NETFLIX Disney+ HBO max prime video CANAL+

PROGRAM TV NR 28/6.07.2026
11.07-17.07.2026
NR INDEKSU 379236
4,29 zł (w tym 8% VAT)

to&owo TV

PONAD 150 OPISÓW FILMÓW NA CAŁY TYDZIEŃ!

SPORT NA ŻYWO

SUPERPUCHAR POLSKI
LECH POZNAŃ – GÓRNIK ZABRZE

PIŁKA NOŻNA: MUNDIAL 2026
MECZE PÓŁFINAŁOWE

TENIS
WIMBLEDON 2026: FINAŁY

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN: LN
BUŁGARIA – POLSKA

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

WYWIAD TO&OWO TV

ALEKSANDRA KOSTRZEWSKA

OPOWIADA O SWOJEJ SAMOCHODOWEJ PASJI I O KULISACH PROGRAMU WYŻSZA SZKOŁA JAZDY s. 4

HEARTSTOPPER FOREVER

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

HAWK

KUMPELE NA ZABÓJ

GORĄCO TAKŻE W TELEWIZJI!

LATO Z RADIEM I TELEWIZJĄ POLSKĄ

9-1-1: NASHVILLE

WIELKI TEST CYFROWEJ FORMY

OSTATNI POJEDYNEK

DRELICH

ISSN 1230-8331
9 771230 833607 28
Numer w sprzedaży do 12.07.2026

eprasa.pl 989b197d00

eprasa.pl 989b197d00

CAŁY SABAT

Trwają prace na planie najbardziej oczekiwanego serialowego powrotu ostatnich lat. A że reaktywowane „Ranczo" nosi podtytuł „Zemsta wiedźm", w nadchodzących odcinkach nie mogło zabraknąć czarujących pań. Do obsady dołączają więc Dorota Stalińska, Katarzyna Maciąg, Karolina (zdj.) i Paulina Chapko, Anna Sroka-Hryń, Joanna Stanecka, Magdalena Wróbel, Karolina Poks oraz Monika Pawlicka. Ich obecność sporo namiesza w życiu mieszkańców Wilkowyj. Twórcy nie zdradzają jednak na razie, kim są nowe bohaterki. Na odpowiedzi musimy poczekać do jesieni, kiedy nowa, sześcioodcinkowa seria zadebiutuje na ekranie. **JK**

ROZBAWI NAS DO ŁEZ?

ZOFIA ZBOROWSKA-WRONA nie traci czasu. Niedawno oglądaliśmy ją w „Love is Blind", który współprowadziła ze swoim mężem Andrzejem Wroną, cały czas pracuje na planie „Młodych glin", a teraz dołączyła do grona uczestników „Taskmastera" – nowego formatu rozrywkowego, sprawdzającego opanowanie i pomysłowość gwiazd oraz ich zdolności improwizacyjne. Aktorka zapowiedziała, że na nagrania do programu szykuje lateksowy kombinezon. Tym samym znamy już całą ekipę pierwszej polskiej edycji show! Z zadaniami oprócz Zborowskiej zmierzą się Wiolka Walaszczyk, raper Żabson oraz aktorzy Rafał Rutkowski i Kazimierz Mazur. **JK**

CZAS SIĘ RUSZYĆ

KANAPOWCY poszukiwani! Ruszył casting do nowej edycji. Od 2020 roku, kiedy program zadebiutował na antenie, już kilkadziesiąt osób zdołało pod czujnym okiem trenera Krzysztofa Ferenca odmienić swoje przyzwyczajenia i odkryć, że od ciągłego podjadania i leżenia przed telewizorem lepsze są dobre samopoczucie i zdrowie. Ostatnio w show mogliśmy oglądać duety matek i córek. Do najbliższej edycji stacja szuka zarówno kobiet, jak i mężczyzn. Zgłoszenia można wysyłać przez formularz dostępny na stronie TTV – trzeba w nim opisać m.in. swój dotychczasowy tryb życia oraz wyjaśnić, dlaczego jest się idealnym kandydatem do programu. **JK**

BĘDZIE KOMENTOWAĆ

RAFAŁ MAJKA dołączył do ekipy Eurosportu! Brązowy medalista igrzysk olimpijskich z Rio de Janeiro i dwukrotny Mistrz Polski w ubiegłym roku pożegnał się z zawodowstwem, a już niebawem będzie jako ekspert komentował dla nas dokonania kolarzy podczas tegorocznego Tour de Pologne (sam zwyciężył w wyścigu w 2014 roku). – Kolarstwo to nieodłączna część mojego życia. Po latach spędzonych w zawodowym peletonie teraz będę mógł obserwować najważniejszy polski wyścig w innej roli – mówi z radością Majka, który już teraz chętnie udziela się w mediach społecznościowych stacji. Start wyścigu 3 sierpnia. **JK**

Z WIZYTĄ U AMISZÓW

MARCIN PROKOP już teraz przygotowuje dla nas kolejną edycję „Niezwykłych Stanów Prokopa". Dla niego i całej ekipy oznacza to półtora miesiąca w drodze, z dala od domu, często w trudnych warunkach. Tym razem dziennikarz odwiedzi kilka stanów, w tym Montanę, Idaho, Wisconsin, Wirginię oraz Florydę. W planach ma kolejne spotkanie ze wspólnotą preppersów. Liczy też, że uda mu się zajrzeć za kulisy życia Amiszów, którzy raczej unikają kontaktu z mediami. Odwiedzi także Eastern State Penitentiary, uznawane za pierwsze nowoczesne więzienie na świecie. Premiera wiosną przyszłego roku. **JK**

OKŁADKA: TVP, AKPA (2), EAST NEWS (2), MATERIAŁY PRASOWE (6)

FOT: MATERIAŁY PRASOWE (4), EAST NEWS

eprasa.pl 989b197d00

ALEKSANDRA KOSTRZEWSKA

CO PRZESZKADZA JEJ NA POLSKICH DROGACH?

Znamy ją z programów informacyjnych, ale od niedawna jest też współprowadzącą program o motoryzacji, która jest jej pasją.

WYWIAD

Dziennikarka, prowadząca „Teleexpress", a także „Wyższą Szkołę Jazdy", w której dzieli się z widzami motoryzacyjnymi ciekawostkami. W programie nie brakuje gwiazd, samochodowych pojedynków, testów na torze i nostalgicznych powrotów do aut z dawnych czasów.

Od kiedy ma Pani prawo jazdy?

Od czasu, gdy tylko można było je zrobić, czyli od osiemnastego roku życia. Od razu czułam się dobrze za kierownicą. Egzamin zdałam za pierwszym razem i bardzo szybko zaczęłam jeździć autem moich rodziców. To był stary, właściwie w moim wieku, Volkswagen Passat, bez wspomagania. Miał na liczniku z pół miliona kilometrów. To było bardzo duże auto, ale nauczyłam się nim sprawnie parkować i teraz jestem w stanie nawet ciężarówką zaparkować.

Skąd wzięła się u Pani miłość do motoryzacji?

Szczerze mówiąc, nie wiem. Myślę, że bardzo lubiłam tego Passata, którym ja i moje rodzeństwo jeździliśmy z rodzicami na wszystkie wakacje. Miałam z nim mnóstwo fajnych wspomnień. Kiedy zaczęłam jeździć sama, to już byłam z nim zaprzyjaźniona. W pewnym momencie zaczął się już psuć, więc nauczyłam się nawet odpalać silnik przez zetknięcie dwóch przewodów pod maską – mechanik mi to pokazał. I gdy wreszcie trzeba było go sprzedać, to płakałam. Wyjątkowo zżyłam się z tym autem.

Jaki był pierwszy Pani samochód?

Po raz pierwszy kupiłam samochód w Berlinie, podczas zdjęć do programu „Kowalski i Schmidt". Niemiecki dziennikarz, z którym prowadziłam ten program, powiedział, że jego kolega sprzedaje starego Golfa, to chyba była trójka. Zapytał, czy chcę go obejrzeć. Zgodziłam się. Pojechaliśmy, zobaczyliśmy i od razu go kupiłam. Co więcej, wróciłam nim do domu, mieszkałam wtedy we Wrocławiu. Pierwszy raz jechałam sama autostradą! Z perspektywy czasu widzę, że w kwestii samochodów zawsze byłam rzucona na głęboką wodę i zawsze dawałam radę. Może to spowodowało, że zachłysnęłam się motoryzacją.

Bo przychodziło to Pani z łatwością i co więcej sprawiało frajdę?

Chyba tak. Odkąd pamiętam, lubiłam prowadzić auto. Dużo jeździłam ze względu na pracę. Przez dziesięć lat regularnie bywałam w Berlinie. Teraz,

ZA KÓŁKIEM świetnie się czuje. Jeździ, od kiedy zdała egzamin na prawo jazdy. Z dumą przyznaje, że jest dobrym kierowcą.

Z dziennikarzem Tomaszem Korniejewem w programie „Wyższa Szkoła Jazdy".

eprasa.pl 989b197d00

W PRACY

TVP INFO (OD 2024)
Możemy ją oglądać w magazynach informacyjnych tej stacji.

TELEEXPRESS (OD 2024)
Od ponad dwóch lat jest jedną z prowadzących ten program.

FESTIWAL W OPOLU (2026)
Podczas koncertu SuperJedynki. Na zdj. z Maciejem Orłosiem.

kiedy z rodziną jedziemy na wakacje do Włoch czy do Chorwacji, to zawsze autem! Tak najlepiej nam się podróżuje.

A teraz współprowadzi Pani cykl „Wyższa Szkoła Jazdy" razem z Tomaszem Korniejewem. Jak trafiła Pani do tego programu?

To był pomysł naszych szefów, żebym dołączyła do Tomka i bardzo się z tego cieszę. Szybko się polubiliśmy. Podczas realizacji programu mieliśmy czas, żeby lepiej się poznać.

W każdym odcinku pojawia się znana osoba z show-biznesu, która sprawdza swoje umiejętności na torze. Jak Państwa goście dają sobie radę za kółkiem?

Całkiem nieźle. Są tacy, którym idzie od razu dobrze, inni muszą poćwiczyć, bo są pierwszy raz na płycie poślizgowej. To jest dziwne uczucie, bo kiedy wjeżdżamy na szarpak, to on wprowadza auto w poślizg i tracimy nad nim panowanie. Sztuką jest z tego poślizgu wyjść. To duży stres dla kierowcy, zwłaszcza jeśli ktoś pierwszy raz jest w takiej sytuacji. Odwiedzają nas też tacy, którzy jeździli w różnych warunkach i ćwiczyli na torze. Najlepszym przykładem jest aktor Rafał Cieszyński, który bez błędów odnalazł się podczas testu. Widać było, że ani adrenalina, ani motoryzacyjne przygody nie są dla niego nowością.

Jak widać, zdanie prawa jazdy to dopiero początek, bo cały czas warto ćwiczyć swoje umiejętności.

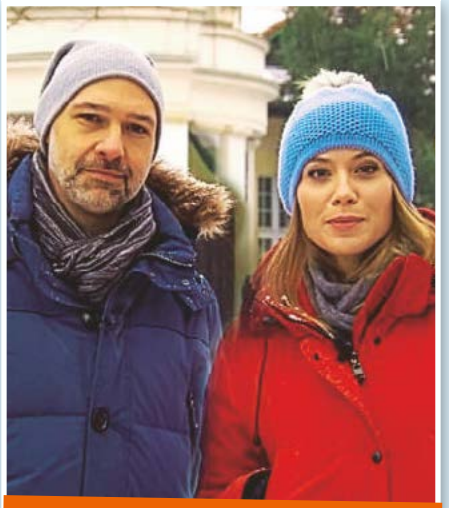
Absolutnie tak! Na torze nasi goście są bezpieczni, ale w prawdziwych warunkach drogowych, gdzie mamy inne auta, znaki drogowe, pieszych, rowy, drzewa, to zupełnie inna sytuacja. Dlatego też wszyscy, którzy przychodzą do naszego programu, zgodnie twierdzą, że warto w bezpiecznych warunkach nauczyć się wychodzenia z poślizgu. Można to wyćwiczyć.

Polscy kierowcy na tle Europy wypadają słabo, wciąż mamy dużo wypadków drogowych. Z czego to się bierze Pani zdaniem?

Na polskich drogach najbardziej przeszkadza mi brak kultury. To jest największy problem. Umiejętności mamy, jeździmy coraz lepszymi autami, które mają systemy wspierające kierowców. Natomiast cały czas brakuje nam kultury i życzliwości. Na przykład, praktycznie nie istnieje wjeżdżanie na suwak. Kiedy kończy się pas i trzeba wjechać na sąsiedni, wpuszcza co któryś samochód. Jest też tak, że jeśli wpuści się jeden, to od razu wjeżdżają trzy, a powinno być na zmianę, jeden na jeden.

Co mogłoby pomóc, żeby to zmienić? Wyższe mandaty?

To ciekawe pytanie, nie wiem jednak, czy mandaty mogłyby pomóc. Cały czas idą w górę, a te sytuacje się nie zmieniają.



Z Danielem Fingerem, z którym prowadziła popularny cykl „Kowalski i Schmidt".

To samo dotyczy prowadzenia auta pod wpływem alkoholu. Przecież jest wprowadzona nawet konfiskata pojazdu i to też nie wpłynęło na zmianę mentalności. Myślę więc, że ma to związek z brakiem dojrzałości i pewnego rodzaju społecznym przyzwoleniem. Wystarczy pojeździć trochę za granicą, zwłaszcza w Niemczech, Austrii czy w Szwajcarii, żeby zobaczyć, na czym polega kultura jazdy. U nas, niestety, wciąż przypomina to walkę o życie. Widać to szczególnie na ulicach większych miast, zwłaszcza w Warszawie. Pamiętam, jak we Wrocławiu, z którego pochodzę, mówiło się, że ktoś jeździ „po warszawsku" i nie było to pozytywne określenie.

Zmieniając temat, proszę powiedzieć, czy bliższa Pani sercu jest piękna suknia, czy dżinsy i skórzana kurtka?

W zależności od sytuacji. Na co dzień stanowczo dżinsy i T-shirt, ale lubię czasem założyć ładną sukienkę. Ostatnio miałam okazję wystąpić w takiej na festiwalu w Opolu. Przyznam, że było to bardzo przyjemne.

Razem z kolegami z „Teleexpresu" prowadziła Pani koncert SuperJedynki. Jak wspomina Pani to doświadczenie?

Naprawdę świetnie! Na co dzień mijamy się z Maćkiem Orłosiem, Bartkiem Cebeńko i Mateuszem Jędrasiem, których bardzo lubię. W Opolu mieliśmy okazję spędzić ze sobą więcej czasu, porozmawiać. Bardzo dobrze czułam się z nimi na scenie. Uważam też, że koncert był fajnie pomyślany i wyreżyserowany.

Na koniec zapytam o auta prowadzone przez sztuczną inteligencję. Są już takie testy. Czy wsiadłaby Pani do takiego samochodu?

W moim przypadku nie wchodzi to w grę. Nie wyobrażam sobie, i mówię to zupełnie poważnie, sytuacji, w której wiezie mnie auto bez kierowcy. Mimo że sztuczna inteligencja coraz bardziej wchodzi w motoryzację, wydaje mi się jednak, że takie auta jeżdżące po naszych drogach, to wciąż odległa przyszłość.

Rozmawiała Marzena Juraczko

→ WYŻSZA SZKOŁA JAZDY
SO 11.07 godz. 18.45 TVP 2

FOT: FORUM, AKPA, MATERIAŁY PRASOWE (4)

eprasa.pl 989b197d00

FILMY SENSACYJNE, KOMEDIE, DRAMATY, SCIENCE

	sobota	niedziela	poniedziałek

SENSACJA

Agent

GODZ. 22.20 ALE KINO+ Żona kierownika placówki CIA w Budapeszcie ginie w zamachu. Wdowiec razem z rosyjską agentką wpada na trop spisku. Kino szpiegowskie z Aaronem Eckhartem i Olgą Kurylenko w rolach głównych.

John Wick

GODZ. 20.00 FILMBOX+ HITS Płatny zabójca porzucił krwawy fach z miłości do żony. Pragnienie zemsty sprawia jednak, że ponownie chwyta za broń. Wypełniony scenami pojedynków film z gwiazdą „Matriksa" Keanu Reevesem.

Nitram

GODZ. 21.40 TVP KULTURA Opowieść o największej masakrze w dziejach Australii. Film skupia się na okolicznościach, które popchnęły sprawcę do zbrodni.

KOMEDIA

Włoskie wakacje

GODZ. 22.35 TVN FABUŁA Osadzona w malowniczej Toskanii opowieść o rodzinnych relacjach. Jack namawia ojca do sprzedaży rodzinnej rezydencji. Muszą ją wyremontować. Wspólny pobyt we Włoszech na nowo ich do siebie zbliża.

Legendy ringu

GODZ. 22.00 METRO Spotkanie na filmowym ringu Roberta De Niro („Wściekły Byk") i Sylvestra Stallone'a („Rocky"). Billy i Henry niegdyś ze sobą rywalizowali. Po latach mają szansę rozstrzygnąć, który z nich jest lepszy.

7 uczuć

GODZ. 22.30 KINO POLSKA Dziewiąta odsłona losów Adasia Miauczyńskiego, w którego wciela się tym razem Michał Koterski. Wspomina on czasy dzieciństwa.

DRAMAT

Nie zostawiaj śladów

GODZ. 20.00 TVP KULTURA Weteran Will mieszka z córką w głębi lasu. Są niemal samowystarczalni. Służby socjalne wymuszają na nich powrót do społeczeństwa. Kolejny poruszający dramat Debry Granik – twórczyni filmu „Do szpiku kości".

System

GODZ. 22.30 TVP KOBIETA Radziecki oficer na własną rękę próbuje wytropić mordercę dzieci. Przez bezkompromisową postawę staje się niewygodny dla zwierzchników. Scenariusz na motywach powieści Toma Roba Smitha.

Podły, okrutny, zły

GODZ. 22.00 STOPKLATKA Historia seryjnego mordercy ukazana między innymi z perspektywy jego życiowej partnerki. W Teda Bundy'ego wciela się Zac Efron.

SF/FANTASY

Men in Black: International

GODZ. 22.30 AXN Kontynuacja kinowego przeboju z nową obsadą. Fani cyklu mogą liczyć na humor, wartką akcję i efekty specjalne. Do organizacji tropiącej kosmitów dołącza agentka M. Okazuje się, że w jednostce działa szpieg.

Player One

GODZ. 22.20 TVN 7 Umiera twórca wirtualnego świata, który oferuje możliwość wcielenia się w dowolną istotę. Ubogi Wade bierze udział w konkursie na jego następcę. Steven Spielberg przeniósł na ekran powieść Ernesta Cline'a.

Dziedzictwo. Hereditary

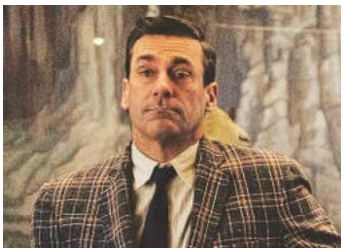
GODZ. 22.00 FILMBOX+ ONE Mariaż dramatu o rozpadzie rodziny z okultystycznym horrorem. Annie mierzy się wraz z bliskimi z mroczną prawdą o zmarłej matce.

eprasa.pl 989b197d00

wtorek | środa | czwartek | piątek

Batman: Początek

GODZ. 20.00 TVN 7 Żądny zemsty dziedzic fortuny staje się strażnikiem Gotham. Oparte na twórczości Boba Kane'a i Billa Fingera losy komiksowego bohatera.



Źle się dzieje w El Royale

GODZ. 21.00 SUPER POLSAT Hotel nad jeziorem Tahoe ma złą sławę. Pewnej nocy spotyka się tam grupa nieznajomych. Każdy skrywa mroczną tajemnicę.

13 godzin: Tajna misja w Benghazi

GODZ. 20.00 FILMBOX+ ONE Terroryści atakują konsulat USA w Libii. Garstka ochroniarzy walczy o życie dyplomatów. Na faktach.

Bogowie ulicy

GODZ. 22.20 TVP HD Stylizowane na dokument kino policyjne. Funkcjonariusze Mike i Brian wpadają na trop makabrycznej zbrodni. Bandyci wydają na nich wyrok.

W jak morderstwo

GODZ. 21.00 POLSAT FILM Miłośniczka kryminałów pomaga policji tropić mordercę w Podkowie Leśnej. Na motywach prozy Katarzyny Stachowicz-Gacek.

Bridget Jones: Szalejąc za facetem

GODZ. 20.45 C+ PREMIUM Dalsze losy bohaterki prozy Helen Fielding. Owdowiała Bridget stawia czoło nowym wyzwaniom.

Po prostu przyjaźń

GODZ. 22.20 TVP HD Wielowątkowa opowieść o paczce przyjaciół, którzy mierzą się z różnymi problemami. Wyprawa w góry pomoże im spojrzeć na nie inaczej.

O północy w Paryżu

GODZ. 22.30 TVP KOBIETA Pisarz odbywa podróż w czasie. Ulega fascynacji muzą malarza. Film Woody'ego Allena nagrodzony Oscarem za scenariusz.

MachoCry Macho

GODZ. 22.20 TVN FABUŁA Doświadczony mężczyzna otrzymuje szansę na odkupienie grzechów z przeszłości. Clint Eastwood stanął po obu stronach kamery.

Przysięga Ireny

GODZ. 21.05 TVP KULTURA Poruszająca historia Ireny Gut-Opdyke. Polska pielęgniarka zaangażowała się w ratowanie Żydów z getta. Zapłaciła za to wysoką cenę.

Czerwone niebo

GODZ. 22.30 ALE KINO+ Pisarz szuka weny w chacie nad Bałtykiem. Jest skazany na towarzystwo innych. Tłem jego rozterek są nawiedzające okolice pożary.

25 lat niewinności. Sprawa Tomka Komendy

GODZ. 20.00 TVN FABUŁA Poruszająca rekonstrukcja prawdziwej historii młodego mężczyzny, którego niesłusznie skazano za zbrodnię.

Kontakt

GODZ. 21.00 SUPER POLSAT Adaptacja książki astronoma Carla Sagana. Eleanor nawiązuje kontakt z pozaziemską cywilizacją. Chce stanąć na czele pionierskiej misji.

Jaś i Małgosia: Łowcy czarownic

GODZ. 21.00 POLSAT FILM Nowe spojrzenie na baśń braci Grimm. Rodzeństwo łowców bestii trafia na godnego siebie przeciwnika.

Pacific Rim

GODZ. 20.00 TVN FABUŁA Ziemia zostaje zaatakowana przez potwory z innego wymiaru. Widowiskowe kino Guillerma del Toro, twórcy „Labiryntu fauna".

Cichę miejsce: Dzień pierwszy

GODZ. 20.00 HBO Prequel filmu o bestiach zwabionych dźwiękami. Samira usiłuje przetrwać ich inwazję, zachowując absolutną ciszę.

eprasa.pl 989b197d00

DUŻO WRAŻEŃ zapewnią nam strażacy z Nashville, były złodziej Drelich i konsultantka prokuratora rozmawiająca z duchami.

Główną rolę w serialu gra ikona kina lat 90., Chris O'Donnell.

Dla Dona najważniejsza jest jego żona Blythe (Jessica Capshaw).

W pracy kapitan może liczyć na syna, Ryana (Michael Provost).

PREMIERA

9-1-1: NASHVILLE

Strażacy muszą ratować uczestników festiwalu.

OBYCZAJOWY Były mistrz rodeo Don Hart dowodzi remizą nr 113, gdzie pracuje razem ze swoim synem Ryanem. Gdy potężne tornado przechodzi przez Nashville i zagraża uczestnikom festiwalu muzyki country, ruszają do akcji ratunkowej. Tymczasem na ich drodze staje Blue – drugi, nieślubny syn Dona. Zjawia się także matka Blue'a, wokalistka Dixie. Zamierza ona wyrównać rachunki z Donem, który przed laty wybrał życie u boku Blythe. Kieruje nią chęć zemsty, ale również desperacka próba zdobycia pieniędzy na operację. Każdy odcinek łączy widowiskowe akcje ratunkowe z burzliwym życiem strażaków, ratowników i dyspozytorów numeru alarmowego 911 w Nashville. **MAM**

→ **9-1-1: NASHVILLE**
WT 14.07 godz. 22.00 FX

DRELICH

OD 1. ODCINKA

KRYMINALNY Marek Drelich (Filip Pławiak) to z jednej strony rodzinny facet, któy razem z byłą żoną Izą (Marianna Zydek) wychowuje dwójkę dzieci, z drugiej – to zawodowy złodziej i włamywacz. Pewnego dnia gdański gangster Wójcik (Paweł Małaszyński) odkrywa rzekomy romans Drelicha ze swoją żoną Mileną (Marta Żmuda Trzebiatowska). Choć dowody wydają się niepodważalne, Marek nigdy jej nie spotkał. Wójcik wysyła do Warszawy swoich ludzi, a na ich celowniku znajdują się najbliżsi Marka. Na dodatek w półświatku pojawia się zlecenie na głowę Drelicha. Podejmuje się go jego dawny mentor – Stryj (Olaf Lubaszenko)... **EGP**

→ **DRELICH PT 17.07 godz. 21.25 TVP 1**

FOT. MATERIAŁY PRASOWE

eprasa.pl 989b197d00

SPLĄTANE LOSY

PREMIERA

TELENOWELA Pochodząca z zamożnej i szanowanej rodziny Münevver (Nilgün Kasapbasoglu) mieszka razem ze swoją pokojówką Suzan (Nesrin Yildirim) w starej, lecz wciąż robiącej wrażenie rezydencji. Pewnego wieczoru studentka pielęgniarstwa Yasemin (Kayra Zabci) podrzuca pod drzwi Münevver, czyli babci, której nigdy nie poznała, swoją młodszą siostrę. Gdy seniorka dowiaduje się, że mała Mine (Hazal Güzel) jest jej wnuczką, o której istnieniu nie miała pojęcia, jej życie się zmienia. Kobieta postanawia odnaleźć córkę, z którą od lat nie miała kontaktu. Stopniowo na jaw wychodzą ukrywane latami kolejne sprawy i tajemnice... **BD**

→ **SPLĄTANE LOSY**
ŚR 15.07 godz. 14.00 TVP 1

Münevver początkowo myśli, że Mine podrzucili wyłudzacze pieniędzy, ale intryguje ją jej naszyjnik.

Pokojówka Suzan zna wiele sekretów pani domu.

Matka Yasemin leży nieprzytomna w szpitalu, a studentka nie może zajmować się i nią, i siostrą. Zostawia Mine u babci, która... nie wie, że ma wnuczki!

OD 1. ODCINKA

Allison (Patricia Arquette) musi pogodzić współpracę z policją z rolą mamy.

MEDIUM

KRYMINALNY Allison DuBois od najmłodszych lat doświadcza niezwykłych wizji i snów, w których spotyka zmarłych. Po trzydziestce postanawia odmienić życie – wraca na studia prawnicze i rozpoczyna staż w biurze prokuratora w Arizonie. Wkrótce odkrywa, że jeden z jej snów ma wiele wspólnego z nierozwiązaną sprawą zabójstwa w Teksasie. Kierując się intuicją, pomaga śledczym połączyć rozproszone tropy. Prokurator Devalos dostrzega jej skuteczność i proponuje pracę konsultantki. Prosi jednak, by ukrywała źródło informacji. Serial „Medium" umiejętnie łączy kryminał, dramat i opowieści o zjawiskach nadprzyrodzonych. **MAM**

→ **MEDIUM**
PO 13.07 godz. 15.30 SCI FI

ZŁOTY CHŁOPAK

TELENOWELA Korhanowie dowiadują się, że Halis musi przejść operację i Ferit (Mert Ramazan Demir) leci do niego. Teşko chce poznać dzieje rodziny – domownicy opowiadają mu o dawnych konfliktach, a także o miłości Halisa i Hattuç, Suny i Abidina oraz Seyran (Afra Saraçoğlu) i Ferita. Młody Korhan w wideorozmowie opowiada synowi, że nim zbudowali szczęśliwą rodzinę, jego związek z Seyran naznaczony był bólem. W ostatnim odcinku dowiemy się też, co wydarzy się 20 lat później. Dorosłe Duru i Hatice zorganizują otwarcie Galerii Sztuki im. Halisa Korhana, gdzie ma zostać wystawiona biżuteria autorstwa Seyran i Ferita. **BD**

→ **ZŁOTY CHŁOPAK**
WT 14.07 godz. 14.00 TVP 1

FINAŁ

– Miłość zmieniła nieśmiałą dziewczynę w wojowniczkę, a zbuntowanego chłopca w mężczyznę – podsumuje Ferit.

Teşko poznaje historie domowników – nie tylko te radosne...

eprasa.pl 989b197d00

WAKACYJNY KONCERT w Ełku, rozmowy na medal z Dariuszem Szpakowskim, Wielki test o cyberbezpieczeństwie, wspomnienie o Zbigniewie Wodeckim, retro teatr.

ROZRYWKA

NA ŻYWO

Kasia Kowalska niezmiennie od lat perfekcyjnie łączy w swoich utworach pop i rock.

LATO Z RADIEM I TELEWIZJĄ POLSKĄ

WIDOWISKO Kolejny koncert w ramach wakacyjnej trasy odbędzie się w Ełku. To trzecie pod względem wielkości, po Olsztynie i Elblągu, miasto w województwie warmińsko-mazurskim. Na scenie zbudowanej na plaży miejskiej nad Jeziorem Ełckim pojawi się plejada gwiazd polskiej muzyki. Wśród nich zobaczymy m.in. Kasię Kowalską i zespół Zakopower z Sebastianem Karpielem-Bułecką na czele. Wystąpią również: Smolasty, Natalia Nykiel, Natasza Urbańska, Skolim, Sztywny Pal Azji, Bovska, Mateusz Ziółko, Wanda i Banda, a także Piotr Pręgowski. Jak widać, każdy, niezależnie od wieku i upodobań muzycznych, znajdzie coś dla siebie. **MJ**

→ LATO Z RADIEM I TELEWIZJĄ POLSKĄ SO 11.07 godz. 20.00 TVP 2

Jedną z gwiazd wieczoru będzie Zakopower.

ROZMOWY NA MEDAL

MAGAZYN O tym, że Dariusz Szpakowski zna się na piłce nożnej, nikogo nie trzeba przekonywać. Dziennikarz jest więc osobą, która może pokusić się o odpowiedź na dręczące kibiców pytanie: czy reprezentacja Polski mogła osiągnąć więcej na mundialach? W analizie różnych edycji mistrzostw świata pomagają mu byli selekcjonerzy Biało-Czerwonych, m.in. Andrzej Strejlau i Jacek Gmoch. Gościem dzisiejszego odcinka będzie Paweł Janas, który prowadził reprezentację przez cztery lata. Prowadzący na pewno będzie dociekał, dlaczego nie udało nam się wyjść z grupy na mundialu 2006, mimo udanych eliminacji. **HM**

→ ROZMOWY NA MEDAL SO 11.07 godz. 15.20 TVP 1

OKRASA ŁAMIE PRZEPISY

KULINARNY Latem sięgamy po świeże produkty, jednak dania w słoikach sprawdzają się cały rok. W upalne lato TVP Rozrywka przypomina zimowy odcinek pt. „Turystyczne słoiki" – Karol Okrasa wyruszył w nim w Bory Tucholskie. Popularne potrawy są tam zamykane w słoikach. Dawniej pasteryzowanie było sposobem na przechowywanie żywności, a przełom przyniosły słoiki Wecka, które upowszechniły domową produkcję przetworów. Dziś wracają do łask. Kucharz przygotuje omlet z wędzonym łososiem, sernik z marakują i śliwkową golonkę z cebulą – wszystko gotowane w słoikach. **MP**

→ OKRASA ŁAMIE PRZEPISY: TURYSTYCZNE SŁOIKI SO 11.07 godz. 07.50 TVP ROZRYWKA

FOT: AKPA (3), EAST NEWS (2), FORUM, TVP (2)

eprasa.pl 989b197d00

WIELKI TEST CYFROWEJ FORMY

TELETURNIEJ Po dwóch latach wraca „Wielki test"! Teleturniej po raz pierwszy pojawił się w TVP 1 w listopadzie 2008 roku. Wówczas zarówno osoby znane z pierwszych stron gazet, jak i „zwykli ludzie" sprawdzali swoją wiedzę na temat historii, ponieważ okazją do przeprowadzenia „testu" była 90. rocznica odzyskania przez Polskę niepodległości. Po przerwie znów będziemy mogli wziąć udział w tej zabawie. Podobnie jak pierwszą edycję, tak i tę poprowadzi Paulina Chylewska, a u jej boku zobaczymy Piotra Jędrzejka, prezentera „Panoramy". Pytania będą dotyczyć bezpieczeństwa w cyberprzestrzeni. **MJ**

→ WIELKI TEST CYFROWEJ FORMY PO 13.07 godz. 21.25 TVP 1

To będzie debiut Piotra Jędrzejka jako prowadzącego ten popularny program.

Paulina Chylewska związana jest z „Wielkim testem" od samego początku jego istnienia.

Porucznik zauważa coraz więcej nieścisłości.

SOBOTA WIECZOREM – NIEDZIELA RANO

TEATR TELEWIZJI Miłośnicy klasycznych kryminałów będą usatysfakcjonowani. Po śmierci Iwony Królak do akcji wkracza dociekliwy porucznik MO (Leonard Pietraszak). Choć początkowo wszystko wskazuje na samobójstwo młodej kobiety, milicjant – rozmawiając z sąsiadkami ofiary – wpada na nowy trop. Odkrywa ślad po uderzeniu na głowie denatki i okruchy gipsu wokół ciała. Gdy zaś dowiduje się, że narzeczonym Iwony był złodziej, który spędził cztery lata za kratkami, wątpliwości ma coraz większe. Spektakl wyreżyserował Andrzej Jerzy Piotrowski, a scenariusz napisał Michał Komar, ukrywający się pod pseudonimem Zdzisław Klonowski. **MAM**

→ SOBOTA WIECZOREM... WT 14.07 godz. 20.00 TVP KULTURA

NIEDZIELA Z...

MAGAZYN Na scenie był obecny prawie 5 dekad. Odszedł niespodziewanie 9 lat temu (22.05.2017), ale pozostawił po sobie niezapomniane przeboje i mnóstwo fantastycznych wywiadów. Dla wielu – jak mówił – był facetem od animowanej pszczoły i gołych kobitek na plaży i choć nie obrażał się o to, czasem ta świadomość go kłuła. – Bo nie po to przecież już jako kilkuletni berbeć ćwiczyłem na skrzypcach po cztery godziny dziennie oktawy, gamy i inne koncerty, by potem ktoś z publiczności wołał; „Dawaj tę pszczołę!" – mówił. TVP Kultura przypomni sylwetkę Zbigniewa Wodeckiego. **EGP**

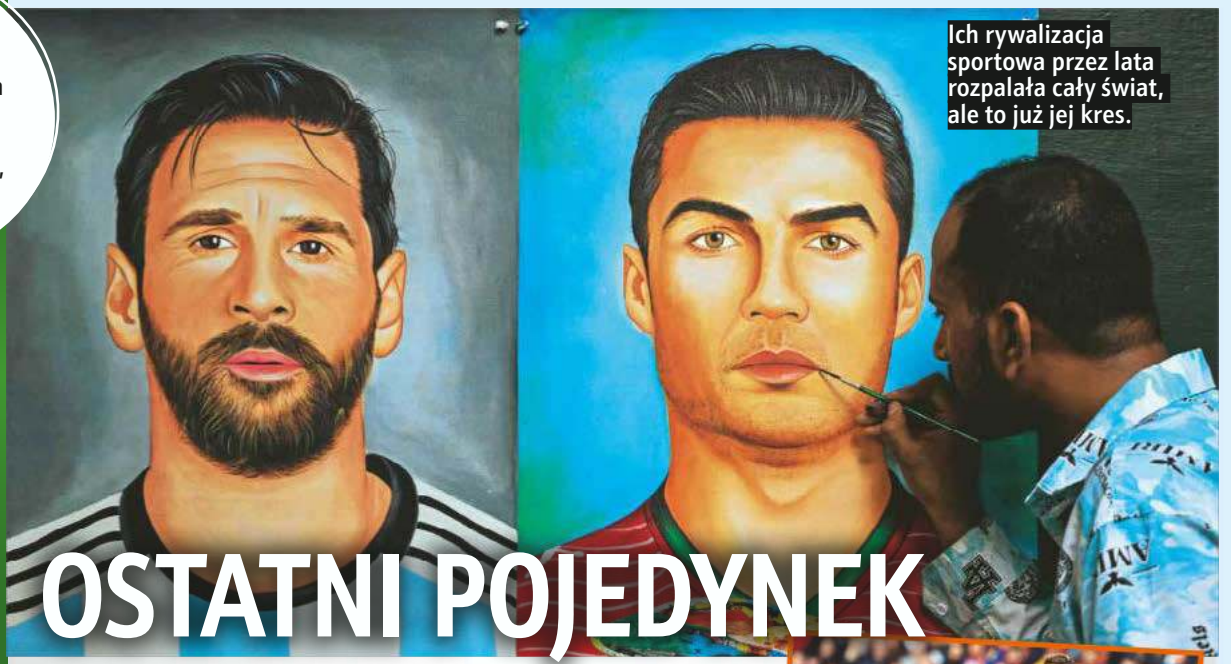
→ NIEDZIELA Z... TWÓRCZOŚCIĄ ZBIGNIEWA WODECKIEGO ND 12.07 godz. 17.15 TVP KULTURA

Zbigniew Wodecki grał nie tylko na skrzypcach, ale także na trąbce.

eprasa.pl 989b197d00

STARCIE TYTANÓW, majestatyczne drzewa, Grecja odczarowana, perła pośród polskich miast, wielkie wędrówki.

DOKUMENT



Ich rywalizacja sportowa przez lata rozpalała cały świat, ale to już jej kres.

OSTATNI POJEDYNEK

MISTRZOWIE PIŁKI Barcelona miała swoją ikonę – Leo Messiego. Real Madryt przez lata szukał do swojego zespołu godnego odpowiednika, aż znalazł go w osobie Cristiana Ronaldo. Przez niemal dekadę ich sportowa rywalizacja skupiała uwagę futbolowego świata. Każdy gol, każdy drybling i każdy gest rozpalały emocje kibiców od Hiszpanii po najdalsze zakątki globu. Argentyńczyk zachwycał magią i lekkością, Portugalczyk imponował siłą charakteru i perfekcją. Razem wynieśli futbol na poziom widowiska totalnego. W 2026 roku ponownie spotykają się na mundialowej scenie, symbolicznie zamykając epokę, która na zawsze zmieniła historię piłki nożnej. **MP**

→ **OSTATNI POJEDYNEK**
WT 14.07 godz. 23.30 TVP 1

Choć na piłkarskich boiskach byli przeciwnikami, zawsze darzyli się szacunkiem.

CIEMNA STRONA STAROŻYTNEJ GRECJI

BEZ MITU Starożytna Grecja kojarzy nam się przede wszystkim z rozwojem filozofii i teatru, narodzinami demokracji. Ten dokument odsłania jej inne, mroczne oblicze – niewolnictwo, okrutne obrzędy i rytuały oraz nieustanne wojny. Twórcy prowadzą widza od pierwszych greckich miast-państw, czyli polis, aż po epokę hellenistyczną, opowiadając, jak rodziła się grecka tożsamość. Przypominają Minojczyków i Mykeńczyków – pionierów europejskiej cywilizacji. Analizują też, jak Ateny stały się potęgą, by w końcu zmierzyć się ze Spartą w wyniszczającej wojnie peloponeskiej, która położyła kres złotemu wiekowi Grecji. **MP**

→ **CIEMNA STRONA STAROŻYTNEJ GRECJI**
CZ 16.07 godz. 19.50 POLSAT VIASAT HISTORY

W KRÓLESTWIE SEKWOI

PREMIERA

MAJESTATYCZNE DRZEWA Przed nami fascynująca wyprawa do serca amerykańskich lasów, gdzie odkryjemy sekrety sekwoi – najwyższych i jednych z najstarszych roślin na Ziemi. Drzewa te osiągają ponad 100 metrów wysokości i mogą przetrwać 2 tysiące lat! Film ukazuje ich niezwykłe właściwości oraz znaczenie dla przyszłości naszej planety: odporność na pożary, wyjątkową zdolność magazynowania dwutlenku węgla i pozytywny wpływ na ludzi. Dzięki wypowiedziom naukowców, artystów i rdzennych mieszkańców poznamy zarówno naukowy fenomen sekwoi, jak i głębokie kulturowe więzi łączące te drzewa z człowiekiem. **MP**

→ **W KRÓLESTWIE SEKWOI**
ND 12.07 godz. 15.50 PLANETE+

FOT: EAST NEWS (2), ADOBE STOCK, MATERIAŁY PRASOWE (4)

eprasa.pl 989b197d00

UNESCO: SKARBY POLSKI... TORUŃ

PERŁA ARCHITEKTURY Średniowieczny zespół miejski Torunia został wpisany na listę światowego dziedzictwa UNESCO w 1997 roku. To jeden z najlepiej zachowanych gotyckich kompleksów w Europie. Obejmuje Stare i Nowe Miasto oraz ruiny zamku krzyżackiego. Wrażenie robi XIII-wieczny układ ulic i ponad 1100 zabytków. Ratusz Staromiejski, Katedra Świętojańska oraz kościoły Mariacki i św. Jakuba przypominają o hanzeatyckiej potędze miasta. Słynna Krzywa Wieża i mury obronne dopełniają niezwykłego krajobrazu. To także miejsce narodzin Mikołaja Kopernika. Warto więc odwiedzić Toruń. **MP**

Toruń to miasto Kopernika i pięknej gotyckiej architektury.

→ UNESCO: SKARBY POLSKI... TORUŃ SO 11.07 godz. 13.15 TVP POLONIA

Na Florydzie aligatory żyją tuż obok siedlisk ludzkich.

ZJEDNOCZONE STANY ZWIERZĘCE

BLISKO NATURY Serial dokumentalny ukazuje niezwykłą przyrodę USA, ale łączy formułę filmu przyrodniczego z dynamiką opowieści podróżniczej. Prezentuje migracje zwierząt, drapieżniki oraz zaskakujące zjawiska występujące tuż obok ludzkich osiedli – przekonamy się, że dziką naturę znajdziemy także w samym sercu miast. Wśród bohaterów produkcji są aligatory żyjące przy szlaku drogowym Tamiami Trail na Florydzie, dzikie indyki w Nowym Jorku, walczące bighorny (owce kanadyjskie) w Kolorado oraz kolonia małp rezusów nad rzeką Silver River. Serial udowadnia, że świat dzikich zwierząt jest bliżej, niż nam się wydaje. **MP**

→ ZJEDNOCZONE STANY ZWIERZĘCE ND 12.07 godz. 13.00 NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

REKLAMA

KolagenCito – inwestycja w odbudowę organizmu

Kolagen jest jednym z najważniejszych składników w organizmie, a jego niedobór może prowadzić do różnych problemów zdrowotnych.

KolagenCito – dobry wybór!
Starzejąc się, zmagamy się z rozstępami, cellulitem, zmarszczkami, opadającymi powiekami i policzkami, doskwierają kolana, łokcie, biodra, łydki, mięśnie, złamane kości. Pojawiają się kłopoty z kręgosłupem, karkiem, a włosy oraz paznokcie tracą blask. Aby starać się złagodzić skutki starzenia, można systematycznie wspierać się, stosując kolagen. Powinien być on wysokiej jakości, jak KolagenCito marki Reutter, mającej ponad 100 lat doświadczenia w produkcji dobroczynnych produktów.
Doskonały KolagenCito zawiera aż 400 mg wysokogatunkowego kolagenu w każdej pastylce, a także odpowiednią ilość witaminy C, która wspiera proces odbudowy włókien kolagenowych.
KolagenCito to doskonały eliksir młodości i znakomity pomysł na prezent. To czempion wśród kolagenów! Jest w wygodnej formie podania, bez rozpuszczania, zawsze pod ręką – pastylki miękkie (3 dziennie).
KolagenCito jest chroniony prawem patentowym na świecie.
Kupisz w aptekach i sklepach zielarskich w korzystnej cenie ok. 43 zł.

eprasa.pl 989b197d00

WOJCIECH MOŃKA jest podporą defensywy Kolejorza, mimo że ma tylko 19 lat.

MAKSYM CHŁAN, zanim w 2025 roku trafił do Górnika, grał w Lechii Gdańsk.

LUIS PALMA stał się bohaterem najdroższego transferu w historii Lecha.

SUPERPUCHAR POLSKI

LECH – GÓRNIK

PRZED NAMI mecz o pierwsze krajowe trofeum w sezonie 2026/27, półfinały mundialu, a także kolejne występy polskich siatkarzy w Lidze Narodów.

PIŁKA NOŻNA Kolejorz nie ma szczęścia do Superpucharu Polski. W ubiegłym roku sprzed nosa sprzątnęła mu go Legia, a trzy lata wcześniej – Raków. Lech będzie więc zdeterminowany, by przerwać złą passę. Jeśli mu się to uda, zostanie samodzielnym rekordzistą pod względem liczby zdobytych Superpucharów z siedmioma trofeami na koncie. Górnik z kolei liczy na swój drugi taki laur. Poprzedni sukces odniósł w 1988 roku. Wówczas w Piotrkowie Trybunalskim pokonał 2:1... Lecha Poznań. Zarówno z perspektywy Kolejorza, jak i Trójkolorowych mecz o Superpuchar będzie próbą generalną przed eliminacjami Ligi Mistrzów. We wtorek 21 lipca obie ekipy rozegrają na wyjeździe pierwsze spotkania w drugiej rundzie. Zabrzanie zmierzą się z Fenerbahce, a Poznaniacy z duńskim AGF-em. Nasi pucharowicze nie próżnowali na piłkarskiej giełdzie. Kolejorz zakontraktował m.in. bramkarza Mateusza Lisa oraz ghańskiego stopera Terry'ego Yegbe. Pobił też swój rekord transferowy, wykupując za ponad 4 mln euro wypożyczonego dotychczas z Celticu Luisa Palmę. Środkową linię wicemistrza Polski wzmocnił natomiast Kacper Urbański, który nie odnalazł się w Legii. Były piłkarz Bolonii FC nie zdobył dotąd na polskiej ziemi żadnego trofeum. Może to jednak zmienić już na starcie przygody w Górniku.

→ **LECH POZNAŃ – GÓRNIK ZABRZE CZ 16.07 godz. 18.55 TVP SPORT**

IGA ŚWIĄTEK w czerwcu plasowała się na podium rankingu WTA.

WIMBLEDON

FINAŁY GRY POJEDYNCZEJ

TENIS Rywalizacja na trawie uchodziła za piętę achillesową Igi Świątek. Jej ubiegłoroczne zwycięstwo w Wimbledonie pokazało jednak, że Polka jest w stanie odnosić sukcesy na każdej nawierzchni. Jeśli Świątek obroni tytuł mistrzyni londyńskiej imprezy, nawiąże do osiągnięcia Sereny Williams, która jako ostatnia wygrała ją dwa razy z rzędu – w latach 2015-2016. W niedzielę, w finale mężczyzn, przed podobnym wyzwaniem chciałby stanąć Jannik Sinner. Ambicji zdetronizowania Włocha nie kryli m.in. Novak Djoković i Alexander Zverev.

→ **FINAŁ KOBIET SO 11.07, FINAŁ MĘŻCZYZN ND 12.07 godz. 17.00 POLSAT SPORT 1**

BUŁGARIA – POLSKA

LIGA NARODÓW

SIATKÓWKA Poprzedni turniej Ligi Narodów, w Gliwicach, Biało-Czerwoni zakończyli z kompletem zwycięstw. Dzięki temu są o krok od awansu do startującej już 29 lipca fazy finałowej rozgrywek. Podopiecznym Nikoli Grbicia pozostaje wykonać go w Stanach Zjednoczonych. Na parkiecie NOW Areny, na przedmieściach Chicago, Polacy stawią czoło rywalom z najwyższej półki. Na początek zostaną sprawdzeni przez Bułgarów, wicemistrzów świata, których przed startem obecnego sezonu reprezentacyjnego pokonali w sparingu 3:0. Później Wilfreda Leona i spółkę czekają ciężkie boje z Brazylijczykami, Francuzami i Amerykanami.

→ **BUŁGARIA – POLSKA ŚR 15.07 godz. 19.00 POLSAT**

MICHAŁ GIERŻOT zadebiutował w reprezentacji w 2025 roku.

ALEKSANDAR NIKOŁOW to najlepiej punktujący zawodnik tegorocznej LN.

eprasa.pl 989b197d00

MISTRZOSTWA ŚWIATA

MECZE PÓŁFINAŁOWE

PIŁKA NOŻNA Za nami sto meczów mundialu. W grze pozostały już tylko cztery reprezentacje. Pierwszy finalista zostanie wyłoniony we wtorek 14 lipca na Dallas Stadium, drugi – dzień później w Atlancie. Kibice liczą, że oba spotkania zapiszą się w historii futbolu podobnie jak półfinał MŚ w 1970 roku, w którym Włochy pokonały Republikę Federalną Niemiec po dogrywce 4:3, albo pamiętna porażka Brazylii z Niemcami 1:7 w 2014 roku. W momencie powstawania tego tekstu nie było wiadomo, czy Francja, która wyszła z grupy z kompletem punktów, a w 1/16 finału rozbiła Szwecję 3:0, nie potknie się na następnej mundialowej przeszkodzie. Nie było też pewności, czy Anglicy wywiążą się z roli faworytów i w kolejnych starciach będą grać tak jak w meczu z Chorwacją (4:2), a nie tak jak z Ghaną (0:0). Pojawiły się też wątpliwości, czy Argentyna przejdzie suchą stopą w teorii niezbyt trudną ścieżkę do najlepszej czwórki. Podczas MŚ w Katarze wśród półfinalistów sensacyjnie znalazło się Maroko. Czy teraz też ktoś sprawi tak dużą niespodziankę?

→ **PÓŁFINAŁY WT 14.07, ŚR 15.07 godz. 20.50 TVP 1**

OUSMANE DEMBÉLÉ strzelił hat tricka w meczu z Norwegią (4:1).

JUDE BELLINGHAM podczas mundialu jest w lepszej formie niż w ostatnim okresie gry w Realu Madryt.

BARTOSZ ZMARZLIK zmierza po siódmy tytuł mistrza świata.

GRAND PRIX SZWECJI

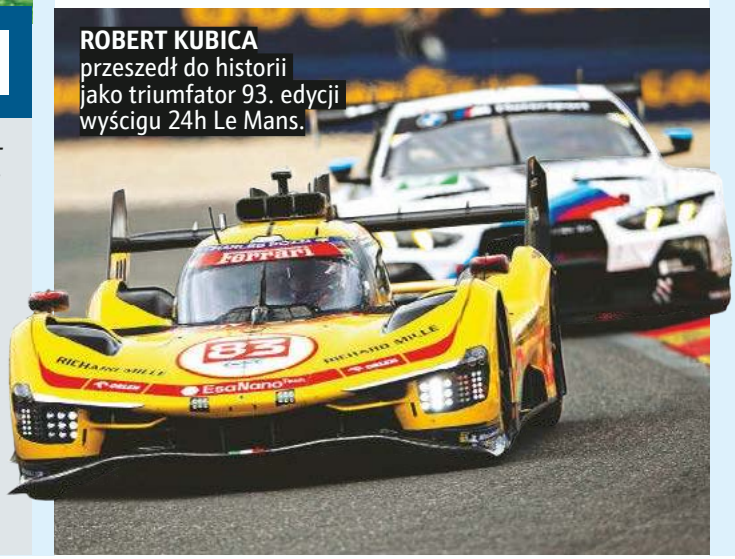
ŻUŻEL Niespełna rok Bartosz Zmarzlik kazał kibicom czekać na swoje trzydzieste zwycięstwo w zawodach z cyklu Speedway Grand Prix. Nasz najlepszy żużlowiec przełamał się 20 czerwca we Wrocławiu, gdzie w finale zostawił w pokonanym polu między innymi Brady'ego Kurtza, marzącego o odebraniu mu tytułu mistrzowskiego. Na polskiej ziemi Zmarzlik świętował wówczas nie tylko okrągły jubileusz, lecz także odzyskanie prowadzenia w klasyfikacji generalnej. Chcąc pozostać na szczycie, nie może jednak spocząć na laurach. Do szóstej rundy sezonu w szwedzkiej Målilli przystąpi z zaledwie trzema punktami przewagi nad depczącym mu po piętach Australijczykiem. Faworytów zmagań na Skrotfrag Arenie spróbuje pogodzić Brytyjczyk Robert Lambert.

→ **GP SZWECJI SO 11.07 godz. 18.30 EUROSPORT 3**

WYŚCIG 6-GODZINNY W SAO PAULO

FIA WEC Runda w Brazylii stanowi półmetek tegorocznego sezonu wyścigów długodystansowych. Z perspektywy Roberta Kubicy i jego kolegów z zespołu AF Corse rywalizacja na Autódromo José Carlos Pace to ostatni dzwonek, by włączyć się jeszcze do walki o czołowe lokaty w klasyfikacji generalnej. W Sao Paulo emocji nie zabraknie również na zapleczu kategorii Hypercar. W klasie LMP2 show postara się skraść biało-czerwona ekipa Inter Europol Competition, która zajęła dwa najwyższe miejsca na podium w prestiżowym wyścigu 24h Le Mans.

→ **WYŚCIG 6-GODZINNY W SAO PAULO ND 12.07 godz. 18.30 EUROSPORT 1**



ROBERT KUBICA przeszedł do historii jako triumfator 93. edycji wyścigu 24h Le Mans.

FOTO: MATERIAŁY PRASOWE

eprasa.pl 989b197d00

TYDZIEŃ SPORTU NA ŻYWO

TRANSMISJE OD SOBOTY 11 DO PIĄTKU 17 LIPCA Zaplanuj z nami cały tydzień sportowych emocji!

PIŁKA NOŻNA

MISTRZOSTWA ŚWIATA 2026

SO Mecz ćwierćfinałowy
22.50 TVP 1; TVP SPORT

SO Mecz ćwierćfinałowy
2.50 TVP 1; TVP SPORT

WT Mecz półfinałowy
20.50 TVP 1; TVP SPORT

ŚR Mecz półfinałowy
20.50 TVP 1; TVP SPORT

SUPERPUCHAR POLSKI

CZ Lech Poznań – Górnik Zabrze
18.55 TVP SPORT HIT

INNE DYSCYPLINY

FORMUŁA 1

PT **GP Belgii** ELEVEN SPORTS 1
13.25 1. sesja treningowa

PT **GP Belgii** ELEVEN SPORTS 1
16.55 2. sesja treningowa

FUTBOL AMERYKAŃSKI

ND **Europejska Liga Futbolu** POLSAT SPORT 2
16.55 Mecz: Rhein Fire – Wrocław Panthers

KOLARSTWO

SO **Tour de France** EUROSPORT 1
13.00 8. etap: Périgueux – Bergerac
Kwiatkowski, Gradek

ND **Tour de France** EUROSPORT 1
13.15 9. etap: Malemort – Ussel
Kwiatkowski, Gradek

WT **Tour de France** EUROSPORT 1
13.00 10. etap: Arguedas – El Ferial Larra Belagua
Kwiatkowski, Gradek

ŚR **Tour de France** EUROSPORT 1
13.45 11. etap: Vichy – Nevers
Kwiatkowski, Gradek

CZ **Tour de France** EUROSPORT 1
13.15 12. etap: Magny-Cours – Chalon-sur-Saône
Kwiatkowski, Gradek

PT **Tour de France** EUROSPORT 1
12.45 13. etap: Dole – Belfort
Kwiatkowski, Gradek

KOSZYKÓWKA 3X3

ND **3x3 City Tour – Bielsko-Biała 2026** TVP SPORT
13.35 Finały

LEKKOATLETYKA

PT **Mistrzostwa Europy U-18 – Rieti 2026** TVP SPORT
17.20 2. dzień
Reprezentanci Polski

SIATKÓWKA KOBIET

SO **Liga Narodów** POLSAT SPORT 2
8.15 Mecz: Tajlandia – Brazylia

SO **Liga Narodów** POLSAT SPORT 2
12.05 Mecz: Japonia – Turcja

SO **Liga Narodów** POLSAT SPORT 2
16.15 Mecz: Bułgaria – Francja

SO **Liga Narodów** POLSAT SPORT 2
19.45 Mecz: Serbia – Niemcy

ND **Liga Narodów** POLSAT SPORT 2
4.45 Mecz: USA – Brazylia

ND **Liga Narodów** POLSAT SPORT 3
4.45 Mecz: Belgia – Ukraina

ND **Liga Narodów** POLSAT SPORT 2
8.15 Mecz: Tajlandia – Turcja

ND **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1
12.05 Mecz: Japonia – Polska

ND **Liga Narodów** POLSAT SPORT 2
13.45 Mecz: Chiny – Włochy

ND **Liga Narodów** POLSAT SPORT 2
19.45 Mecz: Serbia – Holandia

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN

ŚR **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1
4.45 Mecz: Kanada – Argentyna

ŚR **Liga Narodów** POLSAT SPORT 2
8.15 Mecz: Belgia – Kuba

ŚR **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1
12.05 Mecz: Japonia – Włochy

ŚR **Liga Narodów** POLSAT SPORT 2
12.45 Mecz: Niemcy – Słowenia

ŚR **Liga Narodów** POLSAT SPORT 2
16.15 Mecz: Ukraina – Iran

ŚR **Liga Narodów** POLSAT; POLSAT SPORT 1
18.45 Mecz: Bułgaria – Polska

ŚR **Liga Narodów** POLSAT SPORT 2
19.45 Mecz: Serbia – Turcja

ŚR **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1
22.45 Mecz: Francja – Brazylia

ŚR **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1
2.45 Mecz: USA – Chiny

CZ **Liga Narodów** POLSAT SPORT 2
8.15 Mecz: Belgia – Włochy

CZ **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1
12.05 Mecz: Japonia – Kanada

CZ **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1
16.15 Mecz: Iran – Niemcy

CZ **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1
19.45 Mecz: Serbia – Ukraina

CZ **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1
22.45 Mecz: Chiny – Francja

CZ **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1
2.45 Mecz: USA – Brazylia

PT **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1
5.45 Mecz: Kuba – Argentyna

PT **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1
12.05 Mecz: Japonia – Belgia

PT **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1
16.15 Mecz: Turcja – Ukraina

PT **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1
19.45 Mecz: Iran – Słowenia

PT **Liga Narodów** POLSAT SPORT 1
22.45 Mecz: Chiny – Bułgaria

PT **Liga Narodów** POLSAT; POLSAT SPORT 1
2.45 Mecz: Brazylia – Polska

SIATKÓWKA PLAŻOWA

SO **Puchar Polski – Przysucha** POLSAT SPORT 3
9.00 2. dzień

SO **Puchar Polski – Przysucha** POLSAT SPORT 3
10.00 2. dzień

SO **Puchar Polski – Przysucha** POLSAT SPORT 3
11.00 2. dzień

SO **Puchar Polski – Przysucha** POLSAT SPORT 3
12.00 2. dzień

SO **Puchar Polski – Przysucha** POLSAT SPORT 3
13.00 2. dzień

SO **Puchar Polski – Przysucha** POLSAT SPORT 3
14.00 2. dzień

SO **Puchar Polski – Przysucha** POLSAT SPORT 3
15.00 2. dzień

SO **Puchar Polski – Przysucha** POLSAT SPORT 3
16.00 2. dzień

SO **Puchar Polski – Przysucha** POLSAT SPORT 3
17.00 2. dzień

ND **Puchar Polski – Przysucha** POLSAT SPORT 3
9.00 3. dzień

ND **Puchar Polski – Przysucha** POLSAT SPORT 3
10.00 3. dzień

ND **Puchar Polski – Przysucha** POLSAT SPORT 3
11.00 3. dzień

ND **Puchar Polski – Przysucha** POLSAT SPORT 3
12.00 3. dzień

ND **Puchar Polski – Przysucha** POLSAT SPORT 3
13.00 3. dzień

ND **Puchar Polski – Przysucha** POLSAT SPORT 3
14.00 3. dzień

ND **Puchar Polski – Przysucha** POLSAT SPORT 3
15.00 3. dzień

ND **Puchar Polski – Przysucha** POLSAT SPORT 3
16.00 3. dzień

ND **Puchar Polski – Przysucha** POLSAT SPORT 3
17.00 3. dzień

SNOOKER

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

SO **Championship League** CANAL+ SPORT 3; CANAL+ SPORT 5
17.30 2. runda

PO **Championship League** CANAL+ SPORT 5
12.00 2. runda

PO **Championship League** CANAL+ SPORT 5
17.30 2. runda

– zawody z udziałem Polaków

eprasa.pl 989b197d00

WT Championship League — CANAL+ SPORT 5
12.00 2. runda

WT Championship League — CANAL+ SPORT 5
17.30 2. runda

ŚR Championship League — CANAL+ SPORT 5
12.00 3. runda

ŚR Championship League — CANAL+ SPORT 5
17.30 Finał

SPORTY WALKI

SO UFC 329 — POLSAT SPORT 1
3.00 Walka: Conor McGregor – Max Holloway

PT ONE Fight Night 45 — CANAL+ SPORT
3.00 Walka: Luke Lessei – Mohamed Younes Rabah

TENIS

SO Turniej Wimbledon — POLSAT SPORT 1
14.00 Mecz finałowy gry podwójnej mężczyzn

SO Turniej Wimbledon — POLSAT SPORT 1
17.00 Mecz finałowy gry pojedynczej kobiet

ND Turniej Wimbledon — POLSAT SPORT 1
14.00 Mecz finałowy gry podwójnej kobiet HIT

ND Turniej Wimbledon — POLSAT SPORT 1
17.00 Mecz finałowy gry pojedynczej mężczyzn

ŚR Narodowe Mistrzostwa Polski – Gdynia — POLSAT SPORT 1
10.00 Mecz ćwierćfinałowy

ŚR Narodowe Mistrzostwa Polski – Gdynia — POLSAT SPORT 3
12.00 Mecz ćwierćfinałowy

ŚR Narodowe Mistrzostwa Polski – Gdynia — POLSAT SPORT 3
14.00 Mecz ćwierćfinałowy

ŚR Narodowe Mistrzostwa Polski – Gdynia — POLSAT SPORT 1; POLSAT SPORT 3
16.00 Mecz ćwierćfinałowy

CZ Narodowe Mistrzostwa Polski – Gdynia — POLSAT SPORT 1
10.00 Mecz półfinałowy

CZ Narodowe Mistrzostwa Polski – Gdynia — POLSAT SPORT 2
12.00 Mecze półfinałowe

CZ Turniej ATP w Umag — POLSAT SPORT 2
16.00 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

CZ Turniej WTA w Atenach — CANAL+ SPORT 2
16.30 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

CZ Turniej ATP w Umag — POLSAT SPORT 2
18.00 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

CZ Turniej WTA w Atenach — CANAL+ SPORT 2
18.30 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

CZ Turniej ATP w Umag — POLSAT SPORT 2
20.00 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

CZ Turniej WTA w Atenach — CANAL+ SPORT 2
20.30 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

PT Narodowe Mistrzostwa Polski – Gdynia — POLSAT SPORT 1
10.00 Mecz finałowy

PT Turniej ATP w Bastad — POLSAT SPORT 3
11.00 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

PT Narodowe Mistrzostwa Polski – Gdynia — POLSAT SPORT 2
12.00 Mecze finałowe

PT Turniej ATP w Bastad — POLSAT SPORT 3
13.00 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

PT Turniej ATP w Bastad — POLSAT SPORT 3
15.00 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

PT Turniej WTA w Atenach — CANAL+ SPORT 2
16.30 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

PT Turniej ATP w Bastad — POLSAT SPORT 3
17.00 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

PT Turniej ATP w Umag — POLSAT SPORT 2
18.30 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

PT Turniej WTA w Atenach — CANAL+ SPORT 2
18.30 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

PT Turniej WTA w Atenach — CANAL+ SPORT 2
20.30 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

PT Turniej ATP w Umag — POLSAT SPORT 2
21.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

ŻUŻEL

SO Grand Prix Szwecji — EUROSPORT 3
18.30 6. runda
Reprezentanci Polski

ND Metalkas 2. Ekstraliga — CANAL+ SPORT 5
13.30 Mecz: Stal Rzeszów – ROW Rybnik

ND Metalkas 2. Ekstraliga — CANAL+ SPORT 5
16.00 Mecz: Polonia Bydgoszcz – Moonfin Malesa Ostrów Wlkp.

