ziemniaczanych. Twórcy programu szukają odpowiedzi na pytanie, na czym polega kwantowy internet. 21.00 Inżynierowie Hitlera: budowniczości III Rzeszy (6) – dok. 22.00 Zaginione złoto II wojny światowej (3, 4) – serial dok., USA 0.00 Starożytni kosmici (8) – serial dok., USA 1.00 Rolnicy. Podlasie (13-16) – serial dok.	19.00 Było sobie miasteczko Okoliczności zagłady Kisieli na na Wołyniu. W 1943 r. Ukraińcy zamordowali ponad 600 mieszkańców. Historię tę udokumentował w swojej książce Włodzimierz Sławosz Dębski. 20.00 Oficer (7) – sens., Pol. 21.05 Starożytny Egipt – kroniki imperium (1) – serial dok. 22.10 Nieznana wojna na Północy (1) – dok. 23.15 Sensacje XX wieku 1.20 Encyklopedia II wojny światowej – serial dok., Pol. 1991	21.00 II wojna światowa w kolorze: największe bitwy (1, 2) Niemieckiej armii wystarczyło jedynie sześć tygodni, żeby prowadzić atak wojsk pancernych, podbić Francję. Autorzy reportażu przybliżają szczegóły sukcesu militarnego. 23.00 II wojna światowa w kolorze – przełomowe momenty (3) – dok. 23.55 Jak to wyjaśnić? 5 (11) – serial dok., USA 0.50 Starożytni kosmici 16 (1) – dok.
DISCOVERY HISTORY HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
7.00 Zoom na architekturę (8) 9.00 Tajemnice wraków Bałtyku (3) – serial dok. 10.00 Wstęp uzbrojony (7, 8) 11.00 Wyprawa w nieznane 13.00 Podziemne sekrety 14.00 Łowcy staroci: Renowacje (15, 16) – dok. 16.00 Skarby z szopy – klasyki 18.00 Łowcy staroci (5, 6) – dok. 20.00 Legendarne miejscowości 22.00 Wielki szwindel – dok. 23.00 Kwatery Hitlera (1) – dok. 0.00 Wyprawa w nieznane 2.00 Pasja – sposób na życie 3.35 Profesjonalisci – cykl dok. 4.25 Europejskie bazy (4) 5.10 Łowcy staroci (9) – dok.	13.45 Targowiska świata (1) 14.50 Zaginione światy (2) 15.50 Niezwykłe podróże (7) – serial dok., Fr. 16.55 Świat zawarty w obrazie (2) – serial dok. 18.00 Dokąd dzisiaj? (4) (66, 67) 18.40 Związani z ziemią. Dzieje życia na wsi (1) 19.45 Zagadka pustynnych latawców – film dokum. 20.50 Oumama, przybysz z gwiazd – film dokum., Fr. 22.00 Szept dawnej Ziemi – film dokum., Francja 2025 23.10 Strefa nagoci (4) – dok. 0.20 Niezwykłe podróże (9) (1) – serial dok.	8.00 Oko w oko z dziką naturą (4) – dok., Wlk. Bryt. 9.00 Niezwykły dr Pol 12.00 Najgroźniejsze zwierzęta Afryki (1) 13.00 Dzikie miejsca Europy 14.00 Najdziwniejsze cuda ewolucji (2) – serial dok. 15.00 Walki zwierząt (6) – dok. 16.00 Amerykańska Amazonia 17.00 Świat kolibrów – dok. 18.00 Dzikie Indie (2) – dok. 19.00 Królestwo drapieżników (1) – dok. 20.00 Dzika konfrontacja (10) 21.00 Niezwykły dr Pol (14, 16, 18, 19, 17) – serial dok., USA 2.00 Dzikie miejsca Europy	11.25 Boss Shark: Battle of the Sexes – film dokum. 12.35 W okowach mrozu 4 (1) 13.25 Zabójcza pogoda 2 (1) 14.35 Wielkie rzeki (5) – dok. 15.40 Ochrona przyrody: od Yellowstone do Jukonu 16.50 Najbardziej znane zwierzęta Afryki (2) 17.50 Lista drapieżników (2) 18.55 Wielkie rzeki (5) – dok. 20.00 W okowach mrozu 4 (2) 21.00 Ochrona przyrody: od Yellowstone do Jukonu 22.15 Atak rekina-samuraja 23.20 Lista drapieżników (2) 0.25 Zabójcza pogoda 2 (1) 1.25 Wielkie rzeki (5) – dok.	13.20 Mroźna planeta 2 (4) 14.30 W okowach mrozu 3 16.25 Pociągami przez starożytną Grecję (2) 17.40 Dziewicze zakątki Ziemi (5) – serial dok., Wlk. Bryt. 18.45 Malownicze trasy kolejowe (3) – serial dok. 19.45 Słynie indyjskie tygrysy – film dok., Wielka Brytania 20.55 W okowach mrozu 3 (13, 14) – serial dok., USA 22.55 Superchirurg: szansa na życie 2 (3) – serial dok. 23.55 W 80 kilo dookoła świata (1) – dok., Wlk. Bryt. 1.00 Dziewicze zakątki Ziemi (5) – serial dok., Wlk. Bryt.	13.00 Irwinowie – następne pokolenie 4 – serial dok. 14.00 Resocjalizacja z Pitt Bullem 4 – serial dok., USA 15.00 Kot z piekła rodem 8 17.00 Dwa oblicza survivalu 3 18.00 Weterynarz z Gór Skalistych 6 – serial dok. 19.00 Mieszkanie na pnju 20.00 Alaska: Ostatni przystanek – serial dok. 21.00 Weterynarz z Alaski 22.00 Baseny z rozmachem 2 23.00 Resocjalizacja z pitbullem – serial dok. 0.00 Rewir rekinów – dok. 1.00 Irwinowie – następne pokolenie 4 – serial dok.
TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
13.45 Najwspanialsze drzewo Australii (2) – film dokum. 15.00 Rajskie zakątki Europy 15.55 Wielkie misie kosmiczne Artemis 2 16.45 Magiczny Adriatyk (2) 17.50 Sanatorium miłości (4, 7) 18.50 Sadeck – gwiazda choreografii, choreograf gwiazd – film dokum., Fr. 20.00 Kto rządzi światem? (1) 21.05 Mieszkańcy skandynawskich wód 22.10 Niebezpieczne drogi (2) 23.15 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn 23.20 Dzieci w niewoli Iajków – film dokumentalny, Fr.	12.00 Wojny kontenerowe 13.05 Poszukiwacze historii 14.00 Moja żona i ja – życie w Chinach pod cyfrowym nadzorem 15.15 Poszukiwacze historii 15.40 Kosmos – niewyjaśnione tajemnice starożytności 16.35 Sekrety Biblii (5) – dok. 17.35 Świat z góry. Parki narodowe (5) – serial dok. 18.45 Laponia – opowieść o śpiących olbrzymach 19.50 Najpotężniejsze 2 (1, 2) 22.00 Top Guns – SuperBroń 22.55 Fabryki wojny (6) – dok. 23.55 Kroniki Hitlera (10) – dok.	16.05 Drewno z Kolumbii Brytyjskiej 2 (2) – dok. 17.00 Kowboje z zimnych wód (10) – serial dokum. 18.00 Kłątwa umarlaka: W poszukiwaniu zaginionego złota 3 (4) 18.55 Australijscy poszukiwacze złota 7 21.00 Złoto Jukonu 5 (5) – dok. 22.00 Cieślarską po lepsze życie (3) – serial dokum. 23.00 Nago, samotnie i do domu daleko (1) 0.00 Australijscy poszukiwacze złota: na ratunek kopalniom (1) – serial dokum., Australia	15.40 Jak inżynieria zmieniała świat (2) – serial dok., USA 16.35 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze (7) 17.40 Punkty zwrotne II wojny światowej (5) 18.50 Historia sprawiedliwości (2) 19.40 Cesarstwo Rzymskie: mity i fakty (2) – dok., Fr. 20.50 Świta Hitlera (3) – dok. 22.00 1776: niepodległość USA (2) – serial dokumentalny 22.55 Nazisci: ściśle tajna nauka (3) – serial dok., USA 23.55 Piramidy w Gizie: sięgnąć do gwiazd – dok.	15.05 Ferie, impreza, morderstwo (3) – dok. 16.00 Pogrzebani za domem 3 17.00 I nie opuścił mnie aż do śmierci 5 (2) – dok. 18.00 Z archiwum 997 2 (1, 2) 19.00 Dowody zbrodni: ślady DNA (9) – serial dok., USA 20.00 Kobiety, które niosły śmierć (12) – serial dok. 21.00 Dowody zbrodni: Morderstwa na bagnach (1) – dok. 22.00 Seryjni mordercy: zło z bliska (3) – serial dokum. 23.00 Dzieci, które zabijają 23.55 Kobiety, które niosły śmierć (11) (6) – serial dok.	12.15 Małżeństwo w dżungli 14.20 Człowiek kontra jedzenie (34) – mag. kulin. 14.55 Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta 17.00 Szukające potrawy (3, 4) 19.00 Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń. Zanzibar – pr. rozrywk. 20.00 Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń. Dubaj 21.00 Nagi instynkt przetrwania (10) – dok. 22.55 Kobieta na krańcu świata (9, 10, 1) – dok., Pol. 0.40 Małżeństwo w dżungli (8, 9) – serial dokumentalny 2.35 Szukające potrawy (3, 4)

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TTV HD	TTV STYLE HD
15.00 Myśliciele – sylwetki polskie	8.20 Familiada – telet.	6.00 Przyjaciółki (65, 66) – serial obycz., Polska	6.00 Strażnik Teksasu (6, 7) – sens., USA 1999	7.10 Express – pr. inform.	5.15 I nie opuścę Cię aż do ślubu (4) – reality show		
15.10 To działa. Polskie innowacje bez granic (6) – dok., Pol.	8.50 Va banque (938)	8.00 Co ludzie powiedzą (7, 8) – kom., Wlk. Bryt.	7.55 Bogaty dom – biedny dom (72)	7.35 DeFacto 13 (9, 10)	5.50 Damy i wieśniaczki. PL 9 (2) – serial fab.-dok., Polska 2025		
16.00 Zaraz wracam 2 (106) – serial obycz.	9.25 Koło fortuny (2047)	9.25 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (43, 44) – reality show	8.55 Policjanci i Policjanci (504, 505)	8.30 Kartoteka (8, 9)	6.50 Pogromcy chaosu (6) – program rozrywk.		
16.30 Barwy szczęścia (3337) – serial obycz.	10.05 Makłowicz w podróży – mag.	12.30 Bogaty dom – biedny dom (143, 104) – reality show, Polska	10.55 Na ratunek 112 (1162, 1163) – paradok.	10.35 Detektywi (21, 22)	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn		
17.00 Gra słów. Krzyżówka (1056)	10.45 Postaw na milion	12.30 Bogaty dom – biedny dom (143, 104) – reality show, Polska	11.55 Dlaczego ja? (1531, 1532) – paradok.	12.35 Zakup w ciemno 7 (30, 31) – reality show	11.20 Ugotowani (5, 6) – program kulinarno-rozrywkowy		
17.30 Telexpress	12.35 Familiada – telet.	14.30 10 lat młodsza w 10 dni (9, 10) – program rozrywkowy	13.55 Trudne sprawy (1349-1351) – paradok.	14.35 Nic do zgłoszenia (5)	13.30 Kuchenne rewolucje (12, 11) – program rozrywkowy		
17.50 Telexpress Extra	13.15 Matki, żony i kochanki (18)	16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (47) – reality show	16.55 Policjanci i Policjanci (1396) – serial obycz., Polska	15.35 Złomowisko PL 5 (3)	15.35 I nie opuścę Cię aż do ślubu (1, 2) – reality show		
18.15 Oko na Wschód	14.15 Rodzinka.pl (194, 195) – kom., Pol.	18.00 Nasz nowy dom (324, 325) – reality show, Polska	18.00 Łowcy skarbow. Kto da więcej? (514)	16.45 Express – pr. inform.	17.05 W czym do ślubu? (1) – program rozrywkowy		
18.45 Info Wilno – pr. inf.	15.25 Va banque (939)	20.05 Kolacja w ciemno (67) – pr. rozrywk.	19.00 Policjanci i Policjanci (1397) – serial obycz., Polska	16.58 Pogoda, sport			
19.05 Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny (127) – program inform.	18.00 Koło fortuny (2048)		20.00 Uroczysko (199, 200) – serial krym., Polska	17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 21 (1)			
19.15 Laskowik & Malicki	18.35 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin.			18.05 Zakup w ciemno extra (39)			
20.10 Program informacyjny 19.30	19.40 Makłowicz w podróży – mag.			18.40 Niezwykłe Stany Prokopa 5 (8) – rozr.			
	20.10 Postaw na milion			19.45 Express – pr. inform.			
	21.10 Kabaret Letnią Porą (24) – pr. rozrywk.			20.05 Zakup w ciemno 7 (35) – reality show			
				21.05 Zakup w ciemno extra (32)			
				21.45 Express – pr. inform.			
FANTASY	KOMEDIOWY	DOKUMENTALNY	KRYMINALNY	DOKUMENTALNY	ROZRYWKOWY		
20.50 Wiedźmin (6) – Polska 2001-2002	22.10 Rodzinka.pl (55) – Polska 2012	21.05 Wzięcie kobiet (136, 137)	21.05 Sprawiedliwi. Trójmiasto (126)	22.00 Nic do zgłoszenia 6 (8) – Polska 2025	17.40 Kuchenne rewolucje (11-13)		
Geralt ratuje królową Cintry i jej córkę Pavette. Na dwór przybywają pretendenci do ręki księżniczki. Jeden z nich twierdzi, że została mu obiecana.	Tomek i Magda wybierają się na koncert. Z planów jednak nic nie wychodzi, gdyż muszą zająć się Kacprem. Natalia zastanawia się, co się dzieje z Marią. Przyjaciółka wcale się do niej nie odzywa.	Codziennie życie kobiet osadzonych w zakładzie karnym. Widzowie poznają ich zajęcia, marzenia na przyszłość i sposoby radzenia sobie z poczuciem winy.	Do Osicy zgłasza się dawna przyjaciółka i prosi o pomoc w odnalezieniu partnera, lokalnego diler. Policjantka zaczyna prywatne śledztwo.	Funkcjonariusze KAS z Wrocławia zamknęli lokal, w którym miejsce miał nielegalny hazard i handel narkotykami. W Terespolu rozpracowano przemytników papierosów.	Magda Gessler próbuje ocalić przed zamknięciem bistro 43 300 w Bielsku-Białej. Ponieważ właścicieli brak doświadczenia w gastronomii, lokal kiepsko prosperuje.		
21.45 Ojciec Mateusz 2 (25) – krym., Pol. 2009	22.50 Tak to leciało! (66)	22.00 Bogaty dom – biedny dom (126)	22.05 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1009)	23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 22 (5)	20.50 Jestem z Polski (13, 8) – serial dokum.		
22.40 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (9) – pr. rozr.	23.50 Gabi Drzewiecka zaprasza 5	23.00 Gry małżeńskie (152, 153)	23.05 Czasy ostateczne: Pozostawieni – film sensacyjny, USA/ Kanada 2014, 140 min	0.00 Fachowcy 2 (11)	22.50 Hotel Paradise 6 (23)		
23.15 Dziennik regionów – program inform.	0.50 Koło fortuny (2048, 2040) – telet.	1.00 Kolacja w ciemno (14, 16) – pr. rozrywk.	1.25 Love Island. Wyspa miłości (28)	0.45 Żony Podlaski 3 (6)	23.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9		
23.40 Jerzy Stuh. Sam ze sobą – dok., Pol. 2014	2.10 Kabaret Letnią Porą (4, 32) – pr. rozrywk.	3.05 Wzięcie kobiet (13, 14) – serial dok.	2.30 Hardcorowy lombard 3 (20)	1.45 Niebezpieczne dzienne (5) – dok.	1.35 Dorota was urządzi! (5) – program rozrywk.		
	4.20 Hity wszech czasów (1) – mag.	4.00 Zdrady (153, 154) – serial paradokum.		2.20 Nauka jazdy 5 (7)	2.20 Nieoczywiste miejsca (4) – dok.		
				2.50 Szpital (924)			
				3.35 Szkola (806)			
				4.20 Szpital (604)			
TVP HD	TVP HD	TVP HD	TVP HD	TVP HD	TVP HD		
8.55 Ojciec Mateusz 20 (262, 263) – krym., Pol. 2018	15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	8.05 Strażnik Teksasu 9 (6, 7)	11.00 Wiza na miłość 12	13.55 Podróż przez smaki Chin 3 (2) – serial dokum.	12.15 Jeździć, obserwować (3)		
10.45 Gra słów. Krzyżówka	16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel – krym., Austria	9.55 MacGyver 3 (3, 4) – sens.	13.00 Klinika bez tajemnic	14.50 U sąsiadów w kuchni 12	13.00 Mobilni mechanicy		
11.20 Na sygnale (650, 651)	17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	12.05 Pułapki umysłu (2) – dok.	15.00 Wiza na miłość: posćciolewo rozmowy 11	15.45 Z pola na stół 2 (6) – dok.	14.30 Zawodowi handlarze		
12.25 Ojciec Mateusz 6 (76)	18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz.	13.15 Wojna magazynowa: Kanada 2 (14, 15)	16.00 Historie wielkiej wagi	16.15 Jełita vs móg (5) – mag.	16.00 Wojny samochodowe		
13.20 Komisarz Alex 4 (40)	19.50 Rosamunde Pilcher: Węże w raju – melodramat, Niemcy 2013, 120 min	14.25 Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (4)	18.00 Pokonać otyłość (6)	16.40 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień	18.00 Raport Turbo – mag. inf.		
14.15 Rancho 7 (79, 80) – obycz.	21.50 Rosamunde Pilcher: Pożegnanie nad rzeką – film obyczajowy, Niemcy 2007, 105 min	15.30 Sensacje XX wieku (7, 8)	19.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach 3	18.25 Maximum Foodie 4 (10)	18.15 Zawodowi handlarze (8)		
16.10 Górna półka smaku (17)		17.50 Wojciech Cejrowski – bosy przez świat	20.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11 – serial dok.	18.55 M jak mięso (2, 3) – dok.	19.00 Moto kombi 2 – mag.		
17.40 Przystanek słow food 3		20.00 Kobra – oddział specjalny 23 (19) – sens.	21.00 Rodzina 10+ 8 (12) – rozr.	19.50 Nie bój ryby! (2) – mag.	19.45 Duda kontra Szafrański		
17.45 Makłowicz w podróży		21.00 Kobra – oddział specjalny 24 (1) – sens.	22.00 Kiedy dzieci mają dzieci 7 (12) – serial dok.	20.15 Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia (7) – program rozrywkowy	20.30 Prawko na świecie. Jazda bez zasad (3) – rozr.		
18.20 Ojciec Mateusz 25 (319)		22.00 Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (5)	23.00 Klinika koszarnej stropy – serial dokum., USA	21.10 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 11	21.15 Z drugiej reki (3) – mag.		
18.20 Rancho 7 (86) – obycz., Pol.		23.00 Magia nagości. Polska 0.00 Magia nagości 5 (6) – rozr.	0.00 Dr Przyszczylia – kulisy	23.00 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 8 (4)	22.00 Raport Turbo – mag. inf.		
20.10 Rodzinka.pl (285, 286)			1.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11 – serial dok.	0.50 Top Chef 22 (5)	22.15 Jeździć, obserwować		
21.25 Ojciec Mateusz 32 (411)					23.45 Naprawy nie do naprawy (3) – mag.		
22.00 Zdrada – thriller, USA 1997, FILM					0.30 Nauka jazdy (24) – pr. rozr.		
0.20 Syn (6) – serial obyczajowy					1.00 101 gadzettoz motoryzacyjnych (4)		
NOVA	METRO	ANTENA HD	WP	C+ DOMO HD	HGTV		
9.30 Całkiem nowe lata miodowe (16) – kom., Pol.	8.30 Szpital (784, 785)	11.55 Kłątwa Wyspy Dębów 6	13.00 Makłowicz w podróży	14.05 Cudotwórcy: zachokaj się w swoim domu (4) – dok., Kan.	9.00 Remontujemy dom na plaży 10 (6) – pr. rozr.		
10.00 Miodowe lata (15) – kom.	10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (353, 354)	13.50 Australijskie poszukiwanie złota 3	14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (26) – dok.	15.00 Kupcie sobie zamek! 2	10.00 Najgorętsze nieruchomości pod słońcem (11, 12) – dok.		
10.30 Wzięcie (120) – dok., Pol.	12.30 SOS Ekipy w akcji (29)	15.50 Wojny kontenerowe 2	15.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (1, 2) – dok.	15.55 Porządek musi być (7, 8)	11.05 Ustęka 11 (12, 13)		
11.00 Poirot 13 – serial krym.	14.35 Kiedy ktoś kocha bardziej (14) – obycz.	16.50 77 TV 2 (15) – pr. rozrywk.	16.50 Pogoda	16.50 Gardeners' World 14 (6)	12.35 Moje miasto, mój dom 8		
14.30 Świat według Kiepskich (354) – serial kom., Polska	15.45 The Floor (3, 4) – telet.	17.50 77 TV 4 (22) – pr. rozrywk.	17.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 5 (3)	18.00 Ucieczka na wieś 22 (11)	14.35 Mieszkanie na miarę 4		
15.00 Świat według Buncyd 8 (169-174)	17.00 Fani czterech kółek 17	18.45 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (8) – serial kryminalny	19.00 Strażacy z sąsiedztwa	19.00 Wielkie projekty: Szwecja 3 (3) – serial dok.	16.30 Połowanie na ogród 2		
18.00 Całkiem nowe lata miodowe (13) – kom., Pol.	18.00 Prawo Agaty 7 (3)	20.00 Alex Hugo – górski detektyw (10) – krym., Fr.	20.00 Policjanci z sąsiedztwa 5 (23, 24)	20.00 Daleko od miasta 10 (9, 10) – serial dokum., Pol.	18.10 Będzie pięknie (8) – rozr.		
18.30 Miodowe lata (24-27)	19.05 Kartoteka 2 (7, 8)	22.05 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (4) – serial kryminalny	21.50 Pogoda	21.00 Cudotwórcy: zachokaj się w swoim domu (4) – dok., Kan.	19.05 Złoty remont 4 (4) – rozr.		
22.00 Zdrady (41, 42, 106) – krym.	23.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (7) – krym.	23.15 Detektywi z Bordeaux 4 (11) – serial krym., Fr./Belgia	22.00 Mistrzowie Kabaretu 13 (2) – program rozrywkowy	21.55 Wielkie projekty: Australia 10 (4) – dok.	20.05 Dorota inspiruje (3)		
1.00 Lowca pedofilów	0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5 (6) – dok.	0.25 Polska. Największe dylematy (1-3) – pr. publ.	23.00 Mistrzowie Kabaretu 15 (8) – program rozrywkowy	22.55 Wakacyjne domy na wynajem (9, 10) – dok.	21.00 Dorota was urządzi!		
3.00 TV okazje (95, 96)	1.15 Szpital (777) – paradok.		0.00 Mistrzowie Kabaretu 7		22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 9 (3-6) – pr. rozr.		
3.50 Wielki czas (707, 706)	2.15 Szkola (529, 530)		0.55 Mistrzowie Kabaretu 5		0.40 Kupujemy dom na plaży 29 (13) – dok.		
4.00 Sala operacyjna 4 (3, 6)							

POLSAT 2 HD		SUPER POLSAT DVB-T2		TV 6 DVB-T		BBC FIRST HD		STACJE DZIECIĘCE		STACJE INFORMACYJNE	
KRYMINALNY		SENSACYJNY		KRYMINALNY		KRYMINALNY		ANIMOWANY		INFORMACYJNY	
5.50 Wydarzenia		6.05 Wydarzenia		6.00 Więzienie (156, 157)		6.00 Zagadki doktora		9.00 Tygrysek Percy		8.00 Serwis informacyjny,	
6.30 Nasz nowy dom		6.45 SuperLudzie Extra		6.55 Policjantki		6.55 Śledztwa siostry		9.30 Domisie – dla dzieci		9.55 Biznes – pr. publicyst.	
7.30 Na ratunek 112		6.55 Na ratunek 112		7.55 Na ratunek 112		8.45 Lewis 4 (8) – krym.		10.00 Figo Migu		10.00 Serwis informacyjny,	
(923, 924) – serial		(708, 709) – paradok.		(53, 54) – serial obycz.		9.40 Ojciec Brown (1)		10.20 Bolek i Lolek		10.55 Biznes – pr. publicyst.	
paradokum., Pol. 2024		10.00 Wydarzenia		10.55 Świat według		11.45 Zagadki doktora		10.45 Rodzina Treflików 2		11.00 Serwis informacyjny,	
8.30 Sekrety rodziny		10.30 SuperLudzie (35, 36)		Kiepskich (355-358)		Śmierć pod		(21, 22) – serial anim.		11.55 Biznes – pr. publicyst.	
(378-380) – serial		11.30 Świat według		– serial kom., Pol. 2011		palcami (2) – krym.		11.10 Odo (31-33) – anim.		12.00 Serwis informacyjny,	
paradokum., Pol. 2024		Kiepskich		– serial sens., Niemcy		12.55 Death Valley (1, 2)		11.35 Stacyjkowo (1, 2)		13.55 Biznes – pr. publicyst.	
11.30 Trudne sprawy		13.30 Bitwa o palety (2)		13.55 Policjantki		15.00 Ojciec Brown (6)		11.55 Pszczółka Maja (11)		14.00 Serwis informacyjny,	
(948) – serial		14.30 Hell's Kitchen		i Policjanci (1197)		16.00 Lewis 4 (8) – krym.		12.25 Domisie – dla dzieci		14.55 Biznes – pr. publicyst.	
paradokum.		16.30 Ninja Warrior		– serial obycz., Polska		17.00 My Life is Murder 2		13.00 Zagadki		15.00 15 na żywo – inf.	
12.30 Dlaczego ja?		Polska (34)		14.55 Uroczysko (39, 40)		(10) – serial kryminalny		zwierzogromadki		16.00 Fakty po południu	
(1353, 1347) – serial		18.25 Świat według		– krym., Pol. 2023-2024		18.00 Morderstwa		(15) – serial anim.		18.00 Tak jest – pr. publ.	
paradokum.		Kiepskich		15.55 Kobra – oddział		w Midsomer 21 (2)		13.20 Tru i Tęczowe		19.15 Serwis informacyjny	
14.30 Świat według		(460, 461, 553) – kom.		specjalny (24, 25)		19.55 Śmierć pod		Królestwo (11)		19.30 Fakty po Faktach	
Kiepskich (524-528)		20.00 Złomiarze (6) – dok.		– serial sens., Niemcy		palcami (3) – krym.		14.10 Pająk Lucas 2 (21, 22)		– program inform.	
– kom., Pol. 2017-2018				18.00 Strażnik Teksasu		21.00 Harry Wild 4 (5)		14.30 Oli i Luna (21, 22)		20.00 Kropka nad i – publ.	
17.00 48h. Zaginieni				(8, 9) – serial							
(153, 154) – serial				sensacyjny, USA 1999							
kryminalny, Pol. 2022											
19.00 Gliniarze (994)											
– serial paradokum.											
20.00 Ślad (70)											
– Polska 2019											
Biznesmen Michał Palasz											
zostaje utopiony w wannie.											
Po dokonaniu zabójstwa											
sprawca przebiera się w											
ubranie ofiary i na oczach											
przechodniów skacze z											
mostu, symulując											
samobójstwo.											
21.00 Gliniarze (789)											
22.00 Łowca pedofilów											
(170) – serial dokum.											
23.00 Świat według											
Kiepskich (357, 358)											
0.00 Ślad (92) – krym., Pol.											
1.00 Zdrady II (11)											
2.05 Wydarzenia											
2.45 Interwencja – mag.											
6.00 Budowlancy (5) – dok.											
6.30 Kolowrotek (200) – mag.											
7.00 Dorwać tuńczyka (4, 5)											
9.00 Wojny magazynowe											
10.00 Wojny kontenerowe											
10.55 Hardkorowy lombard											
14.05 Polacy za granicą											
16.00 Złomiarze (31, 32) – dok.											
18.05 Poszukiwacze historii											
20.00 Trzecia Rzesza											
w obiektywie											
amatorskiej kamery (1)											
21.10 Tajna historia XX wieku											
(47, 48) – serial dokum., Pol.											
22.10 Poszukiwacze historii											
22.35 Pociągi (1) – serial dokum.											
23.10 Wakacje z Bałtykiem											
4.05 Starożytni kosmici (3, 4)											
8.50 Tyler Henry – medium											
z Hollywood – pr. rozrywk.											
10.40 Plastikowa fuszarka											
12.30 Z kamera											
u Kardashianów (4, 5)											
14.20 Tyler Henry – medium											
z Hollywood – pr. rozrywk.											
16.10 Plastikowa fuszarka											
18.00 Tylko dla celebrytów											
18.30 Z kamera											
u Kardashianów (10, 11)											
20.30 Tyler Henry – medium											
z Hollywood – pr. rozrywk.											
22.30 Plastikowa fuszarka (19)											
0.30 Tylko dla celebrytów											
1.00 Z kamera											
u Kardashianów (4, 5)											
3.00 Plastikowa fuszarka											
17.55 Poczet wielkich											
Polaków – pr. hist.											
18.00 Aniol Pański											
18.05 Informacje dnia											
18.15 Rozmowy											
niedokonywane – pr. publ.											
19.30 Każdy małuch to potrafi											
– program dla dzieci											
19.45 Modlitwa – religijny											
20.00 Informacje dnia											
20.20 Różaniec											
20.50 Ślady historii (5) – dok.											
21.00 Apol Jasnogórski											
22.20 Informacje dnia											
21.40 Polski punkt widzenia											
22.00 Najświeższe Serce – film											
religijny, Hiszpania 2020,											
reż. Andrés Garrigó, 95 min											
12.30 Top Gear 8 (1) – mag.											
13.35 Nadzwyczajne maszyny											
14.35 Cuda inżynierii 6 (10)											
15.40 Who Wants to Be											
a Millionaire z Jeremym											
Clarksonem 4 (1) – telet.											
16.45 Brytyjskie fabryki											
jedzenia (1) – serial dok.											
17.50 Top Gear 8 (2) – mag.											
18.55 Cuda inżynierii 6 (10)											
20.00 Brytyjskie fabryki											
jedzenia (2) – serial dok.											
21.00 Cuda inżynierii											
kolejowej (3) – serial dok.											
22.00 Ikony motoryzacji 2 (5)											
23.00 Top Gear 8 (1) – mag.											
0.05 Top Gear 19 (4) – mag.											
1.15 Cuda inżynierii 6 (10)											
10.00 Baranek Shaun (2-10)											
11.25 Baczne oczka (11-13, 1)											
11.55 Marta mówi (17, 18)											
12.50 Moje urodziny – dla dzieci											
12.59 Marta mówi (19, 20)											
13.55 Moje urodziny – dla dzieci											
14.00 Basia (6-10) – serial anim.											
15.10 Kicia Kocia 2 (7-11)											
15.55 Blazie i megamaszyny 3											
17.20 Staś i fajna Babcia											
17.50 Moje urodziny – dla dzieci											
17.57 Staś i fajna Babcia (20)											
18.15 Leśna rodzina. Freya											
spełnia swoje marzenia											
(8, 9) – serial anim., Japonia											
18.40 Dora i przyjaciele (10, 11)											
19.35 Kicia Kocia (8-12) – anim.											
20.25 Mały Charlie (7-11)											
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.											
12.30 Rączka gotuje											
13.00 Agrobiznes											
13.20 Agropogoda											
13.30 Bez retuszu											
14.20 Poznań region											
15.00 Koronka do Miłosierdzia											
Bożego – program religijny											
15.20 Serwis Info Dzień – inf.											
15.30 Program lokalny											
19.30 Całkiem niezła historia											
19.45 Kryminalna siódemka											
20.00 Dziennik regionów – inf.											
20.13 Gość Regionów – pr. publ.											
20.30 Telekurier – mag., Polska											
21.00 Program lokalny											
22.00 Dziennik regionów – inf.											
22.30 Złoty chłopak (189)											
– serial obycz., Turcja 2022											

Warto zobaczyć

→ filmowe hity

10.30
PARAMOUNT NETWORK
Chłopięcy świat
OBYCZAJOWY Caroline bierze ślub. Mąż okazuje się alkoholikiem. Upokarzany przez niego przybrany syn chce uciec z domu. Reż.: Michael Caton-Jones, A: Robert De Niro, Leonardo DiCaprio, Ellen Barkin USA 1993 **150 min ▶ do godz. 13.00**

15.20
TVP KULTURA
Ludzie Wisły
MELODRAMAT Ojciec Anny jest właścicielem barki. Jej ukochany obiecuje, że wezmą ślub i kupią berlinkę. By dotrzymać słowa, musi kraść. Reż.: Aleksander Ford, Jerzy Zarzycki, A: Stanisława Wysocka, Ina Benita Polska 1938 **90 min ▶ do godz. 16.50**

16.15
ALE KINO+
Alfa.
PRZYGODOWY Po śmierci matki instruktor snowboardu przeprowadza się do wioski w Alpach. Jego spokój zakłóca przybicie ojca. Reż.: Jan-Willem van Ewijk, A: Reinout Scholten van Aschat, Pia Amofa-Antwi Szwajcaria 2024 **120 min ▶ do godz. 18.15**

16.45
TVN FABUŁA
Nowe przygody Aladyna
KOMEDIA Rabusie muszą zabawić maluchy w galerii handlowej. Czytając bajkę o Aladynie, przenoszą się do Bagdadu. Reż.: Arthur Benzaquen, A: Kev Adams, William Lebghil, Vanessa Guide Francja/Belgia 2015 **135 min ▶ do godz. 19.00**

17.40
HBO
Kompletnie nieznan
BIOGRAFICZNY Rok 1961. Aspirujący muzyk i tekściarz Bob Dylan zaczyna występować w klubach. Charyzma i talent wiodą go na szczyt. Reż.: James Mangold, A: Timothée Chalamet, Monica Barbaro USA 2024 **140 min ▶ do godz. 20.00**

18.35
POLSAT FILM
Logan Lucky
KOMEDIA KRYMINALNA Nad rodziną Loganów ciąży klątwa. Bracia Jimmy i Clyde chcą odmienić los. Szykują napad. To początek kłopotów. Reż.: Steven Soderbergh, A: Farrah Mackenzie, Channing Tatum, Jim O'Heir USA/Chiny 2017 **145 min ▶ do godz. 21.00**

20.00
TVN FABUŁA
Ocean's Thirteen
KOMEDIA SENSACYJNA Gang Danny'ego zamierza okraść właściciela kasyn. Potrzebują pomocy Terry'ego Benedicta, który jest ich wrogiem. Reż.: Steven Soderbergh, A: George Clooney, Al Pacino, Andy Garcia USA 2007 **160 min ▶ do godz. 22.40**

22.30
TVP KOBIEȘA
Zwerbowana miłość
SENSACYJNY Rok 1989. Prostytutka Anna staje się pionkiem w grze esbeka i jego kompana. Gdy odkrywa prawdę, postanawia się zemścić. Reż.: Tadeusz Król, A: Joanna Orleńska, Robert Więckiewicz Polska 2009 **100 min ▶ do godz. 01.10**



Zespół naukowców stawia czoło grupie siejących zniszczenie bestii.



20.50 Godzilla II: Król potworów

SCIENCE FICTION Zmutowane supergatunki rozpoczynają walkę o dominację.

HIT DNIA Pięć lat po tragicznych wydarzeniach w San Francisco dr Emma Russell, która zajmuje się badaniami Tytanów, jest świadkiem narodzin larwy zwanej Mothra. Grupa ekoterrorystów pod wodzą Alana Jonaha atakuje bazę i uprowadza panią doktor oraz jej córkę. W tym samym czasie Mothra ucieka i przepoczwarza się pod pobliskim wodospadem. Naukowcy Ishiro Serizawa i Vivienne Graham zwracają się z prośbą o pomoc do byłego męża porwanej badaczki. Zespół Monarch podąża na Antarktydę, gdzie Jonah zamierza

wolnić trójgłowego Tytana. Godzilla staje do starcia z Mothrą, Rodanem oraz największym wrogiem, Królem Ghidorahem. Zaczyna się pojedynek o supremację. **HD 165 min ▶ do godz. 23.35**

Jap./USA 2019 Reż.: Michael Dougherty Wysł.: Kyle Chandler, Vera Farmiga, Millie Bobby Brown, Ken Watanabe



19.55 Słyszeliście o Morganach?

KOMEDIA ROMANTYCZNA Będący w separacji Meryl (Sarah Jessica Parker) i Paul (Hugh Grant) stają się świadkami morderstwa. FBI ukrywa skłóconą parę na prowincji. To szansa na ocalenie ich związku.

Reż.: Marc Lawrence Wysł.: Natalia Klimas USA 2009 **HD 135 min ▶ do godz. 22.10**



20.00 Jacht

THRILLER Po wyjściu na wolność Bella dowiaduje się, że odziedziczyła łódź. Spędza na niej noc. Gdy się budzi, odkrywa, że stała się zakładniczką najemników. Meeser (Frank Grillo) i inni bandyci szukają ukrytego majątku.

Reż.: Declan Whitebloom Wysł.: Ruby Rose USA 2021 **HD 120 min ▶ do godz. 22.00**



20.00 Najlepsi z najlepszych

SENSACYJNY Frank trenuje pięciu reprezentantów USA na mistrzostwa w taekwondo. Praca ze sportowcami nie jest łatwa. Alex (Eric Roberts) często opuszcza ćwiczenia, by spotykać się z synkiem.

Reż.: Bob Radler Wysł.: Phillip Rhee USA 1989 **HD 120 min ▶ do godz. 22.00**



22.00 Negocjator

SENSACYJNY Policyjny mediator Danny Roman (Samuel L. Jackson) wpada na trop afery korupcyjnej. Zostaje zrobiony w zbrodnię. Bierze zakładników i żąda sprowadzenia negocjatora. Chce dowieść swojej niewinności.

Reż.: F. Gary Gray Wysł.: Kevin Spacey USA 1998 **HD 175 min ▶ do godz. 0.55**



22.10 Sąsiedzi

KOMEDIA Mac (Seth Rogen) i Kelly (Rose Byrne), którzy właśnie zostali rodzicami Stelli, przenoszą się na przedmieścia. Do domu obok wprowadzają się imprezowi studenci. Wkrótce między sąsiadami wybucha wojna.

Reż.: Nicholas Stoller Wysł.: Zac Efron USA 2014 **HD 135 min ▶ do godz. 0.25**

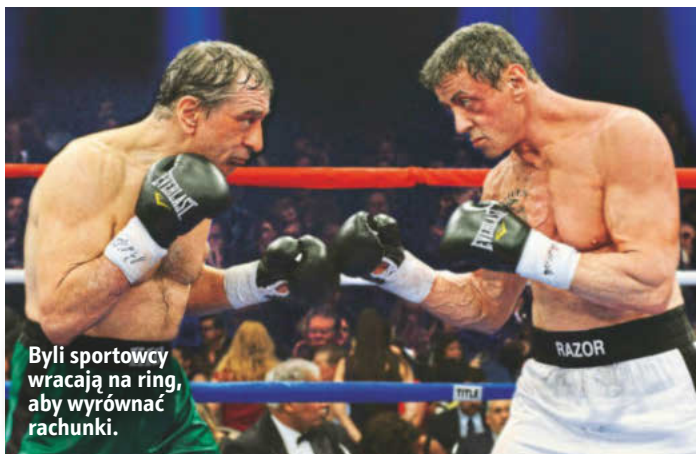


23.00 Patriota

HISTORYCZNY Rok 1776. Amerykanie walczą z Anglikami. Wdowiec Martin (Mel Gibson) chce być neutralny. Osobista tragedia zmienia go w bojownika o wolność. Razem z najstarszym synem wyrusza na wojnę.

Reż.: Roland Emmerich Wysł.: Heath Ledger USA 2000 **HD 200 min ▶ do godz. 2.20**

→ filmowe hity



Byli sportowcy wracają na ring, aby wyrównać rachunki.

20.00 **Legends of the Ring**

TVN 7 **KOMEDIA** Weterani boksu podejmują wyzwanie. Po latach stają do pojedynku, którzy położyli kres konfliktowi.

HIT DNIA Pittsburgh. Emerytowani bokserzy, Billy „The Kid” McDonnen i Henry „Razor” Sharp, nigdy ze sobą nie konkurowali. Rywalizację miało zakończyć starcie w 1983 r., ale do niego nie doszło. Po latach zyskują szansę, aby udowodnić, który z nich zasługuje na miano najlepszego. Menedżer Dante namawia

ich do ponownego skrzyżowania rękawic. Sharp pod okiem trenera przygotowuje się do pojedynku z przeciwnikiem, pragnąc ostatecznie rozstrzygnąć spór. Ponadto w jego życiu pojawia się dawna miłość. **HD 155 min ► do godz. 22.35**

USA 2013 **Reż.:** Peter Segal **Wyst.:** Robert De Niro, Sylvester Stallone, Kevin Hart, Alan Arkin, Kim Basinger

21.05 **Ikar. Legenda Mietka Kosza**

BIOGRAFICZNY Niewidomy pianista Mieczysław Kosz (Dawid Ogrodnik) odnosi sukces. Kariera nie przynosi mu jednak spełnienia. Przez nałóg alkoholowy zaczyna on niweczyć artystyczny dorobek.

Reż.: Maciej Pieprzycza **Wyst.:** Jowita Budnik
Polska 2019 **HD 130 min ► do godz. 23.15**

23.15 **Korczak**

BIOGRAFICZNY Warszawa. Janusz Korczak (Wojciech Pszoniak) zajmuje się sierotami żydowskiego pochodzenia. Po wkroczeniu Niemców zostaje zamknięty w getcie wraz z dziećmi. Wszyscy trafiają do obozu.

Reż.: Andrzej Wajda **Wyst.:** Ewa Dałkowska
Polska 1990 **HD 130 min ► do godz. 1.25**

21.30 **Tożsamość zdrajcy**

SENSACYJNY CIA zatrzymuje mężczyznę podejrzanego o zaplanowanie ataku. Agentka Racine (Noomi Rapace) ma uczestniczyć w przesłuchaniu. Odkrywa, że wśród jej kolegów po fachu znajduje się zdrajca.

Reż.: Michael Apted **Wyst.:** Orlando Bloom
USA/Fr. 2017 **HD 105 min ► do godz. 23.15**

23.35 **Legion samobójców**

SCIENCE FICTION Obdarzeni supermocami antyherosi, m.in. Harley Quinn (Margot Robbie), zyskują szansę odkupienia win. Mogą liczyć na zredukowanie wyroków, jeśli wypełnią misję.

Reż.: David Ayer **Wyst.:** Will Smith, Jared Leto
USA 2016 **HD 155 min ► do godz. 2.10**

→ sport

8.15 **Tajlandia – USA**

SIATKÓWKA LIVE Jedne z głównych faworytek do wygrania całych tegorocznych rozgrywek Ligi Narodów, reprezentantki Stanów Zjednoczonych, nie powinny mieć problemów z pokonaniem znacznie niżej notowanej drużyny z południowo-wschodniej Azji. **HD 230 min ► do godz. 12.05**

12.05 **Japonia – Brazylia**

SIATKÓWKA LIVE Starcie zespołów, które poważnie liczą się w grze o strefę medalową Ligi Narodów. Siatkarki z Kraju Kwitnącej Wiśni z pewnością będą trudnymi przeciwniczkami dla zdecydowanie bardziej utytułowanych Brazylierek. **HD 115 min ► do godz. 14.00**

13.45 **Tour de France**

KOLARSTWO LIVE Piąty etap słynnej Wielkiej Pętli rozpocznie się u podnóża Pirenejów, a trasa będzie stopniowo się obniżała. Na finałowych kilometrach kolarze zmierzą się z pofałdowanym terenem, co powinno uatrakcyjnić zawody. **HD 270 min ► do godz. 18.15**

17.20 **ME U-19 – Walia 2026**

PIŁKA NOŻNA LIVE W najlepszej czwórce młodzieżowych rozgrywek, które wyłonią najsilniejszą drużynę Starego Kontynentu, nie powinno zabraknąć ubiegłorocznych wicemistrzów Europy – Hiszpanów. **HD 135 min ► do godz. 19.35**

→ rozrywka

21.50 **Przebojowe kabarety**

SATYRA Artyści z Kabaretu pod Wyrwigroszem zaprezentują „Casting do Neandertalii”, w którym sparodiują aktorów podczas przesłuchania do roli. Katarzyna Skrzynecka i Piotr Gąsowski pojawiają się w scenkach łączących skecze. **HD 60 min ► do godz. 22.50**

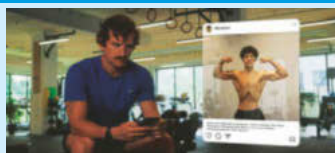
22.00 **Nagi instynkt przetrwania: Miśtrzostwa świata**

REALITY SHOW Rywale usiłują przetrwać w dzicy. Ich zadania to m.in. rozpalenie ognia na wilgotnym podłożu i skonstruowanie łuku. Legendzie survivalu grozi odpadnięcie z gry. **HD 120 min ► do godz. 0.00**

22.00 **Pod pokładem: Morze Śródziemne 9**

REALITY SHOW Cierpliwość Aeshy wyczerpuje się, gdy stewardesy popełniają błędy i nie wywiązują się z obowiązków. Dochodzi do poważnej awarii. Atmosfera staje się napięta. **HD 60 min ► do godz. 23.00**

→ dokument

23.10 **Adonis**

SPOŁECZEŃSTWO Przyjmowanie sterydów jest popularne wśród mężczyzn uprawiających kulturystykę. Eksperti omówią fizyczne i psychiczne konsekwencje obsesji na punkcie muskularnego ciała. **HD 70 min ► do godz. 0.20**

TVP 1 HD DVBT2

- 5.00 Złoty chłopak** (328) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 5.50 Akacja 38** (892) – telenowela, Hiszpania 2015
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Rodzina (nie od) święta** – magazyn religijny
- 8.00 Serwis Info** – program inform.
- 8.10 Pogoda Info**
- 8.20 Janosik** (7) – przyg., Polska 1973
- 9.15 Ranczo 6** (76) – serial obyczajowy, Polska 2012
- 10.10 Komisarz Alex 7** (84) – serial kryminalny, Polska 2015
- 11.05 Ojciec Mateusz 15** (195) – serial kryminalny, Polska 2016
- 12.00 Serwis Info** – program inform.
- 12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda** – program inform.
- 12.40 Magazyn rolniczy**
- 12.55 Natura w Jedyne: Borneo – cudowna dżungla** – film dokumentalny, Fr./Niemcy 2025
- 14.00 Złoty chłopak** (329) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 15.00 Serwis Info** – program inform.
- 15.10 Pogoda Info**
- 15.25 Gra słów. Krzyżówka** (1062) – teleturniej
- 16.00 Dziedziectwo** (972) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Telexpress, pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – telet. muz.
- 18.05 Reporterzy** – mag. reporterów
- 18.25 Akacja 38** (907) – telenowela, Hiszpania 2015
- 19.30 Program informacyjny** 19.30
- 19.55 Pytanie dnia** – pr. publicyst.
- 20.10 Sport, pogoda**

TVP 2 HD DVBT2

- 4.35 Na dobre i na złe** (899): Sukcesja – serial obyczajowy, Polska 2023
- 5.30 M jak miłość** (1789) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 6.25 Pozyteczni.pl** – magazyn
- 6.55 Barwy szczęścia** (3349) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
- 7.55 Pytanie na śniadanie** – magazyn
- 11.30 Rodzinka.pl** (34, 35): Jaki masz zawód?; Koniec świata – serial komediowy, Polska 2011
- 12.35 Koło fortuny** (1883) – teleturniej
- 13.15 Postaw na milion** – teleturniej
- 14.05 Va banque** (1007) – teleturniej
- 14.35 Na sygnale** (871) – serial fabularno-dokum., Polska 2026
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (428) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
- 16.00 Koło fortuny** (1884) – teleturniej
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (139) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- Beyza uniemożliwia Hancer rozmowę z Cihanem. Oboje podpisują pozew rozwodowy. Yasemin, podejrzewając podstęp, nakłania Beyzę do badań.
- 18.15 Va banque** (1008) – teleturniej
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 Barwy szczęścia** (3349) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 20.05 Omnibus – szybcy i mądzy** (17) – teleturniej
- 20.35 Omnibus – szybcy i mądzy – dogrywka** (17) – teleturniej
- 20.55 Postaw na milion** – teleturniej

POLSAT HD DVBT2

- 4.40 Disco Gramy**
- 5.25 Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News**
- 8.30 Malanowski i partnerzy** (323, 324): Między młotem a kowadłem; Na skraju nadziei – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
- 9.30 Trudne sprawy** (1253, 1254) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 11.35 Gliniarze** (870, 871) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 13.40 Dlaczego ja?** (1500, 1501) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- Postrzegany jako nieudacznik Jan zostaje porzucony przez Zuzię. Niebawem dowiaduje się, że otrzymał spadek po niejakim Biernackim. Na wieść o majątku dziewczyna postanawia wrócić do byłego chłopaka.
- 15.50 Wydarzenia, pogoda**
- 16.25 Interwencja** – magazyn reporterów
- 16.40 Gliniarze** (1067, 1068) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- Policjanci wyjaśniają sprawę uprowadzenia córki biznesmena. Zrozpaczony ojciec oskarża byłą żonę, która straciła prawa rodzicielskie. Detektywi podejrzewają jednego z kontrahentów przedsiębiorcy, który ma powiązania z półświatkiem.
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.30 Sport, pogoda**

TVN HD DVBT2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1692) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- 6.50 Kuchenne rewolucje** (7): Turek – program rozrywkowy
- 7.45 Dzień dobry wakacje** – magazyn
- 11.20 Doradca smaku** (22) – magazyn kulinarny
- 11.25 Kuchenne rewolucje** (10): Łapy, Chicken Flow – program rozrywkowy
- 12.35 Ukryta prawda** (1473, 1474, 1723) – paradok., Polska
- 15.45 Detektywi** (107) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
- 16.50 Szpital św. Anny** (63) – serial obyczajowy, Polska 2025
- Na oddziale Żyty pojawia się mężczyzna z podejrzeniem nowotworu jądra. Nie chce poddać się operacji ratującej życie. Nieprzystomny Tomek pozostaje pod opieką Marty i Krystyny.
- 17.55 Młode gliny** (16) – serial kryminalny, Polska 2026
- Mikołaj ginie od ciosów siekierą. Ciało odnajdują jego dawni koledzy z liceum. Na miejscu policjantki spotykają księdza, kościelnego i leśnika, którzy oddają hołd zabitej córce ostatniego z nich. Sprawców zbrojowego gwałtu na dziewczynie i jej morderstwa dotąd nie odnaleźiono.
- 19.00 Fakty, sport i pogoda**
- 19.55 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 20.15 Na Wspólnej** (4242) – serial obyczajowy, Polska 2026

20 KRYMINALNY



20.30 Prokurator (9) – Polska 2015

Ciało prezesa firmy zostaje znalezione w mieszkaniu hodowcy pajaków, który zniknął bez śladu. Proch i jego ludzie muszą ustalić, co spowodowało biznesmena do tego lokalu. Kolejne odkrycie przynosi przełom w śledztwie.