REKLAMA

NAJMROCZNIEJSZE STRONY ŻYCIA

11 SENSACYJNYCH HISTORII

DO KUPIENIA W DOBRYCH PUNKTACH SPRZEDAŻY PRASY

reprasa.pl 989b197d00

SERIAL KOMEDIOWY / AKCJI

KUMPELE NA ZABÓJ

Przyjaciółki Debbie (Octavia Spencer) i Judith (Hannah Waddingham) nie mają przed sobą sekretów. A przynajmniej tak im się wydaje. Kiedy wychodzi na jaw, że Judith jest płatną zabójczynią, a jeden z jej zaciekłych wrogów postanowił ją dopaść, Debbie nie ma innego wyjścia, jak okazać jej wsparcie. A to oznacza, że obie muszą brać nogi za pas. Wkrótce przyjaciółki wyruszają w szaloną podróż przez Europę, a po piętach depczą im już nie tylko wyszkoleni zabójcy i członkowie organizacji przestępczych, ale również międzynarodowe organy ścigania.

prime video → PREMIERA 15.07

SERIAL KOMEDIOWY

HAWK

Przed 22 laty Lonnie Hawkins (Will Ferrell) nie miał sobie równych na polu golfowym. Ale czas mija nieubłaganie i Lonnie coraz bardziej zdaje sobie sprawę, że powinien rozważyć przejście na sportową emeryturę. Rezygnacja okazuje się jednak niezwykle trudna, zwłaszcza że do upragnionej serii zwycięstw brakuje mu już tylko jednego triumfu. W ostatniej, okupionej nadludzkim wysiłkiem walce o puchar Hawkinsa wspierają była żona Stacy (Molly Shannon) i syn Lance (Jimmy Tatro), który uchodzi za nową nadzieję golfa.

NETFLIX → PREMIERA 16.07

SERIAL THRILLER

LUCKY

Anya Taylor-Joy jako genialna oszustka Lucky Anderson. Młoda kobieta, słynąca z napadów przynoszących wielomilionowe łupy, zamierza przejść na przestępczą emeryturę i stać się przykładną obywatelką. Wcześniej jednak planuje ostatni skok. Tym razem nie wszystko idzie zgodnie z planem i po próbie kradzieży milionów dolarów w pogoń za Lucky rusza nie tylko FBI, ale również rywalizująca z nią szefowa pewnej grupy przestępczej – Priscilla Matheson (Annette Bening). Czy Lucky uda się zapewnić sobie wolność i mimo przeciwności zacząć wszystko od nowa?

tv → PREMIERA 17.07

MUSICAL / ROMANS

HISTORIA DŹWIĘKU

W przeddzień wybuchu I wojny światowej student bostońskiego konserwatorium Lionel Worthing (Paul Mescal) wpada w pubie na kolegę z uczelni, Davida White'a (Josh O'Connor). Okazuje się, że łączy ich miłość do muzyki folkowej. Kiedy na czas wojny konserwatorium zostaje zamknięte, a David – powołany do wojska, Lionel jedzie na rodzinną farmę w Kentucky. Kilka lat później dowiaduje się, że David wrócił do Ameryki i ma nietypowy pomysł – chce zebrać pieśni ludowe i zarejestrować je na wojskowych cylindrach – jednych z pierwszych nośników dźwięku.

SkyShowtime → PREMIERA 12.07

DRAMAT

DZIENNIK Z WYCIECZKI DO BUDAPESZTU

Marzec 1981 roku. Irek (Mykyta/Sasha Liashchenko) ma 11 lat i po raz pierwszy w życiu jedzie za granicę. Jego mama Hanna (Agnieszka Judycka), kadrowa w wojewódzkiej centrali rolniczych spółdzielni produkcyjnych, ma możliwość wyjazdu na wycieczkę autobusową do Budapesztu. Irek jest podekscytowany wizją zobaczenia innego świata, ale wkrótce odkrywa, że podróż to przykrywka dla spotkania matki z kochankiem, który chce, by została na Zachodzie. Rozgoryczony chłopiec jest rozdarty pomiędzy miłością do matki a lojalnością wobec ojca, który został w Polsce.

CANAL+ → JUŻ DOSTĘPNY

eprasa.pl 989b197d00

HORROR

PIĘĆ KOSZMARNYCH NOCY 2

Mike (Josh Hutcherson) próbuje wszystkiego, by zarobić na utrzymanie i zapewnić godne warunki życia młodszej siostrze Abby. Ale kiedy podejmuje pracę nocnego ochroniarza w opuszczonej pizzerii Freddy'ego, należącej kiedyś do jego ojca-mordercy, Williama Afona (Matthew Lillard), nie przypuszcza, że mroczna przeszłość znów da o sobie znać. Tymczasem jego przyrodnia siostra, Vanessa (Elizabeth Lail), pracująca jako policjantka, również zmaga się z traumą z dzieciństwa i bolesnymi wspomnieniami zbrodni popełnionych przez ojca.

sky SHOWTIME → JUŻ DOSTĘPNY

SERIAL THRILLER

ZABÓJCZE ŻYCZENIA

Kiedy pięcioro licealistów z południowokoreańskiego liceum odkrywa, że padli ofiarą tajemniczej aplikacji, ich życie zmienia się w koszmar. Apka Girigo zgodnie z obietnicami twórców ma spełniać wszystkie życzenia graczy. Okazuje się, że któryś z jej użytkowników zapragnął właśnie dla tej piątki śmierci. Wkrótce w podejrzanych okolicznościach ginie pierwszy z uczniów. Przerażeni nastolatkowie próbują przerwać realizację makabrycznego żądania, ale wydaje się, że aplikacji nic nie zdoła powstrzymać.

NETFLIX → JUŻ DOSTĘPNY

ANIMOWANY

HOPNIĘCI

Gdy miłośniczka natury, Malwina, za pomocą nowoczesnej technologii przesyła swoją świadomość do robotycznego bobra, zyskuje zdolność komunikowania się ze zwierzętami. I odkrywa, że ich świat rządzi się swoimi prawami. Wzięta za prawdziwe stworzenie, trafia do kryjówki charyzmatycznego bobra, króla Karola, oraz społeczności zwierząt. Wszystkie musiały szukać schronienia, gdy ludzie przepędzili je z będącej ich domem polany. Podczas pełnej przygód misji Malwina musi zjednoczyć królestwo zwierząt, aby stawić czoło nadchodzącemu zagrożeniu.

Disney+ → JUŻ DOSTĘPNY

POD REDAKCJĄ JOANNY PASZTELAŃSKIEJ FOT: MATERIAŁY PRASOWE

KOMEDIA ROMANTYCZNA

HEARTSTOPPER FOREVER

Po trzech sezonach kultowego serialu Netflix zamyka historię Nicka (Kit Connor) i Charliego (Joe Locke) w filmowym stylu. Nick szykuje się na wyjazd na studia, zaś Charlie, który ledwo co zaczął wychodzić na prostą, zmaga się z narastającym lękiem przed rozłąką. W obliczu nadchodzących zmian ich uczucie zostaje wystawione na ciężką próbę. Choć Nick i Charlie okazali sobie dużo wsparcia i dojrzale podeszli do rozmów o przyszłości, przekonają się, że czym innym są deklaracje i obietnice, a czym innym dotrzymanie ich w zupełnie nowych okolicznościach.

NETFLIX → PREMIERA 17.07

SERIAL KOMEDIOWY

NIESTWORZENI DO PRACY

AJ (Ella Hunt) właśnie przyjechała z Bostonu, aby rozpocząć pracę w finansach. Na Manhattanie zamieszkała ze swoją współlokatorką ze studiów Abby (Avantika), która jest asystentką stylistki gwiazd (Constance Wu). Naprzeciwko AJ i Abby mieszkają z kolei Josh (Jack Martin) – asystent produkcji w programie śledczym, jego kumpel z dzieciństwa Kel (Nicholas Duvernay) oraz Davis (Will Angus), zatrudniony w tej samej firmie co AJ. Wszyscy skończyli już 20 lat, mają niespełnione marzenia i... całkowicie brakuje im czasu na cokolwiek.

Disney+ → JUŻ DOSTĘPNY

CHCESZ WIEDZIEĆ WIĘCEJ? CZYTAJ NETFILM

eprasa.pl 9

TO&OWO WYBRANE Z TYGODNIA NAJPOPULARNIEJSZE SERIALE

20.15 TVN → **Agierowa jest zazdrosna o Juliusza, który spędza czas z młodszą kobietą. Wkrótce los zaskakuje oboje seniorów.**

Na Wspólnej

OBYCZAJOWY PO Marcelina i Krzysztof aranżują spotkanie z Rybą, żeby zdemaskować proceder podrabiania dyplomów. Profesor Agier widzi, jak Andżela całuje w policzek Juliusza. **WT** Monika i Damian odkrywają, że matka Fiony mimo umowy nie wspierała organizacji dobroczynnej. Lew zaprasza Grega na kawę. Weronikę zaskakuje jego widok. **ŚR** Gdy Agierowa i Juliusz szykują się na randki, wpadają na siebie. Dochodzi do nieprzyjemnej wymiany zdań. **CZ** Greg proponuje Lwu i Weronice wspólną kolację, by zrobić nieco lepsze wrażenie. Agierową i Juliusza czeka niespodzianka.

HD POLSKA 2026 ▶35 min

PRÓBA ROZEJMU
Weronika jest zszokowana, gdy ponownie spotyka Grega. Ten stara się załagodzić sytuację.

16.50 TVN Szpital św. Anny

OBYCZAJOWY

PO Protest klimatyczny paraliżuje miasto. Aktywista może stracić dłoń. Marta czuwa przy Tomku, licząc, że ten w końcu ją rozpozna. **WT** Wojtek Fidor interweniuje w sprawie leśnika, który zasłabł podczas pracy. Mężczyzna trafia w poważnym stanie pod opiekę zespołu. **ŚR** Na oddziale ratunkowym przebywa senior, który gorzej się poczuł. Daria przyjmuje kobietę skarżącą się na silny ból brzucha. **CZ** Zyta spotyka się z dawnymi studentami. Wyjątkowo bawi ją i zaskakuje postawa Maćka Bilewicza. **PT** Wojtek odkrywa narkotyki u pacjenta, który okazuje się dilerem. Ta sytuacja jest dla lekarza niezwykle trudna.

HD POLSKA 2025 ▶65 min

19.00 TV PULS Lombard. Życie pod zastaw 18

OBYCZAJOWY PO Wdowiec funduje ukochanej terapię w Niemczech. Chce zastawić firmę. Pracownik masarni zamyka Barskiego w chłodni. **WT** Paula jest fryzjerką. Pewnego dnia jej ojciec dostaje ataku serca. W trakcie akcji ratunkowej ktoś kradnie karetkę. **ŚR** Antyterroryści przeprowadzają szturm na dom Michała. Ktoś zawiadomił służby, że chłopak planuje zamach na swoją szkołę. **CZ** Marta wychowuje Julkę, która musi przejść operację. Pokłada nadzieje w szefowej fundacji. **PT** Kasia po śmierci ojca otrzymuje w spadku tajemniczy kluczyk. Szybko przypomina sobie o ukrytym w piwnicy skarbie.

HD POLSKA 2026 ▶60 min

8.50 TVP 1 Ranczo 7

OBYCZAJOWY

SO, PO-PT Czerepach i Kozioł zakładają Polską Partię Uczciwości. Lucy martwi się, że przez Monikę straci męża. Czerepach zaczyna żałować wysłania Lodzi do Brukseli, gdy uświadamia sobie, że może tam ona spotkać żądnych erotycznych przygód mężczyzn.

HD POLSKA 2013 ▶55 min

9.45 TVP 1 Komisarz Alex 7

KRYMINALNY

SO, PO-CZ Zamaskowany napastnik napada na parabank, zabija jedną z pracownic i uprowadza dyrektora placówki. Orlicz i Alex ruszają ich śladem. Niebawem ekipa bada sprawę śmierci kobiety. Pod jej paznokciami znajduje włókna z munduru listonosza.

HD POLSKA 2015 ▶55 min

19.25 TVP 2 Rodzinka.pl

KOMEDIOWY

SO, PT Majka i Dianka organizują dla dziadka grilla. W trakcie kolacji Marek i Viola żartują na temat związku Marysi. Kuba staje się chorobliwie zazdrosny o Sonię. Frustracje wyładowuje na Tomku. Magda mierzy się z kolejnymi problemami wychowawczymi.

HD POLSKA 2025 ▶35 min

17.15 TVP 2 Maxima. Droga na tron

BIOGRAFICZNY ND Aleksander rzadko odwiedza ukochaną w Brukseli, tłumacząc się nawałem obowiązków. Zorreguieta czuje się samotna. Dodatkowo medialne ataki na jej ojca nie ustają, a tabloidy publikują informacje o prywatnym życiu księcia.

HD HOLANDIA 2024 ▶60 min

NIE PRZEGAP!

20.10 ALE KINO+ Niezwykłe miejsce na śmierć

KRYMINALNY ND Anais stara się wyjaśnić sprawę ciała znalezionego w dawnej kopalni. Razem z Simonem analizuje kolejne tropy. Wkrótce udaje jej się ustalić tożsamość denata.

HD NOWA ZELANDIA 2024 ▶115 min

22.00 AXN FBI: Most Wanted 4

KRYMINALNY PO Grupa Zadaniowa ds. Zbiegów i nowojorskie biuro terenowe FBI przygotowują się do ochrony prezydenta przed wystąpieniem w ONZ. Odkrywają, że prawdziwy cel ataku jest inny.

HD USA 2022 ▶55 min

21.05 AXN Rekrut 8

KRYMINALNY

WT Zespół z Mid-Wilshire analizuje sprawę Richa Rowleya, byłego policjanta LAPD, który przed laty miał zginąć w wypadku na łodzi. Nolan i Celina odnajdują go jednak żywego i w stanie obłędu.

HD USA 2026 ▶115 min

22.00 FX Matlock

KRYMINALNY

ŚR Sędzia pozwala kontynuować proces bez głównego powoda. Matty próbuje skontaktować się z demaskatorem z Reddita. Bitsy pomaga Alfiemu przygotować się na randkę z jego dziewczyną.

USA 2024 ▶55 min

eprasa.pl 989b197d00

19.00 Policjantki i Policjanci
TV 4 OBYCZAJOWY

PO Do szpitala trafia młoda kobieta odurzona, zgwałcona i porzucona przy drodze. Śledztwo odsłania mroczne fakty. **WT** Lena i Bartosz interweniują po strzelaninie na placu zabaw. Stróże prawa wraz z antyterrorystami zatrzymują podejrzanego. **ŚR** Marek i Daria przejmują sprawę wypadku. W aucie bogatego biznesmena ktoś celowo poluzował śruby w kole. **CZ** Mikołaj i Miłosz zajmują się wyjaśnieniem próby samobójczej uczennicy. Martyna była prześladowana. **PT** Lena i Bartosz odbierają zgłoszenie o zaginięciu Rafała. Witacki przekazuje Sołtysowi niepokojącą informację.

HD POLSKA 2026 ▶60 min

19.25 Barwy szczęścia
TVP 2 OBYCZAJOWY

PO Natalia wspiera załamaną Dominikę i zapowiada apelację w sprawie Soni. Jerzy podczas sąsiedzkiego brydża ponownie spotyka Wandę. **WT** W hotelu trwają przygotowania do urodzin córki milionera. Justin zgłasza zastrzeżenia, co kończy się kłótnią z Karoliną i Brunem. **ŚR** Oliwka ma pretensje do Kępskiego o spotkanie z Grażyną, do którego jej ukochany się niestety nie przyznał. **CZ** Borys rozmawia z Romeo o odpowiedzialności. Ewa prosi Elżbietę, by poszła z nią do lekarza. **PT** Basia świętuje z Tolkiem decyzję o przejściu na emeryturę. Z kolei Natalia odwiedza Cezarego w areszcie.

HD POLSKA 2026 ▶40 min

20.00 Uroczysko
TV 4 KRYMINALNY

PO Pod jabłonią w sadzie zostaje odnalezione ciało właściciela przetwórni, Błaszczyka. Filip poleca policjantom interwencję. Pracownicy twierdzą, że doszło do wypadku. **WT** Sołtys Ignacy Ćwik umiera w tragicznych okolicznościach podczas dożynek w Przygódce. Agata bada trop prowadzący do niejakiego Adama Pięty. **ŚR** Marcin i Anka wszczynają śledztwo w sprawie zaginięcia Julii. Ojciec podejrzewa porwanie. Dochodzi do makabrycznego znaleziska. **CZ** Podczas treningu Joanny i Daniela w wybuchu ginie żona biznesmena. Filip i Marcin zwracają uwagę na wdowca. Wychodzą jednak na jaw nowe fakty.

HD POLSKA 2026 ▶30 min

21.50 Na sygnale
TVP 2 FABULAR.-DOKUM.

PO Piotr i Martyna zgłaszają zaginięcie córki. Oferują nagrodę za pomoc i proszą kolegów o wsparcie w poszukiwaniach. Ekipa Vicka rusza na miejsce wypadku. Benio spotyka tam Sonię. **WT** Waleria znika, co niepokoi Benia i Wiktora. Banach leczy pacjenta z cukrzycą i źle gojącą się raną po operacji. Ela i Romek zajmują się nastolatkiem, który w transporcie dostał zawału. **ŚR** Zespół Banacha interweniuje w sprawie seniorki po upadku i młodego mężczyzny z urazami. Parę łączy relacja. Zespół Vicka ratuje nastolatkę po przedawkowaniu oraz uspokaja jej matkę, która doznała bradykardii.

HD POLSKA 2026 ▶65 min

20.30 Prokurator
TVP 1 KRYMINALNY

PO W pancernym sejfie z pieniędzmi w jednym z banków urzędniczka odkrywa zmasakrowane ciało. Przybyła na miejsce ekipa Procha próbuje ustalić, kto mógł dostać się do strzeżonej skrytki. Sprawa jest tajemnicza, gdyż nie ma śladów włamania.

HD POLSKA 2015 ▶55 min

21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto
TV 4 KRYMINALNY

PO-CZ Policjanci wyjaśniają brutalną egzekucję Narlochów. W domu odnajdują ciała małżeństwa oraz ich pięcioletniego wnuka. Biała rozpoczyna poszukiwania Sandry Kotelskiej. W pokoju dziewczyny znajduje zakrwawione prześcieradło.

HD POLSKA 2026 ▶60 min

22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny
TV 4 KRYMINALNY

PO-CZ Słoń, przyjaciel Walczaka, zostaje zatrzymany za kradzież kryptowalut. Kuba nie wierzy w jego winę. Na terenie budowy robotnicy odkrywają szkielet z odciętą głową. Jagiełło i Kujawińska łączą sprawę z Rzeźnikiem z Wrocławia z lat 80.

HD POLSKA 2026 ▶65 min

21.00 Ta inna siostra Bennet
HBO KOSTIUMOWY

WT Przebywająca w Londynie Mary próbuje poukładać swoją codzienność, jednak coraz częściej towarzyszy jej niepokój. Niebawem dziewczyna słyszy przez przypadek coś, co sprawia, że jej pewność siebie zostaje nadszarpnięta.

HD WIELKA BRYTANIA 2026 ▶30 min

14.00 Splątane losy
TVP 1 OBYCZAJOWY

ŚR-PT Pochodząca z zamożnej i szanowanej rodziny pani Munevver mieszka w rezydencji wraz ze swoją pokojówką Suzan. Pewnego wieczoru pod drzwi domu ktoś podrzuca dziewczynkę.

HD TURCJA 2024 ▶60 min

20.30 Ojciec Mateusz 31
TVP 1 KRYMINALNY

CZ, PT W Sandomierzu pojawiają się byli więźniowie, którzy niegdyś zostali schwytani przez Mateusza i policjantów. Kryminaliści nawiązują ze sobą kontakt. Morus zarządza specjalną operację.

HD POLSKA 2024 ▶55 min

21.05 Agenci NCIS 20
AXN SENSACYJNY

CZ Torres pod przykrywką prowadzi infiltrację Yuriego w więzieniu. Ten utrzymuje, że został wrobiony. Po jego zabójstwie ekipa odkrywa, kto odpowiada za wyłączenia prądu w USA.

HD USA 2022 ▶55 min

21.25 Drelich
TVP 1 KRYMINALNY

PT Marek Drelich stara się godzić przestępcze życie z obowiązkami rodzinnymi. Podczas rutynowego napadu na konwój z gotówką ktoś zdradza jego plan, a na przeszkodzie stają mu fałszywi policjanci.

HD POLSKA 2025 ▶55 min

eprasa.pl 989b197d00

Warto zobaczyć

9.50 SUPER POLSAT
Małe kobietki
MELODRAMAT Ameryka, lata 60. XIX wieku. Cztery siostry dorastają pod opieką matki. Różnią się osobowością oraz planami na przyszłość. *Reż.: Greta Gerwig, A: Saoirse Ronan, Emma Watson, Florence Pugh USA 2019* **160 min ► do godz. 12.30**

13.35 TVP KULTURA
Miss Potter
BIOGRAFICZNY Beatrix marzy o wydaniu książki. Kolejne redakcje odrzucają rękopis. Przyjmuje go w końcu początkujący wydawca. *Reż.: Chris Noonan, A: Renée Zellweger, Ewan McGregor, Jane How USA/Wlk. Bryt. 2006* **100 min ► do godz. 15.15**

14.20 TVN
Pajęczyna Charlotty
FAMILIJNY Wilbur może trafić do rzeźni. W ostatniej chwili ratuje go Fern. Prosiaczek zamieszkuje na farmie, gdzie zaprzyjaźnia się z pajęczycą. *Reż.: Gary Winick, A: Dakota Fanning, Kevin Anderson, Essie Davis Niemcy/USA 2006* **125 min ► do godz. 16.25**

14.25 TVP HISTORIA
Wichry Kołymy
BIOGRAFICZNY Rok 1937, ZSRR. Komunistka Eugenia odmawia złożenia zeznań obciążających przyjaciela. Zostaje skazana na pobyt w łagrze. *Reż.: Marlleen Gorris, A: Emily Watson, Benjamin Sadler, Agata Buzek Niem./Bel./Pol. 2009* **115 min ► do godz. 16.20**

17.25 PULS 2
Pech to nie grzech
KOMEDIA ROMANTYCZNA Karierowiczka Natalia chce udowodnić przyjacielowi Piotrowi, że potrafi stworzyć związek. Aranżuje mistyfikację. *Reż.: Ryszard Zatorski, A: Maria Dębska, Mikołaj Roznerski Polska 2018* **95 min ► do godz. 19.00**

17.50 FILMBOX+ HITS
Robin Hood: Początek
PRZYGODOWY Po powrocie z wyprawy krzyżowej szlachetny łucznik staje do walki z chciwym szeryfem. *Reż.: Otto Bathurst, A: Taron Egerton, Jamie Foxx, Ben Mendelsohn USA/Francja 2018* **130 min ► do godz. 20.00**

22.30 TVP KOBIETA
Uziemieni
KOMEDIA Byli małżonkowie muszą jak najszybciej dotrzeć na wesele córki. Są na siebie skazani. Wspólna wyprawa zmienia się w koszmar. *Reż.: Alexandre Coffre, A: Valérie Bonneton, Dany Boon, Denis Ménochet Francja/Belgia 2013* **105 min ► do godz. 0.15**

22.35 STOPKLATKA
Ninja
SENSACYJNY Casey pobiera w Japonii nauki ninjutsu. Po śmierci mistrza musi wypełnić jego wolę. Towarzyszy mu córka zmarłego. *Reż.: Isaac Florentine, A: Scott Adkins, Tsuyoshi Ihara, Mika Hijii USA 2009* **110 min ► do godz. 0.25**

→ filmowe hity

Determinacja i wsparcie rodzica wiodą młode tenisistki na sam szczyt.

22.10 TVN Król Richard: Zwycięska rodzina

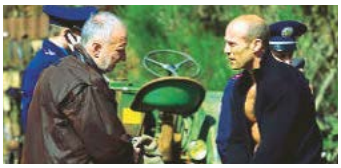
BIOGRAFICZNY Ojciec pragnie uczynić z utalentowanych córek sportowe gwiazdy.

HIT DNIA Compton w Kalifornii. Richard Williams dorastał w czasach, kiedy na amerykańskim Południu nikogo nie dziwił system segregacji rasowej. Odczuwając dotkliwe skutki dyskryminacji, postanawia zrobić wszystko, aby jego dzieci były szanowane. Pewnego dnia wpada na pomysł wypromowania córek na tenisistki. Ponieważ nie ma specjalistycznej wiedzy na ten temat, ogląda filmy instruktażowe. Głęboko wierząc w możliwość osiągnięcia sukcesu, stosuje niekonwencjonalne metody. Stale motywuje Venus i Serenę do ciężkiej pracy oraz buduje w nich niezachwianą pewność siebie. W bezkompromisowy sposób stara się również zdobyć sponsorów oraz przekonać do współpracy trenerów. **HD 185 min ► do godz. 1.15**

USA/Australia 2021 **Reż.:** Reinaldo Marcus Green **Wyst.:** Will Smith, Aunjanue Ellis, Jon Bernthal

20.00 TVN
Poznaj naszą rodzinkę
KOMEDIA Greg (Ben Stiller) wychowuje razem z żoną bliźnięta. Nieufny teść podejrzewa go o romans z seksowną współpracowniczką i śledzi każdy krok. W dodatku zbliża się rodzinny zjazd.
Reż.: Paul Weitz Wyst.: Barbra Streisand USA 2010 **HD 130 min ► do godz. 22.10**

20.00 TVN 7
Sztanga i cash
KOMEDIA KRYMINALNA Trener personalny Daniel Lugo (Mark Wahlberg) porywa klienta, aby przejąć jego majątek. W realizacji planu pomagają mu nieporadni wspólnicy. Sytuacja wymyka się spod kontroli.
Reż.: Michael Bay Wyst.: Anthony Mackie USA 2013 **HD 170 min ► do godz. 22.50**



20.00 TV PULS
Transporter 3
SENSACYJNY Frank Martin (Jason Statham) zostaje zmuszony do wypełnienia niebezpiecznej misji. Eskortuje córkę ukraińskiego urzędnika z Marsylii do Odessy. Podróż obfituje w pościgi oraz starcia z gangsterami.
Reż.: Olivier Megaton Wyst.: Natalia Rudakowa Fr./USA 2008 **HD 125 min ► do godz. 22.05**

21.00 C+ PREMIUM
Wicked
MUSICAL Odrzucana przez otoczenie Elphaba ujawnia magiczne zdolności. Wstępuje na Uniwersytet Shiz, gdzie zaprzyjaźnia się z Galindą (Ariana Grande). Zażyłość adeptek magii zostaje poddana próbie.
Reż.: Jon M. Chu Wyst.: Cynthia Erivo USA/Kan. 2024 **HD 165 min ► do godz. 23.45**

21.55 POLSAT
Szybcy i wściekli 5
SENSACYJNY Dominic (Vin Diesel) z pomocą byłego policjanta Briana i siostry wychodzi na wolność. Cała trójka trafia do Brazylii. Aby zapewnić sobie dostatnie życie, przyjaciele postanawiają obrabować narkotykowego bossa.
Reż.: Justin Lin Wyst.: Paul Walker USA 2011 **HD 170 min ► do godz. 0.45**

22.05 TV PULS
Ostatni ślad
THRILLER Lisa jedzie z mężem Willem (Gerard Butler) do swoich 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. 0.05**

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

egzemplarz nr 999h197d00

filmowe hity

Plan rabunku szybko się komplikuje. By wyjść cało z opresji, Vaughn i jego kompan porywają autobus.

20.25 TVP 1

Człowiek mafii

SENSACYJNY Zrozpaczony ojciec podejmuje ryzykowną decyzję. Naraża się szefowi, który współpracuje z mafią.

HIT DNIA

Vaughn próbuje wszelkimi sposobami zdobyć pieniądze na leczenie swojej ciężko chorej córki. Postanawia dokonać rabunku w swoim miejscu pracy – kasynie. Wcześniej szef, piorący brudne pieniądze gangsterów Frank, odmówił mu pożyczki. Vaughn wraz z kumplem, Coksem, kradnie trzy miliony dolarów. Nie wszystko idzie po ich myśli. W trakcie ucieczki mężczyźni biorą na zakładników pasażerów miejskiego autobusu. Za złodziejami wyrusza policyjny pościg oraz człowiek wysłany przez Franka. HD 95 min ▶ do godz. 22.00

USA 2015 **Reż.:** Scott Mann **Wyst.:** Jeffrey Dean Morgan, Robert De Niro, Gina Carano, Kate Bosworth, Dave Bautista

sport

17.00 POLSAT SPORT 1

Wimbledon

TENIS LIVE W tym spotkaniu zostanie wyłoniona mistrzyni 139. edycji turnieju. Ubiegłoroczny finał był widowiskiem jednej aktorki. Iga Świątek wygrała w nim bowiem z Amandą Anisimovą, nie tracąc nawet jednego gema. Kogo dziś zobaczymy w akcji? HD 120 min ▶ do godz. 19.00

18.30 EUROSPORT 3

GP Szwecji

ŻUŻEL LIVE Szósta runda Speedway Grand Prix odbędzie się w Målilli. W roli lidera klasyfikacji generalnej do zawodów przystąpi Bartosz Zmarzlik, zwycięzca GP Polski we Wrocławiu. Wystąpią też m.in. Kacper Woryna i Patryk Dudek. 210 min ▶ do godz. 22.00

rozrywka

15.00 C+ PREMIUM

Koncert Elton John & Brandi Carlie

WIDOWISKO Występ nagrany w marcu 2025 roku w Palladium Theatre. Elton John i Brandi Carlie wykonali utwory z albumu „Who Believes in Angels?". Zabrzmiały ich największe hity. Artyści opowiedzieli także o swojej przyjaźni. HD 60 min ▶ do godz. 16.00

18.00 BBC LIFESTYLE

Psijaciele w potrzebie

REALITY SHOW Pete Wicks dołącza do brytyjskiej organizacji ratującej bezdomne psy. Zaprzyjaźnia się ze zestresowanym mopsem, który czeka na operację. Zajmuje się również ciężarną suczką. HD 60 min ▶ do godz. 19.00

20.00 STOPKLATKA

Klient

SENSACYJNY Jedenastoletni Mark zna sekret mafii – miejsce ukrycia zwłok zamordowanego senatora. Bandyci chcą zlikwidować świadka. Prokurator Foltrigg (Tommy Lee Jones) usiłuje skłonić chłopca do złożenia zeznań.

Reż.: Joel Schumacher Wyst.: Susan Sarandon
USA 1994 HD 155 min ▶ do godz. 22.35

20.00 FILMBOX+ ONE

Zombieland

HORROR KOMEDIOWY Tajemnicza plaga powoduje przemianę ludzi w zombi. Tylko nielicznym udaje się jej uniknąć. Tallahassee (Woody Harrelson) i Columbus (Jesse Eisenberg) podejmują walkę z potworami.

Reż.: Ruben Fleischer Wyst.: Emma Stone
USA 2009 120 min ▶ do godz. 22.00

22.50 TVP 1

Mistrzostwa świata 2026

PIŁKA NOŻNA LIVE Trzecim półfinalistą zostanie zwycięzca batalii na Miami Stadium. Być może weźmie w niej udział reprezentacja Anglii. Synowie Albionu wygrali grupę L, a w 1/16 finału pokonali DR Konga 2:1. HD 160 min ▶ do godz. 1.30

19.55 POLSAT

Kabaret na żywo. Chyba Czesuaf

SATYRA Gospodarzami wydania są m.in. Piotr Gumulec, Maciej Morze, Wojciech Kowalczyk i Olga Łasak. Artyści zaprezentują takie skecze jak „Polandwizja: Michał", „9 miesięcy", „Choinka" czy „BHP". HD 120 min ▶ do godz. 21.55

22.50 TVN 7

Krytyczna decyzja

SENSACYJNY Terroryści porywają samolot pasażerski. W akcji odbicia maszyny, którą dowodzi pułkownik Travis, bierze udział m.in. agent David Grant (Kurt Russell). Pomaga mu stewardesa Jean (Halle Berry).

Reż.: Stuart Baird Wyst.: John Leguizamo
USA 1996 HD 165 min ▶ do godz. 1.35

23.05 TVP 2

Zakochani w Rzymie

KOMEDIA ROMANTYCZNA Wieczne Miasto jest tłem kilku miłosnych historii. Jack (Jesse Eisenberg) zakochuje się w koleżance swojej dziewczyny. Antonio i Milly spędzają w Rzymie miesiąc miodowy.

Reż.: Woody Allen Wyst.: Roberto Benigni
USA/Wł. 2012 HD 120 min ▶ do godz. 1.05

3.00 POLSAT SPORT 1

UFC 329

SPORTY WALKI LIVE Wydarzeniem gali jest powrót do klatki Conora McGregora, który swoją poprzednią walkę w UFC stoczył pięć lat temu. Po raz drugi w karierze zmierzy się on z Maxem Hollowayem. W 2013 roku zdołał go pokonać. HD 180 min ▶ do godz. 6.00

dokument

23.00 FOKUS TV

Poza kontrolą: Pinatubo – erupcja stulecia

REPORTAŻ W 1991 roku niespodziewanie przebudził się wulkan na Filipinach. Kraj stanął w obliczu jednej z największych katastrof naturalnych. HD 60 min ▶ do godz. 0.00

eprasa.pl 989b197d00

TVP 1 HD DVB-T2

5.20 **Mieszkańcy skandynawskich wód** – film dokumentalny, Niemcy/Szwecja 2023
6.20 **Balans bieli** – program religijny
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
7.40 **Rok w ogrodzie** (1173) – magazyn
8.05 **Rok w ogrodzie extra** (446) – magazyn
8.20 **Pełnosprawni** (660) – mag.
8.50 **Ranczo 7** (79) – serial obyczajowy, Polska 2013
9.45 **Komisarz Alex 7** (87): Twist – serial kryminalny, Polska 2015
10.40 **Ojciec Mateusz 15** (198): Psina – serial kryminalny, Polska 2016
11.35 **Natura w Jedynce: Mali mieszkańcy Półwyspu Iberyjskiego** (5-ost.) – dok.
12.40 FILM **Gwiazdy w południe: Kolty siedmiu wspaniałych** – western, USA 1969, reż. Paul Wendkos, wyk. George Kennedy, James Whitmore, Monte Markham, Reni Santoni, 110 min
14.30 **Przed ekranem** – magazyn
14.45 **Okrasa łamie przepisy** – mag.
15.20 **Rozmowy na medal** (5) – magazyn sportowy
16.00 **Dziedzictwo** (975) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.35 **Rolnik szuka żony 12** (6) – telenowela dokum., Polska 2025
18.40 **Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
20.05 **Sport, pogoda**

TVP 2 HD DVB-T2

5.10 **Barwy szczęścia** (3347, 3348) – serial obyczajowy, Polska 2026
6.25 **M jak miłość** (1919) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.25 **Górna półka smaku** (3) – magazyn kulinarny
12.00 **Zmiennicy** (6): Prasa szczególnej troski – serial komediowy, Polska 1986
13.05 **Panna młoda** (141) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.00 **Familiada** – teleturniej
14.35 **Koło fortuny** (1887) – teleturniej
15.15 **Szansa na sukces. Opole 2026** (10): Kobranocka – widowisko
16.20 **Na dobre i na złe** (987): Rytmy życia – serial obyczajowy, Polska 2026
17.20 **Panna młoda** (142) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Nawet podczas pogrzebu Yasemin Beyza nie rezygnuje z intryg. Melih postanawia poprosić ojca Sinem o jej rękę.
18.15 **Va banque** (1011) – teleturniej
18.45 **Wyższa Szkoła Jazdy** (6) – magazyn motoryzacyjny
19.10 **Słowo na niedzielę**
19.25 **Rodzinka.pl** (299): Zabawianka – serial komediowy, Polska 2025
Maria szykuje się na randkę. Radą służą jej Natalia i Viola. Ludwik chce zdobyć zaufanie Adeli. U Tomka i Magdy rano wybucha panika, kiedy zawodzi budzik. Majka i Dianka organizują dla dziadka grilla.

POLSAT HD DVB-T2

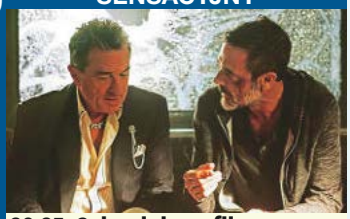
4.40 **Disco Gramy**
5.25 **Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
8.30 **halo tu polsat** – magazyn
11.30 **Pierwsza miłość** (4175-4178) – serial obyczajowy, Polska 2025
14.45 FILM **Kopciuszek** – musical, USA/Wielka Brytania 2021, reż. Kay Cannon, wyk. Camila Cabello, Nicholas Galitzine, Idina Menzel, Pierce Brosnan, 145 min
Ella mieszka w królestwie, w którym życie od wieków toczy się w znanym rytmie. Choć przez macochę i jej córki zwana jest Kopciuszkiem, pasjonuje się modą i projektuje sukienki. Jej los odmienia spotkanie z księciem Robertem. Musicalowa wariacja na temat baśni.
17.10 FILM **Jak rozpętałem II wojnę światową** (3-ost.) – komedia, Polska 1969, reż. Tadeusz Chmielewski, wyk. Marian Kociniak, 100 min
Franek Dolas w przebraniu sanitariusza bierze udział w ewakuacji rannych włoskich żołnierzy z Afryki. Razem z nimi płynie do Włoch. Niebawem Niemcy aresztują go jako dezertera i wysyłają na front wschodni. Franek wyskakuje jednak z samolotu i ląduje ze spadochronem w Polsce. W końcu dostaje się do oddziału partyzantów.
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Prezydenci i premierzy** (459) – program publicystyczny
19.30 **Sport, pogoda**

TVN HD DVB-T2

5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1695) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 **Kuchenne rewolucje** (2): Siedliszcze – Bistro 12 – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.25 **Na Wspólnej** (4240-4243) – serial obyczajowy, Polska 2026
13.20 **Młode gliny** (19) – serial kryminalny, Polska 2026
Pod kapliczką odkryto zwłoki Aliny Maj, trzydziestoletniej działaczki społecznej. Okazuje się, że razem z Marianną Walczak prowadziła fundację wspierającą osoby LGBT.
14.20 FILM **Pajęczyna Charlotty** – film familijny, Niemcy/USA 2006, reż. Gary Winick, wyk. Dakota Fanning, Kevin Anderson, Essie Davis, Louis Corbett, 125 min
Prosiaczek Wilbur może trafić do rzeźni. Ratuje go wrażliwa Fern. Niestety, wkrótce dziewczynka musi oddać zwierzę na farmę wuja. Tu przyjaciółką Wilbura staje się pajęczyca Charlotta.
16.25 FILM **Sabrina** – komedia romantyczna, USA/Niemcy 1995, reż. Sydney Pollack, wyk. Harrison Ford, Julia Ormond, Greg Kinnear, 155 min
Sabrina jest zakochana w Davidzie, synu pracodawców ojca. Kiedy mężczyzna zrywa dla niej swoje zaręczyny – co zniweczy fuzję rodzinnych firm – do akcji wkracza starszy brat.
19.00 **Fakty, sport i pogoda**
19.45 **Uwaga!** – magazyn reporterów

20

SENSACYJNY



20.25 Człowiek mafii FILM – USA 2015, 95 min

Vaughn, pracownik kasyna, próbuje zdobyć pieniądze na leczenie ciężko chorej córki. Kiedy jego szef Pope odmawia mu pożyczki, zdesperowany ojciec decyduje się na rabunek. Wraz z przyjacielem kradnie trzy miliony dolarów. Za złodziejami rusza pościg.

22.00 **Zanim przyszła Solidarność** – reportaż, Polska 2026
Dzięki wypowiedziom m.in. Lecha Wałęsy i Andrzeja Seweryna widzowie poznają współczesne interpretacje obywatelskiego zaangażowania i odpowiedzialności za państwo.
22.30 LIVE **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio
22.50 LIVE **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz ćwierćfinałowy
1.30 **Mundial Biało-Czerwonych: Trzej przyjaciele z boiska** – film dokumentalny, Polska 2006
2.30 LIVE **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio
2.50 LIVE **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz ćwierćfinałowy
5.15 **Zakończenie**

WIDOWISKO

20.00 Lato z Radiem i Telewizją Polską: Ełk

Kolejna odsłona muzycznej trasy Polskiego Radia oraz TVP. Na plaży miejskiej w Ełku wystąpią gwiazdy polskiej muzyki: Smolasty, Natalia Nykiel, Natasza Urbańska, Skolim, Sztywny Pal Azji, Zakopower, Kasia Kowalska, Bovska, Mateusz Ziółko, Wanda i Banda oraz Piotr Pręgowski. Zgromadzona publiczność i telewidzowie ponownie będą mieli okazję bawić się przy utworach, które łączą pokolenia.

22.10 **Gabi Drzewiecka zaprasza** (5) – talk-show
23.05 FILM **Zakochani w Rzymie** – komedia romantyczna, USA/Włochy/Hiszpania 2012, reż. Woody Allen, wyk. Jesse Eisenberg, Roberto Benigni, Alison Pill, Penélope Cruz, 120 min
1.05 FILM **Kod Annie Parker** – film obyczajowy, USA 2013, reż. Steven Bernstein, wyk. Helen Hunt, Samantha Morton, Aaron Paul, Rashida Jones, 110 min
2.55 **Akacjowa 38** (419, 420) – telenowela, Hiszpania 2015
4.25 **Zakończenie**

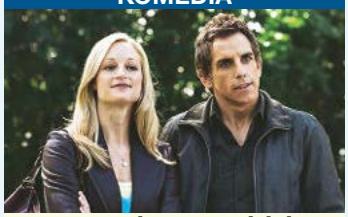
ROZRYWKOWY

19.55 Kabaret na żywo. Chyba Czesuaf (165)

Olga Łasak oraz inni artyści zaprezentują skecz „W gościach: Dzień kobiet". Sektor prezydencki przybliży sceny z życia ambasadora USA. W cyklu poświęconym lekturom szkolnym na nowo odczytany zostanie „Pan Tadeusz". Widzowie zobaczą też Polandwizję.

21.55 FILM **Szybcy i wściekli 5** – film sensacyjny, USA 2011, reż. Justin Lin, wyk. Vin Diesel, Paul Walker, Dwayne Johnson, Jordana Brewster, 170 min
Dalsze losy uczestników nielegalnych wyścigów samochodowych. Po uwolnieniu Dominica z rąk policji przyjaciele muszą uciekać z kraju. Trafiają do Brazylii, gdzie czeka ich ostatnie zadanie, dzięki któremu odzyskają wolność.
0.45 FILM **Detonator** – film sensacyjny, USA/Rumunia 2006, reż. Po-Chih Leong, wyk. Wesley Snipes, Silvia Colloca, Tim Dutton, William Hope, 125 min
2.50 **Świat według Kiepskich** (385-387) – serial komediowy, Polska 2012

KOMEDIA



20.00 Poznaj naszą rodzinkę FILM – USA 2010, 130 min

Greg wychowuje z żoną bliźnięta i pracuje w firmie farmaceutycznej. Wciąż jednak boryka się problemami. Surowy teść, który nigdy nie darzył zięcia sympatią, podejrzewa go o romans z koleżanką. Do tego wielkimi krokami zbliża się rodzinny zjazd, na którym pojawia się były narzeczony jego żony.

22.10 FILM HIT DNIA **Król Richard: Zwycięska rodzina** – dramat biograficzny, USA/Australia 2021, reż. Reinaldo Marcus Green, wyk. Will Smith, Aunjanue Ellis, Jon Bernthal, Saniyya Sidney, 185 min
1.15 FILM **Żołnierz przyszłości** – film s.f., USA/Wielka Brytania 1998, reż. Paul W.S. Anderson, wyk. Kurt Russell, Jason Scott Lee, Jason Isaacs, Connie Nielsen, 130 min
3.25 **Uwaga!** – magazyn reporterów
3.40 **Detektywi** (109) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
4.35 **Nauka jazdy 5** (3) – program rozrywkowy
5.05 **Recepta na stary dom 3** (11) – program rozrywkowy

eprasa.pl 989b197d00

TVN 7 HD DVB-T2

5.20 Szkoła (789) – serial paradokumentalny, Polska 2020
6.10 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie (3) – program rozrywkowy
7.05 Nowe Zwariowane Melodie (45, 46) – serial animowany, USA 2018
7.35 Za duży na bajki – film familijny, Polska 2022, reż. Kristoffer Rus, wyk. Maciej Karaś, Amelia Fijałkowska, Patryk Siemek, Dorota Kolak, 130 min
FILM
9.45 Zgłoś remont 11 (6) – program rozrywkowy
10.50 Bitwa o gości (2) – reality show
11.55 Ukryta prawda (1437-1439) – serial paradokumentalny, Polska 2022
14.55 Szpital św. Anny (21, 22) – serial obyczajowy, Polska 2025
16.55 Detektywi (1): Kat – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
17.55 Step Up 2 – film muzyczny, USA 2008, reż. Jon M. Chu, wyk. Briana Evigan, Robert Hoffman, Adam G. Sevani, Cassie Ventura, 125 min
FILM
Andie koncentruje się na treningach do nielegalnego konkursu tańca. Podczas egzaminów do szkoły artystycznej zwraca uwagę brata dyrektora. Razem tworzą nieformalną grupę.

REKLAMA

TV PULS HD DVB-T2

6.00 Kobra – oddział specjalny (7-9): Summer i Sharky; Uwięzieni; Królobójca – serial sensacyjny, Niemcy 2017
9.00 Taki jest świat 11 (28) – program informacyjny
Podsumowanie najważniejszych wydarzeń minionego tygodnia z kraju i ze świata. Anna Bogusiewicz wyjaśnia, jak wpływają one na życie Polaków, co pozwala lepiej zrozumieć sytuację.
9.25 Boso przez świat: Maniok – cykl reportaży, Polska 2009
10.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (531, 533, 535, 537, 539) – serial obyczajowy, Polska 2022
Jadźka zmagała się z bezdomnością. Teraz wspiera osoby w takiej sytuacji. W sąsiedztwie punktu pomocy znajduje się luksusowy hotel. Jego właściciel nie jest zadowolony, że Jadźka prowadzi jadłodajnię.
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (968-972) – serial obyczajowy, Polska 2026
Ania skrywa tajemnicę o pragnieniu korekty płci. Zastawia biżuterię matki i inwestuje w kryptowaluty, co zauważają podejrzliwi rodzice. Andżelika nie radzi sobie z Igorkiem.

PULS 2 HD DVB-T2

6.00 Ale numer! 20 (16) – program rozrywkowy
6.35 Smerfy (179) – serial animowany, Belgia 1988
7.00 Pingwiny z Madagaskaru 2 (31, 32) – serial animowany, USA 2010-2012
8.15 Koati – film animowany, USA/Meksyk 2021, reż. Rodrigo Perez-Castro, 95 min
FILM
9.50 Snoopy i Charlie Brown – film animowany, USA 2015, reż. Steve Martino, 95 min
FILM
11.25 Wojciech Cejrowski. Boso – Luizjana (1-3) – serial dokumentalny, Polska 2025
13.15 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (10, 11) – program rozrywkowy
15.30 Złapać miłość za ogon – komedia, Kanada/USA 2022, reż. Leif Bristow, wyk. Brittany Bristow, Chris McNally, Jayne Eastwood, Humberly González, 115 min
FILM
17.25 Pech to nie grzech – komedia romantyczna, Polska 2018, reż. Ryszard Zatorski, wyk. Maria Dębska, Mikołaj Roznerski, Krzysztof Czeczot, Barbara Kurdej-Szatan, 95 min
FILM
19.00 Pszczółka Maja. Film – film animowany, Australia/Niemcy 2014, reż. Alexs Stadermann, 105 min
FILM

NETFLIX

SZYBCY I WŚCIEKLI 9

Cipher (Charlize Theron) zostaje porwana. Dom (Vin Diesel), próbując ją odnaleźć, trafia na ślad broni, która pozwala włamać się do każdego komputera. Czeka go pojedynek z własnym bratem.
▶sens., Kanada/USA 2021; 136 min

PLANETA SINGLI 4: WYSPA

Marcel namawia Anię (Agnieszka Wiedłocha) i Tomka (Maciej Stuhr), by pomogli mu stworzyć reality show dla par na egzotycznej wyspie. Zakochani próbują uchronić przyjaciela od błędu.
▶romant., Polska 2025; 100 min

KOMEDIA KRYMINALNA

20.00 Sztanga i cash – USA 2013, 170 min
FILM
Pracujący w siłowni Daniel Lugo postanawia zmienić swoje życie. Wraz z byłym więźniem Paulem i kolegą po fachu, Adrianem, porywa jednego z bogatych klientów, przedsiębiorcę Kershawa. Ich plan się komplikuje.

22.50 Krytyczna decyzja – film sensacyjny, USA 1996, reż. Stuart Baird, wyk. Kurt Russell, Halle Berry, David Suchet, Steven Seagal, 165 min
FILM
Terroryści porywają odrzutowiec pasażerski. W akcji odbicia lecącej maszyny bierze udział Grant. Pomaga mu stewardesa. Wkrótce łączność z grupą specjalną zostaje zerwana. Władze decydują się zestrzelić samolot.
1.35 Góra w ogniu – thriller, Chiny 2019, reż. Simon West, wyk. Hannah Quinlivan, Jason Isaacs, Shawn Dou, Bee Rogers, 105 min
FILM
3.20 Fachowcy (12) – serial paradokumentalny, Polska 2017
4.00 Usterka 11 (8) – serial fab.-dokum., Pol. 2019
4.40 Dorota was urządzi! (10)

SENSACYJNY

20.00 Mocne sobotnie kino: Transporter 3 – Francja/Wielka Brytania/USA 2008, 125 min
FILM
Były komandos Frank Martin zostaje zmuszony przez Johnsona do udziału w misji. Otrzymuje najtrudniejsze jak dotąd zlecenie w karierze. Valentina – córka ważnego ukraińskiego urzędnika, który nie chciał współpracować z mafią – ma zostać bezpiecznie przetransportowana z Marsylii do Odessy. Martin wyrusza w podróż, która obfituje w pościgi i starcia z gangsterami.

22.05 Ostatni ślad – thriller, USA 2022, reż. Brian Goodman, wyk. Gerard Butler, Jaimie Alexander, Russell Hornsby, Ethan Embry, 120 min
FILM
Lisa i Will zatrzymują się na stacji. Kobieta znika bez śladu. Detektyw rozpoczyna śledztwo. Mąż zaginionej postanawia działać na własną rękę.
0.05 Człowiek zasad – film sensacyjny, Rumunia/USA 2015, reż. Keoni Waxman, wyk. Steven Seagal, Byron Mann, Howard Dell, Adina Stetcu, 120 min
FILM
2.05 Zobacz to! – pr. powtórkowe

KOMEDIA KRYMINALNA

20.45 Przyjaciel gangstera – Francja/Włochy 2003, 95 min
FILM
Małomówny gangster Ruby kradnie 20 mln euro mafijnemu bossowi. Przed aresztowaniem ukrywa łup. W więzieniu trafia do celi z gadułą i nieudacznikiem Quentinem. Udaje im się uciec. Ruby chce odnaleźć swój łup. Nie może się jednak uwolnić od towarzystwa uciążliwego kolegi.

22.20 Krwawa gra – film sensacyjny, Kolumbia 2015, reż. Ken Sanzel, wyk. Mickey Rourke, Freida Pinto, Ryan Kwanten, Jason Gibson, 120 min
FILM
0.20 Wstydliwe choroby 7 (3) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2013
1.25 Wstydliwe choroby 5 (1) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2011
2.25 Super Mario Bros – komedia s.f., USA/Wielka Brytania 1993, reż. Rocky Morton, wyk. Bob Hoskins, John Leguizamo, Dennis Hopper, Samantha Mathis, 155 min
FILM
5.00 Kręcimy z gwiazdami (10): K.A.S.A – program rozrywkowy

PREMIERA

THE OUTRUN

Młoda Rona (Saoirse Ronan) opuszcza ośrodek leczenia uzależnień i wraca na szkocką wyspę, z której pochodzi. Trochę czasu spędza u religijnej matki, innym razem mieszka z ojcem, któremu pomaga w gospodarstwie. Jednocześnie dziewczyna próbuje poradzić sobie z trudnymi wspomnieniami.
▶dram., Wlk. Bryt. 2024; 118 min

PREMIERA

ROBOTA WE WSPÓLNOCIE

Były gangster Hae Gang (Ji Sung) kandyduje na przewodniczącego rady mieszkańców swojego apartamentowca, by przejąć ukryte w budynku pieniądze. Sytuacja komplikuje się, gdy w trakcie kampanii odkrywa ślady nadużyć, jakich dopuszczają się jego sąsiedzi. Rozpoczyna walkę z korupcją.
▶krym. (6 odc.), Korea Płd. 2026

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.00 Angry Birds 2 Film FILM – film animowany, Finlandia/Kanada/USA 2019, reż. Thurop Van Orman, 95 min
7.35 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (3) – krym., USA/Kan.
8.25 Rekrut 8 (13, 14) – serial kryminalny
10.20 MacGyver 2 (16-20)
15.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (2-6) – serial kryminalny, USA/Kanada 2010
W basenie należącym do kasyna rekin atakuje kobietę. Catherine podejrzewa, że wydarzenie mogło zostać zaaranżowane.

TVP SERIALE

5.35 Na sygnale (863, 864) – serial fab.-dokum.
6.35 U Pana Boga w ogródku (8) – serial komediowy, Pol. 2008
7.25 Na sygnale (865-869) – serial fab.-dokum.
10.15 Ranczo 8 (100, 101) – serial obycz., Polska
11.55 Rodzinka.pl (300-302) – serial komediowy, Polska
13.35 Ojciec Mateusz 29 (381) – krym., Pol. 2023
14.35 Ojciec Mateusz 30 (382) – krym., Pol. 2023
15.30 Komisarz Alex 24 (305) – krym., Pol. 2025
16.30 Ranczo 8 (102) – serial obycz., Polska
17.30 Czterdziestolatek (17) – obycz., Pol. 1977

TVP KULTURA HD

8.10 Kramarz – dramat obyczajowy, Polska 1990, 105 min
9.55 Sportowiec mimo woli – komedia, Polska 1939, 90 min
11.25 Kosmos 1999 (11)
12.30 Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem (2) – dok., Wlk. Bryt.
13.35 Miss Potter – dramat biograf., USA/Wielka Brytania 2006, 100 min
15.15 Światowy Kongres Tłumaczy Literatury Polskiej 2026 – reportaż, Polska 2026
15.50 Noce i dnie (4)
17.00 W 80 dni dookoła świata – film przyg., USA 1956, 180 min

ALE KINO+ HD

6.30 Polska z góry 5 (11)
7.00 Moje pieczone kurczaki – obycz., Polska 2002, 75 min
8.15 King Kong żyje – film przygodowy, USA 1989, 130 min
10.25 Kate Winslet. Naturalna i piękna – film dokum., Fr. 2024
11.35 The Office PL 3 (7-9)
13.15 Pałatka – krótkometr.
13.40 Trzej muszkieterowie – film przyg., USA/Wlk. Bryt. 1973, 130 min
15.50 Niezwykłe miejsce na śmierć (1) – krym.
17.45 Włamanie na śniadanie – komedia kryminalna, USA 2001, 145 min

CANAL+ PREMIUM HD

11.00 LARP. Miłość, trolle i inne questy – kom., Polska 2025, 90 min
12.30 To nie jest zagadka kryminalna (6)
13.25 Kawałek po kawałku – film animowany, USA/Dania 2024, 95 min
15.00 Koncert Elton John & Brandi Carlie
16.00 Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu – film fantasy, Australia/USA 2009, 125 min
18.05 Bałtyk – film dokum., Polska 2025
19.10 Mamma Mia! Here We Go Again – kom. muz., USA/Wlk. Bryt./Chiny 2018, 110 min

HBO HD

9.05 Jak wytresować smoka 2 – film animowany, USA/Indie 2014, 100 min
10.45 Królestwo niebieskie – dramat hist., USA/Hiszp./Wlk. Bryt. 2005, 140 min
13.05 Sprawa Friedy – dramat historyczny, Szwajcaria 2024, reż. Maria Brendle, 110 min
14.55 Oliwia i niewidzialne trzęsienie ziemi – film animowany, Belgia/Szwajcaria/Hiszpania 2025, 70 min
16.05 Akademia pana Kleksa 2 – film familijny, Polska 2024, 120 min

20

PRZYGODOWY

20.00 Robin Hood: Początek – USA/Hongkong/Chorwacja 2018, 150 min
Rycerz Robin z Loxley wraca z wyprawy krzyżowej. W rodzinnych stronach staje do walki z chciwym szeryfem. Zamierza też odzyskać ukochaną Marion.
22.30 Men in Black: International – komedia s.f., Chiny/USA 2019, reż. F. Gary Gray, 130 min
0.40 Snajper 2 – film sensacyjny, USA 2002, 110 min

KOMEDIOWY

18.35 U Pana Boga w ogródku (9) – Pol.
Burmistrz przygotowuje się do nadchodzących wyborów. Jego głównym kontrkandydatem jest biznesmen Śliwiak. Tymczasem do miasta wraca Stanisław Niemotko.
19.30 Ojciec Mateusz 30 (383-385) – krym., Pol.
22.25 Ranczo 8 (103, 104) – serial obycz., Polska
0.20 Komisarz Alex 24 (305, 306) – krym., Pol.
2.15 PitBull (19) – sens.
3.15 Oficerowie (7) – sens.
4.15 Rodzinka.pl (151, 152) – kom., Pol.

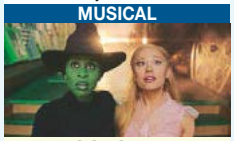
DRAMAT OBYCZAJOWY

20.00 Nie zostawiaj śladów – USA/Kanada 2018, 120 min
Weteran Will mieszka z córką w głębi lasu. Są niemal samowystarczalni. Służby socjalne wymuszają na nich powrót do społeczeństwa.
22.00 Ella Fitzgerald: Live At Montreux 1969 – koncert
23.20 Mary Reilly – horror, USA 1996, wyk. Julia Roberts, 120 min
1.20 Światowy Kongres Tłumaczy Literatury Polskiej 2026 – reportaż, Polska 2026

PRZYGODOWY

20.10 Largo Winch 3: Cena pieniądza – Francja/Belgia 2024, 130 min
Syn miliardera Largo zostaje porwany na jego oczach. Awanturnik znów rusza w szaleńczą podróż, by stawić czoło wrogom. Towarzyszy mu waleczna Bonnie.
22.20 Agent – film sens., USA 2024, 125 min
0.25 Dig – thriller, USA 2022, reż. K. Asher Levin, 115 min
2.20 Król (7) – serial sens.
3.25 Kobieta na dachu – dramat obyczajowy, Polska 2022, 100 min

MUSICAL



21.00 Wicked – USA/Kan./Islandia 2024, 165 min
Kraina Oz. Podczas studiów obdarzona magiczną mocą outsiderka Elphaba zaprzyjaźnia się z popularną Galindą. Niebawem obie zostają poddane trudnej próbie.
23.45 Wrogowie publiczni – film gangsterski, USA 2009, 135 min
2.00 Grindhouse: Planet Terror – horror, USA 2007, 105 min
3.45 Chopin, Chopin! – dramat biograficzny, Polska 2025, 130 min
5.55 Making of CANAL+

FAMILIJNY

18.05 Piotruś Pan – USA/Wielka Brytania 2003, 115 min
Dzieci przybywają do domu państwa Darling. Ekscytują się opowieściami o legendarnym piracie, kapitanie Haku. Nocą udają się do Nibylandii.
20.00 Podróż z seryjnym zabójcą – thriller, USA 2023, 95 min
21.35 Sisu: Droga do zemsty – dram. wojenny, Wlk. Bryt./Finlandia/USA 2025, 90 min
23.05 Holland – thriller, USA 2025, 105 min

AXN WHITE

6.00 Paddington 2 – film familijny, 2017, 105 min
7.45 Napisała: Morderstwo 5 (21, 22) – serial kryminalny
9.50 Detektyw Murdoch
13.05 Dr House 3 (6-10) – obycz.
18.00 Dowody zbrodni 2 (3-7) – serial kryminalny, USA
22.55 Domek na święta – film obyczajowy, 2019, 105 min
0.40 Wszystkie drogi prowadzą do Rzymu – komedia romantyczna, Włochy/USA 2015, 120 min
2.40 Autor widmo – thriller, 2010, 130 min
4.50 Blok promocyjny AXN White

AXN BLACK

6.00 Renegat 5 (12) – sens.
6.45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6 (9, 10) – krym.
8.15 S.W.A.T. 5 (17-20) – sens.
12.05 Gwiezdne wrota 2 (19-22) – s.f., USA/Kan. 1999
16.05 Gwiezdne wrota 3 (1) – serial s.f., USA/Kan. 1999
17.05 Rekrut 4 (20-22) – serial kryminalny, USA 2022
20.00 MacGyver (1) – serial akcji
21.00 S.W.A.T. 5 (17-20) – sens.
0.30 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6 (9, 10) – krym.
2.25 Rekrut 4 (20-22) – krym.
5.10 MacGyver (1) – serial akcji
5.55 Blok promocyjny AXN Black

WARNER TV

12.05 Invictus: Niepokonany – dramat biograficzny, USA 2009, 160 min
14.45 Superman 2: Wersja reżyserska Richarda Donnera – film przyg., Wlk. Bryt./USA 2006, 185 min
17.50 Superman 2 – film przyg., Wielka Brytania/USA/Kanada 1980, 155 min
20.25 Pan niania – komedia, USA 1993, 95 min
22.00 Wrogie niebo 5 (6, 7) – s.f.
23.45 Szeregowiec Benjamin – kom., USA 1980, 135 min
2.00 Upadek – dramat sensacyjny, 1993, 125 min
4.05 4 Blocks (3) – krym., Niem.