21.30 Tożsamość zdrajcy – film sensacyjny, Czechy/Szwajcaria/Wielka Brytania 2017, reż. Michael Apted, wyk. Noomi Rapace, Orlando Bloom, Toni Collette, John Malkovich, 105 min

23.15 Wiedźmistrz Andrzej Wajda: Korczak – film biograficzny, Polska/Niemcy/Wielka Brytania 1990, reż. Andrzej Wajda, wyk. Wojciech Pszoniak, Ewa Dąkowska, 130 min

1.25 Carte Blanche – dramat obyczajowy, Polska 2015, reż. Jacek Lusinski, wyk. Andrzej Chyra, Arkadiusz Jakubik, Urszula Grabowska, 135 min

3.40 Wykrywacz kłamstw – publ.

3.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.

4.15 Reporterzy – mag. reporterów

4.30 Oko na świat – magazyn

4.50 Zakończenie

FAB.-DOKUM.



21.50 Na sygnale (864, 865): Ostatni rzut oka; Złamane serca – Polska 2026

Róża i Romek oraz ich zespół zmagają się z agresywnym nastoletnim narkomanem. Ratownicy zajmują się też aktorem ukrywającym chorobę. Piotr musi zmierzyć się z oskarżeniem o brutalność. Banach naraża się na konsekwencje po zabraniu chorego na raka pacjenta na wycieczkę.

22.55 Berlin Ku'damm 56 (2) – serial obyczajowy, Niemcy 2016

Monika po napaści seksualnej nie może dojść do siebie. Ma myśli samobójcze. Pomaga jej Assmann, wspólnik matki.

23.50 PiBull 2 (6) – serial sensacyjny, Polska 2007

0.50 Karol, władca Hiszpanii (5) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015

1.45 Nasz dom w górach (12): Nowy start, część 2 – serial obyczajowy, Niemcy 2020

2.40 Jak zostać Japończykiem – film dokumentalny, Japonia/USA/Finlandia 2023

4.20 Zakończenie

KOMEDIA ROMANTYCZNA



19.55 Komediodwa środa: Słyszeliście o Morganach? – USA 2009, 135 min

Meryl i Paul, którzy są w separacji, stają się świadkami morderstwa. Agenci FBI ukrywają skłóconą parę w spokojnym miasteczku Ray w stanie Wyoming. Daje to małżonkom szansę na naprawę relacji. Paul robi wszystko, by odzyskać zaufanie żony.

22.10 Sąsiedzi – komedia, USA 2014, reż. Nicholas Stoller, wyk. Seth Rogen, Rose Byrne, Zac Efron, Elise Vargas, 135 min

Mac i Kelly zostają rodzicami. Przeprowadzają się na przedmieście. Wciąż czują się młodzi, dlatego są zachwyceni, gdy obok zamieszkują studenci. Szalone imprezy z czasem stają się jednak uciążliwe.

0.25 Zła kobieta – komedia, USA 2011, reż. Jake Kasdan, wyk. Cameron Diaz, Lucy Punch, Jason Segel, Justin Timberlake, 120 min

2.25 Boski żigolo – komedia, USA 1999, reż. Mike Mitchell, wyk. Rob Schneider, William Forsythe, Eddie Griffin, Oded Fehr, 135 min

SCIENCE FICTION



20.50 Godzilla II: Król potworów – Japonia/USA 2019, 165 min

Ludzkości grozi zagłada, kiedy pojawia się grupa siejących zniszczenie potworów. Agencja kryptozoologiczna o nazwie Monarch musi stawić czoło gigantom. W sprawę angażuje się także Mark, mąż doktor Russell, która została uprowadzona przez ekoterrorystów pod wodzą Alana Jonaha. W obronie świata staje Godzilla. Czekają ją konfrontacja z Mothrą, Rodanem oraz Królem Ghidorahem.

23.35 Legion samobójców – film s.f., USA 2016, reż. David Ayer, wyk. Will Smith, Jared Leto, Margot Robbie, Joel Kinnaman, 155 min

Antybohaterowie zyskują szansę na odkupienie win. Biorą udział w ryzykownej misji.

2.10 Uwaga! – magazyn reporterów

2.25 Wallander 3 (8) – serial kryminalny, Wielka Brytania/Szwecja/Niemcy 2014

4.00 Detektywi (107) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024

5.00 Nauka jazdy 5 (16) – program rozrywkowy



- 5.30 Ten moment** (53) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (780-782) – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 8.45 Ukryta prawda** (1336, 1441, 1442) – serial paradokumentalny, Polska
- 11.50 W-11 – Wydział Śledczy** (1093-1095): Obciach; Kret; Śmierć jublera – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
- 13.55 Kryminalni** (3) – serial kryminalny, Polska 2004
- 15.00 Szpital** (778, 779) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (504): Ukochany brat – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
- 18.00 SOS Ekipy w akcji** (16) – serial paradokumentalny, Polska 2018. Patrol dostaje zgłoszenie o kradzieży zwłok z zakładu pogrzebowego. Policjanci wyjaśniają również okoliczności zniknięcia psa oraz napadci na właścicieli hodowli. Ponadto ratownicy udzielają pomocy nastolatce, która spadła z konia.
- 19.00 Ukryta prawda** (1527) – serial paradokumentalny, Polska 2023. Gabriela jest w związku z Włodkiem. Pewnego dnia, gdy się u niego zjawia, zastaje zamkniętę mieszkankę. Nie może się też dowiedzieć o mężczyzny. Stara się namierzyć wybranka. Okazuje się, że znalazł on sobie nową partnerkę.

KOMEDIA

**20.00 Legendy ringu**

FILM – USA 2013, 155 min

Emerytowani bokserzy Billy „The Kid” McDonn i Henry „Razor” Sharp niegdyś zaciekle ze sobą konkurowali. Konflikt miała zakończyć walka w 1983 roku, jednak nigdy do niej nie doszło. Po latach obaj zyskują szansę, aby udowodnić, kto jest lepszym pięściarzem. Menedżer namawia ich do ponownego wystąpienia na ringu.

22.35 Godziny szczytu 2 – komedia sensacyjna, USA 2001, reż. Brett Ratner, wyk. Chris Tucker, Jackie Chan, John Lone, Ziyi Zhang, 120 min

0.35 Jak Boss – komedia, USA 2020, reż. Miguel Arteta, wyk. Tiffany Haddish, Rose Byrne, Salma Hayek, Jennifer Coolidge, 95 min

2.10 Żyjąc z potworem 9 (2) – serial dokumentalny, USA 2024

3.00 Fachowcy (10) – serial paradokumentalny, Polska 2017

3.35 Usterka 11 (6) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019

4.10 Dorota was urządzi! (1, 2) – program rozrywkowy

Następny odcinek obejrzyj na:



- 6.00 Policjanci z Miami 3** (4, 5): Zawsze solo; Udana akcja – serial kryminalny, USA 1986
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (8, 9): Uwzięni; Królóbjca – serial sensacyjny, Niemcy 2017
- 10.00 Maria z przedmieścia** (51, 52) – telenowela, Meksyk 1995
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (112) – serial obyczajowy, Meksyk 2008. Isabel jeszcze raz telefonuje do Blanki. Podaje się za Ivette. Juan Miguel prosi Marichuy o pozostanie. Nie będzie próbował odebrać jej dziecka. Ona odmawia. Cecilią zależy na wybaczeniu córki.
- 13.00 Wspinał się stulecie** (46) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 Kurierzy** (31) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10** (534, 535) – serial obyczajowy, Polska 2022
- 17.00 Kurierzy** (32) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023. Roman dostarcza paczkę do domu na przedmieściach. Zostaje obezwładniony przez policję. Wiktoria stara się rozbić związek Justyny i Romana. Michał potrzebuje pomocy Gabi w opiece nad dziećmi.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (969, 970) – serial obyczajowy, Polska 2026. Prawnik Kanicki odkrywa, że jego szef molestuje sekretarkę. Mimo sprzeciwu ojca decyduje się działać. Łąka wspiera go w poszukiwaniu innych ofiar.

THRILLER

**20.00 Jacht**

FILM – USA 2021, 120 min

Po warunkowym wyjściu na wolność buntownicza Bella dowiaduje się, że odziedziczyła po ojcu jacht. Spędza na nim noc. Gdy się budzi, odkrywa, że stała się zakładniczką trzech najemników. Meeser i jego kumple szukają ukrytego majątku. Bella w swojej walce o przetrwanie wykorzystuje spryt.

22.00 Negocjator – film sensacyjny, USA/Niemcy 1998, reż. F. Gary Gray, wyk. Samuel L. Jackson, J.T. Walsh, Kevin Spacey, David Morse, 175 min

0.55 Krwawa gra – film sensacyjny, Kolumbia 2015, reż. Ken Sanzel, wyk. Mickey Rourke, Freida Pinto, Ryan Kwanten, Jason Gibson, 125 min

3.00 Dzielnica strachu 9 (402): Mścicielka – serial kryminalny, Polska 2025

4.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (965) – serial obyczajowy, Polska 2026

5.00 Dzielnica strachu 9 (405): Niewygodny świadek – serial kryminalny, Polska 2025



- 5.50 Ale numer! 20** (13) – program rozrywkowy
- 6.20 Cosie-Ktosie** (8) – anim., Fr. 2022
- 6.30 Kajko i Kokosz 2** (8) – serial animowany, Polska 2021
- 6.45 Smerfy 2** (50) – serial anim.
- 7.00 Blaze i megamaszyny 6** (17) – serial animowany, USA 2020
- 7.30 Psi Patrol** (22) – serial anim.
- 7.50 Superkoty** (15) – serial anim.
- 8.30 Wielkie przygody małego rekina** (8) – serial dla dzieci, Korea Południowa/USA 2020
- 8.50 Masza i Niedźwiedź 2** (19, 20) – serial animowany, Rosja 2014
- 9.20 Straszne historie Maszy** (8) – serial animowany, Rosja 2016
- 9.25 Świnka Peppa** (48-50) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
- 9.45 Bing** (5, 6) – serial animowany
- 10.00 Język i Przyjaciele** (9, 8) – serial animowany, Polska 2025
- 10.35 Spidey i superkumple 2** (44, 43) – serial anim., USA 2022
- 11.35 Gus. Mały – wielki rycerz** (45, 46) – serial anim., Fr. 2021
- 12.00 Psi Patrol 8** (5) – serial anim.
- 12.35 Marta mówi** (15) – serial anim.
- 13.00 Smerfy** (171, 172) – serial anim.
- 14.00 Monster High** (26, 14) – serial animowany, USA 2022
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot** (25, 26) – anim., Francja/Korea Południowa/Jap.
- 16.00 Fineasz i Ferb 2** (9, 10) – serial animowany, USA 2007-2011
- 17.00 Smerfy** (173, 174) – serial anim.
- 18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2** (25, 26) – serial animowany, USA
- 19.00 Kacze opowieści** (3, 4) – serial animowany, USA 1987

OBYCZAJOWY

**20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (957) – Polska 2026

Andżelika martwi się przed badaniem, a Mariusz próbuje ją uspokoić. Przyjaciele organizują dla niej przyjęcie niespodziankę, w którym udział bierze m.in. Kazimierz. Po powrocie do domu kobieta nie zastaje ukochanego. Widzi jedynie list, obrączkę i telefon. Jest bardzo zaskoczona całą tą sytuacją.

21.00 Dzielnica strachu 10 (439, 440): Czarna księga; Życiowa rozgrywka – serial kryminalny, Polska 2025

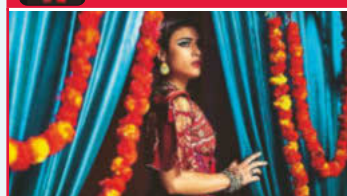
23.00 Kasyno – dramat kryminalny, USA/Francja 1995, reż. Martin Scorsese, wyk. Robert De Niro, Joe Pesci, Sharon Stone, James Woods, 210 min

2.30 Dzielnica strachu 9 (405): Niewygodny świadek – serial kryminalny, Polska 2025

3.25 Lombard. Życie pod zastaw 12 (640) – serial obyczajowy, Polska 2023

4.20 Niesamowite! (4) – serial dokumentalny, Polska 2014

5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (504) – serial obyczajowy, Polska 2022



INFAMIA

Dorastająca Romka Gita (Zofia Jarstrębska) powraca do Polski po latach spędzonych w Wielkiej Brytanii. Próbuje odnaleźć się w nowym środowisku. Marzy o karierze w branży muzycznej i sprzeciwia rodzicom, którzy próbują ją zmusić do aranżowanego małżeństwa, by spłacić swoje długi.

►serial obycz. (8 odc.), Polska 2023

PREMIERA



AŻ PO KRES

Największym marzeniem Jady (Nawell Madani) było zostanie matką. Droga do macierzyństwa była jednak trudna i wyboista. Pewnego dnia u syna kobiety zostaje zdiagnozowana białaczka. Zdesperowana matka nie cofnie się przed niczym, aby znaleźć dawcę szpiku i uratować życie jedynego dziecka.

►komediodram., Fr. 2026; 99 min

PREMIERA



NIE BOJĘ SIĘ

Lato 1986 roku. Dziesięcioletni Miguel żyje w odizolowanej od świata wiosce. Pewnego dnia spotyka w głębi lasu chłopca imieniem Felipe, który uważa się za ducha. Zaprzyjaźniają się. Pewnego dnia Miguel odkrywa, że jego nowy przyjaciel został porwany. W dodatku oprawcami Felipe'a mogą być jego bliscy.

►serial kryminalny, Meksyk 2026



THE WONDERFOOLS

Rok 1999. Grupa uchodzących za dziwaków przyjaciół odkrywa w sobie nadprzyrodzone zdolności. Pozbawieni wsparcia z zewnątrz łączą siły, by wspólnie stawić czoło złoczyńcom, którzy chcą zakłócić porządek świata. Problem w tym, że nie do końca potrafią kontrolować swoje moce.

►przyg. (8 odc.), Korea Płd. 2026

to&owo | 65

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM HD	HBO HD
6.00 FBI: Most Wanted 3 (18, 19) – serial kryminalny, USA 2020 7.30 Ostry dyżur (1, 2) – serial obyczajowy 9.25 Castle 3 (1, 2) – serial kryminalny, USA 2010 11.15 MacGyver 2 (20, 21) – serial akcji, USA 2017-2018 13.10 Dowody zbrodni (3, 4) – serial kryminalny, USA 2003 15.10 Agenci NCIS 10 (22, 23) – serial sensacyjny, USA 2012 17.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (21, 22) – serial krym., USA/Kanada 2002 19.05 Castle 3 (3, 4) – serial kryminalny, USA 2010	5.20 Rodzinka.pl (101, 102) – kom., Pol. 6.25 Na sygnale (484, 485) 7.35 Ojciec Mateusz 3 (34) – krym., Pol. 2010 8.30 Komisarz Alex 2 (23) 9.25 Rodzinka.pl (103) 10.00 Klan (1450, 1451) 10.55 Ranczo 8 (101, 102) 12.35 Komisarz Alex 2 (24) 13.35 Ojciec Mateusz 30 (385, 386) – krym., Pol. 15.35 Komisarz Alex 2 (25) – serial krym., Polska 16.25 Na sygnale (486, 487) – serial fab.-dokum. 17.35 Ranczo 8 (103, 104) – serial obycz., Polska 19.30 Ojciec Mateusz 30 (387) – krym., Pol. 2023 20.25 Ojciec Mateusz 3 (35) – krym., Pol. 2010	7.30 Rawhide (2) – przyg. 8.35 Rzecz Polska 9.00 Stawiam na Tolka Banana (2, 3) – obycz. 10.35 Janiocha Wodnik – dramat obyczajowy, Polska 1993, 115 min 12.30 Tajemnice kultuowych seriali (2) 13.30 Co mówią lekarze – film krótkometraż. 14.05 Noce i dnie (2) 15.20 Ludzie Wisły – melodramat, Polska 1938, 90 min 16.50 Stawiam na Tolka Banana (4, 5) – obycz. 18.10 Muzeum Polskiej Piosenki (3) – pr. rozr. 18.30 Informacje kulturalne 18.55 Rawhide (3) – przyg.	6.30 Polska z góry 5 (8) – serial dok., Pol. 2020 7.00 The Hero – film krótkometraż. 7.45 Królowa chmur – film obyczajowy, Polska 2003, 100 min 9.25 Wolna krowa – film krótkometraż. 10.00 Grantchester 10 (7, 8) – krym., Wlk. Bryt. 12.05 Vera 6 (2) – krym. 14.00 Pod Starym Dębem – dramat obycz., Belgia/Fr./Wielka Brytania 2023, 135 min 16.15 Alfa – dramat przyg., Szwajcaria/Holandia/Słowenia, 120 min 18.15 Vera 6 (3) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2015	9.45 Peacock – thriller, USA 2010, 90 min 11.15 Nadzieja – dramat sensacyjny, Polska/Niemcy 2006, 100 min 12.55 To nie jest zagadka kryminalna (3) 13.55 Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego – film dokum., Polska 2024 15.25 Call me lala 15.50 Saga „Zmierzch” : Zacmienie – film fantasy, USA 2010, reż. David Slade, 120 min 17.50 Premiera jazda 18.05 Łapu capu – pr. rozr. 18.10 Mamma Mia! Here We Go Again – kom. muz., USA/Wlk. Bryt./Chiny 2018, 110 min	6.00 Pierwsza sprawa – dramat obyczajowy, Francja 2023, 100 min 7.40 Harry Potter i więzień Azkabanu – film przyg., USA/Wlk. Bryt. 2004, 135 min 9.55 Harry Potter i Czarna Ognia – film przyg., USA/Wielka Brytania 2005, 155 min 12.30 P.S. Kocham Cię – melodramat, USA 2007, reż. Richard LaGravenese, 125 min 14.35 Pan Popper i jego pingwiny – komedia, USA 2011, reż. Mark Waters, 95 min 16.10 Lombard – dramat obyczajowy, USA 2024, 90 min



SENSACYJNY	OBYCAJOWY	KRYMINALNY	KRYMINALNY	WOJENNY	DRAMAT BIOGRAFICZNY
21.05 Zabójcza broń 3 (14, 15) – USA 2018 Wbrew ostrzeżeniom Murtaugh Cole prosi Barnesa o pomoc w prywatnej sprawie. Wywołuje to napięcie między partnerami. 23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (21, 22) – serial krym., USA/Kanada 2002 0.50 Castle 3 (3, 4) – serial kryminalny, USA 2010 2.45 Zabójcza broń 3 (14, 15) – serial sens. 4.40 Walker: Strażnik Teksasu (11) – serial kryminalny, USA 2021	21.30 Ranczo 9 (105, 106) – Polska 2015 Książd pod czujnym okiem Michałowej przygotowuje się do pracy w kurii. Jest zdenerwowany i obawia się, że nie podola nowym obowiązkom. 23.25 Ojciec Mateusz 30 (388) – krym., Pol. 2023 0.20 U Pana Boga w Królowym Moście (3) – obycz. 1.20 Erynie (6, 7) – krym. 3.15 Stulecie Winnych (5) – serial obycz., Polska 4.05 Klan (1450) – telen. 4.35 Pan Mama (23) – serial kom., Polska	20.00 Powrót Sherlocka Holmesa (6) Holmes poszukuje niewiernej żony pewnej kobiety. Mogł zostać zamordowany przez jednego z żebaków. 21.05 Ikar. Legenda Mietka Kosza – dramat biograficzny, Polska 2019, 130 min 23.15 Informacje kulturalne 23.50 Stan wyjątkowy – komediodramat, Chorwacja/Polska/Serbia 2018, 130 min 2.00 Rawa Blues Silesian Sound	20.10 Premiera: Karen Pirie (2) – Wielka Brytania 2022 Śledztwo Karen znacznie się komplikuje, gdy podejrzani stają się celem ataków. Do ciekawych detektyw zastanawia się, czy ich motywem może być zemsta. 22.00 Ucieczka z Pretorii – thriller, Australia/Niemcy/RPA 2020, reż. Francis Annan, 130 min 0.10 Django (3, 4) – serial przyg., Francja/Włochy 2.25 Krol (4) – serial sens. 3.35 Fuks – komedia sens., Polska 1999, 90 min	20.00 Kontyngent (2) – Szwecja 2025 Do żołnierzy docierają wieści o zamieszkach. Nie mogą jednak podjąć interwencji. Gdy na drugi dzień w końcu wracają do akcji, staje się jasne, że przybyli zbyt późno. 20.45 Smashing Machine – dramat biograficzny, USA 2025, reż. Benny Safdie, 120 min 22.45 Protector – dramat sensacyjny, USA 2025, 95 min 0.20 Franz Kafka – dramat biograf., Czechy/Pol./Niem. 2025, 125 min	17.40 Kompletnie nieznany – USA 2024, 140 min Rok 1961. Aspirujący muzyk i tekściarz Bob Dylan zaczyna występować w nowojorskich klubach folkowych. Charyzma i talent wiodą go na szczyty sławy. 20.00 Sisu: Droga do zemsty – dramat wojenny, Wielka Brytania/Finlandia/USA 2025, 90 min 21.30 Ród smoka 3 (3) – serial fantasy, USA 22.30 Agentka – komedia, USA 2015, 120 min

AXN WHITE	WARNER TV	CANAL+ FILM HD	CANAL+ SERIALE HD	CANAL+ 360 HD	HBO 2 HD
7.20 Rekrut (2) – serial krym. 8.10 Szpital nadziei 4 (7) 9.10 Bzdurka (3, 2, 3) 11.15 Agenci NCIS 20 (7-9) 14.10 Szpital nadziei 4 (8) 15.10 W poszukiwaniu świętego mikołaja – komedia romantyczna, USA 2022, 115 min 17.05 Domek na święta – film obyczajowy, USA/Kanada 2019, 115 min 19.00 Dr House 3 (8) – obycz. 20.00 Dowody zbrodni 2 (7, 8) 21.55 Rekrut (3) – serial krym. 22.55 Agenci NCIS 20 (7-9) 1.35 Dowody zbrodni 2 (7, 8) 3.20 Zaklinacze koni 2 (10, 11)	8.30 Bajer z Be!-Air 5 (4, 5) 9.30 Prawo Agaty 2 (12, 13) 11.30 Pełna chata 8 (7, 8) – kom. 12.25 Teraz albo nigdy! (9, 10) 14.25 Bajer z Be!-Air 5 (4-7) 16.20 Pełna chata 8 (7-10) – serial komediowy, USA 18.20 Jackie Chan: Pierwsze uderzenie – film sensacyjny, USA/Hongkong/Ukraina 1996, 100 min 20.00 Doczekać zmroku – thriller, USA 1967, reż. Terence Young, 130 min 22.10 Lśnienie – horror, Wielka Brytania/USA 1980, 175 min 1.05 Szpiezy tacy jak my – kom. sens., 1985, 115 min	6.00 Łapu capu – pr. rozrywk. 6.05 Królowa chmur – film obycz., Polska 2003, 80 min 7.25 Wszyscy święci – film obycz., Polska 2002, 75 min 8.40 Lily i kangurek – film familijny, 2025, 105 min 10.25 Kiler – komedia sens., Polska 1997, 100 min 12.05 Łapu capu – pr. rozrywk. 12.10 Charlie Chaplin: duch włości – film dok., 2024 13.40 W kogo ja się wrodziłem? – film obycz., Polska 2001, 60 min 14.40 L.A.R.P. Miłość, trolle i inne kwesty – komedia, Polska 2025, 100 min 16.20 Morderstwo w ambasadzie – krym., Wlk. Bryt. 2025, 85 min 17.45 Hollywood Buzz – mag. filmowy, 2025, 105 min 18.10 Kopnięci w czasie – komedia, Francja/Belgia 2025, 105 min 19.55 Łapu capu – pr. rozrywk. 20.00 Kuracja – czarna komedia, USA 2024, 100 min 21.40 Opętany – horror, Włochy/USA 2023, 80 min 23.00 Piła – thriller, USA 2004, reż. James Wan, 100 min 0.40 Wrooklyn Zoo – dramat obycz., Pol. 2024, 125 min 2.45 Skrzyżowanie – dramat obycz., Pol. 2024, 100 min 4.25 Dwie siostry – dramat obyczajowy, 2024, 95 min	9.50 Cztery pory lgi (4) – serial dokumentalny, Polska 2022 10.45 Mały Grand Hotel (4) – serial komediowy, Polska 2019 11.05 Naruto 3 (3-8) – serial anime, Japonia 2003-2004 14.05 Hollywood Buzz – magazyn filmowy 14.35 13 posterunek 2 (10-12) – serial komediowy, Polska 16.20 Łapu capu – program rozrywkowy 16.25 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 4 (5, 6) – serial dokumentalny, Niemcy 2024 18.25 The Office PL 2 (4-6) – serial komediowy, Polska 2020 20.00 Emigracja XD (5-8) – serial komediowy, Polska 2023 21.55 Making of CANAL+ – magazyn filmowy 22.00 Oddział dla zwyczajnych 2 (1, 2) – serial wojenny, Wielka Brytania 2024 0.05 Prosta sprawa (3, 4) – serial kryminalny, Polska 2024 2.10 Mały Zgon (5, 6) – serial kryminalny, Polska 2020 4.15 Byłem królem – serial dokum., Polska 2022-2025 5.15 Miasta rytm (9) – serial dokumentalny, Polska 2020	8.00 Porzucone konstrukcje (6) – serial dok., Wlk. Bryt. 9.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (2) – serial dok., Niem. 2023 10.00 Co poszło nie tak (1) 11.00 Kolegium żużlowe 12.55 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (3) – serial dok., Niem. 2023 14.00 Wykrzywcze historii 4 (3) 15.00 Grip – w świecie supersamochodów (5) 16.00 Supersamochody bojowe 11 (4) – serial dok. 17.00 Zholowani: ciężarówka w opalach 9 (2) – dok. 18.00 Porzucone konstrukcje (7) – serial dok., Wlk. Bryt. 18.55 Wykrzywcze historii 4 (2) 19.50 Zholowani: ciężarówka w opalach 9 (3) – dok. 20.50 Co poszło nie tak (3) 21.50 Grip – w świecie supersamochodów (6) 22.50 Supersamochody bojowe 11 (2) – serial dok. 23.50 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2 (1) – serial dok., Niem. 2024 0.50 Moscow Noir (6) – krym. 1.50 Mam zamek (4) – dok. 2.25 Cztery pory lgi (3) – dok. 3.40 Survivalowa rodzina (2, 3) – serial dok., Pol. 2019	13.30 Dotknięci miłością – dramat obycz., Wlk. Bryt./Irlandia 2024, 105 min 15.15 Kochanek królowej – dramat historyczny, Dania/Szwecja/Czechy 2012, 135 min 17.30 Kolejna zwyciężajna przysługa – czarna komedia, USA 2025, reż. Paul Feig, 120 min 19.30 Kraina Lovcrafta (7, 8) 21.25 Nocna suka – komediodramat, USA 2024, 95 min 23.00 Zaułek koszarów – dram. psycholog., Kanada/Meksyk/USA 2021, 145 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD	COMEDY CENTRAL HD	TVN FABUŁA HD	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA STOPKLATKA DVB-T2
6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (142-144) – dok., Pol.	6.00 Tata ma plan 2 (13, 14) – serial komediowy, USA 2017	5.10 Szkoła (780) – serial paradokum.	6.05 Blanca 3 (3, 4) – serial kryminalny, Wł. 2025	6.00 Zwierzęta Wajraka 3 (6, 7) – dok.	6.00 Złoty interes (7)
7.30 Doktor Martin (34) – serial obyczajowy	7.00 Dwóch i pół 5 (7-10) – serial komediowy, USA 2007-2008	6.00 Superbohaterowie (6) – program kult.	8.25 Morderstwo w Larzac – film kryminalny, Francja 2020, reż. Marwen Abdallah, 120 min	6.55 Polska Kronika Filmowa – serial dok.	6.50 Wojciech Cejrowski – bosso przez świat
8.30 Przyjaciółki (131, 132) – obycz., Pol.	8.55 Przyjaciele 7 (7-12) – serial komediowy, USA 2001	6.30 Numerek z Dorotą	10.25 Mentalista (5-8) – serial kryminalny, USA 2008	7.25 Bolek i Lolek (12)	7.50 Robert Makłowicz (220, 147) – mag. kulin.
10.25 Świat według Kiepskich (169, 170, 234, 235, 92, 185) – serial kom., Polska	11.55 Teoria wielkiego podrywku 6 (23, 24) – serial komediowy, USA 2012-2013	6.45 Zakochani po uszy (89, 90) – telen., Polska	14.05 Blanca 3 (5, 6) – serial kryminalny, Włochy 2025	7.45 Reksio (31, 33)	9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher (6) – serial krym., Australia
14.05 Pacific Rim: Rebella – film s.f., Wielka Brytania/Chiny/Japonia 2018, 145 min	12.50 Teoria wielkiego podrywku 7 (1-4) – serial komediowy, USA 2013-2014	7.45 Detektywi (77-80) – serial fab.-dok., Pol.	16.15 Morderstwo na Archipelagu Frioul – film kryminalny, Francja 2021, reż. Sylvie Ayme, wyk. Francis Huster, 125 min	10.45 Podróż za jeden uśmiech – film przyg., 1972, 100 min	10.55 Górski lekarz (4, 5) – serial obycz., Niemcy
16.30 Plan lotu – thriller, USA 2005, reż. Robert Schwentke, 125 min	14.30 Dwóch i pół 5 (11-14) – kom., USA 2007-2008	9.50 Prawo Agaty 3 (12)	18.20 Mentalista (9-12) – serial krym., USA	12.25 To nie ze mną (6, 7) – serial obyczajowy	12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher (7)
18.35 Logan Lucky – komedia kryminalna, USA/Chiny 2017, 145 min	16.30 Przyjaciele 7 (13-18) – serial komediowy, USA 2001	10.55 Szpital św. Anny (69)		13.55 Żegnaj, Ameryko! – film obycz., Niemcy/Polska 1994, 120 min	14.00 Katastrofy w przestworzach (9, 6) – serial dok., Kan.
HORROR	KOMEDIOWY	KOMEDIA SENSACYJNA	KRYMINALNY	SENSACYJNY	SENSACYJNY
21.00 Dracula: Historia nieznaną – USA/Japonia 2014, 115 min	19.30 Teoria wielkiego podrywku 7 (5-10)	20.00 Ocean's Thirteen – USA 2007, 160 min	22.00 Niewidomy detektyw (5) – Austria/Niemcy 2021	20.00 Ekstradycja 3 (5, 6) – 1998	20.00 Najlepsi – USA 1989, 120 min
Rok 1462. Transylwania rządzi mądry i sprawiedliwy Vlad Tepes. Chcąc ratować rodzinę i poddanych przed sułtanem, decyduje się oddać duszę demonowi.	Amy zostaje zatrudniona w instytucji, w której pracuje również Sheldon. Sprawia to, że musi on przeżywać, jak mają teraz wyglądać ich relacje.	Danny i jego gang planują kolejny skok. Zamierzają okraść właściciela kasyn oraz hoteli. By ich akcja się udała, potrzebują pomocy swojego wroga, Terry'ego Benedicta.	Byli komendant Alex Haller zostaje poproszony o przeprowadzenie śledztwa w sprawie morderstwa powiązanego z atakiem, w którym stracił wzrok.	Minister ujawnia nazwiska urzędników, których podpis są potrzebne, by przejąć Geobank. Sumar ma ich zlikwidować. Halski opuszcza mieszkanie Krystyny.	Tommy trenuje z reprezentacją USA do mistrzostw w taekwondo. Mierzy się z koszmarami po śmierci brata. W dniu zawodów dochodzi do komplikacji.
22.55 Zakładnik z Wall Street – film kryminalny, USA 2016, 120 min	22.00 The Office PL 3 (3, 4) – serial kom., Pol. 2023	22.40 List w butelce – melodramat, USA 1999, 150 min	23.55 Bellefond (1) – serial kryminalny, Fr. 2022	22.20 Misja Afganistan (10) – serial wojenny	22.00 Czas zemsty – film sensacyjny, USA/Aruba 2003, 110 min
0.55 Fala zbrodni (76, 77) – serial sens., Pol. 2006	23.05 Comedy Club 6 (1, 2)	1.10 Stacja Warszawa – film obyczajowy, Polska 2013, 100 min	2.00 Morderstwo na Archipelagu Frioul – film kryminalny, Francja 2021, 125 min	23.30 Dzień świra – komediodramat, 2002, 125 min	23.50 Naczelny dowódca – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania/Filipiny 2019, 120 min
2.55 Ślad (32, 33) – krym.	0.05 Miasteczko South Park 2 (11, 12)	2.50 Szkoła (746) – serial paradokum.	4.05 Blanca 3 (5, 6) – serial kryminalny, Wł. 2025	1.35 Supermarket – thriller, 2012, 95 min	1.50 Konsul – kom. krym., Polska 1989, 150 min
4.50 Na ratunek 112 (862, 863) – paradok.	2.00 Śmiesznie nie będzie 6 (15, 16, 14)	3.35 Ukryta prawda (1367, 1368) – paradok.		3.10 Obudź się – dramat obycz., 2022, 110 min	
5.00 Na ratunek 112 (862, 863) – paradok.	3.15 Miasteczko South Park 2 (8-10)			5.00 Moja – krótkometraż.	
CINEMAX HD	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD	SCI FI	FX	FILMBOX+ ONE HD	ROMANCE TV HD
13.45 Kuchenna rewolucja – horror komediowy, USA 2023, 100 min	13.25 Święty (35, 36) – kom., Pol.	11.50 Zagubiona tożsamość 2 (10, 11) – serial s.f., Kanada	9.00 Z archiwum X 2 (21) – s.f.	9.50 Panna Scarlet i komisarz 3 (1) – krym.	12.25 Toni – akuszer. Władza i ciąża – film obyczajowy, Niemcy 2023, 115 min
15.25 Czworzo do tanga – kom. przyg., Hiszp. 2002, 100 min	14.25 Spadkobiercy 4 (3) – rozr.	13.40 Małpa i Mechmalpa: Nowy porządek – film s.f., USA 2024, 110 min	10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (12, 13) – krym.	11.00 Panna Marple: 4:50 z Paddington – film kryminalny, 2004, 125 min	14.20 Rosamunde Pilcher: Pomyłki serca – kom. obycz., Niem. 1997, 115 min
17.05 Commando – film sensacyjny, 1985, 90 min	16.05 Jedną nogę w grobie 3 (2) – serial kom., Wlk. Bryt.	15.30 Kroniki Shannary 2 (5, 6)	13.45 Agenci NCIS 10 (8, 9)	13.05 Poirot – serial kryminalny	16.15 Lena Lorenz: Kruche szcześnie – dramat obycz., Niemcy 2021, 110 min
18.35 Wielkie Nic – komedia kryminalna, Wielka Brytania/Kan. 2006, 85 min	16.55 Czarna żmija 4 (2) – kom.	17.20 Zagubiona tożsamość 2 (12, 13) – serial s.f., Kanada	15.35 Skymed 2 (5) – obycz.	15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher (2) – krym.	18.05 Górski lekarz (144, 145)
20.00 Pamięć – dramat obycz., Meksyk/USA 2023, 100 min	17.35 Bob kocha Abishele 2 (16-18) – serial komediowy	19.10 Arktyczny Armagedon – film katastroficzny, USA 2023, 110 min	16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (14, 15) – krym.	16.40 Panna Scarlet i komisarz 3 (2) – krym.	20.00 Zabójstwo nad Morzem Wątowym – komedia krym., Niem. 2023, 115 min
21.40 Dwóch mężczyzn w mieście – film obyczajowy, Francja/Belgia/Algeria 2014, 115 min	21.00 Świat według Kiepskich (8-10) – serial kom., Polska	21.00 Bibliotekarze: Nowy rozdział (6) – s.f., USA 2025	18.20 Z archiwum X 2 (22) – s.f.	17.50 Poirot (1, 2) – serial krym.	21.55 Pokój ze stajni: Tęciowa na horyzoncie – komedia, Niemcy 2021, 115 min
23.35 Pięć minut nieba – dram. psycholog., 2009, 90 min	22.30 Co ludzie powiedzą? 5 (6) – serial kom., Wlk. Bryt.	22.00 Bibliotekarz 3: Kłątwa kielicha Judasza – film przygodowy, 2008, 110 min	19.15 FBI 4 (9) – serial kryminalny	20.00 Porachunki – komedia, USA/Francja 2013, 135 min	23.50 Górski lekarz (144, 145)
	23.05 Jedną nogę w grobie 3 (3) – serial kom., Wlk. Bryt.	23.50 183 metry strachu – thriller, USA 2016, 110 min	22.00 Matlock (14) – serial krym.	22.15 American Pie – komedia, USA 1999, 115 min	
	23.50 Czarna żmija 4 (3) – kom.		23.55 Twierdza – thriller, USA 1996, 155 min	0.10 Carrie – horror, USA 2013, reż. Kimberly Peirce, 150 min	
	0.30 Comedy Club 3 (5) – rozr.		2.30 Agenci NCIS 10 (9) – sens.		
CINEMAX 2 HD	VIAPIC EPIC DRAMA HD	NOVELAS+ HD	FX COMEDY HD	FILMBOX+ FILMBOX+ HITS HD	PARAMOUNT NETWORK HD
11.15 Ad Astra: Ku gwiazdom – film przyg., 2019, 120 min	9.05 Poirot 5 (1, 2) – serial krym.	10.00 Cud miłości (30) – telen.	12.00 Jim wie lepiej 7 (15, 16)	14.15 Ostatnia rzecz – dramat obyczajowy, 2018, 105 min	13.00 Czarodziejki 3 (11, 12) – serial fantasy, USA 2001
13.15 Dwóch gniewnych ludzi – kom., USA 2003, 105 min	11.20 Zatrzaeni w miłości (33, 34) – telen., Turcja 2023	11.00 Odciała niemiętności (115) – telen., Meksyk 2012	13.00 Sposób użycia 6 – kom.	16.00 Wykrety – komedia romantyczna, Rosja 2010, 115 min	15.00 Pingwiny z Madagaskaru (7) – serial animowany, USA 2008-2010
15.00 Fremont – dramat obyczajowy, 2023, 95 min	13.25 Agenci NCIS 18 (11, 12) – serial sensacyjny, USA	12.00 Za wszelką cenę (85)	14.00 Wszyscy kochają Raymonda 5 (25) – kom.	17.55 Robin Hood: Początek – film przygodowy, USA/Hongkong/Chorwacja 2018, reż. Otto Bathurst, 125 min	15.30 Szpiedzy tacy jak my – komedia sensacyjna, USA 1985, 140 min
16.35 Życie i miłość – film obyczajowy, 2024, 125 min	15.15 Lekarze na start (33, 34)	13.00 Różę i grzechy (14)	14.30 Wszyscy kochają Raymonda 6 (1-3) – kom.	20.00 Druga strona miasta – dramat obyczajowy, USA 2020, 105 min	17.50 Szybki jak blyskawica – dramat sensacyjny, USA 1990, 130 min
18.40 Whiplash – dramat obyczajowy, 2014, 110 min	16.45 Poirot 5 (3, 4) – serial krym.	14.00 Historia Juany (42, 43)	16.00 Simpsonowie 36 (15-18)	21.45 Niewygodna prawda – dramat biograficzny, Australia/USA 2015, reż. James Vanderbilt, 135 min	20.00 Cast Away: Poza światem – dramat przygodowy, 2000, 185 min
20.30 Dźwięki miłości – dramat obyczajowy, Hiszpania 2025, 100 min	19.00 Zatrzaeni w miłości (35, 36) – telen., Turcja 2023	17.00 Za wszelką cenę (86)	18.00 Jak poznałem waszą matkę 2 (15-17) – kom.	0.00 Jazda bez zasad – thriller, USA 2018, 90 min	23.05 Ojciec chrzestny: Epilog – Śmierć Michaela Corleone – dramat kryminalny, 2020, 190 min
22.00 Symfonia o umieraniu – komediodramat, Niemcy 2024, 180 min	21.00 Sprawy pana Booka (3)	18.00 Odciała niemiętności (116) – telen., Meksyk 2012	19.30 Współczesna rodzina 7 (16-18) – serial komediowy		
1.10 Bez serca – dramat obycz., Brazylia/Fr./Wł. 2023, 95 min	22.10 Projekt Błękitna Księga (7) – serial s.f., Kanada/USA	19.00 Macocha (25) – telenowela	21.00 Family Guy: Głowa rodziny 18 (14, 15)		
	23.05 Zatrzaeni w miłości (35, 36) – telen., Turcja 2023	20.00 Cud miłości (31) – telen.	22.00 Dziś 13, jutro 30 – kom. romant., 2004, 120 min		
	1.10 Sprawy pana Booka (3)	21.00 Historia Juany (43)	0.00 Simpsonowie 36 (11, 12)		
	2.05 Projekt Błękitna Księga (7) – serial s.f., Kanada/USA	23.00 Za wszelką cenę (86)	1.00 Family Guy: Głowa rodziny 18 (8-11)		
	2.50 Lekarze na start (33, 34)	0.00 Odciała niemiętności (116) – telen., Meksyk 2012			
		1.00 Macocha (25) – telenowela			

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
9.45 Cycling Essential Stories – mag.
10.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – bouldering kobiet – finały
11.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – prowadzenie kobiet i mężczyzn – finały
12.00 Kolarstwo górskie: Zawody PS w La Thuile – cross-country mężczyzn
13.00 Kolarstwo: Tour de France – 4. etap: Carcassonne – Foix
13.45 Kolarstwo: Tour de France – 5. etap
18.15 Race bikes – mag.
18.45 Formula E: ePrix Chin – podsumowanie

POLSAT SPORT 1 HD
7.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: Turcja – Polska
9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski
10.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: Turcja – Polska
11.00 Halo, tu Wimbledon – magazyn tenisowy
12.00 Kronika Wimbledonu – magazyn tenisowy
14.30 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał
16.30 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał

CANAL+ SPORT HD
6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – Arka
8.20 Premier League Stories (25) – mag.
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt – Atletico
11.15 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Sevilla – Valencia CF
13.30 Magazyn PGE Ekstraliga – mag.
15.05 Ligomistrzowe historie (3) – magazyn piłkarski
16.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt – Atletico
18.15 Magazyn PGE Ekstraliga – magazyn żużlowy

TVP SPORT HD
6.00 Strongman: PP – Polkowice 2026
7.00 Koszykówka mężczyzn: Eliminacje MŚ: Francja – Finlandia
9.00 Mundialowy poranek (27) – mag.
10.15 Piłka nożna: MŚ 2026 – 1/8 finału
12.30 Piłka nożna kobiet: ME U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026 – półfinał
14.35 Piłka nożna kobiet: ME U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026 – półfinał
16.35 Dzień na mundialu (27) – mag. piłkarski
17.20 Piłka nożna: ME U-19 – Walia 2026 – półfinał
19.35 Sportowe ABC

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 Najlepsi pomocnicy Bundesligi lat 90. – magazyn piłkarski
6.45 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski
7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – Eintracht
9.00 Piłka nożna: Liga włoska: US Cremonese – Inter Mediolan
11.00 Formula 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii
12.30 Formula 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii
13.40 Made in Italy (18) – magazyn piłkarski
14.00 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
16.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Pisa SC

Discovery DISCOVERY CHANNEL HD
9.00 Gorączka złota: rzeka skarbow 7 – serial dok., USA 2024
10.00 Klan z Alaski – dok.
11.00 Przetwac nad Jukonem – serial dok.
12.00 Włoska kontrola celna (7) – dok., Wł.
13.00 Pojedyński Eda Stafforda (1) – dok.
14.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita 3
15.00 Złomowisko Pol 6 (6) – serial dok., Pol. 2018
16.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dok.
17.00 Na straży duńskiego lotniska 2 (4) – dok.
18.00 Bracia Collins biorą się do roboty (14) – program rozrywkowy



SNOKER
19.45 Turniej Scottish Open: Chris Wakelin – Chang Bingyu
Chris Wakelin stoi przed szansą na pierwszy w karierze triumf w Edynburgu.
21.00 Biegi górskie: GT World Series – Quebec – podsumowanie
21.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – prowadzenie kobiet i mężczyzn – finały
22.00 Kolarstwo: Tour de France – 5. etap
0.00 Snooker: Turniej Masters w Londynie: K. Wilson – J. Higgins



TENIS
18.30 Turniej Wimbledon – mecz: ćwierćfinałowy gry pojedynczej
Jelena Rybakina ma w doboru triumf na Wimbledonie z 2022 roku. W ubiegłorocznej edycji nie zaprezentowała się jednak najlepiej. Tenistka z Kazachstanu odpadła już w 3. rundzie.
21.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: Turcja – Polska
23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz: ćwierćfinałowy gry pojedynczej
1.00 Boks



MAGAZYN PIŁKARSKI
20.00 Premier League Stories (48)
Historie piłkarzy, trenerów, zespołów, legend, a także sędziów jednej z największych lig na świecie.
20.45 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa – Stelmet Falubaz Zielona Góra
23.50 Liga+ Extra – magazyn piłkarski
2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lech Poznań – Górnik Zabrze



PIŁKA NOŻNA
19.50 Mistrzostwa Europy U-19 – Walia 2026 – mecz półfinałowy
W ubiegłym roku do najlepszej czwórki awansowała reprezentacja Hiszpanii.
22.10 Piłka nożna: MŚ 2026 – podsumowanie 1/8 finału
23.05 Boks: Gala w Las Vegas – podsumowanie
1.15 Boks: Gala w Las Vegas – podsumowanie
3.15 Boks: Gala w Leeds: S. Hickey – A. Venko



PIŁKA NOŻNA
18.00 Liga niemiecka: Werder – Bayern
W trzech ostatnich potyczkach z Bayernem ekipa Werderu straciła łącznie 12 goli, nie strzelając przy tym nawet jednej bramki.
20.00 Made in Italy (19, 12)
20.40 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
22.40 Bundesliga Special (21) – mag. piłkarski
23.45 Bundesliga Original Series (5, 6) – mag.
1.00 Bundesliga Special Udinese
1.35 Najbardziej polski klub we Włoszech



DOKUMENTALNY
19.00 Złomowisko PL 3 (3-5) – Pol. 2016
Krzykacz i Edek powodują pożar. Wszystko ze względu na chęć zarobku na starej maszynie rolniczej. Kasia chce ofiarować domowi opieki mały prezent.
22.00 Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata – reality show
0.00 Od samochodu do domu 2 – mag.
1.00 Hot rod wg Kindiga – serial dokumentalny
2.00 Najszybsze pościgi Ameryki – serial dok.

EUROSPORT 2 HD
13.00 Snooker: Turniej Scottish Open: Chris Wakelin – Chang Bingyu
15.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze
18.00 FIA WEC
18.30 Snooker: Turniej Scottish Open – finał: Chris Wakelin – Chang Bingyu
19.30 Race bikes – mag. kolarski
20.00 Kolarstwo: Tour de France: Lannemanzan – Pau
22.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Pekin 2008 – magazyn sportowy
23.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Londyn 2012 – magazyn sportowy

POLSAT SPORT 2 HD
5.15 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: Belgia – Dominikana
8.15 Siatkówka kobiet: Liga Narodów: Tajlandia – USA
12.05 Siatkówka kobiet: Liga Narodów: Japonia – Brazylia
14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał kobiet
16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał kobiet
18.30 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał
21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał
23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał
1.00 Sporty walki: FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
8.30 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg
11.00 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg
13.30 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg
16.00 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg
18.30 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg
21.00 Tenis: Turniej WTA w Bad Homburg – finał
23.30 Tenis: Turniej WTA w Berlinie – 2. runda: Linda Nosková – Diane Parry
2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – Lechia Gdańsk

EXTREME CHANNEL HD
9.00 Summer X Games (3)
10.00 AMA Motocross Series Highlights (12)
11.00 X Games – Aspen 2020
12.00 Blue World 2 (5, 6)
13.00 Action Sports World (12)
14.00 WWE Highlights
16.00 WWE Classic Gold (4)
16.40 WWE Highlights (27)
17.00 KPW Kombit TV (16)
18.00 WWE Classic Gold
20.00 AEW Dynamite (2626)
22.00 PTW Wrestling (14)
1.00 New Japan Wrestling – Highlights (22, 25)
2.00 AMA Motocross Series Highlights (12)
3.00 Summer X Games (3)

ELEVEN SPORTS 2 HD
12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Bayern
14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Udinese – Inter
16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Bayern – Eintracht Frankfurt
18.00 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Sassuolo – Inter
22.00 Made in Italy (14-17)
23.00 Bundesliga Special (22)
23.30 Ligue 1 Show (35) – mag.
0.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Stade Rennais – PSG
2.00 Magazyn piłkarski

life DISCOVERY LIFE HD
6.45 Klinika urody gwiazd
7.15 Nowa Mają w ogrodzie
8.15 Szpital (517, 518)
10.15 Nowa Mają w ogrodzie 5 (34) – mag.
10.45 Nowa Mają w ogrodzie
11.15 Idealna niania 3 (3, 4)
12.45 Klinika bez tajemnic
14.45 Szpital (516, 517)
16.45 Idealna niania 3 (2-5)
19.45 Zrób coś z tym dzieckiem (6) – mag.
20.15 Chirurgia otyłości (13)
21.15 Nie do uwierzenia! (20)
23.15 Intruz w moim ciele (1)
0.15 Sekrety lekarzy (12)
1.15 Druga twarz 2 (7) – rozr.
2.15 Ostatnia szansa (6) – rozr.

POLSAT SPORT FIGHT HD
10.35 Boks: Rocky Boxing Night w Koszalinie: K. Meyna – A. Kownacki
13.05 Sporty walki: Game Changer MMA 5 w Krakowie: Mariusz Wach – Kamil Bielecki
15.10 Sporty walki: FEN 56 we Wrocławiu: walka: Tomasz Ostrowski – Łukasz Stanek
17.30 Boks: Babylon Boxing Show w Chojnicach – waga półciężka: Paweł Stepien – Sierżod Chusanow
20.10 Sporty walki: UFC 328 – walka: Khamzat Chimaev – Sean Strickland
23.15 Strzelnica Navala (9)

POLSAT SPORT 3 HD
6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał
8.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał
10.45 Siatkówka kobiet: Liga Narodów: Ukraina – Włochy
14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry podwójnej
16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry podwójnej
19.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał
21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał
23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał
1.00 Sporty walki: Babylon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech – Górnik
9.00 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: Włókniarz Częstochowa – Stelmet Falubaz Zielona Góra
12.00 Snooker: Championship League – 1. runda
16.45 Premier League Stories (3) – magazyn piłkarski
17.30 Snooker: Championship League – 1. runda
22.15 Górniki Chłopy z Zabrza (3) – serial dok.
23.15 Boks: Gala w El Paso: Stephanie Han – Holly Holm
0.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia – Arka

ELEVEN SPORTS 4 HD
12.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1-4) – mag.
14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Wolfsburg – BVB
16.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: RC Strasbourg – RC Lens
18.00 Serie A – mag. piłkarski
19.00 Made in Italy (5-8) – mag.
20.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: FC Porto – FC Arouca
22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Parma – Juventus
0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Köln – Lipsk

ELEVEN SPORTS 3 HD
14.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Olympique Lyon – OGC Nice
16.00 Ligue 1 Show (36) – mag.
17.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (5, 6) – mag.
18.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: AC Milan – Como 1907
20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: VfB Stuttgart – 1. FC Köln
22.00 Piłka nożna: Liga francuska: Paris FC – Lens
0.00 Bundesliga Dino – dok.
0.45 Najlepsi obrońcy Bundesligi lat 90. – mag.

CANAL+ DOKUMENT HD
8.30 Zakonnice (5, 6)
10.20 Polska z góry 3 (7-9)
11.50 Karl Lagerfeld. Objawienie (1-4) – dok., Fr.
15.05 Wyspa olbrzymów – dok.
16.05 Bahtyk – film dokum., Pol.
17.15 Wiraz – film dokumentalny
18.45 Dahomej – film dokum.
20.00 Franz Beckenbauer. Ostatni cesarz – film dok.
21.35 Sekrety japoński Billet Vert 1941 – film dok., Fr.
22.40 Copa 71 – dok., Wlk. Bryt.
0.15 Giri Climber. Wspinaczka – film dokum.
1.45 O co biega? (23) – mag.
2.20 Przykrywki. Podwójna gra (5, 6) – dok.

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB T2	HISTORIA DVB T2	HISTORY HD
6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki (13, 15, 17, 18) – serial dok., Wielka Brytania 8.00 Autostrada spotkań z UFO – serial dok. 11.00 Kosmiczna mapa skarbów – serial dok. 13.00 Podziemne sekrety – serial dokumentalny 15.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok., Wielka Brytania 18.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki (2) – serial dok., Wielka Brytania 18.30 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki 16 – serial dok., Wielka Brytania	6.00 Mroczne piętno 3 – serial dokumentalny 8.00 Żyjąc z potworem – serial dokumentalny, USA 2018 10.00 8 martwych kobiet (1) – serial dokumentalny, USA 12.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 8 – serial dokumentalny, 2024 14.00 Krag podejrzanych – serial dokumentalny 16.00 Krwawy Dziłki Zachód – reality show 18.00 W sieci kłamstw: Siatka szpiegów – serial dokumentalny 20.00 Sekrety zbrodni: Nieopisana tragedia – serial dokumentalny	12.00 Przetrawianie w kanadyjskiej dzicz (7) – dok., Kan. 13.00 Wojenna szkoła przetwarzania (6) – serial dokum. 14.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (4) – dok., Wlk. Bryt. 15.00 Alarm na lotnisku: Peru (12, 13) – dok. 17.00 Tajemnicze mumie z Sakary (1) – film dokum., USA 2020 18.00 Sztuka obrony: Wojny w Europie (1): Finlandia – serial dok. 19.00 Wojna widziana z powietrza (6) – dok. 20.00 Katastrofa w przestworzach (9) – serial dok.	6.00 Wehikuł czasu (708) 6.05 48h. Zaginieli (62) – serial krym., Polska 7.00 Byli sobie wynalazcy (3-6) 8.55 Wehikuł czasu (708) 9.00 Starożytni kosmici (2) – serial dok., USA 10.00 Gwiazdy lombardu (11, 12) – reality show 12.00 I wojna światowa w łóżbach (3) – dok. 13.00 Poszukiwacze historii (3, 4) – dok. 14.00 Tajne akta nazistów (5, 6) – dok., Wlk. Bryt. 16.00 Dorwać tuńczyka 3 (12, 13) – serial dok. 18.00 Rolnicy. Podlasie (14, 15) – serial dok. 20.00 Galileo (25) – program popularnonaukowy	6.25 Był taki dzień – felieton, Polska 6.30 Wojownicy czasu – cykl reportaży, Pol. 8.30 Czterdziestolatek (16) – obycz., Pol. 1976 9.50 Z otchłani pradziejów 10.55 Legenda 27. Wołyńskiej Dywizji Piechoty AK – film dok., Pol. 2013 11.55 Wszystkie kolory świata – dok., Francja 13.00 Starożytny Egipt – kroniki imperium (1) – serial dok. 14.00 Królowie (53) – hist. 14.35 Czterdziestolatek (17) – obycz., Pol. 1977 15.35 Sensacje XX wieku – program historyczny	13.05 Starożytni kosmici 16 (6) – dok. 14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (6) – serial dok., USA 14.50 Największe tajemnice świata 6 (16) – serial dok., USA 15.45 Gwiazdy lombardu 13 (5) 16.15 Gwiazdy lombardu 25 (4) – reality show 17.10 Jak Hitler przegrał wojnę (2) – dok. 18.10 Największe tajemnice świata 6 (5) – serial dok., USA 19.05 Starożytni kosmici 17 (9) – dok. 20.00 Starożytni kosmici 16 (2) – dok.
DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	WOJENNY	DOKUMENTALNY
19.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki (4-6, 8) W tym odcinku widzowie dowiedzą się m.in., na czym polegają testy zderzeniowe i jak montowany jest skomplikowany mechanizm kieszonkowego parasola. 21.00 Śladami Wielkiej Stopy – serial dok. 23.00 Zaginione miejsca (3) – serial dok., USA 1.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok., Wielka Brytania 4.00 Podziemne sekrety – serial dokumentalny	21.00 Premiera: Ciała w wodzie : Horror na rzece Hudson – USA 2024 W rzece Hudson policja odnajduje ciało kobiety w ciąży. Wstrząsająca zbrodnia uruchamia intensywnie śledztwo, a detektywi krok po kroku odzwierają jej ostatnie dni. 22.00 Podejrzany przy telefonie – serial dok. 0.00 Ciała w wodzie 2.00 Sekrety zbrodni 2.50 W sieci kłamstw 4.30 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 8 – dok.	21.00 Ukryte pod miastami (6) – Kan. Włoscy naukowcy badają tunele. W Niemczech robotnicy trafiają na groby ofiar dżumy, głodu i obłążeń. W Londynie archeolodzy odsłaniają fundamenty bazyliki. 22.00 Inżynieria po katastrofie (2) – dok. 23.00 Najniebezpieczniejsze drogi Europy (2) – dok. 0.00 Katastrofa w przestworzach (2) – serial dok. 1.00 Ciemna strona świata (5): Meta	21.00 Premiera: Symbole zła – Niemcy 2024 Historia emblematów, które pierwotnie miały pozytywne znaczenie, a z czasem zostały przejęte przez ideologię totalitarne do szerzenia nienawiści i przemocy. 22.00 Zaginione złoto II wojny światowej (5, 6) – serial dokumentalny, USA 0.00 Starożytni kosmici (9) – serial dok., USA 1.00 Rolnicy. Podlasie (17-20) – serial dokum. 5.00 Kołowrotek (3, 4) – magazyn wędkarski	18.10 Tajemnica twierdzy szczyfów (2) Rok 1939. NKWD wydaje gestapo więźniów. Przyjmuje ich Sauer. Kapitan Jorg, przedstawiciel MSZ, żąda przekazania mu oficera polskiego wywiadu lotniczego. 19.00 Film dokumentalny 20.05 Oficer (8) – sens., Pol. 21.10 Zapomniane agentki II wojny światowej (2) – hist. 22.10 Czarnobyl. Polska perspektywa 23.20 Sensacje XX wieku 1.30 Encyklopedia II wojny światowej	21.00 David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (5) Aktor przedstawia najbardziej niezwykłe pomysły militarne w historii. Przegląda się m.in. amerykańskiemu projektowi uzbrojenia nietoperzy w ładunki z napalmem. 22.00 Jak to wyjaśnić? 5 (18) – serial dok., USA 23.00 Niewyjaśnione tajemnice wszechświata (1) 23.55 Jak to wyjaśnić? 5 (12) – serial dok., USA 0.50 Starożytni kosmici 16 (2) – dok.
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
6.00 Na ratunek starcom (10, 11) – serial dok., USA 7.00 Brudne skarby – dok. 15.00 Skarby z szopy – klasyki (3, 8) – serial dok., Wlk. Bryt. 17.00 Brudne skarby – dok. 18.00 Łowcy staroci (2, 7) – dok. 20.00 Legendarnie miejscowości – serial dokumentalny, USA 22.00 Wysługi po antyki – dok. 23.00 Kwatery Hitlera (2) – dok. 0.00 Wyprawa w nieznane – serial dokumentalny, USA 2.00 Pasja – sposób na życie (11, 12) – serial dokum., Pol. 3.35 Profesjonaliści – cykl dok. 4.25 Europejskie bazyry (5) 5.10 Łowcy staroci (10) – dok.	12.35 Dzikie iberyjskie opowieści (1) – serial dok. 13.45 Targowiska świata (2) 14.45 Zaginione światy (3) 15.50 Niezwykłe podróże koleją 9 (1) – serial dok., Fr. 16.55 Świat zawarty w obrazie (3) – serial dok. 18.00 Dokąd dzisiaj? (4, 6, 8, 9) 18.40 Związani z ziemią. Dzieje życia na wsi (2) 19.45 Organiczna rewolucja 20.50 O wolny Tybet. Głosy wgnanych – film dokum. 21.55 Czy warto pościć? – dok. 23.10 Adonis – film dok., Kan. 0.20 Niezwykłe podróże koleją 9 (2) – serial dok., Fr.	8.00 Oko w oko z dziką naturą (5) – dok., Wlk. Bryt. 9.00 Niezwykły dr Pol 12.00 Najgroźniejsze zwierzęta Afryki (2) 13.00 Dzikie miejsca Europy 14.00 Najdziwniejsze cuda ewolucji (3) – serial dok. 15.00 Walki zwierząt (7) – dok. 16.00 Parki narodowe Stanów Zjednoczonych (1) – dok. 17.00 Zimowa szkoła życia 18.00 Dzikie Indie (3) – dok. 19.00 Królestwo drapieżników (2) – dok. 20.00 Dzika konfrontacja (11) 21.00 Niezwykły dr Pol 2.00 Dzikie miejsca Europy	10.15 Ochrona przyrody: od Yellowstone do Jukonu 11.25 Atak rekina-samuraja 12.35 W okowach mrozu 4 (2) 13.25 Zabójcza pogoda 2 (2) 14.35 Wielkie rzeki (6) – dok. 15.40 Ochrona przyrody: od Yellowstone do Jukonu 16.50 Najbardziej znane zwierzęta Afryki (3) 17.50 Lista drapieżników (3) 18.55 Wielkie rzeki (6) – dok. 20.00 W okowach mrozu 4 (3) 21.00 Ochrona przyrody: od Yellowstone do Jukonu 22.15 Rekin kontra orki – dok. 23.05 Lista drapieżników (3) 0.15 Zabójcza pogoda 2 (2)	11.10 Skarby przeszłości i ich tajemnice (2) – serial dok. 12.10 Malownicze trasy kolejowe 2 (6) – serial dok. 13.10 Mroźna planeta 2 (5) 14.15 W okowach mrozu 3 16.20 Cywilizacje: rozkwit i upadek (4) – serial dok. 17.40 Dziewicze zakątki Ziemi 18.45 Malownicze trasy kolejowe 3 (4) – serial dok. 19.45 Pociągami przez starożytną Grecję (3) 20.55 W okowach mrozu 3 22.55 Człowiek: historia ewolucji (1) – serial dok. 0.10 Skarby przeszłości i ich tajemnice (2) – serial dok.	13.00 Irwinowie – następne pokolenie 4 – serial dok. 14.00 Resocjalizacja z Pit Bulliem 4 – serial dok., USA 15.00 Kot na piekło rodem 8 17.00 Dwa oblicza survivalu 3 18.00 Weterynarz z Gór Skalistych 6 – serial dok. 19.00 Mieszkanie na pnju 20.00 Kot na drzewie – dok. 21.00 Weterynarz z Alaski 22.00 Baseny z rozmachem 2 23.00 Resocjalizacja z pitbullem – serial dok. 0.00 Supernoc malych stworzeń (17, 18) – dok. 1.00 Irwinowie – następne pokolenie 4 – serial dok.
TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
13.40 Zagadkowe życie ptaków miejskich (1) 14.45 Rajskie zakątki Europy 15.40 Fale gorąca – film dokum. 16.40 Magiczny Adriatyk (3) 17.45 Sanatorium miłośców 4 (8) 18.45 Bohdan Smoleń. W cieniu sceny – dok. 20.00 Kto rządzi światem? (2) 21.05 Podróż pelikanów – tajemnica australijskiego outbacku – film dokum. 22.05 Niebezpieczne drogi (3) 23.10 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn 23.15 Tajwan. Niewidzialny naród – dok., Tajwan/USA	8.05 48h. Zaginieli (122, 123) 10.05 Polacy za granicą (17, 18) 12.05 Wojny kontenerowe 13.10 Poszukiwacze historii 14.05 Wielkie ucieczki z amerykańskich więzień – film dok., USA 16.00 Najśmieszniejsze napady do nas – film dok., Fr. 2023 17.55 Twoja twarz należy do nas – film dok., Fr. 2023 19.15 Policjanci (33) – dok., Pol. 19.45 Kolaboranci Hitlera (2) 20.55 Piekiło na Ziemi (6) – dok. 22.00 Potęga i mit hitlerowskiego SS (2) 23.05 Ostatnie dni nazistów (5) – serial fab-dokum., USA 0.10 Kroniki Hitlera (11) – dok.	13.10 Samochody marzeń (8) 14.10 Australijscy poszukiwacze złota 6 16.10 Drwal z Kolumbii Brytyjskiej 2 (2) – dok. 17.05 Ostatni kapitanowie (1) 18.00 Kłątwa umarlaka: W poszukiwaniu zaginionego złota 3 (5) 18.55 Australijscy poszukiwacze złota 7 21.00 Złoto Jukonu 5 (6) – dok. 22.00 Australia: polowanie na złoto (1) – serial dokum. 23.00 Special Ops: Prawda 0.10 Australijscy poszukiwacze złota: na ratunek kopalniom	15.40 Jak inżynieria zmieniała świat (3) – serial dok., USA 16.35 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze (8) 17.40 Punkty zwrotne II wojny światowej (6) 18.50 Historia sprawiedliwości (3) 19.40 Cesarstwo Rzymskie: mity i fakty (3) – dok., Fr. 20.55 Wita Hitlera (4) – dok. 22.00 1776: niepodległość USA (3) – serial dokumentalny 23.00 Naziści: ściśle tajna nauka (4) – serial dok., USA 0.00 Wielkie metropolie starożytności (1-3) – dok.	16.00 Pogrzebani za domem 3 (6) – serial dokumentalny 17.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (3) – dok. 18.00 Z archiwum 997 2 (3, 4) 19.00 Dowody zbrodni: ślady DNA (10) – serial dok., USA 20.00 Kobiety, które niosły śmierć (12) – serial dok. 21.00 Chippendales: mroczne sekrety (2) – serial dok. 22.00 Spowiedź seryjnego mordercy (4) – serial dok. 23.00 Kroniki seryjnych morderców – Zimny chirurg (1) – film dok., Pol. 23.55 Kobiety, które niosły śmierć (11) – serial dok.	8.05 Niezwykłe Stany Prokopa (8, 1-3) – pr. rozr. 10.10 Kobieta na krańcu świata (8, 1-3) – dok., Pol. 12.30 Cieślarka przez Stany 14.55 Brazylijskie uczty uliczne z Andym Batesem (11-14) – dok. 17.00 Dania wysokich lotów 18.00 Najlepsze drinki z Shay Mitchell (1) – serial dok. 19.00 Małżeństwo w dzungli 21.05 Bimbrownicy (10, 11) 23.10 Kobieta na krańcu świata (2-4) – serial dok. 0.55 Dania wysokich lotów 2.00 Najlepsze drinki z Shay Mitchell (1) – serial dok.

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TVN STYLE HD
15.10 Zachodzą się w Polsce (197)	6.40 Gra słów. Krzyżówka (1069)	6.00 Przyjaciółki (67, 68) – serial obyczajowy, Polska 2015	6.00 Strażnik Teksasu (8, 9) – sens., USA 1999	6.00 Strażnik Teksasu (8, 9) – sens., USA 1999	7.10 Express – pr. inform.	5.15 I nie opuścisz Cię aż do ślubu (5) – reality show
15.35 20 x 20 lat TVP Kultura – cykl fel.	7.10 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin.	8.00 Co ludzie powiedzą (9, 10) – serial komediowy	7.55 Bogaty dom – biedny dom (73) – reality show	7.55 Bogaty dom – biedny dom (73) – reality show	7.35 DeFacto 13 (11, 12)	5.50 Damy i wieśniaczki. PL 9 (3) – serial fab.-dok., Polska
16.00 Zaraz wracam 2 (107) – serial obycz.	8.20 Familiada – telet.	9.25 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (45, 46) – reality show	8.55 Policjantki i Policjanci (506, 507) – serial obycz., Polska	8.55 Policjantki i Policjanci (506, 507) – serial obycz., Polska	8.30 Kartoteka (10, 11)	6.45 Śluby marzeń (3) – program rozrywkowy
16.30 Barwy szczęścia (3338) – serial obycz.	8.50 Va banque (939)	12.30 Bogaty dom – biedny dom (105, 106)	10.55 Na ratunek 112 (1164, 1165) – serial paradok.	10.55 Na ratunek 112 (1164, 1165) – serial paradok.	10.35 Detektywi (23, 24)	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
17.00 Gra słów. Krzyżówka (1057)	9.25 Koło fortuny (2048)	14.30 10 lat młodsza w 10 dni (11, 12) – program rozrywkowy	11.55 Dlaczego ja? (1533, 1534) – serial paradok.	11.55 Dlaczego ja? (1533, 1534) – serial paradok.	12.35 Zakup w ciemno 7 (32, 33) – reality show	11.20 Ugotowani (7, 8) – pr. kulin.-rozr.
17.30 Telexpress	10.05 Makłowicz w podróży – mag.	16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (48) – reality show	13.55 Trudne sprawy (752-754) – paradok.	13.55 Trudne sprawy (752-754) – paradok.	14.35 Nic do zgłoszenia (6)	13.30 Kuchenne rewolucje (2, 1) – program rozrywkowy
17.50 Telexpress Extra	10.45 Postaw na milion	18.00 Koło fortuny (2049)	16.55 Policjantki i Policjanci (1397) – serial obycz., Polska	16.55 Policjantki i Policjanci (1397) – serial obycz., Polska	15.35 Złomowisko PL 5 (4)	15.35 I nie opuścisz Cię aż do ślubu (3, 4) – reality show
18.15 Mały kawalek Polski – film dokum., Polska 2017	12.35 Familiada – telet.	18.35 Okrasa lamie przepisy (353) – mag.	18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (515) – reality show	18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (515) – reality show	16.58 Pogoda, sport	
18.45 Info Wilno – pr. inf.	13.15 Matki, żony i kochanki (19)				17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 21 (2)	
19.05 Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny (128)	14.15 Rodzinka.pl (196)				18.05 Zakup w ciemno extra (40)	
19.15 Laskowik & Malicki	15.20 Lato z Radiem i Telewizją Polską				18.40 Niezwykłe Stany Prokopa 6 (1) – rozr.	
20.10 Program informacyjny 19.30	17.25 Va banque (940)				19.45 Express – pr. inform.	
	18.00 Koło fortuny (2049)				20.05 Zakup w ciemno 7 (36) – reality show	
	18.35 Okrasa lamie przepisy (353) – mag.				21.05 Zakup w ciemno extra (33)	
					21.45 Express – pr. inform.	



OBYCZAJOWY	MAGAZYN KULINARNY	REALITY SHOW	OBYCZAJOWY	ROZRYWKOWY	ROZRYWKOWY
20.50 Miłość nad rozlewiskiem (4, 5)	19.40 Makłowicz w podróży	18.00 Nasz nowy dom (326, 327) – Pol. 2024	19.00 Policjantki i Policjanci (1398)	22.00 Idź na całość 2 (11)	17.05 W czym do ślubu? (2)
Kasia trafia do szpitala. Najbliżsi i znajomi oddają dla niej krew. Małgosia jedzie do Warszawy szukać pomocy u znanego profesora. Janusz nawiązuje romans z Mirką.	Wizyta w Bremie. Prowadzący opowiada o mieście, jego historii i wspaniale zachowanej architekturze. Na tarasie restauracji raczy się gładzią. Sam ugotuje zupę krem.	Danuta adoptowała dwóch swoich wnuków. Niestety, babcia i jej podopieczni mieszkają w fatalnych warunkach. Pomoże im Elżbieta Romanowska wraz z ekipą.	Mikołaj i Miłosz zajmują się sprawą egzaminatora potrąconego na placu manewrowym. Sprawca ucieka, a poszkodowany umiera w szpitalu.	Uczestnicy mogą wygrać niemal trzy miliony złotych. W każdym odcinku podejmą ryzyko i próbują unikać zgonu. Prowadzą Zygmunta Chajzer i Robert Motyka.	Influencerka Katarzyna chciałaby na swój ślub założyć suknię, w której będzie wyglądać jak prawdziwa gwiazda. Prowadząca szuka odpowiedniej dla niej kreacji.
22.35 Rozmowy (nie) wygodne – pr. publ.	21.10 Kabaret Letnia Porą (23) – pr. rozrywk.	20.00 Kolacja w ciemno (75) – pr. rozrywk.	20.00 Uroczysko (201, 202)	23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (3)	17.40 Kuchenne rewolucje (14, 1, 2)
23.25 Dziennik regionów	22.10 Rodzinka.pl (56)	21.05 Wieżenie kobiet (138, 139) – dok., Pol.	21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (127)	0.00 Nic do zgłoszenia 6 (8) – serial dokum., Pol.	20.50 Jestem z Polski (14) – serial dok., Pol. 2023
23.50 Tamte lata, tamte dni – magazyn kult.	22.50 Tak to leciało! (67)	22.00 Rolniczek (15) – dok.	22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1010)	1.00 Życie na kredyt 8 (7, 8) – reality show	21.50 Jestem z Polski 16 (22) – serial dokum.
0.20 63. KFPP w Opolu – Autobiografia.	23.50 Gabi Dzwiecka zaprasza (6)	23.00 Gry małżeńskie (154, 155) – reality show, Polska	23.00 Patriota – dramat historyczny, USA/ Niemcy 2000, 200 min	2.10 Dobra robota (10)	22.50 Hotel Paradise 6 (24)
Jubileusz Bogdana Olewicza – skrót koncertu	0.50 Koło fortuny (2049, 2041) – telet.	1.00 Kolacja w ciemno (17, 18) – pr. rozrywk.	2.20 Hardkorowy lombard 3 (21)	3.00 Detektywi. Na zlecenie 2 (26, 27) – serial fab.-dokum.	23.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9
	2.10 Do śmiechu! (70, 71)			4.10 Szpital (605)	

TVP HD	TVP HD	TVP HD	TVP HD	TVP HD	TVP HD
12.25 Ojciec Mateusz 6 (77)	15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	8.05 Strażnik Teksasu 9 (7, 8)	11.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporami – reality show	13.55 Podróż przez smaki	11.15 101 napraw 5 (1, 2) – mag.
13.20 Komisarz Alex 4 (41)	16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel – krym., Austria	9.55 MacGyver 3 (4, 5) – sens.	13.00 Dr Przyszczyła 4 – dok.	14.50 U sąsiadów w kuchni 12	12.15 Jeździć, obserwować (4)
14.15 Ranczo 7 (81, 82) – obycz.	17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	12.05 Pułapki umysłu (3) – dok.	15.00 Wiza na miłość 11	15.45 Z pola na stół 2 (7) – dok.	13.00 Mobilni mechanicy
16.10 Polska śródlasnomorska (1)	18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz.	13.15 Wojny magazynowe: Kanada 2 (15, 16)	16.00 Historie wielkiej wagi	16.15 Jełita vs móżg (6) – mag.	14.30 Zawodowi handlarze
16.40 Operacja zdrowie (80)	19.50 Rosamunde Pilcher: Melodia miłości – film obyczajowy, Niemcy 2008, rez. Dieter Kehler, 120 min	14.25 Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (5)	18.00 Pokonać otłość (7)	16.40 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień	16.00 Wojny samochodowe
17.10 Okrasa lamie przepisy	21.50 Rosamunde Pilcher: Niespodziewana miłość – film obyczajowy, Niemcy 2015, 105 min	15.30 Sensacje XX wieku (8, 9)	19.00 Wiza na miłość: rajski romans 4 – reality show	18.30 Tajemnice indyjskich smaków (1) – serial dok.	18.00 Raport Turbo – mag. inf.
17.45 Makłowicz w podróży	23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	17.50 Wojciech Cejrowski – bosy przez świat	20.00 Twarz od nowa – dok.	18.55 M jak mięso (3, 4) – dok.	18.15 Z drugiej ręki (3, 4) – mag.
18.20 Ojciec Mateusz 25 (320)		20.00 Kobra – oddział specjalny 24 (1, 2) – sens.	21.00 Skórce na ratunek 8	19.50 Nie bój ryby! (3) – mag.	19.45 Moto kombat (2) – mag.
19.00 Ranczo 7 (87) – obycz., Pol.		22.00 Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (6)	22.00 Moje paranoje – wydanie specjalne 2	20.15 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień	20.30 Zawodowi handlarze (8)
20.10 Rodzinka.pl (287, 288)		23.00 Adam szuka Ewy VIP. Holandia 2 (6) – pr. rozr.	23.00 Moje koszarne stopy 2 – serial dok., USA	21.20 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 8	21.15 Naprawy nie do naprawy (3) – mag.
21.25 Ojciec Mateusz 32 (412)		0.00 Magia nagości 1.05	0.00 Dr Przyszczyła – kulisy	23.55 Kolacja z Gwinem Rossdale (2) – dok.	22.00 Raport Turbo – mag. inf.
22.20 Człowiek w żelazie			1.00 Twarz od nowa – dok.	0.50 Top Chef 22 (6)	22.15 Jeździć, obserwować
0.45 Pojedynek na głosy			2.00 Skórce na ratunek 8		23.45 Duda kontra Szafrański (1) – program rozrywkowy
FILM masce – film kostium., Wlk. Bryt./USA 1998, 145 min					0.30 Nauka jazdy (25) – pr. rozr.
FILM 0.45 Pojedynek na głosy – komediodramat, Wielka Brytania 2019, 120 min					1.00 101 gadzettoz motoryzacyjnych (5)

NOVA	NOVA TV	METRO	ANTENA HD	WP	C+ DOMO HD	HGTV
9.30 Całkiem nowe lata miodowe (17) – kom., Pol.	8.30 Szpital (786, 787)	11.05 77 TV 2 (4) – pr. rozrywk.	12.00 Wariaci za kierownicą 3	12.00 Wariaci za kierownicą 3	15.00 Kupcie sobie zamek! 2	11.05 Usterka 11 (14, 15) – serial fab.-dokum., Polska 2019
10.00 Miodowe lata (16) – kom.	10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (355, 356)	12.00 Co Polak potrafi na drodze? (14) – pr. rozr.	14.05 Pokochaj lub sprzedaj	14.05 Pokochaj lub sprzedaj	15.55 TkaniNOWE kreacje 2	12.31 Moje miasto, mój dom 8
10.30 Wieżenie (121) – dok., Pol.	12.30 SOS Ekipy w akcji (30)	13.00 Ciejąrowka przez śnieg 2 (1) – serial dokum.	15.00 Pokochaj lub sprzedaj	15.00 Pokochaj lub sprzedaj	16.20 Mam zamek 3 (1) – dok.	14.30 Mieszkanie na miarę 4
11.00 Poirot 13 – serial krym.	13.30 Brzydula (31, 32) – kom.	14.00 Kłątwa Wyspy Dębów 6	16.50 Pogoda (66) – pr. inform.	16.50 Pogoda (66) – pr. inform.	16.50 Gardeners' World 14 (7)	16.30 Polowanie na ogród 2 (8)
14.30 Świat według Kiepskich (35) – serial kom., Polska	14.35 Kiedy ktoś kocha bardziej (15) – obycz.	15.00 Wojny kontenerowe 2	17.00 Komisarz Cassandre: Zdobnie w Alpach 5 (4)	17.00 Komisarz Cassandre: Zdobnie w Alpach 5 (4)	19.00 Wielkie projekty: Szwecja 3 (4) – serial dok.	17.00 Polowanie na ogród 3
15.00 Świat według Bunday 8 (172-177)	15.45 The Floor (5, 6) – telet.	17.55 77 TV 4 (21) – pr. rozrywk.	19.00 Strażacy z sąsiedztwa	19.00 Strażacy z sąsiedztwa	20.00 Daleko od miasta 11	18.15 Złóż remont 4 (4) – rozr.
18.00 Całkiem nowe lata miodowe (14) – kom., Pol.	18.00 Prawo Agaty 7 (4)	19.00 Kartoteka 2 (9, 10)	20.00 Policjanci	20.00 Policjanci	21.00 Cudotwórcy: zachodzą się w swoim domu	19.05 Będzie pięknie (8) – rozr.
18.30 Miodowe lata (28-31)	19.05 Kryminalni 3 (5, 6) – krym.	20.00 Alex Hugo – górski detektyw (11) – krym., Fr.	21.45 Pogoda (66) – pr. inform.	21.45 Pogoda (66) – pr. inform.	22.00 Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie 8 (8)	20.05 Dorota inspirowa (4)
21.00 Zdrady (16) – paradok., Pol.	23.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (8) – krym.	22.05 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (5, 6) – serial kryminalny	22.50 Mistrzowie Kabaretu 13	22.50 Mistrzowie Kabaretu 13	22.30 Przekopimy ci ogródek (1) – serial dok.	21.00 Dorota was urządzi!
22.00 Ślad (42, 43, 107) – krym.	0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5 (7) – dok.	0.30 Co Polak potrafi na drodze? (3-5) – pr. rozr.	23.55 Tajemnice polskich morderstw (4-6) – dok.	23.55 Tajemnice polskich morderstw (4-6) – dok.	23.25 Daleko od miasta 14 (9)	22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 7 (7, 8) – pr. rozr.
1.00 Łowca pedofilów	1.15 Szpital (779) – paradok.				23.50 Dziś i jutro 2 (4) – mag.	23.35 House Hunters – Poszukiwacze domów 10 (1, 2) – pr. rozr.
3.00 TV okazje (97, 98)	2.15 Szkola (530, 531)				23.45 TkaniNOWE kreacje (7)	0.45 Kupujemy dom na plaży 20 (2, 3) – dok.

POLSAT 2 HD		SUPER POLSAT DVB-T2		TV 6 DVB-T		BBC FIRST HD		STACJE DZIECIĘCE		STACJE INFORMACYJNE	
POLSAT 2 HD		SUPER POLSAT DVB-T2		TV 6 DVB-T		BBC FIRST HD		STACJE DZIECIĘCE		STACJE INFORMACYJNE	
5.50 Wydarzenia		6.05 Wydarzenia		6.00 Więzienie (158, 159)		6.00 Zagadki doktora Blake'a 3 (4) – krym.		10.20 Bolek i Lolek wyruszają w świat (1, 2) – anim., Pol. 1968		6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody	
6.30 Nasz nowy dom (300) – reality show		6.45 SuperLudzie Extra (26) – magazyn		6.55 Policjanci i Policjanci (705, 706) – serial obyczajowy, Polska 2020		6.55 Death Valley (1, 2) – serial kom., Wlk. Bryt.		10.45 Rodzina Trefików 2 (23, 24) – serial anim.		7.30 Rozmowa Piaseckiego – publ.	
7.30 Na ratunek 112 (925, 926) – serial paradok., Pol. 2024		6.55 Na ratunek 112 (710, 711) – paradok.		7.55 Doktor Martin (55, 56) – serial obycz.		8.35 Lewis 5 (1) – krym.		11.10 Odo (34-36) – anim.		8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody	
8.30 Sekrety rodziny (381-383) – paradok.		10.00 Wydarzenia		8.55 Kobra – oddział specjalny (24, 25) – serial sens., Niemcy		9.40 Ojciec Brown (2) – krym., Wlk. Bryt. 2013		11.35 Stacyjkowo (3, 4)		9.55 Biznes – pr. publicyst.	
11.30 Trudne sprawy (949) – serial paradok.		10.30 SuperLudzie (37, 38)		10.55 48h. Zaginieni (142-144) – serial kryminalny, Pol. 2022		10.40 Śmierć pod palmami (3) – krym.		11.55 Pszczółka Maja (12)		10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody	
12.30 Dlaczego ja? (1348, 1349) – paradok.		11.30 Świat według Kiepskich (359-362) – serial kom., Pol. 2011		13.55 Policjantki i Policjanci (1198) – serial obycz., Polska		11.45 Zagadki doktora Blake'a 3 (4) – krym.		13.00 Przyjaciele (3) – widowisko		10.55 Biznes – pr. publicyst.	
14.30 Świat według Kiepskich (529-533) – kom., Pol. 2017-2018		13.30 Bitwa o palety (3)		14.55 Uroczysko (41, 42) – serial kryminalny, Polska 2023-2024		12.55 Death Valley (3, 4)		13.20 Tru i Tęczowe Królestwo (12)		11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody	
17.00 48h. Zaginieni (155, 156) – krym., Pol.		14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (61) – reality show		16.00 Kobra – oddział specjalny (26, 27) – serial sensacyjny, Niemcy 1997		15.00 Ojciec Brown 7 (7) – krym., Wlk. Bryt. 2019		13.45 Świnka Peppa 7		11.55 Biznes – pr. publicyst.	
19.00 Gliniarze (995) – serial paradok.		16.05 Ninja Warrior Polska (35)				16.00 Lewis 5 (1) – krym.		14.10 Pająk Lucas 2 (23, 24)		12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody	
20.00 Ślad (71) – krym., Pol.		18.00 Świat według Kiepskich (462, 463, 554, 555)				17.00 My Life is Murder 3 (1) – serial kryminalny		14.30 Oli i Luna (23, 24)		13.55 Biznes – pr. publicyst.	
21.00 Gliniarze (790) – serial paradok.		20.00 Złomiarze (7) – dok.				18.00 Morderstwa w Midsomer 21 (3) – krym., Wlk. Bryt. 2019		14.55 Oktonauca (23, 24)		14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody	
						19.55 Śmierć pod palmami (4) – krym.		15.20 Cześć, czy mogę Ci zjeść? (12) – mag.		14.55 Biznes – pr. publicyst.	
								15.40 Billy – chomik, który został kowbojem (19, 20) – serial anim.		15.00 15 na żywo – inf.	
										16.00 Fakty po południu – program inform.	
DOKUMENTALNY		DRAMAT PRZYGODOWY		SENSACYJNY		KRYMINALNY		ANIMOWANY		PUBLICYSTYCZNY	
22.00 Ambulans (6) – Polska 2025		21.00 Gran Turismo – USA/FILM Japonia 2023, 170 min		18.05 Strażnik Teksasu (10, 11) – USA 1999		21.00 McDonald i Dadds 2 (3) – Wlk. Bryt.		16.05 Pat i świat (34-36) – Francja/Włochy/Belgia 2017		18.00 Tak jest	
Praca ratownika medycznego to codzienna walka ze stresem i ekstremalnymi sytuacjami, wymagająca przede wszystkim odwagi, szybkiego działania i empatii.		Jann jest mistrzem w grze wideo będącej symulacją wyścigów samochodowych. Niespodziewanie dostaje szansę sprawdzenia swoich umiejętności na prawdziwym torze.		Policja podejrzewa, że naczelnik więzienia w Arkansas organizuje walki osadzonych. Walker zostaje umieszczony w zakładzie jako więzień, a Trivette jako strażnik.		Znana z mediów społecznościowych Rose Boleyn decyduje się na operację plastyczną w klinice planującej się rozejść pary. Dochodzi do tragicznych wydarzeń.		Lola organizuje imprezę urodzinową. Tymczasem gołębie znajdują ludzkiego podobnego do Pata bezdomnego psa.		Andrzej Morozowski podsumowuje informacje dnia, a także zaprasza gości, z którymi dyskutuje o bieżących problemach w Polsce.	
23.00 Świat według Kiepskich (359, 360)		23.50 Kod 7500 – thriller, Niemcy/Austria/USA 2019, reż. Patrick Vollrath, 110 min		20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (193, 194)		22.55 Na niebieskich światłach 3 (3, 4) – krym., Wlk. Bryt. 2025		16.35 Rev i Roll (51, 52)		19.15 Serwis informacyjny	
0.00 Ślad (93) – krym., Pol.		1.40 Świat według Kiepskich (394-397) – serial kom., Pol. 2012		21.55 Czarna lista 2 (23)		1.05 Death Valley (4)		17.05 Pszczółka Maja		19.30 Fakty po Faktach – program inform.	
1.00 Zdrady II (12)		3.50 Nasz nowy dom (251, 252) – reality show, Polska 2021		22.55 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (707, 708) – krym., Pol.		2.05 Morderstwa w Midsomer 21 (3)		17.30 Petronix: Obrońcy zwierząt (23, 24)		20.00 Kropka nad i – publ.	
2.05 Wydarzenia				1.00 Kości (107, 108)		4.00 My Life is Murder 3 (1) – serial kryminalny		18.00 Mała Marinette (1, 2)		20.20 Fakty o świecie	
2.50 Ewa gotuje (549, 550)				3.00 Cobra Kai (27)		4.45 Moja rodzinka 2 (10)		18.30 Leo da Vinci 2		21.00 Polska i świat – inf.	
4.00 Atleci – mag.						5.15 Ojciec Brown 7 (7)		19.00 Płyś i Bill		22.00 Szkło kontaktowe	
5.10 Drwale (6) – dok., Pol.								19.15 Czarodziejskie miasteczko Pinokia		23.00 Dzień po dniu – mag.	
5.30 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.								19.25 Piotruś Królik		0.25 Biznes – pr. publicyst.	
								19.50 Wegezaury 2		0.45 Fakty po Faktach	
										1.20 Kropka nad i – publ.	
										1.50 Tak jest – pr. publ.	
POLSAT PLAY HD		FOOD NETWORK HD		POLSAT RODZINA HD		BBC LIFESTYLE HD		NICK JR. HD		POLSAT NEWS HD	
6.00 Budowlancy (6) – dok.		9.15 Gotowanie na ranczu z Guyem (2-4) – mag. kulin.		9.35 Jeźdźcy smoków na końcu świata (9, 8, 7)		11.20 Wymarzone domy 2		16.00 Świnka Peppa 5 (8)		14.55 Pogoda	
6.30 Kolowrotek (201) – mag.		10.55 Szuka mięsa (9-12)		11.00 Bajeczne zaby – film dok.		13.25 Bake off: zawodowcy 3		16.11 Świnka Peppa 2 (3)		15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny	
7.00 Dorwać tuńczyka (6, 7)		13.10 Apetyt na miłość (4)		12.00 Bogaty dom – biedny dom (136) – reality show		14.30 Wielkie brytyjskie wypieki 13 (4) – pr. rozr.		16.16 Świnka Peppa 5		15.30 Sport, pogoda	
9.55 Wojny magazynowe		14.10 Akcja: Restauracja! (2)		13.00 Rodzina zastępcza (219, 220) – kom., Pol. 2005		15.50 Zapraszam do stołu: Wielka porcja 19 (6)		16.35 Psi Patrol 4 (11) – anim.		15.50 Wydarzenia 15:50	
10.55 Hardkorowy lombard (40-45) – serial dok., USA		16.15 Kuchenne rewolucje (7)		14.50 Wielkie wycieczkowce		17.50 Wymarzone domy 2 (3)		17.05 Rubble i jego ekipa 2 (24)		16.10 Więcej „Wydarzeń” – inf.	
14.00 Polacy za granicą		17.50 Miłość od kuchni (6)		15.50 Świat z góry (2, 3) – dok.		18.50 Mistrzowie ceramiki 4 (8) – reality show		17.30 Pan Krokodyl 2 (6, 4)		16.30 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.	
16.00 Złomiarze (33, 34) – dok.		18.50 Dziecięce mistrzostwa w piekarni 11 (8)		17.05 Pingwiny z Madagaskaru 3 (11-14)		19.50 Wielkie brytyjskie wypieki 13 (5) – pr. rozr.		17.55 Barabapa – szczęśliwa rodzinka (2) – serial anim.		18.00 Punkt widzenia Szubartowicza – pr. publ.	
18.05 Poszukiwacze historii (159-162) – serial dok.		19.50 Napad na kuchnię (2)		19.00 Rodzina zastępcza (306)		21.00 Mistrzowie szycia 11 (8)		18.10 Barabapa i jego rodzinka 2 (1) – anim., Fr.		19.15 Gość „Wydarzeń” – publ.	
20.00 Zawód glina (1) – dok.		20.50 Ogniem i patelnią 3 (9)		19.55 Miodowe lata (4, 5, 95)		22.00 Zapraszam do stołu: profesjonalni (6) – rozr.		18.40 Dora 2 (3) – serial anim.		19.50 Debaty Gozdyry – publ.	
21.00 Złomiarze (54) – dok., Pol.		21.55 Pyszne miejscówki (5)		22.00 Nasz nowy dom		23.00 Wstydlive choroby: Otyłość 2 – dok., Wlk. Bryt.		19.00 Przygody Misia Paddyingtona (3, 26, 4)		21.50 Wydarzenia wieczorne	
22.00 Więzienie (219) – dok.		23.00 Akcja: Restauracja! 20		23.55 Broń w hollywoodzkich filmach (1, 2) – serial dokumentalny, USA 2017		0.00 Kuchenne koszmary USA 9 (3, 4) – serial dok.		20.07 Świnka Peppa (41-44)		22.30 Dzień na świecie – pr. inf.	
22.30 Łowca pedofilów (244)		0.00 Człowiek kontra jedzenie (16-18) – mag.		0.50 Historia czolgów (2)				20.30 Małe Królestwo Bena i Holly (8) – serial anim.		23.30 Obraz dnia – serwis informacyjny	
23.00 Więzienie (190-199) – dok.								20.55 Barabapa i jego rodzinka (18, 20, 21)		0.00 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.	
4.00 Starożytni kosmici (5, 6)											
Kobieta DVB-T2		E! ENTERTAINMENT HD		TV TRWAM DVB-T		BBC BRIT HD		MINI MINI+ HD		TVP 3 DVB-T2	
13.00 Na dobre i na złe (578)		8.50 Tyler Henry – medium z Hollywood – pr. rozrywk.		17.00 Po stronie prawdy – Pol. 17.55 Poczet wielkich Polaków – program hist.		11.25 Brytyjskie fabryki jedzenia (2) – serial dok.		10.00 Baranek Shaun (11-19)		12.30 Górna półka smaku	
14.00 Omnibus – szycy i mądrzy (16) – teleturniej		10.40 Plastikarna fuszka 12.30 Z kamera u Kardashianów (6, 7)		18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone – pr. publ.		12.30 Top Gear 8 (2) – mag.		11.25 Baczne oczka (2-5)		12.30 Agrobiznes	
14.35 Omnibus – szycy i mądzy – dogrywka 15.00 Piękno, zgłoś się! (2)		14.20 Tyler Henry – medium z Hollywood – pr. rozrywk.		19.20 Odnaleźć siebie (33)		13.35 Nadzwearzajne maszyny 14.35 Cuda inżynierii (1) – dok.		11.55 Marta mówi (1, 2) – anim.		13.20 Agropogoda	
15.30 Ojciec Mateusz (7, 8)		16.10 Plastikarna fuszka (19)		19.30 Bóg z nami (2) – anim.		15.40 Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 4 (2) – telet.		12.50 Moje urodziny – dla dzieci 12.59 Marta mówi (3, 4) – anim.		13.30 Daję słowo – Maciej Oros 2 – talk-show	
17.25 Najwspanialsze ikony natury (4) – serial dok.		18.00 Tylko dla celebrytów 18.30 Z kamera u Kardashianów (12, 13)		20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Myśląc Ojczyzna 21.00 Apel Jasnogórski		16.45 Brytyjskie fabryki jedzenia (2) – serial dok.		13.55 Moje urodziny – dla dzieci 14.00 Basia (11-13, 1, 2) – anim.		15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – program religijny	
18.30 Gabi Drzewiecka zaprasza (5) – talk-show		20.30 Tyler Henry – medium z Hollywood – pr. rozrywk.		21.40 Polski punkt widzenia – program publicystyczny		17.50 Top Gear 8 (3) – mag.		15.10 Kłaza Kocia 2 (12, 13, 1-3)		15.20 Serwis Info Dzień – inf.	
19.30 Miłość i nadzieja (298)		22.30 Plastikarna fuszka 0.30 Tylko dla celebrytów 1.00 Z kamera u Kardashianów (6, 7)		22.00 Przetrawiliśmy – cykl reportaży, Polska 2024		18.55 Cuda inżynierii (1) – dok.		15.55 Klaza i megamaszyny 3 17.20 Staś i fajna Babcia 17.50 Moje urodziny – dla dzieci 17.57 Staś i fajna Babcia (23)		15.30 Program lokalny	
20.30 Wichrowe wzgórza (279) – serial obycz., Turcja 2024						20.00 Brytyjskie fabryki jedzenia (3) – serial dok.		18.15 Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia (10, 11) – serial anim., Jap.		19.45 Kryminalna siódemka 20.00 Dziennik regionów – inf.	
21.30 La Promesa – pałac tajemnic (269) – obycz.						21.00 Trump i big techy – dok.		18.40 Dora i przyjaciele (11, 12)		20.13 Gość Regionów – pr. publ.	
22.30 Zwerbowana miłość – sens., Pol. 2009, 100 min						22.15 Top Gear 8 (2) – mag.		19.35 Kłaza Kocia (13, 1-4)		22.30 Telekurier – mag., Polska	
FILM						0.15 Top Gear 19 (5) – mag.		20.25 Mały Charlie (12, 13, 1-3)		21.00 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów – inf.	