POLSAT SERIALE HD

6.00 Gliniarze (160-162) – serial paradokumentalny, Polska
9.00 Poirot (1, 2) – serial krym.
13.30 Doktor Martin (15) – serial obycz., Wlk. Bryt.
14.30 Świat według Kiepskich (203-206) – kom., Pol. 2000
17.05 Gliniarze (1131-1134) – serial paradok., Pol. 2025
21.00 Columbo (21, 28) – serial kryminalny, USA
0.05 Kokainowy Rick – dramat kryminalny, 2018, 145 min
2.30 Ślad (50) – krym., Pol. 2019
3.30 Święty (210) – serial komediowy, Polska 2022
4.00 48h. Zaginieni (107, 108) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

7.45 Gru i Minionki: Pod przykrywką – film animowany, 2024, 90 min
9.15 Łapu capu – pr. rozrywk.
9.20 Wszyscy święci – film obycz., Polska 2002, 75 min
10.35 Miss mokrego podkoszulka – komedia, Polska 2002, 55 min
11.30 Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu – film fantasy, 2009, 115 min
13.25 Masz ci los! – komedia, Polska 2023, 85 min
14.50 Mamma mia – komedia muz., USA/Wielka Brytania/Niemcy 2008, 110 min
16.40 Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego
18.10 Krucjata Bourne'a – thriller, USA/Niemcy 2004, 105 min
19.55 Łapu capu – pr. rozrywk.
20.00 Dotyk – melodramat, Islandia/Wielka Brytania 2024, 120 min
22.00 Rust. Legenda Zachodu – western, 2024, 135 min
0.15 Hellboy: Wzgórza nawiedzonych – horror s.f., 2024, 95 min
1.50 Skrzyżowanie – dramat obycz., Polska 2024, 95 min
3.25 To się nie dzieje – thriller, Polska 2025, 80 min
4.45 Wiarołom – dramat obycz., Polska 2021, 75 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 Łapu capu Extra – program rozrywkowy
10.25 The Office PL 3 (7-9) – serial komediowy, Polska 2023
12.05 Making of CANAL+ – magazyn filmowy
12.10 All That She Wants. Niezwykła historia Ace of Base (1-3) – serial dokumentalny, Szwecja 2023
14.30 Premiera: Naruto 3 (9-11) – serial anime, Japonia 2003-2004
16.00 Hollywood Buzz – magazyn filmowy
16.30 To nie jest zagadka kryminalna (3, 4) – serial kryminalny, Belgia 2025
18.35 8 wspaniałych (1, 2) – serial dokumentalny, Pol.
20.00 Córka narodu (1-3) – serial kostiumowy, Czechy 2024
22.00 Paryż w ogniu. Paris Has Fallen (1, 2) – serial sens., Wielka Brytania/Francja
23.40 Nie zostawiaj mnie (3, 4) – serial kryminalny, Wł. 2022
1.40 Kiedy ślub? (1, 2) – serial komediowy, Polska 2024
3.25 Byłem królem (6) – serial dokum., Polska 2022-2025
4.25 Łapu capu Extra (3) – program rozrywkowy
5.00 Miasta rytm (4) – serial dokumentalny, Polska 2020

CANAL+ 360 HD

6.00 13 posterunek 2 (3, 4)
7.20 Sędziowie (9) – dok., Pol.
8.05 Stalowe bestie z demobilu (9) – dok.
10.00 Zholowani: ciężarówki w opałach 6 (19) – dok.
11.00 Sung Kang – szybki i dociekliwy (6) – dok.
12.00 Haaland podbija Anglię
12.55 Toni Kroos – film biograf., Niemcy 2019, 125 min
15.00 Koleją przez świat 4 (3, 4) – serial dok., Wlk. Bryt.
16.50 Wykrywacz historii 6 (2)
17.55 Polarna stolica motoryzacji: Arjeplog – film dokumentalny, 2022
19.00 Speedshop: warsztat marzeń (2) – serial dokum.
20.15 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata (2) – serial dok., Niem. 2011
21.10 Zabójcze drogi (4) – dok.
22.05 Porzucone konstrukcje (6) – serial dok., Wlk. Bryt.
23.00 Wykrywacz historii 6 (4) – serial dokumentalny, Wł.
0.05 Co poszło nie tak 5 (5) – serial dok., Wlk. Bryt. 2025
1.15 Piłkarze na podsłuchu (1) – serial dok., Polska 2022
2.00 Jeremy (2) – serial dokum.
2.35 Czarna domena (2) – dok.
3.40 Survivalowa rodzina (5, 6) – serial dok., Pol. 2019
4.55 Pogotowie remontowe Wieśka 2 (2, 3) – mag.

HBO 2 HD

13.55 Nowy początek – film s.f., USA 2016, 110 min
15.45 Miami Vice – film sensacyjny, USA/Niemcy/Paragwaj 2006, 130 min
17.55 Amrum – dramat wojenny, Niemcy 2025, 95 min
19.30 Wichrowe wzgórza – dramat obyczajowy, USA/Wlk. Bryt. 2026, 135 min
21.45 Prawdziwy ból – komediodramat, USA 2024, 85 min
23.10 Ród smoka 3 (3) – fantasy
0.10 Stamtąd 4 (9)
0.55 Miniaturowa żona (3)
1.40 Porzucić noc – dramat kryminalny, 2023, 105 min

HBO 3 HD

11.20 Julia 2 (5) – serial biograf.
12.10 W potrzasku – dramat obyczajowy, 2025, 100 min
13.50 Madagwiazdka – anim.
14.20 Scott Pilgrim kontra świat – komedia fantasy, USA/Wielka Brytania/Kanada 2010, 110 min
16.10 Na planie 23 (24) – mag.
16.40 Przypadek Harolda Cricka – komediodramat, USA 2006, 110 min
18.30 Materialiści – komedia romantyczna, USA/Finlandia 2025, 115 min
20.25 Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem (2) – kom.
21.00 The Pitt (1-6) – obycz., USA

eprasa.pl 989b197d00

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

8.05 Byli sobie podróżnicy (23, 24)
9.15 Dawno, dawno temu w Idolu – anim.
9.30 Shrek 3-D – anim.
9.40 Sezon na misia 2 FILM – film animowany, USA 2008, 90 min
11.10 Ania z Zielonego Wzgórza (2-ost.) FILM – obycz., Kanada/RFN/USA 1985, 120 min
13.10 Pogromcy duchów. Dziedzictwo FILM – komedia s.f., USA/Kanada 2021, 160 min
15.50 Krudowie 2: Nowa era FILM – film animowany, USA 2020, 115 min
17.45 2012 FILM – film katastroficzny, USA/Kanada 2009, 195 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 Tata ma plan 2 (9-13) – serial komediowy, USA 2017
8.30 Teoria wielkiego podrywu 6 (17-24) – serial komediowy, USA 2012-2013
11.55 Teoria wielkiego podrywu 7 (1-4) – serial komediowy, USA 2013-2014
13.30 Przyjaciele 7 (1-3) – serial komediowy, USA 2001
15.00 DMV – Ci od prawka (16, 18-20) – serial komediowy, USA 2025
17.00 9JKL (9-12) – serial komediowy, USA 2017
19.00 Duchy (3, 4) – serial fantasy, USA/Wielka Brytania 2021

TVN FABUŁA HD

6.30 Top 100: filmy wszech czasów (2)
6.55 Seriaale kultowe (13) – program kult.
7.00 Prawo Agaty 4 (7-10) – serial obycz., Polska
11.00 Happy Feet: Tupot małych stóp FILM – film animowany, Australia/USA 2006, 140 min
13.20 Scooby-Doo – kom. FILM przyg., USA/Australia 2002, 100 min
15.00 Jak stracić chłopaka w 10 dni FILM – kom. romant., USA/Niemcy 2003, 160 min
17.40 Ocean's Eleven: Ryzykowna gra FILM – komedia sensacyjna, USA/Australia 2001, 140 min

13 ULICA

6.00 Follow (5) – serial sensacyjny, Francja 2023
6.40 Morderstwo w Ramatuelle FILM – film kryminalny, Francja 2022, wyk. Florence Pernel, Lola Dewaere, Matthieu Burnel, Florent Peyre, 120 min
8.40 Mentalista (1-10) – serial kryminalny, USA 2008, wyk. Simon Baker, Robin Tunney
17.55 Kobra – oddział specjalny (7, 8) – serial sensacyjny, Niemcy 2021
19.55 Bellefond (1) – serial kryminalny, Francja 2022, wyk. Stéphane Bern, Wendy Nieto

KINO POLSKA

6.00 Złoty interes (1) – program rozrywkowy
6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dok.
7.20 Miś Kudłatek (5, 6) – serial animowany
7.50 Bolek i Lolek na wakacjach (5, 6)
8.10 Pan Wołodyjowski FILM – hist., 1968, 210 min
11.40 Wielka majówka FILM – film obyczajowy, 1981, 120 min
13.40 Poszukiwany, poszukiwana FILM – kom., 1972, 115 min
15.35 Nie ma róży bez ognia FILM – komedia obycz., 1974, 125 min
17.40 Anna German. Tajemnica białego anioła (1, 2) – biograf.

STOPKLATKA DVB-T2

6.00 Komisarz Rex 2 (12-15) – serial krym., Niem./Austria 1996
10.00 Hudson i Rex 8 (5, 6) – serial krym., Kanada
12.00 Robin z Sherwood (2) – serial przygodowy
13.25 Mikołajek FILM – komedia, Francja/Belgia 2009, 100 min
15.05 Kryptonim Panda FILM – komedia sensacyjna, Chiny 2024, reż. Luan Zhang, wyk. Jackie Chan, Xiang Wei, Ce Shi, 120 min
17.05 Niezgodna FILM – film s.f., USA 2014, reż. Neil Burger, wyk. Shailene Woodley, Theo James, Ashley Judd, Jai Courtney, 175 min

KOMEDIA SENSACYJNA

21.00 King's Man: Pierwsza misja FILM – USA/Wielka Brytania 2021, 165 min

W obliczu nadciągającej wojny książę Oxfordu zakłada agencję wywiadowczą. Jej członkowie mierzą się ze zbrodniczą organizacją.

23.45 Głębia strachu FILM – film sens., USA 2020, wyk. Kristen Stewart, 120 min
1.45 Ślad (33, 14, 15) – krym., Pol. 2018-2019
4.45 Na ratunek 112 (865, 866) – serial paradokum., Pol. 2023

CZARNA KOMEDIA

20.00 Rodzina Addamsów FILM – USA 1991, 120 min

Adwokat zamierza przejąć posiadłość należącą do Morticii, Gomeza i ich ekscentrycznej familii. Wysyła oszusta, który podaje się za zaginionego krewnego.

22.00 The Office PL 3 (9, 10) – serial kom.
23.05 Comedy Club 6 (7, 8)
0.05 Miasteczko South Park 2 (7-10) – serial anim. dla dorosłych
2.05 Pracoholicy 3 (7-10) – serial komediowy
4.00 Śmieszniej nie będzie 6 (11-14)

SENSACYJNY

20.00 G.I. Joe: Czas Kobry FILM – USA/Czechy 2009, 155 min

Tajemnicza organizacja chce zburzyć ład świata. Członkowie elitarnej jednostki, m.in. nowo zrekrutowany kapitan Duke Hauser, muszą pokrzyżować zbrodniczy plan.

22.35 Włoskie wakacje FILM – komedia, Wielka Brytania/Włochy 2020, 120 min
0.35 Ocean's 8 FILM – komedia kryminalna, USA 2018, reż. Gary Ross, 125 min
2.40 Po pierwsze kino 3 (4) – program rozrywk.

KRYMINALNY

22.00 Morderstwo między wierszami: Brzmi martwo FILM – USA 2019, 110 min

Ginie twórca programu do rozwiązywania zagadek kryminalnych. Amy Winslow ma własną teorię na temat zbrodni. Badaczka łączy siły z detektywem Travisem.

23.50 Nieuchwytny cel 2 FILM – film kryminalny, USA 2016, 130 min
2.00 Podróżnik (4) – serial kryminalny, Fr. 2021
3.55 Morderstwo w Larzac FILM – film krym., Francja 2020, 125 min

KOMEDIA OBYCZAJOWA

20.00 Och, Karol FILM – 1985, 125 min

Architekt Karol Górski ma coraz więcej kłopotów z żoną i trzema kochankami. Pewnego dnia wszystkie cztery panie zgodnie postanawiają dać kłamcy nauczkę.

22.05 Kamienie na szaniec FILM – dramat wojenny, 2014, reż. Robert Gliński, 130 min
0.15 Mój dług FILM – dramat krym., 2021, 145 min
2.40 Historie miłosne FILM – film obyczajowy, 1997, 125 min
4.45 Końce i początki

DRAMAT SENSACYJNY

20.00 Głośne hity: Klient FILM – USA 1994, 155 min

11-letni Mark poznaje sekret mafii. Staje się celem zarówno bandytów, jak i ambitnego prokuratora, który chce zmusić go do zeznań. Chłopcu pomaga prawniczka Reggie.

22.35 Ninja FILM – dramat sens., USA 2009, 110 min
0.25 Życie za życie FILM – dramat krym., USA/Niemcy 2003, 160 min
3.05 Mów mi Vincent FILM – komediodramat, USA 2014, 150 min
5.35 Syn szczęścia – film krótkometraż.

CINEMAX HD

10.05 Jutro o świcie – dramat FILM obyczajowy, 2024, 80 min
11.25 Niepowstrzymany FILM – dramat biograficzny, USA 2024, 120 min
13.25 Tenet – thriller s.f., USA/FILM Wlk. Bryt. 2020, 150 min
15.55 Piksele – komedia, USA/FILM Chiny/Kan. 2015, 105 min
17.40 Transformers – film s.f., FILM USA 2007, 140 min
20.00 Kod da Vinci – thriller, FILM USA 2006, 145 min
22.25 Pan i władca: Na krańcu świata FILM – dramat przygodowy, 2003, 140 min
0.45 Nikt – film sens., USA/FILM Japonia/Chiny 2021, 90 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

6.00 Graczykowie (41-45)
8.30 Świat według Kiepskich (2-7) – serial kom., Pol. 2009
11.30 Bob kocha Abisholę 2 (10-15) – serial komediowy
14.30 Święty (31-35) – kom., Pol.
17.00 Piękni i bezrobotni (11) – serial komediowy, Polska
17.30 Świat według Kiepskich (2-8) – serial kom., Pol. 2009
21.00 Co ludzie powiedzą? 5 (4-6) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 Jedną nogą w grobie 3 (1, 2) – kom., Wlk. Bryt. 1992
0.30 Czarna Żmija 4 (1-3)
2.30 Grono nie-pedagogiczne 2 (1-5)
5.00 Comedy Club 3 (3, 4)

SCI FI

10.35 Kosmiczna apokalipsa FILM – film s.f., 2023, 110 min
12.25 Małpa i Mechamałpa: FILM **Nowy porządek** – film s.f., USA 2024, 110 min
14.15 Biała otchłań – film FILM sensacyjny, 2025, 110 min
16.05 Most do Terabithii FILM – film familijny, USA 2007, reż. Gabor Csupo, 115 min
18.00 Transformers – film s.f., FILM USA 2007, 180 min
21.00 Transformers: Ciemna FILM **strona Księżyca** – film s.f., USA 2011, 190 min
0.10 Człowiek widmo 2 FILM – horror, USA 2006, 115 min
2.05 SurrealEstate 2 (1-4)

FX HD

9.35 FBI 4 (7, 8) – serial krym.
11.25 CSI: Kryminalne zagadki Miami (10, 11) – krym.
13.15 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (21, 22)
15.05 Z archiwum X 2 (19-21)
17.55 Królestwo niebieskie FILM – dramat hist., USA/Hiszp./Wlk. Bryt. 2005, 180 min
20.55 Uprowadzona 3 – film FILM sensacyjny, Francja/Hiszp./USA 2014, 135 min
23.10 Bad Boys 2 – komedia FILM sensacyjna, 2003, 180 min
2.10 Zakłamanie (1) – obycz.
3.05 Tropiciel (21) – serial krym.
4.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (7) – krym.

FILMBOX+ ONE HD

8.00 Stawka większa niż życie (9, 10) – wojenny, Pol.
10.45 Przypadkowy bohater FILM – komediodramat, USA 1992, 135 min
13.00 Wyścig – sens., USA/Kan./FILM Australia 2001, 155 min
15.35 Książę i ja – kom. romant., FILM USA/Czechy 2004, 135 min
17.50 Tootsie – komedia, USA FILM 1982, 130 min
20.00 Zombieland – horror FILM komediowy, 2009, 120 min
22.00 Immortals. Bogowie i herosi – film fantasy, FILM USA 2011, 155 min
0.35 Uprowadzona – film FILM sens., Francja 2008, 125 min

ROMANCE TV HD

14.15 Statek marzeń FILM **– Nusantara** – film obycz., Niemcy 2024, 120 min
16.15 Pod jabłonią – Uwaga! FILM **Grozi złamaniem!** – kom., Niemcy 2022, 110 min
18.05 Pod jabłonią – Wszystko FILM **płynie** – komedia, Niemcy 2022, 115 min
20.00 Zabójcze tropiki (3, 4) – serial kryminalny, Fr. 2019
22.15 Nord Nord Mord FILM **– Clüver i zabójczy romans** – film kryminalny, Niemcy 2017, 110 min
0.05 Pułapka chłopaka – kom. FILM romant., 2022, 110 min
1.55 Zabójcze tropiki (3, 4)

CINEMAX 2 HD

13.40 U.S. Palmese – komedia, FILM Włochy 2024, 125 min
15.45 Co się zdarzyło w Las FILM **Vegas** – komedia romant., USA 2008, 100 min
17.25 Wallace i Gromit: FILM **Klątwa królika** – film animowany, Wielka Brytania 2005, reż. Steve Box, 85 min
18.50 Pan od muzyki FILM – komediodramat, Francja/Szwajcaria/Niemcy 2004, 100 min
20.30 P! Gioia to radość – film FILM obyczajowy, Włochy 2025, 110 min
22.20 Kształt wody – film FILM fantasy, 2017, 120 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

6.15 Lekarze na start (30-33) – serial obycz., Polska 2017
9.10 Poirot 4 (3) – serial kryminalny, Wielka Brytania
11.25 Poirot 5 (1-3) – serial krym.
14.50 Zatraceni w miłości (31-35) – telen., Turcja 2023
20.00 Detektyw Murdoch 19 (4) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
21.00 Dalgliesh 3 (2) – serial kryminalny, Wielka Brytania
23.00 Hiszpańska księżniczka (1) – serial kostiumowy, USA
0.05 Zatraceni w miłości (31-35) – telen., Turcja 2023
4.25 Poirot 5 (3) – serial krym.
5.15 Detektyw Murdoch 19 (4) – krym., Kan./Wlk. Bryt.

NOVELAS+ HD

5.00 Cud miłości (29-33) – telenowela, Turcja 2023, wyk. Birkan Sokullu
10.00 Róże i grzechy (13-17) – telenowela, Turcja 2025
15.00 Historia Juany (41-45) – telenowela, Meksyk 2024, wyk. Camila Valero
20.00 Rubi (106, 107) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori
22.00 Otchłań namiętności (114-118) – telenowela, Meksyk 2012, wyk. David Zepeda, Angelique Boyer
3.00 Rubi (106, 107) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori

FX COMEDY HD

5.10 On, ona i dzieciaki 5 (15-19) – serial komediowy
7.40 Genialna Morgane 3 (5-7)
10.55 Diabli nadali 8 (16-19)
12.55 Sposób użycia 6 – kom.
15.25 Wszyscy kochają Raymonda 5 (17-22)
18.25 Zakonnica w przebraniu 2: FILM **Powrót do habitu** – kom., USA 1993, 125 min
20.30 Dorwać byłą – komedia FILM romant., USA 2010, 135 min
22.45 Rok pierwszy – komedia FILM przygodowa, 2009, 115 min
0.40 Wszyscy kochają Raymonda 6 (4-7) – kom.
2.40 Family Guy: Głowa rodziny 18 (10-13)

FILMBOX+ HITS HD

12.35 Magik z Nowego Jorku FILM – komediodramat, USA 2014, 110 min
14.25 Wesele Jenny – komedia, FILM USA 2015, 105 min
16.10 Joga dla dwojga – obycz., FILM USA/Kanada 2019, 100 min
17.50 Robin Hood: Początek FILM – przyg., USA/Hongkong/Chorwacja 2018, 130 min
20.00 P! Reckless – film FILM sensacyjny, Wielka Brytania 2026, 105 min
21.45 She Loves Me Not FILM – komediodramat, USA 2013, 105 min
23.30 Ostatni gliniarz – kom. FILM krym., 2019, 110 min

PARAMOUNT NETWORK HD

9.55 Lego przygoda – film FILM animowany, 2014, 125 min
12.00 Lego Ninjago: Film – film FILM animowany, 2017, 140 min
14.20 Forrest Gump FILM – komediodramat, USA 1994, reż. Robert Zemeckis, wyk. Tom Hanks, 185 min
17.25 Mission: Impossible 2 FILM – film sensacyjny, USA/Niemcy 2000, 155 min
20.00 Mission: Impossible 3 FILM – film sensacyjny, USA/Niem./Chiny 2006, 170 min
22.50 Apocalypto – dramat FILM przygodowy, 2006, 155 min
1.25 Traffic – dramat sens., FILM USA/Niemcy 2000, 185 min

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

eprasa.pl 989b197d00

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
10.00 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w Vallnord/Pal-Arinsal – short track kobiet i short track mężczyzn
11.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Krakowie – speed par – finały
12.00 Kolarstwo: Tour de France – 7. etap
13.00 Kolarstwo: Tour de France – 8. etap (LIVE)
18.00 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w Vallnord/Pal-Arinsal – zjazd kobiet i zjazd mężczyzn
20.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Krakowie – speed par – finały

POLSAT SPORT 1 HD
6.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: Polska – Brazylia
9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski
10.00 Magazyn Polskiego Sportu – mag.
11.00 Halo, tu Wimbledon – magazyn tenisowy
12.00 Kronika Wimbledonu – magazyn tenisowy
13.00 Tenis: Turniej Wimbledon – studio (LIVE)
14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz finałowy gry podwójnej mężczyzn (LIVE)
16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – studio (LIVE)

CANAL+ SPORT HD
6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Widzew Łódź – Pogoń Szczecin
8.30 Turbokozak – magazyn piłkarski
10.55 Premier League Stories (48) – mag.
11.30 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: BAYERSYSTEM GKM Grudziądz – PRES Grupa Deweloperska Toruń
14.30 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: Motor Lublin – Gezet Stal Gorzów
17.20 Premier League Review – mag.
18.25 8 wspaniałych (2): Iga Świątek
19.30 Premier League Stories (48) – mag.

TVP SPORT HD
6.00 Quiz TVP Sport – teleturniej
6.55 Piłka nożna kobiet: Mistrzostwa Europy U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026 – mecz finałowy
9.00 Mundialowy poranek (30) – mag.
10.15 Piłka nożna: MŚ 2026 – ćwierćfinał
12.35 Strongman: PP – Dobczyce 2026
13.35 Koszykówka 3x3: City Tour Kołobrzeg – finały
14.45 Polska Liga Żeglarska – mag.
15.15 Piłka nożna: MŚ 2026 – ćwierćfinał
17.40 Piłka nożna: MŚ 2026 – ćwierćfinał

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: Werder Brema – Bayern
9.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Pisa SC
11.00 Formuła 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii
12.30 Formuła 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii
13.40 Made in Italy (15) – magazyn piłkarski
14.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
16.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Udinese Calcio – Inter

DISCOVERY CHANNEL HD
7.00 Klan z Alaski – dok.
8.00 Ed Stafford z rodziną w dziczy
9.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 – serial dok.
11.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (8) – dok.
12.00 Celnicy na straży Niemiec (2) – dok.
13.00 Złomowisko PL 3 (4, 5) – serial dokum.
15.00 Nic do ukrycia (10)
16.00 Przygody truckerki (6) – serial dokum., Pol.
17.00 Ciężarówką przez Afrykę (4) – dok., Pol.
18.00 Nagi instynkt przetrwania 12
20.00 W oku cyklonu: Łowcy burz (3) – dok.
21.00 Bimbrownicy 14

20

WSPINACZKA

21.00 Zawody World Series w Chamonix (LIVE) – speed kobiet i mężczyzn – finały

Czwarta runda zmagań w tej konkurencji. Wśród pań o kolejne zwycięstwo w sezonie powinna powalczyć m.in. Amerykanka Emma Hunt.

22.30 Kolarstwo: Tour de France – 8. etap: Périgueux – Bergerac
0.00 Snooker: MŚ w Sheffield – finał: S. Murphy – W. Yize
1.30 Kolarstwo: Tour de France – 8. etap: Périgueux – Bergerac

TENIS

17.00 Turniej Wimbledon (LIVE) – finał kobiet

Rok temu Aryna Sabalenka odpadła w półfinale po porażce z Amandą Anisimową. Teraz będzie chciała włączyć się do walki o triumf.

19.00 Tenis: Turniej Wimbledon – studio (LIVE)
21.00 Tenis: Turniej Wimbledon
23.00 Tenis: Turniej Wimbledon
1.00 Tenis: Turniej Wimbledon
3.00 Sporty walki: UFC 329: C. McGregor – M. Holloway (LIVE)

DOKUMENTALNY

20.00 Liderzy. W centrum gry (3) – Pol.

Historia Radosława Murawskiego, jednego z kluczowych piłkarzy Lecha Poznań, który zmagał się z poważną, wielomiesięczną kontuzją.

21.00 Żużel: PGE Ekstraliga: BAYERSYSTEM GKM Grudziądz – KS Toruń
23.45 Sporty walki: ONE Friday Fights 161
2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Górnik Zabrze – GKS Katowice
4.25 Premier League: The Big Interview (26) – mag. piłkarski

MAGAZYN PIŁKARSKI

20.00 Dzień na mundialu (30)

Najważniejsze wydarzenia z aren mistrzostw świata, analizy oraz komentarze do minionych meczów. Dziennikarze i eksperci zapowiedzą również nadchodzące spotkania.

21.30 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
22.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz ćwierćfinałowy (LIVE)
2.50 Piłka nożna: MŚ 2026 – ćwierćfinał (LIVE)

PIŁKA NOŻNA

18.00 Liga niemiecka: Bayern – Hoffenheim

Mecz dwudziestej pierwszej kolejki, w którym lider wyścigu o mistrzostwo podejmuje trzecią drużynę tabeli.

20.00 F2: Chasing the Dream – mag.
20.20 Made in Italy (10): Pisa SC
20.40 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
22.40 Bundesliga Special (21) – mag. piłkarski
23.45 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (5, 6)
1.00 Bundesliga Special

DOKUMENTALNY

22.00 Złoto drwali: Linia ognia – USA 2024

Ekipa zajmująca się wycinką i transportem największych pni na Ziemi tym razem stanie w obliczu pożaru. Będzie musiała zadecydować, czy podjąć walkę z żywiołem.

23.00 Akta ekspedycji 2 – serial dokumentalny
0.00 Tajemnice Alaski – serial dokumentalny
1.00 Rolnicy w akcji (1) – serial dokumentalny
2.00 Łowcy staroci 12
4.00 Gorączka złota: Australia 5 (4) – dok.
5.00 Fani czterech kółek

EUROSPORT 2 HD
12.15 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w Vallnord/Pal-Arinsal – zjazd kobiet i zjazd mężczyzn (LIVE)
15.45 Biegi górskie: GT World Series – Quebec – podsumowanie
16.15 FIA WEC: Wyścig 24-godzinny w Le Mans
18.00 Snooker: Turniej World Open – mecz finałowy: R. O'Sullivan – T. Un-Nooh
20.00 Kolarstwo: Tour de France – 8. etap
22.00 Golf: ISCO Championship – 3. runda (LIVE)
1.00 Kolarstwo: Tour de France – 8. etap

POLSAT SPORT 2 HD
6.00 Tenis: Turniej Wimbledon
8.15 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: Tajlandia – Brazylia (LIVE)
10.30 Tenis: Turniej Wimbledon
12.05 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: Japonia – Turcja (LIVE)
14.00 Tenis: Turniej Wimbledon
16.15 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: Bułgaria – Francja (LIVE)
19.45 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: Serbia – Niemcy (LIVE)
22.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów
1.00 Sporty walki: FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
8.30 Tenis: Turniej WTA w Linzu – finał: M. Andriejewa – A. Potapowa
11.00 Tenis: Turniej WTA w Dubaju – finał: Elina Switolina – Jessica Pegula
13.00 Dart: Elten Safety Shoes European Darts Open w Leverkusen (LIVE)
17.15 8 wspaniałych (2, 6)
19.00 Dart: Elten Safety Shoes European Darts Open w Leverkusen (LIVE)
23.15 Tenis: Turniej WTA w Charlestonie – finał: Pegula – Starodubcewa
1.25 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Motor – Lech

EXTREME CHANNEL HD
6.00 X Games – Norway (7, 8)
8.00 WWE Highlights (22, 25)
9.00 KPW – Kombat Pro Wrestling Arena (24)
11.00 WWE Classic Gold (11)
12.00 LoW – Legacy of Wrestling (5)
15.00 WWE Classic Gold (12)
16.00 New Japan Pro-Wrestling (48)
20.00 AEW Dynamite (2627) – program sportowy
22.00 New Japan Pro-Wrestling (48)
2.00 New Japan Wrestling – Highlights (26, 27)
3.00 X Games – Minneapolis (1-3) – program sportowy

ELEVEN SPORTS 2 HD
12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Bayern – Eintracht Frankfurt
14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Sassuolo – Inter
16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Werder – Bayern
18.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Cremonese – 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: Paris Saint-Germain – Olympique Marsylia

DISCOVERY LIFE HD
6.30 Szpital (389-392)
10.30 Pojedynek na modę (1)
11.15 Megasknery 2 (5-7) – dok.
12.45 Klinika bez tajemnic
15.45 Szpital (326-329)
19.45 W czym do ślubu? (7, 8)
20.45 Wielkie wesela amerykańskich Romów
21.45 Nałogowe panny młode
22.45 Śmierć Diany: dwa śledztwa (4) – serial dok.
23.45 Sekrety chirurgii (2)
0.45 Sekrety lekarzy (6, 7)
2.35 Eks-tra zmiana (3) – rozr.
3.20 Idealna niania 4 (2)
3.55 19+ (37, 38, 1) – paradok.
5.10 Niezwykłe przypadki medyczne (3, 4)

POLSAT SPORT FIGHT HD
14.50 Triathlon: Zawody World Triathlon Championship Series w Hamburgu (LIVE)
16.35 Boks: Gala w Kościerzynie – waga ciężka: Nikodem Jeżewski – Jakub Sosiński
18.40 Sporty walki: Babilon MMA 55: Marcin Łazarz – Szymon Kołecki II
21.30 Sporty walki: TFL 37 w Lublinie: Bartosz Guz – Camille Dewitte
23.10 Strzelnica Navala (9) – magazyn sportowy
23.35 Sporty walki: FEN 52 w Ostrowie Wielkopolskim – walka: Marcin Łazarz – Bartosz Szewczyk

POLSAT SPORT 3 HD
12.00 Siatkówka plażowa: PP – Przysucha 2026 (LIVE)
13.00 Siatkówka plażowa: PP – Przysucha 2026 (LIVE)
14.00 Siatkówka plażowa: PP – Przysucha 2026 (LIVE)
15.00 Siatkówka plażowa: PP – Przysucha 2026 (LIVE)
16.00 Siatkówka plażowa: PP – Przysucha 2026 (LIVE)
17.00 Siatkówka plażowa: PP – Przysucha 2026 (LIVE)
18.00 Tenis: Turniej Wimbledon – finał gry pojedynczej
20.30 Siatkówka kobiet: LN
23.00 Siatkówka kobiet: LN
1.00 Sporty walki: Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
9.00 Żużel: PGE Ekstraliga: Motor Lublin – Stal Gorzów
12.00 Snooker: Championship League – 2. runda (LIVE)
16.45 Premier League Stories
17.30 Snooker: Championship League – 2. runda (LIVE)
22.15 Sporty walki: ONE Friday Fights 161
23.30 Boks: BKFC Fight Night: Hammond: C. Vancamp – G. Cisneros
0.35 Ligomistrzowe historie
1.10 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Widzew Łódź – Pogoń Szczecin
3.30 Premier League: The Big Interview (5) – mag.

ELEVEN SPORTS 4 HD
12.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1-4) – mag.
14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: RB Lipsk – Borussia Dortmund
16.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Olympique Lyon – OGC Nice
18.00 Serie A – mag. piłkarski
19.00 Made in Italy (5-8) – mag.
20.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Sporting CP – FC Famalicao
22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Lazio
0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Mainz

ELEVEN SPORTS 3 HD
14.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: FC Nantes – Olympique Lyon
16.00 Ligue 1 Show (36) – mag.
17.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (5, 6) – mag.
18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Napoli
20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: 1. FC Köln – TSG 1899 Hoffenheim
22.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: RC Strasbourg – RC Lens
0.00 Bundesliga Dino – dok.
0.45 Najlepsi obrońcy Bundesligi lat 90. – mag.

CANAL+ DOKUMENT HD
11.55 Zagadka przetrwania (1, 2) – film dokum., Austria
13.55 Ameryka Łacińska: Tak daleko od Boga, tak blisko USA (1-3) – dok., Fr.
17.05 Emilie Schindler. Zapomniana bohaterka
18.05 Zostać Nawalnym – dok.
19.10 Jak działa rosyjska propaganda – film dokum.
20.10 Cicha wojna – Rosja kontra europejskie demokracje – film dokum.
21.10 Paweł z Ursynowa – dok.
22.25 To jest żużel (16) – dok.
23.10 Agnieszka Radwańska. Anatomia zwycięstwa
23.55 Prost (4-6) – serial dok., Fr.

eprasa.pl 989b197d00

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok., Wielka Brytania
8.00 Podziemne sekrety – serial dokumentalny, USA 2017
10.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny, Kanada
12.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2 – serial dokumentalny, USA
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

ID HD

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 Ostatnie wakacje – serial dokumentalny
16.00 8 martwych kobiet (1) – serial dok., USA
18.00 Morderstwo na bagnach – serial dokumentalny, USA
20.00 Sprawa dla medium i detektywa 9 – serial dok., USA

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

6.00 Najniebezpieczniejsze drogi Europy (5, 6) – serial dok., Wielka Brytania
7.55 Inżynieryjne tragedie (3, 4) – serial dokum., Czechy 2025
10.05 Katastrofa w przestworzach (1, 9, 6, 4, 8, 2) – serial dokumentalny, Kanada
16.00 Car SOS (10) – dok., Wielka Brytania
16.55 Wojna szpiegów (2) – film dokumentalny, USA/Niemcy 2019
18.00 Gułag – system śmierci (2) – film dokum., Francja 2019
19.05 UFO: Przełomowe śledztwa (3) – serial dokumentalny, USA

FOKUS TV DVB T2

6.05 48h. Zaginieni (38)
7.00 Rolnicy. Podlasie (43, 44) – serial dok.
9.00 Niezwykłe pociągi (5, 6) – serial dokum.
11.00 Porzucone konstrukcje (9, 10)
13.00 Rolnicy. Podlasie (7-9) – serial dokum.
16.00 Podglądacze przyrody (8): Wydra
16.30 Podglądacze przyrody 2 (1): Gęsi
17.00 Największe statki świata (2) – dok.
18.00 Najniebezpieczniejsze drogi do szkoły: Brazylia
19.00 Jak to wyjaśnić 2 (22, 23) – serial dok.
20.00 Tajemnice zamków (2) – serial dok., Kan.

TVP HISTORIA DVB T2

8.55 Przyłbice i kaptury (9-ost.) – serial przyg.
10.05 Korona Gór Polski
10.40 Podziemne Włochy (6): Bergamo
11.45 Wszystkie kolory świata (44) – dok., Fr.
12.55 Wyspy Kanaryjskie (1) – serial dok., Niem.
13.55 Ex Libris – magazyn
14.25 Wichry Kołymy – dram. biograf., Niem./Bel./Pol. 2009, 115 min
16.20 Flesz historii (769)
16.50 Tajemnice kultowych seriali (4)
17.45 Blisko, coraz bliżej (12) – obycz., Pol. 1986
19.15 Zamordowane dzieciństwo
20.10 Wołyń – zapis zbrodni

HISTORY HD

10.10 Wojny magazynowe 16 (3)
11.10 Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2 (16) – dok.
12.05 Starożytni kosmici 14 (17) – dok.
13.05 Tajemnice skryte w mroku (7) – dok.
14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (9) – serial dok., USA
14.55 Gwiazdy lombardu 25 (15)
15.50 Gwiazdy lombardu 13 (8)
16.15 Tajemnice Dolnego Śląska (6, 7) – dok.
17.10 Zaginiona księga Nostradamusa (1)
19.05 Starożytni kosmici 13 (24) – dok.

DOKUMENTALNY

20.00 Autostrada spotkań z UFO – USA 2019

Chuck i jego ekipa jadą do Utah, gdzie widziano tajemniczą istotę, prawdopodobnie skinwalkera. Specjaliści sądzą, że stworzenie pochodzi z kosmosu.

22.00 Tajemnice Alaski – serial dokumentalny
0.00 Śladami Wielkiej Stopy – serial dok.
2.00 Zaginione miejsca (3) – serial dok., USA
4.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2 – serial dokumentalny, USA

DOKUMENTALNY

21.00 Tajemnice miasta duchów (1, 2)

Steve Shippy próbuje dotrzeć do prawdy w doniesieniach o pewnej złowieszczej istocie. Z pomocą miejscowego historyka odkrywa dramatyczną przeszłość miasta.

23.00 Wrota do piekieł 3 (11, 12) – reality show
1.00 Tajemnice miasta duchów (1, 2) – dok.
3.00 Sprawa dla medium i detektywa 9 – serial dok., USA
4.00 Morderstwo na prowincji 6 – dok.
5.00 Mroczne piętno 3

DOKUMENTALNY

20.00 Miasta w liczbach (2)

Opowieść o mieście, które przez prawie trzy dekady było podzielone murem. Berlin to symbol wolności, buntu i artystycznej swobody. Miejsce pełne kontrastów.

21.05 Tajemniczy świat Majów (1, 3) – dok.
23.00 Ciemna strona świata (1, 2) – dok.
1.00 Złapać przemytnika (5) – dok., USA 2024
2.00 Wyprawa na dno (5, 6) – dok., Wlk. Bryt.
4.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy – serial dok.

DOKUMENTALNY

21.00 Niezwykłe konstrukcje 2 (2)

Twórcy pokazują technologie stosowane przy budowie mostów. W 1994 r. główne przęsło przeprawy w Normandii pobiło o ponad 250 metrów poprzedni rekord świata.

22.00 Niewyjaśnione zagadki (6) – dok.
23.00 Poza kontrolą: Pinatubo – erupcja stulecia
0.00 Kataklizmy, które wstrząsnęły światem (6) – dok.
1.00 Rolnicy. Podlasie (29-32) – serial dok.

OBYCZAJOWY

20.55 FILM Dom pod Dwoma Orłami. Kłamstwa Zofii – Polska 2023, 100 min

Rok 1945. Repatriantka Zofia przybywa do Wrocławia. Zamieszkuje w poniemieckiej willi. Chce odnaleźć męża i syna – podczas wojny straciła z nimi kontakt.

22.35 FILM Szyfry wojny – dramat wojenny, USA 2002, 145 min
1.00 Historia w postaciach zapisana – cykl dok.
2.55 Blisko, coraz bliżej (12) – obycz., Pol. 1986

DOKUMENTALNY

20.00 Starożytni kosmici 16 (5)

Twórcy programu przedstawiają najbardziej tajemnicze symbole mogące stanowić dowód na kontakt człowieka z istotami pozaziemskimi.

21.00 Starożytni kosmici: geneza (5) – dok.
23.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 5 (1, 2) – serial dok., USA
0.50 Starożytni kosmici 16 (5) – serial dok., USA
1.50 Zaginiona księga Nostradamusa (1) – film dok., USA 2007

DISCOVERY HISTORIA HD

8.00 Na tropach tajemnic (9)
9.00 Bitwy żołnierza polskiego – cykl dokum.
10.00 Skarby z szopy – klasyki
12.00 Łowcy staroci (10) – dok.
13.00 Tajemnice ziemi – Hiszpania (6) – dok.
14.00 Wyścigi po antyki – dok.
15.00 Mistrzowie oręża – dok.
17.00 Muzealne tajemnice
19.00 Na ratunek starociom
20.00 Wielki szwindel – dok.
21.00 Nawiedzona Irlandia
23.00 Śmierć Diany: dwa śledztwa (1, 2) – dok.
1.00 Prawda czy legenda
2.00 Było, nie było (1) – dok.
3.00 Europejskie bazary (1)

PLANETE+ HD

13.35 Dzikie iberyjskie opowieści (1) – serial dok.
14.40 Genialne rośliny (1) – dok.
15.50 Gustave Eiffel. Marzenia ze stali – film dokum., Fr.
17.00 Najbardziej punktualny pociąg świata. Japońskie linie shinkansen (1) – film dok.
18.00 Dokąd dzisiaj? 4 (74, 75)
18.40 Mam zamek 2 (6, 7) – dok.
19.45 Żyć i umrzeć jak Christopher Lee – dok.
22.00 Wszystkie tajemnice Joanny D'Arc – film dok.
23.10 Opowiedz nam, Iggy
0.15 Felix Kersten. Zagadka III Rzeszy (1) – film dokum.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

13.00 Katavi – utracony raj Afryki (1) – serial dokum.
14.00 Wspaniałe Filipiny (2)
15.00 Węże w mieście: miasta pełne węży (1) – dok., USA
16.00 Tajemnice węży (1) – dok.
17.00 Masai Mara: sekrety natury (2) – serial dokum.
18.00 Silni wbrew naturze (5)
19.00 Jak przeżyć na Alasce (2) – serial dok., Wlk. Bryt. 2018
20.00 Europa z powietrza (5)
21.00 Stworzone, by przetrwać (7, 8) – dok.
22.00 Zabójcze safari (2) – dok.
23.00 Europa z powietrza (2)
0.00 Niezwykły dr Pol (2, 3)
2.00 Wspaniałe Filipiny (2)

POLSAT VIASAT NATURE HD

11.20 Rekiny: wojna płci – dok.
12.30 Atak rekina-samuraja
13.35 Rekiny kontra orki – dok.
14.30 Wielkie rekiny z Australii – dok., Australia
15.35 Rekin alfa – film dokum.
16.45 Weterynarz ze szkockich wyżyn (3, 4)
18.35 David Attenborough: pieśni życia – film dokum.
19.45 David Attenborough i cmentarzysko mamutów – film przyrod.
21.00 Atak rekina-samuraja – film dokumentalny, 2026
22.10 Rekiny: wojna płci – dok.
23.15 Dzikie śpiochy – film dok.
0.20 Zabójcza pogoda 2

BBC EARTH HD

11.35 Indie z Alexandrem Armstrongiem (2) – dok.
12.20 W okowach mrozu 2
17.15 David Attenborough i cuda natury 3 (5) – dok.
17.50 Lucy Worsley i zagadki historii: rewolucja amerykańska (2) – dok.
19.00 Najpiękniejsze trasy spacerowe (4) – dok.
20.00 Pustynia Gobi z Nickiem Knowlesem (1, 2) – dok.
22.00 W okowach mrozu: Kanada 2 (1) – dok., Kan.
23.00 Słynne indyjskie tygrysy – film dok., Wielka Brytania
0.10 Na krawędzi katastrofy (2) – serial dok., Wlk. Bryt.

ANIMAL PLANET HD

10.00 Na tropie wymarłych gatunków – serial przyrod.
11.00 Weterynarz z Gór Skalistych – serial dok.
13.00 Klan z Alaski – serial dok.
15.00 Mosquito – film dokum.
16.30 Supermoce małych stworzeń (18) – serial dok.
17.00 Mieszkanie na pniu 5
18.00 Nietypowi pupile (4)
19.00 Jak to robią zwierzęta?
20.00 Na tropie dzikich zwierząt 3 (3, 4) – dok.
21.00 Nowojorskie Zoo – Bronx – serial dok., USA
22.00 Projekt akwarium – dok.
23.00 Wkręceni w survival
1.00 Nietypowi pupile (1)

TVP DOKUMENT HD

13.20 Podróże Małej i Dużej 4
13.50 Tacy byliśmy (4)
14.20 Dzikie imperium (1)
15.20 Honk – opowieść o pewnym gąsiorze
16.15 To działa. Polskie innowacje bez granic (1)
17.10 Plaże Europy (6)
18.10 Sanatorium miłości 5 (1)
19.05 Żwirko i Wigura. 15 dni chwały – film dokum., Pol.
20.10 Pieśni wielorybów – dok.
21.45 Tajemnice kultowych seriali (3) – serial dokum.
22.40 Fortuna kołem się toczy – film dokumentalny, Węgry
0.00 Sanatorium miłości 4
1.00 Podróże z historią (43)

POLSAT DOKU HD

13.05 Top Guns – SuperBroń
14.00 Fabryki wojny (6) – dok.
15.10 Poszukiwacze historii
15.30 Tajemnice Bałtyku i Morza Północnego (2)
16.40 David Attenborough i cuda natury (3, 4) – dok.
17.45 Niezwykły świat ryb
18.50 Świat z góry. Parki narodowe (6) – serial dok.
19.55 Polowanie na Hitlera (6)
20.50 Militarny top 10 (6) – dok.
22.00 Świat z góry. Zamki (2)
23.05 Poza kontrolą: Najniebezpieczniejsze lotniska świata – film dokum., Fr.
0.25 Kroniki Hitlera (13) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

6.25 Nowicjusze za kółkiem (6-8) – serial dok., Australia
9.10 Ekstremalna pomoc drogowa (1, 2) – serial dok.
11.10 Australijscy poszukiwacze złota 5 (14-18) – dok., Australia
15.55 Złoto Jukonu 5 (4-8)
21.00 Za kratami: najcięższe więzienia na świecie 5 (1) – serial dok., Kan. 2025
22.00 Internetowy seksbiznes (2) – serial dok., Wlk. Bryt.
23.00 Skąd się biorą seryjni mordercy 2 (10) – dok.
0.00 Zabójczy połów (3-9)
5.30 Australijscy łowcy bydła 2 (1) – dok., Australia

POLSAT VIASAT HISTORY HD

6.05 Zakazana historia 7 (3) – serial dok., Wlk. Bryt. 2021
6.50 Naziści: ściśle tajna nauka (2-4) – serial dok.
9.45 Naziści: korzenie zła (4-6) – serial dokumentalny
12.35 Świta Hitlera (1-3) – dok.
16.00 1776: niepodległość USA (1-5) – serial dokumentalny
21.00 1945: dni, które zmieniły świat (1, 2) – serial dokum.
23.05 Naziści: kosmiczny wyścig – dok., Wlk. Bryt.
0.05 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze (4-8) – serial dok., Wlk. Bryt.
4.45 Zakazana historia 7 (3)

CI POLSAT HD

15.05 Absurdalne przestępstwa 3 (5, 6)
16.00 Dowody zbrodni: Morderstwa na bagnach (1) – dok.
17.00 Pogrzebani za domem 6 (10) – serial dokumentalny
18.00 Dowody zbrodni: Wielka Brytania (6) – serial dok.
19.00 Tajemnice sekt: poligamia (2) – serial dok.
20.00 Polowanie na pedofila
21.00 Kobiety z piekła rodem
22.00 Protokół zbrodni (2)
23.00 Najgroźniejsi seryjni mordercy (1) – serial dok.
23.55 Chippendales: mroczne sekrety (1) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

6.00 Wybawcy zwierząt (2, 4)
8.05 Dziwaczne potrawy: smakowite miasta
10.10 Niezwykłe Stany Prokopa (2-5) – pr. rozr.
12.15 Baseny z rozmachem (3)
14.20 Ciężarówką przez Stany
15.55 Człowiek kontra jedzenie (22-25) – mag.
18.00 Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta
20.05 Nagi instynkt przetrwania (10) – dok.
22.05 Azja Express (2)
23.40 Górskie potwory (3, 4)
1.45 Hotelowe rewolucje (1-3) – serial dokumentalny
4.45 Sukces nie zna granic

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

eprasa.pl 989b197d00

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

11.30 **Podróże z historią**
12.05 **Panna z mokrą głową** (2, 3)
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 **Prywatka u Wojtka, czyli benefis Wojciecha Gąssowskiego** (1)
17.05 **Ja wam pokażę!** (11) – serial obycz., Polska
17.55 **Teleexpress**
18.20 **Wojna domowa** (11, 12) – obycz., Pol.
19.45 **63. KFPP w Opolu – Premiery**
20.10 **Program informacyjny 19.30**

TVP ROZRYWKA

11.50 **To jest grane – wakacyjnie**
12.25 **Prywatne życie zwierząt 14** (8)
12.55 **Daję słowo – Maciej Orłoś 2** (25)
13.50 **Postaw na milion**
15.45 **Moje przeboje** (11)
16.20 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (5) – telet.
16.50 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (5)
17.10 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (6) – telet.
17.40 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (6)
18.00 **Koło fortuny** (2052)
18.40 **Moje przeboje** (1)
19.15 **Olga Lipińska zaprasza** (10)

POLSAT CAFÉ

6.00 **Komisarz Mama** (21, 22) – serial krym.
8.00 **Bogaty dom – biedny dom** (111, 112, 126) – reality show
11.00 **Polacy za granicą – miłość** (6) – serial dokumentalny, Polska
12.00 **Shopping Queens. Królowe Zakupów** (49, 50) – pr. rozrywk.
14.00 **Nasz nowy dom** (332) – reality show
15.00 **Walka o życie** (3) – serial dok., Pol. 2025
16.00 **Kolacja w ciemno** (3, 4) – program rozrywkowy
18.00 **Nasz nowy dom** (333, 334) – reality show, Polska

TV 4 DVB-T2

6.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (193) – reality show
7.00 **Galileo** (1170, 1171) – popularnonaukowy
9.05 **#Jesteśmy dla dzieci** – magazyn
9.30 **Galileo** (1172) – pr. popularnonaukowy
10.25 **Mini Galileo** (44) – pr. popularnonaukowy
10.50 **Galileo** (1178, 1179) – popularnonaukowy
12.50 **Mini Galileo** (128) – popularnonaukowy
13.05 **Doktor Dolittle 2** FILM – komedia, USA 2001, reż. Steve Carr, wyk. Eddie Murphy, 110 min
14.55 **Policjantki i Policjanci** (1386-1390) – obycz.

TTV HD DVB-T2

9.45 **Express** – pr. inform.
10.05 **Gogglebox. Przed telewizorem 20** (9)
11.05 **Nic do zgłoszenia 6** (8) – serial dokum., Pol.
12.05 **Zakup w ciemno extra** (33)
12.35 **Zakup w ciemno 7** (35-37) – reality show
15.45 **Express** – pr. inform.
16.05 **Idź na całość 2** (14)
17.05 **Usterka 14** (11)
17.45 **Express** – pr. inform.
18.00 **Pogoda, sport**
18.10 **Zakup w ciemno 7** (34) – reality show
19.05 **Zakup w ciemno extra** (32)
19.45 **Express** – pr. inform.
20.00 **Idź na całość 2** (11)
21.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 20** (11)

TVN STYLE HD

5.20 **Damy i wieśniaczki. PL 9** (6) – serial fab.-dok., Polska
6.15 **Anatomia piękna 2** (2) – program rozrywkowy
7.10 **Co za tydzień**
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.25 **Jestem z Polski** (4, 10, 11) – serial dok., Polska 2023
14.35 **Kobieta na krańcu świata** (2) – serial dokumentalny, Polska
15.35 **Projekt City** (1) – program rozrywkowy
16.05 **Bitwa o gości** (9) – reality show
Eksperci oceniają ośrodki wypoczynkowe oraz ich jakość.

20

SZPIEGOWSKI

20.50 **Zatoka szpiegów** (9) – Polska 2023
Polacy planują zamach na pancernik. Zaskakują ich dowodzeni przez Kesslera Niemcy. Anna dostrzega wśród wrogów Franza.
21.45 **Dzień dobry, kocham Cię** FILM – komedia romant., Polska 2014, 95 min
23.20 **63. KFPP w Opolu – Hip-hop. Jedno podwórko 2**
0.15 **Do śmiechu!** (7) – program rozrywkowy
0.40 **Ja wam pokażę!** (11) – serial obycz., Polska

ROZRYWKOWY

20.30 **Kabaret Letnią Porą** (11, 12)
Cykl przypomina najbardziej udane skecze i piosenki popularnych polskich grup kabaretowych. Widowisko jest prezentowane w przyjemnej, letniej konwencji.
22.25 **Postaw na milion** – teleturniej
0.25 **Koło fortuny** (2052)
1.10 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (5) – telet.
1.35 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (5)
1.55 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (6) – telet.

ROZRYWKOWY

20.00 **Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami** (165)
Jubileuszowa edycja show jest pełna niespodzianek. Bierze w niej udział m.in. Ewa Minge. Program prowadzą Paulina Sykut-Jeżyna oraz Krzysztof Ibisz.
23.00 **Gry małżeńskie** (160, 161) – reality show, Polska
1.00 **Kolacja w ciemno** (23, 24) – pr. rozrywk.
3.00 **Więzienie kobiet** (21, 22) – serial dokum.
4.00 **Zdrady** (161, 162) – serial paradokum.

KRYMINALNY

20.00 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (125-128)
Skazaniec grozi rodzinie sędzi Marii. Wkrótce w domu seniora umiera jej ojciec, prawdopodobnie otruty alkoholem. Dąbek i Gzymski trafiają na trop sprawcy.
0.00 **Gwiazdy Kabaretu** (181, 160) – pr. rozr.
2.00 **STOP Drogówka** – magazyn policyjny
3.05 **Interwencja** – mag.
3.25 **Lubię disco!** (279)
4.25 **Top 10 – lista przebojów** – pr. muz.
5.30 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

SERIAL

22.00 **Damy i wieśniaczki. PL 11** (7) – Polska 2026
Miejscami zamieniają się Romana i Malwina. Nowe role okazują się dla nich szokujące. Jedna musi zmierzyć się z lateksowymi ciuchami, a druga – z obornikiem.
23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 21** (7)
0.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 18** (2)
1.00 **Diabelnie boskie 2** (11, 12) – reality show
1.55 **Zapukaj do moich drzwi** (128, 129) – telen., Turcja 2020
3.55 **Detektywi** (19)

ROZRYWKOWY

17.05 **Będzie pięknie** (6)
Łukasz chce sprawić niespodziankę żonie, Małgosi, i odnowić sypialnię w ich lokum. Do akcji wkracza Krzysztof Miruć, który zupełnie odmieni to pomieszczenie.
18.05 **Ugotowani** (9)
19.05 **Kuchenne rewolucje** (6, 7)
21.10 **Powiedz tak – historia miłości Taylor Swift i Travisa Kelce'ego**
22.15 **Ślub od pierwszego wejrzenia** (1, 2)
0.25 **Śluby marzeń** (8)
1.25 **Seks – wypadki** (3, 4)

TVP HD HD

8.55 **Ojciec Mateusz 21** (270, 271) – krym., Pol. 2019
10.45 **Czy wiesz, że?** (286)
11.20 **Na sygnale** (658, 659)
12.25 **Ojciec Mateusz 6** (80)
13.20 **Komisarz Alex 4** (44)
14.15 **Ranczo 7** (87, 88) – obycz.
16.10 **Postaw na milion** – telet.
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 25** (323)
19.20 **Ranczo 7** (90, 91) – obycz.
21.25 **Ranczo 8** (92) – obycz., Pol.
22.20 **Wykapany ojciec** FILM – kom., USA 2013, 115 min
0.15 **Profilerka Jastrę** (1-3)
3.15 **Córka trenera** – dramat FILM obycz., Pol. 2018, 115 min

TVS HD

10.05 **Przy muzyce po Śląsku**
10.45 **Weekend z TVS** – pr. rozr.
11.05 **Klachy i Lachy** – pr. rozr.
11.25 **Spotkanie z balladą**
12.40 **Przy muzyce po Śląsku**
13.15 **Klachy i Lachy** – pr. rozr.
13.40 **Weekend z TVS** – pr. rozr.
13.50 **Szlagierowa lista** – muz.
15.50 **Weekend z TVS** – pr. rozr.
16.00 **Koncert życzeń**
17.45 **Weekend z TVS** – pr. rozr.
18.00 **Przy muzyce po Śląsku**
18.25 **Śląska karuzela** – muz.
19.45 **Weekend z TVS** – pr. rozr.
20.05 **Hansi Hinterseer zaprasza** – pr. rozrywk.
22.05 **Koncert w TVS** – pr. muz.
23.55 **Szlagierowa lista** – muz.

ZOOM

8.05 **Jakubiak rozgryza Polskę 2** (3-5) – mag. kulin.
9.40 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
13.00 **Sensacje XX wieku**
15.25 **Czterej pancerni i pies** (1, 2) – wojenny, Pol. 1966
17.55 **Gang Olsena nigdy się nie poddaje** FILM – komedia sens., Dania 1979, 130 min
20.05 **Hity polskiego kabaretu 7** (5) – pr. rozr.
21.05 **Kroll** – film sensacyjny, FILM Polska 1991, 125 min
23.10 **Adam szuka Ewy. Niemcy** (4) – pr. rozrywk.
0.10 **Magia nagości. Niemcy – reaktywacja** (8) – rozr.

TLC HD

13.00 **Kiedy dzieci mają dzieci 7** (12) – serial dok.
14.00 **Niezwykłe przypadki medyczne 2** (8) – dok.
14.30 **Medyczne hity i kity**
16.00 **Moje paranoje – wydanie specjalne 2**
17.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
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 Pryszczylla – kulisy**

C+ KUCHNIA HD

16.55 **Po prostu Jamie: szybko i łatwo** (5) – magazyn kulin.
17.50 **Ekoporady z Julią Oleś 2** (2) – magazyn kulinarny
17.55 **Jakubiak rozgryza Polskę** (5, 6) – mag. kulin.
18.50 **Włoska kuchnia Gino: sekrety południa** (6)
19.20 **Jedz, podróżuj, smakuj**
19.50 **Jakubiak rozgryza Włochy** (2, 3) – mag. kulin.
20.45 **Kulisy wielkiej kuchni**
21.40 **Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia** (8) – program rozrywkowy
22.35 **Kuchenny recykling**
23.30 **Wszystkie smaki fermentacji** (4) – dok.

TVN TURBO HD

9.35 **Ciężarówką przez Stany**
12.30 **Wojny samochodowe**
15.30 **Zawodowi handlarze**
17.00 **Mobilni mechanicy**
18.30 **Nauka jazdy** (25) – pr. rozr.
19.00 **Usterka 16** (1) – fab.-dok.
19.30 **Prawko na świecie. Jazda bez zasad** (3) – rozr.
20.15 **Z drugiej ręki** (4) – mag.
21.00 **Naprawy nie do naprawy** (3) – mag.
21.45 **Moto kombat** (2) – mag.
22.25 **Zawodowi handlarze** (8)
23.10 **Wojny samochodowe** (7)
0.10 **Duda kontra Szafrański** (1) – program rozrywkowy
0.55 **Niebezpieczne dzielnice** (3) – serial dok., Polska 2024

NOWA TV DVB-T

6.20 **TV okazje** (114, 115)
6.55 **Wehikuł czasu** (711, 712)
7.30 **Interwencja – taka jest Polska** (562) – mag.
8.20 **Frieren. U kresu drogi**
9.30 **Dragon Ball Super** (72-76)
12.00 **Dragon Ball Z Kai 2** (1, 2)
13.00 **One Punch Man** (3, 4)
14.00 **Co ludzie powiedzą? 2** (12-14) – serial komediowy
16.00 **Miodowe lata** (75-78)
19.45 **Poirot 3** (7-10) – krym.
0.00 **Ślad** (75) – krym., Pol. 2019
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (115, 116)
3.50 **Wehikuł czasu** (711, 710)
4.00 **Sala operacyjna** (2, 5)
5.00 **Pod lupą** (4, 5) – magazyn

METRO

8.00 **Klan z Alaski** (1, 2) – dok.
10.00 **The Floor** (11, 12) – telet.
11.15 **Złomowisko PL 6** (3, 4)
13.15 **Gwiazdy lumpeksów** (8)
14.15 **Makłowicz w Polsce** (6)
14.50 **No to lecę!** (4) – pr. rozr.
15.50 **Niezwykłe Stany Prokopa 5** (2) – pr. rozr.
16.50 **Jestem z Polski 2** (6)
17.50 **Kryminalni 3** (1, 2) – krym.
20.00 **Idealny facet dla mojej dziewczyny** FILM – kom. romant., Pol. 2009, 160 min
22.40 **Gniew oceanu** – dramat FILM przygodowy, Niemcy/USA 2000, 150 min
1.10 **Szpital** (784) – paradok.
2.10 **Szkoła** (533, 534)

ANTENA HD DVB-T2

9.10 **Australijscy poszukiwacze złota 2** (8)
10.10 **Australijscy poszukiwacze złota 3**
13.10 **Ciężarówką przez śniegi** (1-5) – serial dokum.
18.00 **77 TV 5** (7) – pr. rozrywk.
19.00 **77 TV 4** (1) – pr. rozrywk.
20.00 **Morderstwa we Francji – La Rochefoucauld** FILM – thriller, Fr. 2020, 120 min
22.00 **Zaginiona mama: tajemnicze zniknięcie Jennifer Dulos** FILM – dramat obycz., USA 2021, 115 min
23.55 **Zbrodnia namiętności** FILM – thriller, USA 2022, reż. Neil LaBute, 140 min

WP DVB-T

13.05 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5** (1)
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4** (7)
15.00 **Policjanci z sąsiedztwa 4** (17, 18)
16.55 **Pogoda**
17.00 **Policjanci z sąsiedztwa 4** (19) – dok.
18.00 **Strażacy z sąsiedztwa 2** (3) – serial dok., Polska 2026
19.00 **Policjanci w akcji** (10)
20.00 **Policjanci z sąsiedztwa 4** (20, 21)
21.55 **Pogoda**
22.00 **Mistrzowie Kabaretu 15** (10) – program rozrywkowy
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 5**

C+ DOMO HD

14.10 **Wielkie projekty: Australia 11** (2) – dok.
15.15 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia** (6) – serial dok.
16.10 **Przekopiemy Ci ogródek** (2) – serial dok.
16.40 **Mam zamek 3** (1, 2) – dok.
17.35 **Dom w miesiąc 2** (10)
18.00 **Daleko od miasta 12**
18.55 **Zbudujemy ten dom**
20.00 **Adres: rezydencje marzeń** (6) – serial dok.
21.00 **Wielkie projekty: Australia 12** (2) – dok.
22.00 **Generalna odbudowa 2**
22.55 **Luksusowa ucieczka 6**
23.45 **Wielkie projekty: Australia 10** (4) – dok.