Warto zobaczyć

13.00
CINEMAX **Pamięć**
OBYCZAJOWY Sylvia uczęszcza na spotkania anonimowych alkoholików. Saul cierpi na demencję. Oboje spotykają się na zjeździe absolwentów. Reż.: Michel Franco, A: Jessica Chastain, Brooke Timber, Alan Nehama Meksyk/USA 2023 105 min ► do godz. 14.45

14.00
ALE KINO+ **Na pustyni nie ma cienia**
OBYCZAJOWY Ori spotyka francuską pisarkę Annę. Sądzi, że to z nią 20 lat temu miał romans, ale ona go nie poznaje. Reż.: Yossi Aviram, A: Valeria Bruni Tedeschi, Yona Rozenkier Francja/Izrael 2023 135 min ► do godz. 16.15

14.45
TVP KULTURA **Chce się żyć**
OBYCZAJOWY Cierpiący na porażenie mózgowe Mateusz dorasta otoczony miłością. Nikt jednak nie wie, że chłopak jest sprawny umysłowo. Reż.: Maciej Pieprzycza, A: Dawid Ogrodnik, Kamil Tkacz, Dorota Kolak Polska 2013 125 min ► do godz. 16.50

14.50
FILMBOX+ HITS **Melodia wiatru**
OBYCZAJOWY Ośmioletni mieszkani Bolivi w gubi się na ulicach La Paz. Będąc setki kilometrów od domu, przeżywa wiele przygód. Reż.: Yvette Paz Soldan, A: Sebastian Carrasco, Francisco Miranda Boliwia 2019 90 min ► do godz. 16.20

16.40
C+ FILM **Ida**
OBYCZAJOWY Młoda zakonnica zgodnie z wolą matki przełożonej odwiedza jedyną żyjącą krewną. Poznaje tragiczną historię swojej rodziny. Reż.: Paweł Pawlikowski, A: Agata Kulesza, Agata Trzebuchowska, Jerzy Trela Pol./Wlk. Bryt. 2013 80 min ► do godz. 18.00

16.55
TVN FABULA **Wakacje w krzywym zwierciadle**
KOMEDIA Griswoldowie wybierają się na wycieczkę do Kalifornii. Wakacyjna podróż jest pełna niespodzianek. Reż.: Harold Ramis, A: Chevy Chase, Beverly D'Angelo, Imogene Coca USA 1983 125 min ► do godz. 19.00

20.00
STOPKLATKA **Podwodna pułapka**
THRILLER Kate i jej siostra nurkują w klatce do obserwowania rekinów. Gdy dochodzi do awarii, mają godzinę na wydostanie się z pułapki. Reż.: Johannes Roberts, A: Mandy Moore, Claire Holt, Yani Gellman Wlk. Bryt./USA 2017 115 min ► do godz. 21.55

20.10
ALE KINO+ **Gorący temat**
BIOGRAFICZNY Dziennikarki Fox News ujawniają, że były molestowane. Medialna burza stawia kilka kobiet w obliczu trudnych decyzji. Reż.: Jay Roach, A: Charlize Theron, Nicole Kidman, Margot Robbie USA/Kanada 2019 135 min ► do godz. 22.25

→ filmowe hity



Wraz ze sławą w życiu piosenkarza pojawiają się poważne problemy z uzależnieniem.

22.00 Rocketman

TVN

BIOGRAFICZNY Artysta zdobywa światowy rozgłos. W jego życiu wzloty przeplatają się z upadkami.

HIT DNIA

Elton John przyszedł na świat w niedużym angielskim miasteczku jako Reginald Dwight. Już jako dziecko wykazywał talent, choć jego rodzice nie wierzyli, że osiągnie sukces w show-biznesie. Odejście surowego i gwałtownego ojca od zapałzonej w siebie matki odcisnęło piętno na dal-

szym życiu przyszłego piosenkarza. Mimo problemów szkolił swoje umiejętności w Królewskiej Akademii Muzycznej. Karierę rozpoczął od występów z soulowymi zespołami. Przełomem w drodze na szczyt list przebojów był utwór „Your Song”, który napisał z przyjacielem, autorem tekstów Bernie

Taupinem. Wraz z pieniędzmi i sławą w życiu artysty pojawiły się używki, przelotne relacje, w końcu apatia, burzliwy związek z menedżerem Johnem Reidem, napady szału oraz autodestrukcja. **HD 150 min ► do godz. 0.30**

Wlk. Bryt./Kan./USA 2019 Reż.: Dexter Fletcher Wyst.: Taron Egerton, Jamie Bell, Richard Madden, Gemma Jones

**20.00**
POLSAT**Wpadka**
KOMEDIA ROMANTYCZNA

Dziennikarka Alison (Katherine Heigl) wybiera się do klubu. Po ośmiu tygodniach orientuje się, że zaszła w ciążę. Postanawia odszukać Bena (Seth Rogen), z którym przeżyła namiętne chwile.

Reż.: Judd Apatow Wyst.: Paul Rudd USA 2007 **HD 170 min ► do godz. 22.50**

**20.00**
TVN 7**Stażyści**
KOMEDIA

Czterdziestoletni Nick (Owen Wilson) i Billy (Vince Vaughn) tracą pracę. Przyjaciele szukają innego zajęcia. Uda im się dostać na prestiżowy staż. Rywalizują o posadę ze znacznie młodszymi od siebie ludźmi.

Reż.: Shawn Levy Wyst.: Rose Byrne USA 2013 **HD 165 min ► do godz. 22.45**

**20.00**
TV PULS**Kula w łeb**
KRYMINALNY

Nowy Orlean. Zawodowy zabójca Bonomo (Sylvester Stallone) i policjant zawierają przymierze przeciwko wspólnemu wrogowi. Wpadają na trop spisku, w który zamieszany jest prawnik (Christian Slater).

Reż.: Walter Hill Wyst.: Jason Momoa USA 2012 **HD 115 min ► do godz. 21.55**

**21.55**
TV PULS**Pitbull. Ostatni pies**
SENSACYJNY

Policjanci prowadzą śledztwo w sprawie zabójstwa kolegi po fachu. Despero (Marcin Dorociński) wnika w szeregi ludzi gangstera Gawrona. Żona mafiosa dołącza do wojny przestępców.

Reż.: Władysław Pasikowski Wyst.: Rafał Mohr Polska 2018 **HD 145 min ► do godz. 0.20**

**21.55**
STOPKLATKA**Taśmy Watykanu**
HORROR

Angela (Olivia Taylor Dudley) sprowadza cierpienie i śmierć na innych. Miejscowy ksiądz zwraca się o pomoc do Stolicy Apostolskiej. Egzorcysty nie zdają sobie sprawy z tego, że czeka ich walka z potężnym demonem.

Reż.: Mark Neveldine Wyst.: Michael Pena USA 2015 **HD 105 min ► do godz. 23.40**

**22.30**
TVP KOBIEȘA**Powrót do tamtych dni**
OBYCZAJOWY

Alek (Maciej Stuhr) wraca z USA, gdzie pracował. Chce nadrobić stracony czas z żoną (Weronika Książkiewicz) oraz synem (Teodor Kozia). Pograża się jednak w nałogów.

Reż.: Konrad Aksinowicz Wyst.: Szymon Ożga Polska 2021 120 min ► do godz. 0.30

→ filmowe hity



Wzorowa pani domu pomaga policji wytropić zabójcę.

23.00 W jak morderstwo

TV 4 KOMEDIA KRYMINALNA Spokój mieszkańców sielskiej miejscowości burzy zagadkowa zbrodnia.

HIT
DNIA

W Podkowie Leśnej ginie młoda kobieta, która wracała z przyjęcia zorganizowanego przez kandydata na senatora. Zwłoki znajduje Magda, miłośniczka kryminałów, która na co dzień zajmuje się domem. Policja wszczyna dochodzenie. Niestety, komisarz Jacek Sikora jest pozbawiony instynktu śled-

czego. Na szyi denatki znajduje się naszyjnik z literą „W”, należący prawdopodobnie zaginionej przed laty przyjaciółki Magdy. Wzorowa pani domu angażuje się w wyjaśnienie intrygującej ją zagadki.

HD 140 min ► do godz. 1.20

Polska 2021 Reż.: Piotr Mularuk Wyst.: Anna Smółkiewicz, Paweł Domagała, Szymon Bobrowski, Piotr Adamczyk



20.05 Wielki Tydzień

WOJENNY Rok 1943, trwa powstanie w getcie. Jan spotyka dawną narzeczoną bląkającą się po ulicach Warszawy. Proponuje jej schronienie. Sąsiadka (Bożena Dykiel) postanawia donieść o tym właścicielowi kamienicy.

Reż.: Andrzej Wajda Wyst.: Wojciech Malajkat
Polska 1995 HD 110 min ► do godz. 21.55



22.45 Walentynki

KOMEDIA ROMANTYCZNA Mozaika miłosnych historii. Julia (Jennifer Garner) marzy o życiu u boku Harrisona (Patrick Dempsey). Nie ma pojęcia, że jest on żonaty i nie wiąże z ich znajomością żadnych planów.

Reż.: Garry Marshall Wyst.: Julia Roberts
USA 2010 HD 155 min ► do godz. 1.20



21.35 Powrót do Silent Hill

HORROR James (Jeremy Irvine) próbuje rozwiązać zagadkę miasteczka, którego mieszkańcy zapadli na tajemniczą chorobę. Brutalne istoty robią wszystko, by nie odnalazł on dawnej ukochanej.

Reż.: Christophe Gans Wyst.: Robert Strange
Fr./USA 2026 HD 105 min ► do godz. 23.20



22.50 Mój chłopak się żeni

KOMEDIA ROMANTYCZNA Julianne (Julia Roberts) przyjaźni się z Michaeliem (Dermot Mulroney). Gdy mężczyzna zaprasza ją na ślub, uświadamia sobie, że go kocha. Postanawia nie dopuścić do ceremonii.

Reż.: P.J. Hogan Wyst.: Cameron Diaz
USA 1997 HD 130 min ► do godz. 1.00

→ sport



5.45 USA – Polska

SIATKÓWKA LIVE Przed Biało-Czerwonymi niezwykle wymagający sprawdzian. Amerykanki są jednymi z głównych faworytek do złota w tej edycji Ligi Narodów. Przekonamy się, jak na tle bardzo mocnych rywali zaprezentują się podopieczne Stefano Lavariego.

HD 165 min ► do godz. 8.30



14.00 Turniej Wimbledon

TENIS LIVE W poprzednim sezonie Iga Świątek po raz pierwszy w swojej karierze sięgnęła po tytuł na słynnych trawiastych kortach. Powtórzenie tego sukcesu byłoby ogromnym sukcesem Raszynianki.

HD 120 min ► do godz. 16.00



21.50 Mistrzostwa świata 2026

PIŁKA NOŻNA LIVE W walce o strefę medalową nie powinno zabraknąć Francuzów. Jeśli Trójkolorowym we wcześniejszych fazach nie przytrafi się wpadka, zobaczymy ich na stadionie w Bostonie.

HD 160 min ► do godz. 0.30



22.00 ISCO Championship

GOLF LIVE W klubie golfowym Hurstbourne Country Club w Louisville w stanie Kentucky odbędzie się kolejna edycja zawodów zaliczanych do cyklu PGA Tour oraz DP World Tour. Tytułu broni William Mouw.

HD 180 min ► do godz. 1.00

→ rozrywka



20.50 Kuchenne rewolucje

REALITY SHOW Pizzeria La Farina w Mysłowicach mierzy się z problemami. Właścicielka wkłada w działalność serce i energię, ale czasem to za mało, by osiągnąć sukces. Magda Gessler spróbuje przywrócić lokalowi dawny blask.

HD 70 min ► do godz. 22.00



20.55 Kocham Cię, Polsko!

WIDOWISKO W drużynie Michała Koterskiego wystąpi m.in. Miss Polonia 2025 Maja Todd. W ekipie Filipa Gurłacza zobaczymy Antoniego Królikowskiego, Liroya i Kaziemierza Mazura. Gościem będzie Lanberry.

HD 90 min ► do godz. 22.25



21.00 Kłątwa Wyspy Dębów 13

REALITY SHOW Badacze zauważają związek między starożytnymi budowlami na Azorach a Wyspą Dębów. Rozpoczynają kolejne prace w rejonie Money Pit, gdzie odnaleziono tropy sugerujące ukrycie skarbu.

HD 60 min ► do godz. 22.00



→ dokument

23.20 Wieczne Wartości: Kult piękna

REPORTAŻ Model Hoyt Richards w latach 80. dołączył do wspólnoty kierowanej przez Fredericka von Mierersa. Dokument ukazuje z różnych perspektyw życie w tej grupie.

HD 55 min ► do godz. 0.15

TVP 1 HD DV3 T2

- 5.00 Złoty chłopak** (329) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 5.50 Akacja 38** (893) – telenowela, Hiszpania 2015
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Pełnia wiary** – magazyn religijny
- 8.00 Serwis Info** – program inform.
- 8.10 Pogoda Info**
- 8.20 Janosik** (8) – przyg., Polska 1973
- 9.15 Ranczo 6** (77) – obycz., Pol. 2012
- 10.10 Komisarz Alex 7** (85) – serial kryminalny, Polska 2015
- 11.05 Ojciec Mateusz 15** (196) – serial kryminalny, Polska 2016
- 12.00 Serwis Info** – program inform.
- 12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda** – program inform.
- 12.40 To się opłaca** – magazyn
- 13.00 Sprawa dla reportera** – mag.
- 14.00 Złoty chłopak** (330) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 15.00 Serwis Info** – program inform.
- 15.10 Pogoda Info**
- 15.25 Gra słów. Krzyżówka** (1063) – teleturniej
- 16.00 Dziedzictwo** (973) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – telet. muz.
- 18.05 Reporterzy** – mag. reporterów
- 18.25 Akacja 38** (908) – telenowela, Hiszpania 2015
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – pr. publicyst.
- 20.10 Sport, pogoda**
- 20.30 Ojciec Mateusz 30** (388) – serial kryminalny, Polska 2023
- 21.25 Piłka nożna: Mistrzostwa Świata 2026** – studio

PIŁKA NOŻNA

**21.50 Mistrzostwa Świata 2026**

LIVE – mecz ćwierćfinałowy

Wielu kibiców nie wyobraża sobie, by w walce o awans do strefy medalowej mogło zabraknąć reprezentacji Francji. Trójkolorowi zagraли w finale dwóch poprzednich mundiali – w 2018 roku triumfowali, a cztery lata później musieli przelknąć gorzkie porażki.

0.30 Morderstwa w Cantal
FILM – film kryminalny, Francja 2023, reż. Sandrine Cohen, wyk. Jean Fornerod, Alexandre Varga, Joséphine Jobert, 110 min

Nad jeziorem Cézallier ktoś znajduje zwłoki znanego restauratora. Wkrótce dochodzi do kolejnej zbrodni.

2.20 Korczak – film biograficzny, Polska/Niemcy/Wielka Brytania 1990, reż. Andrzej Wajda, wyk. Wojciech Pszoniak, Ewa Dąkowska, Teresa Budzisz-Krzyżanowska, 120 min

4.20 Wykrywacz kłamstw – program publicystyczny

4.35 Reporterzy – magazyn reporterów

4.45 Zakończenie

TVP 2 HD DV3 T2

- 4.30 Na dobre i na złe** (900): Ile jestem w stanie dać – serial obyczajowy, Polska 2023
- 5.30 M jak miłość** (1790) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 6.20 Operacja zdrowie** (75) – magazyn medyczny
- 6.55 Barwy szczęścia** (3350) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
- 7.55 Pytanie na śniadanie** – magazyn
- 11.30 Rodzinka.pl** (36, 37): Czy siedzi z nami pilot?; Pierwsza praca Tomka – serial komediowy, Polska 2011
- 12.35 Koło fortuny** (1884) – teleturniej
- 13.15 Panna młoda** (139) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** (1008) – teleturniej
- 14.35 Na sygnale** (872) – serial fabularno-dokum., Polska 2026
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (429) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
- 16.00 Koło fortuny** (1885) – teleturniej
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (140) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 18.15 Va banque** (1009) – teleturniej
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 Barwy szczęścia** (3350) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 20.05 Omnibus – szybcy i mądzy** (18) – teleturniej
- 20.35 Omnibus – szybcy i mądzy – dogrywka** (18) – teleturniej

ROZRYWKOWY

**20.55 Kocham Cię, Polsko!** (5)

W drużynie Michała Koterskiego tym razem wystąpią II Wicemiss Świata 2025 Maja Klajda, Miss Polonia 2023 Ewa Jakubiec oraz Miss Polonia 2025 Maja Todd. W ekipie Filipa Gurlacza zobaczymy Antoniego Królikowskiego, Liroya i Kazimierza Mazura. Gościem muzycznym będzie Lanberry. Program prowadzi Marzena Rogalska.

22.25 Daleko od szosy (5): Pod prąd – serial obyczajowy, Polska 1976

23.50 PiBull 2 (7) – serial sensacyjny, Polska 2007

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

Policjant Frank Penny zabija porywacza dziewczynki, czym zaprzepuszcza szansę na jej uratowanie. Zamierza sam odnaleźć dziecko.

2.30 Kruk 2. Czorny Woron nie śpi (3, 4) – serial kryminalny, Polska 2021

4.30 Zakończenie

polsat HD DV3 T2

- 4.40 Disco Gramy**
- 5.25 Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News**
- 8.30 Malanowski i partnerzy** (325, 326): Marnotrawny mąż; Zdradzony – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
- 9.30 Trudne sprawy** (1255, 1256) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 11.35 Gliniarze** (872, 873) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 13.35 Dlaczego ja?** (1502, 1503) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- Maria spiera się z Barbarą o spadek. Twierdzi, że siostra została adoptowana i powinna zrzec się domu. Tymczasem przyjaciółka jej zmarłej matki zostaje zaatakowana. Giną stare listy, które mogą zawierać tajemnice z przeszłości.
- 15.50 Wydarzenia, pogoda**
- 16.25 Interwencja** – magazyn reporterów
- 16.40 Gliniarze** (1069, 1070) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- Nastolatka wracająca do domu przez park zostaje zgwałcona. Nieprzytomna, walczą o życie w szpitalu. Śledczy kierują uwagę na mężczyznę, który w wieczór napadł zaczął ofiarę w bistro. Wkrótce pojawia się też kolejny podejrzały.
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.35 Sport, pogoda**

KOMEDIA ROMANTYCZNA

**20.00 Wpadka**

FILM – USA 2007, 170 min

Ambitna Alison wybiera się z siostrą do klubu, by uczcić sukces zawodowy. Po ośmiu tygodniach orientuje się, że zaszła w ciążę. Postanawia odszukać Bena, z którym przeżyła tamtej nocy namiętne chwile. Nie jest on jednak najlepszym materiałem na ojca.

22.50 Mój chłopak się żeni
FILM – komedia romantyczna, USA 1997, reż. P.J. Hogan, wyk. Julia Roberts, Cameron Diaz, Dermot Mulroney, Rupert Everett, 130 min

Julianne, autorka poradników, od lat przyjaźni się z dziennikarzem Michałem. Dowiaduje się, że za cztery dni żeni się on z Kimberly. Uświadamia sobie, że sama jest w nim zakochana. Postanawia zrobić wszystko, by nie dopuścić do ceremonii.

1.00 Pitch Perfect 2 – komedia muzyczna, USA 2015, reż. Elizabeth Banks, wyk. Anna Kendrick, Rebel Wilson, Hailee Steinfeld, Brittany Snow, 155 min

3.35 Nasz nowy dom (290) – reality show

tvn TVN HD DV3 T2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1693) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- 6.50 Kuchenne rewolucje** (8): Cieszyń – EkoTradycja – program rozrywkowy
- 7.45 Dzień dobry wakacje** – magazyn
- 11.20 Doradca smaku** (28) – magazyn kulinarny
- 11.25 Kuchenne rewolucje** (11): Jasienica, Bistro na Drzewiarzu – program rozrywkowy
- 12.35 Ukryta prawda** (1475, 1476, 1724) – paradok., Polska
- 15.45 Detektywi** (108) – serial fab.-dok., Polska 2024
- Partner Weroniki zostaje zatrzymany pod zarzutem handlu narkotykami. Dziewczyna i jej matka proszą śledczych o udowodnienie jego niewinności. Detektyw ustala, że chłopak pobił się z kimś w klubie.
- 16.50 Szpital św. Anny** (64) – serial obyczajowy, Polska 2025
- Na kardiologię trafia emerytowany strażak. Zachowanie dzieci mężczyzny sprawia, że jego stan się pogarsza.
- 17.55 Młode gliny** (17) – serial kryminalny, Polska 2026
- Ciężarna Wiktoria doznaje poważnych obrażeń podczas napadu rabunkowego. Funkcjonariusze poszukują sprawcy – osiemnastoletniego Jarka. Odkrywają, że ma on dług u niebezpiecznego lichwiarza.
- 19.00 Fakty, sport i pogoda**
- 19.55 Uwaga!** – magazyn reporterów

OBYCZAJOWY

**20.15 Na Wspólnej** (4243)

player – Polska 2026

Smolny trafia na trop Jana Ryby, pośrednika w sprzedaży fałszywych dyplomów. Rozważa prowokację z udziałem Marceliny. Krystyna wraca z sanatorium odmieniona dzięki znajomości z Januszem.

20.50 Kuchenne rewolucje (5) – program rozrywkowy

22.00 Rocketman – dramat biograficzny, Wielka Brytania/Kanada/USA 2019, reż. Dexter Fletcher, wyk. Taron Egerton, Jamie Bell, Richard Madden, Bryce Dallas Howard, 150 min

0.30 OSS 117: Rio nie odpowiada
FILM – komedia, Francja 2009, reż. Michel Hazanavicius, wyk. Jean Dujardin, Louise Monot, Rüdiger Vogler, Alex Lutz, 115 min

2.25 Uwaga! – magazyn reporterów

2.40 Największe polskie katastrofy (4) – serial dokum.

3.30 Detektywi (108) – serial fabularno-dokum., Polska 2024

4.15 Nauka jazdy 5 (17) – pr. rozrywk.

4.40 Recepta na stary dom 3 (11) – program rozrywkowy



- 5.30 Ten moment** (54) – serial paradok., Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (783-785) – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 8.45 Ukryta prawda** (1337, 1443, 1444) – paradok., Polska
- 11.50 W-11 – Wydział Śledczy** (1096-1098) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
- 13.55 Kryminalni** (4): Jubiler – serial kryminalny, Polska 2004
- 15.00 Szpital** (780, 781) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (505): Prawdziwy mężczyzna – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
- 18.00 SOS Ekipy w akcji** (17) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Policjanci przyjmują zgłoszenie o blaknącej się bez opieki sześciolatce. Dziewczynce towarzyszył tajemniczy mężczyzna. Strażacy udają się do mieszkania, z którego ułatnia się gaz. Zarządzona zostaje ewakuacja.
- 19.00 Ukryta prawda** (1528) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Michał nie informuje rodziców o ślubie i nie przedstawia im swojej wybranki. Wkrótce ulega wypadkowi, po którym zapada w śpiączkę. Do szpitala przychodzi Ada, która podaje się za żonę.



- 6.00 Policjanci z Miami 3** (5, 6): Udana akcja; Cień w mroku – serial kryminalny, USA 1986
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (9, 10): Królobójca; Zespół B – serial sensacyjny, Niemcy 2017
- 10.00 Maria z przedmieścia** (53, 54) – telenowela, Meksyk 1995
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (113) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
- 13.00 Wspaniałe stulecie** (47) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 Kurierzy** (32) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10** (536, 537) – serial obyczajowy, Polska 2022
- 17.00 Kurierzy** (33) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Pracownicy komentują paczkę, która dziwnie wibruje. Podejrzewają, że w środku znajduje się erotyczna zabawka. Dorota zdaje egzamin na prawo jazdy. Adam proponuje, by to uczcili.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (970, 971) – serial obyczajowy, Polska 2026
Dariusz i jego ojciec Jan prowadzą myjnie samochodowe. Córka Dariusza choruje na nowotwór, a Jan jest zadłużonym hazardzistą. Rodzina stara się zebrać pieniądze na leczenie.



- 5.50 Ale numer! 20** (14) – pr. rozrywk.
- 6.20 Cosie-Ktosie** (9) – anim., Fr. 2022
- 6.30 Kajko i Kokosz 2** (9) – anim.
- 6.45 Smerfy 2** (51) – serial anim.
- 7.00 Blaze i megamaszyny 6** (18) – serial animowany, USA 2020
- 7.30 Psi Patrol** (23) – serial anim.
- 7.50 Superkoty** (16) – serial anim.
- 8.30 Wielkie przygody małego rekina** (9) – serial dla dzieci, Korea Południowa/USA 2020
- 8.50 Masza i Niedźwiedź 2** (21, 22) – serial animowany, Rosja 2014
- 9.20 Straszne historie Maszy** (9)
- 9.25 Świnka Peppa** (51, 52) – anim.
- 9.35 Świnka Peppa 2** (1) – anim.
- 9.45 Bing** (7, 8) – serial animowany
- 10.00 Jeżyk i Przyjaciele** (10, 9)
- 10.35 Spidey i superkumple 2** (45, 44) – serial anim., USA 2022
- 11.35 Gus. Mały – wielki rycerz** (47, 48) – serial anim., Fr. 2021
- 12.00 Psi Patrol 8** (21) – serial anim.
- 12.35 Marta mówi** (16) – serial anim.
- 13.00 Smerfy** (173, 174) – serial anim.
- 14.00 Monster High** (14, 15) – anim.
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot** (26) – serial anim.
- 15.35 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2** (27) – serial anim.
- 16.00 Fineasz i Ferb 2** (10, 11) – anim.
- 17.00 Smerfy** (175, 176) – serial anim.
- 18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2** (27, 28) – serial animowany, USA



TU ZDARZY SIĘ COŚ STRASZNEGO

Przyszła panna młoda (Camila Morrone) podejrzewa, że posiadłość rodziny jej wybranki skrywa sekret. Przekonuje się, że łączy ją z tym miejscem przeszłość.
►serial grozy (8 odc.), USA 2026



TA NOC

Podczas wakacji na Dominikanie Elena (Clara Galle) potrąca autem mężczyznę. Prosi o wsparcie siostry, Paulę i Cris (Paula Usero). Wspólna tajemnica wystawia ich relację na trudną próbę.
►serial krym. (6 odc.), Hiszp. 2026



W APTEKACH I ZIELARNIACH



NA PROBLEMY GARDŁOWE DLA CAŁEJ RODZINY – DOBRY WYBÓR!



KRYMINALNY

20.00 Stażyści
FILM – komedia, USA 2013, 165 min

Czterdziestoletni Billy i Nick tracą pracę. Po długich poszukiwaniach nowego zajęcia trafiają na staż do potężnej firmy informatycznej. W walce o posadę muszą pokonać najlepszych studentów z USA, którzy są od nich nie tylko dwukrotnie młodszy, lecz także bystrzejsi.

22.45 Walentynki – komedia romantyczna, USA 2010, reż. Garry Marshall, wyk. Julia Roberts, Ashton Kutcher, Jamie Foxx, Anne Hathaway, 155 min

Mieszkańcy Miasta Aniołów świętują dzień zakochanych. Reed oświadcza się dziewczynie. Seniorzy Edgar i Estelle mierzą się z kryzysem po wielu latach małżeństwa.

1.20 Za duży na bajki – film familijny, Polska 2022, reż. Kristoffer Rus, wyk. Maciej Karas, Amelia Fijałkowska, Patryk Siemek, Dorota Kolak, 115 min

3.15 Zgłoś remont 11 (5) – program rozrywkowy

4.05 Dorota was urządzi! (3, 4) – program rozrywkowy

20.00 Kula w fob – USA/Indie/Szwajcaria 2012, 115 min

Platny zabójca James Bonomo i jego partner zabijają skorumpowanego policjanta. Oszczędzają tylko towarzyszącą mu prostytutkę. Wkrótce James wraz ze swą córką ratują życie nowojorskim stróżom prawa Kwonowi. Będący po przeciwnych stronach barykady mężczyźni łączą siły przeciw wspólnemu wrogowi. Wpadają na trop spisku.

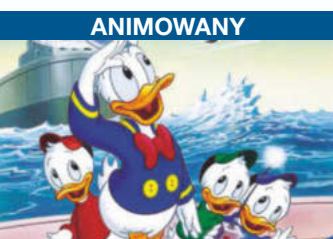
21.55 Pitbull. Ostatni pies
FILM – film sensacyjny, Polska 2018, reż. Władysław Pasikowski, wyk. Marcin Dorociński, Krzysztof Stróński, Rafał Mohr, Dorota Rabczewska, 145 min

0.20 Wściekle psy – film sensacyjny, USA 1992, reż. Quentin Tarantino, wyk. Harvey Keitel, Tim Roth, Michael Madsen, Chris Penn, 120 min

2.20 Dzielnica strachu 9 (403): Nie ma litości – serial kryminalny, Polska 2025

3.20 Lombard. Życie pod zastaw 18 (966) – serial obyczajowy, Polska 2026

4.20 Zobacz to! – pr. powtórkowe



ANIMOWANY

19.00 Kaczki opowieści (4, 5) – USA 1987

Sknerus McKwacz jest przywiązany do swojej fortuny. Chcą mu ją wykraść różni wrogowie, tacy jak Granit Forsant czy przebiegli bracia Be. Bogacz i jego siostrzeńcy stawiają im czoło.

20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (958) – serial obyczajowy, Polska 2026

21.00 Dzielnica strachu 10 (440, 441): Życiowa rozgrzywka; Nie umiem zapomnieć – serial kryminalny, Polska

23.00 Jak upolować faceta
FILM – komedia romantyczna, USA 2012, reż. Julie Anne Robinson, wyk. Katherine Heigl, Jason O'Mara, Daniel Sunjata, John Leguizamo, 110 min

0.50 Dzielnica strachu 9 (406) – serial kryminalny, Polska 2025

1.50 Lombard. Życie pod zastaw 12 (641) – serial obyczajowy, Polska 2023

3.00 Lombard. Życie pod zastaw 5 (197, 198) – obycz., Polska 2019

5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (505) – obycz.



PREMIERA

DOMEK NA PRERII

Laura (Alice Halsey) wraz z rodziną i siostrami walczy o przetrwanie na odludnych stepach amerykańskiego pogranicza. Pionierzy uczą się życia w zgodzie z naturą. Poznają rządzące nią surowe prawa. Najnowsza ekranizacja autobiograficznego cyklu książek autorstwa Laury Ingalls Wilder.

►serial obycz. (8 odc.), USA 2026



PREMIERA

THUNDER 3

Po obejrzeniu tajemniczej płyty CD otrzymanej od nauczyciela grupa chłopców nieświadomie otwiera przejście do innego wymiaru, które wciąga młodszą siostrę jednego z nich. Zderminowani nastolatkomie przemierzają obce światy, mierząc się z osobliwymi istotami, by odnaleźć zaginioną.

►serial anime, Japonia 2026

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN	HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+	HD	CANAL+ PREMIUM	HD	HBO	HD
6.25 FBI: Most Wanted 3 (21) – serial kryminalny		5.25 Rodzinka.pl (102, 103) – kom., Pol.	8.30 Informacje kulturalne	6.30 Polska z góry 5 (9) – serial dok., Pol. 2020		9.55 Jutro będzie nasze – komediodramat, Włochy 2023, 115 min		9.40 Happy Feet: Tupot małych stóp 2 – film animowany, Australia 2011, 100 min	
7.10 Ostry dyżur (3, 4) – serial obyczajowy		6.25 Na sygnale (485, 486)	9.00 Stawiam na Tolka Banana (4, 5) – obycz.	7.00 Wolna krowa – film krótkometraż.		11.50 Wszyscy święci – film obyczajowy, Polska 2002, 80 min		11.20 Green Book – dramat obyczajowy, USA 2018, reż. Peter Farrelly, 130 min	
9.10 Castle 3 (3, 4) – krym.		7.35 Ojciec Mateusz 3 (35) – krym., Pol. 2010	10.30 Ludzie Wiśły – melodramat, Polska 1938, 90 min	7.45 Długi weekend – film obyczajowy, Polska 2004, 100 min		13.10 To nie jest zagadka kryminalna (4) – serial krym., Belgia		13.30 Nierozłączni – film anim., Bel./Francja/ Hiszp. 2023, 90 min	
11.10 MacGyver 2 (22, 23) – serial akcji, USA		8.30 Komisarz Alex 2 (24)	12.00 Reżyserzy (4) – dok.	9.25 The Hero – film krótkometraż.		14.10 Ocean, nasz dom – film dokumentalny, Szwajcaria 2024		15.00 Pan Aznavour – dramat biograficzny, Francja 2024, 130 min	
13.10 Dowody zbrodni (5, 6) – serial krym.		9.30 Rodzinka.pl (104)	12.55 Na kredyt – film obycz., Polska, 45 min	10.00 Patience (1, 2) – serial kryminalny		15.45 Saga „Zmierzch”: Przed świtem. Część 1 – film fantasy, USA 2011, 115 min		17.10 Bambi: Opowieść leśna – film familijny, Francja 2024, reż. Michel Fessler, 75 min	
15.10 Agenci NCIS 10 (24) – serial sensacyjny		10.05 Klan (1451, 1452)	13.40 Noce i dnie (3)	12.05 Vera 6 (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.		17.40 Hollywood Buzz – magazyn filmowy		18.25 Jane Austen zrujnowała mi życie – komedia romant., Francja 2024, 95 min	
16.10 Agenci NCIS: Hawaje (1) – serial kryminalny, USA 2021		11.00 Ranczo 8 (102, 103)	14.45 Chcę się żyć – dramat obyczajowy, Polska 2013, 125 min	14.00 Na pustyni nie ma cienia – dramat obyczajowy, Francja/ Izrael 2023, 135 min		18.10 Łapę capu – pr. rozr.			
17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (23) – krym., USA/Kan.		12.40 Komisarz Alex 2 (25)	16.50 Stawiam na Tolka Banana (6, 7-ost.)	16.15 Exodus – dramat obyczajowy, Szwecja 2023, 120 min		18.15 Niania w Nowym Jorku – kom. romant., USA 2007, 105 min			
18.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (1) – krym., USA/Kan.		13.35 Ojciec Mateusz 30 (386, 387) – krym., Pol.	18.15 Dzień, w którym umarła gwiazda rocka – serial dokum.	18.15 Vera 6 (4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.					
19.05 Castle 3 (5, 6) – serial kryminalny, USA 2010		15.35 Komisarz Alex 2 (26) – serial krym., Polska	18.55 Rawhide (4) – przyg.						
		16.20 Na sygnale (487, 488) – serial fab.-dokum.	20.00 Czwartkowy klub filmowy – mag. film.						
		17.30 Ranczo 8 (104) – serial obycz., Polska							
		18.30 Ranczo 9 (105) – serial obycz., Polska							
		19.30 Ojciec Mateusz 30 (388) – krym., Pol. 2023							
SENSACYJNY	KRYMINALNY	DRAMAT WOJENNY	DRAMAT BIOGRAFICZNY	THRILLER	DRAMAT KRYMINALNY				
21.05 Premiera: Agenci NCIS 20 (21) – USA 2022	20.25 Komisarz Alex 24 (305) – Polska 2025	20.05 Wielki Tydzień – Polska 1995, 110 min	20.10 Gorący temat – USA/ Kanada 2019, 135 min	20.00 Aftermath. Most w ogniu – USA 2024, 95 min	20.00 Miasto złodziei – USA 2010, 120 min				
Zabójstwo w archiwach marynarki wojennej okazuje się powiązane z rosyjskimi szpiegami. Trop prowadzi śledczych do informacji o planowanym ataku.	Pożar domu, w którym ginie kobieta, okazuje się próbą zatarcia śladów morderstwa. Guśtaw podejrzewa o zbrodnię byłego męża ofiary, ale Monika zaczyna wątpić w jego winę.	Rok 1943, Warszawa. W getcie trwa powstanie. Jan proponuje byłej narzeczonej, Żydówce, schronienie.	Gwiazda Fox News, Gretchen Carlson, oskarża dyrektora stacji Rogera Ailesa o molestowanie seksualne. Inne kobiety muszą zdecydować, czy ujawnić swoje historie.	Uzbrojeni byli żołnierze, oskarżeni o zabicie cywili, blokują most. Weteran Eric Daniels musi ocalić swoją nastoletnią siostrę Maddie i pozostałych zakładników.	Doug jest bezwzględny przestępcą napadającym na banki. Sprawy komplikują się, kiedy mężczyzna zakochuje się w dyrektorce okradzionej placówki.				
22.05 Agenci NCIS: Hawaje 2 (10) – krym.	21.30 Ranczo 9 (106, 107)	21.55 Genesis – suma talentów – film dok., Wlk. Bryt. 2022	22.25 Wind River – thriller, Wielka Brytania/Kanada/USA 2017, 130 min	21.35 Powrót do Silent Hill – horror, Francja/ Wielka Brytania/ Niemcy 2026, 105 min	22.00 Macierzynstwo inaczej – film dokum., Węgry 2024				
23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (23) – krym., USA/Kan.	23.25 Ojciec Mateusz 30 (389) – krym., Pol. 2023	23.35 Ikar. Legenda Mietka Kosza – dramat biograficzny, Polska 2019, 135 min	0.35 Pokusa – thriller, USA 2012, reż. Lee Daniels, 120 min	23.20 Piła 2 – thriller, USA 2005, 90 min	23.20 Wieczne Wartości: Kult piękna (1) – film dokum., USA 2026				
23.45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (1) – krym., USA/Kan.	0.20 U Pana Boga w Królowym Moście (4) – obycz.	1.50 Wesele – dramat obyczajowy, Polska/ Łotwa 2021, 115 min	2.35 Król (5) – serial sensacyjny, Pol. 2020	0.50 Maipia – horror, USA/ Wielka Brytania/ Kanada 2025, 95 min	0.15 Assassin's Creed – film przygodowy, USA/Francja/Wielka Brytania 2016, 115 min				
0.45 Castle 3 (5, 6) – krym.	1.20 PiłBull (19, 20) – sens.	3.45 Informacje kulturalne							
	3.20 Stulecie Winnych (6)								
	4.10 Klan (1451) – telen.								
	4.40 Pan Mama (24)								
AXN WHITE	WARNER TV	CANAL+ FILM	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 2 HD				
6.30 Napisala: Morderstwo 5 (18) – serial kryminalny	8.05 Teraz albo nigdy! (9)	6.00 Łapę capu – pr. rozrywk.	9.50 Mozart. Narodziny geniusza (2) – film dokumentalny, Wielka Brytania 2024	8.00 Porzucone konstrukcje (7) – serial dok., Wlk. Bryt.	14.25 Witajcie w Marwen – film biograficzny, USA/ Japonia 2018, 110 min				
7.20 Rekrut (3) – serial krym.	9.05 Bajzer z Bel-Air 5 (6, 7)	6.05 Pan Tadeusz – kostium., Pol./Francja 1999, 150 min	11.00 Naruto 3 (6-8) – serial anime, Japonia 2003-2004	9.00 Hot Roads – Najniebezpieczniej drogi świata 3 (3) – serial dok., Niem. 2023	16.15 I.S.S. – thriller s.f., USA 2023, reż. Gabriela Cowperthwaite, 95 min				
8.10 Szpital nadziei 4 (8)	10.05 Prawo Agaty 3 (1)	8.35 Super pies i kot lotr – film anim., 2025, 90 min	12.30 Cat's Eyes (3, 4) – serial przygodowy, Francja 2024	10.00 Co poszło nie tak (2)	17.50 Życie – dram. obycz., Wielka Brytania/Japonia/ Szwecja 2022, 100 min				
9.10 Blondynka 3 (4, 5)	11.05 Pełna chata 8 (9, 10)	10.05 O psie, który jeździ koleją 2 – film familijny, Polska 2025, 90 min	14.35 To nie jest zagadka kryminalna (1, 2) – serial kryminalny, Belgia 2025	11.00 Rekruci (1, 2) – dok., Pol.	19.30 Na rauszu – komediodramat, Dania/ Hol./Szwecja 2020, 115 min				
11.15 Agenci NCIS 20 (10-12)	12.05 Teraz albo nigdy! (10, 11)	11.35 Zgréd – dramat obycz., Polska 2025, 85 min	16.30 Łapę capu – program rozrywkowy	13.00 Hot Roads – Najniebezpieczniej drogi świata 3 (4) – serial dok., Niem. 2023	21.25 Ostatni wiking – komediodramat, Dania/ Szwecja 2025, 110 min				
14.15 Szpital nadziei 4 (9)	14.10 Bajzer z Bel-Air 5 (6-9)	13.00 Liza Minnelli. Niesamowita historia absolutnie prawdziwa – film fantasy, USA 2008, 115 min	16.45 Wszystkiego, czego nie zdążyliśmy powiedzieć (4-6) – serial komediowy, Francja 2022	14.00 Wykrzywcze historii 4 (4)	23.15 Ta inna siostra Bennet (3) – kostium., Wlk. Bryt.				
15.15 Zimowa dziewczyna – film obycz., 2013, 115 min	16.05 Pełna chata 8 (9-12)	14.40 USA 2008, 115 min	18.35 Łapę capu – program rozrywkowy	15.00 Grip – w świecie supersamochodów (6)	23.45 Stamtąd 4 (9)				
17.10 Miłość na Gwiazdkę – film obycz., 2017, 110 min	19.55 Stosunki międzynarodowe – kom. romant., USA 2010, 125 min	16.35 Łapę capu – pr. rozrywk.	18.40 Captain Tsubasa (16-18) – serial anime, Japonia 2018	16.00 Supersamochody bojowe 11 (5) – serial dok.					
19.00 Dr House 3 (9) – obycz.	0.00 Płonący wieżowiec – film katastroficzny, USA 1974, 195 min	16.40 Ida – dram. obycz., Polska/ Dania/Fr. 2013, 80 min	20.00 Brygada (5, 6) – serial sensacyjny, Francja 2023	17.00 Zholowani: ciężarówka w opalach 9 (3) – dok.					
20.00 Dowody zbrodni 2 (9, 10) – serial kryminalny, USA	0.00 Płonący wieżowiec – film katastroficzny, USA 1974, 195 min	18.00 Tożsamość Bourne'a – thriller, USA/Niemcy/ Czechy 2002, 115 min	21.55 Łapę capu – program rozrywkowy	18.00 Porzucone konstrukcje (8) – serial dok., Wlk. Bryt.					
22.00 Rekrut (4) – serial krym.	3.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (12) – serial kryminalny, USA/Kan. 2010	19.55 Łapę capu – pr. rozrywk.	22.00 Yellowjackets (7, 8) – serial grozy, USA 2021	18.55 Wykrzywcze historii 4 (3)					
23.00 Agenci NCIS 20 (10-12)		20.00 Siedem zasłon – dramat psycholog., Kan./Finlandia/ USA 2023, 105 min	23.55 Minuta ciszy (3, 4) – serial obyczajowy, Polska 2022	19.50 Zholowani: ciężarówka w opalach 9 (4) – dok.					
1.45 Dowody zbrodni 2 (9, 10)		21.45 Wcielenie zła – horror, Wlk. Bryt. 2024, 85 min	1.55 Mały Zgon (7, 8) – serial kryminalny, Polska 2020	20.50 Kolejka przez świat 4 (3)					
3.35 Zaklinacze koni 2 (12, 13)		23.10 30 dni mroku – horror, Polska 2007, 105 min	3.55 Byłem królem (4) – serial dokumentalny, Polska 2022-2025	22.00 Grip – w świecie supersamochodów (7)					
AXN BLACK	POLSAT SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 3 HD						
8.45 Zagadki z przeszłości 2 (4) – przyg., Fr./Niemcy/Kan.	6.00 Gliniarze (154-156) – serial parodokumentalny, Polska	13.45 Tajemnica złotnika – dramat obyczajowy, Hiszpania 2025, 100 min							
9.45 Gwiazdne wrota 4 (3-5)	9.00 48h. Zaginięni (189-192) – serial kryminalny, Polska	15.25 Jak wytresować smoka – film anim., 2010, 95 min							
12.45 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (9) – serial sens.	13.00 Kowalscy kontra Kowalscy (5-8) – obycz.	17.00 Jumanji: Przygoda w dżungli – film przygodowy, USA/Australia/ Indie 2017, 120 min							
13.45 Renegat 5 (12) – sens.	15.00 Świat według Kiepskich (385-388) – kom., Pol. 2012	19.00 Ktoś, gdzieś 2 (4, 5) – serial komediowy, USA							
14.45 Drużyna A 3 (1) – sens.	17.00 Columbo (2, 11) – serial kryminalny, USA	20.00 Rzym 2 (1) – serial hist.							
15.45 Nieustraszone (16)	21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (132-135) – serial krym., USA/Kanada	21.00 Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem (13)							
16.50 Zagadki z przeszłości 2 (5) – przyg., Fr./Niemcy/Kan.	0.45 Ślad (46, 18) – krym., Pol.	21.50 The Pitt (13) – serial obycz.							
17.55 Gwiazdne wrota 4 (6-8)	2.45 Święty (206, 207) – serial komediowy, Polska 2022	22.35 Ród smoka 3 (3) – fantasy							
21.00 Adrenalina – sens., USA/ Wlk. Bryt. 2006, 115 min	4.00 48h. Zaginięni (103, 104) – serial kryminalny, Polska	23.35 Miniaturowa zona (3) – komedia							
22.55 Terminator: Ocalenie – thriller s.f., 2009, 125 min									
1.00 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (9) – serial sens.									
2.00 Nieustraszone (16)									