HGTV HD

11.30 **Wymarzony dom za granicą** (3, 4) – pr. rozrywk.
12.35 **Kolekcjonerski obłęd wart miliony** (1, 2) – rozr.
13.35 **Weekendowa metamorfoza 3** (3, 4)
15.30 **Kamera, akcja, wpadka!**
17.05 **House Hunters – Poszukiwacze domów 5** (3-5) – pr. rozr.
18.45 **Będzie pięknie** (1) – rozr.
19.45 **Weekendowa metamorfoza 5** (1) – rozr.
20.40 **Weekendowa metamorfoza 3** (5) – rozr.
21.35 **Mieszkanie na miarę**
23.30 **Usterka 11** (17, 11, 13, 15) – serial fab.-dok., Pol. 2019

eprasa.pl 989b197d00

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (303) – reality show
7.30 **Ewa gotuje** (563, 564) – magazyn kulinarny
8.30 **Z klimatem i z pasją** (250) – pr. publicyst.
9.00 **Dlaczego ja?** (1393-1397) – serial paradokum.
14.00 **Sekrety rodziny** (156) – serial paradokum., Pol. 2020
15.05 **Więzienie kobiet** (120-123) – dok., Pol.
17.00 **Nasz nowy dom** (365) – reality show
18.10 **Polsat Hit Festiwal 2026** (2) – koncert
19.40 **Świat według Kiepskich** (50) – serial komediowy, Pol. 2001

KOMEDIA

20.05 **Sąsiedzi** – USA 2014, 120 min
FILM
Mac i Kelly, którzy właśnie zostali rodzicami, przenoszą się na przedmieścia. Do domu obok wprowadzają się imprezowi studenci. Wkrótce między sąsiadami wybucha wojna.

22.05 **Ślicznotki** – komedia kryminalna, USA 2019, 135 min
FILM
0.20 **Venom 2: Carnage** – film s.f., USA/Chiny 2021, 135 min
FILM
2.35 **Wydarzenia**
3.15 **Ewa gotuje** (554)
3.45 **Interwencja** – mag.

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 **Wydarzenia**
6.40 **SuperLudzie** (40) – serial dok., Pol. 2019
7.15 **Była sobie Ziemia** (6-10) – serial anim., Fr.
9.50 **Małe kobietki** – melodramat, USA 2019, reż. Greta Gerwig, wyk. Saoirse Ronan, Emma Watson, 160 min
FILM
12.30 **Świat według Kiepskich** (551-555) – serial kom., Polska
15.05 **Złomiarze** (22, 23) – serial dok., Pol. 2024
17.05 **Świat według Kiepskich** (556-559) – serial kom., Polska
19.00 **Kolacja w ciemno** (13, 14) – program rozrywkowy

DRAMAT SENSACYJNY

21.00 **Wróg publiczny** – USA 1998, 165 min
FILM
Prawnik Dean przypadkowo wchodzi w posiadanie dowodów zabójstwa amerykańskiego kongresmena. Staje się celem winnych zbrodni agentów rządowych.

23.45 **Kontakt** – film s.f., USA 1997, reż. Robert Zemeckis, 190 min
FILM
2.55 **Backdoor. Wyjście awaryjne** (3) – kom.
3.25 **Świat według Kiepskich** (404) – serial kom., Pol. 2012
3.55 **Nasz nowy dom** (257, 258)

TV 6 DVB T

6.00 **Jeźdźcy smoków** – serial animowany, USA 2012
7.30 **Piaskowy Dziadek i zaginiony piasek snów** – film animowany, Francja/Niemcy 2010, 90 min
FILM
9.00 **Cobra Kai** (26-30) – serial przygodowy, USA 2018
12.30 **Strażnik Teksasu** (9, 10) – serial sens., USA 1998-1999
14.30 **Poirot** (9, 10) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
16.45 **Columbo** (19, 20) – serial kryminalny
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (51, 52) – serial kryminalny, USA 2004

KRYMINALNY

21.55 **Kości** (113, 114) – USA 2010
Trwa pokaz cukierniczy, na którym ma zostać zaprezentowany największy na świecie blok czekolady. W gigantycznej tabliczce znajdują się jednak zwłoki.

23.50 **Jednoosobowa armia** – film sensacyjny, USA 2020, reż. Stephen Durham, 110 min
FILM
1.40 **Kochane pieniądze** (9, 10, 8, 7) – serial paradokum., Pol. 2021
5.45 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

BBC FIRST HD

6.00 **Z pamiętnika położnej 11** (1, 2) – serial obyczajowy
8.00 **Co ludzie powiedzą? 3** (1) – serial kom., Wlk. Bryt.
8.40 **McDonald i Dodds 2** (3) – serial kryminalny
10.30 **Morderstwa w Midsomer 25** (1) – krym., Wlk. Bryt. 2025
12.20 **Ojciec Brown 6** (8-10) – serial krym., Wielka Brytania 2018
15.30 **My Life is Murder 4** (8) – krym., Australia/Nowa Zelandia 2024
16.30 **My Life is Murder 5** (1) – krym., Australia/Nowa Zelandia 2025
17.30 **Ulica nadziei 5** (8) – serial kryminalny

KRYMINALNY

18.35 **Śmierć z dala od palm** (3)
W Shipton Abbott dochodzi do zuchwałej kradzieży słynnego obrazu. Cała społeczność jest wstrząśnięta. Detektyw Humphrey prowadzi śledztwo w tej sprawie.

19.50 **Śmierć pod palmami** (7) – krym.
21.00 **Annika** (3) – krym.
22.05 **Milczący świadek 22** (7, 8) – serial kryminalny
0.15 **Śmierć z dala od palm** (3) – serial krym.
1.25 **Śmierć pod palmami** (7) – krym.

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

7.05 **Agatka** (16, 17)
7.30 **Małe i duże przygody Miffy** (15)
7.40 **Ptyś i Bill** (16) – anim.
7.50 **Czarodziejskie miasteczko Pinokia**
8.10 **Piotruś Królik**
8.30 **Wegezaury 2** (15)
8.40 **Świnka Peppa 4**
9.00 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
9.30 **Studio Stodoła** (5)
10.00 **Kocie kalamburki** (8, 9) – pr. dla dzieci
10.20 **Bolek i Lolek wyruszają w świat**
10.45 **Rodzina Treflików 3** (29, 30) – serial anim.
11.10 **Odo** (43-45) – anim.
11.35 **Stacyjkowo** (9, 10)
11.55 **Pszczółka Maja** (15)
12.25 **Domisie** – dla dzieci

MAGAZYN KULINARNY

13.00 **Go-tu-jemy** (9, 10)
W tym odcinku widzowie dowiedzą się, jak samodzielnie zrobić pyszny popcorn w dwóch smakach.

13.20 **Tru i Tęczowe Królestwo** (15)
13.45 **Świnka Peppa 7** (14-16) – serial anim.
14.10 **Pająk Lucas 2** (29, 30) – serial animowany
14.30 **Oli i Luna** (29, 30)
14.55 **Oktonauci** (29, 30)
15.20 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (15) – mag.
15.40 **Billy – chomik, który został kowbojem**
16.05 **Pat i świat** (43-45)

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

6.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.50 **Kadr na Kino** – magazyn filmowy
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
16.00 **Fakty po południu** – program informacyjny
18.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
18.30 **Serwis informacyjny**
19.05 **Kadr na Kino** – magazyn filmowy
19.15 **Serwis informacyjny**
19.25 **Fakty po Faktach** – program informacyjny
Rozmowy dziennikarzy prowadzących główny serwis informacyjny z gośćmi.

MAGAZYN REPORTERÓW

20.00 **Superwizjer**
Program przybliża pracę dociekliwych dziennikarzy śledczych, którzy zajmują się tropieniem nieprawidłowości w życiu publicznym.

21.00 **Rozmowy o końcu świata** – pr. publicyst.
22.00 **Szkło kontaktowe** – program rozrywkowy
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.00 **Fakty po Faktach**
0.40 **Rozmowy o końcu świata** – pr. publicyst.
1.45 **Nic do zgłoszenia 6** (2) – serial dokum., Pol.
2.40 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.

20

POLSAT PLAY HD

6.00 **Dorwać tuńczyka** (12-14)
8.55 **Poszukiwacze historii**
9.55 **SAS: Niepokorni wojownicy** (1-3) – dok.
13.50 **Bitwy morskie – historia okrętów wojennych**
15.55 **Pociągi** (3, 4) – serial dok.
16.55 **Polacy za granicą** (154)
18.05 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (25-27, 224)
20.05 **Wakacje z Bałtykiem** (55-58) – serial dokum., Pol.
22.00 **Polacy za granicą** (156, 144) – serial dok., Pol.
0.00 **Łowca pedofilów** (212, 191, 192) – dok., Pol.
2.05 **Jedziemy na ryby!**
4.05 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

8.55 **Dziwaczne potrawy** (6)
9.50 **MasterChef** (10) – pr. rozr.
11.25 **Wakacyjny turniej wypieków 2** (2)
12.25 **Kuchnia jak u mamy**
13.35 **Jedzenie marzenie** (1, 4)
14.40 **Molly gotuje na farmie**
15.45 **Kobieta na Dzikim Zachodzie** (11, 12) – mag.
16.50 **Gotowanie z miłości**
17.50 **Elitarny turniej wypieków** (3)
18.50 **Dziwaczne potrawy** (6)
19.45 **Człowiek kontra jedzenie** (13-15) – mag.
21.15 **Kuchenne rewolucje**
23.25 **Jedzenie w trasie** (4, 6)
1.35 **Rozdrażnić tytanów**

POLSAT RODZINA HD

14.05 **Dawni budowniczowie. Rzeźbiarze z Wyspy Wielkanocnej** – film dok.
15.15 **Misja Alfa. Na pokładzie Międzynarodowej Stacji Kosmicznej**
16.25 **Świat z góry 4** (11, 12)
17.40 **Sąsiedzi** (30, 31) – anim.
18.05 **Pingwiny z Madagaskaru 3** (10, 11)
19.00 **Co ludzie powiedzą?** (36-38) – serial komediowy
21.00 **Miodowe lata** (50) – kom.
22.00 **Jesus Revolution** – dramat obyczajowy, USA 2023, 150 min
FILM
0.30 **Broń w hollywoodzkich filmach** (7, 8) – serial dok.

BBC LIFESTYLE HD

6.00 **Jak mądrze schudnąć? 4**
6.50 **Niezwykłe hotele bez tajemnic 6** (1-8) – dok.
15.00 **Najlepsze hotele Indii** (1-3) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.00 **Psijaciele w potrzebie** (1) – program rozrywkowy
19.00 **Majorka: śródziemnomorskie smaki** (1) – dok., Wlk. Bryt.
19.35 **Wielkie australijskie wypieki 3** (9, 10) – pr. rozr.
22.15 **Psijaciele w potrzebie** (1) – program rozrywkowy
23.10 **Wstydliwe choroby: Otyłość 2** (2) – serial dok.
1.10 **Niezwykłe hotele bez tajemnic 6** (1-5) – dok.

NICK JR. HD

17.05 **Rubble i jego ekipa 3** (1)
17.30 **Pan Krokodyl** (3) – anim.
17.55 **Barbapapa – szczęśliwa rodzinka** (3) – serial anim.
18.10 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (4) – anim., Fr.
18.40 **Dora 2** (6) – serial anim.
19.00 **Przygody Misia Paddingtona** (6) – anim.
19.30 **Przygody Misia Paddingtona 2** (3) – anim.
19.55 **Przygody Misia Paddingtona** (6) – anim.
20.07 **Świnka Peppa 2** (4-7)
20.30 **Małe Królestwo Bena i Holly** (11) – serial anim.
20.55 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (8-10) – anim.

POLSAT NEWS HD

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

TVP KOBIETA DVB T2

13.00 **Brzostek: historia pewnego powrotu** – dok.
14.00 **Rodzinka.pl** (148, 149)
15.00 **Tańcząca ze światem – Oman** (5-ost.) – magazyn
15.30 **Ojciec Mateusz** (13)
16.30 **Ojciec Mateusz 2** (14)
17.25 **Brzostek: historia pewnego powrotu** – dok.
18.30 **Kayah na dobry wieczór** – widowisko
19.30 **Miłość i nadzieja** (301)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (282) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **Cztery pory roku w Hawanie** (7) – krym.
22.30 **Uziemieni** – komedia, Francja/Bel. 2013, 105 min
FILM

E! ENTERTAINMENT HD

8.50 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (1) – pr. rozr.
10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (12, 13)
14.20 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (2, 3) – rozr.
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Tylko dla celebrytów**
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (4, 5)
20.30 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (4, 5) – rozr.
22.30 **Plastyczna fuszerka** (6)
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (12, 13)

TV TRWAM DVB T

14.45 **Jak wygrać małżeństwo**
15.00 **Dzielna niewiasta** – mag.
15.15 **Mateczniki Polskości**
15.30 **Wierzę w Boga** – religijny
16.00 **Informacje dnia**
16.10 **Historia PL** – serial dok.
17.00 **Opiekuńcze skrzydła. Hospicjum św. Anny w Lubartowie** – reportaż
17.30 **35. Pielgrzymka Rodziny Radia Maryja na Jasną Górę** – program religijny
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Warto być ojcem** – mag.
22.15 **Głos serca** (136) – obycz.
23.00 **Odpowiedzialni za Kościół** – cykl reportaży

BBC BRIT HD

10.15 **Allo, allo! 5** (11-13) – kom.
11.55 **Inżynierowie Hitlera: budowa III Rzeszy** (1, 2)
13.55 **Ikony motoryzacji 2** (4, 5)
15.55 **Cuda inżynierii kolejowej** (3) – serial dok.
16.55 **Paddy i Chris: wyprawa po długie życie** (2) – dok.
18.00 **Inżynierowie Hitlera: budowa III Rzeszy** (1, 2)
20.00 **Ikony motoryzacji 2** (5)
21.00 **Cuda inżynierii kolejowej** (3, 4) – dok.
23.05 **Trump i big techy** – dok.
0.05 **Putin i Zachód** (1) – dok.
1.15 **Cuda inżynierii kolejowej** (3) – serial dok.
2.15 **Top Gear 6** (6-9) – mag.

MINI MINI+ HD

14.20 **Strażak Sam 16** (5, 6)
14.45 **Looloo Kids** (29) – anim.
15.01 **Gazu, pieski, gazu!** (23)
15.28 **Kicia Kocia 2** (4, 5) – anim.
15.45 **Jeżyk Happy** (12, 13)
16.02 **Marta mówi** (12) – anim.
16.30 **Zouk** (5, 6) – anim., Fr. 2021
16.56 **Ciekawski George 7**
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.55 **Tomek i przyjaciele: Wyprawa poza wyspę Sodor** – film anim., Wielka Brytania 2017, 77 min
FILM
19.12 **Baczne oczka** (12, 13, 1)
19.40 **Smerfy** (11) – serial anim.
20.08 **Cloudy & Stormy** (1-4)
20.35 **Dolina Muminków 2** (11)
21.01 **Wierszyki domowe** (10)

TVP 3 DVB T2

11.00 **Tajemnice kultowych seriali** (5) – serial dokum.
11.55 **Fascynujące migracje** (4) – serial dokum.
12.55 **Regiony na TAK**
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.
20.13 **Gość Regionów** – pr. publ.
20.30 **Piosenka od Ciebie**
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.30 **Kryminalna siódemka**

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

eprasa.pl 989b197d00

Warto zobaczyć

13.20 TVP HISTORIA **Peggy Sue wyszła za mąż**
KOMEDIA OBYCZAJOWA Zmagająca się z kryzysem kobieta znów staje się nastolatką. Ma szansę inaczej ułożyć sobie życie. *Reż.: Francis Ford Coppola, A: Kathleen Turner, Nicolas Cage USA 1986* **175 min ► do godz. 16.15**

13.45 TVP KULTURA **Na ostrzu szpady**
PRZYGODOWY XVII wiek. Lagardere ratuje córkę księcia. Po szesnastu latach opowiada jej o przeszłości i namawia do zemsty. *Reż.: Philippe de Broca, A: Daniel Auteuil, Marie Gillain, Vincent Perez Fr./Niem./Wł. 1997* **140 min ► do godz. 16.05**

16.20 POLSAT **Więzień labiryntu**
THRILLER Grupa nastolatków szuka wyjścia z pułapki. Nikt nie wie, jak tutaj trafił. Pojawienie się dwojga przybyszów daje nową nadzieję. *Reż.: Wes Ball, A: Dylan O'Brien, Aml Ameen, Ki Hong Lee USA/Wlk. Bryt. 2014* **150 min ► do godz. 18.50**

16.20 STOPKLATKA **Czarny rycerz**
KOMEDIA Jamal, pracownik parku rozrywki, przenosi się w czasie do XIV w. Wraz z legendarnym rycerzem i Victorią podejmuje walkę z tyranem. *Reż.: Gil Junger, A: Martin Lawrence, Marsha Thomason USA 2001* **120 min ► do godz. 18.20**

17.55 COMEDY CENTRAL **Rodzina Addamsów**
CZARNA KOMEDIA Nieuczciwy adwokat z pomocą oszusta próbuje przejąć posiadłość ekscentrycznej familii. *Reż.: Barry Sonnenfeld, A: Anjelica Huston, Raul Julia, Christina Ricci USA 1991* **125 min ► do godz. 20.00**

18.00 TV PULS **Jack Mimoun: Sekret wyspy Val Verde**
PRZYGODOWY Jack wraz z grupą śmiałków wyrusza do dżungli na poszukiwania legendarnej szabli pirata. *Reż.: Ludovic Colbeau-Justin, Malik Bentalha, A: Malik Bentalha, Joséphine Japy Francja/Belgia 2022* **120 min ► do godz. 20.00**

20.00 PULS 2 **Podwodny strach**
HORROR Australia, druga połowa lat 40. XX wieku. Nurkowie mają wydobyć zatopione auto. Stają się celem krwiożerczego drapieżnika. *Reż.: Matthew Holmes, A: Arthur Angel, Hermione Corfield USA 2025* **115 min ► do godz. 21.55**

22.30 TVP KOBIETA **System**
KRYMINALNY Lata 50. XX w. Radziecki oficer Demidow na własną rękę tropi seryjnego mordercę dzieci. Staje się niewygodny dla zwierzchników. *Reż.: Daniel Espinosa, A: Tom Hardy, Noomi Rapace, Gary Oldman USA/Wlk. Bryt. 2015* **150 min ► do godz. 1.00**

→ filmowe hity

Zmagający się z problemami Pat próbuje odzyskać dawne życie. Może liczyć na nową znajomą.

20.25 TVP 1 Poradnik pozytywnego myślenia

KOMEDIODRAMAT Dwoje zagubionych ludzi wspiera się w poszukiwaniu szczęścia.

HIT DNIA Nauczyciel Pat przyłapuje żonę Nikki pod prysznicem z kochankiem. Wpada w szał i w efekcie trafia na osiem miesięcy do szpitala psychiatrycznego. Po zakończeniu leczenia przenosi się do rodziców. Wtedy dowiaduje się o wyprowadzce partnerki. Stara się odzyskać ukochaną, lecz ma sądowy zakaz zbliżania się do niej. Tymczasem na jego drodze staje mieszkająca w pobliżu Tiffany, która cierpi po śmierci męża. Pomiędzy dwojgiem ludzi, których przytłaczają emocje, rodzi się specyficzna więź. Zawierają oni układ, który pozwala im zmierzyć się z piętnem przeszłości. Kobieta obiecuje dostarczyć list od Pata jego żonie, a w zamian on zostanie jej partnerem w zbliżającym się konkursie tanecznym. HD **130 min ► do godz. 22.35**

USA 2012 **Reż.:** David O. Russell **Wyst.:** Bradley Cooper, Jennifer Lawrence, Robert De Niro, Jacki Weaver

19.45 TVN **Transformers: Zemsta Upadłych**
SCIENCE FICTION Po wygranej bitwie ludzie i Autoboty strzegą pokoju. Ich wrogowie przywracają do życia Megatrona. W konflikt zostają uwikłani Sam (Shia LaBeouf) i Mikaela (Megan Fox).
Reż.: Michael Bay Wyst.: Josh Duhamel USA 2009 HD **195 min ► do godz. 23.00**

19.55 POLSAT **King Kong**
PRZYGODOWY Na Wyspie Czaszki zjawia się amerykańska ekipa filmowa. Żyjący tu olbrzymi goryl King Kong porywa aktorkę Ann (Naomi Watts). Na pomoc ruszają jej przyjaciele, m.in. zakochany Jack (Adrien Brody).
Reż.: Peter Jackson Wyst.: Jack Black USA/Niem. 2005 HD **245 min ► do godz. 0.00**

20.00 TVN 7 **W morzu ognia**
SENSACYJNY Jack (Steven Seagal) pragnie pomścić śmierć przyjaciela, który próbował wyjaśnić sprawę składowania niebezpiecznych odpadów. Kiedy rutynowe śledztwo nie daje efektów, działa niekonwencjonalnie.
Reż.: Félix Enríquez Alcalá Wyst.: Stephen Lang USA 1997 HD **140 min ► do godz. 22.20**

20.00 STOPKLATKA **Zbuntowana**
SCIENCE FICTION Naznaczona piętnem Niezgodnej Tris (Shailene Woodley) dla miłości porzuciła życie w uporządkowanym świecie. Obecnie zmaga się z konsekwencjami tej decyzji. Jej działania mogą wpłynąć na losy ludzkości.
Reż.: Robert Schwentke Wyst.: Jai Courtney USA 2015 HD **135 min ► do godz. 22.15**

22.10 TV PULS **Pielgrzym**
THRILLER Vicky odnajduje na pustyni rannego mężczyznę (Ray Liotta). Z pomocą nowej znajomej dociera on do swojego auta. Zaczynają go ścigać uzbrojeni napastnicy, którzy chcą, by zwrócił walizkę z pieniędzmi.
Reż.: Harley Cokeliss Wyst.: Gloria Reuben Wlk. Bryt. 2000 HD **120 min ► do godz. 0.10**

22.20 TVN 7 **Player One**
SCIENCE FICTION Przyszłość. Umiera twórca wirtualnego świata, który oferuje możliwość wcielenia się w dowolną istotę. Rozpoczyna się konkurs na jego następcę. Bierze w nim udział między innymi Wade (Tye Sheridan).
Reż.: Steven Spielberg Wyst.: Olivia Cooke USA/Indie 2018 HD **165 min ► do godz. 1.05**

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

egzemplarz nr 999h1972/nn

filmowe hity

Mitch próbuje wniknąć w szeregi zamachowców, by się zemścić.

20.00 TV PULS

American Assassin

THRILLER Mężczyzna chce wziąć odwet za utratę ukochanej. Zostaje zwerbowany do grupy specjalnej.

HIT DNIA

Mitch Rapp stracił rodziców w wypadku. Kolejną tragedią była śmierć narzeczonej z rąk terrorystów. Teraz szuka on zemsty. W tym celu próbuje wniknąć w szeregi zamachowców. Wreszcie otrzymuje od jednego z nich polecenie udania się do Libii. Tam werbują go członkowie oddziału CIA. Wraz z innymi rekrutami trafia pod opiekę weterana zimnej wojny. Wspólnie prowadzą dochodzenie dotyczące ataków na obiekty wojskowe oraz cywilne. Kiedy odkrywają powtarzalne schematy, wpadają na trop szpiega. HD 130 min ▶ do godz. 22.10

USA/Hongkong 2017 **Reż.:** Michael Cuesta **Wyst.:** Dylan O'Brien, Charlotte Vega, Michael Keaton, Chris Webster

sport

12.05 POLSAT SPORT 1

Japonia – Polska

SIATKÓWKA LIVE Biało-Czerwone zakończą fazę interkontynentalną Ligi Narodów meczem z gospodyniami turnieju w Osace. Po dwóch rundach zmagań zarówno Polki, jak i reprezentantki Kraju Kwitnącej Wiśni miały taki sam bilans – sześciu zwycięstw i dwóch porażek. HD 115 min ▶ do godz. 14.00

16.55 POLSAT SPORT 2

Rhein Fire – Wrocław Panthers

FUTBOL AMERYKAŃSKI LIVE Pantery kontynuują występy w AFLE. Przed nimi mecz w Duisburgu. Jeśli zagrają tak dobrze jak np. w boju z Berlin Thunder (50:12), będą miały duże szanse na kolejne zwycięstwo. HD 170 min ▶ do godz. 19.45

rozrywka

12.15 TVN

Niezwykłe Stany Prokopa 4

PODRÓŻE W Amerykańskiej Agencji Kosmicznej w Pasadenie powstają łaziki eksplorujące powierzchnię Marsa, roboty i bezzałogowe jednostki. Inżynier Artur Chmielewski opowie o kulisach pracy przy budowie statku kosmicznego. HD 35 min ▶ do godz. 12.50

17.35 TVP 1

Żona dla Polaka

REALITY SHOW Mariusz zachwyca Basię. Mateusz ponownie stara się zdobyć uwagę Patrycji. Na randce Paulina bierze sprawy w swoje ręce, spotykając się z nieśmiałym Łukaszem. Atmosfera u Sebastiana jest coraz bardziej napięta. HD 65 min ▶ do godz. 18.40

20.00 HBO

Mumia: Film Lee Cronina

HORROR Katie (Natalie Grace), córka dziennikarza, znika bez śladu. Gdy po ośmiu latach rodzice odzyskują dziewczynkę, przeżywają kolejny koszmar. Ma on związek ze starożytną klątwą.

Reż.: Lee Cronin Wyst.: Jack Reynor, Laia Costa USA 2026 HD 135 min ▶ do godz. 22.15

20.00 FILMBOX+ ONE

Iluzja

THRILLER Magicy Daniel (Jesse Eisenberg), Hanley, Marrit (Woody Harrelson) i Jack w trakcie występu w Las Vegas na oczach publiczności okradają bank w Paryżu. Planują kolejny show. Podąża za nimi agent Rhodes.

Reż.: Louis Leterrier Wyst.: Mark Ruffalo Francja/USA 2013 155 min ▶ do godz. 22.35

17.00 POLSAT SPORT 1

Wimbledon

TENIS LIVE Pora na finał turnieju singlistów. Przed startem Wimbledonu za głównego faworyta rywalizacji uchodził lider rankingu ATP, Jannik Sinner. Broniący tytułu Włoch rozpoczął zawody od wygranej z Miomirem Kecmanoviciem. HD 120 min ▶ do godz. 19.00

21.20 TVP 2

63. KFPP w Opolu – Autobiografia...

KONCERT Przypomnienie widowiska poświęconego autorowi tekstów piosenek, Bogdanowi Olewiczowi. Wystąpili m.in. Perfect i Łukasz Drapała, Natalia Kukulska, Kuba Badach, Kamil Bednarek i Universe. HD 130 min ▶ do godz. 23.30

22.35 TVP 1

Romans na godziny

KOMEDIA ROMANTYCZNA Brian (Anton Yelchin) poznaje zamężną Francuzkę (Bérénice Marlohe). Nawiązują płomienny romans. Kobieta może spotykać się z kochankiem jedynie między piątą a siódmą godziną po południu.

Reż.: Victor Levin Wyst.: David Remnick USA 2014 HD 105 min ▶ do godz. 0.20

23.00 TVN

Ocean's Eleven: Ryzykowna gra

KOMEDIA SENSACYJNA Danny (George Clooney) zostaje zwolniony z więzienia. Zaczyna przygotowywać napad na skarbiec kasyn w Las Vegas. Przy okazji rabunku chce się zemścić na ich właścicielu.

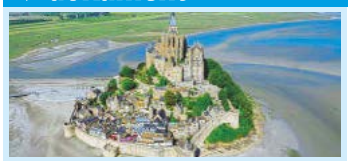
Reż.: Steven Soderbergh Wyst.: Brad Pitt USA 2001 HD 140 min ▶ do godz. 1.20

18.30 EUROSPORT 1

Wyścig 6-godzinny w Sao Paulo

FIA WEC LIVE Ten sezon World Endurance Championship nie jest udany dla ekipy AF Corse. Robert Kubica i jego koledzy w poprzednich wyścigach nawet nie zbliżyli się do podium. Jak pójdzie im na torze Interlagos? HD 270 min ▶ do godz. 23.00

dokument



16.00 NATIONAL GEO.

Starożytne konstrukcje

HISTORIA Idealna kopuła rzymskiego Panteonu budzi podziw architektów. Opactwo św. Michała Archanioła na Mont Saint-Michel to kolejny przykład kunsztu budowniczych. HD 55 min ▶ do godz. 16.55

eprasa.pl 989b197d00

TVP 1 HD DVB-T2

5.25 Sprawa dla reportera – magazyn interwencyjny
6.20 Słownik polsko@polski (682) – 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 (10, 11) – serial wojenny, Pol. 1968
10.55 Ojciec Mateusz 15 (199) – 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: Ks. Marek – cykl reportaży, Polska 2026
13.10 BBC w Jedynce: Planeta Ziemia 3 (4) – dok., Wlk. Bryt.
14.15 Dom (24) – obycz., Polska 2000
16.00 Dziedzictwo (976) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 Teleexpress, pogoda
17.35 Żona dla Polaka (6) – reality show
18.40 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.
20.05 Sport, pogoda

TVP 2 HD DVB-T2

4.40 Barwy szczęścia (3349-3351) – serial obyczajowy, Polska 2026
6.25 M jak miłość (1920) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.20 Dzień z życia artysty (10): Andrzej Fogtt – talk-show
11.55 Lato z Radiem i Telewizją Polską: Ełk – widowisko
14.00 Familiada – teleturniej
14.35 Koło fortuny (1888) – teleturniej
15.10 Szansa na sukces. Opole 2026 (11): Grzegorz Hyży – widowisko
16.15 Tak to leciało! (67) – teleturniej muzyczny
17.15 Maxima. Droga na tron (3) – serial biograficzny, Holandia 2024
Maxima rozpoczyna naukę języka i historii Niderlandów pod okiem Thomasa Wagenaara. Aleksander rzadko odwiedza ukochaną w Brukseli, tłumacząc się nawałem obowiązków. Zorreguieta czuje się samotna.
18.15 Rodzinka.pl (288): Srebrzysta wróżka – serial komediowy, Polska 2025
18.55 Kocham Cię, Polsko! (5) – program rozrywkowy
20.20 Postaw na milion – teleturniej

POLSAT HD DVB-T2

4.40 Disco Gramy
5.25 Telezakupy TV Okazje – magazyn reklamowy
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.30 halo tu polsat – magazyn
11.20 Shrek ma wielkie oczy – film animowany, USA 2010
11.55 Jak wytresować smoka 2 FILM – film animowany, USA/Indie 2014, reż. Dean DeBlois, 130 min
14.05 Wakacje rodziny Johnsonów FILM – komedia, USA 2004, reż. Christopher Erskin, wyk. Cedric the Entertainer, Vanessa L. Williams, Solange Knowles, Bow Wow, 135 min
16.20 Więzień labiryntu FILM – thriller, USA/Kanada/Wielka Brytania 2014, reż. Wes Ball, wyk. Dylan O'Brien, Aml Ameen, Ki Hong Lee, Blake Cooper, 150 min
Thomas budzi się wewnątrz labiryntu. Nie pamięta niczego z dotychczasowego życia. Podobnie jak inni uwięzieni chłopcy, którzy tworzą zorganizowaną społeczność, nie wie, jak tu trafił. Nadzieja na wyjaśnienie tajemnicy pojawia się wraz z przybyciem pierwszej dziewczyny.
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń" – program publicystyczny
19.30 Sport, pogoda

TVN HD DVB-T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1696) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (3): Lublin – Pizzalover – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.30 Co za tydzień – magazyn kulturalny
12.15 Niezwykłe Stany Prokopa 4 (3) – program rozrywkowy
12.50 Ugotowani (6) – program kulinarno-rozrywkowy
14.00 Bella i Sebastian: Nowe pokolenie FILM – film familijny, Francja 2022, reż. Pierre Coré, wyk. Robinson Mensah Rouanet, Alice David, Syrus Shahidi, Michele Laroque, 130 min
Sebastian spędza wakacje w Pirenejach, pomagając w owczarni. Niezbyt mu się to podoba. Wszystko się zmienia, gdy poznaje przyjaciela.
16.10 Akademia policyjna 2: Pierwsze zadanie FILM – komedia, USA 1985, reż. Jerry Paris, wyk. Steve Guttenberg, Bubba Smith, David Graf, Art Metrano, 105 min
17.55 Kuchenne rewolucje (5): Mysłowice – La Farina – program rozrywkowy
19.00 Fakty, sport i pogoda

WYDANIE SPECJALNE to&owoTV NA MUNDIAL
dostępne we wszystkich punktach STS na terenie całego kraju

REKLAMA

KOMEDIODRAMAT

20.25 Poradnik pozytywnego myślenia FILM – USA 2012, 130 min

HIT DNIA

Pat przeżywa załamanie nerwowe z powodu zdrady żony. Po opuszczeniu kliniki psychiatrycznej próbuje wrócić do dawnego życia i odzyskać ukochaną. Nawiązuje znajomość z ekscentryczną sąsiadką, która też ma za sobą trudne przejścia.

22.35 Romans na godziny FILM – komedia romantyczna, USA 2014, reż. Victor Levin, wyk. Anton Yelchin, Bérénice Marlohe, David Remnick, David Shannon, 105 min
0.20 Człowiek mafii FILM – film sensacyjny, USA 2015, reż. Scott Mann, wyk. Gina Carano, Robert De Niro, Jeffrey Dean Morgan, Dave Bautista, 105 min
2.05 Ranczo Wilkowyje FILM – komedia, Polska 2007, reż. Wojciech Adamczyk, wyk. Ilona Ostrowska, Cezary Żak, Marta Lipińska, Dorota Chotecka, 100 min
3.45 Czy to autyzm? – film dokumentalny, Wielka Brytania 2024
4.30 Sprawdzamy – magazyn
4.50 Zakończenie

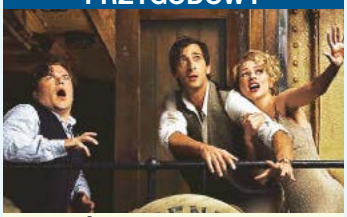
KONCERT

21.20 63. KFPP w Opolu – Autobiografia. Jubileusz Bogdana Olewicza (1, 2)

Widowisko poświęcone wybitnemu autorowi tekstów piosenek. Bogdan Olewicz napisał słowa do takich hitów, jak „Autobiografia", „Wielka miłość", „Jesteś lekiem na całe zło" czy „Nie płacz Ewka". Wystąpią m.in. Perfect i Łukasz Drapała, Natalia Kukulska, Doda, Kamil Bednarek oraz Alicja Majewska i Włodzimierz Korcz.

23.30 Na przekór losowi (3, 4) – serial obyczajowy, Wł./Fr./Niemcy 2024
Ida zostawia z synem zrujnowaną dzielnicę i szuka schronienia w opuszczonej serowarni w Pietralacie. Zjawia się tam Nino, który przystał do partyzantów.
1.40 Król (1) – serial sensacyjny, Polska 2020, wyk. Michał Żurawski, Kacper Olszewski
2.55 Zakochani w Rzymie FILM – komedia romantyczna, USA/Włochy/Hiszpania 2012, reż. Woody Allen, wyk. Jesse Eisenberg, Roberto Benigni, Alison Pill, Penélope Cruz, 115 min
4.50 Zakończenie

PRZYGODOWY



19.55 King Kong FILM – Nowa Zelandia/USA/Niemcy 2005, 245 min

Lata 30. XX wieku, USA. Aktorka Ann Darrow ma zagrać w filmie Carla Denhama. Wraz z ekipą jedzie na tajemniczą Wyspę Czaszki. Okazuje się, że mieszka tu potężny goryl, King Kong. Uprowadza on subtelną artystkę. Denham zwabia bestię w pułapkę i uśpioną zabiera do Nowego Jorku. Na miejscu olbrzym uwalnia się i rusza na poszukiwania Ann.

0.00 Wpadka FILM – komedia romantyczna, USA 2007, reż. Judd Apatow, wyk. Seth Rogen, Katherine Heigl, Paul Rudd, Leslie Mann, 170 min
Alison dostaje upragnioną posadę w telewizji. Świętuje sukces w klubie, gdzie spędza upojne chwile z nieznajomym. Gdy po pewnym czasie orientuje się, że jest w ciąży, postanawia odnaleźć ojca dziecka. Okazuje się nim nieudacznik Ben. Próbuje stworzyć z nim związek.
2.50 Świat według Kiepskich (388, 389): Krzyżacy; Poszukiwana, poszukiwany – serial komediowy, Polska 2012

19.45 Transformers: Zemsta Upadłych FILM – film s.f., USA 2009, 195 min

Po wygranej bitwie z Deceptikonami ludzie i Autoboty strzegą pokoju. Kiedy do życia zostaje przywrócony Megatron, wybucha konflikt zagrażający mieszkańcom Ziemi. Sam ponownie musi stawić czoło maszynom.

23.00 Ocean's Eleven: Ryzykowna gra FILM – komedia sensacyjna, USA/Australia 2001, reż. Steven Soderbergh, wyk. George Clooney, Brad Pitt, Bernie Mac, Julia Roberts, 140 min
Danny Ocean zostaje zwolniony z więzienia. Zaczyna przygotowywać napad na skarbiec kasyn w Las Vegas. Przy okazji chce się zemścić na ich właścicielu.
1.20 Czarna owca FILM – komediodramat, Polska 2021, reż. Aleksander Pietrzak, wyk. Arkadiusz Jakubik, Magdalena Popławska, Kamil Szeptycki, Agata Różycka, 120 min
3.20 Uwaga! – magazyn reporterów
3.35 Wallander (9) – serial kryminalny, Szwecja 2005

eprasa.pl 989b197d00
P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB-T2

5.15 Szkoła (790) – serial paradokumentalny, Polska 2020

6.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie (4) – program rozrywkowy

7.00 Nowe Zwariowane Melodie (47-49) – serial animowany, USA 2018

7.45 Alvin i wiewiórki 2 – film familijny, USA 2009, reż. Betty Thomas, wyk. Zachary Levi, David Cross, Jason Lee, Jesse McCartney, 110 min
FILM
Muzykalne gryzonie Alvin, Szymon i Teodor postanawiają przerwać karierę, by zadbać o edukację. W szkole spotykają Wiewiórki, dziewczęce trio wokalne. Odkrywają, że są promowane przez ich nieuczciwego byłego menedżera.

9.35 Ukryta prawda (1440-1444) – serial paradokumentalny, Polska 2022

14.35 Szpital św. Anny (23, 24) – serial obyczajowy, Polska 2025

16.35 Detektywi (2): Po 20 latach – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023

17.40 Pokémon: Detektyw Pikachu – film przygodowy, USA/Japonia/Wielka Brytania 2019, reż. Rob Letterman, wyk. Ryan Reynolds, Justice Smith, Kathryn Newton, Bill Nighy, 140 min
FILM
Ryme City zamieszkują ludzie i Pokémony. Błyskotliwy detektyw Goodman pewnego dnia przepada bez wieści. Jego syn Tim bada, co się stało. Zwraca się o pomoc do Pikachu.

TV PULS HD DVB-T2

5.40 Taki jest świat 11 (28) – program informacyjny

6.05 Kobra – oddział specjalny (10, 11): Zespół B; Duchy przeszłości – serial sensacyjny, Niemcy 2017

8.05 Don Matteo: Boski detektyw 14 (19, 20) – serial kryminalny, Włochy 2024

10.15 Kurierzy (30, 31) – serial fabularno-dokum., Polska 2023

12.25 Złapać miłość za ogon – komedia, Kanada/USA 2022, reż. Leif Bristow, wyk. Brittany Bristow, Chris McNally, Jayne Eastwood, Humberly González, 115 min
FILM

14.20 Polowanie na prezydenta – film sensacyjny, Finlandia/Wielka Brytania/Niemcy 2014, reż. Jalmari Helander, wyk. Samuel L. Jackson, Onni Tommila, Ray Stevenson, Victor Garber, 95 min
FILM

15.55 Bibliotekarz: Tajemnica włóczni – film przygodowy, USA 2004, reż. Peter Winther, wyk. Noah Wyle, Sonya Walger, Bob Newhart, Kyle MacLachlan, 125 min
FILM

18.00 Jack Mimoun: Sekret wyspy Val Verde – film przygodowy, Francja/Belgia 2022, reż. Ludovic Colbeau-Justin, wyk. Malik Bentalha, François Damiens, Jérôme Commandeur, Joséphine Japy, 120 min
FILM
Przed dwoma laty Jack powrócił z wyspy Val Verde. Odwiedza go tajemnicza Aurélie. Proponuje kolejną wyprawę i poszukiwania legendarnej pirackiej szabli. Mężczyzna podejmuje wyzwanie.

PULS 2 HD DVB-T2

6.00 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (12) – pr. rozrywk.

7.00 Taki jest świat 11 (28) – program informacyjny

7.25 Aukcja w ciemno (4, 5) – serial dokumentalny, USA 2011-2012

8.25 Wojciech Cejrowski. Boso – Luizjana (4, 5) – serial dokum.

9.35 Człowiek z tatuażem – komedia, Francja/Włochy 1968, reż. Denys de La Patelliere, wyk. Jean Gabin, Louis de Funes, Paul Mercy, Yves Barsacq, 115 min
FILM

11.30 Człowiek orkiestra – komedia, Francja/Włochy 1970, reż. Serge Korber, wyk. Louis de Funes, Noëlle Adam, Olivier de Funes, Paul Préboist, 110 min
FILM

13.20 Sławna restauracja – komedia, Francja 1966, reż. Jacques Besnard, wyk. Louis de Funes, Bernard Blier, Maria-Rosa Rodriguez, Venantino Venantini, 100 min
FILM

15.00 Najpiękniejsze baśnie: Zaklęte piórko – baśń filmowa, Czechy 2020, reż. Zdeněk Troška, wyk. Anastásia Chocholatá, Lukás Pavlásek, Šárka Vaculíková, Lucie Polišenská, 120 min
FILM

17.00 Najpiękniejsze baśnie: Szkoła dla książąt – baśń filmowa, Czechy 2010, reż. Roman Vávra, wyk. Matouš Ruml, Sára Hlaváčová, Pavel Liška, 105 min
FILM

18.45 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Błękitny ognik – baśń filmowa, Niemcy 2010, reż. Carsten Fiebeler, wyk. Christoph Letkowski, Max von Thun, Marleen Lohse, 75 min
FILM

NETFLIX

KOLORY ZŁA: CZERŃ

Prokurator Leopold Bilski (Jakub Gierszał) zostaje karnie przeniesiony do miasteczka na Kaszubach. Poznaje pisarkę Julię (Marianna Zydek). Wkrótce znika jej syn. Śledztwo ujawnia, że mieszkańcy skrywają mroczne tajemnice. Bilski odkrywa, że zagrożenie może czaić się bliżej, niż przypuszczał.

▶dram. krym., Polska 2026; 109 min

BIUROWY ROMANS

Jackie (Jennifer Lopez) to charyzmatyczna prezeska linii lotniczych. W zarządzanej przez nią firmie panują surowe reguły. Za sprawą nowego pracownika (Brett Goldstein) kobieta łamie zasadę nienawiązywania miłosnych relacji. Początkiem romansu staje się wyjazd służbowy na Dominikanę.

▶kom. romant., USA 2026; 90 min

CZTERY PORY ROKU 2

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

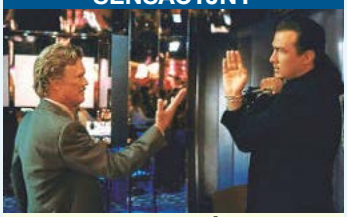
▶serial kom. (8 odc.), USA 2026

GRZESZNICY

Rok 1932. Bliźniacy Smoke i Stack (w podwójnej roli Michael B. Jordan) wracają do rodzinnego miasteczka w Missisipi. Zakładają klub muzyczny dla czarnoskórych. Zagrażają im mroczne moce, z którymi muszą się zmierzyć. Stawką jest nie tylko życie braci oraz ich bliskich, lecz także dziedzictwo.

▶horror, Kan./USA 2025; 99 min

SENSACYJNY



20.00 W morzu ognia – USA 1997, 140 min
FILM

Zajmujący się ochroną środowiska inspektor Taggert dowiaduje się o śmierci przyjaciela. By wyjaśnić jej okoliczności, jedzie do górskiej osady. Jego podejrzenia budzi zachowanie mieszkańców. Odkrywa, że w kopalni składowane są toksyczne odpady.

22.20 Player One – film s.f., USA/Indie 2018, reż. Steven Spielberg, wyk. Tye Sheridan, Olivia Cooke, Ben Mendelsohn, T.J. Miller, 165 min
FILM
Umiera twórca wirtualnego świata, który oferuje możliwość wcielenia się w dowolną istotę. Rozpoczyna się konkurs na następcę. Bierze w nim udział między innymi ubogi Wade.

1.05 Gniew oceanu – dramat przygodowy, Niemcy/USA 2000, reż. Wolfgang Petersen, wyk. George Clooney, Mark Wahlberg, John C. Reilly, Diane Lane, 155 min
FILM

3.40 Fachowcy (13) – serial paradokumentalny, Polska 2017

4.20 Usterka 11 (9) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019

THRILLER

20.00 Niedziela z gwiazdami: American Assassin – USA/Hongkong 2017, 130 min
FILM

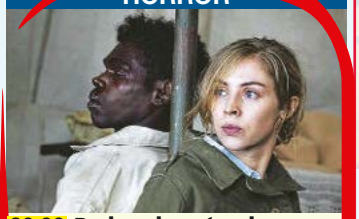
Mitch Rapp stracił rodziców w wypadku. Kolejną tragedią była śmierć narzeczonej z rąk terrorystów. Mężczyzna szuka zemsty. Próbuje wniknąć w szeregi zamachowców. Wreszcie otrzymuje od jednego z nich polecenie udania się do Libii. Tam werbują go członkowie oddziału CIA. Rapp trafia pod opiekę weterana zimnej wojny. Wspólnie prowadzą dochodzenie dotyczące ataków na obiekty wojskowe i cywilne.

22.10 Pielgrzym – thriller, Kanada/Wielka Brytania/Meksyk 2000, reż. Harley Cokeliss, wyk. Ray Liotta, Gloria Reuben, Armin Mueller-Stahl, Daniel Kash, 120 min
FILM
Vicky odnajduje na pustyni rannego mężczyznę, który nie wie, jak się nazywa. Ścigają go uzbrojeni mężczyźni. Chcą, by zwrócił im walizkę z pieniędzmi.

0.10 Jacht – thriller, USA 2021, reż. Declan Whitebloom, wyk. Ruby Rose, Frank Grillo, Patrick Schwarzenegger, 120 min
FILM

2.10 Zobacz to! – pr. powtórkowe

HORROR



20.00 Podwodny strach – Australia 2025, 115 min
P!
FILM

Australia, druga połowa lat 40. XX w. Zespół profesjonalnych nurków zmaga się z trudnościami finansowymi. Bez zbędnego namysłu Clara i jej koledzy postanawiają więc przyjąć pozornie rutynowe zlecenie. Muszą odnaleźć i sprowadzić na ląd zatopione w wodzie auto. W trakcie misji jej wykonawcy stają oko w oko z krwiożerczą samicą żarłacza tępogłowego. Z czasem wychodzi również na jaw, że zagraża im nie tylko rekin.

21.55 Dzielnica strachu 10 (438-442) – serial kryminalny, Polska
Kradzież obrazu ma tragiczny finał. Dochodzi do strzelaniny i pościgu. Śledztwo ujawnia historię obsesji, zemsty, walki w obronie honoru przodków. Bogata mecenas sztuki chce zniszczyć arcydzieło.

3.00 Lombard. Życie pod zastaw 5 (199, 200) – serial obyczajowy, Polska 2019

5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (506) – serial obyczajowy, Polska 2022

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.05 Na fali 2 – film FILM animowany, USA/Kanada 2017, reż. Henry Yu, 85 min
7.30 FBI: Most Wanted 4 (15) – serial kryminalny, USA 2022
8.20 Zabójcza broń 3 (14, 15) – serial sensacyjny, USA 2018
10.15 MacGyver 2 (21-23) – serial akcji, USA 2017-2018
13.10 MacGyver 3 (1, 2) – serial akcji, USA 2018-2019, wyk. Lucas Till, George Eads
15.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (7-11) – serial kryminalny, USA/Kanada

TVP SERIALE

5.35 Na sygnale (869) – serial fab.-dok., Pol.
6.10 Czterdziestolatek (16-18) – serial obyczajowy, Polska
9.35 U Pana Boga w ogródku (8, 9) – serial kom., Pol. 2008
11.25 Czterej pancerni i pies (3, 4) – serial wojenny, Polska 1966
13.35 Ojciec Mateusz 30 (383, 384) – serial kryminalny, Pol. 2023
15.35 Komisarz Alex 24 (306) – serial kryminalny, Pol. 2025
16.30 Ranczo 9 (105) – serial obycz., Polska
17.30 Czterej pancerni i pies (5, 6) – serial wojenny, Polska 1966

TVP KULTURA DVB-T2

9.20 Mariawici we Francji – film dokum., Polska 2026
9.55 Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem (2) – dok., Wlk. Bryt.
10.55 Światowy Kongres Tłumaczy Literatury Polskiej 2026
11.30 Kosmos 1999 (12)
12.35 Opole – koncertowe wspomnienia (13) – cykl felietonów
12.50 Opole na bis (1)
13.45 Na ostrzu szpady FILM – przyg., Fr./Niemcy/Włochy 1997, 140 min
16.05 Noce i dnie (5)
17.15 Niedziela z... (7)
18.05 Zbigniew Wodecki i jego goście (1, 2)

ALE KINO+ HD

6.30 Polska z góry 5 (12)
7.00 The Hero – film krótkometraż.
7.35 Mały – krótkometraż.
7.55 W 80 dni dookoła świata FILM – film przyg., USA/Niemcy/Irlandia 2004, 145 min
10.20 Indiana Jones. Ikona popkultury – film dokum., Fr. 2023
11.35 The Office PL 3 (10-12) – serial kom.
13.30 Czterej muszkieterowie FILM – film przyg., USA/Wielka Brytania/Hiszp. 1974, 130 min
15.40 Karen Pirie (2)
17.30 Rebeliant FILM – dramat biograficzny, USA 2016, 160 min

CANAL+ PREMIUM HD

9.10 Kopnięci w czasie FILM – komedia, Francja/Belgia 2025, 100 min
10.50 Łapu-capu extra
11.20 Listy do Julii FILM – komedia romantyczna, USA 2010, 105 min
13.05 Niania w Nowym Jorku FILM – komedia romantyczna, USA 2007, 100 min
14.45 Thelma FILM – komedia, Szwajcaria/USA 2024, 95 min
16.20 Saga „Zmierzch": Zaćmienie FILM – film fantasy, USA 2010, reż. David Slade, 120 min
18.20 Kiedy nadchodzi jesień FILM – dram. obycz., Francja 2024, 100 min

HBO HD

7.20 Człowiek z bieguna FILM – komediodramat, USA 2014, 90 min
8.50 Piotruś Pan FILM – film familijny, USA/Wielka Brytania 2003, 110 min
10.40 Bez hitu FILM – komedia, Niemcy 2025, 115 min
12.35 Nierozłączni FILM – anim., Belgia/Francja/Hiszpania 2023, 85 min
14.00 Serdecznie zapraszamy FILM – komedia, USA 2025, 105 min
15.45 Blade Runner 2049 FILM – film s.f., USA/Wielka Brytania/Węgry 2017, 160 min
18.25 Karate Kid: Legendy FILM – film przygodowy, USA/Kan. 2025, 95 min

20

KOMEDIA SF

20.00 Men in Black: International FILM – Chiny/USA 2019, 145 min

W strukturach tajnej organizacji walczącej z kosmitami działa szpieg. Agentka M i funkcjonariusz H muszą go zdemaskować, aby ocalić planetę.

22.25 Snajper 2 FILM – film sensacyjny, USA 2002, reż. Craig R. Baxley, wyk. Tom Berenger, 100 min
0.05 Snajper 3 FILM – film sensacyjny, USA 2004, reż. P.J. Pesce, 115 min

KRYMINALNY

19.40 Ojciec Mateusz 30 (385-387) – Pol. 2023

Proboszcz jedzie na konferencję do Rzymu. Tymczasem Natalia wraca z USA. W jej bagażu zostaje znaleziona podejrzana paczka. Gospodyni trafia do więzienia.

22.35 Ranczo 9 (106, 107)
0.25 Rodzinka.pl (296, 297) – kom., Pol.
1.35 Korona królów. Jagiellonowie (11, 12) – telen. hist.
2.40 Erynie (7) – krym., Pol.
3.35 Londyńczycy (3)
4.30 Polowanie na ćmy (5) – serial hist., Polska

DRAMAT WOJENNY

20.00 Lucie Aubrac FILM – Fr. 1997, 130 min

Rok 1943. Lucie Aubrac z mężem biorą udział w akcjach sabotażowych. Gdy mężczyzna wpada w ręce gestapo, żona organizuje akcję odbicia więźnia.

22.10 Kulturalni (26) – magazyn kulturalny
23.05 Kennedy, Sinatra i mafia (1) – film dokum., Irlandia 2023
0.05 Kucharz na krawędzi – film krótkometrażowy
0.20 Wizyta – film krótkometraż.

KRYMINALNY

20.10 Niezwykłe miejsce na śmierć (2)

Anais z pomocą Simona stara się wyjaśnić sprawę ciała znalezionego w dawnej kopalni. Odkrywa burzliwą historię rodziny Connerych.

22.05 Gorący temat FILM – dramat biograf., USA/Kanada 2019, 135 min
0.20 Niesłusznie oskarżona FILM – dramat obyczajowy, USA 2013, 120 min
2.20 Król (8-ost.) – serial sensacyjny, Pol. 2020
3.35 Warsaw Story
4.05 Pan młody

THRILLER

20.00 Ballerina. Z uniwersum Johna Wicka FILM – USA/Węgry 2025, 120 min

Wyszkolona na bezlitosną zabójczynię Eve wymyka się spod kontroli mocodawców. Szuka członków tajemniczej sekty, winnych śmierci jej ojca. Chce dokonać zemsty.

22.00 Dirty dancing FILM – film muzyczny, USA 1987, 100 min
23.40 Kill Bill: Vol. 2 FILM – sens., USA 2004, 135 min
1.55 Wcielenie zła FILM – horror, Meksyk 2024, 85 min

HORROR

20.00 Mumia: Film Lee Cronina P! FILM – Irlandia/USA 2026, 135 min

Katie znika na pustyni bez śladu. Gdy po ośmiu latach załamani rodzice odzyskują dziewczynkę, są wstrząśnięci jej wyglądem, a samo spotkanie zamienia się w koszmar.

22.15 Nocna suka FILM – komediodramat, USA 2024, 100 min
23.55 Until Dawn FILM – horror, USA/Węgry 2025, 100 min
1.35 Schowek 234 FILM – thriller, USA 2024, 85 min

AXN WHITE

6.15 Obłędny rycerz FILM – kom. przyg., 2001, 140 min
8.35 Detektyw Murdoch – krym., Kanada/Wlk. Bryt.
13.10 Rekrut (1-5) – serial krym.
18.00 Dowody zbrodni 2 (8-12) – serial kryminalny, USA
23.00 Autor widmo FILM – thriller, Francja/Niemcy/Wielka Brytania 2010, 150 min
1.30 Listy do Julii FILM – komedia romant., USA 2010, 135 min
3.45 Wszystkie drogi prowadzą do Rzymu FILM – komedia romantyczna, Włochy/USA 2015, 85 min
5.10 Blok promocyjny AXN White

AXN BLACK

6.00 Renegat 5 (13) – sens.
6.45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6 (11, 12) – serial krym., USA/Kanada
8.25 S.W.A.T. 5 (21, 22) – sens.
10.15 S.W.A.T. 6 (1, 2) – sens.
12.10 Gwiezdne wrota 3 (2-6)
17.10 MacGyver (2-5) – serial akcji, USA 2016-2017
21.00 S.W.A.T. 5 (21, 22) – sens.
22.55 S.W.A.T. 6 (1, 2) – sens.
0.30 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6 (11, 12) – serial krym., USA/Kanada
2.30 MacGyver (2-5) – serial akcji, USA 2016-2017
5.55 Blok promocyjny AXN Black

WARNER TV

10.45 Pan niania FILM – komedia, USA 1993, 90 min
12.15 Superman 2 FILM – film przygodowy, 1980, 160 min
14.55 Rodzinne rewolucje FILM – komedia, USA 2014, reż. Frank Coraci, 135 min
17.10 Invictus: Niepokonany FILM – dramat biograficzny, USA 2009, 160 min
19.50 Dziewczyna na pożegnanie FILM – komedia romantyczna, USA 1977, reż. Herbert Ross, 130 min
22.00 Yellowstone 2 (9, 10) – serial obycz., USA 2019
23.50 Doczekać zmroku FILM – thriller, USA 1967, 125 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 Kabaretowa Ekstraklasa (71) – pr. rozr.
6.05 Gliniarze (163-165) – serial paradokumentalny, Polska
9.05 Niania (101-106) – kom.
12.10 Miodowe lata (28-31) – serial komediowy, Polska
15.00 Co ludzie powiedzą? (20-22) – serial komediowy
16.55 Świat według Kiepskich (50, 209-212) – serial kom.
20.00 Poirot (3, 1) – serial krym.
23.20 Columbo (21, 28) – serial kryminalny, USA
2.30 Święty (211-213) – serial komediowy, Polska 2022
4.00 48h. Zaginieni (109, 110) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.00 W kogo ja się wrodziłem? FILM – film obycz., Polska 2001, 60 min
7.00 Kiler-ów 2-óch FILM – komedia, Polska 1999, 115 min
8.55 Orzełek Iggy FILM – film anim., Polska/USA 2025, 80 min
10.15 Łapu capu Extra – pr. rozr.
10.45 Królowa chmur FILM – film obycz., Polska 2003, 80 min
12.05 Moje pieczone kurczaki FILM – film obycz., 2002, 65 min
13.10 Ida FILM – dram. obycz., Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min
14.30 Charlie Chaplin: duch włóczęgi – film dok., 2024
16.00 Jason Bourne FILM – thriller, USA 2016, reż. Paul Greengrass, 120 min
18.00 Niania w Nowym Jorku FILM – komedia romantyczna, USA 2007, 105 min
19.45 Łapu capu – pr. rozrywk.
20.00 Jeszcze jeden strzał FILM – thriller, Wielka Brytania/USA 2024, 100 min
21.40 Opancerzeni FILM – film sensacyjny, 2024, 95 min
23.15 Potępiony FILM – thriller, USA 2007, 110 min
1.05 Innego końca nie będzie FILM – film obycz., 2024, 85 min
2.30 PRO8L3M „REALITYCHECK" – koncert
3.25 Fiber – film krótkometraż.
3.45 Dziki FILM – dramat przyg., Polska 2025, 135 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 Naruto 3 (9-11) – serial anime, Japonia 2003-2004
11.25 Wszystkie kolory świata 5 (7) – serial dok., Francja 2024
12.20 To nie jest zagadka kryminalna (3, 4) – serial kryminalny, Belgia 2025
14.30 Premiera: Naruto 3 (12-14) – serial anime, Japonia 2003-2004
15.55 Hollywood Buzz – magazyn filmowy
16.25 Cat's Eyes (3, 4) – serial przygodowy, Francja 2024
18.25 The Office PL 5 (10-12) – serial komediowy, Polska 2025
20.00 Coldwater (3, 4) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2025
W miasteczku narasta napięcie wokół Johna i Fiony. Znika Cameron.
21.45 Making of CANAL+ – magazyn filmowy
22.00 Pieniądze i krew (1, 2) – serial kryminalny, Francja/Belgia 2023
0.00 Scarlet Hill (1, 2) – serial kryminalny, Wietnam 2022
2.05 Kryptonim Polska (1-3) – serial komediowy, Polska 2022
4.25 Byłem królem – serial dokum., Polska 2022-2025
5.25 Łapu capu Extra – program rozrywkowy

CANAL+ 360 HD

7.05 Chwila prawdy (6) – dok.
8.00 Okręty wojenne (8) – dok.
9.00 Porzucone konstrukcje (6) – serial dok., Wlk. Bryt.
9.55 Wykrywacz historii 6 (5)
11.00 Klopp: transfer stulecia (1) – dok., Wlk. Bryt. 2020
12.05 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Korona Kielce – Widzew Łódź
14.15 Polska z góry: Stadiony (1) – serial dok., Polska 2024
14.45 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (5) – serial dok., Niem. 2023
15.50 Speedshop: warsztat marzeń (2) – serial dokum.
17.05 Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie 2 (5) – pr. rozr.
18.00 Sung Kang – szybki i dociekliwy (6) – dok.
18.55 Co poszło nie tak 3 (3)
20.00 Porzucone konstrukcje (7) – serial dok., Wlk. Bryt.
21.00 Projekt Fighter (2)
22.05 Kiler – komedia sens., Polska 1997, 115 min
0.00 Small World (1) – sens.
1.00 Piłkarze na podsłuchu (2) – serial dok., Polska 2022
2.05 Jeremy (3) – serial dokum.
2.40 Czarna domena (3) – dok.
3.40 Survivalowa rodzina (6, 7) – serial dok., Pol. 2019
4.55 Pogotowie remontowe Wieśka 2 (3, 4) – mag.

HBO 2 HD

14.15 Dotknięci miłością FILM – dramat obycz., Wlk. Bryt./Irlandia 2024, 105 min
16.00 Jasełka wszech czasów FILM – komedia przygodowa, Kanada 2024, 95 min
17.35 Czekając na Dalego FILM – komediodramat, Hiszpania 2023, 115 min
19.30 Mountainhead FILM – dramat obyczajowy, 2025, 105 min
21.15 Złodziej z przypadku FILM – thriller, USA 2025, reż. Darren Aronofsky, wyk. Austin Butler, 105 min
23.00 W dzikim galopie FILM – dramat obyczajowy, USA 2024, 115 min

HBO 3 HD

14.25 Angry Birds Film FILM – anim., Finlandia/USA 2016, 95 min
16.00 Policja zastępcza FILM – kom. sens., USA 2010, 105 min
17.45 Tokyo Vice (1) – krym.
18.45 Ta inna siostra Bennet (3) – kostium., Wlk. Bryt.
19.15 Miniaturowa żona (3)
20.00 Ród smoka 3 (3) – fantasy
21.00 Krzesła (2) – serial kom.
21.30 Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem (3) – kom.
22.05 Stamtąd 4 (9)
22.55 Obecność 4: Ostatnie namaszczenie FILM – horror, 2025, 135 min
1.10 Fachowiec FILM – sens., Wielka Brytania/USA 2025, 115 min

eprasa.pl 989b197d00

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

7.55 Sąsiedzi (9) – anim.
8.10 Byli sobie podróżnicy (25, 26) – serial anim., Fr. 1997
9.15 Była sobie Ziemia (1)
9.50 Jeźdźcy smoków na końcu świata (38-41) – serial anim.
11.45 Krudowie 2: Nowa era – film animowany, USA 2020, 120 min
13.45 RV: Szalone wakacje na kółkach – film familijny, USA/Niem./Wielka Brytania 2006, 120 min
15.45 Jumanji: Następny poziom – film przyg., USA 2019, 160 min
18.25 Van Helsing – horror s.f., USA/Czechy 2004, 155 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 Tata ma plan 2 (14-18) – serial komediowy, USA 2017
8.30 Teoria wielkiego podrywu 7 (5-16) – serial komediowy, USA 2013-2014
13.30 Przyjaciele 7 (7-13) – serial komediowy, USA 2001
17.00 Duchy (3, 4) – serial fantasy, USA/Wielka Brytania 2021 Robotnik odkrywa kości Thorfinna. Jego duch prosi Sam o organizację wikińskiego pogrzebu.
17.55 Rodzina Addamsów – czarna komedia, USA 1991, 125 min

TVN FABUŁA HD

5.05 Szkoła (784) – serial paradokum.
6.00 Kino w drodze (5) – program kulturalny
6.30 Seriaale kultowe (1) – program kulturalny
6.40 Prawo Agaty 4 (11-13) – serial obycz.
9.40 Prawo Agaty 5 (1) – serial obycz., Polska
10.40 Bociany – film anim., USA 2016, 115 min
12.35 Przygoda na Alasce – film przygodowy, USA 1996, 135 min
14.50 Walentynki – komedia romant., USA 2010, 165 min
17.35 Ocean's Twelve: Dogrywka – komedia sens., USA/Australia 2004, 145 min

13 ULICA

6.00 Follow (6) – serial sensacyjny, Francja 2023
6.45 Morderstwo na Archipelagu Frioul – film kryminalny, Francja 2021, reż. Sylvie Ayme, 125 min
8.50 Mentalista (11-20) – serial krym., USA
18.05 Niewidomy detektyw (5) – serial kryminalny, Austria/Niemcy 2021 Alex zostaje poproszony o przeprowadzenie śledztwa w sprawie morderstwa powiązanego z atakiem, w którym stracił wzrok.

KINO POLSKA

6.00 Złoty interes (2) – program rozrywkowy
6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dok.
7.15 Miś Kudłatek (7, 8) – serial animowany
7.40 Bolek i Lolek na wakacjach (7) – serial animowany
7.50 Prawo i pięść – film sensacyjny, 1964, 120 min
9.50 Janosik – film przyg., 1974, 175 min
12.45 C.K. Dezerterzy (1/2, 2-ost.) – komedia, Polska/Węgry 1985, 215 min
16.20 Noce i dnie (1/2, 2-ost.) – film obyczajowy, 1975, reż. Jerzy Antczak, 220 min

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Komisarz Rex 2 (15) – krym., Niem./Austria
6.55 Komisarz Rex 4 (1-3) – krym., Niem./Austria
10.00 Hudson i Rex 8 (7, 8) – serial krym., Kanada
12.00 Hudson i Rex 2 (1) – serial krym., Kanada
13.00 Robin z Sherwood (3) – serial przygodowy
14.25 K-9: Łowcy skarbów – film przygodowy, USA 2014, 115 min
16.20 Czarny rycerz – komedia, USA 2001, reż. Gil Junger, 120 min
18.20 Titanic 2 – film katastroficzny, USA 2010, reż. Shane Van Dyke, wyk. Shane Van Dyke, Marie Westbrook, 100 min

SENSACYJNY

21.00 Klasyczna niedziela: Predator – USA 1987, 130 min
Komandosi dowodzeni przez Schaeffera szukają zaginionych ludzi. Żołnierze stają się celem łowcy z kosmosu.
23.10 W jak morderstwo – komedia kryminalna, Polska 2021, wyk. Anna Smołowik, Paweł Domagała, 140 min
1.30 Ślad (34, 35) – serial krym., Pol. 2018-2019
3.30 Gliniarze (349, 350) – serial paradokum.
5.25 Na ratunek 112 (867) – serial paradokum.

CZARNA KOMEDIA

20.00 Rodzina Addamsów 2 – USA 1993, 120 min
W wilii przychodzi na świat kolejny potomek, Pubert. Zatrudniona do opieki nad dzieckiem niania bardziej niż maleństwem interesuje się bogatym Festerem.
22.00 The Office PL 3 (11, 12) – serial kom.
23.05 Comedy Club 6 (9, 10) – pr. rozrywk.
0.05 Miasteczko South Park 2 (11-14)
2.05 Pracoholicy 3 (11-14)
4.00 Śmieszniej nie będzie 6 (17-20)

SENSACYJNY

20.00 G.I. Joe: Odwet – USA 2013, 140 min
Baza oddziału antyterrorystycznego zostaje zniszczona. Roadblock z innymi cudem ocalałymi komandosami planuje odwet.
22.20 Dziewczyna w czerwonej pelerynie – film fantasy, USA/Kanada 2011, 130 min
0.30 25 lat niewinności. Sprawa Tomka Komendy – dramat biograficzny, Polska 2020, 145 min
2.55 Motywy filmowe (5)

KRYMINALNY

20.00 Morderstwo w Miribel – Francja 2024, 120 min
Kapitan żandarmerii Anna Lidman pracuje nad sprawą morderstwa pianistki. Podczas śledztwa z Paryża wraca matka policjantki, dziennikarka Catherine.
22.00 Morderstwo w Prowansji – krym., Francja 2019, 120 min
0.00 Morderstwo na Markizach – dram. krym., Francja/Bel. 2025, 125 min
2.05 Kobra – oddział specjalny (7, 8)

BIOGRAFICZNY

20.00 Anna German. Tajemnica białego anioła (3, 4) – Rosja/Ukraina/Polska 2012
Ania zaprzyjaźnia się z Hermanem Bernerem. Niebawem Irma wychodzi za niego za mąż. Na ślad rodziny wpada Walentyn. Mężczyzna zaczyna prześladować Irmę.
22.25 Wymyk – dramat obycz., 2011, 95 min
0.00 Ekstradycja 3 (5, 6) – serial sensacyjny
2.45 Karate po polsku – dramat obyczajowy, 1983, 125 min
4.50 Leben – krótkometraż.

SCIENCE FICTION

20.00 Zbuntowana – USA 2015, 135 min
Tris w imię miłości porzuciła życie w uporządkowanym świecie. Obecnie zmaga się z konsekwencjami swojej decyzji. Jej działania mogą wpłynąć na losy świata.
22.15 Najlepsi z najlepszych – film sensacyjny, USA 1989, reż. Bob Radler, wyk. Eric Roberts, 115 min
0.10 Psy – dramat sens., Polska 1992, 155 min
2.45 Wałęsa. Człowiek z nadziei – biograf., Polska 2013, 175 min

20

CINEMAX HD

8.25 Faceci w czerni – kom. s.f., USA 1997, 95 min
10.00 Trucizna – dramat obyczajowy, 2024, 90 min
11.30 Kod da Vinci – thriller, USA 2006, 145 min
13.55 Hamlet – dramat kostium., Wlk. Bryt. 2024, 120 min
15.55 Faceci w czerni – kom. s.f., USA 1997, 95 min
17.30 Transformers: Zemsta Upadłych – film s.f., USA 2009, 150 min
20.00 Dunkierka – wojenny, Wlk. Bryt./Hol./Fr. 2017, 105 min
21.45 Patriota – dramat hist., USA/Niemcy 2000, 160 min
0.25 Fargo 3 (7, 8) – serial krym.

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

6.00 Graczykowie (46-50)
8.30 Świat według Kiepskich (8-13) – serial kom., Polska
11.30 Bob kocha Abisholę 3 (1-6) – kom., USA 2021-2022
14.30 Święty (36-40) – kom., Pol.
17.00 Świat według Kiepskich (9-15, 1) – serial komediowy
21.00 Co ludzie powiedzą? 5 (7, 8) – kom., Wlk. Bryt. 1995
22.25 Jedną nogą w grobie 3 (3-5) – serial kom., Wlk. Bryt.
0.30 Czarna Żmija 4 (4, 5) – serial kom., Wlk. Bryt.
1.55 Grono nie-pedagogiczne 2 (6-10) – serial komediowy, USA
4.30 Comedy Club 3 (5-7)

SCI FI

12.30 Podziemny wstrząs – film katastroficzny, Wielka Brytania/USA 2024, 110 min
14.20 Kosmiczna apokalipsa – film s.f., USA 2023, reż. Adrian Avila, 110 min
16.10 Miasto cienia – film przygodowy, 2008, 120 min
18.10 Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 2 – film fantasy, USA 2012, reż. Bill Condon, 135 min
20.25 Człowiek widmo – thriller, USA/Niemcy 2000, 135 min
22.40 Push – thriller s.f., 2009, 135 min
0.55 SurrealEstate 2 (5-10)

FX HD

6.50 Agenci NCIS 10 (10, 11)
8.40 FBI 4 (9-11) – serial krym.
11.25 CSI: Kryminalne zagadki Miami (12, 13) – krym.
13.15 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (1, 2)
15.05 Z archiwum X 2 (22, 23)
16.55 2012 – film katastroficzny, USA/Kanada 2009, 200 min
20.15 Londyn w ogniu – film sensacyjny, Wielka Brytania/USA/Bułgaria 2016, 125 min
22.20 Air Force One – thriller, USA/Niemcy 1997, 150 min
0.50 Uciec, ale dokąd? – film sensacyjny, 1993, 115 min
2.45 Zabójcze umysły 14 (9, 10) – serial kryminalny

FILMBOX+ ONE HD

8.20 Stawka większa niż życie (11, 12) – wojenny
10.55 Panna Fisher i Krypta Łez – krym., 2018, 125 min
13.00 Quigley na antypodach – western, 1990, 155 min
15.35 Fenomen – komediodramat, USA 1996, 145 min
18.00 Wciąż ją kocham – melodramat, USA 2010, 120 min
20.00 Iluzja – thriller, Francja/USA 2013, 155 min
22.35 Uprowadzona 2 – film sensacyjny, 2012, 125 min
0.40 Obóz integracyjny – kom. sens., 2013, 125 min

ROMANCE TV HD

14.05 Zabójcze tropiki (1, 2) – serial kryminalny, Fr. 2019
16.15 Jeśli to miłość – melodramat, Niemcy 2016, 110 min
18.05 Dr Nice – Same straty – komediodramat, Niemcy 2024, 115 min
20.00 Dr Nice – Złamane serca – film obyczajowy, Niemcy 2024, 115 min
21.55 Dr Nice – Kołatanie serca – film obyczajowy, Niemcy 2024, 115 min
23.50 Rejs ku szczęściu – Podróż poślubna do Nowej Zelandii – film obycz., 2007, 110 min

CINEMAX 2 HD

11.40 Gioia to radość – film obyczajowy, 2025, 110 min
13.30 Holiday – komedia romant., USA 2006, 135 min
15.45 Po prostu miłość – dram. obycz., USA 2008, 90 min
17.15 Kłamca, kłamca – kom., USA 1997, 85 min
18.40 Piękna i Bestia – film fantasy, Francja/Niemcy 2014, 110 min
20.30 Lepiej być nie może – kom., USA 1997, 135 min
22.45 Wróbel w kominie – film obyczajowy, 2024, 115 min
0.40 Ostatnia batalia Ellen Cole – dramat obyczajowy, USA 2024, 95 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

6.20 Lekarze na start (34-37) – serial obycz., Polska 2017
9.20 Poirot 5 (4-8) – serial krym.
14.55 Zatraceni w miłości (36-40) – telen., Turcja 2023
19.55 Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (4) – serial krym., Australia
21.00 Morderstwo w małym mieście (1) – krym., Kan.
22.20 Marlow: klub zbrodni (1) – krym., Wlk. Bryt./USA
23.20 Zatraceni w miłości (36-40) – telen., Turcja 2023
3.45 Poirot 5 (8) – serial krym.
4.40 Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (4) – serial krym., Australia

NOVELAS+ HD

5.00 Historia Juany (41-45) – telenowela, Meksyk 2024, wyk. Camila Valero
10.00 Otchłań namiętności (114-118) – telenowela, Meksyk 2012
15.00 Róże i grzechy (13-17) – telenowela, Turcja 2025, wyk. Murat Yildirim
20.00 Rubi (108, 109) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori
22.00 Za wszelką cenę (84-88) – telenowela, Brazylia 2025, wyk. Paolla Oliveira
3.00 Rubi (108, 109) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori

FX COMEDY HD

8.45 Genialna Morgane (1, 2)
10.55 Diabli nadali 8 (20-22)
12.25 Diabli nadali (23) – kom.
12.55 Sposób użycia 6 (9, 10)
15.25 Wszyscy kochają Raymonda 5 (23-25)
16.55 Wszyscy kochają Raymonda 6 (1-3) – kom.
18.25 Na pewno, być może – komediodram., Wlk. Bryt./USA/Francja 2008, 130 min
20.35 Dziś 13, jutro 30 – komedia romantyczna, USA 2004, 120 min
22.35 Agent z przypadku – kom. sens., 2001, 95 min
0.10 Wszyscy kochają Raymonda 6 (8-11) – kom.

FILMBOX+ HITS HD

12.50 10 rzeczy do zrobienia, zanim zerwiemy – komedia romantyczna, USA 2020, 90 min
14.20 Leonie – dram. biograf., Francja/Wielka Brytania/Australia 2010, 115 min
16.15 Wykrętasy – komedia romantyczna, Rosja 2010, 115 min
18.10 Pokonać górę – dramat przygodowy, 2024, 110 min
20.00 John Wick – film sensacyjny, 2014, 120 min
22.00 John Wick 2 – film sensacyjny, 2017, 135 min
0.15 John Wick 3 – film sensacyjny, 2019, 140 min

PARAMOUNT NETWORK HD

12.10 Szybki jak błyskawica – dramat sensacyjny, USA 1990, 145 min
14.35 Terminal – komedia romant., USA 2004, 170 min
17.25 Mission: Impossible 3 – film sensacyjny, USA/Niem./Chiny 2006, 155 min
20.00 Mission: Impossible 4 – Protokół duchów – film sensacyjny, USA/Czechy/ZEA 2011, 175 min
22.55 Dredd – thriller s.f., 2012, 110 min
0.45 Suburra – film kryminalny, Wł./Fr. 2015, 165 min
3.30 Policyjna grupa pościgowa 16 (3, 4) – dok.

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

eprasa.pl 989b197d00

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
- 6.30 **Snooker:** MŚ w Sheffield – finał: S. Murphy – W. Yize
- 8.30 **Kolarstwo:** Tour de France – 8. etap: Périgueux – Bergerac
- 10.00 **Kolarstwo górskie:** Zawody PŚ w Vallnord/Pal-Arinsal – Downhill mężczyzn
- 11.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Chamonix – speed kobiet i mężczyzn – finały
- 12.00 **Cycling Essential Stories** – mag.
- 12.15 **Kolarstwo:** Tour de France – 8. etap: Périgueux – Bergerac
- 13.15 LIVE **Kolarstwo:** Tour de France – 9. etap

POLSAT SPORT 1 HD
- 6.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon
- 9.00 **Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski
- 10.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon
- 11.00 LIVE **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – studio
- 12.05 LIVE **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Japonia – Polska Przed rokiem Polki okazały się lepsze od Japonek w spotkaniu o 3. miejsce w Lidze Narodów.
- 14.00 LIVE **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz finałowy gry podwójnej kobiet
- 16.00 LIVE **Tenis:** Turniej Wimbledon – studio

CANAL+ SPORT HD
- 6.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: GKS Katowice – Radomiak Radom
- 8.30 **Turbokozak** – magazyn piłkarski
- 11.00 **8 wspaniałych** (2): Iga Świątek – serial dokumentalny, Polska 2025-2026
- 12.15 **Żużel:** PGE Ekstraliga – mecz: FOGO Unia Leszno – Betard Sparta Wrocław
- 14.45 **Żużel:** PGE Ekstraliga – mecz: KRONOPLAST Włókniarz Częstochowa – Stelmet Falubaz Zielona Góra

TVP SPORT DVB T2
- 5.55 **Quiz TVP Sport** – teleturniej
- 6.55 **Piłka nożna:** ME U-19 – Walia 2026 – finał
- 9.00 **Mundialowy poranek** (31) – mag.
- 10.15 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – ćwierćfinał
- 12.35 **Strongman:** Puchar Polski – Kobierzyce 2026
- 13.35 LIVE **Koszykówka 3x3:** 3x3 City Tour – Bielsko-Biała 2026
- 16.15 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – ćwierćfinał
- 18.30 **Dzień na mundialu** (31) – mag. piłkarski
- 20.00 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – podsumowanie ćwierćfinałów

ELEVEN SPORTS 1 HD
- 6.00 **Najlepsi obrońcy Bundesligi lat 90.** – magazyn piłkarski
- 6.45 **Bundesliga Clubs** – magazyn piłkarski
- 7.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – Eintracht
- 9.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: US Cremonese – Inter Mediolan
- 11.00 **Formuła 3:** Grand Prix Wielkiej Brytanii
- 12.30 **Formuła 2:** Grand Prix Wielkiej Brytanii
- 13.40 **Made in Italy** (14) – magazyn piłkarski
- 14.00 **Formuła 1:** Grand Prix Wielkiej Brytanii
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Pisa SC

DISCOVERY CHANNEL HD
- 6.00 **Zoom na architekturę: Siedem cudów świata** – serial dok.
- 8.00 **Rolnicy w akcji** (1) – serial dokumentalny
- 9.00 **Złomowisko PL 3** (4, 5) – serial dokum.
- 11.00 **Kamperem przez świat** (7) – dok., Pol.
- 12.00 **Przygody truckerki** (6) – serial dokum., Pol.
- 13.00 **Ciężarówką przez Afrykę** (5) – dok., Pol.
- 14.00 **Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5** – serial dok.
- 16.00 **Specjalistki** (7) – dok.
- 17.00 **Nic do ukrycia** (10) – serial dok., Pol. 2021
- 18.00 **Celnicy na straży Szwecji 4** (8) – dok.

20

FIA WEC

- 18.30 LIVE **Wyścig 6-godzinny w Sao Paulo**

W poprzednim sezonie załoga Roberta Kubicy (AF Corse) ukończyła wyścig w Brazylii na ósmym miejscu.

- 23.00 **Kolarstwo:** Tour de France – 9. etap: Malemort – Ussel
- 0.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Chamonix
- 1.30 **Kolarstwo:** Tour de France – 9. etap: Malemort – Ussel
- 3.00 **FIA WEC:** Wyścig 6-godzinny w Sao Paulo

TENIS

- 17.00 LIVE **Turniej Wimbledon** – mecz finałowy gry pojedynczej mężczyzn

Jannik Sinner broni tytułu wywalczonego przed rokiem. Włoch rozpoczął wielkoszlemową imprezę od wygranej z Miomirem Kecmanoviciem.

- 19.00 LIVE **Tenis:** Turniej Wimbledon – studio
- 21.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz finałowy gry pojedynczej kobiet i mecz finałowy gry pojedynczej mężczyzn
- 1.00 **Boks**

WYŚCIGI KONNE

- 17.30 **Tor Służewiec 2026** – Gala Derby

Prestiżowa gonitwa trzyletnich koni na dystansie 2400 metrów. Pula nagród wynosi 280 tysięcy złotych.

- 20.15 **Sporty walki:** Mistrzostwa Polski MMA – Puławy 2026
- 23.00 **Liderzy. W centrum gry** (3) – serial dok.
- 0.10 **Boks:** BKFC Liberty Brawl: Philadelphia
- 1.20 **Premier League Stories** (30)
- 2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Cracovia – Legia Warszawa

PIŁKA NOŻNA

- 20.45 **Mistrzostwa Europy U-19 – Walia 2026** – mecz finałowy

Przed rokiem do meczu o złoto dotarła Hiszpania, która przegrała wówczas 0:1 z reprezentacją Holandii.

- 22.50 **Sporty walki:** Oktagon 91 w Kolonii
- 1.05 **Boks:** Gala w Londynie – podsumowanie
- 1.55 **Boks:** KBN: Silesia Boxing Night – waga średnia: F. Czerkaszyn – M. Rudan
- 2.35 **Boks:** Oleśnica Boxing Night

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 **GP Confidential**
- 20.40 **Formuła 1:** Grand Prix Wielkiej Brytanii
- 22.40 **Serie A** – mag.
- 23.45 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (1, 2)
- 1.00 **Bundesliga Special** (22) – mag. piłkarski
- 1.30 **Ligue 1 Show** (35): World Cup 2026

DOKUMENTALNY

- 19.00 **Celnicy na straży Niemiec** (2)

Policja federalna kontroluje składy pociągów transgranicznych. Służby zatrzymują w Dreźnie dwóch mężczyzn, którzy próbują przemycić na teren kraju narkotyki.

- 20.00 **Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5** – serial dok.
- 22.00 **W oku cyklonu: Łowcy burz** (3) – dok.
- 23.00 **Celnicy na straży Niemiec** (2) – dok.
- 0.00 **Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata**

EUROSPORT 2 HD
- 13.15 LIVE **Kolarstwo górskie:** Zawody Pucharu Świata w Vallnord/Pal-Arinsal – cross-country kobiet i cross-country mężczyzn
- 17.30 **Snooker:** MŚ w Sheffield – finał: S. Murphy – W. Yize
- 19.30 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Chamonix – speed kobiet i mężczyzn – finały
- 20.30 LIVE **Wspinaczka:** Zawody World Series w Chamonix – prowadzenie – finały
- 22.30 LIVE **Golf:** ISCO Championship – finał
- 1.00 **Kolarstwo:** Tour de France – 9. etap: Malemort – Ussel

POLSAT SPORT 2 HD
- 4.45 LIVE **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów: USA – Brazylia
- 8.15 LIVE **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów: Tajlandia – Turcja
- 11.00 **Halo, tu Wimbledon**
- 12.00 **Kronika Wimbledonu**
- 13.00 LIVE **Tenis:** Turniej Wimbledon – studio
- 13.45 LIVE **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów: Chiny – Włochy
- 16.55 LIVE **Futbol amerykański:** Europejska Liga Futbolu: Fire – Wrocław Panthers
- 19.45 LIVE **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów: Serbia – Holandia
- 22.00 **Sporty walki:** UFC 329: C. McGregor – M. Holloway
- 1.00 **Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
- 9.15 **Tenis:** Turniej WTA w Miami – mecz 2. rundy: Magda Linette – Iga Świątek
- 12.00 **8 wspaniałych** (2) – dok.
- 13.00 LIVE **Dart:** Elten Safety Shoes European Darts Open w Leverkusen
- 17.15 **8 wspaniałych** (1, 3) – serial dok., Pol. 2025-2026
- 19.00 LIVE **Dart:** Elten Safety Shoes European Darts Open w Leverkusen – finał
- 23.15 **Tenis:** Turniej WTA w Stuttgarcie – finał: J. Rybakina – K. Muchová
- 1.50 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lech Poznań – Legia Warszawa

EXTREME CHANNEL HD
- 6.00 **Action Sports World** (9, 10) – magazyn sportowy
- 8.00 **KPW Kombat TV** (10) – program sportowy
- 9.00 **WWE Classic Gold** (29) – program sportowy
- 9.30 **AEW Dynamite** (2627)
- 11.30 **AEW Collision 2** (2627)
- 14.00 **AEW PPV** (2) – pr. sportowy
- 19.00 **AEW Collision** (2530) – program sportowy
- 21.00 **PTW Wrestling** (29, 16) – program sportowy
- 2.30 **New Japan Wrestling – Highlights** (28) – program sportowy
- 3.00 **Action Sports World** (11-13) – magazyn sportowy

ELEVEN SPORTS 2 HD
- 12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: BVB – Bayern
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Udinese – Inter
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Bayern – Eintracht Frankfurt
- 18.00 **Formuła 1:** Grand Prix Wielkiej Brytanii
- 20.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Sassuolo – Inter
- 22.00 **Ligue1 Season Review**
- 23.05 **Made in Italy** (13, 12, 11)
- 0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Stade Rennais – PSG
- 2.00 **Magazyn piłkarski**
- 2.40 **Magazyn piłkarski**

DISCOVERY LIFE HD
- 10.30 **Pojedynek na modę** (2)
- 11.15 **Megasknery 2** (7, 8) – dok.
- 12.45 **Klinika bez tajemnic**
- 15.45 **Jak to robią zwierzęta?**
- 16.15 **Misja ratunkowa** (10, 1)
- 17.45 **Wycieczkowiec** (6)
- 18.45 **W czym do ślubu?** (7, 8)
- 19.45 **Salon sukien ślubnych: Indie** (6, 7) – pr. rozrywk.
- 20.45 **Dziecko czy oszustka. Przypadek Natalii Grace**
- 21.45 **Rodzina wielkiej wagi**
- 22.45 **Historie wielkiej wagi**
- 0.45 **Sekrety lekarzy** (7)
- 1.45 **Sekrety chirurgii** (2)
- 2.35 **Szpital** (346, 347)
- 4.05 **Pojedynek na modę** (3)
- 4.40 **19+** (38, 1) – paradok., Pol.

POLSAT SPORT FIGHT HD
- 13.50 **Sporty walki:** FEN 53 w Lubinie: C. Oleksiejczuk – B. Kuanyshbayev
- 16.05 **Strzelnica Navala** (10)
- 16.35 **Boks:** Rocky Boxing Night w Koszalinie – waga ciężka: K. Meyna – A. Kownacki
- 17.20 LIVE **Triathlon:** Zawody World Triathlon Championship Series w Hamburgu
- 19.25 **Sporty walki:** Babilon MMA 57 w Ciechanowie
- 21.40 **K.O. TV Classics** (20)
- 22.30 **Boks:** Rocky Boxing Night 19 w Karlinie: Jan Lodzik – Mateusz Polski 2
- 1.05 **Sporty walki:** DWM Fight Night 3 w Białogardzie

POLSAT SPORT 3 HD
- 12.00 LIVE **Siatkówka plażowa:** Puchar Polski – Przysucha 2026
- 13.00 LIVE **Siatkówka plażowa:** PP – Przysucha 2026
- 14.00 LIVE **Siatkówka plażowa:** PP – Przysucha 2026
- 15.00 LIVE **Siatkówka plażowa:** PP – Przysucha 2026
- 16.00 LIVE **Siatkówka plażowa:** PP – Przysucha 2026
- 17.00 LIVE **Siatkówka plażowa:** PP – Przysucha 2026
- 18.00 LIVE **FIA WEC:** Wyścig 6-godzinny w Sao Paulo
- 23.00 **Siatkówka kobiet:** LN
- 1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
- 11.00 **The Big Pete** (4) – mag.
- 11.45 **Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**
- 12.50 **Premier League Stories**
- 13.30 LIVE **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: ZKS Stal Rzeszów – ROW Rybnik
- 16.00 LIVE **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: Abramczyk Polonia Bydgoszcz – Arged
- 19.00 **Boks:** Gala w El Paso: Stephanie Han – Holly Holm
- 20.10 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: ZKS Stal Rzeszów – ROW Rybnik
- 23.00 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: Abramczyk Polonia Bydgoszcz – Arged

ELEVEN SPORTS 4 HD
- 13.00 **Made in Italy**
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: 1. FC Köln – TSG 1899 Hoffenheim
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Olympique Marsylia – 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: Sporting – Estoril
- 22.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Genoa – Napoli
- 0.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Lipsk – BVB

ELEVEN SPORTS 3 HD
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Paris FC – RC Lens
- 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: Como – Torino
- 20.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: BVB – Bayern
- 22.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: FC Nantes – Olympique Lyon
- 0.00 **Werder Double** – dok.
- 0.55 **Podróż do świata Calcio** – magazyn piłkarski

CANAL+ DOKUMENT HD
- 11.50 **Dalajlama. Przez mądrość do szczęścia**
- 13.30 **Wszystkie smaki Prowansji** – film dok., Fr.
- 14.30 **W królestwie księcia Muhammada ibn Salmana** – film dokum., Fr.
- 15.30 **Dzika fauna śródziemnomorska** (1-3)
- 18.30 **Walka o Jerozolimę**
- 19.30 **Skandal w Kaplicy Sykstyńskiej** – film dok.
- 20.30 **Rewolucja Papieża Franciszka** – film dok., Fr.
- 21.30 **Szkoda, że nareszcie**
- 23.15 **Luis Enrique: Nie macie k**** pojęcia** (1-3) – dok.
- 1.40 **O co biega?** (1) – mag.

eprasa.pl 989b197d00
P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny
8.00 **Podziemne sekrety** – serial dokumentalny
10.00 **Jak to jest zrobione?** – serial dokumentalny, Kanada
12.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2** – serial dokumentalny, USA
14.00 **Czy jest z nami inżynier?** (5, 6) – serial dok., Wlk. Bryt.
16.00 **Tajemnice lądowania na Księżycu** (1, 2) – serial dokumentalny
18.00 **Jak to jest zrobione?** – serial dok., Wielka Brytania

DOKUMENTALNY

20.00 **Wyprawa w nieznane 10** – USA

Na wybrzeżu Oregonu Josh wyrusza na poszukiwanie skarbu prawdziwego pirata, inspirując się swoim ulubionym filmem „Goonies", którego 40. rocznicę świętuje.

21.00 **Wyprawa w nieznane 9** – serial dokumentalny, USA
22.00 **Poszukiwacze dinozaurów** – serial dokumentalny, USA
0.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
2.00 **NASA – archiwum tajemnic** – serial dok.

ID HD

6.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 8** – serial dokumentalny, 2024
8.00 **Ciało w piwnicy** – serial dokumentalny, USA 2023
10.00 **Autostrada do piekła** – serial dokumentalny
12.00 **Podejrzany przy telefonie** – serial dokumentalny, USA
14.00 **W sieci kłamstw:** Siatka szpiegów – serial dokumentalny, USA 2021
16.00 **Zbrodnia w sąsiedztwie 2:** Droga do piekła; Gorzki sekret – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY

18.00 **Żyjąc z potworem:** Nienawidzę być córeczką tatusia!; Chciałam temu zapobiec – USA 2018

Robin Lindsey postanawia uciec od swojej agresywnej matki. Ma nadzieję, że w domu ojca zazna spokoju. Wkrótce jednak odkrywa jego mroczne tajemnice.

20.00 **Zabójczy blond 2**
21.00 **Sekta zagłady** – film dokum., USA 2020
0.00 **Mroczne piętno 3**
1.00 **Sekta zagłady** – film dokum., USA 2020
4.00 **Krąg podejrzanych**

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

10.00 **Niszczycielskie żywioły** (2) – dok.
11.00 **Porzucone konstrukcje** (2)
12.00 **Stacja Amsterdam** (4) – serial dokum.
13.00 **Logistyka na wielką skalę** (3) – dok., Niem.
14.00 **Inżynieria po katastrofie** (5) – dok.
15.00 **Imperium Mongołów: Historia Czyngis-chana** (4) – dok., Wlk. Bryt. 2025
16.00 **Starożytne konstrukcje** (1)
16.55 **Wojna szpiegów** (3)
18.00 **Gułag – system śmierci** (3) – film dokum., Francja 2019
19.10 **UFO: Przełomowe śledztwa** (4) – dok.

DOKUMENTALNY

20.05 **CIA: Tajemnice i szpiedzy** (8)

Agenta wywiadu czeka sprawdzian w trakcie konfliktu na Bliskim Wschodzie – musi znaleźć członka Al-Kaidy, który dopuści się zdrady.

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

FOKUS TV DVB T2

6.00 **Wehikuł czasu** (712)
6.05 **48h. Zaginieni** (39) – serial krym., Polska
7.00 **Rolnicy. Podlasie** (45, 46) – serial dok.
9.00 **Działkowcy** (1, 2) – serial dok.
11.00 **Z klimatem i z pasją** (8) – program publicyst.
11.30 **Wojny magazynowe** (22-24, 1, 2) – reality show, USA
14.00 **Gwiazdy lombardu 25** (14)
15.00 **Tajemnice piramid** (1, 2) – serial dok., Fr.
17.00 **Rolnicy. Podlasie** (25-28) – serial dok.
21.00 **Najpiękniejsze domy na wsi** (2) – serial dok., Pol. 2024

DOKUMENTALNY

22.00 **Życie na marginesie. W romskich obozowiskach**

Ekipa przygląda się życiu Romów w dwóch francuskich społecznościach – w obozie pod Nantes oraz w Moissac, gdzie wielu z nich pracuje sezonowo w rolnictwie.

23.00 **Pogromcy mafii** (4) – serial dok., Pol. 2024
0.00 **Największe śledztwa CBŚP** (4) – serial dokum.
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (33-36) – serial dok.
5.00 **Kołowrotek** (1, 2)

TVP HISTORIA DVB T2

8.55 **Tajemnice kultowych seriali** (3)
9.45 **Fenomen Fogga**
10.45 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja
11.50 **Góry Europy** (2)
12.50 **Flesz historii** (769)
13.20 **Peggy Sue wyszła za mąż** – kom. obycz., USA 1986, 105 min
15.05 **Ex Libris** – magazyn
15.30 **Mundial. Teatr emocji** – reportaż, Pol.
16.20 **Starożytne mocarstwa** (5) – dok.
17.35 **Blisko, coraz bliżej** (13) – obycz., Pol. 1986
19.00 **Nieznana wojna na Północy** (2) – dok.
20.05 **II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa** (2)

DRAMAT HISTORYCZNY

21.10 **Danton** – Polska/Francja 1983, 145 min

Wiosna 1794 roku, ogarnięty rewolucją Paryż. Danton zostaje oskarżony o działalność kontrrewolucyjną. Robespierre początkowo go broni. Z czasem zmienia zdanie.

23.35 **Wichry Kołymy** – dramat biograficzny, Niemcy/Bel./Pol. 2009, 120 min
1.35 **Ostatnia msza w kościele Wszystkich Świętych**
2.45 **Blisko, coraz bliżej** (13) – obycz., Pol. 1986

HISTORY HD

9.15 **Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2** (10) – dok.
10.10 **Gwiazdy lombardu 25** (25, 1, 26)
13.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 5** (3) – dok., USA
14.00 **Piątka z historii** (6)
14.25 **David Duchovny: archiwum tajemnic 2** (5) – dok.
15.20 **Starożytni kosmici 17** (11) – dok.
16.10 **Tajemnice starożytności: śmierć** (5) – dok., Kan.
17.10 **Jak Hitler przegrał wojnę** (4-6) – dok.
20.00 **Starożytni kosmici 13** (17) – dok.

DOKUMENTALNY

21.00 **David Duchovny: archiwum tajemnic 2** (1)

Aktor przygląda się eksperymentalnym maszynom wojennym oraz prezydenckiemu samolotowi, który umożliwia dowodzenie krajem w obliczu globalnej katastrofy.

22.00 **Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2** (17) – dok.
23.00 **Starożytni kosmici 17** (3, 4)
0.50 **Starożytni kosmici 13** (17) – dok.
1.50 **Jak Hitler przegrał wojnę** (4, 6) – dok.

20

DISCOVERY HISTORIA HD

9.00 **Wyścigi po antyki** – dok.
10.00 **Magazyn staroci Lamersa** (1, 2) – dok.
12.00 **Łowcy staroci** (11) – dok.
13.00 **Walka o bagaż** (7, 8)
14.00 **Tajemnice starożytnych mumii** (6) – serial dok., USA
15.00 **Mistrzowie oręża** – dok.
17.00 **Tajemnice ziemi – Hiszpania** (6) – dok.
18.00 **Pogromca mitów w akcji** – serial dok., USA
19.00 **Na ratunek starociom**
20.00 **Podziemne sekrety**
21.00 **Legendarne miejscówki**
23.00 **Nawiedzona Irlandia**
1.00 **Wielki szwindel** – dok.
2.00 **Było, nie było** (2) – dok.

PLANETE+ HD

13.35 **Dzikie iberyjskie opowieści** (2) – serial dok.
14.40 **Genialne rośliny** (2) – dok.
15.50 **W królestwie sekwoi**
17.00 **Najbardziej punktualny pociąg świata. Japońskie linie shinkansen** (2) – film dok.
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4** (76, 77)
18.40 **Mam zamek 2** (8, 9) – dok.
19.45 **Wszystkie twarze Javiera Bardema** – dok.
20.55 **Ostatnie słowa Charlotty Masaryk** – dok.
22.20 **Sekta** (4) – serial dok., Fr.
23.10 **Syndrom hawański. Kto pierze umysły Amerykanów?** (2) – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

14.00 **Dzika przyroda Indii** (2)
15.00 **Dzikie Indie** (2) – dok.
16.00 **Wybrzeże Chorwacji**
17.00 **Największe rekiny świata** – film dokum., USA
18.00 **Rekiny z północy** – dok.
19.00 **Dzika przyroda strefy równikowej** (1) – dok.
20.00 **Europa z powietrza** (2)
21.00 **Najgroźniejsi mieszkańcy Alaski** (1)
22.00 **Olśniewająca Ameryka: W krainie gadów** (1)
23.00 **Jezioro Tanganika: serce Afryki** – film dokumentalny
0.00 **Śmierć przychodzi po zmroku** (2, 3) – serial dok.
2.00 **Dzika przyroda Indii** (2)

POLSAT VIASAT NATURE HD

9.25 **Nowa Anglia: cuda natury** – film dokum., USA
10.35 **Bizon: ikona Ameryki**
11.45 **Najbardziej znane zwierzęta Afryki** (1-3)
14.45 **Dawno temu w Tsavo**
17.00 **Matka Natura 2** (1) – dok.
18.00 **Wspólna planeta** (2)
19.10 **Egipt: dolina wielorybów** – film dokum.
20.20 **Śladami wielkiego mamuta** – film dokum., Fr.
21.30 **Dzika Alaska** (1) – dok.
22.35 **Nasza zima zła** (2) – dok.
23.45 **Wielkie rzeki** (4-6) – dok.
2.35 **Rzeczne potwory 3** (1, 2)
4.20 **Dzika Alaska** (1) – dok.
5.10 **Nasza zima zła** (2) – dok.

BBC EARTH HD

12.10 **W okowach mrozu 3** (19)
13.10 **Indie z Alexandrem Armstrongiem** (2) – dok.
14.00 **Pustynia Gobi z Nickiem Knowlesem** (1, 2) – dok.
16.00 **Zdrowa zmiana 2** (11, 12)
17.15 **David Attenborough i cuda natury 4** (1) – dok.
17.50 **W okowach mrozu 3** (20)
18.50 **Mroźna planeta 2** (1, 2)
21.00 **David Attenborough: początek wielkiej przygody** – dok., Wlk. Bryt.
22.05 **W okowach mrozu: Kanada 2** (2) – dok., Kan.
23.05 **Ben Fogle na Cyprze** – film dok., Wielka Brytania
0.30 **Zdrowa zmiana 2**

ANIMAL PLANET HD

11.00 **Weterynarz z Gór Skalistych** (2, 3) – dok.
13.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
15.00 **Wyspa Niedźwiedzi**
17.00 **Mieszkanie na pniu 5** – serial dokumentalny, USA
18.00 **Podwodny świat z bliska** – serial dok., USA
19.00 **Jak to robią zwierzęta?**
20.00 **Zagadki świata zwierząt** – serial dok., USA
21.00 **Nowojorskie Zoo – Bronx** – serial dok., USA
22.00 **Projekt akwarium** – dok.
23.00 **Wkręceni w survival**
0.00 **Człowiek w roli ofiary**
1.00 **Supermoce małych stworzeń** (17, 18) – dok.

TVP DOKUMENT HD

13.05 **Podróże Małej i Dużej 4**
13.40 **Tacy byliśmy** (5)
14.10 **Lodowe królestwo pantery śnieżnej** – dok.
15.10 **Skrzydła i sieci. Niezwykły taniec w powietrzu** (2) – dok.
16.10 **Sekrety dzikich kwiatów** (6) – serial dok.
17.10 **Kultura miejska** (6)
18.10 **Sanatorium miłości 5** (2)
19.05 **Fenomen Fogga** – dok.
20.10 **Werner Herzog. Radykalny marzyciel**
21.50 **Tajemnice kultowych seriali** (4) – serial dokum.
22.50 **Tamte lata, tamte dni**
23.30 **Pieśni wielorybów** – dok.

POLSAT DOKU HD

13.25 **Kolaboranci Hitlera** (2)
14.35 **Zaginione złoto II wojny światowej** (6) – serial dok.
15.25 **Poszukiwacze historii**
15.55 **I wojna światowa w liczbach** (6) – serial dok.
16.55 **Hitlerowscy poszukiwacze skarbów**
17.55 **Skanowanie historii** (6)
19.00 **Koszty wojny** (6) – dok.
20.05 **Najsłynniejsze napady** (7, 8) – serial dokumentalny
22.00 **Kosmos – niewyjaśnione tajemnice starożytności** (10) – serial dokumentalny
22.55 **Sekrety Biblii** (6) – dok.
23.55 **Kroniki Hitlera** (1) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

6.00 **Australijscy łowcy bydła 2** (2) – dok., Australia
6.25 **Drwal z Vancouver Island** (10) – reality show
7.15 **Drwal z Vancouver Island 2** (1-4)
11.00 **Kowboje z zimnych wód 2** (4-8) – serial dok.
16.05 **Australijscy poszukiwacze złota 7**
21.00 **Special Ops: Prawda**
22.10 **Materia. Lwie serce** (2) – film dokumentalny, Pol.
23.00 **Militarny ranking** (6)
0.15 **Łowcy samochodów z Australii** (5-10) – dok.
5.05 **Gruchoty z kanadyjskiej głuszy** (1) – serial dokum.

POLSAT VIASAT HISTORY HD

6.10 **Zakazana historia 7** (4) – serial dok., Wlk. Bryt. 2021
6.55 **1776: niepodległość USA** (1-4) – serial dokumentalny
10.45 **Historia sprawiedliwości** (1-5)
15.25 **Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze** (6-10) – serial dokumentalny
21.00 **Wielkie konflikty: powstania i upadki cywilizacji** (3, 4) – dok.
23.15 **Czarni faraonowie** – dok.
0.20 **Świta Hitlera** (2-6) – dok.
5.10 **Zakazana historia 7** (4)
5.55 **Historia sprawiedliwości** (5)

CI POLSAT HD

16.00 **Nastoletnie polskie zabójczynie** (2, 3) – dok.
17.00 **Zbrodnia: oszukać prawdę** (2) – serial dokum.
18.00 **Kobiety, które zabijają: wyznania zza krat** (7)
19.00 **Nastoletnie polskie zabójczynie** (1, 2) – dok.
20.00 **Chippendales: mroczne sekrety** (4) – serial dok.
21.00 **Nastoletni mordercy** (5)
22.00 **Najbardziej szokujące pościgi 2** (15, 16) – dok.
23.00 **Dowody zbrodni: krwawy Zachód** (2)
23.55 **Spowiedź seryjnego mordercy** (2) – serial dok.
0.50 **Dzieci, które zabijają 3**

TRAVEL CHANNEL HD

6.00 **Z wędką na koniec świata** (2, 3) – serial dok.
8.05 **Smakuj świat z Pascalem** (6-8, 1)
10.15 **Azja Express** (3)
11.50 **Patent na podróż** (2, 3)
14.00 **Człowiek kontra jedzenie** (38-40, 1) – mag.
16.00 **Kobieta na krańcu świata** (4-7) – serial dok.
18.15 **Ciężarówką przez Stany**
21.15 **Duchy Alaski** (2, 3)
23.20 **Mój przyjaciel grizzly** (6)
0.20 **Egzotyczne wakacje na każdą kieszeń** – rozr.
1.20 **W co wierzą Osbournowie** (18-20, 1)
5.20 **Za Donalem... do Europy**

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

eprasa.pl 989b197d00

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA
14.15 **Wodecki Twist – Tylko w kinie** (1, 2) – koncert
16.00 **Fajna Polska** – mag. turyst.-lifestylowy
16.15 **Niedziela z...** – program kulturalny
17.05 **Ja wam pokażę!** (12) – serial obycz., Polska
17.55 **Teleexpress**
18.15 **Kabaretomaniacy** (68) – pr. rozrywk.
19.10 **63. KFPP w Opolu – Kiedy mnie już nie będzie... W hołdzie Magdzie Umer i Agnieszce Osieckiej** (2) – koncert
20.10 **Program informacyjny 19.30**
20.40 **Pogoda**

TVP ROZRYWKA
13.40 **Prywatne życie zwierząt 14** (9)
14.10 **Przyrodnik na tropie** (38) – dok.
14.45 **Olga Lipińska zaprasza** (10)
15.30 **Program rozrywkowy**
15.45 **Moje przeboje** (12)
16.25 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (7) – telet.
16.50 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (7)
17.10 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (8) – telet.
17.40 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (8)
18.00 **Koło fortuny** (2053)
18.40 **Szansa na sukces. Opole 2026** (4)

POLSAT CAFÉ
6.00 **Komisarz Mama** (23, 24) – serial krym.
8.00 **Bogaty dom – biedny dom** (113)
9.00 **Rolniczki** (15, 16) – serial dok., Pol. 2025
11.00 **Działkowcy** (6) – dok.
12.00 **Najpiękniejsze domy na wsi** (2) – serial dok., Pol. 2024
13.00 **Bogaty dom – biedny dom** (114)
14.00 **Nasz nowy dom** (335) – reality show
15.05 **Demakijaż** (222, 223) – program rozrywkowy
16.00 **Bogate dzieciaki bez kasy** (3, 4) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (336, 217) – reality show, Polska

TV 4 DVB-T2
6.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (194)
7.00 **Ewa gotuje** (475)
7.30 **Nieznane zdjęcia Hitlera** (3) – serial dok.
8.30 **The Americas** (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
9.30 **Galileo** (1180, 1181)
11.30 **Mini Galileo** (96)
11.50 **Jaś Fasola:**
FILM **Nadciąga totalny kataklizm** – komedia, Wielka Brytania/USA 1997, 110 min
13.40 **Doktor Dolittle 2**
FILM – komedia, USA 2001, 115 min
15.35 **Piąta fala** – film s.f.,
FILM USA 2016, reż. J Blakeson, 135 min
17.50 **Uroczysko** (175-178) – serial krym., Polska

TTV HD DVB-T2
12.10 **Zakup w ciemno 5** (1) – reality show
13.10 **Zakup w ciemno extra** (34)
13.40 **Damy i wieśniaczki. PL 6** (17) – fab.-dok.
14.40 **Gogglebox. Przed telewizorem 20** (3)
15.45 **Express** – pr. inform.
16.05 **Idź na całość 2** (13)
17.10 **Życie na kredycie 8** (9) – reality show
17.45 **Express** – pr. inform.
18.00 **Pogoda, sport**
18.10 **Życie na kredycie 8** (10) – reality show
18.45 **Żony Podlasia 3** (6)
19.45 **Express** – pr. inform.
20.00 **Zakup w ciemno 7** (35) – reality show
21.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 20** (12)

TVN STYLE HD
5.00 **Rajska posiadłość Pameli Anderson** (7) – serial dokumentalny, Kanada/Niemcy 2022
5.55 **Będzie pięknie** (6) – program rozrywkowy
6.50 **Bitwa o gości** (9) – reality show
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.30 **Kuchenne rewolucje** (3) – program rozrywkowy
12.30 **Babski biznes** (6) – program rozrywkowy
13.30 **Jestem z Polski 16** (21, 20, 22) – serial dok., Polska 2025
Ela od dwóch dekad mieszka w Leuven w Belgii. Pokaże lokalne atrakcje.

20

KRYMINALNY

20.50 **Komisarz Alex 23** (285) – Polska 2025
Nastolatkowie natrafiają na zwłoki. W pobliżu miejsca zbrodni dokonano włamania. Wychodzą na jaw kulisy planowanego zamachu na komendanta głównego policji.
21.40 **Lato z Radiem i Telewizją Polską**
23.40 **Kabaret Hrabi „Pojutrze"** (1) – rozr.
0.40 **Ja wam pokażę!** (12) – serial obycz., Polska
1.30 **Program informacyjny 19.30**
2.00 **Pogoda**
2.05 **Zatoka szpiegów** (9)

TALK-SHOW

19.45 **Łowcy śmiechu** (5)
Gościem Piotra Bałtroczyka jest Artur Andrus, twórca Kabaretowej Sceny Trójki w warszawskiej Harendzie, a także redaktor radiowej „Powtórki z rozrywki".
20.50 **Kocham Cię, Polsko!** (7) – program rozrywk.
22.20 **Postaw na milion**
0.20 **Koło fortuny** (2053)
0.55 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (7) – telet.
1.25 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (7)
1.40 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (8) – telet.

REALITY SHOW

20.00 **Bogate dzieciaki bez kasy** (35) – Polska
Wychowywani przez zamożnych rodziców młodzi ludzie na kilka dni opuszczają swoje apartamenty, by zamieszkać z rodzinami, które ledwie wiążą koniec z końcem.
21.00 **Gry małżeńskie** (211) – reality show
22.00 **Kolacja w ciemno** (88) – pr. rozrywk.
23.00 **Gry małżeńskie** (162, 163)
1.00 **Kolacja w ciemno** (25, 26) – pr. rozrywk.
3.05 **Więzienie kobiet** (23, 24) – serial dok.

KRYMINALNY

20.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1008-1011) – Pol. 2026
Seryjny morderca dostaje zdjęcie zmasakrowanej kobiety. Ofiarą okazuje się Luiza, którą pobito na śmierć. Kłos i Kalicka podejrzewają sąsiadkę denatki, Oliwię.
0.00 **STOP Drogówka** – magazyn policyjny
1.05 **Polowanie na Hitlera** (5, 6) – dok.
3.05 **Interwencja** – mag.
3.25 **Lubię disco!** (280)
4.25 **Top 10 – lista przebojów** – pr. muz.

DOKUMENTALNY

22.00 **Żony Podlasia 3** (7) – Polska 2025
Gala z Krysią przygotowują weki z ogórków. Benia składa meble ogrodowe, a koleżanka uczy ją francuskiego. Okazuje się, że ma on wiele wspólnego z gwarą podlaską.
23.00 **Nic do zgłoszenia 5** (5) – serial dokum., Pol.
0.00 **Damy i wieśniaczki. PL 10** (1) – fab.-dok.
1.00 **Kanapowcy 5** (5)
2.00 **SOS. Ekipy w akcji** (11, 12) – paradok., Pol.
4.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (515) – serial fab.-dok., Pol.

REALITY SHOW

16.35 **Bitwa o gości** (10)
Kamila i Kacper zapraszają do industrialnej agroturystyki. Ola i Roman prezentują ogromny nadmorski resort. Magda i Justyna obiecują pełen spokój pod gwarną Łebą.
17.35 **Do zobaczenia** (9)
18.10 **Ugotowani** (10)
19.10 **Kuchenne rewolucje** (8, 9)
21.05 **Kate. The Making of a Princess** (1/3)
22.10 **EuroPOLKI studentki** (3) – rozr.
23.10 **Cały jej świat** (10)
0.10 **Kobieta na krańcu świata** (3) – dok., Pol.

TVP HD HD
7.55 **Rodzinka.pl** (229, 230)
8.55 **Ojciec Mateusz 21** (272, 273) – krym., Pol. 2019
10.45 **Czy wiesz, że?** (287)
11.20 **Na sygnale** (660, 661)
12.25 **Ojciec Mateusz 6** (81)
13.20 **Komisarz Alex 4** (45)
14.15 **Ranczo 7** (89, 90) – obycz.
16.10 **Postaw na milion** – telet.
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 25** (324)
19.20 **Ranczo 8** (93-95) – obycz.
22.20 **Anatomia zła** – thriller,
FILM Polska 2015, 135 min
0.35 **Jan Serce** (3, 4) – obycz.
3.15 **Pole rażenia** – thriller,
FILM USA 1993, 120 min

TVS HD
8.25 **Muzyczne dzień dobry**
9.10 **Przy muzyce po Śląsku**
10.15 **Klachy i Lachy** – pr. rozr.
10.45 **Weekend z TVS** – pr. rozr.
10.55 **Spotkanie z balladą**
12.00 **Weekend z TVS** – pr. rozr.
12.10 **Hansi Hinterseer zaprasza** – pr. rozrywk.
14.20 **Weekend z TVS** – pr. rozr.
14.30 **Śląska karuzela** – muz.
16.00 **Koncert życzeń**
17.50 **Szlagierowa lista** – muz.
19.45 **Koncert w TVS** – pr. muz.
21.50 **Rosamunde Pilcher**
FILM **– Niech zdecyduje miłość** – film obyczajowy, Niemcy 2009, 105 min
23.35 **Śląska karuzela** – muz.

ZOOM
8.00 **Jakubiak rozgryza Polskę 2** (6-8) – mag. kulin.
9.35 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
11.45 **Sensacje XX wieku**
14.15 **Czterej pancerni i pies** (3, 4) – wojenny, Pol. 1966
16.50 **Gang Olsena daje dyla**
FILM – komedia sensacyjna, Dania 1981, 120 min
18.50 **I love kabaret EXTRA**
19.05 **Kabaretowe przeboje** (8)
20.05 **Hity polskiego kabaretu 7** (4, 3, 8) – rozr.
23.00 **Magia nagości. Najsmaczniejsze kąski**
0.00 **Adam szuka Ewy. Niemcy** (4) – pr. rozrywk.

TLC HD
11.00 **Ja czy jadłospis?** – dok.
12.00 **Wielkie lato małych ludzi** – reality show
13.00 **Wiza na miłość – oczami bohaterów 7**
14.00 **Włoskie zdrady** (21, 22)
15.00 **Miłość za granicą**
16.00 **Wiza na miłość: ostatnia szansa 2** – reality show
18.00 **100 kucharzy**
19.00 **Megasknery: Brazylia**
20.00 **Wielkie lato małych ludzi** – reality show
21.00 **Wiza na miłość 12**
23.00 **Skórze na ratunek 8**
0.00 **Dr Pryszczylla – kulisy**
1.00 **Wielkie lato małych ludzi** – reality show

C+ KUCHNIA HD
16.35 **Ekoporady z Julią Oleś 2** (2) – magazyn kulinarny
16.50 **Z pola na stół** (6) – dok.
17.15 **U sąsiadów w kuchni 16** (11, 12) – serial dok., Niem.
18.25 **Podróże piekarza z Hebrydów** (1) – dok.
19.20 **Jakubiak rozgryza Wietnam** (2) – mag. kulin.
19.45 **Dzień dobry, obiad 2**
20.40 **M jak mięso 4** (3, 4) – dok.
21.30 **Wszystkie smaki fermentacji** (5) – dok.
22.05 **Podróż przez smaki Chin 2** (2) – serial dokum.
23.00 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 8** (2, 3) – serial dokumentalny

TVN TURBO HD
9.30 **Jeździć, obserwować** (8)
10.15 **Z drugiej ręki** (5, 7) – mag.
11.45 **Naprawy nie do naprawy** (4) – mag.
12.30 **Wojny samochodowe**
14.30 **Zawodowi handlarze** (9)
15.15 **Ciężarówką przez Chile**
16.15 **Moto kombat** (3, 4)
17.45 **Raport końcowy** (826)
18.10 **Ciężarówką przez Stany**
21.10 **Wojny samochodowe** (8)
22.10 **Z drugiej ręki** (5) – mag.
22.55 **Naprawy nie do naprawy** (4) – mag.
23.40 **Ciężarówką przez Chile** (4) – program rozrywkowy
0.40 **Prawko na świecie. Jazda bez zasad** (3) – rozr.

NOWA TV DVB-T
8.20 **Frieren. U kresu drogi**
9.30 **Dragon Ball Z Kai 2** (3-9)
13.00 **One Punch Man** (5, 6)
14.00 **Kabaret na wypasie, czyli Jabbar na żywo!**
16.00 **Nowa Rewia Kabaretowa** (18, 19)
18.00 **Kabaret na żywo. Przystanek Radość** (5)
20.00 **Nowa Rewia Kabaretowa** (14) – pr. rozr.
21.00 **Zdrady** (84-87) – paradok.
1.00 **Łowca pedofilów** (179-182) – serial dokum.
3.00 **TV okazje** (120, 128)
3.50 **Wehikuł czasu** (712, 711)
4.00 **Sala operacyjna** (6, 8)
5.00 **Pod lupą** (6, 7) – magazyn

METRO
8.05 **Klan z Alaski** (3, 4) – dok.
10.05 **The Floor** (13, 14) – telet.
11.35 **Pajęczyna Charlotty**
FILM – film familijny, Niemcy/USA 2006, 115 min
13.30 **Diagnoza** (8, 9) – obycz.
15.30 **Kryminalni 3** (3-5) – krym.
18.50 **Milionerzy** (623, 624)
20.00 **Yellowstone** (6, 7) – serial obyczajowy, USA 2018
22.00 **Legendy ringu** – komedia,
FILM USA 2013, 130 min
0.10 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5** (10) – dok.
1.15 **Szpital** (783) – paradok.
2.15 **Szkoła** (534) – paradok.
3.00 **Formuła E:** ePrix Chin – podsumowanie

ANTENA HD DVB-T2
9.05 **Co Polak potrafi na drodze?** (8) – pr. rozr.
10.00 **Sekrety Księgi Umarłych** (1) – film dokum.
11.55 **Polska. Największe tajemnice 2** (1, 2) – rozr.
13.50 **Łowcy skarbów 3** (6, 7)
15.45 **Detektyw Candice: Niezawodny instynkt** (1, 2) – serial kryminalny, Fr.
18.00 **77 TV 2** (3) – pr. rozrywk.
19.00 **77 TV 5** (10) – pr. rozrywk.
20.00 **Alex Hugo – górski detektyw** (29, 30) – krym.
0.10 **Zaginiona mama:**
FILM **tajemnicze zniknięcie Jennifer Dulos** – dramat obycz., USA 2021, 110 min

WP DVB-T
13.00 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4** (8)
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3** (24) – dok.
15.00 **Strażacy z sąsiedztwa 2**
16.00 **Policjanci w akcji** (9)
16.55 **Pogoda**
17.00 **Policjanci z sąsiedztwa 2** (8-10)
20.00 **Policjanci z sąsiedztwa 6** (1, 2)
21.55 **Pogoda**
22.00 **1, 2, 3... Kabaret!** (7)
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 16** (1) – program rozrywkowy
0.00 **Przebojowe kabarety** (1)
1.00 **Mistrzowie Kabaretu 3**
2.00 **Mistrzowie Kabaretu 2**

C+ DOMO HD
12.30 **Ucieczka na wieś 24**
14.10 **Wielkie projekty: Australia 12** (2) – dok.
15.15 **Luksusowa ucieczka 7**
16.15 **Adres: rezydencje marzeń** (6) – serial dok.
17.15 **Bitwa o wnętrza** (2)
18.10 **Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 7** (9)
18.35 **Daleko od miasta 14** (1)
19.00 **Ucieczka na wieś 22**
21.00 **Pomocy! Kupiliśmy wioskę** (19, 20) – dok.
22.50 **Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo** (3, 4) – dok., Kan.
0.35 **Kupiliśmy sobie zamek – damy radę** (2) – dok.

HGTV HD
12.40 **Letnia chata na lata**
14.35 **Będzie pięknie** (1) – rozr.
15.35 **Zgłoś remont 4** (5) – rozr.
16.35 **Weekendowa metamorfoza 5** (8) – rozr.
17.35 **Kamera, akcja, wpadka!**
19.15 **Kolekcjonerski obłęd wart miliony** (3, 4) – rozr.
20.20 **House Hunters – Poszukiwacze domów 5** (8) – pr. rozrywk.
20.50 **House Hunters – Poszukiwacze domów 6** (1) – pr. rozrywk.
21.25 **Dorota inspiruje** (5, 6)
23.20 **Najgorętsze nieruchomości pod słońcem** (11, 12) – dok.

eprasa.pl 989b197d00

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Sekrety rodziny** (157) – serial paradokum., Pol. 2020
7.30 **Z klimatem i z pasją** (249) – pr. publicyst.
8.00 **Sekrety rodziny** (158) – serial paradokum., Pol. 2020
9.00 **Trudne sprawy** (987-991) – serial paradokum., Pol. 2020
14.00 **Sekrety rodziny** (159) – serial paradokum., Pol. 2020
15.10 **Więzienie kobiet** (124-126) – serial dokumentalny, Polska
16.35 **Nasz nowy dom** (366) – reality show
17.50 **Awantura o kasę** – teleturniej

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 **Wydarzenia**
6.40 **SuperLudzie** (41)
7.15 **Była sobie Ziemia**
10.00 **SuperMocni** (5, 6)
11.00 **Czarownica**
FILM – komedia romant., USA 2005, 125 min
13.05 **Mustang z Dzikiej**
FILM **Doliny: Droga do wolności** – anim., USA 2021, 110 min
14.55 **Dziś 13, jutro 30**
FILM – komedia romant., USA 2004, 125 min
17.00 **Polacy w świecie** (11, 12) – serial dok.
18.00 **Świat według Kiepskich** (560, 561) – kom., Pol. 2019-2020
19.00 **Randka w ciemno** (5, 6) – program rozrywkowy

TV 6 DVB T

6.00 **Cobra Kai** (29) – serial przygodowy, USA 2018
6.35 **Columbo** (19, 20) – serial krym., USA
9.45 **Poirot** (9, 10) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
12.00 **Ghost Rider 2**
FILM – thriller s.f., USA/Zjednoczone Emiraty Arabskie 2011, reż. Mark Neveldine, wyk. Nicolas Cage, Violante Placido, Ciarán Hinds, Idris Elba, 120 min
14.00 **Policjantki i Policjanci** (236-239) – serial obycz., Polska
18.00 **Strażnik Teksasu** (11, 12) – serial sensacyjny, USA 1998-1999

BBC FIRST HD

6.00 **Ojciec Brown 8** (1, 2) – krym., Wlk. Bryt. 2020
7.40 **Detektyw z Chelsea** (5) – serial kryminalny
8.45 **Śmierć z dala od palm** (3) – serial krym.
9.50 **Sanditon** (1, 2) – kostium., Wlk. Bryt.
12.00 **Duchy** (4-6) – kom.
14.00 **Morderstwa w Midsomer 25** (2) – krym., Wlk. Bryt. 2025
15.50 **Tajemnice Brokenwood 12** (2) – krym., Nowa Zelandia
17.50 **Z pamiętnika położnej 10** (1) – serial obyczajowy
18.55 **Detektyw z Chelsea** (5) – serial kryminalny
19.55 **Śmierć pod palmami** (8) – krym.

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

7.05 **Agatka** (18, 19)
7.30 **Małe i duże przygody Miffy** (16)
7.40 **Ptyś i Bill** (17) – anim.
7.50 **Czarodziejskie miasteczko Pinokia** (15) – serial anim.
8.10 **Piotruś Królik**
8.30 **Wegezaury 2** (16)
8.40 **Świnka Peppa 4**
9.00 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
9.30 **Ziarno** – pr. dla dzieci
10.00 **Go-tu-jemy** (11)
10.20 **Bolek i Lolek wyruszają w świat**
10.45 **Rodzina Treflików 3** (31, 32) – serial anim.
11.10 **Odo** (46-48) – anim.
11.35 **Stacyjkowo** (11, 12)
11.55 **Pszczółka Maja** (16)
12.25 **Studio Stodoła** (6)

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

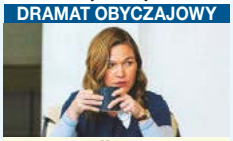
6.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
7.15 **Kadr na Kino** – mag.
7.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.45 **Kawa na ławę** – magazyn
11.55 **Loża prasowa** – program publicyst.
12.50 **Ewa Ewart poleca: Dokument w TVN 24**
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
15.45 **Kadr 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.

20

SCIENCE FICTION

20.00 **Venom 2: Carnage**
FILM – USA/Chiny 2021, reż. Andy Serkis, 120 min
Eddie i mieszkający w jego ciele Venom stają przed wyzwaniem. Muszą stawić czoło potężnemu Carnage'owi, który przejął kontrolę nad seryjnym mordercą.
22.00 **Detonator** – film
FILM sens., USA/Rumunia 2006, 120 min
0.00 **Komisarz Mama** (5)
1.05 **Wydarzenia**
1.45 **Interwencja** – mag.
2.00 **SuperLudzie** (39, 40)
3.10 **#Jesteśmy dla dzieci** – magazyn

DRAMAT OBYCZAJOWY



21.00 **W roli Boga** – USA
FILM 2021, 120 min
Jordan wchodzi w skład szpitalnego komitetu, który ma zdecydować o przeszczepie serca. Lekarze muszą dokonać wyboru spośród trojga potencjalnych biorców.
23.00 **Wróg publiczny**
FILM – dramat sensacyjny, USA 1998, 170 min
1.50 **Backdoor. Wyjście awaryjne** (4) – kom.
2.20 **Świat według Kiepskich** (405-407) – serial kom., Polska
3.50 **Nasz nowy dom** (259, 260)

KRYMINALNY

20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (53, 54) – USA 2004
W łazience jednego z nocnych klubów zostają znalezione zwłoki dziewczyny. Agenci odkrywają, że ofiara współpracowała z policją.
22.00 **Kości** (115, 116)
23.55 **Resident Evil:**
FILM **Ostatni rozdział** – horror, Wielka Brytania/Francja/USA 2016, 135 min
2.10 **Krejzi patrol** (33) – krym., Polska 2023
2.40 **Kochane pieniądze** (11-13) – paradok., Pol.