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM	COMEDY CENTRAL	TVN FABUŁA	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA
6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (145-147) – dok., Pol.	6.00 Tata ma plan 2 (15, 16) – serial komediowy, USA 2017	5.10 Szkoła (781)	6.05 Blanca 3 (5, 6) – serial kryminalny, Wł. 2025	7.25 Bolek i Lolek (13, 1)	6.00 Złoty interes (8)
7.30 Doktor Martin (35) – serial obyczajowy	7.00 Dwóch i pół 5 (11-14) – serial komediowy, USA 2007-2008	6.00 Top 100: filmy wszech czasów (8)	8.15 Morderstwo na Archipelagu Frioul – film kryminalny, Francja 2021, reż. Sylvie Ayme, wyk. Francis Huster, 125 min	7.55 Reksio (37, 38)	6.50 Wojciech Cejrowski – bosy przez świat
8.30 Przyjaciółki (133, 134) – obycz., Pol.	8.55 Przyjaciecie 7 (13-18) – serial komediowy, USA 2001	6.30 Kino Buzz Top 5 (3)	10.20 Mentalista (9-12) – serial kryminalny	8.20 Siedem życzeń (7)	7.50 Robert Makłowicz (162, 188) – pog. kulin.
10.25 Świat według Kiepskich (171, 172, 236, 237, 170, 22, 23)	11.55 Teoria wielkiego podrywu 7 (5-10) – serial komediowy, USA 2013-2014	6.45 Zakochani po uszy (91, 92) – telen., Polska	14.00 Blanca 3 (7, 8) – serial kryminalny, Włochy 2025	9.20 Stawiam na Tolka Banana (1, 2) – obycz.	9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher (7) – serial krym., Australia
14.30 Gruby i chudszy 2: Rodzina Klumpów – komedia, USA 2000, 130 min	14.30 Dwóch i pół 5 (15-18) – serial komediowy, USA 2007-2008	7.45 Detektywi (81-84)	16.15 Morderstwo w Guilvinec – film kryminalny, Francja 2024, reż. Jean-Marc Thérin, wyk. Evelyn Bouch, 125 min	11.05 Podróż Pana Kleksa (1/2) – film przygodowy, Polska/ZSRR 1986, 115 min	10.55 Górski lekarz (5, 6) – serial obycz., Niemcy
16.40 Nie zadzieraj z fryzjerem – kom., USA 2008, 135 min	16.30 Przyjaciecie 7 (19-24) – kom., USA 2001	9.50 Prawo Agaty 3 (13)	18.20 Mentalista (13-16) – serial krym., USA	13.00 To nie ze mną (7, 8)	12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher (8)
18.55 Moja dziewczyna wychodzi za mąż – kom. romant., USA/Wielka Brytania 2008, 125 min		10.55 Szpital św. Anny (70)		14.30 Ranking najpolskiego kina (3)	14.00 Katastrofy w przestworzach (10, 7) – serial dokum.
KOMEDIA ROMANT.	KOMEDIOWY	KOMEDIA KRYMINALNA	SENSACYJNY	CZARNA KOMEDIA	THRILLER
21.00 Jeszcze dłuższe zaręczyny – USA 2012, 160 min	19.30 Teoria wielkiego podrywu 7 (11-16) – Sheldon wyjeżdża do Teksasu. Reszta przygotowuje w mieszkaniu świąteczną dekorację. Przy okazji uswiadamią sobie, jak wiele Cooper zmienił w ich życiu.	20.00 Ocean's 8 – USA 2018, 145 min	22.00 Kobra – oddział specjalny (7, 8) – Niemcy 2021	20.00 Horror Story – 2023, 125 min	20.00 Podwodna pułapka – Wielka Brytania/USA/Dominikana 2017, 115 min
Violet oraz Tom rozpoczynają przygotowania do wymarzonego ślubu. Muszą zmierzyć się z oczekiwaniami pomyślnej rodziny i licznymi niespodziankami losu.	22.00 The Office PL 3 (5, 6)	22.25 Jak stracić chłopaka w 10 dni – kom. romant., USA/Niemcy 2003, 140 min	Vicky potrzebuje pilnego przeszczepu nerki. Jej dawcą ma być Marc. Semir prowadzi ważne poszukiwania. Max zaczyna wątpić w skuteczność swoich wyborów.	Tomek, absolwent bankowości, nie może znaleźć pracy. Swoimi rozterkami dzieli się ze współlokatorami, wśród których jest m.in. skora do kłótni Marta.	Kate i jej siostra Lisa nurkują w klatce do obserwacji rekinów. Gdy niespodziewanie dochodzi do awarii, mają godzinę na wydostanie się ze śmiertelnej pułapki.
23.40 King's Man: Pierwsza misja – komedia sensacyjna, USA/Wielka Brytania 2021, 160 min	23.05 Comedy Club 6 (3, 4)	0.45 Zakonnica 2 – horror, USA/Wielka Brytania 2023, 135 min	0.00 Flashback (3) – serial kryminalny, Fr. 2024	22.05 Ostatnia misja – film sens., 1999, 140 min	21.55 Taśmy Watykanu – horror, USA 2015, 105 min
2.20 Ślad (9, 34, 35) – krym., Pol. 2018-2019	0.05 Miasteczko South Park 2 (13, 14)	3.00 Top 100: filmy wszech czasów (5)	1.10 Morderstwo w Guilvinec – film kryminalny, Francja 2024, reż. Jean-Marc Thérin, 125 min	0.25 Wesele – dramat obyczajowy, Polska/Łotwa 2021, 155 min	23.40 Obrońca – film sens., USA/Niemcy/Rumunia 2004, 125 min
5.20 Na ratunek 112 (864) – serial paradoksm.	1.00 Pracoholicy 3 (13, 14)	3.30 Szkoła (747)	3.15 Blanca 3 (7, 8) – serial kryminalny, Wł. 2025	3.00 7 uczuć – komediodramat, 2018, 165 min	1.45 Ciało – komedia, Polska 2003, 130 min
2.00 Śmieśniej nie będzie 6 (17, 18, 16)	2.00 Śmieśniej nie będzie 6 (17, 18, 16)			5.45 Szumy i fonia – film krótkometraż., 2024	
3.15 Miasteczko South Park 2 (10-12)	3.15 Miasteczko South Park 2 (10-12)				
4.20 Comedy Club 7 (12)	4.20 Comedy Club 7 (12)				
CINEMAX	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA	SCI FI	FX	FILMBOX+ ONE	ROMANCE TV
13.00 Pamięć – dramat obycz., Meksyk/USA 2023, 105 min	13.25 Święty (37, 38) – kom., Pol.	10.00 Kroniki Shannary 2 (5, 6)	9.00 Z archiwum X 2 (22) – s.f.	9.50 Panna Scarlet i komisarz 3 (2) – krym.	12.30 Stracona szansa – kom. romant., 2024, 110 min
14.45 Profesor – komediodram., Argentyna/Wł./Niemcy 2023, 110 min	14.25 Spadkobiercy 4 (4) – rozr.	11.50 Zagubiona tożsamość (12, 13) – serial s.f., Kanada	10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (14, 15) – krym.	11.00 Panna Marple: Morderstwo odbędzie się... – krym., 2005, 125 min	14.20 Przyjaźń to coś więcej – Na chwałę dnia – dram. obycz., Niem. 2022, 115 min
16.35 Pierwsza krowa – western, USA 2019, reż. Kelly Reichardt, 120 min	15.25 Co ludzie powiedzą? 5 (6) – serial kom., Włk. Bryt.	13.40 Arktyczny Armagedon – film katastroficzny, USA 2023, 110 min	11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (3, 4)	13.05 Poirot – serial kryminalny	16.15 Rejs ku szczęściu – Podróż poślubna do Toskanii – film obycz., Niemcy 2021, 110 min
18.35 Miesiąc miodowy – thriller, Ukraina 2024, reż. Zhanna Oziroma, 85 min	16.05 Jedną nogą w grobie 3 (3) – serial kom., Włk. Bryt.	15.30 Kroniki Shannary 2 (7, 8)	13.45 Agenci NCIS 10 (9, 10)	15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher (3) – krym.	18.05 Górski lekarz (146, 147)
20.00 Fargo 3 (7, 8) – serial krym.	16.55 Czarna Żmija 4 (3) – kom.	17.20 Zagubiona tożsamość 2 (14, 15) – serial s.f., Kanada	15.35 Skymed 2 (6) – obycz.	16.40 Panna Scarlet i komisarz 3 (3) – krym.	20.00 Inga Lindström: Pisarz i ja – film obyczajowy, Niemcy 2022, 115 min
21.35 Parachutki – film sens., Włk. Bryt. 1998, 105 min	17.35 Bob kocha Abisholę 3 (1-3) – kom., USA 2021-2022	19.10 Podziemny wstrząs – film katastroficzny, Wielka Brytania/USA 2024, 110 min	16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (16, 17) – krym.	17.50 Poirot (3, 4) – serial krym.	21.55 Toni akuszer – Szczęście innych – film obyczajowy, Niemcy 2024, 115 min
23.20 Trzydzięci siedem – thriller, Fr. 2024, 95 min	19.00 Dwóch i pół 5 (11-14)	21.00 iZombie 4 (12, 13) – serial grozy, USA 2018	18.20 Z archiwum X 2 (23) – s.f.	20.00 Missisipi w ogniu – dramat kryminalny, USA 1988, 165 min	23.50 Górski lekarz (146, 147) – obycz., Niemcy/Austria
0.55 Wiedźma – thriller, Francja 2023, 95 min	21.00 Świat według Kiepskich (11-13) – serial kom., Polska	23.00 iZombie 5 (1, 2)	20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (5, 6)	22.45 12 godzin – film sensacyjny, 2012, 120 min	
	22.30 Co ludzie powiedzą? 5 (7) – serial kom., Włk. Bryt.	1.00 Saga „Zmierzch”: Przed świtem. Część 2 – film fantasy, USA 2012, 135 min	22.00 Zakłamanie (1) – obycz.	0.45 Honor zabójcy – film sensacyjny, 1996, 125 min	
	23.05 Jedną nogą w grobie 3 (3) – serial kom., Włk. Bryt.		23.00 Z archiwum X 2 (23) – s.f.		
	23.50 Czarna Żmija 4 (4) – kom.		0.00 Speed: Niebezpieczna prędkość – film sensacyjny, 1994, 140 min		
	0.30 Comedy Club 3 (6) – rozr.				
CINEMAX 2	VIAPIC EPIC DRAMA	NOVELAS+	FX COMEDY	FILMBOX+ FILMS	PARAMOUNT NETWORK
12.45 Dźwięki miłości – dramat obycz., Hiszp. 2025, 100 min	9.05 Poirot 5 (3, 4) – serial krym.	10.00 Cud miłości (31) – telen.	10.10 Diabli nadali 8 (20-22)	14.50 Melodia witru – dramat obycz., Boliwia 2019, 90 min	11.00 Zostanymy przyjaciółmi – komedia romant., Niem./USA/Kan. 2005, 120 min
14.25 Zabić wspomnienia – dramat obyczajowy, USA 2007, 125 min	11.20 Zatraceri w miłości (35, 36) – telen., Turcja 2023	10.00 Otciahi namietności (116) – telen., Meksyk 2012	11.30 Diabli nadali (23) – kom.	16.20 Książę i ja: Królewskie wesela – komedia romant., USA 2006, 110 min	13.00 Czarodziejki 3 (13, 14) – serial fantasy, USA 2001
16.30 Zielone algi – thriller, Francja/Bel. 2023, 110 min	13.10 Agenci NCIS 18 (13, 14)	12.00 Za wszelką cenę (86)	13.00 Sposób użycia 6 – kom.	18.10 Magik z Nowego Jorku – komediodramat, USA 2014, 110 min	15.00 Mission: Impossible – film sens., 1996, 140 min
18.20 Dla mnie wszystko – dramat kryminalny, USA/Francja 2010, 130 min	15.10 Lekarze na start (35, 36)	13.00 Różę i grzechy (15)	14.00 Wszyscy Kochają Raymonda 6 (4-7) – kom.	20.00 Powodzenia, Leo Grande! – komediodramat, Wielka Brytania/USA 2022, reż. Sophie Hyde, 110 min	17.20 Mission: Impossible 2 – film sensacyjny, USA/Niemcy 2000, 160 min
20.30 Krucjata Bourne'a – thriller, USA/Niemcy 2004, reż. Paul Greengrass, wyk. Matt Damon, 101 min	16.45 Poirot 5 (5, 6) – serial krym.	14.00 Historia Juany (43, 44)	16.00 Simpsonowie 36 (17, 18)	21.50 Wyspa śmierci – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2023, 100 min	20.00 Forrest Gump – komediodramat, USA 1994, reż. Robert Zemeckis, wyk. Tom Hanks, 180 min
22.20 Kingsman: Złoty krag – kom. sens., 2017, 140 min	19.00 Zatraceri w miłości (37, 38) – telen., Turcja 2023	16.00 Różę i grzechy (16)	17.00 Simpsonowie 31 (1, 2)	23.30 Ostatni gliniarz – komedia kryminalna, Niemcy 2019, 110 min	23.00 Pszczelarz – thriller, USA/Włk. Bryt. 2024, 120 min
0.40 Django – western, USA 2012, 165 min	21.00 Detektyw Murdoch 19 (4) – krym., Kan./Włk. Bryt.	17.00 Za wszelką cenę (87)	18.00 Jak poznałem waszą matkę 2 (18-20) – kom.		1.00 Złap mnie, jeśli potrafisz – kom. krym., 2002, 160 min
	21.55 Agenci NCIS 17 (1, 2)	18.00 Otciahi namietności (117) – telen., Meksyk 2012	19.30 Wspólna rodzina 7 (19-21) – serial komediowy		
	23.45 Morderstwo to nie trudnego (3) – serial krym.	19.00 Macocha (26) – telenowela	21.00 Family Guy: Głowa rodziny 18 (16, 17)		
	0.50 Zatraceri w miłości (37, 38) – telen., Turcja 2023	20.00 Cud miłości (32) – telen.	22.00 Jackass 3D – dok., 2010		
	2.25 Detektyw Murdoch 19 (4) – krym., Kan./Włk. Bryt.	21.00 Historia Juany (44)	23.40 Simpsonowie 36 (13, 14)		
	3.10 Agenci NCIS 17 (1, 2)	23.00 Za wszelką cenę (87)	0.40 Family Guy: Głowa rodziny 18 (10-13)		
		0.01 Otciahi namietności (117) – telen., Meksyk 2012			
		1.00 Macocha (26) – telenowela			

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD	POLSAT SPORT 1 HD	CANAL+ SPORT HD	TVP SPORT HD	ELEVEN SPORTS 1 HD	Discovery CHANNEL HD
6.30 Snooker: Turniej Masters w Londynie: K. Wilson – J. Higgins 8.30 Kolarstwo: Tour de France – 5. etap 9.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Pekin 2008 – magazyn sportowy 10.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Londyn 2012 – magazyn sportowy 11.00 Kolarstwo: Tour de France – 5. etap 12.15 Kolarstwo: Tour de France – 6. etap 18.15 Biegi górskie: GT World Series – Quebec – podsumowanie 18.45 FIA WEC: Wyścig 6-godzinny w Imoli	5.45 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: USA – Polska 8.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz: ćwierćfinałowy gry pojedynczej 11.00 Halo, tu Wimbledon 12.00 Kronika Wimbledonu – mag. 13.00 Tenis: Turniej Wimbledon – studio 14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz: półfinałowy gry pojedynczej kobiet 16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – półfinał gry pojedynczej kobiet 18.00 Tenis: Turniej Wimbledon – studio	6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lechia Gdańsk – Motor Lublin 8.20 Premier League Stories (48) – mag. 9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Atletico Madryt – FC Barcelona 11.15 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Valencia – Celta Vigo 13.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026 14.35 Ligomistrzowe historie (5) – mag. 15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Atletico Madryt – FC Barcelona 18.00 Żużel: PGE Ekstraliga: Unia Leszno – Sparta	7.00 Retro TVP Sport (45) – magazyn sportowy 9.00 Mundialowy poranek (28) – mag. 10.15 Piłka nożna: Mistrzostwa Świata 2026 – mecz 1/8 finału 12.35 Jeździectwo: WKW Strzegom Horse Trials 2026 13.55 Piłka nożna: ME U-19 – Walia 2026 – półfinał 16.00 Piłka nożna: ME U-19 – Walia 2026 – półfinał 18.05 Piłka nożna: Mistrzostwa Świata 2026 – podsumowanie 1/8 finału 19.00 Dzień na mundialu (28) – mag. piłkarski 20.30 Piłka nożna: MŚ 2026 – studio	6.00 Najlepsi obrońcy Bundesligi lat 90. – magazyn piłkarski 6.45 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski 7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Borussia Dortmund – Bayern 9.00 Piłka nożna: Liga włoska: US Sassuolo Calcio – Inter 11.00 Formula 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii 12.30 Formula 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii 13.40 Made in Italy (19) – magazyn piłkarski 14.00 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii 16.00 Piłka nożna: Liga włoska: US Cremonese – Inter Mediolan	9.00 Gorączka złota: rzeka skarbow 7 10.00 Klan z Alaski (11) 11.00 Przetrwać nad Jukonem – serial dok. 12.00 Włoska kontrola celna (8) – dok., Wł. 13.00 Pojedynki Eda Stafford (2) – dok. 14.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita 3 15.00 Złomowisko PL 6 (7) – serial dok., Pol. 2018 16.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dok. 17.00 Na straży duńskiego lotniska 2 (5) – dok. 18.00 Lotnisko (1) – dok. 19.00 Nagi instynkt przetrwania 10 – serial dokum., USA
EUROSPORT 2 HD	POLSAT SPORT 2 HD	CANAL+ SPORT 2 HD	EXTREME CHANNEL HD	ELEVEN SPORTS 2 HD	life DISCOVERY LIFE HD
13.00 Snooker: Turniej Masters w Londynie: Kyren Wilson – John Higgins 15.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Rio 2016 16.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Tokio 2020 – magazyn sportowy 17.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Paryż 2024 – magazyn sportowy 18.00 Snooker: Turniej Masters w Londynie – finał: Kyren Wilson – John Higgins 20.00 Kolarstwo: Tour de France – 6. etap 22.00 Golf: ISCO Championship – 1. runda	6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz: ćwierćfinałowy gry pojedynczej 8.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów 10.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów 12.05 Siatkówka kobiet: LN – mecz: Japonia – Tajlandia 14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz: półfinałowy gry podwójnej kobiet 16.30 Siatkówka kobiet: Liga Narodów 18.30 Tenis: Turniej Wimbledon 21.00 Tenis: Turniej Wimbledon 23.00 Tenis: Turniej Wimbledon 1.00 Sporty walki: FEN	11.00 Tenis: Turniej WTA w Berlinie – mecz 2. rundy: A. Eala – J. Rybakina 13.30 Tenis: Turniej WTA w Berlinie – ćwierćfinał: J. Pegula – M. Keys 16.00 Tenis: Turniej WTA w Berlinie – ćwierćfinał: L. Nosková – P. Badosa 18.30 Tenis: Turniej WTA w Berlinie – ćwierćfinał: A. Sabalenka – N. Bartůňková 21.00 Tenis: Turniej WTA w Berlinie – ćwierćfinał: E. Switolina – A. Eala 23.30 Tenis: Turniej WTA w Berlinie – półfinał: Aryna Sabalenka – Jessica Pegula	9.00 Summer X Games (4) 10.00 AMA Motocross Series Highlights (13) 11.00 X Games – Aspen 2020 12.00 Blue World 2 (7) – przyrod. 12.30 Blue World 3 (1) – przyrod. 13.00 Action Sports World (13) 14.00 WWE Highlights (19, 16) 14.55 WWE Classic Gold (85) 15.40 New Japan Wrestling – Highlights (23) 16.00 EFC – Extreme Fighting Championship 135 (1) 19.30 WWE Classic Gold (26) 20.00 AEW Collision 2 (2627) 22.30 PTW Wrestling (15) 2.00 AMA Motocross Series Highlights (13)	10.00 Piłka nożna: Liga francuska: Le Havre AC – PSG 12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Bayern – TSG 1899 Hoffenheim 14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Pisa SC 16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Bayern 18.00 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii 20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Udinese – Inter 22.00 Ligue 1 Show (36) – mag. 23.05 Made in Italy (13, 12, 11) 0.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – FC Metz	7.15 Nowa Maja w ogrodzie 8.15 Szpital (518, 519) 10.15 Nowa Maja w ogrodzie 11.15 Idealna niania 3 (4, 5) 12.45 Klinika bez tajemnic 14.45 Szpital (517, 518) 16.45 Idealna niania 3 (3-6) 19.45 Zrob coś z tym dzieckiem (7) – mag. 20.15 Ostatnia szansa (2) – rozr. 21.15 Wycieczkowiec (6) 22.15 Urodzeni z albinizmem 23.15 Intruz w moim ciele (2) 0.15 Sekrety lekarzy (1) 1.15 Śmierć Diany: dwa śledztwa (3) – serial dok. 2.15 Eks-tra zmiana (1, 3) 3.45 Szpital (342, 343)
POLSAT SPORT FIGHT HD	POLSAT SPORT 3 HD	CANAL+ SPORT 3 HD	ELEVEN SPORTS 3 HD	ELEVEN SPORTS 3 HD	CANAL+ DOKUMENT HD
13.00 Boks: Babilon Boxing Show w Raszynie: J. Łodzik – J. Rikhsiev 15.35 Sporty walki: NOC MMA 14: Turek 17.25 Sporty walki: FEN 57 w Piotrkowie Trybunalskim – walka: Damian Rzepecki – Marcin Jabłoński 19.25 K.O. TV Weekly (28) 19.55 Boks: Rocky Boxing Night w Koszarynie – waga ciężka: Kacper Meyna – Anthony Wright 22.00 Sporty walki: Babilon MMA 53 w Międzyzdrojach – walka: Szymon Kolecki – Marcin Łazarz	6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał 8.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał 10.45 Siatkówka kobiet: Liga Narodów: Belgia – Kanada 14.15 Siatkówka kobiet: Liga Narodów: Chiny – Ukraina 16.15 Siatkówka kobiet: LN – mecz: Czechy – Holandia 19.00 Tenis: Turniej Wimbledon – półfinał gry pojedynczej 21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – półfinał gry pojedynczej 23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – półfinał gry pojedynczej 1.00 Sporty walki: Babilon MMA	6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – GKS Katowice 9.00 Żużel: PGE Ekstraliga: FOGO Unia Leszno – Sparta 12.00 Snooker: Championship League – 1. runda 16.45 Premier League Stories 17.30 Snooker: Championship League – 1. runda 22.15 Górnik. Chłopcy z Zabrza (4) – serial dok. 23.20 Ligomistrzowe historie (4) – magazyn piłkarski 0.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – GKS Katowice 3.00 Przerwa techniczna	14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: VfB Stuttgart – 1. FC Köln 16.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: FC Nantes – Olympique Lyon 18.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (5, 6) – mag. 19.00 Ligue 1 Show (35, 33) 20.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: FC Porto – Sporting CP 22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Napoli – Fiorentina 0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Wolfsburg – BVB	12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Napoli 14.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Marsylia – Olympique Lyon 16.00 Bundesliga Special (22) 16.30 Ligue 1 Show (35) – mag. 17.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2) – mag. 18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Lazio 20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Mainz 22.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Olympique Lyon – OGC Nice 0.00 Werder Double – dok.	10.20 Polska z góry (10-12) 11.50 Maledivy. Wodne królestwo Oceanu Indyjskiego (1-3) 14.35 Salwador – kraj plaż i wulkanów – dok., Niem. 15.35 Czułe oblicze sawanny 16.30 Obłężenie – film dok., Wł. 17.30 Naturalna dzikość serca – film dok., Norwegia 2024 19.00 Katastrofy z góry (8, 9) 21.00 II wojna światowa. Z perspektywy globalnej – dok., Wlk. Bryt. 22.00 2000 metrów do Andriiwi – film dok. 23.55 Aborcja. Polski paradoks – film dok., Fr.

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB-T2	TVP HISTORIA DVB-T2	HISTORY HD
6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki (2) – dok. 6.30 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki 16 – dok. 7.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki (4, 5) 8.00 Autostrada spotkań z UFO – serial dok. 11.00 Kosmiczna mapa skarbow – serial dok. 13.00 Podziemne sekrety NASA – archiwum tajemnic (16) – dok. 17.00 The Ocean Race: Żeglarska obsesja (1) 18.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki – dok.	6.00 Krag podejranych – serial dokumentalny 8.00 Krwawy Dziłki Zachód – reality show 10.00 W sieci kłamstw: Siatka szpiegów – serial dokumentalny 12.00 Ciało w piwnicy – serial dokumentalny 14.00 Podejrany przy telefonie – serial dokumentalny, USA 16.00 Tajemnice jeziora Erie 2 – serial dokumentalny, USA 18.00 Zbrodnia w sąsiedztwie 2 – serial dokum., USA 2011-2012 20.00 Sekrety zbrodni: Jekyll i Hyde – serial dokumentalny, USA	12.00 Przetrawianie w kanadyjskiej dzicy (8) – dok., Kan. 13.00 Wojenna szkoła przetrawiania (4) – serial dok. 14.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (5) – dok., Wielka Brytania 15.00 Alarm na lotnisku: Peru (14, 15) – dok. 17.00 Tajemnicze mumie z Sakkary (2) – film dokum., USA 2020 18.00 Sztuka obrony: Wojny w Europie (3): Polska – serial dokum. 19.00 Wojna widziana z powietrza (3) – dok. 20.00 Katastrofa w przestworzach (7) – serial dokumentalny	6.00 Wehikuł czasu (709) 6.05 48h. Zaginięci (63) – serial krym., Polska 7.00 Byli sobie wynalazcy (5-8) 8.55 Wehikuł czasu (709) 9.00 Starożytni kosmici (3) – serial dok., USA 10.00 Gwiazdy lombardu (13, 14) – reality show 12.00 I wojna światowa w liczbach (4) – dok. 13.00 Poszukiwacze historii (5, 6) – dok. 14.00 Tajne bazy nazistów (1, 2) – dok. 16.00 Dorwać tunczyka 3 (14, 15) – serial dok. 18.00 Rolnicy. Podlasie (16, 17) – serial dok. 20.00 Galileo (26) – program popularnonaukowy	8.30 Czterdziestolatek (17) – obycz., Pol. 1977 9.40 Korona Gór Polski – cykl dok., Pol. 2022 10.20 Wszystkie kolory świata – dok., Francja 11.20 Ex Libris – magazyn 11.45 Podziemne Włochy (6): Bergamo 12.50 Zapomniane agentki II wojny światowej (2) – hist. 13.50 Królowie (54) – hist. 14.30 Czterdziestolatek (18) – obycz., Pol. 1977 15.40 Sensacje XX wieku – program historyczny 18.10 Tajemnica twierdzy szczyfrow (3) – wojenny 19.05 Ex Libris – magazyn 19.35 Flesz historii (769) – cykl reportaży, Pol.	13.05 Starożytni kosmici 16 (7) – dok. 14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (7) – serial dok., USA 14.50 Największe tajemnice świata 6 (17) – serial dok., USA 15.45 Gwiazdy lombardu 13 (6) 16.15 Gwiazdy lombardu 25 (5) – reality show 17.10 Jak Hitler przegrał wojnę (3) – serial dok. 18.10 Największe tajemnice świata 6 (10) – serial dok., USA 19.05 Starożytni kosmici 13 (22) – dok. 20.00 Starożytni kosmici 16 (3) – dok.
DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	SENSACYJNY	REALITY SHOW
21.00 Jak to jest zrobione? Program przedstawia proces produkcyjny m.in. sprzętu do grillowania, drabin strażackich, robotów edukacyjnych, pasów bokserskich i boksoów startowych do rodeo. 23.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2 – dok. 1.00 NASA – archiwum tajemnic (16) – dok. 3.00 The Ocean Race: Żeglarska obsesja (1) – film dokum., Wielka Brytania 2023 4.00 Podziemne sekrety	21.00 Szukująca prawda 14 – USA Młoda kobieta przygotowuje się do romantycznej kolacji walentynkowej, lecz jej plany nagle przerywa brutalne morderstwo. Śledczy zabezpieczają miejsce zbrodni. 22.00 Moja druga, zła połowa – serial dok. 23.00 Ciała w wodzie 0.00 Tajemnice jeziora Erie – dok., USA 2018 1.00 Szukująca prawda 14 – dok. 2.00 Sekrety zbrodni 2.50 Zbrodnia w sąsiedztwie 2	21.00 Katastrofy pod lupą (2): Droga na skróty W Nowym Jorku dochodzi do zawalenia dźwigu, we Włoszech runie fragment mostu, a w Korei – centrum handlowe. Eksperti analizują wady konstrukcji. 22.00 Jak oni to zbudowali? (10) – serial dok., Wlk. Bryt. 23.00 Mega Metro (2) – serial dok. 0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (5) 1.00 Ciemna strona świata (10) – dok.	21.00 Poszukiwacze historii (7-10) Lotnisko w Toruniu zostało zbudowane przed I wojną światową. Po zakończeniu kampanii wrześniowej Niemcy przejęli je i wykorzystywali przez cały okres walk. 23.00 Kulisy historii. Lądowanie w Normandii. Niespodziewane zwycięstwo 0.00 Starożytni kosmici (10) – serial dok., USA 1.00 Rolnicy. Podlasie (21-24) – serial dok. 5.00 Kolowrotek (5, 6)	20.00 Oficer (9) – Polska 2005 Kruszon spędza noc z Malwiną. Uświadamia sobie, że ją kocha. Chce wycofać się z akcji, lecz Aldona odmawia. Koledzy Granda sprawdzają wiarygodność Tomka. 21.05 Zbrodnie sprzed lat (6) – serial dok., USA 22.00 Fundusz Obrony Narodowej (1) – film dokum., Polska 2025 22.55 Sensacje XX wieku – program historyczny 1.05 Encyklopedia II wojny światowej – serial dok., Pol. 1993	21.00 Premiera: Kłątwa Wyspy Dębów 13 (26) – USA 2025 Badacze dostrzegają związek między budowlami na Azorach i Wyspie Dębów. Zaintrygowani podobieństwami, rozpoczynają prace wykopaliskowe w rejonie Money Pit. 22.00 Wojny magazynowe 17 (6) 23.00 Absurdy przeszłości: historie pełne ryzyka (7) 23.55 Jak to wyjaśnić? 5 (13) – serial dok., USA 0.50 Starożytni kosmici 16 (3) – dok.
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
9.00 Tajemnice wraków Bałtyku (4) – serial dok. 10.00 Wstęp wzbroniony (1, 2) 11.00 Wyprawa w nieznane 13.00 Podziemne sekrety 14.00 Łowcy staroci: Renowacja (17, 18) – dok. 16.00 Brudne skarby – dok. 18.00 Łowcy staroci (8, 9) – dok. 20.00 Legendarne miejscówki 22.00 Tajemnice ziemi – Hiszpania (6) – dok. 23.00 Kwatery Hitlera (3) – dok. 0.00 Wyprawa w nieznane 2.00 Bitwy żołnierza polskiego (2) – cykl dok. 3.35 Profesjonaliści – cykl dok. 4.25 Europejskie bazy (6)	13.45 Targowiska świata (3) 14.50 Zaginione światy (4) 15.50 Niezwykłe podróże koleją 9 (2) – serial dok., Fr. 16.55 Świat zawarty w obrazie (4) – serial dok. 18.00 Dokąd dzisiaj? (4, 70, 71) 18.40 Związani z ziemią. Dzieje życia na wsi (3) 19.45 Żydowski nazista (1) 20.50 Tutanchamon: wielkie odkrycie – film dokum., Fr. 22.00 Osiercone. Dzieci I wojny (2) – film dok., Fr. 23.10 Strefa nagoci (5) – dok. 0.20 Niezwykłe podróże koleją 9 (3) – serial dok., Fr. 1.25 Polska z góry 2 (2) – dok.	9.00 Niezwykły dr Pol 12.00 Najgroźniejsze zwierzęta Afryki (3) 13.00 Dzikie miejsca Europy 14.00 Najdziwniejsze gatunki 15.00 Walki zwierząt (8) – dok. 16.00 Cuda Afryki (1) – dok., Hol. 17.00 Niedźwiedzi wyszły do zimy – film dok., RPA 18.00 Sekrety dzikich Indii: królowie dżungli (1) 19.00 Królestwo drapieżników (3) – dok. 20.00 Dzika konfrontacja (12) 21.00 Niezwykły dr Pol 0.00 Niezwykły dr Pol (1) 1.00 Niezwykły dr Pol (19) 2.00 Dzikie miejsca Europy	10.30 Ochrona przyrody: od Yellowstone do Jukonu 11.35 Rekiny kontra orki – dok. 12.30 W okowach mrozu 4 (3) 13.25 Zabójcza pogoda 2 (3) 14.30 Rzeczne potwory 3 (1) 15.35 Ochrona przyrody: od Yellowstone do Jukonu 16.40 Dawno temu w Tśavo (1) 17.55 Lista drapieżników (4) 19.00 Rzeczne potwory 3 (1) 20.00 W okowach mrozu 4 (4) 21.00 Ochrona przyrody: od Yellowstone do Jukonu 22.15 Wielkie rekiny z Australii – dok., Australia 23.20 Lista drapieżników (4) 0.25 Zabójcza pogoda 2 (3)	11.35 Skarby przeszłości i ich tajemnice (3) – serial dok. 12.35 Malownicze trasy kolejowe 2 (7) – serial dok. 13.35 Mroźna planeta 2 (6) 14.40 W okowach mrozu 3 16.35 Tajemnice wulkanów (2) – film dok., Wielka Brytania 17.40 Attenborough i morski smok – film dokumentalny 18.45 Malownicze trasy kolejowe 3 (5) – serial dok. 19.45 Morze Śródziemne: przyroda w potrzasku 20.55 W okowach mrozu 3 22.55 Zdrowa zmiana 2 (11, 12) 0.05 Superhurdy: zszansa na życie 2 (3) – serial dok.	13.00 Irwinowie – następne pokolenie 4 – serial dok. 14.00 Resocjalizacja z Pit Bullem 4 – serial dok., USA 15.00 Kot z piekła rodem 8 17.00 Dwa oblicza survivalu 3 18.00 Weterynarz z Gór Skalistych 6 – serial dok. 19.00 Mieszkanie na pniu 20.00 Julia kontra węże – dok. 21.00 Weterynarz z Alaski 22.00 Baseny z rozmachem 2 23.00 Resocjalizacja z Pit Bullem 4 – serial dok., USA 0.00 Kot na drzewie – dok. 1.00 Irwinowie – następne pokolenie 4 – serial dok. 2.00 Baseny z rozmachem 2
TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
13.40 Zagadkowe życie ptaków miejskich (2) 14.50 Rajskie zakątki Europy 15.45 Pszczeli dylemat – profity czy ochrona gatunku – dok., Szwajcaria 16.45 Magiczny Adriatyk (4) 17.50 Sanatorium miłości 4 (9) 18.50 Lubię wracać tam, gdzie byłem – film dokumentalny 20.00 Kto rządzi światem? (3) 21.05 Kerkini – grecka przysłań ptaków – dok. 22.10 Niebezpieczne drogi (4) 23.15 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn 23.20 Kim Jo Dzong. Czerwona księżniczka	8.25 48h. Zaginięci (124, 125) 10.25 Polacy za granicą (19, 20) 12.25 Wojny kontenerowe 13.20 Poszukiwacze historii 13.50 Kolaboranci Hitlera (2) 15.00 Zaginione złoto II wojny światowej (6) – serial dok. 15.55 Top Guns – SuperBoh 16.50 Fabryki wojny (6) – dok. 17.50 Najpotężniejsze 2 (1, 2) 20.00 I wojna światowa w liczbach (6) – serial dok. 21.00 Hitlerowscy poszukiwacze skarbow (6) – serial dokum., Australia 22.00 Skanowanie historii (6) 23.00 Koszty wojny (6) – dok. 0.05 Piekiło na Ziemi (7) – dok.	14.10 Australijskie poszukiwacze złota 6 16.05 Ekstremalna pomoc drogowa 2 (1) – serial dok. 17.05 Zabójczy półow (3) – dok. 18.00 Kłątwa umarlaka: W poszukiwaniu zaginionego złota 3 (6) 19.00 Australijskie poszukiwacze złota 7 21.00 Złoto Jukonu 5 (7) – dok. 22.00 Wielka wędkarska przygoda 3 (1) – serial dok. 23.00 Internetowy seksbiznes (2) – serial dok., Wlk. Bryt. 0.00 Australijskie poszukiwacze złota: na ratunek kopalniom	15.35 Jak inżynieria zmieniała świat (4) – serial dok., USA 16.35 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze (9) 17.40 Wojna światowa: 1914-1945 (1) – serial dok. 18.50 Historia sprawiedliwości (4) 19.40 Cesarstwo Rzymskie: mity i fakty (4) – dok., Fr. 20.50 Świata Hitlera (5) – dok. 22.00 1776: niepodległość USA (4) – serial dokumentalny 22.55 Naziści: ściśle tajna nauka (5) – serial dok., USA 23.55 Zaginione tajemnice piramid (1, 2) – serial dok.	14.10 Morderca z internetu 15.05 Ferie, impreza, morderstwo (6) – dok. 16.00 Pogrzebani za domem 3 17.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci (5) – dok. 18.00 Z archiwum 997 2 (5, 6) 19.00 Dowody zbrodni 3 (12) 20.00 Kobiety, które niosły śmierć (12) – serial dok. 21.00 Zbrodnia: oszuak prawdę (6) – serial dokum. 22.00 Polarowanie na podofia 23.00 Najbardziej szokujące posłgi 2 (13, 14) – dok. 23.55 Kobiety, które niosły śmierć (11) (8) – serial dok. 0.50 Tajemnica mojej śmierci	6.00 Nowe życie w Meksyku 8.05 Kobieta na krańcu świata (8, 1, 3, 4) – dok. 10.10 Niezwykłe Stany Prokopa (2-5) – pr. rozr. 14.20 Człowiek kontra jedzenie (35) – mag. kulin. 14.55 Kobieta na krańcu świata (8, 1-3) – dok., Pol. 17.15 Baseny z rozmachem 19.15 Ciepłota przez Stany 21.35 Duchy Morgan City (3, 4) 23.40 Kobieta na krańcu świata (5-7) – serial dok. 1.25 Niezwykłe Stany Prokopa (4, 5) – pr. rozr. 3.05 Baseny z rozmachem 4.45 Sukces nie zna granic (8)

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	4	TV 4	TVP HD	TVN STYLE HD
13.50 Daję słowo – Maciej Orłoś 2 (17) 14.40 Turystyczna jazda 15.00 Słowo daję! – mag. 15.10 Tamte lata, tamte dni – magazyn kult. 15.40 Słownik polsko-polski (682) 16.10 Rozrywka retro 16.30 Barwy szczęścia (3339) – serial obycz. 17.00 Gra słów. Krzyżówka (1058) 17.30 Teleexpress 17.50 Teleexpress Extra 18.15 UNESCO: Skarby Polski – serial dokum. 18.45 Info Wilno – pr. inf. 19.05 Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny (129) – program inform.	7.05 Przepis dnia – mag. 7.15 Okrasa lamie przepisy (353) – mag. 8.20 Familiada – telet. 8.55 Va banque (940) 9.30 Koło fortuny (2049) 10.10 Makłowicz w podróży – mag. 10.45 Postaw na milion 12.35 Familiada – telet. 13.15 Matki, żony i kochanki (20) 14.20 Pan Mama (35, 36) 15.30 Tak to leciało! (66) 16.30 Do śmiechu! (74) 17.25 Va banque (941) 18.00 Koło fortuny (2050) 18.35 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin. 19.40 Makłowicz w podróży – mag. 20.10 Postaw na milion	6.00 Przyjaciółki (69, 70) – serial obycz., Polska 8.00 halo tv polsat cafe (3) – mag. poradnikowy 11.00 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (47) – reality show 12.30 Bogaty dom – biedny dom (107, 108) 14.30 10 lat młodsza w 10 dni (1, 2) – pr. rozrywk. 16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (49) – reality show 18.00 Nasz nowy dom (328, 329) – reality show, Polska 20.00 Kolacja w ciemno (76) – pr. rozrywk. 21.05 Więzienie kobiet (140, 141) – dok., Pol.	6.00 Strażnik Teksasu (10, 11) – serial sens. 7.55 Bogaty dom – biedny dom (74) 8.55 Policjantki i Policjanci (508, 509) 10.55 Na ratunek 112 (1166, 1167) – paradok. 11.55 Dlaczego ja? (1535, 1536) – paradok. 13.55 Trudne sprawy (755-757) – paradok. 16.55 Policjantki i Policjanci (1398) 18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (516) 19.00 Policjantki i Policjanci (1399) – serial obycz., Polska 20.00 Uroczysko (203, 204) 21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (128)	7.10 Express – pr. inform. 7.35 DeFacto 13 (13, 14) 8.30 Kartoteka (12) 9.35 Kartoteka 2 (1) 10.35 Detektywi (25, 26) 12.35 Zakup w ciemno 7 (34, 35) – reality show 14.35 Nic do zgłoszenia (7) 15.35 Złomowisko PL 5 (5) 16.45 Express – pr. inform. 16.58 Pogoda, sport 17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (1) 18.05 Nauka jazdy 6 (2) 18.40 Niezwykłe Stany Prokopa 6 (2) – rozr. 19.45 Express – pr. inform. 20.05 Zakup w ciemno 7 (37) – reality show 21.05 Zakup w ciemno extra (34) 21.45 Express – pr. inform.	5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (7) – reality show 5.50 Damy i wieśniaczki. PL 9 (4) – serial fab.-dok., Polska 2025 6.45 Śluby marzeń (1) – program rozrywkowy 7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn 11.20 Ugotowani (9, 10) – pr. kulin.-rozrywk. 13.30 Kuchenne rewolucje (5, 4) – program rozrywkowy 15.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (5, 6) – reality show 17.05 W czym do ślubu? (3) – program rozrywk. 17.40 Kuchenne rewolucje (3-5) – rozr.		
OBYCZAJOWY	ROZRYWKOWY	DOKUMENTALNY	KRYMINALNY	REALITY SHOW	DOKUMENTALNY		
19.15 Ranczo 3 (27) – Polska 2008 W wyniku pożaru Wioletka zostaje pozbawiona pracy. Michałowa nie chce dopuścić do odbudowy restauracji. Wójt popiera jej wysiłki. 20.10 Program informacyjny 19.30 20.40 Pogoda 20.50 Korona Gór Polski 21.20 Polonia 24 Tygodnik 22.25 Profilerka Jastrzębie (10) 23.15 Dziennik regionów 23.40 Taniec z rosyjskim niedźwiedziem, część 6 – film dokumentalny, Polska	22.10 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (44) Wybór najlepszych skeczy warszawskiej grupy. Kultowe scenki ukazują codzienne sytuacje w krzywym zwierciadle i przypominają, za co widzowie kochają kabaret. 22.50 Kabaret Letnia Porą (11) – pr. rozrywk. 23.50 Do śmiechu! (76) – program rozrywkowy 0.45 Niepewne sytuacje 3 (5) – rozr. 1.10 Koło fortuny (2050, 2042) – telet.	22.00 Ambulans (2) – Polska 2025 Praca ratownika medycznego to codzienna walka ze stresem i ekstremalnymi sytuacjami. Serial ukazuje również koordynację zgłoszeń przez dyspozytorów. 23.00 Gry małżeńskie (156, 157) – reality show, Polska 1.00 Kolacja w ciemno (19, 20) – program rozrywkowy 3.05 Więzienie kobiet (17, 18) – serial dok. 4.00 Zdrady (157, 158) – serial paradokum.	22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1011) Walczak i Rosa badają sprawę mężczyzny, który podczas wieczoru kawalerskiego wypadł z okna. W mieszkaniu znajdują kobietę oślepioną po zatruciu metanolem. 23.00 W jak morderstwo – komedia kryminalna, Polska 2021, 140 min 1.20 Love Island. Wyspa miłości (29) 2.30 Interwencja – mag. 2.55 Śmierć na 1000 sposobów (12) – dok. 3.25 Lubię disco! (277)	22.00 Życie na kredycie 8 (9, 10) – Polska 2026 Wiesia zaskakuje przyjaciółki szczerymi wyznaniaми o lekach dotyczących swojego małżeństwa. Jarek postanawia w końcu powiedzieć dzieciom o problemach. 23.05 Żony Podlasia 3 (6) 0.05 Ostre cięcie 12 (7) 1.05 Orzeł czy reszka? 3 (2) – pr. podróżniczy 2.05 Dobra robota 3 (21) 2.30 Osadzone. Blok F (19-21) – paradok., Pol. 3.45 Damy i wieśniaczki. Ukraina 8 (7) 4.40 Diabelnie boskie (2)	20.50 Jestem z Polski (11) – Polska 2023 Kasia od dwóch lat mieszka z mężem w Los Angeles. Zarabia na życie, pracując jako fizjoterapeutka w prywatnej klinice. Pokaże widcom m.in. słynne drapacze chmur. 21.50 Jestem z Polski 16 (21) – serial dokum. 22.50 Hotel Paradise 6 (25) 23.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9 1.35 Dorota was urządzi! (7) – program rozrywk. 2.20 Nieoczekiwane miejsca (6) – dok.		
TVP HD	TVP HD	zoom	TLC	C+ KUCHNIA HD	TVN TURBO HD		
10.45 Gra słów. Krzyżówka 11.20 Na sygnale (654, 655) 12.25 Ojciec Mateusz 6 (78) 13.20 Komisarz Alex 4 (42) 14.15 Ranczo 7 (83, 84) – obycz. 16.10 Tańcząca ze światem – Malta (3) – magazyn 16.40 Wyższa Szkoła Jazdy (5) 17.10 Okrasa lamie przepisy 17.45 Makłowicz w podróży 18.20 Ojciec Mateusz 25 (321) 19.20 Ranczo 7 (88) – obycz., Pol. 20.10 Rodzinka.pl (289, 290) 21.25 Komisarz Alex 25 (313) 22.20 Córka trenera – dramat FILM obycz., Pol. 2018, 105 min 0.05 Wykapany ojciec FILM – kom., USA 2013, 115 min	15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział 16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel – krym., Austria 17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział 18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz. 19.50 Rosamunde Pilcher: Mężczyzna moich marzeń – obycz., Niemcy/Austria 2007, 120 min 21.50 Rosamunde Pilcher: Serca na wietrze – film obyczajowy, Niemcy 2008, reż. Karl Kases, 105 min 23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	8.05 Strażnik Teksasu 9 (8, 9) 9.55 MacGyver (5, 6) – sens. 12.05 Pułapki umysłu (4) – dok. 13.15 Wojny magazynowe: Kanada 2 (16, 17) 14.25 Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (6) 15.30 Sensacje XX wieku 17.50 Wojciech Cejrowski – bosy przez świat 20.00 Kobra – oddział specjalny 24 (2, 3) – sens. 22.00 Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (7) 23.00 Magia nagości. Szwecja 0.00 Magia nagości 7 (1) – rozr. 1.05 Magia nagości. Dania (5) 1.55 I love kabaret (3-5) – rozr.	11.00 Wiza na miłość: Stephanie i Erika 12.00 Miłość bez tłumaczenia 13.00 Przyjaźń wielkiej wagi 2 15.00 Wiza na miłość 11 16.00 Historie wielkiej wagi 18.00 Pokonać otęłość (8) 19.00 Wiza na miłość: rajski romans 4 (2) – reality show 20.00 Rodzina 10+ 8 (12) – rozr. 21.00 Wielkie lato małych ludzi – reality show 22.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 7 23.00 Skórze na ratunek 7 – serial dok., Wlk. Bryt. 2024 0.00 Dr. Pryszczyla – kulisy 1.00 Rodzina 10+ 8 (12) – rozr.	14.50 U sąsiadów w kuchni 13 15.45 Z pola na stół 2 (8) – dok. 16.10 Kulina mapa Wielkiej Brytanii (1) – serial dokum. 16.40 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień 18.30 Tajemnice indyjskich smaków (2) – serial dok. 18.55 M jak mięso (4, 5) – dok. 19.50 Nie bój ryby! (4) – mag. 20.15 M jak mięso 10 (8) – mag. 20.40 M jak mięso 7 (1) – dok. 21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 8 (5) 22.05 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 7 23.55 Kolacja z Gavinem Rossdale'em (3) – dok.	10.15 Ciężarówką przez RPA 11.15 101 napraw 5 (3, 4) – mag. 12.15 Jeździć, obserwować (6) 13.00 Mobilni mechanicy 13.40 Zawodowi handlarze 16.00 Wojny samochodowe 18.00 Raport Turbo – mag. inf. 18.15 Wojny samochodowe 20.15 Moto kombat (2) – mag. 21.00 Ciężarówką przez Chile (3) – program rozrywkowy 22.00 Raport Turbo – mag. inf. 22.15 Jeździć, obserwować (11, 12) – serial dokum., Pol. 23.45 Zawodowi handlarze (8) 0.30 Usterka 16 (1) – fab.-dok. 1.00 101 gadzettoz motoryzacyjnych (6)		
Nowa	METRO	antena	WP	C+ DOMO HD	HGTV HD		
9.30 Całkiem nowe lata miodowe (1) – kom., Pol. 10.00 Miodowe lata (17) – kom. 10.30 Więzienie (122) – dok., Pol. 11.00 Polrot 13 – serial krym. 14.30 Świat według Kiepskich (356) – serial kom., Polska 15.00 Świat według Budyńch 8 (175-180) 18.00 Całkiem nowe lata miodowe (15) – kom., Pol. 18.30 Miodowe lata (32-35) 21.00 Zdrady (9) – paradok., Pol. 22.00 Ślad (43, 44, 108) – krym. 1.00 Łowca pedofilów 3.00 TV okazje (99, 100) 3.50 Wehikuł czasu (709, 708) 4.00 Sala operacyjna 4 (5, 7)	8.30 Szpital (788, 789) 10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (357, 358) 12.30 SOS Ekipy w akcji (31) 13.30 Brzydula (33, 34) – kom. 14.35 Kiedy ktoś kocha bardziej (16) – obycz. 15.45 The Floor (7, 8) – telet. 17.00 Fani czterech kółek 17 18.00 Prawo Agaty 7 (5) 19.00 Kartoteka 2 (11, 12) – serial fab.-dok., Pol. 2012 21.05 Kryminalni (7, 8) – krym. 23.15 Kuba Wojewódzki (7) 0.25 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5 (8) – dok. 1.25 Szpital (781) – paradok. 2.20 Szkoła (531, 532)	11.05 77 TV 2 (5) – pr. rozrywk. 12.00 Co Polak potrafi na drodze? (15) – pr. rozr. 13.05 Ciężarówką przez Śnieżkę 2 (2) – serial dokum. 14.00 Kłątwa Wyspy Dębów 6 15.00 Wojny kontenerowe 2 15.55 Australijskie poszukiwacze złota 3 18.00 77 TV 5 (3, 2) – pr. rozrywk. 20.00 Alex Hugo – gorski detektyw (12) – krym., Fr. 22.05 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (7, 8) – serial kryminalny 0.30 Nostradamus: prorocтва na XXI wiek 2.20 Celnicy 3 (5, 6) – dok.	13.00 Makłowicz w podróży 14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (25, 26) 16.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (1) – dok. 16.55 Pogoda 17.00 Komisarz Cassandra: Zbrodnie w Alpach 6 (1) 19.00 Strażacy z sąsiedztwa 20.00 Policjanci z sąsiedztwa 5 (29, 30) 21.55 Pogoda 22.00 Mistrzowie Kabaretu 10 (5) – program rozrywkowy 23.00 Mistrzowie Kabaretu 11 (3) – program rozrywkowy 0.00 Mistrzowie Kabaretu 4 0.55 Mistrzowie Kabaretu 15	11.55 Po pierwsze: lokalizacja! (8) 12.50 Gardeners' World 14 14.05 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo (6) – dok., Kan. 15.00 Kupcie sobie zamek! 2 15.55 Daleko od miasta 14 16.50 Gardeners' World 14 (8) 18.00 Ucieczka na wieś 22 (13) 19.00 Wielkie projekty: Szwecja 3 (5) – serial dok. 20.00 Daleko od miasta 11 21.00 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo (7) – dok., Kan. 22.00 Monty Don – brytyjskie ogrody (4) – dok., Wlk. Bryt.	9.05 Remontujemy dom na plaży 6 (3) – pr. rozr. 10.00 Poszukiwacze domów – domy nad wodą 4 (3, 4) 11.00 Usterka 11 (16, 17) 12.31 Moje miasto, mój dom 8 14.35 Mieszkanie na miarę 16.30 Polowanie na ogród 3 17.40 Polowanie na ogród 4 (1) 18.15 Weekendowa metamorfoza 3 (7, 8) 20.05 Dorota was urządzi! 21.35 Złoty remont 4 (5) – rozr. 22.35 House Hunters – Poszukiwacze domów 10 (3-6) – pr. rozr. 0.45 Kupujemy dom na plaży 20 (4, 5) – dok.		

Warto zobaczyć

10.25 **W 80 dni dookoła świata**
PRZYGODOWY Phileas Fogg zakłada się, że okrąży glob w niecałe trzy miesiące. Towarzyszy mu służący. Reż.: Michael Anderson, A: David Niven, Cantinflas, Charles Boyer
 USA 1956 **180 min ► do godz. 13.25**

14.00 **Między światami**
PSYCHOLOGICZNY Szczęście Corbettów burzy śmierć syna. Matka chłopca oddała się od męża. Nawiązuje znajomość ze sprawcą wypadku. Reż.: John Cameron Mitchell, A: Nicole Kidman, Aaron Eckhart
 USA 2010 **115 min ► do godz. 15.55**

14.40 **Talea**
OBYCZAJOWY Rodzina zastępcza Jaśminy niebawem jedzie na wakacje. Dziewczyna chce spędzić ten czas ze swoją prawdziwą mamą. Reż.: Katharina Mückstein, A: Lili Eppl, Eva-Maria Gintsberg, Philipp Hochmair
 Austria 2013 **90 min ► do godz. 16.10**

15.00 **Wyścig z czasem**
THRILLER SF Nieśmiertelni bogacze żyją kosztem ubogich umierających młodo. Mieszkaniec getta postanawia obalić system. Reż.: Andrew Niccol, A: Justin Timberlake, Olivia Wilde, Colin McGurk
 USA 2011 **140 min ► do godz. 17.20**

17.45 **Rodzinne rewolucje**
KOMEDIA Samotni rodzice, Lauren i Jim, mają za sobą nieudaną randkę. Oboje już nigdy nie zamierzają się spotkać. Los jednak płata im figla. Reż.: Frank Coraci, A: Adam Sandler, Drew Barrymore, Kevin Nealon
 USA 2014 **135 min ► do godz. 20.00**

19.10 **Biała otchłań**
SENSACYJNY Diler wysyła ekipę, by odzyskała znajdujące się we wraku skrzynie. Kiedy próbują wydostać ładunek, pojawiają się rekiny. Reż.: Anthony C. Ferrante, A: Angela Cole, Ashton Leigh, Johnny Ramey
 USA 2025 **110 min ► do godz. 21.00**

20.05 **Szyfry wojny**
WOJENNY Amerykanie wykorzystują Indian Nawaho jako szyfrantów. Żołnierz Joe ma ochraniać jednego z nich. Zostaje wystawiony na próbę. Reż.: John Woo, A: Nicolas Cage, Adam Beach, Christian Slater
 USA 2002 **140 min ► do godz. 22.25**

22.10 **Doczekać zmroku**
THRILLER W wyniku zbiegu okoliczności do domu niewidomej Susy trafia lalka z paczką zawierającą heroinę. Zabawkę chcą przejąć bandyci. Reż.: Terence Young, A: Audrey Hepburn, Alan Arkin, Richard Crenna
 USA 1967 **130 min ► do godz. 0.20**

→ filmowe hity



Bilbo porzuca wygodny dom i rusza z krasnoludami w drogę. Ujawnia swoją odwagę.

19.55 **Hobbit: Niezwykła podróż**

FANTASY Grupa śmiałków bierze udział w misji, która pozwoli ocalić królestwo.

HIT DNIA Mieszkający w sielskim Shire Bilbo nie zdaje sobie sprawy z tego, że niebawem porzuci wszystko, co zna. Pewnego wiosennego dnia wizytę składa mu czarodziej Gandalf, proponując uczestnictwo w wyprawie. Nie czekając na szczegóły, gospodarz odma-

wia. Wieczorem jednak nchodzi go trzynastu krasnoludów. Po tych odwiedzinach życie hobbita gwałtownie się zmienia. Nieokrzesani goście płądrują jego dom, lecz co ważniejsze – zdradzają cel podróży. Thorin Dębowa Tarcza i jego towarzysze pragną odzyskać



Erebor, siedzibę swoich przodków, w której panoszy się smok Smaug. Liczą na pomoc. Będą musieli przejść przez zdradliwe ziemie, a także stawić czoło wrogom. **HD 235 min ► do godz. 23.50**

USA/Nowa Zelandia 2012 Reż.: Peter Jackson Wyst.: Ian McKellen, Martin Freeman, Richard Armitage, Ken Stott



20.00 **Dom nad jeziorem**
MELODRAMAT Rok 2004. Alex (Keanu Reeves) kupuje dom. Poprzednia właścicielka zostawia mu list. Prosi, by przesyłał jej korespondencję do Chicago. Okazuje się, że kobieta żyje w... 2006 r. Szukają sposobu, by się spotkać.

Reż.: Alejandro Agresti Wyst.: Sandra Bullock
 USA 2006 **HD 135 min ► do godz. 22.15**



21.50 **Niepokonani**
PRZYGODOWY Rok 1940, Syberia. Janusz (Jim Sturgess) trafia do łagru. Wraz z grupą współwięźniów, w tym Walką (Colin Farrell), przedostaje się poza bramy obozu. Uciekinierzy decydują się na przeprawę do Indii. Reż.: Peter Weir Wyst.: Saoirse Ronan
 USA/Pol. 2010 **175 min ► do godz. 0.45**



20.00 **Mary Reilly**
HORROR XIX wiek, Londyn. Wrażliwa Mary (Julia Roberts) pracuje jako służąca doktora Jekylla. Pewnego dnia w domu ekscentrycznego lekarza pojawia się tajemniczy pan Hyde – efekt mrocznego eksperymentu.

Reż.: Stephen Frears Wyst.: John Malkovich
 USA 1996 **HD 120 min ► do godz. 22.00**



22.05 **Wyspa strachu**
THRILLER Cydney (Milla Jovovich) i Cliff (Steve Zahn) spędzają miesiąc miodowy na Hawajach. Miły nastrój ustępuje miejsca przerażeniu, kiedy na wyspie dochodzi do zbrodni. Atmosfera nieufności i zagrożenia narasta... Reż.: David Twohy Wyst.: Chris Hemsworth
 USA 2009 **HD 120 min ► do godz. 0.05**



20.00 **Pocałunek smoka**
SENSACYJNY Stróż prawa Liu Jian (Jet Li), prowadzący śledztwo we Francji, natrafia na dowody korupcji w policji. Wpływowy inspektor wrabia go w zabójstwo. Przybyszowi pomaga Amerykanka zmuszana do prostytucji.

Reż.: Chris Nahon Wyst.: Bridget Fonda
 USA/Fr. 2001 **HD 120 min ► do godz. 22.00**



22.15 **Kolory miłości**
MELODRAMAT Taylor (Jessica Lowndes) powraca do rodzinnego miasta. Po drodze pomaga jej Joel (Chad Michael Murray). Na miejscu okazuje się, że to potentat branży hotelarskiej zagrażający interesom jej brata. Reż.: Bradley Walsh Wyst.: Dennis Andres
 Kanada 2021 **HD 105 min ► do godz. 0.00**

→ filmowe hity



Bloodsport i jego towarzysze są gotowi na wszystko, aby opuścić mury więzienia.

20.00 Legion Samobójców 2

TVN

PRZYGODOWY Grupa straceńców otrzymuje wymagające zadanie.

HIT DNIA W zakładzie Belle Reve odsiadują wyroki najwięksi złoczyńcy. Z kilkorga z nich zostaje utworzona jednostka uderzeniowa X. Ma ona wypełnić straceńczą misję. Do grupy dołączają m.in. Kapitan Boomerang, Bloodsport, Peacemaker i Harley Quinn. Przestępcy trafiają na wy-

spę Corto Maltese, gdzie doszło do zamachu stanu. Pod dowództwem pułkownika Flaga więźniowie muszą przedrzeć się przez dżunglę i pokrzyżować plany partyzantów. **HD 175 min ► do godz. 22.55**

Kan./USA/Wlk. Bryt. 2021 **Reż.:** James Gunn **Wyst.:** Idris Elba, Michael Rooker, Viola Davis, John Cena, Joel Kinnaman



20.00 Wampir w Brooklynie

STOKLATKA

KOMEDIOWY

Z Karaibów przyplwła do Nowego Jorku statek. Na pokładzie jednostki jest wampir (Eddie Murphy). Chce on odnaleźć Ritę (Angela Bassett), z którą łączy go więź krwi.

Reż.: Wes Craven **Wyst.:** Allen Payne
USA 1995 **HD 125 min ► do godz. 22.05**



22.55 Reminiscencja

TVN

SCIENCE FICTION

Klienci Nicka (Hugh Jackman) w specjalnej kapsule przeżywają minionie chwile. Mężczyzna nawiązuje romans z Mae (Rebecca Ferguson), która zgłosiła się do niego z prośbą o pomoc. Wkrótce kobieta znika.

Reż.: Lisa Joy **Wyst.:** Thandie Newton
USA 2021 **HD 140 min ► do godz. 1.15**



21.00 Bestia

SUPER POLSAT

THRILLER

Doktor Samuels (Idris Elba) po śmierci żony pragnie naprawić relacje z córkami. Zabiera je do RPA – w oczyste strony ich matki. Za sprawą lwa safari zamienia się w dramatyczną walkę o przetrwanie.

Reż.: Baltasar Kormákur **Wyst.:** Sharlto Copley
USA 2022 **HD 115 min ► do godz. 22.55**



23.30 Ranczo Wilkowyje

TVP 1

KOMEDIA

W podlaskiej wsi, którą rządzą wójt i proboszcz (Cezary Żak), pojawia się Louis. Szuka Lucy, która osiedliła się w dworcu i wiezie życie u boku malarza Kusego. Przybysz zamierza nakłonić ukochaną do powrotu.

Reż.: Wojciech Adamczyk **Wyst.:** Grzegorz Wons
Polska 2007 **HD 105 min ► do godz. 1.15**

→ sport



12.05 Polska – Brazylia

POLSAT SPORT 1

SIATKÓWKA LIVE

Przed Biało-Czerwonymi kolejny niezwykle trudny mecz w prestiżowych rozgrywkach LN. Brązowe medalistki ubiegłorocznej edycji mierzą się z utytułowanymi Brazylijkami. Czy Polki będą w stanie zaskoczyć czymś faworytki do końcowego triumfu? **HD 115 min ► do godz. 14.00**



20.00 Diamentowa Liga w Monako

POLSAT SPORT 2

LEKKOATLETYKA LIVE

Dziesiąty w sezonie mityng prestiżowego cyklu. Na Stade Louis II kibicom zaprezentuje się m.in. złoty medalista mistrzostw świata z 2025 roku w sprincie Oblique Seville. **HD 120 min ► do godz. 22.00**



20.30 Polska – Niemcy

POLSAT SPORT 1

SIATKÓWKA LIVE

W ołsztyńskiej hali Urania zespół prowadzony przez Nicolę Grbić będzie miał okazję przetestować nowe ustawienia i warianty taktyczne. Przekonamy się, jak wypadnie na tle solidnej reprezentacji Niemiec. **HD 150 min ► do godz. 23.00**



20.50 Mistrzostwa świata 2026

TVP 1

PIŁKA NOŻNA LIVE

Kibice spodziewali się, że na SoFi Stadium w Los Angeles zaprezentują się Belgowie. Czerwone Diabły napotkały jednak problemy już w grupie i od ćwierćfinału dzieliła ich bardzo daleka droga. **HD 160 min ► do godz. 23.30**

→ rozrywka



11.25 Babski biznes

TVN

LIFESTYLE

Iza jest właścicielką obiektu noclegowego w Jugowicach. Jej biznes od pewnego czasu przynosi niskie dochody. Poza sezonem budynek stoi pusty, generując koszty utrzymania. Do spłacenia jest ponadto kredyt. Marta Klepka postara się zmienić sytuację. **HD 70 min ► do godz. 12.35**



20.00 Gwiazdy Kabaretu

TV 4

SATYRA

Grupa Rewers prezentuje scenki „Nauczyciel u lekarza”, „W markecie zakupy” czy „Psyty psyty”. Wykona również piosenkę „Love Żul Story”. Później wystąpi K2 ze skeczem „Manufaktura”. Gościem będzie Szymon Łątkowski. **HD 120 min ► do godz. 22.00**



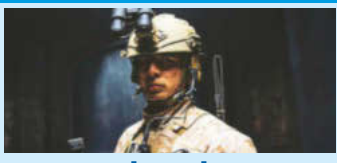
21.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3

TLC

REALITY SHOW

Charlotte wpada w złość, kiedy Johan nie pojawia się na ślubie. Tony jest gotowy przyznać, że popełnił błąd. Umiejętności konwersacyjne Sprite'a stają się przyczyną frustracji Johna. **HD 60 min ► do godz. 22.00**

→ dokument



21.00 Wojownicy wszech czasów

HISTORY

REPORTAŻ

Historia Navy SEALs. Formacja stawia na wymagające szkolenie. Jej początki sięgają II wojny światowej. Kolejnym ważnym etapem był konflikt w Wietnamie. **HD 60 min ► do godz. 22.00**

TVP 1 HD DV3 T2

- 4.55 Złoty chłopak** (330) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 5.50 Akacja 38** (894) – telenowela, Hiszpania 2015
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Welon, fura i brawura** (6)
- 8.00 Serwis Info** – program inform.
- 8.10 Pogoda Info**
- 8.20 Janosik** (9) – przyg., Polska 1973
- 9.15 Ranczo 6** (78) – obycz., Pol. 2012
- 10.10 Komisarz Alex 7** (86) – serial kryminalny, Polska 2015
- 11.05 Ojciec Mateusz 15** (197) – serial kryminalny, Polska 2016
- 12.00 Serwis Info** – program inform.
- 12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda** – program inform.
- 12.40 Magazyn rolniczy**
- 12.55 Natura w Jedyńce: Pelagos. Śródziemnomorskie sanktuarium** – dok., Fr. 2023
- 14.00 Złoty chłopak** (331) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 15.00 Serwis Info** – program inform.
- 15.10 Pogoda Info**
- 15.25 Gra słów. Krzyżówka** (1064) – teleturniej
- 16.00 Dziedzictwo** (974) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – telet. muz.
- 18.05 Reporterzy** – mag. reporterów
- 18.25 Akacja 38** (909) – telenowela, Hiszpania 2015
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – pr. publicyst.
- 20.10 Sport, pogoda**
- 20.25 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio

PIŁKA NOŻNA

**20.50 Mistrzostwa świata 2026**

LIVE – mecz ćwierćfinałowy

Przed mundialem jednym z kandydatów do pojawienia się dziś na SoFi Stadium była Belgia. Czerwone Diabły nienajlepiej jednak rozpoczęły fazę grupową, notując w dwóch pierwszych starciach remisy. Ich dalsze losy stanęły pod znakiem zapytania.

23.30 Ranczo Wilkowyje – komedia, **FILM** Polska 2007, reż. Wojciech Adamczyk, wyk. Ilona Ostrowska, Cezary Zak, Marta Lipińska, Dorota Chotecka, 105 min

1.15 Tożsamość zdrajcy – film sensacyjny, Czechy/Szwajcaria/Wielka Brytania 2017, reż. Michael Apted, wyk. Noomi Rapace, Orlando Bloom, Toni Collette, John Malkovich, 105 min

3.00 To był lipiec 1945 – film dokumentalny, Polska 2019

3.50 Wykrywacz kłamstw – program publicystyczny

4.10 Pytanie dnia – publ.

4.30 Reporterzy – magazyn reporterów

4.40 Oko na świat – magazyn

5.00 Zakończenie

TVP 2 HD DV3 T2

- 4.35 Na dobre i na złe** (901): Wiek to tylko liczba – serial obyczajowy, Polska 2023
- 5.30 M jak miłość** (1791) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 6.20 Anna Dymna – spotkajmy się:** Anna Dziaduś – talk-show
- 6.55 Barwy szczęścia** (3351) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
- 7.55 Pytanie na śniadanie** – magazyn
- 11.30 Operacja zdrowie** (75) – magazyn medyczny
- 12.00 Rodzinka.pl** (38): Dziadkowie – serial komediowy, Polska 2011
- 12.35 Koło fortuny** (1885) – teleturniej
- 13.15 Panna młoda** (140) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** (1009) – teleturniej
- 14.35 Na sygnale** (873) – serial fabularno-dokum., Polska 2026
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (430) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
- 16.00 Koło fortuny** (1886) – teleturniej
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (141) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- Beyza wpada w panikę na myśl, że prawdziwa przyczyna śmierci Yasemin może wyjść na jaw. Tymczasem ciężarna Yonca, w drodze na dworzec, dostaje nagłych skurczów. Cihan staje u boku załamanego Engina.
- 18.15 Va banque** (1010) – teleturniej
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 Barwy szczęścia** (3351) – serial obyczajowy, Polska 2026

ROZRYWKOWY

**20.05 Mazurska Noc Kabaretowa 2026. Muszkieterowie...** (1-3)

Kolejna edycja wydarzenia w Mrągowie nad jeziorem Czos. Na scenie pojawiają się między innymi Ani Mru-Mru, Katarzyna Pakosińska, Andrzej Grabowski, Kabaret Chyba, Kabaret Małżeński oraz inne cenione grupy. Widowisko poprowadzą Marcin Daniec, Jerzy Kryszak i Marcin „Jabbar” Wójcik.

23.40 To jest grane – wakacyjnie

(96) – program muzyczny Marek Sierocki prezentuje polskie i zagraniczne przeboje. Rozmawia z gośćmi i omawia premiery albumów.

0.15 Zawsze z Wami chciałbym być – 30 lat Ich Troje – koncert

1.20 Varius Manx & Kasia Stankiewicz na dobry wieczór – widowisko

2.25 Złoto dezerterów – komedia wojenna, Polska 1998, reż. Janusz Majewski, wyk. Marek Kondrat, Wiktor Zborowski, 125 min

4.30 Rodzinka.pl (190) – serial komediowy, Polska 2016

4.55 Zakończenie

polsat HD DV3 T2

- 4.55 Disco Gramy**
- 5.40 Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News**
- 8.30 Malanowski i partnerzy** (327, 328): Niebezpieczna miłość; Zakazany przyjaciel – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
- 9.30 Trudne sprawy** (1257, 1258) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 11.35 Gliniarze** (874, 875) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 13.40 Dlaczego ja?** (1504, 1505) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- Julia postanawia zniszczyć nową relację rozwiedzionej matki, Adrianny. Falszywie oskarża jej ukochanego, Wojciecha, o kradzież drogich kolczyków. Pod wpływem silnego stresu Adrianna traci przytomność.
- 15.50 Wydarzenia, pogoda**
- 16.25 Interwencja** – magazyn reporterów
- 16.40 Gliniarze** (1071, 1072) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- Policjanci wyjaśniają sprawę zabójstwa instruktora strzelectwa. Podejrzenia padają na mężczyznę, który wcześniej pobił go, gdy odkrył, że spotyka on się z jego żoną. Ten jednak ma mocne alibi. Trop prowadzi także do handlarzy bronią.
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.30 Sport, pogoda**

FANTASY

**19.55 Hobbit: Niezwykła podróż** – USA/Nowa Zelandia 2012, 235 min

HIT DNIA Trzynastu krasnoludów bierze udział w wyprawie, która pozwoli ocalić królestwo Ereboru. Towarzyszy im hobbit Bilbo. Pierwsza część widowiskowej ekranizacji powieści „Hobbit, czyli tam i z powrotem” J.R.R. Tolkiena. Akcja toczy się 60 lat przed wydarzeniami z „Władcy Pierścieni”.

23.50 Niezniszczalni – film sensacyjny, USA/Bulgaria/Hiszpania 2010, reż. Sylvester Stallone, wyk. Sylvester Stallone, Jason Statham, Jet Li, Dolph Lundgren, 135 min

Grupa najemników wyrusza na południowoamerykańską wyspę, by obalić dyktatora Garzę. Przeboj kinowy zrealizowany z udziałem największych gwiazd kina akcji lat 80. i 90.

2.05 Słyszeliście o Morganach? – komedia romantyczna, USA 2009, reż. Marc Lawrence, wyk. Sarah Jessica Parker, Hugh Grant, Natalia Klimas, Vincenzo Amato, 155 min

tvn TVN HD DV3 T2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1694) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- 6.50 Kuchenne rewolucje** (9): Zielona Góra – Hot Italian Pizza – program rozrywkowy
- 7.45 Dzień dobry wakacje** – magazyn
- 11.25 Babski biznes** (7) – program rozrywkowy
- 12.35 Ukryta prawda** (1477, 1478, 1725) – paradok., Polska
- 15.45 Detektywi** (109) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
- 16.50 Szpital św. Anny** (65) – serial obyczajowy, Polska 2025
- Zosia i Filip postanawiają adoptować Kalinę. Zgłaszają się do ośrodka adopcyjnego. Z lekarką niespodziewanie kontaktuje się biologiczny ojciec dziewczynki. Marta czuwa przy Tomku. Zauważa poprawę jego stanu. Niestety, partner wciąż jej nie rozpoznaje.
- 17.55 Młode gliny** (18) – serial kryminalny, Polska 2026
- Policjanci przerywają mroczny rytuał na cmentarzu. Michalina i Kacper znajdują zwłoki Jadwigi, które członkowie sekty zamierzali podpalić. W domu ofiary policjanci zastają jej pozostawione bez opieki dzieci. Sekcja ujawnia, że kobieta zmarła wskutek krwotoku po porodzie. Rozpoczynają się dramatyczne poszukiwanie noworodka.
- 19.00 Fakty, sport i pogoda**
- 19.50 Uwaga!** – magazyn reporterów

PRZYGODOWY

**20.00 Legion Samobójców 2**

FILM – Kanada/USA/Wielka Brytania 2021, 175 min

W zakładzie Belle Reve odsiadują wyroki najwięksi zлочыныcy. Z kilkorga z nich zostaje utworzona jednostka uderzeniowa X. Ma ona wypelnic straconą misję. Do grupy dołączają m.in. Kapitan Boomerang, Bloodsport, Peacemaker i Harley Quinn. Przestępcy trafiają na wyspę Corto Maltese, gdzie doszło do zamachu stanu. Pod dowództwem pułkownika Flaga muszą przedrzeć się przez dzunglę i pokrzyżować plany partyzantów.

22.55 Reminiscencja – film s.f., USA 2021, reż. Lisa Joy, wyk. Thandiwe Newton, Hugh Jackman, Rebecca Ferguson, Cliff Curtis, 140 min

1.15 Godzilla II: Król potworów

FILM – film s.f., Japonia/USA 2019, reż. Michael Dougherty, wyk. Kyle Chandler, Vera Farmiga, Millie Bobby Brown, Ken Watanabe, 145 min

3.40 Uwaga! – magazyn reporterów

3.55 Kuba Wojewódzki (13)

4.50 Nauka jazdy 5 (18) – program rozrywkowy



- 5.30 Ten moment** (55) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (786-788) – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 8.45 Ukryta prawda** (1338, 1445, 1446) – serial paradokumentalny, Polska
- 11.50 W-11 – Wydział Śledczy** (1099-1101): Problem Majki; Bizneswoman; Dużo do stracenia – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
- 13.55 Kryminalni** (5): Bagno – serial kryminalny, Polska 2004
- 15.00 Szpital** (782, 783) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (506): Spłacony dług – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
- 18.00 SOS Ekipy w akcji** (18) – serial paradokumentalny, Polska 2018 Strażacy udzielają pomocy pracownikowi hurtowni. Po odkryciu zaniedbań właściciela firmy konieczne jest wezwanie jednostki chemicznej. Tymczasem funkcjonariusze zauważają półprzytomną dziewczynę. Podejrzewają, że mogła zostać odurzona pigułką gwałtu.
- 19.00 Ukryta prawda** (1529) – serial paradokumentalny, Polska 2023 Karina opuszcza więzienie. W trakcie odbywania kary ciężko pracowała, zrobiła maturę, zdobyła zawód. Teraz wraca do domu, który obecnie należy do jej brata Marka. Wkrótce zostanie oskarżona o kradzież.

MELODRAMAT



- 20.00 Dom nad jeziorem**
FILM – USA/Australia 2006, 135 min Rok 2004. Alex kupuje dom. Poprzednia właścicielka nieruchomości, Kate, zostawia mu list i prosi, żeby przesyłał jej korespondencję do Chicago. Pod podanym adresem dopiero trwa budowa. Kobieta żyje bowiem w 2006 roku. Ona i Alex zakochują się w sobie. Szukają sposobu, żeby się spotkać.
- 22.15 Kolory miłości** – melodramat, Kanada 2021, reż. Bradley Walsh, wyk. Jessica Lowndes, Chad Michael Murray, Dennis Andres, Michael Brown, 105 min
- 0.00 Kocha, lubi, szanuje** – komedia romantyczna, USA 2011, reż. Glenn Ficarra, wyk. Steve Carell, Ryan Gosling, Julianne Moore, Emma Stone, 145 min
- 2.25 Żyjąc z potworem** 9 (3) – serial dokumentalny, USA 2024
- 3.15 Fachowcy** (11) – serial paradokumentalny, Polska 2017
- 3.50 Usterka 11** (7) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019
- 4.25 Dorota was urządzi!** (5) – program rozrywkowy



- 6.00 Policjanci z Miami 3** (6, 7): Cień w mroku; Dziadek – serial kryminalny, USA 1986
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (10, 11): Zespół B; Duchy przeszłości – serial sensacyjny, Niemcy 2017
- 10.00 Maria z przedmieścia** (55, 56) – telenowela, Meksyk 1995
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (114) – serial obyczajowy, Meksyk 2008 Candelaria radzi Marichuy, by walczyła o Juana Miguela. Omar proponuje ukochanej, by wzięli ślub w mieście i znaleźli tu mieszkanie. Elsa dowiadywa się o planach Beatriz i Eduarda.
- 13.00 Wspiane stulecie** (48) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 Kurierzy** (33) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10** (538, 539) – serial obyczajowy, Polska 2022
- 17.00 Kurierzy** (34) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023 Roman udaje się na wieś, by dostarczyć przesyłkę do Cwirów. Zostaje przyjęty bardzo gościnnie. Odkrywa, że członkowie rodziny są w konflikcie z sąsiadami. Zamierza ich pogodzić.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (971, 972) – serial obyczajowy, Polska 2026 Klientka szuka prezentu dla partnera z kursu tanecznego. Uważa, że między nimi iskry. Tymczasem guru składa Andzelice propozycję udziału w duchowym wyjeździe.

DRAMAT SENSACYJNY



- 20.00 Pocałunek smoka**
FILM – USA/Francja 2001, 120 min Liu Jian podczas tajnego śledztwa w Paryżu natrafia na dowody korupcji w policji. Inspektor Richard wrabia go w morderstwo kolegi po fachu. Oskarżony musi dowiedzieć, że jest niewinny. Wsparcia udziela mu Jessica, którą szantażem zmuszono do prostytucji. W zamian funkcjonariusz obiecuje jej pomoc w uwolnieniu porwanego dziecka.
- 22.00 Najwyższy wyrok** – film sensacyjny, USA 2012, reż. Keoni Waxman, wyk. Steven Seagal, Michael Paré, Steve Austin, Ian Robison, 120 min Grupa najemników napada na zakład karny. Strażnicy Cross i Manning robią wszystko, by odeprzeć ich atak.
- 0.00 Zakon** – film sensacyjny, USA/Aruba 2001, reż. Sheldon Lettich, wyk. Jean-Claude Van Damme, Vernon Dobtcheff, Charlton Heston, Sofia Milos, 115 min
- 1.55 Lombard. Życie pod zastaw 18** (967) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 2.55 Zobacz to!** – pr. powtórkowe



- 5.50 Ale numer! 20** (15) – program rozrywkowy
- 6.20 Cosie-Ktosie** (10) – serial anim.
- 6.30 Kajko i Kokosz 2** (10) – serial animowany, Polska 2021
- 6.45 Smerfy 2** (52) – serial anim., Belgia/USA/Fr. 2021
- 7.00 Blaze i megamaszyny 6** (19) – serial animowany, USA 2020
- 7.30 Psi Patrol** (24) – serial animowany, Kanada/USA 2013
- 7.50 Superkoty** (17) – serial anim.
- 8.30 Wielkie przygody małego rekina** (10): Kraina Mroczka/Średniowieczne czasy – serial dla dzieci, Korea Południowa/USA 2020
- 8.50 Masza i Niedźwiedź 2** (23, 24) – serial animowany, Rosja 2014
- 9.20 Straszne historie Maszy** (10) – serial animowany, Rosja 2016
- 9.25 Świnka Peppa 2** (2-4) – serial animowany, Wielka Brytania 2005
- 9.45 Bing** (9, 10) – serial animowany
- 10.00 Jeżyk i Przyjaciele** (11, 10) – serial animowany, Polska
- 10.35 Spidey i superkumple 2** (46, 45) – serial anim., USA 2022
- 11.35 Gus. Mały – wielki rycerz** (49, 50) – serial anim., Fr. 2021
- 12.00 Psi Patrol 8** (22) – serial animowany, USA/Kanada 2021
- 12.35 Marta mówi** (17) – serial anim.
- 13.00 Smerfy** (175, 176) – serial anim.
- 14.00 Monster High** (15, 16) – serial animowany, USA 2022
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2** (27, 28) – anim., Fr./Jap./Korea Południowa 2017
- 16.00 Fineasz i Ferb 2** (11, 12) – serial animowany, USA 2007-2011

ANIMOWANY



- 17.00 Smerfy** (177, 178) – Belgia 1988 Gargamel każe Nicponiowi wstąpić na służbę do Baltazara i zdobyć czarodziejską księgę zaklęć, która może wywabić go z długów. Smerf Dumalo trafia do zamku Baltazara. Zostaje schwytany wraz z innymi skrzatami.
- 18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2** (29, 30) – serial animowany, USA
- 19.00 Kacze opowieści** (5, 6) – anim.
- 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (959) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 21.00 Dzielnica strachu 10** (441, 442) – serial kryminalny, Polska
- 23.00 Zabójcze morderstwo** – horror, Wielka Brytania 2025, reż. Brad Watson, wyk. Andonis Anthony, Athena Strates, 115 min
- 0.55 Małgosia i Jaś** – horror, Irlandia/Kanada/USA 2020, reż. Oz Perkins, wyk. Sophia Lillis, 95 min
- 2.30 Dzielnica strachu 9** (407) – serial kryminalny, Polska 2025
- 3.30 Lombard. Życie pod zastaw 12** (642) – serial obyczajowy, Polska 2023
- 4.25 Niesamowite!** (6) – serial dok.
- 5.00 Kręmy z gwiazdami** (9)



OAZA

Oaza to elegancki kurort dla bogaczy. Oferuje prywatne plaże i dyskretną, lecz skuteczną ochronę. Sielankowa atmosfera przyska jednak w jednej chwili, w której na teren ośrodka wkracza policja, by wyjaśnić sprawę zaginięcia gościa. Nikt nie może opuścić Oazy, dopóki porywacz nie zostanie ujęty.

►krym. (8 odc.), Hiszpania 2026

PREMIERA

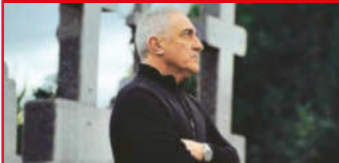


ROZYTKOWIE: KOSZMARNY KATASTROFA

Rekonstrukcja wypadku wycieczkowca Costa Concordia. Do tragedii doszło 13 stycznia 2012 roku u wybrzeży wyspy Giglio w Toskanii, gdy statek uderzył w podwodne skały. Uszkodzona jednostka częściowo zatonała i przechyliła się na bok. Zginęły 32 osoby.

►film dokum., Wlk. Bryt. 2026

PREMIERA



MIGUEL ÁNGEL BLANCO: 48 GODZIN, KTÓRE ZMieniŁO HISZPANİĘ

Rok 1997. W trakcie dwóch tragicznych dni próbowano zapobiec zabójstwu polityka z Ermu, porwanego przez separatystyczną organizację ETA. Po tym zdarzeniu Baskowie zdecydowanie sprzeciwili się działalności terrorystów.

►dokum., Hiszpania 2026; 93 min



ROZGRYWAJĄCA 2

Isla Gordon (Kate Hudson) stoi na czele Los Angeles Waves i chce udowodnić, że zasługuje na to stanowisko. Gdy klub zaczyna wychodzić na prostą, jej brat Cam (Justin Theroux) postanawia odzyskać władzę. Isla musi stworzyć nową strategię, by zapewnić drużynie sukces i utrzymać kontrolę nad klubem.

►serial kom. (10 odc.), USA 2025

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM HD	HBO HD
6.00 FBI: Most Wanted 3 (22) – serial kryminalny 6.40 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (1) – serial kryminalny, USA/Kan. 7.25 Ostry dyżur (5, 6) – serial obyczajowy 9.25 Castle 3 (5, 6) – serial kryminalny, USA 2010 11.25 MacGyver 3 (1, 2) – serial krym. 13.20 Dowody zbrodni (7, 8) – serial krym. 15.25 Agenci NCIS: Hawaje (2, 3) – serial kryminalny, USA 2021 17.20 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (2, 3) – serial krym. 19.10 Castle 3 (7, 8) – serial kryminalny, USA 2010	5.25 Rodzinka.pl (103, 104) – kom., Pol. 6.30 Na sygnale (486, 487) – serial fab.-dokum. 7.35 Ojciec Mateusz 3 (36) – krym., Pol. 2010 8.35 Komisarz Alex 2 (25) – serial krym., Polska 9.30 Rodzinka.pl (105) – serial kom., Pol. 2013 10.05 Klan (1452, 1453) – telenowela, Pol. 2008 11.05 Ranczo 8 (103, 104) 12.45 Komisarz Alex 2 (26) 13.40 Ojciec Mateusz 3 (387, 388) – krym., Pol. 15.40 Komisarz Alex 3 (27) – serial krym., Polska 16.25 Na sygnale (488, 489) – serial fab.-dokum. 17.35 Ranczo 9 (105, 106) – serial obycz., Polska	10.25 W 80 dni dookoła świata – film przyg., USA 1956, 180 min 13.25 Kim Novak – buntownicza z Hollywood – film dokum., Francja 2023 14.25 Zbigniew Wodecki – Niech nam się szczęści – koncert 14.55 Teatr STU. Benefis Zbigniewa Wodeckiego (2) 15.35 Kramarz – dramat obyczajowy, Polska 1990, 105 min 17.20 Szaleństwa panny Ewy (1) – film obycz., Polska 1984, 65 min 18.25 Video Killed the Radio Star – dok. 18.55 Rawhide (5) – przyg.	6.30 Polska z góry 5 (10) – serial dok., Pol. 2020 7.00 The Hero – film krótkometraż. 7.40 Grzyby – thriller, Polska 2023, 100 min 9.20 Wolna krowa – film krótkometraż. 10.00 Patience (3, 4) – krym., Belgia/Niemcy/Wlk. Bryt. 2025 12.05 Vera 6 (4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt. 14.00 Między światami – dramat psychologiczny, USA 2010, 115 min 15.55 Pokuta – melodramat, Wielka Brytania/Fr./USA 2007, 140 min 18.15 Vera 7 (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.	11.30 Królowa chmur – film obyczajowy, Polska 2003, 80 min 12.50 To nie jest zagadka kryminalna (5) – serial krym., Belgia 13.45 Riefenstahl – film dokum., Niemcy 2024 15.40 Saga „Zmierzch”: Przed świtem. Część 2 – film fantasy, USA 2012, 110 min 17.30 Premierowa jazda Łąpu capu – pr. rozr. 17.50 Battleship: Bitwa o Ziemię – film s.f., USA/Japonia 2012, reż. Peter Berg, 130 min 20.00 Czarownice Mayfair 2 (6) – serial fantasy, USA 2025 20.45 Premierowa jazda	6.00 Po prostu uwierz – dramat obyczajowy, USA 2024, 105 min 7.45 Pan Azaavour – dramat biograficzny, Francja 2024, 130 min 9.55 Jane Austen zrujnowała mi życie – komedia romant., Francja 2024, 95 min 11.30 Na planie 23 (28) 11.55 Król rozrywki – musical, USA 2017, 105 min 13.40 Karate Kid – film przygodowy, USA/Chiny 2010, 135 min 15.55 Vinci 2 – kom. krym., Polska 2025, 120 min 17.55 Kaskader – komedia sensacyjna, USA 2024, 125 min
SENSACYJNY	KRYMINALNY	HORROR	SENSACYJNY	OBYCAJOWY	HORROR
21.05 Świat w ogniu – USA/Wielka Brytania/Portugalia 2019, 140 min Prezydent USA pada ofiarą zamachu. W wyniku spisku oskarżony o zorganizowanie ataku zostaje agent Banning. Mężczyzna próbuje dowieść swojej niewinności. 23.25 Robin Hood: Początek – film przygodowy, USA/Hongkong/Chorwacja 2018, reż. Otto Bathurst, 145 min 1.50 Castle 3 (7, 8) – serial kryminalny, USA 2010	19.35 Ojciec Mateusz 30 (389) – Polska 2023 Ginie para kochanków. Do redakcji gazety wpływa anonim. Tajemniczy zodiak ostrzega, że jeśli jego wiadomości nie zostaną wydrukowane w prasie, pojawią się kolejne ofiary. 20.30 Ojciec Mateusz 3 (37) – krym., Pol. 2010 21.30 Ranczo 9 (107, 108) 23.25 Ojciec Mateusz 30 (390) – krym., Pol. 2023 0.25 U Pana Boga w Królowym Moście (5) – obycz. 1.25 Oficerowie (6, 7) 3.25 Stulecie Winnych (7)	20.00 Mary Reilly – USA 1996, 120 min Doktor Jekyll przygotowuje służącą do wyjawienia jej swojej mrocznej tajemnicy. 22.00 Powrót Sherlocka Holmesa (6) – krym. 23.05 Czekając na wyrok – dramat obycz., USA/Kanada 2001, 120 min 1.05 Czwartkowy klub filmowy – mag. film. 1.10 Wielki Tydzień – dramat wojenny, Polska 1995, 110 min 3.00 Afonia – film krótkometrażowy, Polska 2022, 10 min	20.10 Sztuka zbrodni – Wielka Brytania/USA/Niemcy 2020, 130 min Psychopata pozbawia życia młode pary. Wśród ofiar są córka i żięć detektywa Jacoba Kanona. W śledztwie pomaga mu Dessie, która może być kolejnym celem zabójcy. 22.20 Brygada (1, 2) – serial sensacyjny, Fr. 2023 0.35 Anatomia zemsty – komedia kryminalna, USA 2013, 115 min 2.30 Król (6) – serial sens. 3.40 Ultima Thule – dramat obyczajowy, Polska 2023, 85 min	21.00 Rok za rokiem (5) – Wielka Brytania 2019 Z dniem objęcia przez Viv Rook stanowiska premiera zmienia się oblicze Wielkiej Brytanii. Edith stara się zgłębić informacje dotyczące osób znikających bez śladu. 22.05 The Killer – thriller, USA/Kanada/Korea Płd. 2024, 125 min 0.10 Anora – komediodramat, USA 2024, 135 min 2.25 Dziewczyna z igłą – dram. obycz., Dania/Pol./Szwecja 2024, 120 min	20.00 Uciekaj! – Japonia/USA 2017, 100 min Czarnoskóry pasjonat fotografii Chris ma poznać rodziców ukochanej Rose. Choć ona zapewnia, że jej bliskim obce są uprzedzenia rasowe, napięcie coraz bardziej wzrasta. 21.40 Źródło – dramat psychologiczny, USA/Kanada 2006, 95 min 23.15 Oddaj ją – horror, Australia/USA 2025, reż. Danny Philippou, 100 min 0.55 Ognie – thriller, Islandia 2025, reż. Uglu Hauksdóttir, 105 min
AXN WHITE	WARNER TV	CANAL+ FILM	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 2 HD
8.10 Szpital nadziei 4 (9) 9.10 Blondynka 3 (6, 7) 11.10 Agenci NCIS 20 (13-15) 14.05 Szpital nadziei 4 (10) 15.05 Święteczne tarapaty – komedia romantyczna, USA 2021, 115 min 17.00 W poszukiwaniu Świętego Mikołaja – komedia romantyczna, USA 2022, 120 min 19.00 Dr House 3 (10) – obycz. 20.00 Dowody zbrodni 2 (11, 12) – serial kryminalny 22.00 Rekrut (5) – serial krym. 22.55 Agenci NCIS 20 (13-15) 1.35 Dowody zbrodni 2 (11, 12) – serial kryminalny	8.35 Bajer z Be-Air 5 (8, 9) 9.35 Prawo Agaty 3 (2) 10.35 Pełna chata 8 (11, 12) 11.35 Teraz albo nigdy! (11, 12) 13.35 Bajer z Be-Air 5 (8-11) 15.35 Pełna chata 8 (11-14) 17.45 Radzienie rewolucje – komedia, USA 2014, reż. Frank Coraci, 135 min 20.00 Szeregowiec Benjamin – kom., USA 1980, 130 min 22.10 Doczekać zmroku – thriller, USA 1967, 130 min 0.20 Upadek – dramat sensacyjny, 1993, 130 min 2.30 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (13, 14) – serial krym., USA/Kanada	6.00 Łąpu capu – pr. rozrywk. 6.05 Miss morkiego podkoszulka – komedia, Polska 2002, 55 min 7.00 Kiler-ów 2-óch – komedia, Polska 1999, 115 min 8.55 Dziłki robot – film animowany, 2024, 100 min 10.35 Benek – komediodramat, Polska 2007, 100 min 12.15 Sigourney Weaver. Ikona kina akcji – film dokumentalny, Niem. 2024 13.10 Długi weekend – film obycz., Polska 2004, 70 min 14.20 Premierowa jazda – mag. film. 14.35 Kiedy nadchodzi jesień – dramat obyczajowy, Francja 2024, 100 min 16.15 Chopin, Chopin! – dramat biograf., Pol. 2025, 130 min 18.25 Peacock – thriller, USA 2010, reż. Michael Lander, wyk. Cillian Murphy, Ellen Page, 90 min 19.55 Łąpu capu – pr. rozrywk. 20.00 Wierny ogrodnik – thriller, Wielka Brytania/Niemcy 2005, 125 min 22.05 Dziedzictwo Bourne'a – film sens., 2012, 130 min 0.15 Fiber – film krótkometraż. 0.35 Poligrafia – film obycz., Pol. 2023, 115 min 2.30 Imago – dramat biograf., Polska 2023, 110 min 4.20 Trzy miłości – thriller erotyczny, Polska 2025	9.50 Siedem cudów świata z Bettany Hughes (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 2025 10.40 Łąpu capu – program rozrywkowy 11.00 Naruto 3 (3-5) – anime, Jap. 12.30 The Office PL 2 (4-6) – serial komediowy, Polska 14.15 Łąpu capu – pr. rozrywk. 14.30 Captain Tsubasa (16-18) – serial anime, Japonia 2018 16.00 Hollywood Buzz – magazyn filmowy 16.30 W sercu dzungli. Orangutany z bliska (1, 2) – film dok., Niem. 2025 18.25 The Office PL 3 (7-9) – serial komediowy, Polska 20.00 Wywiad z wampirem (7) – serial fantasy, USA 2022 20.55 Wywiad z wampirem 2 (1) – serial fantasy, USA 21.50 Łąpu capu – program rozrywkowy 22.00 The Walking Dead: Dead City (1, 2) – serial grozy, USA 2023 23.40 Kiedy ślub? (1, 2) – serial komediowy, Polska 2024 1.25 Premierowa jazda – magazyn 1.45 Mały Zgon (9, 10) – serial kryminalny, Polska 2020 3.45 Byłem królem (5) – serial dokum., Polska 2022-2025 4.45 Łąpu capu – pr. rozrywk. 5.05 Miasta rytm (3) – serial dokumentalny, Pol. 2020	8.00 Porzucone konstrukcje (8) – serial dok., Wlk. Bryt. 9.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejście drogi świata 3 (4) – serial dok., Niem. 2023 10.00 Co poszło nie tak (3) 11.00 Rekruci (3, 4) – dok., Pol. 13.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejście drogi świata 3 (5) – serial dok., Niem. 2023 14.00 Wykrzywcze historii 4 (5) 15.00 Grip – w świecie supersamochodów (7) 16.00 Supersamoloty bojowe 11 (6) – serial dok. 17.00 Zholowani: ciężarówka w opalach 9 (4) – dok. 18.00 Porzucone konstrukcje (9) – serial dok., Wlk. Bryt. 18.55 Wykrzywcze historii 4 (5) – serial dokumentalny, 2021 19.50 Zholowani: ciężarówka w opalach 9 (5) – dok. 20.50 Kolejną przez świat 4 (4) 21.55 Projekt Fighter (1) 23.00 Supersamoloty bojowe 11 (4) – serial dok. 0.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejście drogi świata 2 (3) – serial dok., Niem. 2024 1.00 Moscow Noir (8) – krym. 2.00 Mam zamek (6) – dok. 2.35 Czarna domena (1) – dok. 3.40 Survivalowa rodzina (4, 5) – serial dok., Pol. 2019	12.40 I tak po prostu 3 (2) 13.25 Policja zastępca – kom. sens., 2010, 105 min 15.10 Saga „Zmierzch”: Księżyc w nowiu – film fantasy, Australia/USA 2009, reż. Chris Weitz, 130 min 17.20 La Grazia – dramat obycz., Włochy 2025, 130 min 19.30 Istoty fantastyczne – komediodramat, USA 2024, 100 min 21.10 Dzikie kot – dramat biograficzny, 2023, 105 min 22.55 Macierzyństwo inaczej – film dokumentalny, 2024 0.15 Wieczne Wartości: Kult piękna (1) – dok., 2026
AXN BLACK	POLSAT SERIALE				HBO 3 HD
8.45 Zagadki z przeszłości 2 (5) – przyg., Fr./Niemcy/Kan. 9.45 Gwiezdne wrota 4 (6-8) 12.45 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (10) – sens., USA 13.45 Renegat 5 (13) – sens. 14.45 Drużyna A 3 (2) – sens. 15.50 Nieustraszonej (17) 16.55 Zagadki z przeszłości 2 (6) – przyg., Fr./Niemcy/Kan. 17.55 Gwiezdne wrota 4 (9-11) 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6 (9-12) – krym. 0.40 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (10) – sens., USA 1.40 Nieustraszonej (17) 2.40 Ekstradycja 2 (3) – sens. 3.45 Sfora (9) – sens., Pol. 2002	6.00 Gliniarze (157-159, 735-738) – serial paradok. 13.00 Kowalscy kontra Kowalscy (9-12) – serial obyczajowy, Polska 2022 15.00 Świat według Kiepskich (389-392) – serial komediowy, Polska 2012 17.00 Cumbio (1, 17) – serial kryminalny, USA 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (136-139) – serial krym., USA/Kanada 0.50 Ślad (48, 49) – serial krym. 2.50 Święty (208, 209) – serial komediowy, Polska 2022 4.00 48h. Zaginięci (105, 106) – serial kryminalny, Polska				10.15 Genialna przyjaciółka 4 (8) – serial obycz., Wł./USA 11.10 Longing – komediodramat, 2024, 110 min 13.00 Millerowie – komedia kryminalna, 2013, 110 min 14.50 Co będzie dalej? – komediodramat, USA 2023, 100 min 16.30 Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13 (4) 17.25 Nasz syn – dramat obyczajowy, 2023, 105 min 19.10 Ktoś, gdzieś 2 (6, 7) – serial komediowy, USA 20.05 Rzym 2 (2) – serial hist. 21.00 Czysta krew 4 (1-6)