KRYMINALNY

21.00 **Tajemnice Brokenwood 12** (3)
Przyjęcie, podczas którego goście świętowali zbliżający się Nowy Rok, ma tragiczny finał, kiedy ginie gospodarz. Zabójca musi ukrywać się wśród zaproszonych osób.
22.55 **Annika** (3) – krym.
0.00 **Na niebieskich światłach 3** (5, 6) – krym., Wlk. Bryt. 2025
2.15 **Tajemnice Brokenwood 12** (3) – krym., Nowa Zelandia
4.05 **Ojciec Brown 8** (1) – krym., Wlk. Bryt. 2020
4.55 **Duchy** (5, 6) – kom.

EDUKACYJNY

13.00 **Zwierzaki Czytaki** (174)
Pimpek i Szymek chcą zbudować bazę na podwórku. W czasie pracy nic nie idzie zgodnie z planem.
13.20 **Tru i Tęczowe Królestwo** (16)
13.45 **Świnka Peppa 7**
14.10 **Pająk Lucas 2** (31, 32)
14.30 **Oli i Luna** (31, 32)
14.55 **Oktonauci** (31, 32)
15.20 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (16) – mag.
15.40 **Billy – chomik, który został kowbojem**
16.05 **Pat i świat** (46-48)
16.35 **Dino Ranczo**

INFORMACYJNY

20.00 **W kuluarach**
Agata Adamek, Piotr Kraśko oraz Radomir Wit, podsumowują czołowe wydarzenia minionego tygodnia.
21.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.00 **Fakty po Faktach**
0.50 **Kawa na ławę**
2.05 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
2.25 **Akademia ogrodnika** – mag.
2.35 **Szkło kontaktowe**
3.40 **Nic do zgłoszenia 6** (2) – serial dokum., Pol.

POLSAT PLAY HD

6.00 **Dorwać tuńczyka** (15-17)
8.55 **Kołowrotek** (235) – mag.
9.25 **Taaaka ryba** (119) – mag.
10.00 **Jedziemy na ryby!**
12.05 **Chłopaki do wzięcia**
13.00 **Zawód glina** (2) – dok.
13.55 **Budowlańcy** (57, 58)
15.00 **Złomiarze** (54) – dok., Pol.
16.00 **Polacy za granicą**
18.05 **Górale** (167-171, 237)
21.05 **Chłopaki do wzięcia** (471, 472) – serial dokum.
22.00 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (234) – dok.
22.30 **Łowca pedofilów** (245)
23.00 **Siły specjalne – Polska**
2.05 **Tajna historia XX wieku**
4.00 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

9.55 **Dieta czy cud?** (8, 9)
11.25 **Wiem, co jem i wiem, co kupuję** (3) – mag.
12.10 **Wiem, co jem 4** (11)
12.40 **24/24** (2) – maraton kulin.
13.40 **Kuchenne rewolucje**
15.45 **Kuchnia jak u mamy**
16.55 **Symon gotuje w ogrodzie** (7, 8) – mag.
18.05 **MasterChef** (10) – pr. rozr.
19.35 **Dziwaczne potrawy** (8)
20.35 **Pojedynek na grille** (2)
21.40 **Miasto smaków Guya Fieriego** (3) – reality show
22.45 **Najlepszy smak w mieście** (2) – serial dok.
23.45 **Perfekcyjni gospodarze 9** (32, 33)

POLSAT RODZINA HD

11.25 **Tajemnice zamków** (2)
12.30 **Co ludzie powiedzą?** (36-38) – serial komediowy
14.30 **Niezwykłe pociągi**
16.30 **Świat z góry 6** (3, 4) – dok.
17.45 **Sąsiedzi** (32) – serial anim.
17.55 **Pingwiny z Madagaskaru 3** (12, 13)
18.55 **Ania z Zielonego**
FILM **Wzgórza** (1/2) – film obyczajowy, Kanada/RFN/USA 1985, 125 min
21.00 **Miodowe lata** (110)
22.00 **Twoja Twarz Brzmi Znajomo** (177) – pr. rozr.
23.55 **Tajemnice zamków** (2)
0.55 **Wielkie miasta starożytności** (1) – dok.

BBC LIFESTYLE HD

8.50 **Najbardziej luksusowe wakacje świata** (3) – dok.
9.55 **Psijaciele w potrzebie**
10.55 **Mistrzowie ceramiki 4**
14.00 **Wielkie australijskie wypieki 3** (9, 10) – pr. rozr.
16.35 **Winnice Australii i Gary Barlow** (4, 5) – serial dok.
18.40 **Najpiękniej ukryte hotele 2** (5) – serial dokum.
19.40 **Mistrzowie szycia 11**
22.00 **Niebezpieczny seks**
0.10 **Wstydliwe choroby: Otyłość 2** – dok., Wlk. Bryt.
1.10 **Wstydliwe choroby: Otyłość – wizyta kontrolna 2** (1) – dok.
2.10 **Najlepsze hotele Indii** (3)

NICK JR. HD

17.05 **Rubble i jego ekipa 3** (2)
17.30 **Pan Krokodyl** (4) – anim.
17.55 **Barbapapa – szczęśliwa rodzinka** (4) – serial anim.
18.10 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (5) – anim., Fr.
18.40 **Dora 2** (7) – serial anim.
19.00 **Przygody Misia Paddingtona** (7) – anim.
19.30 **Przygody Misia Paddingtona 2** (4) – anim.
19.55 **Przygody Misia Paddingtona** (6) – anim.
20.07 **Świnka Peppa 2** (10-13)
20.30 **Małe Królestwo Bena i Holly** (12) – serial anim.
20.55 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (13-15) – anim.

POLSAT NEWS HD

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

TVP KOBIETA DVB T2

14.00 **Rodzinka.pl** (150, 151)
15.00 **Podróże Małej i Dużej 7**
15.30 **Ojciec Mateusz 2** (15, 16) – serial kryminalny, Polska
17.25 **Tajemnice kultowych seriali** (6) – serial dokum.
18.30 **Daję słowo – Maciej Orłoś** (7) – talk-show
19.30 **Miłość i nadzieja** (302)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (283) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **Cztery pory roku w Hawanie** (8) – krym.
22.30 **System** – dramat
FILM kryminalny, USA/Wlk. Bryt./Czechy 2015, 150 min
1.00 **Maxima. Droga na tron** (1) – serial biograficzny, Hol.

E! ENTERTAINMENT HD

10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (14, 1)
14.20 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (4, 5) – rozr.
16.10 **Plastyczna fuszerka** (6)
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (6, 7)
20.30 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (6, 7) – rozr.
22.30 **Plastyczna fuszerka**
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (14, 1)
3.00 **Plastyczna fuszerka**

TV TRWAM DVB T

17.55 **Poczet wielkich Polaków** – pr. hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone** – pr. publ.
19.30 **Baśniowy teatr lalek**
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Od Lutra do Marxa – Historia Kościoła** (2)
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Retrospekcja** – pr. publ.
21.45 **Stan bezpieczeństwa państwa** – pr. publicyst.
22.00 **Mocni Jego mocą**
22.30 **Muzyczne chwile** – kult.

BBC BRIT HD

12.30 **Kolekcja aut Goldberga**
13.35 **Top Gear: Najlepsze z najlepszych** (1, 2) – mag.
15.45 **Cuda inżynierii kolejowej** (4) – serial dok.
16.40 **Paddy i Chris: wyprawa po długie życie** (3) – dok.
17.50 **Czy elektryki są bezpieczne?** – film dok.
18.50 **Kolekcja aut Goldberga**
20.00 **Tajne bunkry** (2) – dok.
21.00 **Cuda inżynierii kolejowej** (4) – serial dok.
22.00 **Top Gear: Najlepsze z najlepszych** (3) – mag.
23.05 **Czy elektryki są bezpieczne?** – film dok.
0.05 **Kolekcja aut Goldberga**

MINI MINI+ HD

14.00 **Bing** (34, 35) – serial anim.
14.20 **Strażak Sam 16** (7, 8)
14.45 **Looloo Kids** (30) – anim.
15.01 **Gazu, pieski, gazu!** (24)
15.28 **Kicia Kocia 2** (6, 7) – anim.
15.45 **Jeżyk Happy** (14, 15)
16.02 **Marta mówi** (13) – anim.
16.30 **Zouk** (7, 8) – anim., Fr. 2021
16.56 **Ciekawski George 8**
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.55 **Pati i klątwa Posejdona**
FILM – film animowany, Francja/USA 2022, 95 min
19.30 **Baczne oczka** (3) – anim.
19.40 **Smerfy** (12) – serial anim.
20.08 **Cloudy & Stormy** (5-8)
20.35 **Dolina Muminków 2** (12)
21.01 **Wierszyki domowe** (11)

TVP 3 DVB T2

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

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

eprasa.pl 989b197d00

Warto zobaczyć

11.25 KINO POLSKA **Skradziona kolekcja**
KOMEDIA KRYMINALNA Na czas pobytu w szpitalu filatelista powierza cenne znaczki koleżance. Gdy zbiór znika, kobieta rusza śladem złodzieja. *Reż.: Jan Batory, A: Elżbieta Starostecka, Mieczysław Pawlikowski*
Polska 1979 **100 min ► do godz. 13.05**

12.55 FILMBOX+ HITS **Królowe ringu**
KOMEDIA Kasjerka próbuje nawiązać więź z synem, fanem wrestlingu. Zaczyna trening, by poznać zasady rządzące tym sportem. *Reż.: Jean-Marc Rudnicki, A: Marilou Berry, Nathalie Baye, André Dussollier*
Francja 2013 **110 min ► do godz. 14.45**

16.05 ALE KINO+ **Pod Starym Dębem**
OBYCZAJOWY Górnicze miasteczko w Anglii. Właściciel pubu próbuje przekonać swoich sąsiadów, aby zaangażowali się w pomoc imigrantom. *Reż.: Ken Loach, A: Dave Turner, Ebla Mari, Claire Rodgerson*
Wlk. Bryt. 2023 **130 min ► do godz. 18.15**

16.30 TVN FABUŁA **Ocean's Thirteen**
KOMEDIA SENSACYJNA Gang Danny'ego zamierza okraść właściciela kasyn. Potrzebuje pomocy Terry'ego Benedicta – dotychczasowego wroga. *Reż.: Steven Soderbergh, A: George Clooney, Al Pacino, Andy Garcia*
USA 2007 **150 min ► do godz. 19.00**

18.30 HBO **The Last Showgirl**
OBYCZAJOWY Tancerka od dekad występuje w Las Vegas. Rewii poświęciła całe życie. Staje na rozdrożu w obliczu zmian w show-biznesie. *Reż.: Gia Coppola, A: Pamela Anderson, Jamie Lee Curtis, Billie Lourd*
USA 2024 **90 min ► do godz. 20.00**

18.45 POLSAT FILM **Niezniszczalny**
THRILLER David jako jedyny pasażer wychodzi cało z katastrofy kolejowej. Okazuje się, że jest obdarzony nadludzkimi zdolnościami. *Reż.: M. Night Shyamalan, A: Bruce Willis, Samuel L. Jackson, Robin Wright*
USA 2000 **135 min ► do godz. 21.00**

21.00 SUPER POLSAT **Króliczek**
KOMEDIA Modelka erotyczna trafia do kampusu. Przyłącza się do grupy mało urodziwych dziewcząt. Zmienia je w atrakcyjne studentki. *Reż.: Fred Wolf, A: Anna Faris, Colin Hanks, Emma Stone*
USA 2008 **120 min ► do godz. 23.00**

22.00 STOPKLATKA **Podły, okrutny, zły**
BIOGRAFICZNY Liz jest związana z Tedem Bundym, oskarżonym o dokonanie serii zbrodni. Trudno jej uwierzyć, że żyła u boku psychopaty. *Reż.: Joe Berlinger, A: Lily Collins, Zac Efron, Angela Sarafyan*
USA 2019 **145 min ► do godz. 0.25**

→ filmowe hity

Dominic i inni pasjonaci wyścigów samochodowych łączą siły, aby wyjść cało z opresji.

19.55 POLSAT

Szybcy i wściekli 7

SENSACYJNY Świetnie wyszkoleni kierowcy muszą stawić czoło wrogowi, który planuje zemstę.

HIT DNIA Od kiedy Dominic Toretto, Brian O'Conner i ich kompani wrócili do Stanów Zjednoczonych po ułaskawieniu, ich życie toczy się dość leniwie. Dla niektórych jest to trudne do zniesienia. Najgorzej w nowej sytuacji odnajduje się Brian, który ustatkował się i mieszka na przedmieściach razem z Mią oraz synem. Rola wzorowego męża i ojca coraz bardziej mu jednak ciąży. W tym czasie Dom próbuje odbudować swój związek z Letty i sprawić, aby ukochana odzyskała pamięć. Wszystko się komplikuje wraz z pojawieniem się dawnego przeciwnika ekipy, Shawa. Szuka on zemsty na oprawcach swojego brata, Owena. Mężczyzna nie przebiera w środkach i stosuje radykalne rozwiązania. Mistrzowie kierownicy, żeby przeżyć, ponownie muszą połączyć siły. Wspiera ich agent rządowy. **HD 175 min ► do godz. 22.50**

USA/Chiny/Jap./ZEA 2015 **Reż.:** James Wan **Wyst.:** Vin Diesel, Paul Walker, Dwayne Johnson, Michelle Rodriguez

20.00 TV PULS **Po własnych śladach**
KRYMINALNY Macdonald ucieka z zakładu psychiatrycznego dla przestępców. Chce odnaleźć pieniądze ukryte po skoku. Cierpi jednak na amnezję. Jego śladem podąża detektyw (Sylvester Stallone).
Reż.: Brian A. Miller Wyst.: Matthew Modine
USA 2018 **HD 120 min ► do godz. 22.00**

20.00 STOPKLATKA **Ninja: Cień łzy**
SENSACYJNY Japonia. Amerykanin Casey (Scott Adkins), mistrz ninjutsu, oraz jego żona oczekują narodzin dziecka. Pewnej nocy kobieta ginie. Wdowiec zaczyna śledztwo. Trop wiedzie do birmańskiej dżungli.
Reż.: Isaac Florentine Wyst.: Kane Kosugi
USA 2013 **HD 120 min ► do godz. 22.00**

21.40 TVP KULTURA **Nitram**
THRILLER Australia. Seria dramatycznych wydarzeń w życiu wyobcowanego, samotnego Nitrama (Caleb Landry Jones) budzi w nim złość. W kwietniu 1996 roku strzela on do turystów na Tasmanii. Ginie 35 osób.
Reż.: Justin Kurzel Wyst.: Judy Davis, Essie Davis
Australia 2021 **HD 120 min ► do godz. 23.40**

22.30 KINO POLSKA **7 uczuć**
KOMEDIODRAMAT Adam Miauczyński (Michał Koterski) ma problemy z nazwaniem towarzyszących mu emocji. Wraca do czasów dzieciństwa. Wspomina rodzinę, przyjaciół, szkolnych rówieśników i dawną miłość.
Reż.: Marek Koterski Wyst.: Katarzyna Figura
Polska 2018 **145 min ► do godz. 0.55**

22.50 POLSAT **Barry Seal: Król przemytu**
BIOGRAFICZNY Rok 1978. Pilot Barry Seal (Tom Cruise) zostaje zrekrutowany przez CIA. Zwraca swoimi działaniami uwagę członków kartelu z Medellín. Pablo Escobar proponuje mu współpracę.
Reż.: Doug Liman Wyst.: Domhnall Gleeson
USA/Kan. 2017 **HD 155 min ► do godz. 1.25**

22.55 TVP 2 **U Pana Boga za piecem**
KOMEDIA Marusia (Ira Łaczina) zostaje zatrzymana w przygranicznym miasteczku jako świadek napadu. Proboszcz umieszcza ją w domu organisty (Jan Wieczorkowski). Młodzi zakochują się w sobie.
Reż.: Jacek Bromski Wyst.: Andrzej Zaborski
Polska 1998 **HD 110 min ► do godz. 0.45**

Oznaczenia: P! Premiera w TV HD Program także w standardzie HD
egzemplarz nr 399h1972HD

filmowe hity

Meng monitoruje ryzyko erupcji. Próbuje ostrzec przed nadchodzącą katastrofą.

20.00 TVN 7

Góra w ogniu

THRILLER Rajską okolicę nawiedza potężny kataklizm. Przerażeni mieszkańcy desperacko walczą o życie.

HIT DNIA

Meng Li i jej ojciec przed laty ledwo uszli z życiem, kiedy doszło do potężnej erupcji. W katastrofie zginęła matka dziewczyny. Pomimo traumy związanej z tym wydarzeniem córka kontynuuje jej dzieło. Prowadzi badania dotyczące aktywnych wulkanów znajdujących się na rajskiej wyspie Tianhuo. Sejsmolożka pracuje pod okiem przedsiębiorcy Jacka, który buduje w okolicy kurort. Zgodnie z przewidywaniami dochodzi do potężnego wybuchu. Zaczyna się dramatyczna walka o przetrwanie. HD 120 min ▶ do godz. 22.00

Chiny 2019 **Reż.:** Simon West **Wyst.:** Hannah Quinlivan, Jason Isaacs, Shawn Dou, Bee Rogers, Alice Rietveld

sport

14.00 EUROSPORT 2

World Series w Chamonix

WSPINACZKA Przypomnienie ósmych zawodów w tegorocznym cyklu. W Chamonix rywalizacja toczyła się m.in. we wspinaczce na czas. W tej konkurencji dobre wyniki notuje w tym sezonie Aleksandra Kałucka, zwyciężczyni zawodów w Wujiang. HD 90 min ▶ do godz. 15.30

17.30 C+ SPORT 5

Championship League

SNOOKER LIVE Trwa rywalizacja w drugiej rundzie. Bierze w niej udział 32 zawodników podzielonych na 8 grup. W tym gronie są m.in. Gary Wilson, Zhang Anda, David Gilbert, Scott Donaldson i Jackson Page. 270 min ▶ do godz. 22.00

rozrywka

20.50 TVN

Bitwa o gości

REALITY SHOW Pałac Wąsowo zachwyca odnowionymi wnętrzami. W Dali Aparthotel w Koszalinie Patrycja i Sebastian stworzyli przestrzeń pełną surrealistycznej sztuki. Kolejna propozycja to rodzinne apartamenty Raj nad Jeziorem w Lubniewicach. HD 70 min ▶ do godz. 22.00

20.55 TVP 2

Postaw na milion

TELETURNIEJ Łukasz Nowicki zaprasza do zabawy uczestników, którzy występują jako duet. Mogą to być członkowie rodziny. Na wstępie dostają oni milion złotych. By go nie stracić, muszą poprawnie odpowiedzieć na osiem pytań. HD 55 min ▶ do godz. 21.50

22.00 TVN

Saga „Zmierzch": Zaćmienie

FANTASY Bella (Kristen Stewart) chce, aby ukochany przemienił ją w wampira. Na razie nie myśli o ślubie. Tymczasem do Forks docierają wieści o formowanej w Seattle armii wampirów.

Reż.: David Slade Wyst.: Robert Pattinson USA 2010 HD 150 min ▶ do godz. 0.30

22.00 TV PULS

Pocałunek smoka

SENSACYJNY Stróż prawa Liu Jian (Jet Li), prowadząc 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 115 min ▶ do godz. 23.55

19.00 C+ SPORT

Motor Lublin – Stal Gorzów

ŻUŻEL Retransmisja meczu jedenastej rundy Ekstraligi. Żużlowcy Motoru Lublin chcieli zrewanżować się Gorzowianom za porażkę 44:46 w maju, a przez to zwiększyć swoje szanse na awans do fazy play-off. HD 170 min ▶ do godz. 21.50

22.00 TVN 7

Bez kompleksów

LIFESTYLE Małgorzata Rozenek-Majdan poznaje Magdę, która schudła 72 kg. Sukces został okupiony wyrzeczeniami. Po utracie wagi twarz kobiety straciła młodzieńczy wygląd. Eksperci proponują lifting i leczenie stomatologiczne. HD 60 min ▶ do godz. 23.00

23.00 TVN 7

Stażyści

KOMEDIA Billy (Vince Vaughn) i Nick (Owen Wilson), bezrobotni kumple po czterdziestce, rozpoczynają staż w koncernie informatycznym. O posadę konkurują z młodszymi od siebie studentami nauk ścisłych.

Reż.: Shawn Levy Wyst.: Max Minghella USA 2013 HD 155 min ▶ do godz. 1.35

23.05 TV 4

Gniew Caina

SENSACYJNY Odsiadujący wyrok dożywocia Cain (Ving Rhames) próbuje chronić syna, Ricky'ego, który trafił do tego samego więzienia. Stara się załagodzić jego konflikt z innym gangsterem i nie dopuścić do zbrodni.

Reż.: Ryan Combs Wyst.: Nipsey Hussle USA 2010 HD 105 min ▶ do godz. 0.50

20.40 ELEVEN SPORTS 1

Grand Prix Wielkiej Brytanii

FORMUŁA 1 Powtórka wyścigu z 5 lipca. Po wygranej Lewisa Hamiltona w Montmeló i George'a Russella w Spielbergu brytyjscy kibice mieli nadzieję na to, że także na torze Silverstone ich rodak będzie najlepszy. HD 120 min ▶ do godz. 22.40

dokument

22.00 BBC BRIT

Elektryki: co przed Tobą ukrywają?

MOTORYZACJA Autorzy przybliżą kwestie, o których producenci aut elektrycznych mówią niechętnie. Analizują trwałość baterii oraz realne koszty ładowania i eksploatacji. HD 60 min ▶ do godz. 23.00

eprasa.pl 989b197d00

TVP 1 HD DVB-T2

5.00 Złoty chłopak (331) – serial obyczajowy, Turcja 2022
5.50 Akacjowa 38 (893) – telenowela, Hiszpania 2015
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.30 Studio Raban – mag.
8.00 Serwis Info – program inform.
8.10 Pogoda Info
8.20 Janosik (10): Wszyscy za jednego – serial przygodowy, Polska 1973
9.15 Ranczo 7 (80) – obycz., Pol. 2013
10.10 Komisarz Alex 7 (88) – serial kryminalny, Polska 2015
11.05 Ojciec Mateusz 16 (200): Idol – serial kryminalny, Polska 2016
12.00 Serwis Info – program inform.
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12.30 Agropogoda – program inform.
12.40 Rok w ogrodzie extra – mag.
12.55 BBC w Jedynce: Planeta Ziemia 3 (4) – dok., Wlk. Bryt.
14.00 Złoty chłopak (332) – serial obyczajowy, Turcja 2022
15.00 Serwis Info – program inform.
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1065) – teleturniej
16.00 Dziedzictwo (977) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Jaka to melodia? – telet. muz.
18.05 Reporterzy – mag. reporterów
18.25 Akacjowa 38 (910) – telenowela, Hiszpania 2015
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.
20.10 Sport, pogoda
20.30 Prokurator (10-ost.) – serial kryminalny, Polska 2015

TVP 2 HD DVB-T2

4.55 Rodzinka.pl (190): Aukcja marzeń – serial komediowy, Polska 2016
5.30 M jak miłość (1792) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 Rodzina (nie od) święta – magazyn religijny
6.55 Barwy szczęścia (3352) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.25 Okrasa łamie przepisy – magazyn kulinarny
12.00 Wyższa Szkoła Jazdy (6) – magazyn motoryzacyjny
12.35 Koło fortuny (1888) – teleturniej
13.15 Panna młoda (142) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 Va banque (1011) – teleturniej
14.35 Na sygnale (874) – serial fabularno-dokum., Polska 2026
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (431) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
16.00 Koło fortuny (1889) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (143) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Mukadder podejrzewa, że Beyza ją podtruwa. Coraz bardziej obawia się o swoje zdrowie. Derya donosi Cihanowi, że Hancer pracuje jako sprzątaczka. Napięcie narasta, gdy okazuje się, że Yonca zaraz urodzi. Nusret zaprasza Mukadder, by mogła poznać swojego wnuczka.
18.15 Va banque (1012) – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej

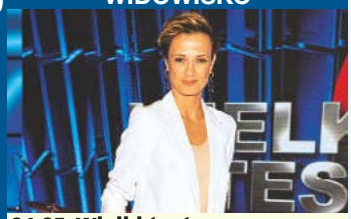
POLSAT HD DVB-T2

4.40 Disco Gramy
5.25 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.30 Malanowski i partnerzy (330, 331): Las duchów; Feralne wesele – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
9.30 Trudne sprawy (1259, 1260) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.35 Gliniarze (876, 877) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.40 Dlaczego ja? (1506, 1507) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Mateusz jest skłócony z matką, która nie akceptuje jego dziewczyny. Problem ten schodzi na drugi plan, gdy wróżka przepowiada mu śmierć w ciągu tygodnia. Przerażony mężczyzna popada niemal w paranoję. Pewnego dnia ukochana zostaje zaatakowana. Mateusz musi pokonać swoje obawy.
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.25 Interwencja – magazyn reporterów
16.40 Gliniarze (1073, 1074) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Kurier zostaje uprowadzony i zamordowany. Olgierd i Krystian podejrzewają, że zabójstwo może być powiązane z jego przeszłością, był on bowiem skazany za nieumyślne spowodowanie śmierci.
18.50 Wydarzenia
19.18 Gość „Wydarzeń" – program publicystyczny
19.30 Sport, pogoda

TVN HD DVB-T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1697) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (10): Wójtowo – Bistro Mateczka – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.20 Doradca smaku (26) – magazyn kulinarny
11.25 Kuchenne rewolucje (5): Mysłowice – La Farina – program rozrywkowy
12.35 Ukryta prawda (1479, 1480, 1726) – serial paradok., Polska
15.45 Detektywi (110) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
Kobieta i jej córka stają się ofiarami napadu. Rozpoznają jednego ze sprawców. Klientka uważa, że może on być zamieszany w zabójstwo jej siostry.
16.50 Szpital św. Anny (66) – serial obyczajowy, Polska 2025
Protest klimatyczny paraliżuje miasto. Jeden z aktywistów może stracić dłoń. Marta czuwa przy Tomku, licząc, że ten w końcu ją rozpozna.
17.55 Młode gliny (20) – serial kryminalny, Polska 2026
Policjanci reagują na zgłoszenie rozboju, którego ofiarą padł Grzegorz. Wkrótce poznają jego córkę, piętnastolatkę, która właśnie urodziła dziecko.
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów
20.15 Na Wspólnej (4244) – serial obyczajowy, Polska 2026

WIDOWISKO



21.25 Wielki test cyfrowej formy
Tematem przewodnim rywalizacji będzie bezpieczeństwo w sieci. Zaproszone do studia osoby ze świata show-biznesu oraz mediów sprawdzą swoją wiedzę o zagrożeniach, jakie czyhają na użytkowników internetu. Prowadzą Paulina Chylewska i Piotr Jędrzejak.

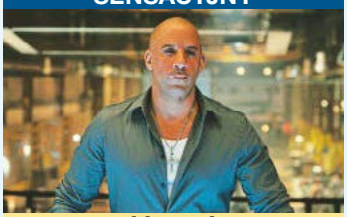
22.40 Świat bez fikcji: Wszystkie role Stanisława Barei – film dokumentalny, Polska 2021
23.45 Poradnik pozytywnego myślenia – komediodramat, USA 2012, reż. David O. Russell, wyk. Bradley Cooper, Jennifer Lawrence, Robert De Niro, Jacki Weaver, 130 min
1.55 Kolty siedmiu wspaniałych – western, USA 1969, reż. Paul Wendkos, wyk. George Kennedy, James Whitmore, Monte Markham, Reni Santoni, 110 min
3.45 Wykrywacz kłamstw – program publicystyczny
4.05 Pytanie dnia – program publicystyczny
4.25 Reporterzy – mag. reporterów
4.35 Zakończenie

OBYCZAJOWY

19.25 Barwy szczęścia (3352) – Polska 2026
Agata i Ignacy oglądają z Małgorzatą kolejne mieszkania. Pyrka odrzuca każdą ofertę. Natalia wspiera Dominikę i zapowiada apelację w sprawie Soni. Jerzy podczas sąsiedzkiego brydża ponownie spotyka Wandę.

20.05 Omnibus – szybcy i mądrzy (19) – teleturniej
20.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (19) – teleturniej
20.55 Postaw na milion – teleturniej
21.50 Na sygnale (867, 868) – serial fabularno-dokum., Polska 2026
22.55 U Pana Boga za piecem – komedia, Polska 1998, reż. Jacek Bromski, wyk. Ira Łaczina, Jan Wieczorkowski, Andrzej Zaborski, Krzysztof Dzierma, Anna Janowska, 110 min
0.45 Karol, władca Hiszpanii (6) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015
1.35 Nasz dom w górach (13) – serial obyczajowy, Niemcy 2021
2.30 Akacjowa 38 – telenowela, Hiszpania 2015
4.20 Zakończenie

SENSACYJNY



19.55 Megahit: Szybcy i wściekli 7 – USA/Chiny/Japonia 2015, 175 min
HIT DNIA
Dominic Toretto, Brian i pozostali miłośnicy wyścigów po ułaskawieniu wiodą zwyczajne życie w USA. Tymczasem Shaw, który chce pomścić krzywdę brata, bierze na celownik całą ekipę. Mistrzowie kierownicy łączą siły, by stanąć do konfrontacji.

22.50 Barry Seal: Król przemytu – film biograficzny, USA/Japonia/Kanada 2017, reż. Doug Liman, wyk. Tom Cruise, Domhnall Gleeson, Sarah Wright, Jesse Plemons, 155 min
Pilot Barry zostaje przyłapany na dostarczaniu broni przeciwnikom Fidela Castro. Po wyjściu z aresztu nawiązuje współpracę z kolumbijskim kartelem. Za każdy transport narkotyków otrzymuje ponad milion dolarów. W końcu zatrzymuje go CIA.
1.25 Kapitan Phillips – dramat biograficzny, USA 2013, reż. Paul Greengrass, wyk. Tom Hanks, Catherine Keener, Barkhad Abdi, Barkhad Abdirahman, 195 min

REALITY SHOW

20.50 Bitwa o gości (2)
Pałac Wąsowo zachwyca odnowionymi wnętrzami. W Dali Aparthotel w Koszalinie Patrycja i Sebastian stworzyli przestrzeń inspirowaną dziełami znanego surrealisty, Salvadora Dalego. Kolejna propozycja to rodzinne apartamenty Raj nad jeziorem w Lubniewicach – efekt wielkiego zaangażowania Bożeny oraz Damiana.

22.00 Saga „Zmierzch": Zaćmienie – film fantasy, USA 2010, reż. David Slade, wyk. Robert Pattinson, Kristen Stewart, Taylor Lautner, Bryce Dallas Howard, 150 min
0.30 Transformers: Zemsta Upadłych – film s.f., USA 2009, reż. Michael Bay, wyk. Shia LaBeouf, Megan Fox, Josh Duhamel, Tyrese Gibson, 185 min
3.35 Co za tydzień – magazyn kulturalny
4.15 Uwaga! – magazyn reporterów
4.35 Detektywi (110) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
5.25 Recepta na stary dom 3 (12) – program rozrywkowy

eprasa.pl 989b197d00

TVN 7 HD DVB-T2

5.25 Ten moment (56) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016

5.55 Szkoła (791-793) – serial paradokumentalny, Polska 2020

8.45 Ukryta prawda (1339, 1447, 1448) – serial paradokumentalny, Polska

11.50 W-11 – Wydział Śledczy (1102-1104): Romantyczna przesyłka – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013

13.55 Kryminalni (6) – serial kryminalny, Polska 2004

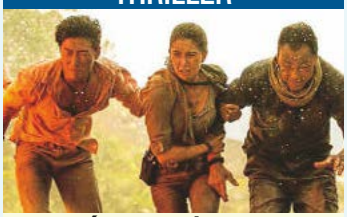
15.00 Szpital (784, 785) – serial paradokumentalny, Polska 2018

17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (507): Przygoda z AGD – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010

18.00 SOS Ekipy w akcji (19) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Policjanci odkrywają oryginalny pomysł ucznia na uniknięcie złej oceny ze sprawdzianu. Odpowiadają też na wezwanie pewnej samotnej matki. Poznają dramatyczne losy nastoletniej pasażerki auta, które uległo wypadkowi na leśnej drodze.

19.00 Ukryta prawda (1530) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Przed dziesięcioma laty zniknęła nastoletnia córka Eli, Zosia. W rocznicę tragedii matka wygłasza apel, że nadal czeka na jej powrót. Po kilku dniach otrzymuje wiadomość od zaginionej z prośbą o pieniądze. Policjanci usiłują ustalić, kto jest nadawcą.

THRILLER



20.00 Góra w ogniu
FILM – Chiny 2019, 120 min

Meng Li pracuje jako sejsmolożka. Kontynuuje dzieło zmarłej matki, prowadząc badania dotyczące aktywnych wulkanów na rajskiej wyspie Tianhuo. Nieoczekiwanie spokój okolicznych mieszkańców przerywa erupcja. Rozpoczyna się walka o życie.

22.00 Bez kompleksów (2) – program rozrywkowy
Magda schudła 72 kg. Tak duża utrata wagi sprawiła jednak, że twarz 28-latki straciła młodzieńczy wygląd. Kobietę czekają lifting i leczenie stomatologiczne.

23.00 Stażyści – komedia, USA 2013, reż. Shawn Levy, wyk. Vince Vaughn, Owen Wilson, Rose Byrne, Aasif Mandvi, 155 min
FILM

1.35 Legendy ringu – komedia, USA 2013, reż. Peter Segal, wyk. Robert De Niro, Sylvester Stallone, Kevin Hart, Alan Arkin, 130 min
FILM

3.45 Fachowcy (14) – serial paradokumentalny, Polska 2017

4.25 Usterka 11 (10) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019

TV PULS HD DVB-T2

6.00 Policjanci z Miami 3 (7, 8): Dziadek; Chemia ułatwia życie – serial kryminalny, USA 1986

8.00 Kobra – oddział specjalny (11, 1): Duchy przeszłości; Na wschód od Edenu, część 1 – serial sensacyjny, Niemcy

10.00 Maria z przedmieścia (57, 58) – telenowela, Meksyk 1995

12.00 Nie igraj z aniołem (115) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
Onelia informuje Juana Miguela o wyjściu Blanki ze szpitala. Rocio radzi bratu, by szukał jej u Marichuy. Przerażona dziewczyna razem z Cecilią uświadamiają sobie, że Blanca uprowadziła dziecko.

13.00 Wspaniałe stulecie (49) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013

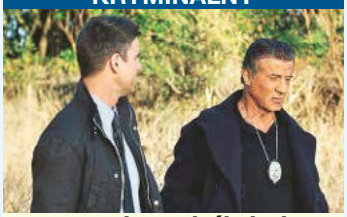
14.00 Kurierzy (34) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023

15.00 Lombard. Życie pod zastaw 11 (540, 541) – serial obyczajowy, Polska 2022

17.00 Kurierzy (35) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Rafał i Aneta to poszukiwacze skarbów. Zamówili wykrywacz metalu. Przesyłkę dostarcza Adam. Wraz z klientami dokonuje zaskakującego odkrycia.

18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (972, 973) – serial obyczajowy, Polska 2026
Stomatolożka Jowita postanawia dać drugą szansę niewiernemu narzeczonemu. Jego była kochanka oskarża ją o kradzież. Kopytko podczas sprzątania w lombardzie zaczyna tańczyć.

KRYMINALNY



20.00 Po własnych śladach
FILM – USA 2018, 120 min

Skok na bank kończy się zupełnym fiaskiem. Przywódca grupy Donovan Macdonald traci pamięć i zostaje umieszczony w zakładzie psychiatrycznym dla przestępców. Po kilku latach ucieka. Postanawia odnaleźć ukryte pieniądze. Najpierw jednak musi odzyskać wspomnienia. Jego śladem podąża detektyw Sykes.

22.00 Pocałunek smoka – dramat sensacyjny, USA/Francja 2001, reż. Chris Nahon, wyk. Jet Li, Bridget Fonda, Tchéky Karyo, Ric Young, 115 min
FILM

23.55 Krwawy biznes – film sensacyjny, Kanada 2015, reż. Ernie Barbarash, wyk. Jean-Claude Van Damme, John Ralston, Leonard Gonzales, Charlotte Peters, 130 min
FILM

2.05 Dzielnica strachu 9 (404): W pogoni za lepszym jutrem – serial kryminalny, Polska 2025

3.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (968) – serial obyczajowy, Polska 2026

4.00 Zobacz to! – pr. powtórkowe

PULS 2 HD DVB-T2

5.50 Ale numer! 20 (17) – pr. rozrywk.

6.20 Cosie-Ktosie (11) – serial anim.

6.30 Kajko i Kokosz 2 (11) – anim.

6.45 SamSam: Kosmiczne przygody (1) – anim., Fr./Belgia

7.00 Blaze i megamaszyny 6 (20) – serial animowany, USA 2020

7.30 Psi Patrol (25) – serial anim.

7.50 Superkoty (18) – serial anim.

8.30 Wielkie przygody małego rekina (11) – serial dla dzieci, Korea Południowa/USA 2020

8.50 Masza i Niedźwiedź 2 (25, 26) – serial animowany, Rosja 2014

9.20 Straszne historie Maszy (11) – serial animowany, Rosja 2016

9.25 Świnka Peppa 2 (5-7) – anim.

9.45 Bing (11, 12) – serial animowany

10.00 Jeżyk i Przyjaciele (12, 11) – serial animowany, Polska 2023

10.35 Spidey i superkumple 2 (47, 46) – serial anim., USA 2022

11.35 Gus. Mały – wielki rycerz (51, 52) – serial anim., Fr. 2021

12.00 Psi Patrol 8 (23) – serial anim.

12.35 Marta mówi (18) – serial anim.

13.00 Smerfy (179, 178) – serial anim.

14.00 Monster High (16, 17) – anim.

15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2 (28, 29) – anim., Fr./Jap./Korea Południowa 2017

16.00 Fineasz i Ferb 2 (12, 13) – serial animowany, USA 2007-2011

17.00 Smerfy (180, 181) – serial anim.

18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2 (33, 34) – serial animowany, USA

19.00 Kacze opowieści (6, 8) – serial animowany, USA 1987

20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (960) – serial obyczajowy, Polska 2026

KRYMINALNY

21.00 Dzielnica strachu 10 (442, 443): Zabawa w znikanie; Nigdzie – Polska 2025

Nastolatkowie uciekają z domu, by zwrócić na siebie uwagę rodziców. Niewinna zabawa zamienia się w walkę o życie, gdy na oczach rodzeństwa dochodzi do zbrodni. Andrzej i Agata poszukują uprowadzonej dziewczyny.

23.00 Wstydliwe choroby 7 (3) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2013

0.00 Wstydliwe choroby 5 (1) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2011

1.00 Dzielnica strachu 10 (438): Chwila przed spaleniem – serial kryminalny, Polska 2025

2.00 Lombard. Życie pod zastaw 12 (643) – serial obyczajowy, Polska 2023

3.00 Lombard. Życie pod zastaw 5 (201) – serial obyczajowy, Polska 2019

3.55 Niesamowite! (7, 10) – serial dokumentalny, Polska 2014

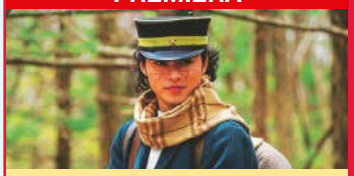
5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (507) – serial obyczajowy, Polska 2022

NETFLIX

WIADOMOŚCI DLA ISABELLE

Po śmierci siostry Jill (Zoey Deutch) zaczyna nagrywać na jej pocztę głosową wiadomości, w których opowiada o swoim życiu. Z czasem numer zostaje przydzielony nowemu właścicielowi, a nagrania trafiają do agenta nieruchomości z Austin. Mężczyzna stopniowo daje się wciągnąć w historię nieznajomej.
▶kom. romant., USA 2026; 118 min

PREMIERA



GORUDEN KAMUI: ATAK NA WIĘZIENIE ABASHIRI

W trakcie rywalizacji o skarb Ajnów Asirpa i Sugimoto (Kento Yamazaki) kierują się do więzienia w Abashiri. To właśnie tam przetrzymywany jest Noppera-Bo – człowiek, który zna tajemnicę złota. Może też wyjawić prawdę o ojcu Saichi, której ta od dawna poszukuje.
▶film przyg., Japonia 2026; 122 min

SALVADOR

Kierowca karetki (Luis Tosar) spieszy na pomoc poszkodowanym w zamieszkach wywołanych przez kibiców dwóch rywalizujących klubów piłkarskich. Wśród rannych jest jego córka. Okazuje się, że należy ona do grupy propagującej rasizm i homofobię. Ojciec próbuje zrozumieć motywy jej postępowania.
▶sens. (8 odc.), Hiszpania 2026

PRAWO LIDII POËT 3

W 1887 roku Enrico (Pier Luigi Pasino) zostaje posłem i przedstawia w parlamencie projekt ustawy Lidii (Matilda De Angelis). Tymczasem Fourneau prowadzi głośną sprawę Grazii Fontany, przyjaciółki Poët, oskarżonej o zabójstwo męża. Lidia i ambitny prokurator stają po przeciwnych stronach barykady.
▶biograf. (6 odc.), Włochy 2026

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11** (2, 3) – krym., USA/Kanada
7.30 **Ostry dyżur** (7, 8) – serial obyczajowy
9.25 **Castle 3** (7, 8) – serial kryminalny, USA 2010
11.20 **MacGyver 3** (3, 4) – serial akcji, USA 2018-2019
13.10 **Dowody zbrodni** (9, 10) – serial kryminalny, USA 2003
15.10 **Agenci NCIS: Hawaje** (4, 5) – serial kryminalny, USA 2021
17.10 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4** (4, 5) – krym., USA/Kan.
19.05 **Castle 3** (9, 10) – serial kryminalny

20

KRYMINALNY

21.05 **FBI: International 4** (13) – USA 2024-2025

Biznesmen James Reed ginie zastrzelony w Bratysławie. Fly Team bada interesy zamordowanego. Podejrzenie pada na jego wspólnika.

22.00 **FBI: Most Wanted 4** (16) – serial kryminalny
22.55 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4** (4, 5) – serial krym.
0.45 **Castle 3** (9, 10) – serial kryminalny
2.40 **FBI: International 4** (13) – serial kryminalny
3.30 **FBI: Most Wanted 4** (16) – serial kryminalny

TVP SERIALE

5.25 **Rodzinka.pl** (104, 105) – kom., Pol.
6.30 **Na sygnale** (487, 488)
7.35 **Ojciec Mateusz 3** (37) – krym., Pol. 2010
8.30 **Komisarz Alex 2** (26)
9.25 **Rodzinka.pl** (106)
10.00 **Klan** (1453, 1454)
10.50 **Ranczo 8** (104)
11.45 **Ranczo 9** (105)
12.35 **Komisarz Alex 3** (27)
13.30 **Ojciec Mateusz 30** (388, 389) – krym., Pol.
15.30 **Komisarz Alex 3** (28)
16.20 **Na sygnale** (489, 490) – serial fab.-dokum.
17.30 **Ranczo 9** (106, 107) – serial obycz., Polska
19.30 **Ojciec Mateusz 30** (390) – krym., Pol. 2023
20.30 **Ojciec Mateusz 3** (38) – krym., Pol. 2010

OBYCZAJOWY

21.30 **Ranczo 9** (108, 109) – Polska 2015

Członkowie Polskiej Partii Uczciwości czują się coraz pewniej w parlamencie. Kozioł i jego współpracownicy rozpoczynają pracę nad zawiązaniem koalicji.

23.25 **Ojciec Mateusz 30** (391) – krym., Pol. 2023
0.20 **U Pana Boga w Królowym Moście** (6) – obycz.
1.20 **Londyńczycy** (1, 2) – serial obycz., Polska
3.15 **Stulecie Winnych** (8)
4.05 **Klan** (1453) – telen.
4.30 **Pan Mama** (26)

TVP KULTURA HD

10.10 **Chce się żyć** – dramat obyczajowy, Polska 2013, 115 min
12.05 **Mel Gibson, portret ekscentryka** – film dokum., Fr./Bel. 2021
13.10 **Niespotykanie spokojny człowiek** – komedia obyczajowa, Polska 1975, 65 min
14.15 **Kosmos 1999** (11)
15.20 **Miss Potter** – dramat biograf., USA/Wielka Brytania 2006, 100 min
17.00 **Szaleństwa panny Ewy** (2) – film obycz., Polska 1984, 70 min
18.10 **Dźwięk Nowego Jorku** (7) – serial dok.
18.55 **Rawhide** (6) – przyg.
20.00 **Angol** – dramat krym., USA 1999, 100 min

THRILLER

21.40 **Kino mocnych wrażeń: Nitram** – Australia 2021, 120 min

Australia, lata 90. Niedopasowany społecznie Martin zaprzyjaźnia się z ekscentryczką. Gdy kobieta ginie, narastająca w chłopaku frustracja prowadzi do tragedii.

23.40 **Sibelius. Siedem symfonii** – serial dok.
0.50 **Kulturalni** (26) – mag.
1.45 **Lucie Aubrac** – dramat wojenny, Francja 1997, 130 min
3.55 **Podróże z historią** (48) – serial dokum.

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry** (1) – serial dok., Pol. 2017
7.00 **Wolna krowa** – film krótkometraż.
7.45 **Fuks** – komedia sens., Polska 1999, 110 min
9.35 **Mother Dear** – film krótkometraż.
10.00 **Patience** (5, 6-ost.) – serial kryminalny
12.05 **Vera 7** (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
14.00 **Między światami** – dramat psychologiczny, USA 2010, 125 min
16.05 **Pod Starym Dębem** – dram. obycz., Bel./Francja/Wielka Brytania 2023, 130 min
18.15 **Vera 7** (2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

THRILLER

20.10 **Ocalona** – Wlk. Bryt./USA 2015, 120 min

Londyn. Kate jest świadkiem zamachu bombowego. Cudem udaje jej się uniknąć śmierci. Policja znajduje ślady, które sprawiają, że staje się ona podejrzaną.

22.10 **Niebo Montany** – film obyczajowy, USA 2007, 125 min
0.15 **Suburbicon** – kom. krym., Wlk. Bryt./USA/Chiny 2017, 115 min
2.10 **Furioza** (1) – sens.
2.55 **Sweat** – dram. obycz., Pol. 2020, 105 min
4.40 **Być kimś**

CANAL+ PREMIUM HD

9.05 **Nadzieja** – dramat sensacyjny, Polska/Niemcy 2006, 100 min
10.45 **Listy do Julii** – komedia romant., USA 2010, 105 min
12.30 **MTV Unplugged: Maryla Rodowicz**
13.50 **The Office PL 5** (1, 2)
14.45 **Fukushima: atomowy koszmar** – dok., Wlk. Bryt. 2026
16.15 **Mój jedyny wróg**
16.35 **Morderstwo w ambasadzie** – film kryminalny, Wielka Brytania 2025, 85 min
18.00 **Łapu capu** – pr. rozr.
18.05 **Tożsamość Bourne'a** – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, 115 min

DRAMAT SENSACYJNY

20.00 **Polowanie** – USA 2025, 105 min

Samotnik Bowdrie mieszka z córką Tag w lasach Oklahomy, stroniąc od cywilizacji. Ich spokój burzy przygarnięcie rannej, ściganej przez bandytów kobiety.

21.45 **Battleship: Bitwa o Ziemię** – film s.f., USA/Japonia 2012, reż. Peter Berg, wyk. Taylor Kitsch, 130 min
23.55 **Kukułka** – thriller, Niemcy/USA 2024, reż. Tilman Singer, wyk. Hunter Schafer, Jan Bluthardt, 100 min

HBO HD

8.15 **Władca Pierścieni: Dwie wieże** – film fantasy, USA/Nowa Zelandia/Niemcy 2002, 175 min
11.10 **Karate Kid: Legendy** – film przygodowy, USA/Kan. 2025, 95 min
12.45 **Pan Aznavour** – dramat biograficzny, Francja 2024, 130 min
14.55 **Felek i Tola ratują las** – film anim., Hol./Belgia/Luksemburg 2024, 75 min
16.10 **Marsjanin** – film s.f., USA/Wielka Brytania/Jordania 2015, 140 min
18.30 **The Last Showgirl** – dramat obyczajowy, USA 2024, 90 min
20.00 **Ród smoka 3** (4)

KOMEDIOWY

21.00 **Miniaturowa żona** (4) – USA 2026

Zachowanie Lindy staje się coraz bardziej niepokojące i trudne do przewidzenia. Tymczasem Les wciąż nie ma pojęcia, jak przywrócić żonie dawny rozmiar.

21.45 **Księgowy 2** – thriller, USA 2025, reż. Gavin O'Connor, 130 min
23.55 **Złoto** – film sens., Australia 2022, 95 min
1.30 **Enigma** – film dokum., USA 2025
3.00 **The Last Showgirl** – dramat obyczajowy, USA 2024, 90 min

AXN WHITE

8.10 **Szpital nadziei 4** (10)
9.05 **Blondynka 3** (8, 9)
11.10 **Agenci NCIS 20** (16-18)
14.05 **Szpital nadziei 4** (11)
15.05 **Domek na święta** – film obyczajowy, USA/Kanada 2019, 115 min
17.00 **Świąteczne tarapaty** – komedia romantyczna, USA 2021, 120 min
19.00 **Dr House 3** (11) – obycz.
20.00 **Dowody zbrodni 2** (13, 14) – serial kryminalny
22.00 **Rekrut** (6) – serial krym.
23.00 **Agenci NCIS 20** (16-18)
1.40 **Dowody zbrodni 2** (13, 14) – serial kryminalny
3.25 **Zaklinacze koni 2** (16, 17)

AXN BLACK

9.45 **Gwiezdne wrota 4** (9-11)
12.45 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4** (11) – sens., USA
13.45 **Renegat 5** (14) – sens.
14.45 **Drużyna A 3** (3) – sens.
15.50 **Nieustraszony** (18)
16.55 **Zagadki z przeszłości 2** (7) – przyg., Fr./Niemcy/Kan.
17.55 **Gwiezdne wrota 4** (12-14) – s.f., USA/Kan. 2000
21.00 **Men in Black: International** – kom. s.f., Chiny/USA 2019, 135 min
23.15 **S.W.A.T.: Oblężenie** – film sensacyjny, 2017, 105 min
1.00 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4** (11) – sens., USA
2.00 **Nieustraszony** (18)

WARNER TV

8.25 **Teraz albo nigdy!** (11)
9.25 **Bajer z Bel-Air 5** (10, 11)
10.25 **Prawo Agaty 3** (3)
11.25 **Pełna chata 8** (13, 14)
12.30 **Teraz albo nigdy!** (12, 13)
14.30 **Bajer z Bel-Air 5** (10-13)
16.30 **Pełna chata 8** (13-16)
18.35 **Godziny szczytu 2** – kom. sens., USA 2001, 105 min
20.20 **Godziny szczytu 3** – komedia sensacyjna, USA/Niemcy 2007, 100 min
22.00 **Firewall** – thriller, USA/Australia 2006, 125 min
0.05 **Czerwona Planeta** – film s.f., 2000, 125 min
2.10 **Stacja zachód** – western, USA 1948, 95 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Kabaretowa Ekstraklasa** (132) – rozr.
6.05 **Gliniarze** (166-168) – serial paradokumentalny, Pol.
9.05 **Cobra Kai** (37-41) – przyg.
12.55 **Kowalscy kontra Kowalscy** (13-16) – obycz.
14.55 **Świat według Kiepskich** (393-396) – kom., Pol. 2012
16.55 **Columbo** (9, 18) – krym.
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (140) – serial krym., USA/Kanada
21.55 **Malanowski i partnerzy** (636-639) – serial fab.-dok.
23.55 **Ślad** (51-53) – serial krym.
2.55 **Święty** (214, 215) – kom.
4.00 **48h. Zaginieni** (111, 112)

CANAL+ FILM HD

6.15 **Pan Tadeusz** – kostium., Pol./Francja 1999, 150 min
8.45 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
9.00 **Dumna królewna** – film anim., 2024, 80 min
10.20 **Balony** – film krótkometr.
10.50 **Kawałek po kawałku** – film anim., 2024, 95 min
12.25 **Piękna łąka kwietna**
12.55 **Zgred** – dramat obycz., Polska 2025, 85 min
14.20 **Mamma Mia! Here We Go Again** – komedia muz., USA/Wielka Brytania/Chiny 2018, 110 min
16.10 **L.A.R.P. Miłość, trolle i inne questy** – komedia, Polska 2025, 90 min
17.40 **Premierowa jazda** – mag.
17.55 **Ultimatum Bourne'a** – film sensacyjny, USA/Niemcy 2007, 110 min
19.45 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Barry Seal: Król przemytu** – biograf., USA/Japonia/Kan. 2017, 110 min
21.50 **Emilia Perez** – komedia muzyczna, Francja/USA/Meksyk 2024, 130 min
0.00 **21 gramów** – dramat obyczajowy, 2003, 115 min
1.55 **Utrata równowagi** – dramat psychologiczny, Polska 2024, 95 min
3.30 **Franz Kafka** – dramat biograficzny, 2025, 125 min
5.35 **Pierwszy taniec w chmurach**

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Planeta Singli. Osiem historii** (2) – serial komediowy, Polska 2021
10.45 **Making of CANAL+** – magazyn filmowy
10.55 **Naruto 3** (12-14) – serial anime, Japonia 2003-2004
12.25 **The Office PL 5** (10-12) – serial komediowy, Polska
14.00 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy
14.30 **Naruto 3** (9-11) – serial anime, Japonia 2003-2004
16.00 **Łapu capu** – program rozrywkowy
16.20 **Wszystkie kolory świata 4** (3, 8) – serial dokumentalny, Fr. 2023
18.15 **13 posterunek 2** (7-9) – serial komediowy, Polska
20.00 **Czarownice Mayfair** (1, 2) – serial fantasy, USA
21.50 **Making of CANAL+** – magazyn filmowy
22.00 **El Inmortal. Gangi Madrytu 2** (5, 6) – serial sensacyjny, Hiszpania 2024
23.50 **Kruk. Szepty słychać po zmroku** (3, 4) – serial kryminalny, Polska 2018
1.45 **Twardzielki** (8) – serial dokumentalny, Polska 2019
2.15 **Żmijowisko** (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2019
4.00 **Byłem królem** – serial dokum., Polska 2022-2025
5.00 **Miasta rytm** (11) – serial dokumentalny, Polska 2020

CANAL+ 360 HD

8.05 **Porzucone konstrukcje** (9) – serial dok., Wlk. Bryt.
9.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (5) – serial dok., Niem. 2023
10.05 **Co poszło nie tak** (4)
11.05 **Stalowe bestie z demobilu** (9) – dok.
12.55 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (6) – serial dok., Niem. 2023
13.55 **Wykrywacz historii 5** (1)
15.00 **Grip – w świecie supersamochodów** (8)
16.00 **Supersamoloty bojowe 11** (7) – serial dok.
16.55 **Zholowani: ciężarówki w opałach 9** (5) – dok.
17.55 **Porzucone konstrukcje** (10) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.50 **Wykrywacz historii 4** (5)
19.50 **Zholowani: ciężarówki w opałach 9** (6) – dok.
20.50 **Co poszło nie tak 2** (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 2021
21.50 **Speedshop: warsztat marzeń** (2) – serial dokum.
23.05 **Supersamoloty bojowe 11** (5) – serial dok.
0.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2** (4) – serial dok., Niem. 2014
1.00 **Projekt Fighter** (2)
2.05 **Jeremy** (4) – serial dokum.
2.40 **Czarna domena** (4) – dok.

HBO 2 HD

14.20 **Pewny kandydat. Jak nie zostać prezydentem** – dramat biograficzny, Kanada/USA 2018, 110 min
16.10 **Do diabła z miłością** – komedia romantyczna, USA/Niemcy 2003, 100 min
17.50 **Bezmiar** – dramat obycz., Wł./Francja 2022, 100 min
19.30 **Lombard** – dramat obyczajowy, 2024, 90 min
21.00 **Joe Baby** – thriller, USA 2024, reż. Steven Brand, wyk. Ron Perlman, 85 min
22.25 **Abigail** – horror, USA/Irlandia 2024, 105 min
0.10 **28 dni później** – horror, 2002, 110 min

HBO 3 HD

13.15 **Angry Birds 2: Film** – film animowany, 2019, 95 min
14.50 **Świąteczna afera w North Pole** – komedia, USA 2021, 85 min
16.15 **Kosmiczny Jet: Obóz Kosmiczny** – film animowany, 2023, 85 min
17.40 **Romans pachnący drewnem** – komedia romantyczna, 2024, 85 min
19.05 **Ktoś, gdzieś 3** (1, 2)
20.05 **Rzym 2** (3) – serial hist.
21.00 **Ród smoka 3** (4) – fantasy
22.00 **Miniaturowa żona** (4)
22.45 **To: Witajcie w Derry** (1)
23.40 **Elizjum** – dramat s.f., USA 2013, 110 min

eprasa.pl 989b197d00

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (148) – serial dok., Pol.
6.35 **Górale** (1, 2) – dok.
7.30 **Doktor Martin** (37) – serial obyczajowy
8.30 **Przyjaciółki** (137, 138) – obycz., Pol.
10.25 **Świat według Kiepskich** (175, 176, 85, 86, 161, 162) – serial kom., Polska
13.45 FILM **Jak rozpętałem II wojnę światową** (1/3) – komedia, Polska 1969, 110 min
15.35 FILM **2012** – film katastroficzny, USA/Kanada 2009, 190 min
18.45 FILM **Niezniszczalny** – thriller, USA 2000, 135 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Tata ma plan 2** (19, 20) – serial komediowy, USA 2017
7.00 **Dwóch i pół 5** (19) – serial komediowy, USA 2007-2008
7.25 **Dwóch i pół 6** (1-3) – serial komediowy, USA 2008-2009
8.55 **Przyjaciele 8** (1-6) – serial komediowy, USA 2001-2002
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 7** (17-22) – serial komediowy, USA 2013-2014
14.30 **Dwóch i pół 6** (4-7) – serial komediowy, USA 2008-2009
16.30 **Przyjaciele 8** (7-12) – serial komediowy, USA 2001-2002

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (785) – serial paradokum.
6.00 **Filmowe duety** (2)
6.30 **Numerek z Dorotą**
6.45 **Zakochani po uszy** (95, 96) – telen., Polska
7.45 **Detektywi** (89-92) – serial fab.-dok., Pol.
9.50 **Prawo Agaty 4** (2) – serial obycz., Polska
10.55 **Szpital św. Anny** (72) – serial obycz., Polska
11.55 **Miłość czy pomyłka?** (41, 42)
13.55 **Prawo Agaty 4** (1)
14.55 **Detektywi** – fab.-dok.
16.00 **Magia kina** (2) – kult.
16.30 FILM **Ocean's Thirteen** – komedia sensacyjna, USA 2007, 150 min
19.00 **Szpital św. Anny** (73) – serial obycz., Polska

13 ULICA

6.00 **Blanca 3** (9, 10) – serial kryminalny, Włochy 2025
8.20 FILM **Morderstwo w Wandei** – film kryminalny, Francja 2023, reż. Christophe Lamotte, wyk. Léonie Simaga, 115 min
10.15 **Mentalista** (17-20) – serial kryminalny
13.55 **Blanca 3** (11, 12) – serial kryminalny, Wł.
16.15 FILM **Morderstwo w Amboise** – film kryminalny, Francja/Belgia 2022, 125 min
18.20 **Mentalista** (21-23) – serial krym., USA
21.05 **Mentalista 2** (1) – serial kryminalny, USA 2009

KINO POLSKA

6.00 **Zwierzęta Wajraka 3** (9, 10)
6.55 **Polska Kronika Filmowa** – serial dok.
7.20 **Przygody Myszki** (3, 4) – serial anim.
7.50 **Reksio** (45, 46, 2)
8.20 **Stawiam na Tolka Banana** (3, 4) – obycz.
10.00 **To nie ze mną** (9, 10) – serial obyczajowy
11.25 FILM **Skradziona kolekcja** – komedia krym., 1979, 100 min
13.05 FILM **Trędowata** – melodramat, 1976, 125 min
15.10 FILM **Komedia małżeńska** – komedia obyczajowa, 1993, 125 min
17.15 **Stawka większa niż życie** (2, 3) – wojenny

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Kabaretowe hity** (2)
6.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
7.50 **Robert Makłowicz** (118, 134) – mag. kulin.
9.40 **Zagadki kryminalne panny Fisher** (9) – serial krym., Australia
10.55 **Górski lekarz** (8) – serial obycz., Niemcy
13.00 **Zagadki kryminalne panny Fisher** (10)
14.00 **Katastrofy w przestworzach** (2, 9) – serial dok., Kan.
17.00 **MacGyver 4** (10) – sens., USA/Kan. 1989
18.00 **Wojny magazynowe: Kanada** (10, 11)
19.10 **Aukcja w ciemno 2** (10, 11) – serial dokum.

SENSACYJNY

21.00 FILM **Głębia strachu** – USA 2020, 115 min

Norah i inni naukowcy ze zniszczonej oceanicznej stacji badawczej muszą stawić czoło nieznanemu drapieżnikowi.

22.55 FILM **Jaś i Małgosia: Łowcy czarownic** – film fantasy, Niemcy/USA 2013, wyk. Jeremy Renner, Gemma Arterton, 115 min
0.50 **Gliniarze** (349, 350) – serial paradokum.
2.50 **Fala zbrodni** (78, 79) – serial sens., Pol. 2006
4.40 **Na ratunek 112** (867, 868) – paradok.

FANTASY

19.30 **Duchy** (5, 6) – USA/Wielka Brytania 2021

Dzieci z sąsiedztwa, jak co roku w Halloween, obrzucają teren posiadłości jajkami oraz papierem toaletowym. Duchy ruszają więc na pomoc Sam i Jay'owi.

20.30 **Teoria wielkiego podrywu 7** (23, 24)
21.30 **Teoria wielkiego podrywu 8** (1) – kom.
22.00 **The Office PL 4** (1, 2)
23.05 **Comedy Club 6** (11, 12) – pr. rozrywk.
0.05 **Miasteczko South Park 2** (17, 18)
1.00 **Pracoholicy 3** (17, 18)

KOMEDIA SENSACYJNA

20.00 FILM **Gliniarz z Beverly Hills** – USA 1984, 145 min

Policjant z Detroit, Axel Foley, jedzie do Los Angeles, by wyjaśnić okoliczności śmierci przyjaciela. Chociaż nie jest w mieście mile widziany, nie rezygnuje ze śledztwa.

22.25 FILM **Morze śmierci** – thriller, USA 2024, reż. Phil Volken, wyk. Isabel Gravitt, 95 min
0.00 FILM **Włoskie wakacje** – komedia, Wlk. Bryt./Wł. 2020, 115 min
1.55 **Po pierwsze kino 3** (5) – program rozrywk.

KRYMINALNY

22.00 **Bellefond** (2) – Francja 2022

Bellefond broni nauczyciela oskarżonego o gwałt na uczennicy. Jeśli mężczyzna jest niewinny, prawdziwy sprawca wciąż pozostaje na wolności.

0.00 **Niewidomy detektyw** (5) – serial kryminalny, Austria/Niemcy 2021
1.55 FILM **Morderstwo w Amboise** – film kryminalny, Francja/Belgia 2022, 125 min
4.00 **Blanca 3** (11, 12) – serial kryminalny, Wł.

OBYCZAJOWY

20.00 FILM **Mniejsze zło** – 2009, 150 min

Student Kamil chce być pisarzem, brakuje mu jednak talentu. Kradnie zapiski pacjenta szpitala psychiatrycznego i wydaje je jako swoją powieść. Zyskuje sławę.

22.30 FILM **7 uczuć** – komediodramat, 2018, 145 min
0.55 FILM **Obudź się** – dramat obycz., 2022, 110 min
2.45 FILM **Game Over** – dramat obycz., 2024, 115 min
4.40 **Najpiękniejsze fajerwerki ever**
5.25 **Wagary**

SENSACYJNY

20.00 FILM **Ninja: Cień łzy** – Tajlandia/USA 2013, 120 min

Casey, mistrz ninjutsu, jest szczęśliwym mężem Namiko. Pewnej tragicznej nocy jego ukochana ginie z rąk nieznanych sprawców. Wdowiec rozpoczyna śledztwo.

22.00 FILM **Podły, okrutny, zły** – film biograficzny, USA 2019, 145 min
0.25 FILM **Karma** – thriller, USA 2015, reż. Diane Bell, 120 min
2.25 FILM **Ziemia obiecana** – dramat obyczajowy, Polska 1974, 215 min

CINEMAX HD

15.35 FILM **Moje słońce** – film obycz., Jap./Fr. 2024, 90 min
17.05 FILM **Gorzkie złoto** – western, Chile/Niemcy/Urugwaj 2024, 90 min
18.35 FILM **Piękna rola** – komediodramat, Francja 2024, 85 min
20.00 P! FILM **Deszcze nad klubem Babel** – komediodramat, Kolumbia/USA/Hiszpania 2025, 110 min
21.50 FILM **Tamte dni, tamte noce** – melodramat, Wł./Francja/Brazylia 2017, 130 min
0.00 FILM **Ciało i dusza** – dramat psycholog., 2023, 125 min
2.05 **Starfuckers**

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 **Święty** (41, 42) – kom., Pol.
14.25 **Spadkobiercy 4** (6) – rozr.
15.25 **Co ludzie powiedzą? 5** (8) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 **Jedną nogą w grobie 3** (5) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 **Czarna Żmija 4** (5) – kom.
17.35 **Bob kocha Abishołę 3** (7-9) – kom., USA 2021-2022
19.00 **Dwóch i pół 5** (19) – kom.
19.30 **Dwóch i pół 6** (1-3) – kom.
21.00 **Świat według Kiepskich** (2-4) – serial kom., Pol. 2010
22.30 **Co ludzie powiedzą? 5** (9) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 **Jedną nogą w grobie 3** (6) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 **Czarna Żmija 4** (6) – kom.

SCI FI

8.00 **SurrealEstate 3** (1, 2)
10.00 **Kroniki Shannary 2** (9, 10) – serial fantasy, USA
11.50 **Zagubiona tożsamość 2** (16, 17) – serial s.f., Kanada
13.40 FILM **Biała otchłań** – film sensacyjny, 2025, 110 min
15.30 **Medium** (1, 2) – krym., USA
17.20 **Zagubiona tożsamość 2** (18, 19) – serial s.f., Kanada
19.10 FILM **Pojedynek monstrów** – horror, USA 2024, reż. Jose Prendes, 110 min
21.00 FILM **Linia życia** – horror s.f., USA/Kanada 2017, 135 min
23.15 FILM **Szkoła czarownic: Dziedzictwo** – dramat fantasy, 2020, 115 min

FX HD

9.00 **Z archiwum X 2** (23) – s.f.
10.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (18, 19) – krym.
11.50 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (7, 8)
13.45 **Agenci NCIS 10** (11, 12)
15.35 **Skymed 2** (8) – obycz.
16.30 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (20, 21) – krym.
18.20 **Z archiwum X 2** (24) – s.f.
19.15 **FBI 3** (12) – serial krym.
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (9, 10)
22.00 **Tropiciel** (22) – serial krym.
22.55 **Z archiwum X 2** (24) – s.f.
23.55 FILM **Twierdza** – thriller, USA 1996, 155 min
2.30 **9-1-1** (18) – serial obycz.

FILMBOX+ ONE HD

9.50 FILM **Panna Marple: Zatrute pióro** – film kryminalny, USA 2006, 125 min
11.55 **Zagadki kryminalne panny Fisher** (5) – krym.
13.05 **Panna Scarlet i komisarz 3** (5) – krym.
14.15 **Poirot** (3) – serial krym.
16.40 **Strażnik Teksasu 2** (3, 4) – serial sensacyjny, USA
18.55 **Poirot** (2) – serial krym.
20.00 FILM **Wściekły pies** – film sensacyjny, 2017, 120 min
22.00 FILM **Dziedzictwo. Hereditary** – horror, USA 2018, 170 min
0.50 FILM **The Lodgers. Przeklęci** – horror, Irlandia 2017, reż. Brian O'Malley, 125 min

ROMANCE TV HD

8.40 **Górski lekarz** (148, 149)
10.30 **Diagnoza Betty** (161, 162)
12.25 FILM **Inga Lindström: Weekend w Söderholm** – film obycz., 2007, 115 min
14.20 FILM **Dr Nice – Stare rany** – komediodramat, Niemcy 2023, 115 min
16.15 FILM **Statek marzeń – Bahamy** – film obycz., Niemcy 2023, 110 min
18.05 **Górski lekarz** (150, 151)
20.00 FILM **Rodzina uszczęśliwia** – komedia, Niemcy 2011, 115 min
21.55 FILM **Bella Australia** – komedia, Niemcy 2012, 115 min
23.50 **Górski lekarz** (150, 151)

CINEMAX 2 HD

13.20 FILM **Wróbel w kominie** – film obyczajowy, 2024, 115 min
15.15 FILM **Najsłodszy prezent** – komediodramat, Dania 2022, 100 min
16.55 FILM **Moja noc** – film obycz., Francja/Bel. 2021, 90 min
18.25 FILM **Trzy rodziny** (1/2, 2-ost.) – thriller, Wielka Brytania 2021, 125 min
20.30 FILM **Nie mów do mnie mamo** – film obyczajowy, Norwegia 2025, 105 min
22.15 **Portland Tower** (1-3)
0.35 FILM **8** – film obyczajowy, Hiszpania 2025, 125 min
2.40 FILM **Mozzarella** – film obycz., Włochy 2024, 90 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

9.05 **Poirot 5** (7, 8) – serial krym.
11.20 **Zatraceni w miłości** (39, 40) – telen., Turcja 2023
13.20 **Agenci NCIS 16** (1, 2) – serial sensacyjny, USA
15.10 **Lekarze na start** (39, 40)
16.40 **Poirot 3** (1, 2) – serial krym.
18.55 **Zatraceni w miłości** (41, 42) – telen., Turcja 2023
21.00 **Projekt Błękitna Księga** (8) – serial s.f., Kanada/USA
21.55 **Sprawy pana Booka** (3)
23.00 **Zatraceni w miłości** (41, 42) – telen., Turcja 2023
1.10 **Projekt Błękitna Księga** (8) – serial s.f., Kanada/USA
1.50 **Sprawy pana Booka** (3)
2.45 **Lekarze na start** (39, 40)

NOVELAS+ HD

10.00 **Cud miłości** (33) – telen.
11.00 **Otchłań namiętności** (118) – telen., Meksyk 2012
12.00 **Za wszelką cenę** (88)
13.00 **Róże i grzechy** (17)
14.00 **Historia Juany** (45, 46)
16.00 **Róże i grzechy** (18)
17.00 **Za wszelką cenę** (89)
18.00 **Otchłań namiętności** (119) – telen., Meksyk 2012
19.00 **Macocha** (28) – telenowela
20.00 **Cud miłości** (34) – telen.
21.00 **Historia Juany** (46)
22.00 **Róże i grzechy** (18)
23.00 **Za wszelką cenę** (89)
0.00 **Otchłań namiętności** (119) – telen., Meksyk 2012
1.00 **Macocha** (28) – telenowela

FX COMEDY HD

10.10 **Diabli nadali 9** (1-4)
12.00 **Jim wie lepiej 8** (3, 4)
13.00 **Sposób użycia 6** (11, 12)
14.00 **Wszyscy kochają Raymonda 6** (12-15)
16.00 **Simpsonowie 31** (3-6)
18.00 **Jak poznałem waszą matkę 3** (2-4) – serial kom.
19.30 **Współczesna rodzina 8** (3-5) – kom., USA 2016-2017
21.00 **Family Guy: Głowa rodziny 18** (20)
21.30 **Family Guy: Głowa rodziny 19** (1)
22.00 **Jackass 3D** – dok., 2010
23.40 **Simpsonowie 36** (17, 18)
0.40 **Family Guy: Głowa rodziny 18** (14-17)

FILMBOX+ HITS HD

14.45 FILM **Irlandzki numer** – komedia obycz., Wielka Brytania/USA 2006, 105 min
16.30 FILM **Rzeź** – komediodramat, Fr./Niemcy/Pol. 2011, 95 min
18.05 FILM **Między wierszami** – dramat obyczajowy, USA 2012, 115 min
20.00 FILM **Rzeka** – dramat obyczajowy, Boliwia/Ekwador 2018, reż. Juan Pablo Richter, 105 min
21.45 FILM **Rozdzielne światy** – melodramat, Grecja 2015, reż. Christopher Papakaliatis, 125 min
23.50 FILM **Dziedzictwo. Hereditary** – horror, USA 2018, 140 min

PARAMOUNT NETWORK HD

10.25 **Pingwiny z Madagaskaru** (11)
10.55 FILM **Pokój Marvina** – dramat psycholog., 1996, 125 min
13.00 **Czarodziejki 3** (17, 18)
15.00 FILM **Żony ze Stepford** – komedia s.f., USA 2004, reż. Frank Oz, 120 min
17.00 FILM **Cast Away: Poza światem** – dramat przygodowy, 2000, 180 min
20.00 FILM **Barb i Star jadą do Vista del Mar** – komedia, USA/Meksyk 2021, 145 min
22.25 FILM **Ocalony** – dramat wojenny, 2013, 145 min
0.50 FILM **Traffic** – dramat sens., USA/Niemcy 2000, 190 min

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

eprasa.pl 989b197d00

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
8.30 Kolarstwo: Tour de France – 9. etap: Malemort – Ussel
10.00 FIA WEC: Wyścig 6-godzinny w Sao Paulo
12.00 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w Vallnord/Pal-Arinsal – cross-country mężczyzn
13.00 Kolarstwo: Tour de France – etap
18.00 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w Vallnord/Pal-Arinsal – cross-country kobiet
19.00 FIA World Endurance Championship: Wyścig 6-godzinny w Sao Paulo

POLSAT SPORT 1 HD
6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz finałowy gry pojedynczej kobiet
9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski
10.00 Kronika Wimbledonu – mag.
11.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz finałowy gry pojedynczej mężczyzn
13.30 Siatkówka kobiet: Liga Narodów
16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – finał gry pojedynczej kobiet W ubiegłorocznej edycji turnieju w finałowym starciu triumfowała Iga Świątek.

CANAL+ SPORT HD
8.30 Premier League Stories (28) – magazyn piłkarski
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Real Madryt CF – CD Alaves
11.20 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Elche – Atletico Madryt
13.40 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026
14.40 Premier League: The Big Interview (1, 2) – mag. piłkarski
15.40 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: LaLiga EA Sports: Real Madryt – CD Alaves
18.00 Wisła Cupiała (1) – serial dok., Pol. 2025

TVP SPORT HD DVB T2
5.50 Strongman: Puchar Polski – Kobierzyce 2026
6.45 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz ćwierćfinałowy
9.00 Mundialowy poranek (32) – magazyn piłkarski
10.10 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz ćwierćfinałowy
12.25 Piłka nożna: MŚ 2026 – ćwierćfinał
14.40 Piłka nożna: MŚ 2026 – ćwierćfinał
16.55 Piłka nożna: MŚ 2026 – ćwierćfinał
19.15 Dzień na mundialu (32) – mag. piłkarski

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 Werder Double – film dokumentalny
7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: FC Bayern Monachium – Borussia M'gladbach
9.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Juventus
11.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: SL Benfica – FC Porto
13.00 Formuła 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii
14.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
16.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: AC Milan – Inter Mediolan
18.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Borussia M'gladbach

DISCOVERY CHANNEL HD
7.00 Budowa na końcu świata – serial dok.
8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie – serial dok.
9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 7
10.00 Stacja Alaska – dok.
11.00 Przetrwać nad Jukonem – serial dok.
12.00 Włoska kontrola celna (10) – dok., Wł.
13.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita 3
15.00 Złomowisko PL 6 (9)
16.00 Celnicy na straży Niemiec (2) – dok.
17.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (8) – dok.
18.00 Lotnisko (3) – dok.
19.00 Nagi instynkt przetrwania 10

20

WSPINACZKA

21.00 Zawody World Series w Chamonix – prowadzenie – finały
Janja Garnbret przystępuje do rywalizacji we Francji opromieniona niedawnym zwycięstwem w Innsbrucku.
22.00 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w Vallnord/Pal-Arinsal – cross-country kobiet i mężczyzn
0.00 FIA WEC: Wyścig 6-godzinny w Sao Paulo
1.30 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w Vallnord/Pal-Arinsal

SIATKÓWKA KOBIET

18.30 Liga Narodów
Triumfatorki sprzed roku, reprezentantki Włoch, są jednymi z faworytek tegorocznej edycji Ligi Narodów. Na swojej drodze Włoszki pokonały już m.in. Japonię (3:0) i Serbię (3:2), mają jednak także na koncie porażki z takimi drużynami jak USA (0:3) czy Brazylia (2:3).
21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz finałowy gry pojedynczej mężczyzn
23.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów
1.00 Boks

ŻUŻEL

19.00 PGE Ekstraliga – mecz: Motor Lublin – Gezet Stal Gorzów
Gospodarze pragną odzyskać twarz po kompromitującej porażce z PRES Grupą Deweloperską Toruń (29:61).
21.50 Premier League Review – magazyn piłkarski
23.50 Ligomistrzowe historie (3) – mag.
0.50 Sporty walki – waga półśrednia: Jordan Zebo – Andre Fialho
2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia Warszawa – Radomiak

PIŁKA NOŻNA

20.50 Mistrzostwa świata – Katar 2022: Argentyna – Francja
Trójkolorowi bronili tytułu, a Leo Messi walczył o swoje pierwsze mistrzostwo. Spotkanie to sędziowała trójka Polaków – Szymon Marciniak, Paweł Sokolnicki i Tomasz Listkiewicz.
0.35 Boks: Gala w Las Vegas – waga junior ciężka: Jai Opetaia – Brandon Glanton
1.35 Boks: Gala w Tokio – podsumowanie
3.40 Boks: Gala w Leeds – podsumowanie

MAGAZYN FORMUŁY 1

20.00 GP Confidential
W programie m.in. wypowiedzi kierowców i ekspertów związanych z królową sportów motorowych.
20.40 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
22.40 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag.
23.35 Serie A – mag.
0.40 Bundesliga Original Series (1, 2)
2.00 Piłka nożna: Liga włoska: Pisa – Milan
4.00 Najlepsi bramkarze Bundesligi lat 90.

DOKUMENTALNY

21.00 Nic do ukrycia (11) – Polska 2021
Kulisy pracy funkcjonariuszy Krajowej Administracji Skarbowej, chroniących UE przed napływem niebezpiecznych towarów. Kamery towarzyszą im m.in. na lotniskach.
22.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (9) – dok.
23.00 Celnicy na straży Niemiec (3) – dok.
0.00 Od samochodu do domu 2 – mag.
1.00 Hot rod wg Kindiga – serial dokum.
2.00 Mistrzowie logistyki (3) – dok.

EUROSPORT 2 HD
14.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Chamonix – speed kobiet i mężczyzn – finały
15.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Chamonix – prowadzenie kobiet i mężczyzn – finały
17.00 Snooker: Turniej Masters w Londynie – finał: Kyren Wilson – John Higgins
19.00 Kolarstwo: Tour de France – etap
22.00 FIA WEC: Wyścig 6-godzinny w Sao Paulo
0.00 Kolarstwo górskie: PŚ w Vallnord/Pal-Arinsal – cross-country kobiet

POLSAT SPORT 2 HD
6.00 Tenis: Turniej Wimbledon
8.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów
10.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów
12.30 Siatkówka kobiet: Liga Narodów
15.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów
17.30 Siatkówka kobiet: Liga Narodów
20.00 Tenis: Turniej Wimbledon
22.30 Tenis: Turniej Wimbledon
1.00 Sporty walki: FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
12.50 Tenis: Turniej WTA w Dosze – finał gry pojedynczej: K. Muchová – V. Mboko
15.20 Tenis: Turniej WTA w Abu Zabi – finał gry pojedynczej: S. Bejlek – J. Aleksandrowa
17.45 Tenis: Turniej WTA w Adelajdzie – finał: M. Andriejewa – V. Mboko
19.45 Tenis: Turniej WTA w Brisbane – finał: Aryna Sabalenka – Marta Kostiuk
21.55 Tenis: Turniej WTA w Linzu – finał gry pojedynczej: Andriejewa – Potapowa
0.35 Tenis: Turniej WTA w Adelajdzie – finał: M. Andriejewa – V. Mboko

EXTREME CHANNEL HD
9.00 Summer X Games (6)
10.00 AMA Motocross Series Highlights (15)
11.00 X Games – Aspen 2021
12.00 Blue World 3 (4, 5)
13.00 Action Sports World (15)
14.00 WWE Classic Gold
15.15 WWE Highlights (26)
16.00 WWE Classic Gold
17.00 KPW Kombat TV (19)
18.00 WWE Highlights (28, 30)
19.00 WWE Classic Gold
20.00 AEW Collision 2 (2627)
22.30 LoW – Legacy of Wrestling (5)
1.30 WWE Classic Gold (16)
2.00 AMA Motocross Series Highlights (15)

ELEVEN SPORTS 2 HD
12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayer – Bayern
14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter Mediolan – Genoa CFC
16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Freiburg – Bayern
18.00 Formuła 1
20.00 Piłka nożna: Liga włoska: US Lecce – Inter
22.00 Made in Italy
23.05 Ligue 1 Show (36) – mag.
0.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – Toulouse FC
2.00 HHH – Hamburger SV
2.55 Magazyn piłkarski

DISCOVERY LIFE HD
8.15 Szpital (520, 521)
10.15 Nowa Maja w ogrodzie
11.15 Idealna niania 3 (6, 7)
12.45 Klinika bez tajemnic (10)
13.45 Powrót doktora Szczyta
14.45 Szpital (519, 520)
16.45 Idealna niania 3 (5-7, 9)
19.45 Zrób coś z tym dzieckiem (2, 3) – mag.
20.45 Skórze na ratunek 3 (11)
21.45 Dr Pryszczylla 3 (13)
22.45 Intruz w moim ciele
0.45 Nie do uwierzenia! 5 (1)
1.45 Bez tabu (1) – magazyn
2.15 Eks-tra zmiana (3) – rozr.
3.00 Druga twarz 2 (7) – rozr.
3.45 Szpital (347, 348)
5.15 Pojedynek na modę (8)

POLSAT SPORT FIGHT HD
12.50 Sporty walki: UFC Fight Night: I. Adesanya – J. Pyfer
15.20 Z archiwum ESPN – mag.
16.05 Sporty walki: Hybrid MMA 8 w Rewalu
17.55 Atleci – magazyn sportowy
18.20 Sporty walki: Babilon MMA 43 w Skierniewicach: Mateusz Makarowski – Krzysztof Mendlewski
20.00 K.O. TV Classics (16)
20.50 Sporty walki: UFC Fight Night – walka: Arnold Allen – Melquizael Costa
23.15 Atleci – magazyn sportowy
23.40 Boks: Rocky Boxing Night w Gdańsku: Kajetan Kalinowski – Cristian Lopez

POLSAT SPORT 3 HD
6.00 Siatkówka kobiet: LN
8.30 Tenis: Turniej Wimbledon
11.00 Tenis: Turniej Wimbledon
13.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów
15.00 Tenis: Turniej Wimbledon
17.00 Tenis: Turniej Wimbledon
19.00 Siatkówka kobiet: LN
21.00 Tenis: Turniej Wimbledon
23.00 Tenis: Turniej Wimbledon
1.00 Sporty walki: Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
8.30 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: Polonia Bydgoszcz – Moonfin Malesa Ostrów Wlkp.
11.20 The Big Pete (2) – mag.
12.00 Snooker: Championship LIVE League – 2. runda
16.45 The Big Pete (1) – mag.
17.30 Snooker: Championship LIVE League – 2. runda
22.00 Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga – magazyn żużlowy
23.00 Sporty walki: ONE Friday Fights 161
1.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lech Poznań – Zagłębie Lubin

ELEVEN SPORTS 4 HD
13.00 Ligue 1 Show (35) – mag.
13.30 Bundesliga Special (20)
14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Eintracht Frankfurt – 1. FC Köln
16.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Stade Rennais FC – Lille OSC
18.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (3, 4) – mag.
19.00 Bundesliga Special (21)
20.00 Piłka nożna: Liga portugalska: Braga – Porto
22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Pisa
0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Stuttgart – BVB

ELEVEN SPORTS 3 HD
14.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Lyon – Paris FC
16.00 Bundesliga Original Series (1, 2) – mag.
16.55 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag. piłkarski
17.35 Made in Italy (19, 20)
18.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Napoli – Torino FC
20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Köln – BVB
22.00 Piłka nożna: Liga francuska: Brestois – Stade Rennais FC
0.00 Podróż do świata Calcio – magazyn piłkarski

CANAL+ DOKUMENT HD
6.35 Miasta rytm (7, 8) – dok.
10.20 Polska z góry 4 (9-11)
11.50 Wszystkie kolory świata 4 (1-3, 8) – dok., Fr.
15.45 Świat zwierząt – rodzicielstwo (1-3)
19.00 Baleary: Cztery piękne siostry (1, 2) – dok., Niem.
21.00 Legendy Ziemi – dok., Fr.
22.00 Kambodża z góry – dok.
23.00 Australia: Dziki kontynent – film dokum.
23.55 Japonia. Mroźne królestwo – film dok., Fr.
0.50 Rum i rewolucja. Historia Hawany – dok.
1.40 O co biega? (2) – mag.
2.15 Miasta rytm (7, 8) – dok.

eprasa.pl 989b197d00

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki (19) – dok., Wielka Brytania 2016
8.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok., Wielka Brytania
11.00 Poszukiwacze dinozaurów – serial dokumentalny, USA
13.00 Tajemnice lądowania na Księżycu (3, 4) – serial dokumentalny, USA 2019
15.00 Gwiezdne bitwy – serial dokumentalny, USA 2021
18.00 Zwykłe rzeczy, niezwykłe wynalazki 15 – serial dok., Wielka Brytania

DOKUMENTALNY

21.00 Tajemnice lądowania na Księżycu (5, 6) – USA 2019

Nagrania NASA z zarejestrowanym lądowaniem misji Apollo 11 na Księżycu zniknęły w tajemniczych okolicznościach. Specjaliści próbują dowiedzieć się więcej.

23.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok., Wielka Brytania
1.00 Gwiezdne bitwy – serial dokumentalny
4.00 Podziemne sekrety (8) – serial dokumentalny, USA

ID HD

6.00 Viralowe zbrodnie 2 – serial dok., USA
6.30 Viralowe zbrodnie 4 – dok.
7.00 Viralowe zbrodnie 2 – serial dokumentalny
7.30 Viralowe zbrodnie 4 – serial dokum.
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 dokum., USA

DOKUMENTALNY

21.00 Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2

April zdobywa popularność na TikTok dzięki swojej pozytywnej energii i motywującym treściom. Z czasem zaczyna jednak otwarcie mówić o problemach w małżeństwie.

22.00 Ciała w wodzie
23.00 Morderca z kręgu przyjaciół – dok., USA
0.00 Szokująca prawda 14 – dok.
1.00 Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2 – dok.
2.00 Sekrety zbrodni

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

11.00 Plemienna szkoła przetrwania: Ekstremalne safari (6): Serengeti
12.00 Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy (2) – serial dok.
13.00 Wcielenia zła – dok.
15.00 Katastrofa w przestworzach (6)
16.00 Morski patrol: Hiszpania (6) – dok.
17.00 Kobiety w prehistorii
18.00 Sztuka obrony: Wojny w Europie (4): Niderlandy – serial dok.
19.00 Wojna widziana z powietrza (4) – dok.
20.00 Katastrofa w przestworzach (8) – serial dokum., Kan.

DOKUMENTALNY

21.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (2): Proste pomyłki

Nawet najbardziej doświadczeni piloci popełniają błędy. W trakcie nieudanego startu w Buenos Aires ginie 60 osób. Śledczy nie kryją zdziwienia, gdy poznają przyczyny tragicznego zdarzenia.

22.00 Ostatni lot: Anatomia katastrofy (2) – dok., Wielka Brytania 2021
23.05 Katastrofa w przestworzach (10) – serial dokum.

FOKUS TV DVB T2

6.00 Wehikuł czasu (713)
6.05 48h. Zaginieni (65) – serial krym., Polska
7.00 Byli sobie wynalazcy (9-12)
8.55 Wehikuł czasu (713)
9.00 Starożytni kosmici (5) – serial dok., USA
10.00 Gwiazdy lombardu (17, 18) – reality show
12.00 I wojna światowa w liczbach (6) – dok.
13.00 Poszukiwacze historii (9, 10) – dok.
14.00 Tajne bazy nazistów (5, 6) – dok.
16.00 Dorwać tuńczyka (2, 3) – serial dok., USA
18.00 Rolnicy. Podlasie (20, 21) – serial dok.
20.00 Galileo (27) – program popularnonaukowy

DOKUMENTALNY

21.00 Historia Mosadu (1) – Niemcy 2020

Aby chronić nowo powstałe państwo Izrael, powołano obecnie jedną z najbardziej znanych służb wywiadowczych na świecie.

22.00 Zaginione złoto II wojny światowej (7, 8) – serial dokumentalny, USA
0.00 Starożytni kosmici (11) – serial dokum., USA 2011
1.00 Rolnicy. Podlasie (37-40) – serial dokum.
5.00 Kołowrotek (3, 4) – magazyn wędkarski

TVP HISTORIA DVB T2

10.50 Arsenał. Magazyn militarno-historyczny – mag.
11.15 Wyspy Kanaryjskie (1) – serial dok., Niem.
12.25 Wenecja, miasto wyrosłe z bagien – film dokum., Fr. 2024
13.30 Polskie parki narodowe – dok., Pol.
14.05 Królowie (56) – hist.
14.40 Czterdziestolatek (20) – obycz., Pol. 1977
15.50 Sensacje XX wieku
17.40 Tajemnica J-23 – reportaż, Polska 2013
17.55 Tajemnica twierdzy szyfrów (5) – wojenny
18.55 Tajemnice początków Polski. Od Popiela do Piasta

SENSACYJNY

20.05 Oficer (10) – Polska 2005

Kruszon ma niezbędne kody. Wicepremier udziela mu wskazówek. Policjant prosi o zgodę na wyjawienie ukochanej swej tożsamości. Oświadcza się Malwinie.

21.10 Wojny Rosji (2/3) – film dok., Niem. 2023
22.10 II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa (2) – dok., Wlk. Bryt.
23.20 Sensacje XX wieku
1.30 Encyklopedia II wojny światowej – serial dokum., Pol.

HISTORY HD

14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 5 (1) – serial dok., USA
14.50 Największe tajemnice świata 6 (19) – serial dok., USA
15.45 Gwiazdy lombardu 13 (9) – reality show
16.15 Wykute w ogniu 4 (11) – reality show
17.10 Jak Hitler przegrał wojnę (4) – serial dok.
18.10 Największe tajemnice świata 6 (8) – serial dok., USA
19.05 Starożytni kosmici 13 (23) – dok.
20.00 Starożytni kosmici 16 (6) – dok.
21.00 Starożytni kosmici 17 (7) – dok.

DOKUMENTALNY

22.00 Największe tajemnice świata 7 (13)

Twórcy programu przedstawiają historię brawurowego napadu na luksusowy hangar na lotnisku JFK w Nowym Jorku, badając okoliczności tej spektakularnej kradzieży.

23.00 Niewyjaśnione tajemnice wszechświata (2) – dok., USA 2024
23.55 David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (5) – dok.
0.50 Starożytni kosmici 16 (6) – dok.

DISCOVERY HISTORIA HD

6.00 Na ratunek starociom
7.00 Zoom na architekturę
9.00 Tajemnice wraków Bałtyku (6) – serial dok.
10.00 Wstęp wzbroniony (5)
11.00 Wyprawa w nieznane
13.00 Podziemne sekrety
14.00 Łowcy staroci: Renowacje (1, 2) – dok.
16.00 Brudne skarby – dok.
18.00 Łowcy staroci (12, 13)
20.00 Nawiedzona Irlandia
22.00 Tajemnice Alaski – dok.
0.00 Wyprawa w nieznane – serial dokumentalny, USA
2.00 Pasja – sposób na życie
4.00 Europejskie bazary (8)
5.00 Łowcy staroci (3) – dok.

PLANETE+ HD

13.45 Na targach świata 2
14.50 Wiatr. Niewidzialna siła
15.50 Niezwykłe podróże koleją 9 (4) – serial dok., Fr.
16.55 Cap Corse – zagadkowe kręgi na dnie – film dok.
18.00 Dokąd dzisiaj? 4 (78)
18.15 Polska z góry 10 (2, 3)
19.10 Mam zamek 2 (4) – dok.
19.45 Zaginiona cywilizacja Elamu – film dokumentalny
20.50 Osierocone. Dzieci i wojna (2) – film dok., Fr.
21.55 Ramzes II. 66 lat panowania (1) – dok., Fr.
23.00 Sekta (1, 2) – serial dok., Fr.
0.25 Niezwykłe podróże koleją 9 (5) – serial dok., Fr.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

9.00 Niezwykły dr Pol
12.00 Najgroźniejsze zwierzęta Afryki (2)
13.00 Dzikie cuda Europy (2)
14.00 Najdziwniejsze gatunki
15.00 Królestwo drapieżników (2) – dok.
16.00 Cuda Afryki (3) – dok., Hol.
17.00 Blask natury – film dok.
18.00 Dziki Półwysep Arabski
19.00 Królestwo drapieżników (5) – dok.
20.00 Dzikie, sprytne i zabójcze (2) – serial dok.
21.00 Niezwykły dr Pol (6, 7)
23.00 Niezwykły dr Pol (4, 5)
1.00 Niezwykły dr Pol (20)
2.00 Dzikie cuda Europy (2)

POLSAT VIASAT NATURE HD

8.25 Rzeczne potwory 3 (3)
9.30 W okowach mrozu 4 (5)
10.25 Dzika Kanada (1) – dok.
11.35 Rekin alfa – film dokum.
12.40 W okowach mrozu 4 (5)
13.35 Zabójcza pogoda 2 (5)
14.40 Rzeczne potwory 3 (3)
15.45 W okowach mrozu 4 (5)
16.45 Afryka: życie na gorąco
17.50 Gladiatorzy świata zwierząt (1) – serial dok.
19.00 Rzeczne potwory 3 (3)
20.00 W okowach mrozu 4 (6)
21.00 Dzika Kanada (1) – dok.
22.15 Najgroźniejsze rekiny
23.20 W okowach mrozu 4 (6)
0.15 Zabójcza pogoda 2 (5)
1.15 Rzeczne potwory 3 (3)

BBC EARTH HD

13.40 Attenborough i jurajski potwór morski – film dok.
14.45 W okowach mrozu 3
16.40 Indie z Alexandrem Armstrongiem (2) – dok.
17.35 Attenborough i jurajski potwór morski – film dok.
18.45 Malownicze trasy kolejowe 4 (1) – serial dok.
19.45 Największe zagadki nauki (1) – dok., Wlk. Bryt.
20.55 W okowach mrozu 4
22.55 Indie z Alexandrem Armstrongiem (2) – dok.
23.40 Paryż-Stambuł z Sue Perkins (2) – serial dokum.
0.45 Attenborough i jurajski potwór morski (1) – dok.

ANIMAL PLANET HD

13.00 Irwinowie – następne pokolenie – serial dok.
14.00 Resocjalizacja z Pit Bullem 4 – serial dok., USA
15.00 Kot z piekła rodem
17.00 Dwa oblicza survivalu 3
18.00 Weterynarz z Gór Skalistych 6 – serial dok.
19.00 Mieszkanie na pniu
20.00 Na tropie legendarnych potworów – serial dok.
21.00 Weterynarz z Alaski
22.00 Baseny z rozmachem 2
23.00 Resocjalizacja z Pit Bullem 4 – serial dok., USA
0.00 Cuda z drewna – dok.
1.00 Irwinowie – następne pokolenie – serial dok.

TVP DOKUMENT HD

13.45 Zagadkowe życie ptaków miejskich (4)
14.45 Parki narodowe Korei Południowej (1)
15.50 Tajemnica grobu Kopernika – film dokum.
16.55 Magiczny Adriatyk (6)
18.00 Sanatorium miłości 5 (3)
19.00 Jak istnieje świat. O Romanie Ingardenie
20.10 Cuda światowego transportu (1) – serial dok.
21.15 Niedźwiedź polarny
22.20 Niebezpieczne drogi (6)
23.05 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn
23.15 W trzewiach sztucznej inteligencji – dok., Francja

POLSAT DOKU HD

12.00 Wojny kontenerowe (16)
12.30 Wojny kontenerowe 2
13.10 Poszukiwacze historii
14.00 Niezwykły świat ryb
15.15 Poszukiwacze historii
16.15 Świat z góry. Zamki (2)
17.25 Polowanie na Hitlera (6)
18.20 Militarny top 10 (6) – dok.
19.30 Droga bez powrotu. Przemoc gangów w Szwecji – film dok., Fr.
20.40 Śmierć studentów – tajemnica Przełęczy Diatłowa – film dokum., Fr.
22.00 Miłość i seks w Indiach
23.10 Putin – władza za wszelką cenę – film dok.
0.15 Kroniki Hitlera (2) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

12.10 Złoto Jukonu 5 (8) – dok.
13.10 Łowcy samochodów z Australii (3) – serial dok.
14.10 Australijscy poszukiwacze złota 6
16.05 Drwal z Vancouver Island 2 (1) – reality show
17.00 Lodowi wikingowie (1)
18.00 Złoto Jukonu 5 – dok.
18.55 Australijscy poszukiwacze złota 7
21.00 Największe budowle 3
22.10 Special Ops: Prawda
23.20 Za kratami: najcięższe więzienia na świecie 2
0.20 Australijscy poszukiwacze złota: na ratunek kopalniom

POLSAT VIASAT HISTORY HD

12.40 Jak inżynieria zmieniała świat (5, 6, 1, 8) – dok.
16.40 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze (1)
17.50 Wojna światowa: 1914-1945 (3) – serial dok.
18.50 Historia sprawiedliwości (6)
19.55 Aleksander Wielki: legendarny zdobywca
21.00 Wojna Adolfa Hitlera (1)
22.00 1776: niepodległość USA (6) – serial dokumentalny
23.10 Naziści: ściśle tajna nauka (7) – serial dok., USA
0.05 Jak inżynieria zmieniała świat (5, 6, 1, 8) – dok.

CI POLSAT HD

14.10 Morderca z internetu
15.05 Ferie, impreza, morderstwo (8) – dok.
16.00 Pogrzebani za domem 3
17.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (6) – dok.
18.00 Z archiwum 997 2 (9, 10)
19.00 Dowody zbrodni 3 (13)
20.00 Kobiety, które niosły śmierć 13 (3) – serial dok.
21.00 Pogrzebani za domem 6 (11) – serial dokumentalny
22.00 Psy na służbie z Jimem Belushim (3, 4) – dok., USA
23.00 Zbrodnia: oszukać prawdę (6) – serial dokum.
23.55 Kobiety, które niosły śmierć 11 (10) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

10.10 Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta
12.15 Nowe życie w starym domu: Witajcie we Włoszech (1, 2) – pr. rozr.
14.20 Człowiek kontra jedzenie (37) – mag. kulin.
14.55 Kulinarne podróże z Guyem Fierim (7-10)
17.00 Pojedynki Eda Stafforda
19.00 Kamperem przez świat
21.05 Sprawa dla medium i detektywa (11, 12)
23.10 Kobieta na krańcu świata (3-5) – serial dok.
0.55 Nowe życie w starym domu: Witajcie we Włoszech (1, 2) – pr. rozr.

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

eprasa.pl 989b197d00

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

14.10 **Kulturalni**
15.00 **Słowo daję!**
15.10 **Kiedyś to było...**
15.40 **63. KFPP w Opolu – Premiery**
16.00 **Zaraz wracam 2** (108) – serial obycz.
16.30 **Barwy szczęścia** (3340) – serial obycz.
17.00 **Gra słów. Krzyżówka** (1060)
17.30 **Teleexpress**
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **Słownik polsko@polski** (684)
18.45 **Info Wilno** (1891)
19.05 **Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny** (131) – program inform.
19.15 **Laskowik & Malicki** – program rozrywkowy
20.50 **Czas honoru. Powstanie** (8) – Pol.

WOJENNY

Czwarty tydzień sierpnia 1944 roku. Krawiec załamuje się po śmierci syna. Słowiński cierpi. Michał zdobywa morfinę, by mężczyzna mógł normalnie funkcjonować.

21.45 **Królowa Bona** (7)
22.45 **To jest grane – wakacyjnie** (95)
23.15 **Dziennik regionów**
23.40 **Tajemnice kultowych seriali** (2)
0.30 **Andrzej Wajda – Notatki**
0.40 **Zaraz wracam 2** (108) – serial obycz.

TVP ROZRYWKA

9.25 **Koło fortuny** (2053)
10.05 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Matki, żony i kochanki** (22-ost.)
14.15 **Rodzinka.pl** (198, 199) – kom., Pol.
15.20 **Niepewne sytuacje 3** (6) – rozr.
15.50 **Kocham Cię, Polsko!** (7) – program rozrywk.
17.25 **Va banque** (943)
18.00 **Koło fortuny** (2054)
18.35 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
19.40 **Makłowicz w podróży** – mag.
20.10 **Postaw na milion**
21.10 **Kabaret Letnią Porą** (22) – pr. rozrywk.
22.10 **Rodzinka.pl** (57) – Polska 2012

KOMEDIOWY

Kacper martwi się, że nie poradzi sobie za rok, gdy dostanie promocję do kolejnej klasy. Kuba robi interesy z harcerzem. Natalia martwi się, że jest surowa dla synów.

22.45 **Lato z Radiem i Telewizją Polską** – widowisko
0.55 **Koło fortuny** (2054, 2044) – teleturniej
2.20 **Kabaret Letnią Porą** (5, 30) – pr. rozrywk.
4.25 **Hity wszech czasów** (5) – mag.

POLSAT CAFÉ

6.00 **Przyjaciółki** (73, 74) – serial obycz., Polska
8.00 **Co ludzie powiedzą** (11) – kom., Wlk. Bryt.
9.00 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (49, 50) – reality show
12.25 **Bogaty dom – biedny dom** (115, 116) – reality show, Polska
14.25 **10 lat młodsza w 10 dni** (4, 5) – pr. rozrywk.
16.25 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (51) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (218, 219) – reality show, Polska
20.00 **Kolacja w ciemno** (78) – program rozrywkowy
21.05 **Więzienie kobiet** (70, 71) – Polska

DOKUMENTALNY

Kulisy codziennego życia w zakładzie karnym. Osadzone zostały skazane za różne przestępstwa, od kradzieży po zabójstwa. Mimo to próbują normalnie żyć.

22.00 **Walka o życie** (7) – serial dok., Pol. 2025
23.00 **Gry małżeńskie** (164, 165)
1.00 **Kolacja w ciemno** (39, 40) – pr. rozrywk.
3.05 **Więzienie kobiet** (25, 26) – serial dok.
4.00 **Zdrady** (165, 166) – serial paradokum.

TV 4 DVB-T2

6.00 **Strażnik Teksasu** (14, 15) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (76)
8.55 **Policjantki i Policjanci** (512, 513)
10.55 **Na ratunek 112** (1170, 1171) – paradok.
11.55 **Dlaczego ja?** (1539, 1540) – paradok.
13.55 **Trudne sprawy** (761-763) – paradok.
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1400) – serial obycz., Polska
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (518)
19.00 **Policjantki i Policjanci** (1401) – serial obycz., Polska
20.00 **Uroczysko** (205, 206) – serial krym., Polska
21.00 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (129)

KRYMINALNY

Pola i Damian wyjaśniają sprawę brutalnej egzekucji Narlochów. W domu odnajdują ciała małżonków oraz ich pięcioletniego wnuka.

22.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1012)
23.05 FILM **Gniew Caina** – sens., USA 2010, wyk. Ving Rhames, 105 min
0.50 **Love Island. Wyspa miłości** (31)
1.55 **Hardkorowy lombard 3** (23) – dok.
2.25 **Interwencja** – mag.

TTV HD DVB-T2

10.35 **Detektywi** (29, 30)
12.35 **Zakup w ciemno 4** (1) – reality show
13.35 **Zakup w ciemno 7** (38) – reality show
14.35 **Nic do zgłoszenia 3** (1) – serial dokum., Pol.
15.35 **Złomowisko PL 5** (7)
16.45 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, sport**
17.05 **Gogglebox. Przed telewizorem 18** (1)
18.05 **Zakup w ciemno extra** (1)
18.40 **Niezwykłe Stany Prokopa 6** (4) – rozr.
19.45 **Express** – pr. inform.
20.05 **Zakup w ciemno 7** (39) – reality show
21.05 **Zakup w ciemno extra** (35)
21.45 **Express** – pr. inform.
22.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 20** (6)

ROZRYWKOWY

Widzowie mają okazję podejrzeć fanów telewizji z całej Polski. Okaże się, co ich irytuje, a co ekscytuje. Rodziny i grupy przyjaciół skomentują wybrane programy.

23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 23** (3)
0.00 **Damy i wieśniaczki. PL 11** (7) – fab.-dok.
1.00 **Ciężarówką przez Wietnam** (2) – dok.
2.00 **Wyburzacze 8** (7, 8)
3.25 **Sędzia Anna Maria Wesołowska 7** (2, 3) – serial fab.-dokum.

TVN STYLE HD

5.20 **Damy i wieśniaczki. PL 9** (7) – serial fab.-dok., Polska 2025
6.15 **Anatomia piękna 2** (2) – program rozrywk.
7.10 **Co za tydzień** – magazyn kulturalny
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Ugotowani** (1, 2) – pr. kulin.-rozrywk.
13.30 **Kuchenne rewolucje** (10, 9) – program rozrywkowy
15.35 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (1, 2) – reality show
17.05 **W czym do ślubu?** (5) – program rozrywk.
17.40 **Kuchenne rewolucje** (6, 8, 9) – program rozrywkowy
20.50 **Jestem z Polski** (17, 4) – Polska

DOKUMENTALNY

Ekipa odwiedza Martę, mieszkankę Ostrawy. Poznaje m.in. atrakcyjną dla turystów dzielnicę Dolne Witkowice. Próbuje również tradycyjnych wypieków w Stramberku.

22.50 **Hotel Paradise 6** (27) – reality show
23.50 **Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9**
1.35 **Dorota was urządzi!** (9) – program rozrywk.
2.20 **Nieoczywiste miejsca** (9) – dok., Pol.
2.50 **Dieta czy cud?** (7, 8)

TVP HD HD

12.25 **Ojciec Mateusz 6** (82)
13.20 **Komisarz Alex 4** (46)
14.15 **Ranczo 7** (91) – obycz., Pol.
15.15 **Ranczo 8** (92) – obycz., Pol.
16.10 **Gwiazdorska kuchnia Ani 3** (31) – magazyn kulin.
16.40 **Tańcząca ze światem – Malta** (4) – magazyn
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 25** (325)
19.20 **Ranczo 8** (96) – obycz., Pol.
20.10 **Rodzinka.pl** (308, 309)
21.25 **Ojciec Mateusz 32** (413)
22.20 **Tootsie** – komedia, USA 1982, 125 min
0.25 FILM **Anatomia zła** – thriller, Polska 2015, 130 min

TVS HD

15.45 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel** – krym., Austria
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny** – serial obycz.
19.50 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Pożegnanie nad rzeką** – film obyczajowy, Niemcy 2007, 120 min
21.50 **Rosamunde Pilcher** FILM **– Miłość poza jesienią** – film obyczajowy, Niemcy 2008, 105 min
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

ZOOM

8.05 **Strażnik Teksasu 9** (10, 11) – serial sensacyjny
10.00 **MacGyver 3** (7, 8) – sens.
12.05 **Pułapki umysłu** (6) – dok.
13.15 **Wojny magazynowe: Kanada 2** (18, 19)
14.25 **Pod pokładem: Morze Śródziemne 9** (8)
15.25 **Sensacje XX wieku**
17.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat** – cykl reportaży, Polska 2005
20.00 **Kobra – oddział specjalny 24** (4, 5) – sens.
22.05 **Pod pokładem: Morze Śródziemne 9** (9)
23.05 **Magia nagości 5** (7) – rozr.
0.05 **Magia nagości 4** (10)

TLC HD

12.00 **Mali ludzie, wielka rodzina 11** – serial dok.
13.00 **Wiza na miłość: znowu do wzięcia 3**
15.00 **Wiza na miłość: pościelowe rozmowy 11**
16.00 **Historie wielkiej wagi**
18.00 **Wiza na miłość: rajski romans 4** (4) – reality show
19.00 **Mega-sknery** (3, 4) – dok.
20.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
21.00 **Wiza na miłość 12**
23.00 **Koleżanki na zabój**
0.00 **Dr Pryszczylla – kulisy**
1.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
2.00 **Wiza na miłość 12**

C+ KUCHNIA HD

14.55 **U sąsiadów w kuchni 13** (5, 6) – serial dokumentalny
15.55 **Jakubiak rozgryza...** (1)
16.10 **Kulinarna mapa Wielkiej Brytanii** (3) – serial dokum.
16.40 **Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień**
18.30 **Tajemnice indyjskich smaków** (4) – serial dok.
18.55 **M jak mięso** (6, 7) – dok.
19.50 **Nie bój ryby!** (6) – mag.
20.15 **Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień**
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 7**
23.55 **Kolacja z Gavinem Rossdale'em** (5) – dok.
0.50 **Top Chef 22** (9)

TVN TURBO HD

12.15 **Jeździć, obserwować**
13.00 **Mobilni mechanicy**
14.30 **Zawodowi handlarze** (3)
16.00 **Wojny samochodowe**
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Jeździć, obserwować** (8)
19.00 **Prawko na świecie. Jazda bez zasad** (3) – rozr.
19.45 **Usterka 16** (14) – fab.-dok.
20.15 **Naprawy nie do naprawy** (4) – mag.
21.00 **Wojny samochodowe** (5)
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Jeździć, obserwować**
23.45 **Z drugiej ręki** (7) – mag.
0.30 **Usterka 16** (2) – fab.-dok.
1.00 **101 gadżetów motoryzacyjnych** (7)

NOWA TV DVB-T

9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (3) – kom., Pol.
10.00 **Miodowe lata** (19) – kom.
10.30 **Więzienie** (124-126) – dok.
12.00 **Poirot** (1, 2) – serial krym.
14.00 **Świat według Kiepskich** (359, 360) – kom., Pol. 2011
15.00 **Świat według Bundych 8** (181-183)
16.30 **Świat według Bundych** (184-186) – serial kom., USA
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (17) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (41-44)
21.00 **Zdrady** (11) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (45, 46, 110) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (130, 131)

METRO

8.30 **Szpital** (792, 793)
10.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (361, 362)
12.30 **SOS Ekipy w akcji** (33)
13.30 **Brzydula** (37, 38) – kom.
14.35 **Kiedy ktoś kocha bardziej** (18) – obycz.
15.45 **The Floor** (11, 12) – telet.
17.00 **Fani czterech kółek 17**
18.00 **Prawo Agaty 7** (7)
19.00 **Kartoteka 2** (14)
20.00 **Kartoteka 3** (1) – fab.-dok.
21.05 **Kryminalni 3** (9, 10)
23.15 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11** (9) – serial kryminalny, USA/Kan. 2010
0.20 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5** (11) – dok.

ANTENA HD DVB-T2

13.05 **Ciężarówką przez śniegi 2** (4) – serial dokum.
14.00 **Klątwa Wyspy Dębów**
15.00 **Wojny kontenerowe 2**
15.55 **Australijscy poszukiwacze złota 3**
17.00 **Australijscy poszukiwacze złota 4** (1)
18.00 **77 TV 5** (11, 15) – pr. rozr.
20.00 **Alex Hugo – górski detektyw** (13) – krym., Fr.
22.10 **Detektyw Candice: Niezawodny instynkt** (1) – serial kryminalny, Fr. 2013
23.15 **Detektywi z Bordeaux 4** (12) – serial krym., Fr./Belgia
0.30 **Polska. Największe tajemnice** (1-3) – pr. rozr.

WP DVB-T

13.00 **Makłowicz w podróży**
14.05 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5** (4, 5) – dok.
16.00 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2** (1)
16.55 **Pogoda** (71) – pr. inform.
17.00 **Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 6** (3)
19.00 **Strażacy z sąsiedztwa**
20.00 **Norymberga: naziści przed sądem** – film dok.
21.30 **Mistrzowie Kabaretu** (1)
21.55 **Pogoda** (71) – pr. inform.
22.00 **Mistrzowie Kabaretu 10** (7) – program rozrywkowy
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 4**
0.00 **Mistrzowie Kabaretu** (3)
0.55 **Mistrzowie Kabaretu 16**

C+ DOMO HD

15.00 **Pomocy! Kupiliśmy wioskę** (1) – serial dokum.
15.55 **Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 9** (7, 8)
16.50 **Gardeners' World 14** (10)
18.00 **Ucieczka na wieś 22** (15)
19.00 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia 9** (1) – serial dok.
20.00 **Daleko od miasta 11** (7, 8) – serial dok., Pol. 2023
21.00 **Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo** (9) – dok., Kan.
21.55 **Wielkie projekty: Australia 12** (2) – dok.
23.00 **Wielkie projekty: Australia 11** (2) – dok.
0.10 **Luksusowa ucieczka 7**

HGTV HD

8.00 **Moje miasto, mój dom 9**
10.00 **Widok, na który cię stać**
11.05 **Usterka 11** (18, 19) – serial fab.-dokum., Polska 2019
12.35 **Moje miasto, mój dom 8**
14.35 **Mieszkanie na miarę 2**
16.35 **Polowanie na ogród 4**
18.15 **Będzie pięknie** (1) – rozr.
19.10 **Weekendowa metamorfoza 4** (3) – rozr.
20.05 **Zgłoś remont 4** (5) – rozr.
21.05 **Dorota was urządzi!**
22.35 **House Hunters – Poszukiwacze domów**
0.45 **Kupujemy dom na plaży 20** (8, 1) – dok.
1.40 **Remontujemy dom na plaży 6** (7) – pr. rozr.

eprasa.pl 989b197d00
P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (304) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (931, 932) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 **Sekrety rodziny** (390-392) – serial paradokum., Pol. 2024
11.30 **Trudne sprawy** (952) – serial paradokum.
12.30 **Dlaczego ja?** (1354, 1355) – serial paradokum.
14.30 **Świat według Kiepskich** (544-548) – serial kom., Pol. 2019
17.00 **48h. Zaginieni** (161, 162) – krym., Pol.
19.00 **Gliniarze** (998) – serial paradokum.
20.00 **Ślad** (74) – krym., Pol.

PARADOKUMENTALNY

21.00 **Gliniarze** (793) – Polska 2023

Skompromitowany biznesmen ginie w wyniku eksplozji auta. Śledczy kierują swoje podejrzenia w stronę osób, które z powodu nieudanych inwestycji ofiary straciły oszczędności życia.

22.05 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (115, 116) – dok., Pol.
23.00 **Świat według Kiepskich** (363, 364)
0.00 **Ślad** (95) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (14)
2.05 **Wydarzenia**
2.45 **Ewa gotuje** (556)

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 **Wydarzenia**
6.45 **SuperLudzie Extra** (29) – magazyn
6.55 **Na ratunek 112** (716, 717) – paradok.
8.00 **Doktor Martin** (61, 62) – serial obycz.
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **SuperLudzie** (39, 40)
11.30 **Świat według Kiepskich** (370-373) – serial kom., Pol. 2011
13.30 **Bitwa o palety** (6)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (62) – reality show
16.00 **Ninja Warrior Polska** (38)
17.55 **Świat według Kiepskich** (468, 469, 562, 563)
20.00 **Złomiarze** (9) – dok.

KOMEDIA

21.00 **Króliczek** – USA
FILM 2008, reż. Fred Wolf, 120 min

Modelka erotyczna Shelley przyłącza się do grupy mało urodziwych dziewcząt z żeńskiego zgromadzenia Zeta Alpha Zeta. Zmienia je w najgorętsze studentki w koledżu.

23.00 **Patriota** – dramat
FILM historyczny, USA/Niemcy 2000, 205 min
2.25 **Świat według Kiepskich** (408-410) – serial kom., Pol. 2013
4.00 **Nasz nowy dom** (261, 262) – reality show, Polska 2022

TV 6 DVB T

6.00 **Więzienie** (164, 165)
6.55 **Policjantki i Policjanci** (711, 712) – serial obycz., Polska
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (30, 31) – serial sens., Niemcy
10.55 **48h. Zaginieni** (151-153) – krym., Pol.
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1201) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (47, 48)
15.55 **Kobra – oddział specjalny** (32, 33) – serial sens., Niemcy
18.00 **Strażnik Teksasu** (16, 17) – serial sens.
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (195, 196) – krym., USA/Kanada

KRYMINALNY

21.55 **Czarna lista 2** (25) – USA 2014

Znaleziono ciało mężczyzny z wyciętym sercem. Keen i Ressler łączą siły z agentem Navabi. Tymczasem Red stara się wykorzystać nową okazję w Indonezji.

22.55 **Łowca pedofilów** (185-188) – dok., Pol.
0.55 **Więzienie** (207, 209, 208) – dok.
2.25 **Cobra Kai** (30)
3.20 **Septagon** (6, 7)
5.30 **SuperLudzie Extra** (21) – magazyn
5.45 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

BBC FIRST HD

6.55 **Zabójcze arcydzieła** (1, 2) – krym., Irlandia
8.40 **Lewis 5** (4) – krym.
9.40 **My Life is Murder 5** (1) – serial kryminalny
10.40 **Śmierć pod palmami** (8) – krym.
11.45 **Zagadki doktora Blake'a 3** (7) – krym.
12.55 **Zabójcze arcydzieła** (3, 4) – krym., Irlandia
15.00 **Ojciec Brown 7** (10)
16.00 **Lewis 5** (4) – krym.
17.00 **My Life is Murder 3** (4) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 22** (2) – krym., Wlk. Bryt. 2020
19.55 **Śmierć pod palmami 2** (1) – krym.
21.00 **My Life is Murder 5** (2) – serial kryminalny

KRYMINALNY

22.00 **Diabelski szczyt** (5) – RPA 2023

Benny zidentyfikował zabójcę Assegai, a teraz zastawia na niego pułapkę, posługując się Bonnie. Niebawem odkrywa, że jego rodzina znajduje się w niebezpieczeństwie.

23.05 **Schwytać mordercę** (1) – serial kryminalny
0.10 **Harry Wild 4** (5)
1.10 **Śmierć pod palmami 2** (1) – krym.
2.15 **Morderstwa w Midsomer 22** (2)
4.00 **My Life is Murder 3** (4) – serial kryminalny
4.45 **Moja rodzinka 2** (13)

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

8.10 **Piotruś Królik**
8.35 **Wegezaury 2** (17)
8.40 **Świnka Peppa 4**
8.50 **Świnka Peppa 3** (1)
9.00 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
9.30 **Domisie** – dla dzieci
10.00 **Zwierzaki Czytaki** (175) – program eduk.
10.20 **Bolek i Lolek wyruszają w świat**
10.45 **Rodzina Treflików 3** (33, 34) – serial anim.
11.10 **Odo** (49-51) – anim.
11.35 **Stacyjkowo** (13, 14)
11.55 **Pszczółka Maja** (17)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
13.00 **Figu Migu na planecie Czochras** (35)
13.20 **Tru i Tęczowe Królestwo** (17)

ANIMOWANY

13.45 **Świnka Peppa 7** (20-22) – Wielka Brytania 2017

W codziennych przygodach sympatycznej świnki uczestniczy cała jej rodzina.

14.10 **Pająk Lucas 2** (33, 34)
14.30 **Oli i Luna** (33, 34)
14.55 **Oktonauci** (33, 34)
15.20 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (17) – mag.
15.40 **Billy – chomik, który został kowbojem**
16.05 **Pat i świat** (49-51)
16.35 **Dino Ranczo**
17.05 **Pszczółka Maja**
17.30 **Petronix: Obrońcy zwierząt** (33, 34)

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

7.30 **Jeden na jeden**
8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.55 **Biznes** – pr. publicyst.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.55 **Biznes** – pr. publicyst.
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.55 **Biznes** – pr. publicyst.
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
13.55 **Biznes** – pr. publicyst.
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.55 **Biznes** – pr. publicyst.
15.00 **15 na żywo** – inf.
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Tak jest** – pr. publ.
19.15 **Serwis informacyjny**
19.30 **Fakty po Faktach**
20.10 **Fakty o świecie**

MAGAZYN

21.00 **Polska i świat**

Program Marty Kuligowskiej, która podsumowuje wydarzenia, budzące szczególne zainteresowanie wśród obywateli naszego kraju.

22.00 **Szkło kontaktowe** – program rozrywkowy
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.25 **Biznes** – pr. publicyst.
0.45 **Fakty po Faktach**
1.30 **Tak jest** – pr. publ.
2.35 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
3.00 **Akademia ogrodnika** – mag.
3.05 **Fakty po Faktach**
3.50 **Tak jest** – pr. publ.

POLSAT PLAY HD

6.00 **Budowlańcy** (10) – dok.
6.30 **Kołowrotek** (204) – mag.
7.00 **Dorwać tuńczyka** (1, 2)
9.00 **Wojny magazynowe** (189, 190) – reality show
9.55 **Wojny kontenerowe** (16, 1) – serial dokum., USA
10.55 **Hardkorowy lombard** (59, 58, 60-63) – serial dok.
13.55 **Polacy za granicą** (43, 44)
16.00 **Złomiarze** (39, 40) – dok.
18.00 **Poszukiwacze historii** (166, 167) – serial dokum.
20.00 **Złomiarze** (40, 54) – dok.
1.00 **Kołowrotek** (194-199) – magazyn wędkarski
4.05 **Starożytni kosmici** (16, 15) – serial dok., USA

FOOD NETWORK HD

13.15 **Apetyt na miłość** (7)
14.15 **Akcja: Restauracja!** (5)
15.15 **Elitarny turniej wypieków** (4)
16.15 **Kuchenne rewolucje** (10)
17.15 **Sexy kuchnia Magdy Gessler** (4) – mag. kulin.
17.50 **Miłość od kuchni** (10)
18.50 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** (1) – mag.
19.50 **Perfekcyjni gospodarze 9** (4) – dok.
20.50 **Pojedynek na grille** (5)
21.55 **Pyszne miejscówki** (8)
22.55 **Akcja: Restauracja! 20** (6) – reality show
23.55 **Człowiek kontra jedzenie** (26-28) – mag.

POLSAT RODZINA HD

10.55 **David Attenborough i wielkie ptaki** – film dok.
12.00 **Bogaty dom – biedny dom** (108) – reality show
13.00 **Rodzina zastępcza** (225, 226) – kom., Pol. 2006
14.55 **Wielkie wycieczkowce**
15.55 **Świat z góry** (8, 9) – dok.
17.10 **Pingwiny z Madagaskaru** (2-5)
19.05 **Rodzina zastępcza** (309) – serial komediowy, Polska
20.05 **Miodowe lata** (10, 11, 100) – serial kom.
22.05 **Nasz nowy dom**
0.00 **Wielkie miasta starożytności** (1, 2) – dok.
2.30 **Ewa gotuje** (520) – mag.

BBC LIFESTYLE HD

13.50 **Bake off: zawodowcy 3**
14.50 **Wielkie brytyjskie wypieki 13** (7) – pr. rozr.
16.00 **Zapraszam do stołu: Wielka porcja 19** (9)
17.50 **Wymarzone domy 2** (6)
18.50 **Mistrzowie ceramiki: Kanada** (1) – pr. rozrywk.
19.50 **Wielkie brytyjskie wypieki 13** (8) – pr. rozr.
21.00 **Najpiękniej ukryte hotele 2** (6) – serial dokum.
22.00 **Kurorty sławnych i bogatych** (6) – serial dok.
23.00 **Wstydliwe choroby: online** (2) – serial dokum.
0.00 **Kuchenne koszmary USA 9** (9, 10) – serial dok.

NICK JR. HD

16.40 **Psi Patrol 4** (18) – anim.
17.05 **Rubble i jego ekipa 3** (3)
17.35 **Pan Krokodyl** (5) – anim.
17.55 **Barbapapa – szczęśliwa rodzinka** (4) – serial anim.
18.15 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (6) – anim., Fr.
18.40 **Dora 3** (1) – serial anim.
19.00 **Santiago z mórz** (1)
19.30 **Przygody Misia Paddingtona 2** (5) – anim.
19.55 **Przygody Misia Paddingtona** (7) – anim.
20.07 **Świnka Peppa 2** (15-18)
20.30 **Małe Królestwo Bena i Holly** (13) – serial anim.
20.55 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (18-20) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.10 **Więcej „Wydarzeń"** – inf.
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Najważniejsze pytania**
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – publ.
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Najważniejsze pytania**

TVP KOBIETA DVB T2

13.00 **Na dobre i na złe** (579)
13.50 **Kiedyś to było...** – mag.
14.25 **Okrasa łamie przepisy**
15.00 **Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka** (62)
15.30 **Ojciec Mateusz 2** (17, 18)
17.25 **Gwałtowna pogoda. Jak ją przetrwać?** (1) – dok.
18.30 **Hity wszech czasów** (7)
19.30 **Miłość i nadzieja** (303) – telenowela, Turcja 2022
20.30 **Wichrowe wzgórze** (284) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (272) – obycz.
22.30 **9. życie Louisa Draxa**
FILM – thriller, Wielka Brytania/Kanada/USA 2016, 110 min

E! ENTERTAINMENT HD

10.40 **Plastyczna fuszerka** (6)
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (2, 3)
14.20 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (6, 7) – rozr.
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (8, 9)
20.30 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (8, 9) – rozr.
22.30 **Plastyczna fuszerka**
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (2, 3)
3.00 **Plastyczna fuszerka** (6)

TV TRWAM DVB T

17.30 **Moja parafia**
17.55 **Poczet wielkich Polaków** – pr. hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone** – pr. publ.
19.30 **Poznajemy Polskę** (8)
19.45 **Modlitwa** – religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc historia** – cykl fel.
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia** – program publicystyczny
22.00 **Z wędką nad wodę w Polskę i świat** – rozr.