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD	COMEDY CENTRAL HD	TVN FABUŁA HD	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA DVB-T2
6.00 Jedziemy na ryby! (23) – serial dokum. 6.55 Na ratunek 112 (861) – serial paradokum. 7.25 Doktor Martin (36) – serial obyczajowy 8.25 Przyjaciółki (135, 136) – obycz., Pol. 10.25 Świat według Kiepskich (172, 174, 173, 191, 83, 238) 13.55 Moja dziewczyna wychodzi za mąż – kom. romant., USA/Wielka Brytania 2008, 125 min 16.00 Logan Lucky – komedia krym., USA/Chiny 2017, 150 min 18.30 Jumanji: Następny poziom – film przyg., USA 2019, 150 min	6.00 Tata ma plan 2 (17, 18) – serial komediowy, USA 2017 7.00 Dwóch i pół 5 (15-18) – serial komediowy, USA 2007-2008 8.55 Przyjaciele 7 (19-24) – serial komediowy, USA 2001 11.55 Teoria wielkiego podrywu 7 (11-16) – serial komediowy, USA 2013-2014 14.30 Dwóch i pół 5 (19) – serial komediowy, USA 2007-2008 15.00 Dwóch i pół 6 (1-3) – serial komediowy, USA 2008-2009 16.30 Przyjaciele 8 (1-6) – serial komediowy, USA 2001-2002	5.10 Szkoła (782) – serial paradokum. 6.00 Filmowe duety (5) 6.30 Serieale Top 5 (2) 6.45 Zakochani po uszy (93, 94) – telen., Polska 7.45 Detektywi (85-88) – serial fab.-dok., Pol. 9.50 Prawo Agaty 4 (1) – serial obycz., Polska 10.55 Szpital św. Anny (71) 11.55 Miłość czy pomyłka? (39, 40) 13.55 Prawo Agaty 3 (13) 14.55 Detektywi – fab.-dok. 16.00 Po drugiej stronie kamery (1) – dok., Pol. 17.05 Bella i Sebastian 3 – film familijny, Francja 2017, 115 min 19.00 Szpital św. Anny (72) – serial obycz., Polska	6.00 Blanca 3 (7, 8) – serial kryminalny, Włochy 2025 8.10 Morderstwo w Guilvinec – film kryminalny, Francja 2024, reż. Jean-Marc Thérin, wyk. Evelyne Bouix, 125 min 10.15 Mentalista (13-16) – serial krym., USA 14.00 Blanca 3 (9, 10) – serial kryminalny, Włochy 2025 16.20 Morderstwo w Wandei – film kryminalny, Francja 2023, reż. Christophe Lamotte, wyk. Léonie Simaga, 120 min 18.20 Mentalista (17-20) – serial krym., USA	6.00 Zwierzęta Wajraka 3 (8, 9) – dok. 6.55 Polska Kronika Filmowa – serial dok. 7.25 Przygody Myszk (1, 2) – serial anim. 7.50 Reksio (40, 42) 8.15 Stawiam na Tolka Banana (2, 3) – obycz. 9.55 Podróże Pana Kleksa (2-ost.) – film przygodowy, Polska/ZSR 1986, 95 min 11.30 To nie ze mną (8, 9) – serial obyczajowy 12.55 Ranking najpolskiego kina (1) 13.40 Chłopi (1/2, 2-ost.) – film obyczajowy, 1973, 240 min 17.40 Stawka większa niż życie (1, 2) – wojenny	6.00 Złoty interes (9) 6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat 7.50 Robert Makłowicz (122, 159) – mag. kulin. 9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher (8) – serial krym., Australia 10.55 Górski lekarz (6, 7) – serial obycz., Niemcy 12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher (9) 14.00 Katastrofy w przestworzach (1, 8) – serial dok., Kan. 17.00 MacGyver 4 (9) – sens., USA/Kan. 1989 18.00 Wojny magazynowe: Kanada (9, 10) 19.10 Aukcja w ciemno 2 (9, 10) – serial dokum.
KRYMINALNY 	KOMEDIOWY 	KOMEDIA KRYMINALNA 	KRYMINALNY 	KOMEDIA 	HORROR KOMEDIOWY 
21.00 Gwiazdorski piątek: Zakładnik z Wall Street – USA 2016, 120 min Nadawany na żywo program o finansach przerywa uzbrojony mężczyzna. Grozi, że zabije jego gospodarza Lee Gatesa, jeśli akcje, w które zainwestował, nie pójdą w górę. 23.00 Predator – film sensacyjny, USA 1987, reż. John McTiernan, 130 min 1.10 Ślad (10-13) – serial krym., Pol. 2018-2019 5.15 Na ratunek 112 (865) – serial paradokum.	19.30 Teoria wielkiego podrywu 7 (17-22) Howard zaprasza Sheldona na wycieczkę do Houston. Raj prosi Amy o poradę w sprawie poderwania dziewczyny. Penny dostaje rolę w podręcznym filmie. 22.00 The Office PL 3 (7, 8) 23.05 Comedy Club 6 (5, 6) 0.05 Miasteczko South Park 2 (15, 16) 1.00 Pracoholicy 3 (15, 16) 2.00 Śmiesznie nie będzie 6 (19, 20, 18) 3.15 Miasteczko South Park 2 (12-14) 4.20 Comedy Club 8 (2-5)	20.00 Zwyczajna przysługa – USA/Kanada 2018, 155 min Emily prosi Stephanie o odebranie dziecka ze szkoły, gdyż ma sprawę do załatwienia. Po kilku dniach okazuje się, że zniknęła. Na jaw wychodzą jej kolejne sekrety. 22.35 Polityka – film obycz., Polska 2019, 155 min 1.10 MachoCry Macho – dramat obyczajowy, USA 2021, 120 min 3.10 Serieale: rozmowy 2 (1) – mag. 3.45 Top 100: filmy wszech czasów (6)	22.00 Podróżnik (4) – Francja 2021 Kierowca, który parkuje auto przed hotelem, zostaje oskarżony przez pewną kobietę o nękanie na drodze. Yann Kandinsky musi ustalić, kto mówi prawdę. 0.00 Worricker – Ostateczna rozgrywka – dramat kryminalny, Wielka Brytania 2014, 120 min 2.00 Morderstwo w Wandei – krym., Francja 2023, 120 min 4.00 Blanca 3 (9, 10) – serial kryminalny, Wł.	20.00 Wtorek – 2001, 110 min Maniek, Dawid i Jerzy, zamiast spłacić swój dług zaściągnięty u gangstera, otwierają lokal ze striptizem o nazwie „Eden”. Wkrótce jednak wpadają w tarapaty. 21.50 Niepokonani – dram. przyg., USA/Polska/ZEA 2010, 175 min 0.45 Prawo ojca – dramat sensacyjny, 1999, 135 min 3.00 Dom zły – dramat krym., 2009, 155 min 5.35 Patrzę w niebo – film krótkometraż.	20.00 Wampir w Brooklinie – USA 1995, 125 min Z Karaibów przyplwają do Nowego Jorku frachtowce wiozące na pokładzie wampira Maximilliana. Chce on odnaleźć detektywa Ritcha Veder, z którą wiąże go więź krwi. 22.05 Nietykali – dramat kryminalny, USA 1987, 155 min 0.40 Piła: Dziedzictwo – horror, Kanada/USA 2017, 125 min 2.45 Przepraszam, czy tu biją? – film sens., Polska 1976, 95 min
CINEMAX HD 13.15 Jak zostałam perliczką – komediodramat, 2024, 100 min 14.55 Kundel – obycz., Tajwan/Singapur/Fr. 2024, 130 min 17.05 Paprika – film anime, Japonia 2020, 90 min 18.35 Jutro o świcie – dramat obyczajowy, Islandia/Hol./Chorwacja 2024, 85 min 20.00 Niepowstrzymany – dramat biograficzny, USA 2024, 120 min 22.00 Tenet – thriller s.f., USA/Wlk. Bryt. 2020, 150 min 0.30 Conan Barbarzyńca – film fantasy, USA/Meksyk 1982, 130 min	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD 13.25 Święty (39, 40) – kom., Pol. 14.25 Spadkobiercy 4 (5) – rozr. 15.25 Co ludzie powiedzą? 5 (7) – serial kom., Wlk. Bryt. 16.05 Jedną nogą w grobie 3 (4) – serial kom., Wlk. Bryt. 16.55 Czarna Żmija 4 (4) – kom. 17.35 Bob kocha Abisholę 3 (4-6) – kom., USA 2021-2022 19.00 Dwóch i pół 5 (15-18) 21.00 Świat według Kiepskich (14, 15, 1) – serial kom., Pol. 22.30 Co ludzie powiedzą? 5 (8) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.05 Jedną nogą w grobie 3 (5) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.50 Czarna Żmija 4 (5) – kom. 0.30 Comedy Club 3 (7) – rozr.	SCI FI 10.00 Kroniki Shannary 2 (7, 8) – serial fantasy, USA 2017 11.50 Zagubiona tożsamość 2 (14, 15) – serial s.f., Kanada 13.40 Podziemny wstrząs – film katastroficzny, Wielka Brytania/USA 2024, 110 min 15.30 Kroniki Shannary 2 (9, 10) – serial fantasy, USA 17.20 Zagubiona tożsamość 2 (16, 17) – serial s.f., Kanada 19.10 Biała otchłań – film sensacyjny, 2025, 110 min 21.00 Push – thriller s.f., USA/Kanada/Wielka Brytania 2009, 135 min 23.15 Balkańska vendetta – film sens., 2017, 115 min	FX 9.00 Z archiwum X 2 (23) – s.f. 10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (16, 17) – krym. 11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (5, 6) 13.45 Agenci NCIS 10 (10, 11) 15.35 Skymed 2 (7) – obycz. 16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (18, 19) – krym. 18.20 Z archiwum X 2 (24) – s.f. 19.15 FBI 4 (11) – serial krym. 20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (7, 8) 22.00 Grey's Anatomy: Chirurgi (17) – obycz. 22.55 Bez twarzy – dramat sensacyjny, 1997, 165 min 1.40 Z archiwum X 2 (24) – s.f.	FILMBOX+ ONE HD 9.50 Panna Scarlet i komisarz 3 (3) – krym. 11.00 Panna Marle: Uspione morderstwo – krym., Wlk. Bryt. 2006, 130 min 13.10 Poirot – serial kryminalny 15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher (4) – krym. 16.40 Panna Scarlet i komisarz 3 (4) – krym. 17.50 Poirot (5, 6) – serial krym. 20.00 Fenomen – komediodram, USA 1996, 160 min 22.40 Pocałunek śmierci – dramat kryminalny, USA 1995, 125 min 0.45 Za linią wroga – film sensacyjny, 2001, 135 min	ROMANCE TV HD 16.15 Rosamunde Pilcher: Pralnik na śniadanie – film obyczajowy, Niemcy 2019, 110 min 18.05 Górski lekarz (148, 149) 20.00 Statek marzeń – Coco Island – film obyczajowy, Niemcy 2022, 115 min 21.55 Wydział zabójstw Stambul: Cena życia – film kryminalny, Niemcy/Turcja 2011, 115 min 23.50 Wydział zabójstw Stambul: Więzy krwi – film krym., 2012, 115 min 1.45 Wydział zabójstw Stambul: Transzty – film krym., Niem. 2012, 115 min
CINEMAX 2 HD 13.15 Jerry Maguire – dramat obyczajowy, 1996, 140 min 15.35 Witamy na Hawajach – komedia romantyczna, USA 2015, 105 min 17.20 Twarz w twarz – film obyczajowy, Hiszpania/Belgia 2025, 95 min 18.55 Jajo larwa motyli – film obycz., Cypr 2023, 95 min 20.30 Niebiosa obiecane – film obyczajowy, Tunezja/Francja/Katar 2025, 95 min 22.05 Dźwięki miłości – dramat obycz., Hiszp. 2025, 100 min 23.45 Mędzy słowami – komediodramat, USA/Japonia 2003, 105 min	VIAPIC EPIC DRAMA HD 9.05 Poirot 5 (5, 6) – serial krym. 11.20 Zatraceri w miłości (37, 38) – telen., Turcja 2023 13.25 Agenci NCIS 18 (15, 16) 15.15 Lekarze na start (37, 38) 16.45 Poirot 5 (7, 8) – serial krym. 19.00 Zatraceri w miłości (39, 40) – telen., Turcja 2023 21.00 Tajemnicza historia w Styles – film krym., Wlk. Bryt. 1990, 135 min 23.15 Projekt Błękitna Księga 7 – serial s.f., Kanada/USA 0.10 Zatraceri w miłości (39, 40) – telen., Turcja 2023 2.00 Tajemnicza historia w Styles – film krym., Wlk. Bryt. 1990, 110 min	NOVELAS+ HD 10.00 Cud miłości (32) – telen. 11.00 Otchłań namiętności (117) – telen., Meksyk 2012 12.00 Za wszelką cenę (87) 13.00 Róże i grzechy (16) 14.00 Historia Juany (44, 45) 16.00 Róże i grzechy (17) 17.00 Za wszelką cenę (88) 18.00 Otchłań namiętności (118) – telen., Meksyk 2012 19.00 Machocha (27) – telenowela 20.00 Cud miłości (33) – telen. 21.04 Historia Juany (45) 22.00 Róże i grzechy (17) 23.00 Za wszelką cenę (88) 0.00 Otchłań namiętności (118) – telen., Meksyk 2012 1.00 Machocha (27) – telenowela	FX COMEDY HD 13.00 Sposób użycia 6 (9, 10) 14.00 Wszyscy kochają Raymonda 6 (8-11) – kom. 16.00 Simpsonowie 31 (1-4) 18.00 Jak poznałem waszą matkę 2 (21, 22) – kom. 19.00 Jak poznałem waszą matkę 3 (1) – serial kom. 19.30 Współczesna rodzina 7 (22) – kom., USA 2015-2016 20.00 Współczesna rodzina 8 (1, 2) – serial komediowy 21.00 Family Guy: Głowa rodziny 18 (18, 19) – serial animowany dla dorosłych 22.00 Jackass – swiry w akcji – kom., USA 2002, 100 min 23.40 Simpsonowie 36 (15, 16)	FILMBOX+ HITS HD 13.10 10 rzeczy do zrobienia, zanim zerwiesz – kom. romant., 2020, 90 min 14.40 Talea – dramat obycz., Austria 2013, 90 min 16.10 Pokonać górę – dramat przygodowy, 2024, 110 min 18.00 Wyscig o życie – dramat przygodowy, 2023, 120 min 20.00 Granica – dramat fantasy, Szwecja/Dania 2018, reż. Ali Abbasi, 120 min 22.00 Londyn w ogniu – film sensacyjny, 2016, 110 min 23.50 Morze Czarne – thriller, 2014, 125 min 1.55 Trzy dni w piekle – film przygodowy, 2023, 115 min	PARAMOUNT NETWORK HD 10.25 Jak stracił chłopaka w 10 dni – komedia romant., 2003, 155 min 13.00 Czarodziejki 3 (15, 16) 15.00 Wyscig z czasem – thriller s.f., USA 2011, reż. Andrew Niccol, 140 min 17.20 Terminator: Genisys – film sensacyjny, USA/Kanada 2015, 160 min 20.00 Terminal – komedia romant., USA 2004, 170 min 22.50 Immortals. Bogowie i herosi – film fantasy, USA 2011, 125 min 0.55 Szeregowiec Ryan – dramat wojenny, USA 1998, 180 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD	POLSAT SPORT 1 HD	CANAL+ SPORT HD	TVP SPORT HD	ELEVEN SPORTS 1 HD	Discovery DISCOVERY CHANNEL HD
6.30 Snooker: Turniej Players Championship – mecz finałowy: John Higgins – Zhao Xintong 8.30 Kolarstwo: Tour de France – 6. etap 10.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Tokio 2020 11.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Tokio 2020 – magazyn sportowy 12.00 Kolarstwo: Tour de France – 6. etap 13.00 LIVE Kolarstwo: Tour de France – 7. etap 18.00 LIVE Kolarstwo górskie: Zawody PS w Vallnord/Pal-Arinsal – short track kobiet i short track mężczyzn	5.45 LIVE Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: USA – Turcja 9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski 10.00 Tenis: Turniej Wimbledon 11.00 Halo, tu Wimbledon – magazyn tenisowy 12.05 LIVE Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: Polska – Brazylia 14.00 LIVE Tenis: Turniej Wimbledon – mecz półfinałowy gry pojedynczej mężczyzn 16.00 LIVE Tenis: Turniej Wimbledon – mecz półfinałowy gry pojedynczej mężczyzn 18.00 LIVE Tenis: Turniej Wimbledon – studio	6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Wisła Płock – Legia Warszawa 8.20 Premier League Stories (26) – mag. 9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Real Madryt CF – Girona FC 11.15 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Sevilla FC – Atletico Madryt 13.30 Premier League Stories (48) – mag. 14.15 Liderzy. W centrum gry (2) – dok., Pol. 15.30 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Real Madryt CF – Girona FC 17.45 Żużel: PGE Ekstraliga: BAYERSYSTEM GKM Grudziądz – KS Toruń	6.00 Karate tradycyjne: Mistrzostwa Polski Pruszków 2026 7.00 Retro TVP Sport (46) – magazyn sportowy 9.00 Mundialowy poranek (29) – mag. 10.15 Piłka nożna: MS 2026 – ćwierćfinał 12.35 Strongman: Super Series – Świebodzin 2026 13.35 Koszykówka mężczyzn: Eliminacje mistrzostw świata: Polska – Holandia 15.40 Piłka nożna: MS 2026 – ćwierćfinał 18.00 Dzień na mundialu (29) – mag. piłkarski 19.30 LIVE Piłka nożna: MS 2026 – studio	6.00 Najlepsi napastnicy Bundesligi lat 90. – magazyn piłkarski 6.45 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski 7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – TSG 1899 Hoffenheim 9.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Udinese Calcio – Inter 11.00 Formula 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii 12.30 Formula 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii 13.40 Made in Italy (20) – magazyn piłkarski 14.00 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii 16.00 Piłka nożna: Liga włoska: US Sassuolo Calcio – Inter	9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 7 10.00 Stacja Alaska – dok. 11.00 Przetrwać nad Jukonem – serial dok. 12.00 Włoska kontrola celna (9) – dok., Wł. 13.00 Pojedynki E3a Stafford (3) – dok. 14.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita 3 15.00 Złomowisko PL 6 (8) – serial dok., Pol. 2018 16.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dok. 17.00 Na straży duńskiego lotniska 2 (6) – dok. 18.00 Lotnisko (2) – dok. 19.00 Nagi instynkt przetrwania 10 – serial dokum., USA
KOLARSTWO GÓRSKIE	SIATKÓWKA MĘŻCZYZN	SPORTY WALKI	PIŁKA NOŻNA	PIŁKA NOŻNA	DOKUMENTALNY
18.45 LIVE PS w Vallnord/Pal-Arinsal – short track mężczyzn W bieżącym sezonie bardzo dobre wyniki w tej konkurencji osiąga m.in. Luca Martin. 19.45 Kolarstwo górskie: Zawody PS w La Thuile 20.15 Snooker: Turniej Players Championship 22.00 Kolarstwo: Tour de France – 7. etap 23.00 Kolarstwo górskie: Zawody Pucharu Świata w Vallnord/Pal-Arinsal 0.00 Snooker: Turniej World Open – finał	20.30 LIVE Mecz towarzyski: Polska – Niemcy Białe-Czerwoni zmierzą się z reprezentacją Niemiec w osztyńskiej Hali Urania. Kibice mogą liczyć na emocjonującą widowiskowość, ponieważ rywalizacja obu drużyn od lat jest wyrównana. Polscy siatkarze mają na koncie m.in. zwycięstwo 3:2 nad naszymi zachodnimi sąsiadami w ubiegłorocznym Memoriale Huberta Jerzego Wagnera. 23.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: Polska – Brazylia 1.00 Boks	20.30 Sporty walki: ONE Friday Fights 161 W walce wieczoru o pas MMA w wadze słomkowej zmierzą się Joshua Pacio i Mansur Malachiev. 23.45 Premier League Stories (48) – magazyn piłkarski 0.30 Liga+ Extra – magazyn piłkarski 2.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lech Poznań – Korona Kielce 5.00 Ligomistrzowie historie (5): Inter Mediolan 2009/2010	20.50 LIVE Mistrzostwa Świata 2026 – mecz ćwierćfinałowy Hiszpanie to aktualni mistrzowie Starożytnego Kontynentu. Jednak ostatnio w światowych czempionatach szło im gorzej. Ostatni raz do czołowej ósemki awansowali w 2010 roku. 0.30 Boks: Gala w Las Vegas – podsumowanie 2.35 Boks: Gala w San Juan – podsumowanie 4.35 Boks: Gala w Las Vegas – podsumowanie	18.00 Liga niemiecka – mecz: Borussia Dortmund – Bayern Przeżywając z Augsburgiem (1:2) i remisując z HSV (2:2), Bayern sprawił, że wyciąg o mistrzostwo nabrał rumieńców. Zadzyska lidera z Monachium spróbuje wykorzystać ekipa BVB. 20.00 Calcio Masters... 20.40 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii 22.40 Ligue 1 Season Review (36) – mag. 23.45 Ligue 1 Show (35) 0.25 Bundesliga Original Series (3, 4)	21.00 Specjalistki (7) – Polska 2020 Kobiety coraz częściej próbują swoich sił w zawodach, które dawniej wykonywały tylko mężczyźni. Bohaterki programu wybrały właśnie taką drogę zawodową. 22.00 Bimbrownicy 14 23.00 Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata 1.00 Hot rod w Kindiga 2.00 Mistrzowie logistyki (2) – dok. 2.50 Alarmowy 091 – policjanci z Hiszpanii (9) – dok.
EUROSPORT 2 HD	POLSAT SPORT 2 HD	CANAL+ SPORT 2 HD	EXTREME CHANNEL HD	ELEVEN SPORTS 2 HD	life DISCOVERY LIFE HD
15.00 FIA WEC: Wyścig 6-godzinny w Spa-Francorchamps 17.00 Wspinaaczka: Zawody World Series w Krakowie – speed kobiet i mężczyzn – finały 18.00 Snooker: Turniej Players Championship – finał: John Higgins – Zhao Xintong 20.00 Kolarstwo: Tour de France – 7. etap 22.00 Golf: ISCO Championship – 2. runda 1.00 Kolarstwo: Tour de France – 7. etap 1.30 FIA WEC: Wyścig 24-godzinny w Le Mans	6.00 Tenis: Turniej Wimbledon 8.00 Siatkówka kobiet: LN 10.00 Siatkówka kobiet: LN 12.00 Kronika Wimbledonu – magazyn tenisowy 13.00 Tenis: Turniej Wimbledon – studio 14.00 Siatkówka kobiet: LN 16.00 Siatkówka kobiet: LN 18.00 Siatkówka kobiet: LN 19.30 Mistrzostwa Polski – wielki final Kinder Joy of Moving w Gliwicach 20.00 Lekkoatletyka: Diamantowa Liga w Monako 22.00 Siatkówka kobiet: LN 1.00 Sporty walki: FEN	8.30 Tenis: Turniej WTA w Berlinie – finał: Jessica Pegula – Linda Nosková 11.20 8 wspaniałych (3, 2) 13.00 Dart: Elten Safety Shoes LIVE European Darts Open w Leverkusen – 1. runda 17.20 8 wspaniałych (5, 1) – serial dok., Pol. 2025-2026 19.00 Dart: Elten Safety Shoes LIVE European Darts Open w Leverkusen – 1. runda 23.15 Tenis: Turniej WTA w Linzu – finał: Mirra Andrejewa – Anastasija Potapowa 2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Legia Warszawa	7.00 Action Sports World 8.00 WWE Highlights 9.00 Summer X Games (5) 10.00 AMA Motocross Series Highlights (14) 11.00 X Games – Aspen 2020 12.00 Blue World 3 (2, 3) 13.00 Action Sports World (14) 14.00 WWE Highlights (26, 28) 15.20 WWE Classic Gold (6, 36) 17.00 KPWW Kombat TV (18, 27) 19.00 WWE Classic Gold (26) 22.00 AEW Dynamite (2626) 22.00 PTW Wrestling (16) 0.45 New Japan Wrestling – Highlights (21, 20) 2.00 AMA Motocross Series Highlights (14)	14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Cremonese – Inter 16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Bayern – TSG 1899 Hoffenheim 18.00 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii 20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Pisa SC 22.00 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag. piłkarski 22.55 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2) – mag. 0.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Le Havre AC – Paris Saint-Germain	6.45 Klinika urody gwiazd 7.15 Nowa Mają w ogrodzie 8.15 Szpital (519, 520) 10.15 Nowa Mają w ogrodzie 11.15 Idealna niania 3 (5, 6) 12.45 Klinika bez tajemnic 14.45 Szpital (518, 519) 16.45 Idealna niania 3 (4-7) 19.45 Zrob coś z tym dzieckiem (1) – mag. 20.15 De Frogers: przygoda na kółkach (1) 21.15 Dr Przyszczyla 3 (13) 22.15 Chirurgia otyłości (13) 23.15 Intruz w moim ciele (3) 0.15 Sekrety lekarzy (2) 1.15 Wycieczkowiec (6) 2.15 Eks-tra zmiana (2) – rozr.
POLSAT SPORT FIGHT HD	POLSAT SPORT 3 HD	CANAL+ SPORT 3 HD	ELEVEN SPORTS 4 HD	ELEVEN SPORTS 3 HD	CANAL+ SPORT 4 HD
14.20 Boks: Rocky Boxing Night w Sopocie: Nikodem Jeżewski – Marko Calic 16.50 K.O. TV Weekly (28) – magazyn bokserski 17.20 Sporty walki: First Step Championship 11 w Bytowie – waga półśrednia: Rafał Blachuta – Wallison Henrique 18.55 Sporty walki: Gala Babilon MMA 54 w Grudziądzu – walka: Rafał Blachuta – Krystian Szczesny 20.50 Boks: Rocky Boxing Night w Żukowie: Mateusz Polski – Luis Romero Mendoza 23.50 Strzelnica Navala (10)	6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – półfinał gry pojedynczej 8.00 Tenis: Turniej Wimbledon – półfinał gry pojedynczej 10.45 Siatkówka kobiet: LN: Ukraina – Dominikana 14.15 Siatkówka kobiet: Liga Narodów: Belgia – Włochy 16.15 Siatkówka kobiet: Liga Narodów: Bułgaria – Czechy 19.00 Tenis: Turniej Wimbledon – półfinał gry pojedynczej 19.45 Siatkówka kobiet: LN: USA – Niemcy – Holandia 22.30 Tenis: Turniej Wimbledon – półfinał gry pojedynczej 1.00 Sporty walki: Babilon MMA	6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech – Korona 9.00 Żużel: Metalaks 2. Ekstraliga – mecz: Orzeł – Hunters PSZ Poznań 12.00 Snooker: Championship League – 2. runda 16.45 Premier League Stories 17.30 Snooker: Championship League – 2. runda 22.15 Górnik. Chłopcy z Zabrza (5) – serial dok. 23.15 Boks: BKFC Liberty Brawl: Filadelfia 0.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Wisła Płock – Legia Warszawa 3.00 Przerwa techniczna	12.00 Made in Italy 13.00 Bundesliga Special 14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Mainz 16.00 Piłka nożna: Liga francuska: Paris FC – Lens 18.00 Bundesliga Special (21) 19.00 Ligue 1 Season Review 20.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: SL Benfica – FC Alverca 22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Milan – Como 0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: VfB Stuttgart – 1. FC Köln 2.00 HHH – Hamburger SV 2.45 Werder Double – dok.	11.00 Made in Italy – mag. 12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Como 1907 – Torino FC 14.00 Piłka nożna: Liga francuska: RC Strasbourg – RC Lens 16.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (3, 4) – mag. 17.00 Serie A – mag. piłkarski 18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Genoa – Napoli 20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Lipsk – BVB 22.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Marsylia – Olympique Lyon 0.00 Birds of paradise – dok.	14.25 Skandynawia. Nowa zimna wojna – film dok. 15.30 24 godziny na kole podbiegunowym – dok. 16.25 Mate Grande. Życie pod wulkanem – dok., Austria 17.25 Maternhorn: Śmiercionośny szczyt 18.25 Odległości – film dokum. 20.00 Triumf i upadek. Historia Michaela Jacksona (1) – serial dok. 21.00 Dwaśnięcie lat później: C.K.O.D.3 – film dok., Pol. 22.15 KarakoRun – film dokum. 23.15 Agnieszka Radwańska. Anatomia zwycięstwa 0.05 Prost (1-3) – serial dok., Fr.

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB T2	TVP HISTORIA DVB T2	HISTORY HD
6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki – dok. 8.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok. 11.00 Poszukiwacze dinozaurów – dok. 13.00 Tajemnice ładowania na Księżycu (1, 2) 15.00 The Ocean Race: Żeglarska obsesja (2) – film dokum., Wielka Brytania 2023 16.00 Gwiezdne bitwy 18.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki (19, 20) – serial dok., Wlk. Bryt. 20.30 Zwykłe rzeczy, niezwykle wynalazki 15 – dok.	6.00 Podejrzany przy telefonie – serial dok. 8.00 Tajemnice jeziora Erie 2 – serial dok. 10.00 W sąsiedztwie 2 – serial dokumentalny 12.00 Taśmy zbrodni 14.00 Viralowe zbrodnie 2 14.30 Viralowe zbrodnie 4 15.00 Viralowe zbrodnie 2 – serial dokumentalny 15.30 Viralowe zbrodnie 4 – serial dokum. 16.00 Przerwana sielanka – serial dokumentalny 18.00 Spowiedź mordercy: akta strażnika z Teksasu – serial dokumentalny 20.00 Sekrety zbrodni – serial dokumentalny	12.00 Przetrwanie w kanadyjskiej dżicy (1) – serial dok. 13.00 Wcielenia zła – dok. 15.00 Alarm na lotnisku: Peru (16) – serial dok. 16.00 Morski patrol: Hiszpania (2) – dok. 17.00 Zagadka zaginionych grobowców – film dok., Wlk. Bryt. 2020 18.00 Sztuka obrony: Wojny w Europie (2): Brytania – serial dok. 19.00 Wojna widziana z powietrza (5) – dok. 20.00 Katastrofa w przestworzach (8) – serial dok., Kan. 21.00 Korea Północna: Cyberprzestępcy	6.00 Wehikuł czasu (710) 6.05 48h. Zaginięci (64) – serial krym., Polska 7.00 Byli sobie wynalazcy (7-10) 8.55 Wehikuł czasu (710) 9.00 Starożytni kosmici (4) – serial dok., USA 10.00 Gwiazdy lombardu (15, 16) – reality show 12.00 I wojna światowa w liczbach (5) – dok. 13.00 Poszukiwacze historii (7, 8) – dok. 14.00 Tajne bazy nazistów (3, 4) – dok. 16.00 Dorwać tuńczyka 3 (16) – serial dok., USA 17.00 Dorwać tuńczyka (1) – serial dokumentalny 18.00 Rolnicy. Podlasie (18, 19) – serial dok.	6.00 Był taki dzień 6.10 Zakochaj się w Polsce – magazyn 7.45 Flesz historii (769) 8.20 Czerdziestolatek (18) – obycz., Pol. 1977 9.35 Plaża Europy (2) 10.35 Tajemnice kulturowych seriali (3) 11.30 Fenomen Fogga 12.35 Starożytne mocarstwa (5) – dok. 13.35 Królowie (55) – hist. 14.10 Czerdziestolatek (19) – obycz., Pol. 1977 15.15 Sensacje XX wieku 18.00 Tajemnica twierdzy szyfrów (4) – wojenny 18.50 Wołny – zapis zbrodni 19.30 Przed sierpniem był lipiec – dok., Pol. 2000	13.05 Starożytni kosmici 16 (9) – dok. 14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (8) – serial dok., USA 14.50 Największe tajemnice świata 6 (18) – serial dok., USA 15.45 Gwiazdy lombardu 13 (7) 16.15 Jak to wyjaśnić? 5 (18) – serial dok., USA 17.10 Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2 (16) – dok. 18.10 Największe tajemnice świata 6 (7) – serial dok., USA 19.05 Starożytni kosmici 13 (25) – dok. 20.00 Starożytni kosmici 16 (4) – dok.
DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DRAMAT WOJENNY	DOKUMENTALNY
21.00 Tajemnice starożytnych mumii (8, 6) – USA 2019 Ramy Romany sprawdzi, czy mumia faraona Tutanchamona uległa spaleni wskutek zmian zachodzących w procesie mumifikacji, a może powodem jest coś zupełnie innego. 23.00 Kosmiczna mapa skarbów – serial dok. 1.00 The Ocean Race: Żeglarska obsesja (2) – film dokum., Wielka Brytania 2023 2.00 Gwiezdne bitwy 4.00 Poszukiwacze dinozaurów – dok.	21.00 Premiera: Zabójczy blond 2: Zabójstwo reżysera – USA 2025 W 2007 r. w Dallas Township w Pensylwanii dochodzi do pożaru domu. W zgłoszczonych straszach odnajdują pozabawione głowy ciała reżysera filmów pornograficznych. 22.00 Mroczne sekrety Playboya – serial dok. 23.00 Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2 – dok. 0.00 Koleżanki na zabój – serial dok., USA 2023 1.00 Zabójczy blond 2 2.00 Sekrety zbrodni	22.00 Korea Północna: Reżim za zamkniętymi drzwiami – USA 2017 Kim Ir Sen doszedł do władzy w burzliwych latach po II wojnie światowej. Stworzył jeden z najbrutalniejszych reżimów w dziejach i zdołał całkowicie odizolować społeczeństwo. 23.00 Utracone bomby zimnej wojny (1) 0.00 Wcielenia zła – dok. 1.00 Korea Północna: Cyberprzestępcy 2.00 Plemienna szkoła przetrwania: Amazonia (1) – dok.	20.00 Największe wynalazki starożytności (7) Starożytni Grecy wynaleźli robotykę. Widzowie dowiedzą się, która z technologii, od promieni śmierci Archimedesesa po drzwi Herona, była najbardziej zaawansowana. 21.00 Największe mity historii (5) – dok. 22.00 Apokalipsa – bitwa pod Verdun (1, 2) 0.00 Korea Północna: następny przywódca 1.00 Rolnicy. Podlasie (25-28) – serial dok.	20.05 Szyfry wojny – USA 2002, reż. John Woo, wyk. Nicolas Cage, Adam Beach, 140 min Kryptolodzy tworzą kod na podstawie języka Nawaho. Indianie stają się szyfrantami. Enders i Anderson nie mogą pozwolić, aby ich podopieczni wpadli w ręce wroga. 22.25 Historia w postaciach zapisana – cykl dok. 0.35 Sensacje XX wieku – program historyczny 2.45 Encyklopedia II wojny światowej – serial dok., Pol. 1993	21.00 Wojownicy wszech czasów (1) – USA Eksperci przedstawiają historię i ewolucję elitarniej jednostki Navy SEALs. Dzięki wymagającemu szkoleniu żołnierze tej formacji byli gotowi prowadzić operacje na morzu, lądzie oraz w powietrzu. 22.00 W poszukiwaniu potwora 5 (8) 23.00 Jak to wyjaśnić: tajemnice UFO (1) – serial dokumentalny 23.55 Jak to wyjaśnić? 5 (18) – serial dok., USA 0.50 Starożytni kosmici 16 (4) – dok.
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
7.00 Zoom na architekturę 9.00 Tajemnice wraków Bałtyku (5) – serial dok. 10.00 Wstęp uzbrojony (3, 4) 11.00 Wyprawa w nieznane 13.00 Podziemne sekrety 14.00 Łowcy staroci: Renowacje (19, 20) – dok. 16.00 Brudne skarby – dok. 18.00 Łowcy staroci (10, 11) 20.00 Legendarne miejscówki 22.00 Klub odkrywców – dok. 0.00 Wyprawa w nieznane 2.00 Bitwy żołnierza polskiego (4) – cykl dok. 3.35 Pasja – sposób na życie 4.25 Europejskie bazy (7) 5.10 Łowcy staroci (2) – dok.	13.45 Targowiska świata (4) 14.50 Wiatr. Niewidzialna siła 15.50 Niezwykłe podróże koleją 9 (3) – serial dok., Fr. 16.55 Świat zawarty w obrazie (5) – serial dok. 18.00 Dokąd dzisiaj? 4 (72, 73) 18.40 Związani z ziemią. Dzieje życia na wsi (4) 19.45 Ewangelia dobrobytu. Historia kapitalizmu (1) 20.50 Berlusconi. Początki imperium (2) – serial dok. 22.00 Wytwór i wysiły (4) 23.10 Strefa nagości (6) – dok. 0.20 Niezwykłe podróże koleją 9 (4) – serial dok., Fr. 1.25 Polska z góry 2 (3) – dok.	9.00 Niezwykły dr Pol 12.00 Najgroźniejsze zwierzęta Afryki (1) 13.00 Dzikie cuda Europy (1) 14.00 Najdziwniejsze gatunki 15.00 Królestwo drapieżników (1) – dok. 16.00 Cuda Afryki (2) – dok., Hol. 17.00 Niedziedzia zima 18.00 Nilgiri: błękitne góry Indii – film przyrod., Indie 19.00 Królestwo drapieżników (4) – dok. 20.00 Dzikie, sprytnie i zabójcze (1) – serial dok. 21.00 Niezwykły dr Pol (4, 5) 23.00 Niezwykły dr Pol (2, 3) 1.00 Niezwykły dr Pol (15)	10.35 Nowa Anglia: cuda natury – film dokum., USA 11.40 Wielkie rekiny z Australii – dok., Australia 12.45 W okowach mrozu 4 (4) 13.40 Zabójcza pogoda 2 (4) 14.40 Rzeczne potwory 3 (2) 15.50 Nowa Anglia: cuda natury – film dokum., USA 16.55 Dawno temu w Tświo (2) 18.00 Drapieżniki – serial dok. 19.00 Rzeczne potwory 3 (2) 20.00 W okowach mrozu 4 (5) 21.00 Nowa Anglia: cuda natury – film dokum., USA 22.15 Rekin alfa – film dokum. 23.20 Drapieżniki – serial dok. 0.10 Zabójcza pogoda 2 (4)	13.25 Mroźna planeta II: kulisy 2 – dok., Wlk. Bryt. 14.30 W okowach mrozu 3 16.25 Londyn Davida Attenborough – film dok. 17.40 Attenborough i olbrzymi dinozaur z Patagonii – film dokum. 18.45 Malownicze trasy kolejowe 3 (6) – serial dok. 19.45 Indie z Alexandrem Armstrongiem (2) – dok. 20.35 Potęga skosów: kulisy (2) – serial dok., Wlk. Bryt. 20.55 W okowach mrozu 3 22.55 Na krawędzi katastrofy (2) – serial dok., Wlk. Bryt. 23.55 Zabójcza pogoda 5 (5)	13.00 Irwinowie – następne pokolenie – serial dok. 14.00 Resocjalizacja z Pitt Bullem 4 – serial dok., USA 15.00 Kot z piekła rodem 17.00 Dwa oblicza survivalu 3 – serial dokumentalny, USA 18.00 Weterynarz z Gór Skalistych 6 – serial dok. 19.00 Mieszkanie na pniu 20.00 Michael Phelps oswaja rekiny – film dokum. 21.00 Weterynarz z Alaski 22.00 Baseny z rozmachem 2 23.00 Resocjalizacja z Pitt Bullem 4 – serial dok., USA 0.00 Alaski: Ostatni przystanek – serial dok.
TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
12.35 Kto rządzi światem? (3) 13.35 Zagadkowe życie ptaków miejskich (3) 14.45 Rajskie zakątki Europy 15.40 Woda na świecie – wysychające źródło 16.45 Magiczny Adriatyk (5) 17.45 Sanatorium miłości 4 18.45 Bob Fosse: show czas zacząć! – film dokum. 20.00 Kto rządzi światem? (4) 21.05 Loara, dzika kraina 22.10 Niebezpieczne drogi (5) 23.15 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn 23.20 Adopcje zagraniczne – światowy skandal 0.30 Sanatorium miłości 4 (9)	10.05 Polacy za granicą (21, 22) 12.05 Wojny kontenerowe 13.10 Poszukiwacze historii 14.00 I wojna światowa w liczbach (6) – serial dok. 15.05 Hitlerowscy poszukiwacze skarbów 16.00 Skanowanie historii (6) 17.05 Koszty wojny (6) – dok. 18.10 Podglądacze przyrody 19.50 Tajemnice Bałtyku i Morza Północnego (2) 20.55 David Attenborough i cuda natury (3, 4) – dok. 22.00 Niezwykły świat ryb 23.05 Świat z góry. Parki narodowe (6) – serial dok. 0.05 Kroniki Hitlera (12) – dok.	16.05 Ciężarówką po lepsze życie (2) – serial dokum. 17.05 Bohaterowie z St. John's (10) – serial dok. 18.00 Kłątwa umarlaka. W poszukiwaniu zaginionego złota 3 (7) 18.55 Australijskie poszukiwacze złota 7 21.00 Złoto Jukonu 5 (8) – dok. 22.00 Australijskie poszukiwacze złota 10 (8) – serial dokum., Australia 23.00 Katastrofy w przestworzach 3 (5) 0.00 Australijskie poszukiwacze złota: na ratunek kopalniom	15.35 Jak inżynieria zmieniała świat (7) – serial dok., USA 16.30 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze 17.35 Wojna światowa: 1914-1945 (2) – serial dok. 18.50 Historia sprawiedliwości (5) 19.40 Wezuwiusz: historia zaginionych zwojów 20.55 Świąta Hitlera (6) – dok. 22.00 1776: niepodległość USA (5) – serial dokumentalny 22.55 Naziści: ściśle tajna nauka (6) – serial dok., USA 23.55 Wielkie budowle Rzymian (1-3) – serial dok.	13.15 Zbrodnia prawie doskonała 4 (1) – dok. 14.10 Morderca z internetu 15.05 Ferie, impreza, morderstwo (7) – dok. 16.00 Pogrzebani za domem 3 17.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (5) – dok. 18.00 Z archiwum 997 2 (7, 8) 19.00 Dowody zbrodni 3 (14) 20.00 Kobiety, które niosły śmierć 12 (9) – serial dok. 21.00 Psy na służbie z Jimem Belushim (3, 4) – dok., USA 22.00 Fentanyl: Morderca gwiazd (1) – film dokum. 23.55 Kobiety, które niosły śmierć 11 (9) – serial dok.	8.05 Walka o bagaż 10.10 Kulinarne podróże z Guyem Fierim (7-10) 12.15 Kamperem przez świat 14.20 Człowiek kontra jedzenie (36) – mag. kulin. 14.55 Niezwykłe Stany Prokopa (2-5) – pr. rozr. 17.00 Śladami Wielkiej Stopy (9, 10) – serial dokum., USA 19.00 Niezwykłe Stany Prokopa (4, 5) – pr. rozr. 21.05 Nagi instykt przetrwania (12) – dok. 23.00 Kobieta na krańcu świata (8, 1, 2) – dok., Pol. 0.45 Kamperem przez świat 2.35 Śladami Wielkiej Stopy

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TTN STYLE HD
15.10 Wszystko przed nami (94) – obycz.	6.10 Zakochaj się w Polsce (253) – mag.	6.00 Przyjaciółki (71, 72)	6.00 halo tu polsat cafe (4) – mag. poradnikowy	6.00 Strażnik Teksasu (12, 13) – serial sens.	6.00 24 godziny (23) – inf.	5.15 I nie opuścisz Cię aż do ślubu (8) – reality show
15.40 Gwiazdy opolskich kabaretów – rozr.	6.40 Gra słów.	8.00 Hell's Kitchen	7.55 Bogaty dom – biedny dom (75)	7.55 Policjanci i Policjanci (510, 511) – serial obycz., Polska	7.10 Express – pr. inform.	5.50 Damy i wieśniaczki. PL 9 (5) – serial fab.-dok., Polska 2025
16.00 Jerzy Stuhr. Sam ze sobą – dok., Pol. 2014	7.10 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin.	11.00 Piękna Kuchnia (48) – reality show	8.55 Na ratunek 112 (1168, 1169) – paradok.	10.55 Dłaczego ja? (1537, 1538) – paradok.	8.30 Kartoteka 2 (2, 3)	6.50 Będzie pięknie (5) – program rozrywkowy
17.00 Gra słów. Krzyżówka (1059)	8.20 Familiada – telet.	12.30 Bogaty dom – biedny dom (109, 110)	11.55 Trudne sprawy (758-760) – paradok.	16.55 Policjanci i Policjanci (1399) – serial obycz., Polska	10.35 Detektywi (27, 28)	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
17.30 Teleexpress	8.50 Va banque (941)	14.30 10 lat młodsza w 10 dni (3) – pr. rozrywk.	16.00 Hell's Kitchen – Piękna Kuchnia (50) – reality show	18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (517) – reality show	12.35 Zakup w ciemno 7 (36, 37) – reality show	11.25 Ugotowani (11, 12) – program kulinarno-rozrywkowy
17.50 Teleexpress Extra	9.25 Koło fortuny (2050)	15.30 Drugie życie sukni ślubnej (32) – pr. rozr.	18.00 Nasz nowy dom (330, 331)	19.00 Policjanci i Policjanci (1400) – serial obycz., Polska	14.35 Nic do zgłoszenia (8)	13.30 Kuchenne rewolucje (7, 6) – program rozrywkowy
18.15 Stacja Arktyka	10.05 Makłowicz w podróży – mag.	16.30 Tak to leciało! (67)	20.00 Kolacja w ciemno (77) – pr. rozrywk.		15.35 Złomowisko PL 5 (6)	15.35 I nie opuścisz Cię aż do ślubu (7, 8) – reality show
18.45 Info Wilno – pr. inf.	10.45 Postaw na milion	17.25 Va banque (942)	21.05 Więzienie kobiet (142, 143) – dok., Pol.		16.45 Express – pr. inform.	17.05 W czym do ślubu? (4) – program rozrywkowy
19.05 Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny (130) – program inform.	12.35 Familiada – telet.				16.58 Pogoda, sport	
19.15 Wyspa dzieci, czyli muzyczny spadkobierca zespołu 2 plus 1 (1)	13.15 Matki, żony i kochanki (21)				17.05 Usterka 14 (10)	
20.10 Program informacyjny 19.30	14.15 Pan Mama (36, 37)				17.45 Życie na kredyt 8 (9, 10) – reality show	

OBYCZAJOWY



20.50 Echo serca (6) – Polska 2019

Podczas wyścigu Krzysiek doznaje poważnych obrażeń. Jan, by go ratować, usuwa mu nerke. Rodzina pacjenta oskarża go o handel organami. Magda wspiera lekarza.

- 21.40 Na sygnale (651, 652) – serial fab.-dokum.
 22.40 Moje przeboje (5)
 23.15 Dziennik regionów
 23.40 Matki, żony i kochanki (17)
 0.40 Rodzinka.pl (268)
 1.10 Szlakiem miejsc niezwykłych: Pomniki historii (3)

MAGAZYN KULINARNY



18.35 Okrasa lamie przepisy

Prowadzący wybierze się do nadleśnictwa Ryteł. Znajduje się tam stara wyluszczeniarnia nasion. Karol podzieli się m.in. przepisem na placki z maki ziołowej.

- 19.40 Makłowicz w podróży – mag.
 20.15 Postaw na milion
 22.10 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (45) – pr. rozr.
 22.50 Kabaret Letnia Porą (12) – pr. rozrywk.
 23.50 Do śmiechu! (77)

REALITY SHOW



22.00 Gry małżeńskie (211, 158, 159)

Tym razem widzowie zobaczą poczynania Wiktorii, która szuka swojej drugiej połowy. Na randki zapraszają ją Karol, Jan i Filip. Dziewczyna musi odgadnąć, który z nich wciąż jest singlem.

- 1.00 Kolacja w ciemno (21, 22) – program rozrywkowy
 3.05 Więzienie kobiet (19, 20) – serial dokumentalny, Polska
 4.00 Zdrady (159, 160) – serial paradokum., Polska 2021

ROZRYWKOWY



20.00 Gwiazdy Kabaretu (175, 164) – program

Artyści z Kabaretu Rewers zaprezentują skecze: „Nauczyciel u lekarza”, „W markiecie zakupy” i „Pysy psyt”. Wykonają piosenkę „Love Zł Story”.

- 22.05 Wyspa strachu – thriller, USA 2009, 120 min
 0.05 STOP Drogowka
 1.05 Love Island.
 2.05 Wyspa miłości (30)
 2.40 Hardkorowy lombard 3 (22) – dok.
 2.40 Interwencja – mag.
 2.55 Śmierć na 1000 sposobów (1)

ROZRYWKOWY



22.00 Ostre cięcie 12 (8)

Matka i córka, Gabriela i Graziella, wspólnie prowadzą salon w stolicy Dolnego Śląska. Dzieli je ognisty temperament. Prowadzący są świadkami pełnych napięcia sytuacji.

- 23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 21 (6)
 0.00 Gogglebox. Przed telewizorem 18 (1)
 1.00 Diablenie boskie 2 (9, 10) – reality show
 1.55 Damy i wieśniaczki. Za granicą 2 (3, 4)
 3.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (514)
 4.20 Szpital (606)

ROZRYWKOWY



17.40 Kuchenne rewolucje (6, 5, 7)

Magda Gessler szuka pomysłu na przyciągnięcie gości do restauracji Izzy w Gródzisku Wielkopolskim. Współpraca z macedońskimi przyjaciółmi nie zapewniła jej sukcesu.

- 20.50 Jestem z Polski (15) – serial dok., Pol. 2023
 21.50 Jestem z Polski 16 (20) – serial dokum.
 22.50 Hotel Paradise 6 (26)
 23.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9
 1.35 Dorota was urządzi! (8) – program rozrywk.

TVP HD

- 8.55 Ojciec Mateusz 21 (268, 269) – krym., Pol. 2019
 10.45 Gra słów. Krzyżówka
 11.20 Na sygnale (656, 657)
 12.25 Ojciec Mateusz 6 (79)
 13.20 Komisarz Alex 4 (43)
 14.15 Ranczo 7 (85, 86) – obycz.
 16.10 Postaw na milion – telet.
 17.10 Okrasa lamie przepisy
 17.45 Makłowicz w podróży
 18.20 Ojciec Mateusz 25 (322)
 19.20 Ranczo 7 (89) – obycz., Pol.
 20.10 Rodzinka.pl (291, 292)
 21.25 Ojciec Mateusz 34 (437)
 22.20 Pole rażenia – thriller, USA 1993, reż. Rowdy
 0.15 Profilerka (10-12)

TVS

- 5.30 Pasma ciekawostek
 6.00 Telesprzedaz
 10.05 Działaj w regionie – inf.
 10.15 Pogoda
 10.20 Przy muzyce po Śląsku
 10.50 Wochenblatt TV – pr. inf.
 11.10 Działaj w regionie – inf.
 11.15 Pogoda
 11.25 Muzyczne dzień dobry
 12.45 Klasyki i Lachy – pr. rozr.
 14.15 Spotkanie z balladą
 16.45 Muzyczne podróże
 17.50 Weekend z TVS – pr. rozr.
 18.00 Koncert żywcem
 19.05 Weekend w TVS – pr. rozr.
 19.15 Koncert w TVS – pr. muz.
 23.05 Szlagierowa lista – muz.
 1.05 Program muzyczny

ZOOM

- 8.00 Strażnik Teksasu 9 (9, 10) – serial sensacyjny, USA
 10.00 MacGyver 3 (6, 7) – sens.
 12.05 Pułapki umysłu (5) – dok.
 13.15 Wiojny magazynowe: Kanada 2 (17, 18)
 14.25 Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (7)
 15.30 Sensacje XX wieku
 17.50 Wojciech Czerwowski – bosko przez świat
 20.00 Kobra – oddział specjalny 24 (3, 4) – sens.
 22.00 Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (8)
 23.00 Magia nagości. Niemcy – reaktywacja (8) – rozr.
 0.00 Magia nagości. Szwecja

TLC

- 11.00 Rodzina 10+ 8 (12) – rozr.
 12.00 Wielkie lato małych ludzi – reality show
 13.00 Czysta żona i mąż 12
 15.00 Wiza na miłość 11
 16.00 Historie wielkiej wagi
 18.00 Wiza na miłość: rajski romans 4 (3) – reality show
 19.00 Mega-sknery – serial dok.
 20.00 Baylen – życie na głos 3 (5) – serial dokumentalny
 21.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show
 22.00 Sekta Mary (1/3) – dok.
 23.00 Dr Przyszytyła 5 – dok.
 0.00 Dr Przyszytyła – kulisy
 1.00 Baylen – życie na głos 3 (5) – serial dokumentalny

C+ KUCHNIA

- 14.55 U sąsiadów w kuchni 13
 15.55 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2 (1)
 16.10 Kulinarna mapa Wielkiej Brytanii (2) – serial dokum.
 16.40 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień
 18.30 Tajemnice indyjskich smaków (3) – serial dok.
 18.55 M jak mięso (5, 6) – dok.
 19.50 Nie bój ryby! (5) – mag.
 20.15 Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków
 21.10 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 7
 23.50 Kolacja z Gavinem Rossdale'em (4) – dok.

TVN TURBO

- 8.20 Nic do zgłoszenia (3)
 9.15 Samochód marzeń – kup i zrób 7 (2) – mag.
 10.15 Cieżarówka przez RPA
 11.15 101 napraw 5 (5, 6) – mag.
 12.15 Jeździć, obserwować (8)
 13.00 Mobilni mechanicy
 14.30 Zawodowi handlarze
 16.00 Wojny samochodowe
 18.00 Raport Turbo – mag. inf.
 18.15 Naprawy nie do naprawy (1-5) – mag.
 22.00 Raport Turbo – mag. inf.
 22.15 Wojny samochodowe
 0.10 Niebezpieczne dziedziny (3, 4) – serial dok., Pol. 2024
 1.40 Najpopularniejsze auta świata (9) – mag. motor.

NOWA TV

- 9.30 Calkiem nowe lata miodowe (2) – kom., Pol.
 10.00 Miodowe lata (18) – kom.
 10.30 Więzienie (123) – dok., Pol.
 11.00 Polrot 13 – serial krym.
 12.55 Polrot 1 – serial krym.
 14.00 Świat według Kiepskich (357, 358) – kom., Pol. 2011
 15.00 Świat według Bundych 8 (178-183)
 18.00 Calkiem nowe lata miodowe (16) – kom., Pol.
 18.30 Miodowe lata (36-39)
 21.00 Zdrady (10) – paradok., Pol.
 2.00 Ślad (44, 45, 109) – krym.
 1.00 Łowca pedofilów
 3.00 TV okazje (113, 114)
 3.50 Wehikuł czasu (710, 709)

METRO

- 12.30 SOS Ekipy w akcji (32)
 13.30 Brzydula (35, 36) – kom.
 14.35 Kiedy ktoś kocha bardziej (7) – obycz.
 15.45 The Floor (9, 10) – telet.
 17.00 Fani czterech kółek 17
 18.00 Prawo Agaty 7 (6)
 19.00 Kartoteka 2 (13)
 20.05 Akademia policyjna
 22.05 Oszuszk
 22.05 przeznaczenie 5 – horror, USA/Kanada 2011, reż. Steven Quale, 115 min
 0.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5 (9) – dok.
 1.00 Formula E: ePrix Chin – podsumowanie

ANTENA HD

- 12.00 Co Polak potrafi na drodze? (16) – pr. rozr.
 13.05 Cieżarówka przez śniegi 2 (3) – serial dokum.
 14.00 Kłątwa Wyspy Dębów
 15.00 Wojny kontenerowe 2
 16.00 Australijscy poszukiwacze złota 3
 18.00 77 TV 5 (5) – pr. rozrywk.
 20.00 Morderstwa we Francji
 22.05 Morderstwa we Francji
 22.05 Correze – film krym., Francja 2019, 120 min
 0.05 Zabójca z autostrady
 1-5 – thriller, Kanada 2011, reż. Allan Kroeker, 110 min

WP

- 12.00 Wariaci za kierownicą 6
 13.00 Makłowicz w podróży
 14.05 Pokochaj lub sprzedaj
 16.00 Pokochaj lub sprzedaj
 16.50 Pogoda
 17.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpac 6 (2)
 19.00 Strażacy z sąsiedztwa
 20.00 Policjanci w akcji (9, 10)
 21.55 Pogoda
 22.00 Mistrzowie Kabaretu 3
 23.00 Przeboje Kabaretu (2)
 0.00 Mistrzowie Kabaretu 17 (6) – program rozrywkowy
 1.00 Mistrzowie Kabaretu 7
 2.00 Mistrzowie Kabaretu (4)

C+ DOMO

- 14.05 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo (7) – dok., Kan.
 15.00 Kupcie sobie zamek! 2
 15.55 Przekopiey Ci ogródek (2, 3) – dok., Pol.
 16.50 Gardeners' World 14 (9)
 18.00 Ucieczka na wieś 22 (14)
 19.00 Wielkie projekty: Szwecja 3 (6) – serial dok.
 20.00 Daleko od miasta 11
 21.00 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo (8) – dok., Kan.
 21.55 Wielkie projekty: Australia 11 (1) – dok.
 23.05 Pomocy! Kupiliśmy wioskę (17, 18) – dok.

HGTV

- 10.50 Letnia chata na lata (8, 9)
 11.50 Usterka 11 (14) – fab.-dok.
 12.30 Usterka 10 (2) – fab.-dok.
 13.00 Moje miasto, mój dom 9
 15.05 Miejskanie na miarę
 17.00 Polowanie na ogród 4
 18.15 Weekendowa metamorfoza 4 (1, 2)
 20.10 Będzie pięknie (1) – rozr.
 21.15 Zgłoś remont 4 (5) – rozr.
 22.10 House Hunters – Poszukiwacze domów 10 (7, 8) – pr. rozr.
 23.20 House Hunters – Poszukiwacze domów (2, 3) – program rozrywk.
 0.25 Usterka 11 (10, 12, 16) – serial fab.-dok., Pol. 2019

POLSAT 2 HD		SUPER POLSAT DVB-T2		TV 6 DVB-T		BBC FIRST HD		STACJE DZIECIĘCE		STACJE INFORMACYJNE	
5.50 Wydarzenia		6.45 SuperLudzie Extra (28) – magazyn		6.00 Więzienie (162, 163) – serial dok., Pol. 2023		6.00 Zagadki doktora Blake'a 3 (6) – krym.		11.10 Odo (40-42) – anim.		7.30 Jeden na jeden	
6.30 Nasz nowy dom (302) – reality show		6.55 Na ratunek 112 (714, 715) – paradok.		6.55 Policjantki i Policjanci (709, 710) – serial obycz., Polska		6.55 Death Valley (5, 6) – serial kom., Wlk. Bryt.		11.35 Stacyjkowo (7, 8)		8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody	
7.30 Na ratunek 112 (929, 930) – serial paradokum., Pol. 2024		7.55 Doktor Martin (59, 60) – serial obycz.		8.55 Kobra – oddział specjalny (28, 29) – serial sens., Niemcy		8.40 Lewis 5 (3) – krym.		12.25 Domisie – dla dzieci		9.55 Biznes – pr. publicyst.	
8.30 Sekrety rodziny (387-389) – paradok.		10.00 Wydarzenia		10.55 48h. Zaginieni (148-150) – serial kryminalny, Pol. 2022		9.40 Ojciec Brown (4)		13.00 Kocie kalamburki (6, 7) – pr. dla dzieci		10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody	
11.30 Trudne sprawy (951) – serial paradokum.		10.30 Świat według Kiepskich (368, 369)		13.55 Policjantki i Policjanci (1200) – serial obycz., Polska		10.40 Śmierć pod palmami (5) – krym.		13.20 Tru i Tęczowe Królestwo (14)		10.55 Biznes – pr. publicyst.	
12.30 Dlaczego ja? (1352, 1353) – paradok.		11.35 Twoja Twarz Brzmi Znajomo (194) – rozr.		14.55 Uroczysko (45, 46) – krym., Pol. 2023-2024		11.45 Zagadki doktora Blake'a 3 (6) – krym.		13.45 Świnka Peppa 7		11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody	
14.30 Świat według Kiepskich (539-543) – serial kom., Polska		13.30 Bitwa o palety (5)		16.00 Kobra – oddział specjalny (30, 31) – serial sens., Niemcy		12.55 Zabójcze arcydzieła (1, 2) – krym., Irlandia		14.10 Pająk Lucas 2 (27, 28)		11.55 Biznes – pr. publicyst.	
17.00 48h. Zaginieni (159, 160) – krym., Pol.		14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (63) – reality show		18.05 Strażnik Teksasu (14, 15) – serial sensacyjny, USA 1999		15.00 Ojciec Brown 7 (9) – krym., Wlk. Bryt. 2019		14.30 Oli i Luna (27, 28)		12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody	
19.00 Gliniarze (997) – serial paradokum.		16.00 Ninja Warrior Polska (37)				16.00 Lewis 5 (3) – krym.		14.55 Oktonauci (27, 28)		13.55 Biznes – pr. publicyst.	
20.00 Ślad (73) – krym., Pol.		17.55 Świat według Kiepskich (466, 467)				17.00 My Life is Murder 3 (3) – serial kryminalny		15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (14) – mag.		14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody	
21.00 Gliniarze (792) – serial paradokum.		19.00 Rolniczki (13) – dok.				18.00 Morderstwa w Midsomer 22 (1) – krym., Wlk. Bryt. 2020		15.40 Billy – chomik, który został kowbojem (23, 24) – serial anim.		14.55 Biznes – pr. publicyst.	
DRAMAT SENSACYJNY		THRILLER		KRYMINALNY		KRYMINALNY		ANIMOWANY		PUBLICYSTYCZNY	
22.00 Na linii ognia FILM – USA 1993, 165 min Były ochroniarz Frank dowiaduje się, że zawodowy zabójca planuje zamach na prezydenta. Zatrudnia się w obstawie polityka. Nawiązuje romans z agentką Lilly.		21.00 Bestia – Islandia/Jap./USA 2022, reż. Baltasar Kormákur, 115 min Doktor Nate Samuels po śmierci żony chce naprawić relacje z córkami. Zabiera je do RPA. Wyprawa zamienia się w walkę o przetrwanie, gdy stają się oni celem lwa.		20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (49, 50) – USA 2004 W most uderza jacht ze zwiłkami jednego z najbogatszych ludzi w Miami. Okazuje się, że syn ofiary został uprowadzony. Zespół rozpoczyna poszukiwania.		21.00 Lynley (5, 6) – Irlandia/Wielka Brytania 2025 Thomas postanawia spędzić dzień wolny od pracy w parku krajobrazowym Norfolk Broads. Nieoczekiwanie znajduje tam ciało mężczyzny. Rozpoczyna śledztwo.		We wsi nadszedł czas zbiorów. Marinette chce, by Jake pomógł im w pracy, ale dziadek, który nie lubi chłopca, nie zgadza się na to.		Przy jednym stole spotkają się przedstawiciele różnych ugrupowań, instytucji i urzędów, aby prowadzić dyskusje dotyczące polityki, społeczeństwa i gospodarki.	
0.45 Sąsiedzi – komedia, FILM USA 2014, 120 min		22.55 21 Jump Street – komedia kryminalna, USA 2012, 140 min		21.55 Kości (111, 112) – serial kryminalny		23.05 Tajemnice Brokenwood 12 (2)		18.30 Idęks i Nieugięci		21.00 Polska i świat – inf.	
2.45 Wydarzenia		1.15 Backdoor. Wyjście awaryjne (2) – kom.		23.55 Resident Evil: Zaświaty – horror, Niemcy/Francja/Wielka Brytania 2010, 125 min		0.55 Annika (2) – krym.		19.00 Pety i Bill		22.00 Szkło kontaktowe	
3.25 Ewa gotuje (553) – magazyn kulinarny		1.45 Świat według Kiepskich (400-403)		2.00 Krejzi patrol (28-32)		2.00 Morderstwa w Midsomer 22 (1)		19.10 Czarodziejskie miasteczko Pinokia		23.00 Dzień po dniu – mag.	
4.00 Strzelnica Navala (7) – magazyn sportowy		3.55 Nasz nowy dom (255, 256)		4.35 Kochane pieniądze (6) – serial paradok.		3.45 My Life is Murder 3 (3) – serial kryminalny		19.25 Piotruś Królik		23.40 Biznes – pr. publicyst.	
5.10 Drwale (2) – dok., Pol.						4.30 Moja rodzinka 2 (12)		19.50 Wegezaury 2		0.00 Fakty po Faktach	
5.30 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.						5.00 Zagadki doktora Blake'a 3 (6) – krym.		19.55 Lupin wśród bajek		0.45 Bez kitu – pr. publ.	
POLSAT PLAY HD		FOOD NETWORK HD		POLSAT RODZINA HD		BBC LIFESTYLE HD		NICK JR. HD		POLSAT NEWS HD	
6.00 Budowlancy (9) – dok.		13.10 Apetyt na miłość (6)		12.05 Bogaty dom – biedny dom (138) – reality show		12.30 Najdroższe bufety świata – dok., Wlk. Bryt.		17.30 Pan Krokodyl 2 (7, 5)		14.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny	
6.30 Kolowrotek (203) – mag.		14.10 Akcja: Restauracja! (4)		13.00 Rodzina zastępcza (223, 224) – kom., Pol. 2006		13.30 Bake off: zawodowcy 3		17.55 Barabapa – szczęśliwa rodzinka (3) – serial anim.		14.55 Pogoda	
7.00 Dorwać tuńczyka (10, 11)		15.10 Miasto smaków Guya Fieriego (3) – reality show		15.00 Wielkie wycieczkowce		14.30 Wielkie brytyjskie wypieki 13 (6) – pr. rozr.		18.10 Barabapa i jego rodzinka 2 (3) – anim., Fr.		15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny	
9.05 Wojny magazynowe		16.15 Kuchenne rewolucje (9)		16.00 Świat z góry (6, 7) – dok.		15.40 Zapraszam do stołu: Wielka porcja 19 (8)		18.40 Dora 2 (5) – serial anim.		15.50 Sport, pogoda	
10.00 Wojny kontenerowe (14, 15) – serial dok., USA		17.15 Sexy kuchnia Magdy Gessler (3) – mag. kulin.		17.15 Pingwiny z Madagaskaru 3 (15)		17.50 Wymarzone domy 2 (5)		19.00 Przygody Misia Paddingtona (5) – anim.		15.50 Wydarzenia 15:50	
10.55 Hardkorowy lombard (52-57) – serial dokum., USA		17.50 Miłość od kuchni (9)		17.45 Pingwiny z Madagaskaru (1-3)		18.50 Mistrzowie ceramiki 4		19.30 Przygody Misia Paddingtona 2 (2) – anim.		16.10 Więcej „Wydarzeń” – inf.	
14.00 Polacy za granicą (41, 42)		18.50 Dziecięce mistrzostwa wypieków 11 (10)		19.10 Rodzina zastępcza (308) – serial komediowy, Polska		19.50 Wielkie brytyjskie wypieki 13 (7) – pr. rozr.		19.55 Przygody Misia Paddingtona (5) – anim.		16.30 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.	
16.00 Złomiarze (37, 38) – dok.		19.50 Napad na kuchnię (4)		20.05 Miodowe lata (8, 9, 96)		21.00 Kobiety, skalpel i liposukcja (2) – dok.		20.07 Świnka Peppa (51, 52)		18.00 Najważniejsze pytania	
18.05 Poszukiwacze historii (249, 250, 245, 246) – dok.		20.50 Elitarny turniej wypieków (4)		22.05 Gonitwa – dramat obycz., Australia 2011, 135 min		22.00 Oblicza seksu 2 (3) – dok.		20.17 Świnka Peppa 2 (1, 2)		19.15 Gość „Wydarzeń” – publ.	
20.05 Chłopiaki do wzięcia (491, 492, 469, 470) – dok.		21.55 Pyszne miejscówki (7)		0.20 Broń w hollywoodzkich filmach (5, 6) – serial dokumentalny, USA 2017		23.00 Wystylidne choroby: online (1) – serial dokum.		20.30 Male Królestwo Bena i Holly (10) – serial anim.		21.50 Wydarzenia wieczorne	
22.00 Zawód glina (2) – dok.		22.55 Akcja: Restauracja! 20 (5) – reality show				23.55 Kuchenne koszmary USA 9 (7, 8) – serial dok.		20.55 Barabapa i jego rodzinka 2 (3-5) – anim.		22.30 Dzień na świecie – pr. inf.	
22.55 Łowca pedofilów (168, 170, 211, 190, 187-189)		23.55 Człowiek kontra jedzenie (22-25) – mag.								23.30 Obraz dnia – serwis informacyjny	
4.00 Starożytni kosmici (9, 10)										0.00 Najważniejsze pytania	
TVP KOBIETA DVB-T2		E! ENTERTAINMENT HD		TV TRWAM DVB-T		BBC BRIT HD		MINI MINI+ HD		TVP 3 DVB-T2	
14.35 Omnibus – szycy i mądry – dogrywka		10.40 Plastikowa fuzzerka		16.30 Szusznia walka		9.25 The Best of Top Gear 2021/2022 (4) – mag.		10.00 Baranek Shaun (29-37)		12.30 Rączka gotuje	
15.00 Po prostu na wieś 2 (1)		12.30 Z kamerą u Kardashianów (10, 11)		17.30 Łączy nas historia		10.30 Nadzwyczajne maszyny		11.25 Baczne oczka (10-13)		12.30 Agrobiznes	
15.50 Ojciec Mateusz (11, 12)		14.20 Tyler Henry – medium z Hollywood (1) – pr. rozr.		17.55 Poczet wielkich Polaków – program hist.		11.25 Brytyjskie fabryki 2 (1)		11.55 Marta mówi (9, 10)		13.20 Agropogoda	
17.25 Najwspanialsze ikony natury (6) – serial dokum.		16.10 Plastikowa fuzzerka z Hollywood (1) – pr. rozr.		18.00 Aniol Pański		12.30 Top Gear 8 (4) – mag.		12.59 Marta mówi (11, 12)		13.30 Niebezpieczne związki	
18.30 63. KFPP w Opolu – Autobiografia.		18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.		18.05 Informacje dnia		13.30 Nadzwyczajne maszyny		13.55 Moje urodziny – dla dzieci		14.20 Niezwykłe miejsca	
18.30 63. KFPP w Opolu – Autobiografia.		18.30 Z kamerą u Kardashianów (2, 3)		18.15 Westerplatte młodych		14.35 Cuda inżynierii (3) – dok.		14.00 Basia (8-12) – serial anim.		15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – program religijny	
19.30 Miłość i nadzieja (300)		20.30 Tyler Henry – medium z Hollywood (2, 3) – rozr.		19.00 Msza święta		15.40 Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 4 (4) – telet.		15.10 Kicia Kocia 2 (9-13)		15.20 Serwis Info Dzień – inf.	
20.30 Wichrowe wzgórza (281) – serial obycz., Turcja 2024		22.30 Plastikowa fuzzerka		20.00 Informacje dnia		16.45 Brytyjskie fabryki 2 (1)		15.55 Blazie i megaszusznia 3		15.30 Program lokalny	
21.30 La Promesa – pałac tajemnic (271) – obycz.		0.30 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.		20.20 Śladami historii (7) – dok.		17.50 Top Gear 8 (5) – mag.		17.20 Staś i fajna Babcia		19.30 Dłaczego krowa... – mag.	
22.30 Czego pragną kobiety – komedia, USA 2000, reż. Nancy Meyers, 140 min		1.00 Z kamerą u Kardashianów (10, 11)		21.00 Apel Jasnogórski		18.55 Cuda inżynierii (3) – dok.		17.57 Staś i fajna Babcia (29)		20.45 Kryminalna siódemka	
		3.00 Plastikowa fuzzerka		21.20 Informacje dnia		20.00 Brytyjskie fabryki 2 (2)		18.15 Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia (1, 2) – serial anim., Japonia		20.00 Dziennik regionów – inf.	
				22.00 Opowiedzieć taki pontyfikat.		21.00 Inżynierowie Hitlera: budowa III Rzeszy (1, 2)		18.40 Dora i przyjaciele (13, 14)		20.13 Gość Regionów – pr. publ.	
				Dziennikarze o Janie Pawle II – film dok., Pol.		23.00 Top Gear 8 (4) – mag.		19.35 Kicia Kocia (10-13, 1)		20.30 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – pr. publ.	
						0.00 Top Gear 19 (7) – mag.		20.25 Mały Charlie (9-13)		21.00 Program lokalny	
										22.00 Dziennik regionów – inf.	
										22.30 Złoty chłopak (192)	

USTAWIENIA TELEFONU, KTÓRE WARTO WŁĄCZYĆ

TWÓJ OSOBISTY LEKTOR



Wejdź w „Ustawienia”, przewiń ekran do sekcji „Ułatwienia dostępu”, a następnie wybierz „Skrót: Przeczytaj na głos” – i zezwól na działanie usługi. Otwórz ponownie „Skrót: Przeczytaj na głos” i zaznacz opcję „Przycisk ułatwień dostępu”. Aby lektor odczytał tekst, kliknij ikonę głośnika,

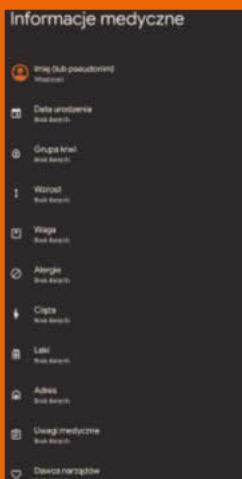
k którą od tej pory będzie widoczna na ekranie – następnie zaznacz treść SMS-a lub fragment artykułu, którego chcesz posłuchać. Możesz ustawić szybkość i ton mowy oraz wybrać głos jednego z 7 lektorów dostępnych w języku polskim.

UKRYTE MOCE SMARTFONA

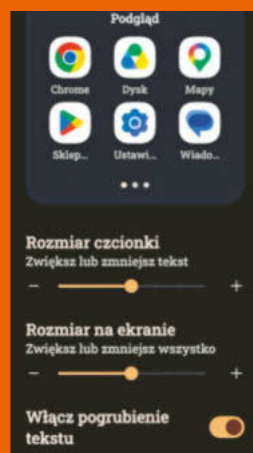
➔ Android skrywa funkcję, które po włączeniu w Ustawieniach zwiększą twoje bezpieczeństwo i komfort korzystania z telefonu. Pozwalają też uruchomić lektora odczytującego SMS-y i artykuły ze stron www. Pokażemy, jak to zrobić, na przykładzie Motoroli Edge 40 Neo – w innych modelach nazwy opcji mogą się różnić, ale warto poszukać ich na własną rękę.

NA WSZELKI WYPADEK

W „Ustawieniach” otwórz „Bezpieczeństwo i tryb alarmowy”, a następnie wybierz „Informacje medyczne”. Możesz tam wpisać m.in. przyjmowane leki, alergię oraz inne ważne dane zdrowotne – ratownicy zobaczą je bez odblokowania ekranu. Przejdź do „Bezpieczeństwo i tryb alarmowy”, wybierz „Kontakty alarmowe”, kliknij „Dodaj kontakt” i wskaż osobę z listy kontaktów, aby w razie potrzeby można było do niej zadzwonić bez odblokowywania twojego telefonu.



CZYTANIE, KTÓRE NIE MĘCZY



Niezależnie od wielkości ekranu telefonu możesz dodatkowo powiększyć i pogrubić tekst, co wyraźnie poprawia jego czytelność i komfort korzystania. Wejdź w „Ustawienia”, wybierz „Ułatwienia dostępu”, a następnie przewiń w dół do opcji „Rozmiar na ekranie i tekst”. W tym miejscu zwiększysz rozmiar czcionki oraz elementów wyświetlanych na ekranie – wystarczy przesunąć suwaki w prawo. Po włączeniu opcji „Pogrubienie tekstu” litery staną się bardziej wyraziste.

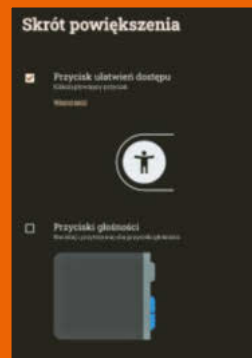
NA RATUNEK

Smartfon może automatycznie zadzwonić na numer alarmowy lub wysłać SMS-a z lokalizacją do wybranych osób po 5-krotnym naciśnięciu przycisku zasilania. Aby włączyć tę funkcję, wejdź w „Ustawienia”, wybierz „Bezpieczeństwo i tryb alarmowy”, potem „Otwórz aplikację Bezpieczeństwo osobiste”. Zaloguj się do konta Google, na dole ekranu kliknij „Funkcja”, w sekcji „Połączenia alarmowe” wybierz „Zarządzaj ustawieniami” i włącz „Połączenia alarmowe”. Kontakty dodasz tak jak w ramce „Na wszelki wypadek”.



CYFROWA LUPA

Litery są za małe i trudno przeczytać treść SMS-a lub artykułu w internecie? Wejdź w „Ustawienia”, przewiń ekran w dół i wybierz „Ułatwienia dostępu”, potem kliknij „Powiększenie” oraz „Skrót powiększenia”. Włącz „Przycisk ułatwień dostępu” – na ekranie pojawi się ikona lupy, dzięki której w każdej chwili powiększysz wybrany fragment. Dotknij jej, a potem dwukrotnie stuknij miejsce, które chcesz przybliżyć. Aby wrócić do standardowego widoku, ponownie kliknij ikonę lupy.





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



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

TELEWIZOR ODBIERA FONIE, ALE BRAK OBRAZU

PAN TADEUSZ ma telewizor 20", Sony KDL 20S4000 z 2008 roku. Nigdy go nie zawiódł, a korzystał z TV kablowej, osiedlowej, potem z Orange światłowodowej, a teraz znów z osiedlowej, tyle że ma problem z odbiorem. Telewizor odbiera fonie, ekran w górnej części pokazuje napisy, a dolna część jest ciemna, brak wizji. Wygląda na to że nie jest przystosowany do odbioru aktualnego sygnału. Czytelnik pamięta, że przed laty informowano o zmianach w TV naziemnej. Pyta, jak przywrócić odbiór wizji? Słyszał, że ktoś dostał jakąś „kostkę” do wkładania w port HDMI.

JK Faktycznie telewizor jest już „pełnoletni”. Wprawdzie posiada dekodery cyfrowe TV naziemnej, ale systemu MPEG-2. Jeśli tuż po zakupie telewizora korzystał Pan z telewizji osiedlowej, która retransmituje kanały naziemne, to telewizor odbierał je bez problemu, bo ma wbudowany tuner telewizji analogowej. Odkąd w 2013 roku TV naziemna w Polsce przeszła na system cyfrowy w standardzie MPEG-4, Pański telewizor przestał odbierać kanały naziemne, bo nie ma w sobie dekodera

MPEG-4. Gdyby nie miał tunera DVB-T / MPEG-2, to nie wyszukałby kanałów cyfrowych i nie słyszałby Pan przekazu fonii, która nadal kompresowana jest w MPEG-2. Odbiór telewizji Orange z pewnością odbywał się za pomocą zewnętrznego dekodera połączonego z telewizorem kablem HDMI. Sam telewizor w takim przypadku pełnił funkcję monitora i o użyciu wewnętrznego tunera telewizora nie było mowy. Podobnie mogło być z dekoderni telewizji kablowej. Jeśli teraz wrócił Pan do odbioru kanałów z „kablówki” i pojawił się opisany problem, to dość prosto można go rozwiązać. Zaczęłbym jednak od ustalenia, co z „kablówki” chce Pan oglądać i w niej jest dostępne w przekazie niekodowanym, bo wszystkie sieci kablowe większość swoich kanałów kodują. Jeśli interesuje Pana tylko niekodowana TV naziemna, to wystarczy zakup zewnętrznego dekodera DVB-T2 w sklepie telewizyjnym. Jeśli z oferty sieci kablowej interesuje Pana coś więcej, to należy podpisać stosowną umowę z operatorem sieci, wybrać abonament i pobrać od operatora właściwy dekodery. Dekodery łączymy kablem HDMI z telewizorem, a kanały wybieramy z pilota dekodera.

ROZWIĄZ DLA PRZYSZŁOŚCI



platynowiec, l. at. 45		stolica Łotwy	żona lorda		bombardowanie
Wojciech „Alternatywy 4”			... Kalmus, aktorka		
Natalie „Obsesja”					
			jej nie wypada zastępować gips		
„Gorzkie ...”, film		potężna małpa			
				5	strzęp waty
wyścigowka		świeci nad witrzyną	dyskrekcja		
	3			grecka bogini zwycięstwa	filozof z Królewca
niejedno w menu	... Koźmichowska, „Drużyna szansa”	logo			
ozdoba posadzki					
		imię Dymy	w ręku kelniera		gorzki piotłunu
... Suzin, legendarny spiker		dowód jakości			1
				futro z tchórze	powieść Zoli
aprobata		większy od morza			
przełożony		serial o Łęckiej			
				równowagi popyt	mały pies myśliwski
model Fiata		otoczony fanami	lanca, włócznia		
np. żółw	2			okres w dziejach	... odwagi
			ściana pudła gitary		
polski półwysep	kawałek świecy			4	
			króluję 1.04		

LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓŁ UTWORZĄ HASŁO

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



TITAN OS SIĘ ROZWIJA

TITAN SMART TV W systemie Titan OS, obecnym w telewizorach Philips, będzie dostępny serwis Apple TV, z takimi hitami jak np. „Ted Lasso”, „Rozdzielenie”. Najpierw pojawi się w wybranych modelach z 2025 roku i nowszych, a potem w kolejnych. Co więcej, Titan OS trafi do nowych telewizorów Sharp.

HEAVY METAL I ROCK

arte STREAMING Prawdziwa gratka dla wielbicieli ciężkiego grania – mogą obejrzeć dziesiątki koncertów z festiwalu Hellfest 2026 (18-21 czerwca) na platformie Arte.tv całkowicie za darmo. Wystarczy wejść na stronę, wybrać zespół, np. Anthrax, Papa Roach, Sepultura, i poczuć klimat tego muzycznego święta.



obsiane zbożem	Samum", film	kwiat Nilu	▼	bez- żeństwo kleru	▼	na cześć jubilate	▼	oszlony otwór w ścianie	medal, order	▼	szef juhasów prowadzi ją Karol Strasburger		▼	pszenney lub razowy	▼	widowisko rewiowe
▶	▼	▼		rodzaj kilofo	▶						7	zawód, profesja	▶			bolesne baty
galopka	▶					lekka łódź sportowa	3	▶	pieśń protestu	film o profe- sorze Wilczurze						▼
himalajski stwór																
▶				pochyłość	▶					bloczek na bal		prawoślaz wysoki	▶			
„Włoska ... z Charlize Theron	▶		5						kuzyn żyrafy	▶				stolica Norwegii		repy- menda
▶						zuch, śmiałek	▶									
				śpiewa „Skyfall”	▶	starszy niż strit				6		grupa nacisku	▶			
perłowa na ozdoby		wiewiór- ka workowa- ta	▶						darmowy upominek	▶					krzywo- nosa wśród ptaków	milczek
... Craig, aktor		ma l.at. 41	ścieżka przez bór	▶						główny wątek		okręg, okolica		włącza się przy próbie włamania		
▶								prze- strzeń radiowa	▶				100 centów	▶		1
damskie buty jesienne				w ręku policjanta				Jerzy „Wodzirej”	▶	samica jelenia		poprze- dza dowód	▶		grząski teren	edukacja
... Prus, autor „Laiki”	▶									8		miasto nad Dziwną		kompan Portosa	gmach ze skarbcem	
▶																
				ojciec	▶						spokoju owad w paski	▶			głos ładysza	ma l.at. 88
pustynia w Azji			stawiał piece	▶					odpala dynamit	▶			2		imperty- nent	▶
▶																
			4									przejaw	▶			
z niej narybek				zasłużona dla prze- stępcy	▶									fusy w kubku	▶	
									sala w greckiej świątyni	▶						

LITERY Z PONUMEROWANYCH
PÓŁ UTWORZĄ HASŁO

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

REDAKCJA & WYDAWNICTWO

Adres redakcji: ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa, adres mailowy: redakcja@toiowo.pl
Redaktor naczelna: Marta Lubartowska **Redaktor zarządzający:** Artur Kosiński **Hub Rozrywka i TV:**
Red. zarządzająca: Aneta Nawrocka **Planner:** Adam Piosik **Koordynator:** Dorota Skalska **Redaktorzy:**
 Andrzej Czapski, Bogumiła Deka, Ewa Gassen-Piekarska, Marzena Juraczko, Joanna Kołakowska,
 Iwona Leonczuk, Paulina Miluska, Hanna Miłkowska, Maciej Misiorny, Joanna Pasztelańska, Mirosław Piwowarek,
 Katarzyna Sobkowicz-Rusiecka **Hub Poradniki:** **Red. zarządzająca:** Monika Bobowska **Hub Graficzny:** **Dyrektor:** Robert Latek
Lider: Mirosław Orzechowski **Koordynator:** Marcin Makarewicz **Graficy:** Edyta Ciuchta, Dominika Kraśnicka-Walinowicz,
 Sławomir Kozłowski, Agnieszka Głewicka, Małgorzata Porebska, Piotr Piórkowski **Hub Fotoedycji:** **Lider:** Agata Zasada
Koordynatorzy: Emil Przygodzki, Magdalena Wojno **Fotoedycje:** Magdalena Dąbek-Makowska, Ludmiła Jeruchimowicz,
 Anna Jurczewska, Grzegorz Lech, Karolina Liżewska, Mirela Tafińska **Sekretariat:** Aleksandra Kominek



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



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



SUDOKU

PUSTE POLA WYPEŁNIJ TAK, ABY W KAŻDEJ KOLUMNIE, KAŻDYM RZĘDZIE I KWADRACIE
OBWIEDZIONYM POGRUBIONĄ LINIĄ ZNALAZŁY SIĘ CYFRY OD 1 DO 9.

	7	3			6			
8	2		1			6		5
			2					
3	1							6
	5	7				2	1	
9							3	4
					9			
1		4			5		8	7
			4			5	9	

	7	3			6			
8	2		1			6		5
			2					
3	1							6
	5	7				2	1	
9							3	4
					9			
1		4			5		8	7
			4			5	9	

... Bona- parte, generał	▼	prowadzi „Sprawę dla reportera”	ogół gatunków roślin	▼	... Dylan, muzyk gatunek sera	▼	wypukłość wnęka	▼	dodane do piernika	▼	cyfra binarna czeskie miasto	▼	niegdyś haracz zamiast guzika	▼
►					▼		▼	wieś z „M jak miłość”	►		▼		▼	
pod nią spioch		przyjęcie listu	►				2		narząd głosowy	►				
►	6		▼			zmowa		ciężki metal, l.at. 92				portiera		obok Jastarni
... Collette, aktorka		skóra z mesz- kiem	►		1				kamerdy- ner	►		▼		▼
►				rzucony czar	„Pan i ... Smith” z Jolie i Pittem	►			plynie przez Jakuck		ogół księży		sąsiad Jemenu	
„Kto sieje ...”, film Kramera		niemiec- kie auto	►				wyborca	►		▼		5	▼	
►					Sharon ... „Kasyno”	4				ssak z Peru	►			
... Orlich Gniazd		ptasi przełyk	►				ogłoszenie w czasopiśmie	►						
►					... Połu- dniowa z Seulem				3	uraz wy- magający opatrunku	►			

LITERY Z PONUMEROWANYCH
PÓŁ UTWORZĄ HASŁO

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

Usuwa chwasty w 6 sekund i zamienia je w nawóz!

REKLAMA

Bez wysiłku i toksycznych herbicydów

Chwasty zarastają Ci działkę, trawnik lub podjazd przed domem? Ciągłe je pielisz, uważając na to, by nie uszkodzić korzeni kwiatów czy młodych drzewek? A one wciąż odrastają i to się nigdy nie kończy! Ale – jest na to rozwiązanie. Dzięki temu innowacyjnemu urządzeniu będziesz mógł usunąć chwasty w ogrodzie już w **kilka sekund!**

Elektronowy wypalacz został wyposażony w precyzyjną końcówkę, która dociera dokładnie tam, gdzie wyrósł chwast – między kostkami, wzdłuż krawężników czy pod ogrodzeniem – **nie uszkadzając przy tym sąsiednich roślin.** A wypalona resztką? Zamienia się w naturalny popiół, który dodatkowo użyźnia glebę.

Dzięki zastosowaniu technologii płomieniowej **SafeFlame** dysza urządzenia rozgrzewa się do temperatury **600°C**. Wytworzone elektrony wysokoenergetyczne działają bezpośrednio na żywe komórki roślinne, wypalając chwast aż do korzenia. Zniszczeniu ulegają też nasiona chwastów. Efekt? **Zapominasz o chwastach na długo!**

Urządzenie jest wielofunkcyjne i idealnie nadaje się do usuwania chwastów m.in. z:

- podjazdów i chodników,
- ścieżek ogrodowych,
- grobów, żwirowych rabat i wysypanych kamyków.

Z elektronowym wypalaczem chwastów już nie będziesz wydłubywał zielska i mchu spomiędzy kostek brukowych. Nie będziesz musiał stosować środków chwastobójczych. Praca w wyprostowanej pozycji oznacza ulgę w bólu pleców i kolan, który męczy Cię, gdy móżolnie wyrwasz chwasty za pomocą szpachelki i motyki lub pielisz ręcznie.

Jak to działa?

Urządzenie jest lekkie i bardzo proste w obsłudze. Wystarczy skierować dyszę na chwast. Przytrzymać ją nad nim przez 5–6 sekund i już! Po

upartym zielsku nie ma śladu! Urządzenie jest też bezpieczne – ma wbudowane palniki elektryczne bez otwartego ognia (w przeciwieństwie do tradycyjnych urządzeń na gaz ziemny).

Używając elektronowego wypalacza chwastów:

1. **Oszczędzasz czas** (w kilka sekund znikają nawet trudno dostępne chwasty).
2. Nie potrzebujesz trującej chemii – tym samym **zapewniasz bezpieczeństwo zwierzętom domowym i dzieciom**, dbasz o glebę i inne rośliny.
3. **Oszczędzasz swoje plecy i kolana** (nie musisz się schylać, siedzieć w kuckach ani wykonywać prac ogrodowych na klęczkach).

Elektronowy wypalacz chwastów to obecnie **bardzo skuteczna i jedna z najmniej wysiłkowych metod wykorzystania chwastów.** To również idealne rozwiązanie dla osób, które dopiero rozpoczynają swoją przygodę z ogrodnictwem. Wypróbuj go!

- ➔ **lżejszy w użyciu niż kosiarka**
- ➔ **bez chemicznych oprysków**
- ➔ **szybszy niż tradycyjne pielienie**

MULTIFUNKCYJNY!

Za pomocą elektronowego wypalacza pozbędziesz się takich chwastów, jak: podagrycznik, skrzyp, perz, szczawik, pokrzywa, nawłóć, kurdybanek, powój polny czy gwiazdnica. A także usuniesz starą, zeszniętą farbę, rozmożisz łód oraz rozpalisz grill lub kominek.



Szeroka końcówka



Precyzyjna końcówka



Grill



Stare farby



Chwasty

Nie wymaga paliwa ani butelek z gazem; brak emisji CO₂. Przepływ powietrza: 300 l/min. Napięcie: 230 V; moc: 1200 W. Niewielka waga: 1,1 kg; długość: 116 cm; dł. kabla: 35 cm. 2 ustawienia temperatury: 50° i 600°. Rozkłada się na 2 części, co ułatwia przechowywanie.



Minimalne zużycie energii elektrycznej

W naszej ofercie za

189 zł

Produkt dostępny w różnych kolorach

Pn.–pt. 8:00-20:00, sob., nied. 9:00-20:00 (standardowy koszt połączenia telefonicznego dla danego operatora).

TWÓJ OGRÓD BĘDZIE ZACHWYCAŁ!

- ✓ **Usuwa chwasty bez szkody dla innych roślin**
- ✓ **Sprawdza się w trudno dostępnych miejscach, gdzie inne metody zawodzą**
- ✓ **Wypala chwasty łącznie z nasionami i korzeniami**
- ✓ **Nie zaturowa gleby i środowiska**
- ✓ **Użyźnia glebę naturalnym popiołem**

CE Niezawodna jakość potwierdzona certyfikatem

Aby skorzystać z oferty, zadzwoń!

Elektronowy wypalacz chwastów otrzymasz pocztą, nic nie musisz płacić wcześniej – dopiero przy odbiorze przesyłki.

Zadzwoń dziś: 61 300 32 75