BBC BRIT HD

10.30 **Nadzwyczajne maszyny**
11.30 **Brytyjskie fabryki 2** (2)
12.40 **Top Gear 8** (5) – mag.
13.40 **Nadzwyczajne maszyny**
14.40 **Cuda inżynierii** (4) – dok.
15.40 **Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 4** (5) – telet.
16.45 **Brytyjskie fabryki 2** (2)
17.50 **Top Gear 8** (6) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii** (4) – dok.
20.00 **Brytyjskie fabryki 2** (3)
21.00 **Kolekcja aut Goldberga**
22.00 **Elektryki: co przed Tobą ukrywają?** – film dokum.
23.00 **Top Gear 8** (5) – mag.
0.05 **Top Gear 20** (1) – mag.
1.10 **Cuda inżynierii** (4) – dok.

MINI MINI+ HD

11.25 **Baczne oczka** (1-4)
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** (13) – serial anim.
14.12 **Basia 2** (1-4) – anim., Pol.
15.10 **Kicia Kocia 2** (1-5) – anim.
15.55 **Blaze i megamaszyny 3**
17.20 **Staś i fajna Babcia** (30, 1)
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.57 **Staś i fajna Babcia** (2)
18.15 **Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia** (3, 4) – serial anim., Japonia
18.40 **Dora i przyjaciele** (14, 15)
19.35 **Kicia Kocia** (2-6) – anim.
20.25 **Mały Charlie** (1-5) – anim.

TVP 3 DVB T2

12.30 **Okrasa łamie przepisy**
13.00 **Agrobiznes**
13.20 **Agropogoda**
13.30 **Rozmowy (nie)wygodne**
14.10 **Całkiem niezła historia**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Dlaczego krowa...** – mag.
19.45 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.13 **Gość Regionów** – pr. publ.
20.30 **Kryminalna siódemka**
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.30 **Złoty chłopak** (193) – serial obycz., Turcja 2022

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

eprasa.pl 989b197d00

Warto zobaczyć

14.00 ALE KINO+
Prawo ojca
OBYCZAJOWY Tokio. Francuz Jay po rozwodzie traci kontakt z córką. Pragnie odbudować relację, ale ma przeciw sobie japoński system prawny. *Reż.: Guillaume Senez, A: Romain Duris, Judith Chemla, Mei Cirne-Masuki Francja/USA 2024* **130 min ▶ do godz. 16.10**

14.45 KINO POLSKA
Jeszcze raz
KOMEDIA ROMANTYCZNA Matka i córka podczas wakacji znajdują miłość swojego życia. Nie od początku jednak wszystko układa się doskonale. *Reż.: Mariusz Malec, A: Anna Antonowicz, Przemysław Cypryański Polska 2008* **125 min ▶ do godz. 16.50**

15.05 TVP KULTURA
Bodo
BIOGRAFICZNY Rok 1916. Bodzio ucieka z domu, by zrealizować marzenie o karierze scenicznej. Kilka lat później jest u szczytu sławy. *Reż.: Michał Kwieciński, A: Tomasz Schuchardt, Antoni Królikowski Polska 2016* **125 min ▶ do godz. 17.10**

16.45 TVN FABUŁA
Ocean's 8
KOMEDIA KRYMINALNA Siostra Danny'ego Oceana tworzy zespół, który ma dokonać zuchwałej kradzieży. Celem złodziejek jest cenny naszyjnik. *Reż.: Gary Ross, A: Sandra Bullock, Cate Blanchett, Rihanna USA 2018* **135 min ▶ do godz. 19.00**

18.50 POLSAT FILM
Mocne uderzenie
KOMEDIA Nauczyciel Scott odkrywa, że jego przyjaciel może stracić pracę w szkole. Pragnąc zdobyć fundusze, bierze udział w zawodach MMA. *Reż.: Frank Coraci, A: Kevin James, Salma Hayek, Henry Winkler USA 2012* **130 min ▶ do godz. 21.00**

19.35 WARNER TV
Pokerowy blef
KOMEDIODRAMAT Utalentowany hazardzista Huck musi się zmierzyć ze swoim ojcem, legendą pokera. Ma z nim rachunki do wyrównania. *Reż.: Curtis Hanson, A: Eric Bana, Drew Barrymore, Robert Duvall USA/Niemcy 2007* **145 min ▶ do godz. 22.00**

20.00 C+ PREMIUM
Pod gwieździstym niebem
KOMEDIA ROMANTYCZNA Pisarz Ian jedzie do Włoch w poszukiwaniu inspiracji. Nawiązuje romans z Arianną. *Reż.: Michelle Danner, A: Alex Pettyfer, Eva De Dominici, Toni Collette USA 2025* **100 min ▶ do godz. 21.40**

21.00 SUPER POLSAT
Kontakt
SCIENCE FICTION Eleanor nawiązuje kontakt z pozaziemską cywilizacją. Chce stanąć na czele misji, która ma dotrzeć do odległej galaktyki. *Reż.: Robert Zemeckis, A: Jodie Foster, Matthew McConaughey USA 1997* **180 min ▶ do godz. 0.00**

→ filmowe hity

Will podejmuje walkę z terrorystami. Sytuację komplikuje szalejący pożar.

19.55 POLSAT
Drapacz chmur
SENSACYJNY Były komandos sprawdza zabezpieczenia wieżowca. Budynek opanowują zamachowcy.

HIT DNIA Will Sawyer to weteran wojenny i były szef jednostki FBI, która zajmowała się odbijaniem zakładników. Jego kolejnym zadaniem jest kontrola zabezpieczeń w najwyższym drapaczu chmur na świecie, The Pearl w Hongkongu, który ma opinię najbardziej odpornego na wszelkie zagrożenia. Podczas wizyty dochodzi do komplikacji. W apartamentowcu wybucha pożar. Amerykanin zostaje oskarżony o niedopełnienie obowiązków. Musi udowodnić, że nie dopuścił się uchybień. Szybko przekonuje się, że budynek opanowali terroryści, którzy wzięli zakładników. Wśród uwięzionych znajdują się również bliscy Willa. Mężczyzna wykorzystuje wiedzę i umiejętności zdobyte w agencji rządowej, a także doświadczenia z wojska, aby stawić czoło uzbrojonym przeciwnikom. **HD 130 min ▶ do godz. 22.05**

USA 2018 **Reż.:** Rawson Marshall Thurber **Wyst.:** Dwayne Johnson, Neve Campbell, Chin Han, Roland Moller

20.00 TVN 7
Batman: Początek
SENSACYJNY W dzieciństwie Bruce Wayne (Christian Bale) był świadkiem zabójstwa rodziców. Od lat podróżuje po świecie targany żądzą zemsty. Gdy wraca do Gotham, jako Batmana staje do walki z bandytami.

Reż.: Christopher Nolan Wyst.: Michael Caine USA 2005 **HD 180 min ▶ do godz. 23.00**

20.00 TV PULS
Krzyżowy ogień
SENSACYJNY Żona płatnego zabójcy, Flinta (Scott Adkins), po brutalnym napadzie zapada w śpiączkę. Mężczyzna odkrywa, kto odpowiada za pobicie ukochanej. Razem z kolegą po fachu wypowiada wojnę dilerowi.

Reż.: Ernie Barbarash Wyst.: Ivan Kaye USA 2011 **HD 125 min ▶ do godz. 22.05**

20.00 STOPKLATKA
Fałszerz
THRILLER Więzień Raymond (John Travolta) jest mistrzem w podrabianiu dzieł sztuki. Pewnego dnia zawiera umowę z gangsterem. Odzyska wolność, jeśli wykona kopię obrazu Moneta oraz podmieni go w muzeum.

Reż.: Philip Martin Wyst.: Tye Sheridan USA 2014 **HD 120 min ▶ do godz. 22.00**

20.50 TVN
Ostatnie tchnienie
THRILLER Drew (Sophie Lowe) nurkuje z siostrą. Wyprawa zmienia się w horror, gdy druga z kobiet zostaje uwięziona pod wodą. Krewna usiłuje jej pomóc. Obmyśla kolejne sposoby wydostania jej z pułapki.

Reż.: Maximilian Erlenwein Wyst.: Louisa Krause Niemcy 2023 **HD 110 min ▶ do godz. 22.40**

22.05 POLSAT
Tożsamość Bourne'a
THRILLER Wyłowiony z morza rozbitek (Matt Damon) cierpi na amnezję. Zamierza ustalić, kim jest. Już wkrótce jego tropem podążają agenci CIA, którzy są gotowi na wszystko, by go zabić.

Reż.: Doug Liman Wyst.: Franka Potente USA 2002 **HD 160 min ▶ do godz. 0.45**

23.55 TVN
Godzina zemsty
SENSACYJNY Kryminalista Porter (Mel Gibson) zostaje oszukany przez wspólnika (Gregg Henry) oraz uzależnioną od narkotyków żonę. Cudem uchodzi z życiem. Rozprawia się ze zdrajcami. Wikła się też w rozgrywkę z chińską mafią.

Reż.: Brian Helgeland Wyst.: Lucy Liu USA 1999 **HD 130 min ▶ do godz. 2.05**

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

egzemplarz nr 999h197d00

→ sport

13.00 EUROSPORT 1
Tour de France
KOLARSTWO LIVE
W ramach dziesiątego etapu peleton pokona 166,6 km. Kolarzy, w tym Paula Seixasa, czeka kilka dość wymagających podjazdów, m.in. pod Col de la Griffoul, który po raz pierwszy znalazł się na trasie Wielkiej Pętli. HD 300 min ▸ do godz. 18.00

20.00 C+ SPORT
PKO BP Ekstraklasa
PIŁKA NOŻNA Najważniejsze wydarzenia sezonu 25/26. Mistrzem Polski drugi raz z rzędu został Lech Poznań, a do 1. ligi spadły Bruk-Bet Termalica Nieciecza, Arka Gdynia oraz Lechia Gdańsk. HD 60 min ▸ do godz. 21.00

20.50 TVP 1
Mistrzostwa świata 2026
PIŁKA NOŻNA LIVE
Pora poznać pierwszego finalistę. Występ reprezentacji Hiszpanii w tym meczu na Dallas Stadium nie stanowiłby niespodzianki. La Roja to aktualni mistrzowie Europy. HD 160 min ▸ do godz. 23.30

22.05 C+ SPORT
ONE Friday Fights 161
SPORTY WALKI Zawody odbyły się 10 lipca w Bangkoku. Kibice zobaczyli w akcji m.in. Jaradchaia Maxjandee i Ohtmana Rhouniego, a także Petsiama Waterubona oraz Nihada Taghizade. HD 70 min ▸ do godz. 23.15

→ rozrywka

18.00 TV 4
Łowcy skarbów. Kto da więcej?
REALITY SHOW Janusz przywiezie stolik bilardowy z czasów PRL. Mirosław zaprezentuje czerwony wazon. Agnieszka ma niemieckie popielniczki z lat 70. XX w. Michał zaoferuje natomiast sygnowaną znakiem Fabryki Norblina cukiernicę z lat 30. HD 60 min ▸ do godz. 19.00

20.05 TVP 2
Omnibus – szybcy i mądrzy
TELETURNIEJ W rywalizacji liczy się przede wszystkim czas – poprawne odpowiedzi sprawiają, że uczestnikom dodawane są cenne sekundy. Śmiałkowie przetestują m.in. pamięć. Prowadzi Krzysztof Czeczot. HD 30 min ▸ do godz. 20.35

22.40 TVN
Kuba Wojewódzki
TALK-SHOW Magdalena Zawadzka opowie między innymi o tym, jak wyglądała praca na planie u Jana Holoubka. Gośćmi tego wydania są też bracia, którzy tworzą muzyczny duet Kacperczyk. Zdradzą oni swoje artystyczne plany. HD 75 min ▸ do godz. 23.55

→ dokument

20.00 C+ DOKUMENT
Prawdziwa historia Tamary Łempickiej
BIOGRAFIA Losy malarki, która przekraczała granice stawiane kobietom w świecie sztuki. Jej portret kreślą m.in. eksperci i członkowie rodziny. HD 105 min ▸ do godz. 21.45

Zamów najbliższe wydania swojego ulubionego tytułu!

Oferta PRENUMERATY

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

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

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

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

eprasa.pl 989b197d00

TVP 1 HD DVB-T2

4.55 Złoty chłopak (332) – serial obyczajowy, Turcja 2022
5.50 Akacjowa 38 (894) – telenowela, Hiszpania 2015
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.30 Kościół z bliska – mag. religijny
8.00 Serwis Info – program inform.
8.10 Pogoda Info
8.20 Janosik (11) – przyg., Pol. 1973
9.15 Ranczo 7 (81) – obycz., Pol. 2013
10.10 Komisarz Alex 7 (89) – serial kryminalny, Polska 2015
11.05 Ojciec Mateusz 16 (201) – 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 Taniec z rosyjskim niedźwiedziem, część 3 – film dokumentalny, Polska 2025
14.00 Złoty chłopak (333-ost.) – serial obyczajowy, Turcja 2022
15.00 Serwis Info – program inform.
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1066) – teleturniej
16.00 Dziedzictwo (978) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Jaka to melodia? – telet. muz.
18.05 Reporterzy – mag. reporterów
18.25 Akacjowa 38 (911) – telenowela, Hiszpania 2015
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.
20.10 Sport, pogoda
20.25 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)

TVP 2 HD DVB-T2

4.35 Na dobre i na złe – serial obyczajowy, Polska 2023
5.35 M jak miłość (1793) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 Z Utrechtu do Polski – reportaż, Polska 2026
6.55 Barwy szczęścia (3353) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.30 Rodzinka.pl (39, 40): Wakacje pod Ełkiem; Dorosłe nastolatki – serial komediowy, Polska 2011
12.35 Koło fortuny (1889) – teleturniej
13.15 Panna młoda (143) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 Va banque (1012) – teleturniej
14.35 Na sygnale (875): Tajemnice i niedopowiedzenia – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.00 La Promesa – pałac tajemnic (432) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
16.00 Koło fortuny (1896) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (144) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 Va banque (1013) – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3353) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.05 Omnibus – szybcy i mądrzy (20) – teleturniej
20.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (20) – teleturniej
20.55 Postaw na milion – teleturniej

POLSAT HD DVB-T2

4.40 Disco Gramy
5.25 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.30 Malanowski i partnerzy (332, 334): Umrzeć przed śmiercią; Smak zemsty – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
9.30 Trudne sprawy (1261, 1262) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.35 Gliniarze (878, 879) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.40 Dlaczego ja? (1508, 1509) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Biznesmen Łukasz, który prowadzi ustabilizowane życie rodzinne, dowiaduje, że ma dorosłego syna Kacpra z dawnego związku. Nawiązuje z nim relację i hojnie go wspiera, co budzi sprzeciw żony i córki.
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.25 Interwencja – magazyn reporterów
16.40 Gliniarze (1075, 1076) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Taksówkarz zostaje wywieziony do lasu i brutalnie pobity. Odmawia składania zeznań. Natalia i Kuba odkrywają, że rok wcześniej spowodował wypadek, w którym zginęło dziecko. Podejrzenia padają na ojca ofiary, lecz okazuje się, że taksówkarz miał więcej wrogów.
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń" – program publicystyczny
19.35 Sport, pogoda

TVN HD DVB-T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1698) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (11): Gorzów Wielkopolski – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.20 Doradca smaku (32) – magazyn kulinarny
11.25 Kuchenne rewolucje (12): Janowo, Gold – program rozrywkowy
12.35 Ukryta prawda (1481, 1482, 1727) – serial paradok., Polska
15.45 Detektywi (111) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
Zuzanna zostaje porwana i zgwałcona. Napastnik więzi ją w swoim mieszkaniu. Dziewczynie udaje się uciec, jednak nie zna wyglądu oprawcy.
16.50 Szpital św. Anny (67) – serial obyczajowy, Polska 2025
Fidor interweniuje w sprawie leśnika, który zasłabł. Filip niepokoi się o przyszłość Kalinki. Kaja rozmawia z Zytą o czekającym ją spotkaniu z Kajetanem.
17.55 Młode gliny (21) – serial kryminalny, Polska 2026
W lesie pod Warszawą policjanci znajdują pobitą Paulinę i martwego Piotra, jej chłopaka. Zamieszany w sprawę może być były partner poszkodowanej.
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów
20.15 Na Wspólnej (4245) – serial obyczajowy, Polska 2026 (player)

20

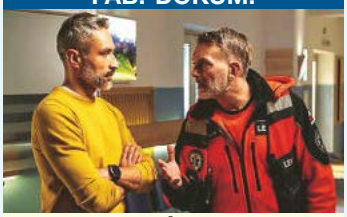
PIŁKA NOŻNA

20.50 Mistrzostwa świata 2026 (LIVE) – mecz półfinałowy

W rozgrywanym na Dallas Stadium półfinale najpewniej zobaczymy reprezentację Hiszpanii. Co prawda La Furia Roja tylko zremisowała na inaugurację z Republiką Zielonego Przylądka 0:0, ale już w kolejnym meczu pokazała, dlaczego uchodzi za jednego z głównych faworytów turnieju, rozbijając Arabię Saudyjską 4:0.

23.30 Ostatni pojedynek – film dokumentalny, Hiszpania 2026
0.40 Romans na godziny (FILM) – komedia romantyczna, USA 2014, reż. Victor Levin, wyk. Anton Yelchin, Bérénice Marlohe, David Remnick, David Shannon, 105 min
2.25 Pajęczarki (FILM) – komedia obyczajowa, Polska 1993, reż. Barbara Sass, wyk. Adrianna Biedrzyńska, Maria Pakulnis, Jan Nowicki, Wojciech Malajkat, 110 min
4.15 Wykrywacz kłamstw – program publicystyczny
4.35 Pytanie dnia – program publicystyczny
4.55 Zakończenie

FAB.-DOKUM.

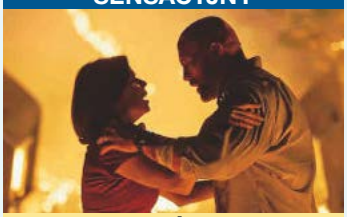


21.50 Na sygnale (869, 870): Kto lubi prawdziwą głuszę?; Medycyna pola walki – Polska 2026

Waleria niespodziewanie znika bez śladu po wyjściu z domu, co budzi niepokój Benia i Wiktora. Na dyżurze Banach staje przed trudnym zadaniem. Musi pomóc upartemu pacjentowi z cukrzycą i źle gojącą się raną po operacji kolana. Ela razem z Romkiem dociera do domku wuja, gdzie zastaje dzikiego lokatora – chorego nastolatka, który zranił się w szyję.

22.55 Berlin Ku'damm 56 (3) – serial obyczajowy, Niemcy 2016
23.50 PitBull 2 (8) – serial sensacyjny, Polska 2007
0.50 Karol, władca Hiszpanii (7) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015
1.45 Nasz dom w górach (14): Bracia, część 2 – serial obyczajowy, Niemcy 2021
2.40 Demony i smoki – film dokumentalny, Dania/Szwecja 2024
3.45 Rodzinka.pl – serial komediowy, Polska 2025
4.15 Zakończenie

SENSACYJNY



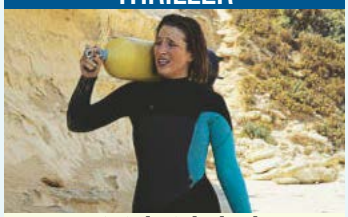
19.55 Drapacz chmur (FILM) – USA 2018, 130 min

HIT DNIA

Były komandos Sawyer przeprowadza kontrolę zabezpieczeń wieżowca w Chinach. W trakcie jego wizyty wybucha pożar. Na dodatek budynek opanowują terroryści. Amerykanin robi wszystko, by ocalić bliskich, którzy zostali w apartamentowcu i wpadli w ręce przestępców.

22.05 Tożsamość Bourne'a (FILM) – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, reż. Doug Liman, wyk. Matt Damon, Franka Potente, Chris Cooper, Clive Owen, 160 min
Rybacy znajdują rannego. Nie ma dokumentów i niczego nie pamięta, ale ma wszyty implant z numerem konta w szwajcarskim banku. Aby poznać swą tożsamość, mężczyzna jedzie do Zurychu. Podąża za nim czterech zabójców.
0.45 Transfer (FILM) – thriller, USA 2007, reż. Gavin Hood, wyk. Omar Metwally, Reese Witherspoon, Meryl Streep, Jake Gyllenhaal, 160 min
3.25 Nasz nowy dom (291) – reality show

THRILLER



20.50 Ostatnie tchnienie (FILM) – Niemcy 2023, 110 min

Drew i jej starsza siostra May przyjeżdżają na odludne wybrzeże, by wspólnie ponurkować. Wyprawa zamienia się w horror, kiedy jedna z nich zostaje przygnieciona głazem i uwięziona pod wodą. Rozpoczyna się walka o życie.

22.40 Kuba Wojewódzki (14-ost.) – talk-show
23.55 Godzina zemsty (FILM) – film sensacyjny, USA 1999, reż. Brian Helgeland, wyk. Mel Gibson, Gregg Henry, David Paymer, Maria Bello, 130 min
Val i Porter napadają na skarbnika mafii. Pierwszy z nich zagarnia łup i próbuje zabić towarzysza. Zdradzonemu bandycie udaje się jednak przeżyć. Realizuje plan zemsty.
2.05 Uwaga! – magazyn reporterów
2.25 Wallander (10) – serial kryminalny, Szwecja 2005
4.15 Detektywi (111) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
5.05 Recepta na stary dom 3 (13) – program rozrywkowy

eprasa.pl 989b197d00

TVN 7 HD DVB-T2

5.25 Ten moment (57) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 Szkoła (794-796) – serial paradokumentalny, Polska 2020
8.45 Ukryta prawda (1340, 1449, 1450) – serial paradok., Polska
11.50 W-11 – Wydział Śledczy (1105-1107) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
13.55 Kryminalni (7): Strażacy – serial kryminalny, Polska 2004
15.00 Szpital (786, 787) – serial paradokumentalny, Polska 2018
17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (508): Umrzyj dwa razy – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
18.00 SOS Ekipy w akcji (20) – serial paradokumentalny, Polska 2018 Pewna przestraszona kobieta zgłasza funkcjonariuszom, że w parku grasuje ekshibicjonista. Straż pożarna udaje się do domu na obrzeżach miasta, w którym sąsiedzi zauważyli dym
19.00 Ukryta prawda (1531) – serial paradokumentalny, Polska 2023 Eliza uczy w tym samym liceum, co jej mąż Karol. Zaczyna podejrzewać go o romans, spędza bowiem dużo czasu na korepetycjach. Okazuje się, że jest on szantażowany.

TV PULS HD DVB-T2

6.00 Policjanci z Miami 3 (8, 9): Chemia ułatwia życie; Dziecięcy blues – serial krym., USA 1986
8.00 Kobra – oddział specjalny (1, 2): Na wschód od Edenu, część 1; Na wschód od Edenu, część 2 – serial sensacyjny, Niemcy 2017, wyk. Erdogan Atalay, Carina N. Wiese
10.00 Maria z przedmieścia (59, 60) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (116) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
13.00 Wspaniałe stulecie (50) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 Kurierzy (35) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 11 (542, 543) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy (36) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023 Roman zawozi przesyłkę do diwy operowej. Kobieta uświadamia mu, co robi nie tak w relacji z Justyną.
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (973, 974) – serial obyczajowy, Polska 2026 Stanisław prowadzi zakład mięsny. Funduje ukochanej, która ma guza mózgu, terapię w Niemczech. Decyduje się zastawić firmę w lombardzie.

PULS 2 HD DVB-T2

5.50 Ale numer! 20 (18) – pr. rozrywk.
6.20 Cosie-Ktosie (12) – serial anim.
6.30 Kajko i Kokosz 2 (12) – anim.
6.45 SamSam: Kosmiczne przygody (2) – anim., Fr./Belgia
7.00 Blaze i megamaszyny 6 (21) – serial animowany, USA 2020
7.30 Psi Patrol (26) – serial anim.
7.50 Superkoty (19) – serial anim.
8.30 Wielkie przygody małego rekina (12) – serial dla dzieci, Korea Południowa/USA 2020
8.50 Masza i Niedźwiedź (1, 2) – serial animowany, Rosja 2012
9.20 Straszne historie Maszy (12) – serial animowany, Rosja 2016
9.25 Świnka Peppa 2 (8-10) – anim.
9.45 Bing (13, 14) – serial animowany
10.00 Jeżyk i Przyjaciele (1, 12) – serial animowany, Polska 2023
10.35 Spidey i superkumple 2 (48, 47) – serial anim., USA 2022
11.35 Gus. Mały – wielki rycerz (1, 2) – serial animowany, Francja 2021
12.00 Psi Patrol 8 (24) – serial anim.
12.35 Marta mówi (19) – serial anim.
13.00 Smerfy (180, 181) – serial anim.
14.00 Monster High (17, 18) – anim.
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2 (29, 30) – anim.
16.00 Fineasz i Ferb 2 (13, 14) – anim.
17.00 Smerfy (182, 183) – serial anim.
18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2 (35, 36) – serial animowany, USA

NETFLIX

TOSKANIA

Kucharz Theo (Anders Matthesen) próbuje sprzedać odziedziczoną nieruchomość. Spotyka sympatyczną Sophię (Cristiana Dell'Anna). Ta znajomość skłania go do ważnych refleksji na temat miłości.
▶**obycz., Szwecja 2022; 90 min**

NIEWYBRANI

Rosie wraz z mężem Adamem (Asa Butterfield) i córką mieszka w odizolowanej wspólnocie chrześcijańskiej. Zbiegły więzień Sam (Fra Fee) zmienia jej podejście do życia. Skrywa też sekret.
▶**krym. (6 odc.), Wlk. Bryt. 2026**

Reutter

CUKIERKI ALOESOWE – SEKRET URODY, DOBREGO SAMOPOCZUCIA, WZMOCNIENIA ODPORNOŚCI.

W APTEKACH I ZIELARNIACH

REKLAMA

20.00 Batman: Początek – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2005, 180 min
FILM

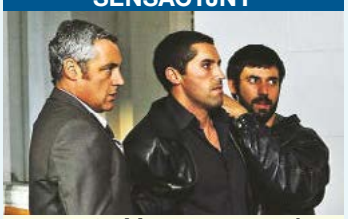
W dzieciństwie milioner Bruce Wayne był świadkiem zabójstwa rodziców. Od lat podróżuje po świecie targany żądzą zemsty. W Azji opanowuje sztuki walki. Kiedy powraca do Gotham, jako zamaskowany Batman staje do starcia z bezprawiem.

23.00 Człowiek demolka – film sensacyjny, USA 1993, reż. Marco Brambilla, wyk. Sylvester Stallone, Wesley Snipes, Sandra Bullock, Nigel Hawthorne, 145 min
FILM
Los Angeles. Policjant budzi się po wieloletniej hibernacji. W 2032 roku musi ponownie stanąć do walki z wrogiem, psychopatą Phoeniksem.

1.25 Żołnierz przyszłości – film s.f., USA/Wielka Brytania 1998, reż. Paul W.S. Anderson, wyk. Kurt Russell, Jason Scott Lee, Jason Isaacs, Connie Nielsen, 135 min
FILM

3.40 Zgłoś remont 11 (6) – program rozrywkowy
4.35 Dorota was urządzi! (11) – program rozrywkowy

SENSACYJNY



20.00 Wtorki z Van Damme'em: Krzyżowy ogień – USA 2011, 125 min
FILM

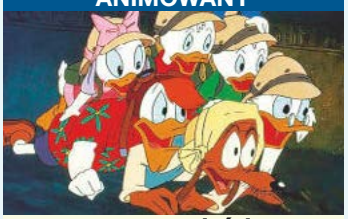
Brazil i Flint to najlepsi zawodowi mordercy na świecie. Żona drugiego z nich po brutalnym napadzie zapada w śpiączkę. Mężczyzna myśli o wycofaniu się z profesji. Zmienia zdanie, gdy odkrywa, kto odpowiada za pobicie jego ukochanej. Razem z Brazilem wypowiada wojnę handlarzowi narkotyków.

22.05 Wykonać wyrok – film sensacyjny, Kanada/USA 1990, reż. Deran Sarafian, wyk. Jean-Claude Van Damme, Robert Guillaume, Cynthia Gibb, George Dickerson, 110 min
FILM

23.55 Negocjator – film sensacyjny, USA/Niemcy 1998, reż. F. Gary Gray, wyk. Samuel L. Jackson, J.T. Walsh, Kevin Spacey, David Morse, 155 min
FILM

2.30 Dzielnica strachu 9 (405): Niewygodny świadek – serial kryminalny, Polska 2025
3.30 Lombard. Życie pod zastaw 18 (969) – serial obyczajowy, Polska 2026
4.20 Zobacz to! – pr. powtórkowe

ANIMOWANY



19.00 Kacze opowieści (8, 9) – USA 1987

Miliarder Sknerus McKwacz stawia czoło złodziejom, chcącym przejąć jego bajeczną fortunę. Może liczyć na wsparcie swoich rezolutnych siostrzeńców i wiernych przyjaciół. Wraz z nimi przeżywa wiele przygód.

20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (961) – serial obyczajowy, Polska 2026
21.00 Dzielnica strachu 10 (443, 444) – serial kryminalny, Polska
23.00 Amerykański Sicario – dramat sensacyjny, USA 2021, reż. RJ Collins, wyk. Cali Morales, Danny Trejo, Maurice Compte, Maya Stojan, 120 min
FILM

1.00 Dzielnica strachu 10 (439) – serial kryminalny, Polska 2025
1.55 Lombard. Życie pod zastaw 12 (644) – serial obyczajowy, Polska 2023
3.05 Lombard. Życie pod zastaw 5 (202, 203) – serial obyczajowy, Polska 2019
5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (508) – serial obyczajowy, Polska 2022

SALCEDO, SKÓRA I BOOGALOO

Dago Garcíi przez lata pracował jako DJ w Quiebracanto – jednym z najsłynniejszych klubów tanecznych w Kolumbii. Jego wspomnienia związane z tym miejscem stały się inspiracją do stworzenia historii, w której rytmy salsy stanowią tło opowieści o emocjach i konfliktach kształtujących życie bywalców lokalu.
▶**dla młodzieży, Kolumbia 2026**

PREMIERA

QUARTERBACK

Najważniejsze momenty sezonu 2022 NFL z perspektywy rozgrywających, którym przez cały sezon towarzyszyły mikrofony. To bezprecedensowe spojrzenie na zawodowe i prywatne życie Patricka Mahomesa, Kirka Cousinsa czy Marcusa Marioty. Dokumentaliści obserwują ich na boisku i w domach.
▶**serial dokum. (8 odc.), USA 2026**

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (4, 5) – krym., USA/Kanada
7.30 Ostry dyżur (9, 10) – serial obyczajowy
9.25 Castle 3 (9, 10) – serial kryminalny
11.20 MacGyver 3 (5, 6) – serial akcji, USA 2018-2019
13.10 Dowody zbrodni (11, 12) – serial kryminalny, USA 2003
15.15 Agenci NCIS: Hawaje (6, 7) – serial kryminalny, USA 2021
17.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (6, 7) – krym., USA/Kan.
19.10 Castle 3 (11, 12) – serial kryminalny

20

KRYMINALNY

21.05 Premiera: Rekrut 8 (15, 16) – USA 2026

Zespół z Mid-Wilshire analizuje sprawę Richa Rowleya, byłego policjanta LAPD, który przed laty miał zginąć w wypadku na łodzi. Nolan i Celina odnajdują go żywego.

23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (6, 7) – serial krym.
0.45 Castle 3 (11, 12) – serial kryminalny
2.40 Rekrut 8 (15, 16) – serial kryminalny
4.35 Walker: Strażnik Teksasu (15) – serial kryminalny, USA 2021

TVP SERIALE

5.25 Rodzinka.pl (105, 106) – kom., Pol.
6.30 Na sygnale (488, 489) – serial fab.-dokum.
7.35 Ojciec Mateusz 3 (38) – krym., Pol. 2010
8.35 Komisarz Alex 3 (27) – serial krym., Polska
9.25 Rodzinka.pl (107)
10.00 Klan (1454, 1455)
10.55 Ranczo 9 (105, 106)
12.35 Komisarz Alex 3 (28)
13.35 Ojciec Mateusz 30 (389, 390) – krym., Pol.
15.35 Komisarz Alex 3 (29) – serial krym., Polska
16.30 Na sygnale (490, 491) – serial fab.-dokum.
17.40 Ranczo 9 (107, 108) – serial obycz., Polska
19.35 Ojciec Mateusz 30 (391) – krym., Pol. 2023

KRYMINALNY

20.30 Ojciec Mateusz 3 (39) – Polska 2010

Ktoś uszkadza wyciągarkę do opuszczania ekranu i spada on na scenę w miejscu, gdzie miała stać odtwórczyni głównej roli. Policja podejrzewa, że ktoś chce ją zabić.

21.30 Ranczo 9 (109, 110)
23.25 Ojciec Mateusz 30 (392) – krym., Pol. 2023
0.25 U Pana Boga w Królowym Moście (7) – obycz.
1.20 Polowanie na ćmy (5, 6) – hist., Pol. 2023
3.20 Stulecie Winnych (9)
4.10 Klan (1454) – telen.

TVP KULTURA HD

10.10 Na ostrzu szpady FILM – przyg., Fr./Niemcy/Włochy 1997, 140 min
12.30 Ula – dok., Pol. 2023
14.00 Kosmos 1999 (12) – serial s.f.
15.05 Bodo – film biograf., FILM Polska 2016, 125 min
17.10 Szaleństwa panny Ewy (3) – film obycz., FILM Polska 1984, 65 min
18.15 Poszukiwacze zaginionych dzieł sztuki (7) – serial dok.
18.55 Rawhide (7) – przyg.
20.00 Teatr Telewizji: Sobota wieczorem – niedziela rano – spektakl teatralny, Polska 1978, reż. Andrzej Jerzy Piotrowski

DRAMAT OBYCZAJOWY

21.50 Ballada o białej krowie – Francja/Iran 2020, 115 min FILM

Iran. Mąż Miny zostaje stracony za zbrodnię, której nie popełnił. Władze oferują rekompensatę. Zrozpaczona wdowa dla dobra rodziny podejmuje walkę z systemem.

23.45 Taniec Pol Pota – film dok., Niem. 2023
1.40 Angol – dramat kryminalny, USA 1999, 100 min FILM
3.20 Kulturalni (26) – magazyn kulturalny
4.15 Podróże z historią (49) – serial dokum.

ALE KINO+ HD

6.30 Polska z góry (2) – serial dok., Pol. 2017
7.00 Wyraj – film krótkometraż.
7.35 Królowa chmur – film obyczajowy, Polska 2003, 100 min FILM
9.15 Wolna krowa – film krótkometraż.
10.00 Stenbeck. Imperium (1, 2) – obycz., Szwecja 2025
12.05 Vera 7 (2) – krym.
14.00 Prawo ojca – dram. obycz., Francja/Bel./Japonia 2024, 130 min FILM
16.10 Strefa interesów – dramat historyczny, USA/Wielka Brytania/Polska 2023, 125 min FILM
18.15 Vera 7 (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

DRAMAT OBYCZAJOWY

20.10 Błękitny dym – USA 2007, 125 min FILM

Policjantka Reena specjalizuje się w wyjaśnianiu spraw podpaleń. Jej kolejni partnerzy giną w dramatycznych okolicznościach. Za wszystkim stoi tajemniczy prześladowca.

22.15 Sycylijskie listy – dram. krym., Wł./Francja 2024, 155 min FILM
0.50 Igrając z ogniem – thriller, Francja/Belgia 2023, 100 min FILM
2.30 Furioza (2) – sens.
3.20 Odzyskać siebie – dramat obyczajowy, Polska 2024, 110 min FILM

CANAL+ PREMIUM HD

10.25 Łapu capu – pr. rozr.
10.30 Orzełek Iggy – anim., FILM Pol./USA 2025, 85 min
11.55 Wszyscy święci – film obyczajowy, Polska 2002, 80 min FILM
13.15 Piękna łąka kwietna
13.45 The Office PL 5 (3, 4)
14.40 Iran: Pokolenie Z – między wolnością a represją – film dokum., Francja 2024
15.35 Imagine Dragons: Live at the Hollywood Bowl
17.50 Czarna woda – film krótkometraż.
18.10 Łapu capu – pr. rozr.
18.15 Krucjata Bourne'a – thriller, USA/Niemcy 2004, 105 min FILM

KOMEDIA ROMANT.

20.00 P! Pod gwieździstym niebem – USA 2025, 100 min FILM

Pisarz z Londynu, Ian, w Apulii znajduje miłość i odzyskuje wenę. Także jego ciotka Audrey zyskuje szansę, by jeszcze raz się zakochać.

21.40 Triumf i upadek. Historia Michaela Jacksona (2) – dok.
22.45 Powrót do Silent Hill – horror, Francja/Wielka Brytania/Niemcy 2026, 105 min FILM
0.30 Wierny ogrodnik – thriller, Wlk. Bryt./Niem. 2005, 125 min FILM

HBO HD

9.40 Hobbit: Pustkowie Smauga – film fantasy, USA/Nowa Zelandia 2013, reż. Peter Jackson, 155 min FILM
12.15 Hitch: Najlepszy doradca przeciętnego faceta – komedia romant., USA 2005, 115 min FILM
14.10 Akademia Pana Kleksa – film fantasy, Polska 2023, 130 min FILM
16.20 Akademia pana Kleksa 2 – film familijny, Polska 2024, 120 min FILM
18.20 Blue Moon – dramat biograficzny, USA/Irlandia 2025, 100 min FILM
20.00 Stamtąd 4 (10) – serial grozy, USA

KOSTIUMOWY

21.00 Ta inna siostra Bennet (4) – Wlk. Bryt.

W Londynie Mary próbuje na nowo poukładać swoje życie. Na domiar złego przez przypadek słyszy coś, co sprawia, że jej pewność siebie zostaje nadszarpnięta.

21.30 Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem (3)
22.05 Kompletnie nieznany – dramat biograficzny, USA 2024, 140 min FILM
0.25 Victor Frankenstein – horror s.f., USA/Wielka Brytania/Kanada 2015, 110 min FILM

AXN WHITE

6.30 Detektyw Murdoch
7.20 Rekrut (6) – serial krym.
8.10 Szpital nadziei 4 (11)
9.10 Blondynka 3 (10, 11)
11.10 Agenci NCIS 20 (19-21)
14.05 Szpital nadziei 4 (12)
15.05 Gwiazdka pod psem FILM – film obycz., 2014, 235 min
19.00 Dr House 3 (12) – obycz.
20.00 Dowody zbrodni 2 (15, 16) – serial kryminalny
22.00 Rekrut (7) – serial krym.
23.00 Agenci NCIS 20 (19-21) – serial sensacyjny, USA
1.45 Dowody zbrodni 2 (15, 16) – serial kryminalny
3.40 Zaklinacze koni 2 (18)
4.35 Zaklinacze koni 3 (1)

AXN BLACK

8.45 Zagadki z przeszłości 2 (7) – przyg., Fr./Niemcy/Kan.
9.45 Gwiezdne wrota 4 (12-14) – s.f., USA/Kan. 2000
12.45 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (12) – sens., USA
13.45 Renegat 5 (15) – sens.
14.45 Drużyna A 3 (4) – sens.
15.50 Nieustraszony (19) – serial sensacyjny, USA
16.55 Zagadki z przeszłości 2 (8) – przyg., Fr./Niemcy/Kan.
17.55 Gwiezdne wrota 4 (15-17) – s.f., USA/Kan. 2001
21.00 Snajper 2 – film sensacyjny, 2002, 115 min FILM
22.55 Terminator: Ocalenie – thriller s.f., 2009, 130 min FILM

WARNER TV

8.25 Bajer z Bel-Air 5 (12, 13)
9.25 Prawo Agaty 3 (4)
10.25 Pełna chata 8 (15, 16)
11.25 Teraz albo nigdy! (13)
12.25 Teraz albo nigdy! 2 (14)
13.00 Tropiciele (5) – serial krym.
13.30 Bajer z Bel-Air 5 (12-15)
15.30 Pełna chata 8 (15-18)
17.30 Stosunki międzymiastowe – kom. romant., USA 2010, 125 min FILM
19.35 Pokerowy blef – komediodramat, USA/Australia/Niemcy 2007, reż. Curtis Hanson, 145 min FILM
22.00 Geosztorm – film s.f., USA 2017, 145 min FILM
0.25 Yellowstone 2 (9, 10)

POLSAT SERIALE HD

6.00 Gliniarze (169-171) – serial paradokumentalny, Pol.
9.00 Co ludzie powiedzą? (21-23, 25, 26, 24) – kom.
12.55 Kowalscy kontra Kowalscy (17-20) – obycz.
14.55 Świat według Kiepskich (397-399, 50) – serial kom.
16.50 Columbo (11, 22) – serial kryminalny, USA
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (141-144) – serial kryminalny, USA
0.50 Ślad (54, 55) – krym., Pol.
2.50 Święty (216, 217) – serial komediowy, Polska 2022
4.00 48h. Zaginieni (113, 114) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.00 Łapu capu – pr. rozrywk.
6.05 Długi weekend – film obycz., Polska 2004, 75 min FILM
7.20 Heidi ratuje rysia – film animowany, 2025, 75 min FILM
8.35 Łapu capu – pr. rozrywk.
8.40 Super pies i kot łotr – film anim., 2025, 90 min FILM
10.10 Miss mokrego podkoszulka – komedia, Polska 2002, 55 min FILM
11.05 Asekuracja
11.30 Liza Minnelli. Niesamowita historia absolutnie prawdziwa
13.10 Mój jedyny wróg
13.30 Chopin, Chopin! – dramat biograf., Pol. 2025, 130 min FILM
15.40 Peacock – thriller, USA 2010, 90 min FILM
17.10 Making of: „Odyseja"
17.35 Call me lala – film krótkometraż., Pol.
18.00 Tożsamość Bourne'a – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, 115 min FILM
19.55 Łapu capu – pr. rozrywk.
20.00 Wcielenie – horror, Wielka Brytania 2024, 95 min FILM
21.35 Sprzątaczka – sens., Wlk. Bryt. 2025, 100 min FILM
23.15 Anora – komediodramat, USA 2024, 135 min FILM
1.30 Wyrwa – thriller, Polska 2023, 100 min FILM
3.10 Moje miasto – serial dok.
4.10 Imago – dramat biograf., Polska 2023, 110 min FILM

CANAL+ SERIALE HD

9.50 Naruto 3 (3-5) – serial anime, Japonia 2003-2004
11.20 13 posterunek 2 (7-9) – serial komediowy, Polska
13.05 Chwile szczęścia (3) – serial dokumentalny, Pol.
14.00 Hollywood Buzz – magazyn filmowy
14.30 Naruto 3 (6-8) – serial anime, Japonia 2003-2004
16.00 Call me lala – film krótkometraż., Pol.
16.25 Planeta Singli. Osiem historii (5, 6) – serial kom.
18.20 To jest żużel (7-9) – serial dokumentalny, Polska 2022
20.00 Belfer 3 (3, 4) – serial kryminalny, Polska 2023
21.40 Łapu capu – program rozrywkowy
22.00 Blizna (7) – sens., Hiszpania
22.50 Making of CANAL+ – magazyn filmowy
23.00 Spartakus: Bogowie areny (1) – serial hist., USA
23.55 Rodziny takie jak nasza (3, 4) – serial obycz., Dania/Szwecja/Wlk. Bryt.
1.45 Twardzielki (4) – serial dokumentalny, Polska 2019
2.20 Żmijowisko (3, 4) – serial kryminalny, Polska 2019
4.05 Miłość, seks & pandemia (1, 2) – serial obyczajowy, Polska 2021
5.40 Pisarze. Serial na krótko 2 (1) – serial komediowy, Polska 2021

CANAL+ 360 HD

8.00 Porzucone konstrukcje (10) – serial dok., Wlk. Bryt.
9.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (6) – serial dok., Niem. 2023
10.00 Co poszło nie tak (5)
11.05 Rekruci (5, 6) – dok., Pol.
13.00 Zabójcze drogi (1) – dok.
13.55 Wykrywacz historii 5 (2)
14.55 Grip – w świecie supersamochodów (9)
16.00 Supersamoloty bojowe 11 (8) – serial dok.
16.55 Zholowani: ciężarówki w opałach 9 (6) – dok.
17.55 Porzucone konstrukcje (11) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.50 Wykrywacz historii 5 (1)
19.50 Zholowani: ciężarówki w opałach 9 (7) – dok.
20.50 Co poszło nie tak 2 (2)
21.55 Grip – w świecie supersamochodów (8)
23.00 Supersamoloty bojowe 11 (6) – serial dok.
0.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2 (5) – serial dok., Niem. 2014
1.05 Kryptonim Polska (1) – serial komediowy, Polska
2.05 Bohater z Cienia (1)
2.40 Czarna domena (5) – dok.
3.45 Survivalowa rodzina (8, 9) – serial dok., Pol. 2019
4.55 Pogotowie remontowe Wieśka 2 (5, 6) – mag.

HBO 2 HD

13.00 I tak po prostu 3 (4)
13.45 Bohemian Rhapsody – dramat biograf., Wielka Brytania/USA 2018, 130 min FILM
15.55 Siła naszych marzeń – dramat obyczajowy, Francja/Kan. 2022, 105 min FILM
17.40 Priscilla – dramat biograf., Włochy/USA 2023, 110 min FILM
19.30 Wyśnione piosenki – dramat obyczajowy, USA 2025, 95 min FILM
21.05 Piekielne wakacje – horror, USA/Kanada 2023, reż. Billy Bryk, 85 min FILM
22.30 Tokyo Vice (1) – krym.
23.30 28 tygodni później – horror, 2007, 95 min FILM

HBO 3 HD

13.50 Eddie zwany Orłem – biograf., 2016, 105 min FILM
15.35 Focus – kom. krym., USA/Argentyna 2015, 105 min FILM
17.20 Witajcie w Marwen – film biograficzny, USA/Japonia 2018, 115 min FILM
19.15 Ktoś, gdzieś 3 (3, 4)
20.05 Rzym 2 (4) – serial hist.
21.00 Stamtąd 4 (10)
21.50 Ta inna siostra Bennet (4) – kostium., Wlk. Bryt.
22.20 Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem (3) – kom.
22.55 Venom – film s.f., Chiny/USA 2018, 110 min FILM
0.45 Sąsiedzi 2 – komedia, USA/Chiny 2016, 90 min FILM

eprasa.pl 989b197d00

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 Górale (3-5) – serial dokumentalny, Polska
7.30 Doktor Martin (38) – serial obyczajowy
8.30 Przyjaciółki (139, 140) – obycz., Pol.
10.25 Świat według Kiepskich (177, 178, 87, 88, 163, 164, 50) – serial kom., Polska
14.05 O Yeti! – film
FILM animowany, Chiny/USA 2019, 120 min
16.05 Van Helsing – horror
FILM s.f., USA/Czechy 2004, reż. Stephen Sommers, wyk. Hugh Jackman, 165 min
18.50 Mocne uderzenie
FILM – komedia, USA 2012, reż. Frank Coraci, wyk. Kevin James, 130 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 Tata ma plan 2 (21) – serial komediowy, USA 2017
6.30 Tata ma plan 3 (1) – serial komediowy, USA 2019
7.00 Dwóch i pół 6 (4-7) – serial komediowy, USA 2008-2009
8.55 Przyjaciele 8 (7-12) – kom., USA 2001-2002
11.55 Teoria wielkiego podrywu 7 (23, 24) – kom., USA 2013-2014
12.50 Teoria wielkiego podrywu 8 (1-4) – kom., USA 2014-2015
14.30 Dwóch i pół 6 (8-11) – kom., USA 2008-2009
16.30 Przyjaciele 8 (13-18) – serial komediowy, USA 2001-2002

TVN FABUŁA HD

5.05 Szkoła (786)
6.00 Top 100: filmy wszech czasów (4)
6.30 Kino Buzz Top 5 (4)
6.45 Zakochani po uszy (97, 98) – telen., Polska
7.45 Detektywi (93-96)
9.50 Prawo Agaty 4 (3)
10.55 Szpital św. Anny (73)
11.55 Miłość czy pomyłka? (43) – telen.
12.55 Zapukaj do moich drzwi (1) – telenowela
13.55 Prawo Agaty 4 (2)
14.55 Detektywi – fab.-dok.
16.00 Filmowe duety (1)
16.35 Alfabet filmowy (13)
16.45 Ocean's 8 – komedia
FILM kryminalna, USA 2018, reż. Gary Ross, 135 min
19.00 Szpital św. Anny (74) – serial obycz., Polska

13 ULICA

6.05 Blanca 3 (11, 12) – serial kryminalny, Wł.
8.25 Morderstwo
FILM **w Amboise** – film kryminalny, Francja/Belgia 2022, 125 min
10.30 Mentalista (21-23) – serial kryminalny
13.20 Mentalista 2 (1) – serial kryminalny
14.15 Detektyw z wybrzeża (1, 2) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2021
16.20 Morderstwo
FILM **w Font-Romeu** – film kryminalny, Francja 2023, reż. Marion Lallier, 120 min
18.20 Mentalista 2 (2-5) – serial kryminalny, USA 2009

KINO POLSKA

6.25 Polska z góry. Nad wodą 2 (1) – dok.
6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dok.
7.15 Przygody Myszki (5, 6) – serial anim.
7.40 Reksio (48, 49)
8.00 Stawiam na Tolka Banana (4, 5) – obycz.
9.35 Podróż za jeden
FILM **uśmiech** – film przyg., 1972, 100 min
11.15 To nie ze mną (10, 11) – serial obycz.
12.40 Pokój z widokiem
FILM **na morze** – film psychologiczny, 1977, 125 min
14.45 Jeszcze raz – kom.
FILM romant., 2008, 125 min
16.50 Stawka większa niż życie (3, 4) – wojenny

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Kabaretowe hity (3)
6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
7.50 Robert Makłowicz (206, 220) – mag. kulin.
9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher (10) – serial krym., Australia
10.55 Górski lekarz (1, 2) – serial obycz., Niemcy
12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher (11)
14.00 Katastrofy w przestworzach (3, 10, 5) – dok., Kan.
17.00 MacGyver 4 (11) – sens., USA/Kan. 1989
18.00 Wojny magazynowe: Kanada (11, 12)
19.10 Aukcja w ciemno 2 (11, 12) – serial dokum.

20

KOMEDIA KRYMINALNA

21.00 W jak morderstwo
FILM – Polska 2021, 130 min

W Podkowie Leśnej dochodzi do zbrodni. Magda, miłośniczka kryminałów, postanawia pomóc komisarzowi Sikorze w śledztwie.

23.10 Projektantka
FILM – komediodramat, Australia 2015, reż. Jocelyn Moorhouse, wyk. Kate Winslet, Liam Hemsworth, 150 min
1.40 Fala zbrodni (78-81) – serial sens., Polska
5.25 Na ratunek 112 (869) – serial paradokumentalny, Polska

KOMEDIOWY

19.30 Teoria wielkiego podrywu 8 (5-10)

Dziewczyny spędzają weekend w Las Vegas. Nieoczekiwanie dochodzi do zamiany ról, kiedy Penny staje się sumienna, a Amy i Bernadette oddają się zabawie.

22.00 The Office PL 4 (3, 4)
23.05 Comedy Club 7 (1, 2)
0.05 Miasteczko South Park 3
1.00 Pracoholicy 3 (19, 20)
2.00 Śmieszniej nie będzie (3, 4) – pr. rozr.
3.00 Miasteczko South Park 2 (16-18)
4.30 Comedy Club 8 (7-9)

KOMEDIA SENSACYJNA

20.00 Gliniarz z Beverly
FILM **Hills 2** – USA 1987, 140 min

Bandyci napadają na sklep jubilerski. Prowadzący śledztwo policjanci zostają odsunięci od sprawy. Z pomocą kolegom przybywa niezawodny Axel Foley.

22.20 MachoCry Macho
FILM – dramat obyczajowy, USA 2021, 130 min
0.30 Klincz – dram. obycz.,
FILM Pol. 1979, 110 min
2.20 Po pierwsze kino 3 (32) – pr. rozrywk.
2.30 Andrzej Sołtysik przedstawia 3 (20)

KRYMINALNY

22.00 Flashback (4) – Francja 2024

Elsa identyfikuje rosyjskiego gangstera, który ma zabić jej ojca. W międzyczasie zajmuje się pomocą w sprawie Josselina, dotyczącej kręgów w zbożu i ufologów.

23.10 Kobra – oddział specjalny (7, 8) – serial sens., Niemcy
1.10 Morderstwo
FILM **w Font-Romeu** – film kryminalny, Francja 2023, 120 min
3.10 Detektyw z wybrzeża (1, 2) – serial kryminalny

DRAMAT HISTORYCZNY

20.00 Kamerdyner
FILM – 2018, 180 min

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

23.00 Wesele – dramat
FILM obyczajowy, Polska/Łotwa 2021, 170 min
1.50 Jezioro Słone
FILM – komedia obycz., Pol./Szwecja 2021, 150 min
4.20 Ostatni prom
FILM – dramat obyczajowy, 1989, reż. Waldemar Krzystek, 100 min

THRILLER

20.00 Fałszerz – USA
FILM 2014, 120 min

Raymond Cutter jest mistrzem w kopiowaniu dzieł sztuki. W ramach umowy z gangsterem ma wykonać falsyfikat obrazu Moneta. Prosi o pomoc ojca oraz syna.

22.00 Podwodna pułapka
FILM – thriller, Wielka Brytania/USA/Dominikana 2017, 110 min
23.50 Wojna o honor
FILM – film sensacyjny, Egipt 2018, 145 min
2.15 Konsul – kom. krym.,
FILM Polska 1989, 150 min

CINEMAX HD

14.55 Pod szarym niebem
FILM – dramat biograficzny, Polska 2024, 85 min
16.20 Moje miejsce jest tutaj
FILM – komediodramat, Włochy/Niemcy 2024, 110 min
18.10 Negocjator – dramat
FILM obyczajowy, Włochy/Belgia 2025, 110 min
20.00 Dunkierka – film wojenny,
FILM Wielka Brytania/Holandia/Francja 2017, 110 min
21.50 Podziemny krąg
FILM – dramat psychologiczny, Niemcy/USA 1999, 140 min
0.10 Węgierska krawcowa
FILM – film obycz., Słowacja/Czechy 2024, 130 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 Święty (43, 44) – kom., Pol.
14.25 Spadkobiercy 4 (7) – rozr.
15.25 Co ludzie powiedzą? 5 (9) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 Jedną nogą w grobie 3 (6) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 Czarna Żmija 4 (6) – kom.
17.35 Bob kocha Abisholę 3 (10-12) – serial komediowy
19.00 Dwóch i pół 6 (4-7) – kom.
21.00 Świat według Kiepskich (5-7) – serial kom., Pol. 2010
22.30 Co ludzie powiedzą? 5 (10) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 Jedną nogą w grobie 4 (1) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 Czarna Żmija (1) – kom.
0.30 Comedy Club 3 (9) – rozr.

SCI FI

10.00 Medium (1, 2) – krym., USA
11.50 Zagubiona tożsamość 2 (18, 19) – serial s.f., Kanada
13.40 Pojedynek monstrów
FILM – horror, USA 2024, 110 min
15.30 Medium (3, 4) – krym., USA
17.20 Zagubiona tożsamość 2 (20, 21) – serial s.f., Kanada
19.10 Planetarny wstrząs
FILM – film s.f., USA 2024, reż. Monroe Robertson, 110 min
21.00 Transformers: Ciemna
FILM **strona Księżyca** – film s.f., USA 2011, 190 min
0.10 Miasto cienia – film
FILM przygodowy, 2008, 120 min
2.10 Zagubiona tożsamość 2 (20, 21) – serial s.f., Kanada

FX HD

9.00 Z archiwum X 2 (24) – s.f.
10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (20, 21) – krym.
11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (9, 10)
13.45 Agenci NCIS 10 (12, 13)
15.35 Skymed 2 (9) – obycz.
16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (22, 23) – krym.
18.20 Z archiwum X 2 (25) – s.f.
19.15 FBI 4 (13) – serial krym.
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (11, 12)
22.00 9-1-1: Nashville (1)
22.55 Z archiwum X 2 (25) – s.f.
23.55 Londyn w ogniu – film
FILM sensacyjny, 2016, 120 min
1.55 Matlock (14) – serial krym.

FILMBOX+ ONE HD

9.50 Panna Marple: Dom
FILM **niespokojnej starości** (3) – film krym., 2006, 125 min
11.55 Zagadki kryminalne panny Fisher (6) – krym.
13.05 Panna Scarlet i komisarz 3 (6) – krym.
14.15 Poirot – serial kryminalny
16.40 Strażnik Teksasu 2 (4, 5) – serial sensacyjny, USA
18.55 Poirot (3) – serial krym.
20.00 3:10 do Yumy – western,
FILM USA 2007, reż. James Mangold, 155 min
22.35 Płonąca pułapka – dram.
FILM sens., 2004, 145 min
1.00 Podły, okrutny, zły
FILM – biograf., 2019, 155 min

ROMANCE TV HD

12.25 Rosamunde Pilcher:
FILM **Płomień miłości** – film obyczajowy, 2003, 115 min
14.20 Wielka prawdziwa
FILM **miłość** – komedia, USA 2022, 115 min
16.15 Nowy adres – raj – kom.,
FILM Niemcy 2013, 110 min
18.05 Górski lekarz (152, 153)
20.00 Rosamunde Pilcher:
FILM **Miłość to najlepsza terapia** – film obyczajowy, Niemcy 2023, 115 min
21.55 Käthe i ja: Podrzutek
FILM – dramat obyczajowy, Niemcy 2019, 115 min
23.50 Górski lekarz (152, 153) – obycz., Niemcy/Austria

CINEMAX 2 HD

13.20 Krok dziewiąty – dramat
FILM obycz., Litwa 2022, 95 min
14.55 Motyl i skafander
FILM – dramat biograficzny, Francja/USA 2007, 115 min
16.50 Uderzyć w świat
FILM **z pięści** – film obyczajowy, Niemcy 2025, 110 min
18.40 Zanim zapomnimy
FILM – film dla młodzieży, USA/Argentyna/Włochy 2024, 110 min
20.30 Helikopter w ogniu
FILM – dramat wojenny, USA 2001, reż. Ridley Scott, wyk. Josh Hartnett, 145 min
22.55 Hulk – dramat s.f., USA
FILM 2003, reż. Ang Lee, 135 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

9.05 Poirot 3 (1, 2) – serial krym.
11.20 Zatraceni w miłości (41, 42) – telen., Turcja 2023
13.30 Agenci NCIS 16 (3, 4) – serial sensacyjny, USA
15.15 Lekarze na start (41, 42)
16.45 Poirot 3 (3, 4) – serial krym.
19.00 Zatraceni w miłości (43, 44) – telen., Turcja 2023
21.00 Hiszpańska księżniczka (2) – serial kostiumowy, USA
22.15 Domina (2) – serial hist.
23.20 Zatraceni w miłości (43, 44) – telen., Turcja 2023
1.20 Hiszpańska księżniczka (2) – serial kostiumowy, USA
2.15 Domina (2) – serial hist.
3.10 Lekarze na start (41, 42)

NOVELAS+ HD

10.00 Cud miłości (34) – telen.
11.00 Otchłań namiętności (119) – telen., Meksyk 2012
12.00 Za wszelką cenę (89)
13.00 Róże i grzechy (18)
14.00 Historia Juany (46, 47)
16.00 Róże i grzechy (19)
17.00 Za wszelką cenę (90)
18.00 Otchłań namiętności (120) – telen., Meksyk 2012
19.00 Macocha (29) – telenowela
20.00 Cud miłości (35) – telen.
21.00 Historia Juany (47)
22.00 Róże i grzechy (19)
23.00 Za wszelką cenę (90)
0.00 Otchłań namiętności (120) – telen., Meksyk 2012
1.00 Macocha (29) – telenowela

FX COMEDY HD

10.10 Diabli nadali 9 (3-6)
12.00 Jim wie lepiej 8 (5, 6)
13.00 Sposób użycia 6 (13, 14)
14.00 Wszyscy kochają Raymonda 6 (16-19)
16.00 Simpsonowie 31 (5-8)
18.00 Jak poznałem waszą matkę 3 (5-7) – serial kom.
19.30 Współczesna rodzina 8 (6-8) – kom., USA 2016-2017
21.00 Family Guy: Głowa rodziny 19 (2, 3)
22.00 Kochanie, zmniejszyłem
FILM **dzieciaki** – komedia, USA/Meksyk 1989, 105 min
23.45 Simpsonowie 31 (1, 2)
0.45 Family Guy: Głowa rodziny 18 (16-19)

FILMBOX+ HITS HD

14.50 Przyjaźń czy kochanie?
FILM – film kostiumowy, Fr./Hol./Irlandia 2016, 105 min
16.35 Chłopak dla szefowej
FILM – komedia romantyczna, USA/Kanada 2019, 100 min
18.15 Jedenaste: Znaj sąsiada
FILM **swego** – dramat obycz., Niemcy 2021, 105 min
20.00 Trzy dni w piekle – film
FILM przygodowy, Tajlandia 2023, 110 min
21.50 W cieniu zbrodni – film
FILM sensacyjny, Chiny/Hongkong 2025, 155 min
0.25 Bull – thriller, Wielka
FILM Brytania 2021, reż. Paul Andrew Williams, 100 min

PARAMOUNT NETWORK HD

9.25 Policyjna grupa pościgowa 16 (7) – dok.
10.25 Chłopięcy świat – dramat
FILM obyczajowy, 1993, 155 min
13.00 Czarodziejki 3 (19, 20) – serial fantasy, USA 2001
15.00 Zagraj to jeszcze raz,
FILM **Sam** – komedia, USA 1972, reż. Herbert Ross, 120 min
17.00 Forrest Gump
FILM – komediodramat, USA 1994, 180 min
20.00 Eurotrip – komedia przyg.,
FILM USA/Czechy 2004, 120 min
22.00 Dredd – thriller s.f.,
FILM 2012, 110 min
23.50 Pan Brooks – thriller,
FILM USA 2007, 160 min

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

eprasa.pl 989b197d00

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
- **10.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Chamonix
- **12.00 Kolarstwo:** Tour de France – 9. etap: Malemort – Ussel
- **13.00 Kolarstwo:** Tour de France: Arguedas – El Ferial Larra Belagua (LIVE)
- **18.00 Cycling Essential Stories** – mag.
- **18.15 Kolarstwo górskie:** Zawody PŚ w Vallnord/Pal-Arinsal
- **19.00 Kolarstwo górskie – magazyn**
- **19.30 Spirit of Yachting** – magazyn żeglarski
- **20.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Chamonix

POLSAT SPORT 1 HD
- **6.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz półfinałowy W zeszłym roku do półfinału awansowali Novak Djoković, Carlos Alcaraz, Jannik Sinner i Taylor Fritz.
- **8.30 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Polska – Brazylia Polki przegrały dwa ostatnie spotkania z Kanarkami. W Osace postarają się zrewanżować.
- **11.00 Tenis:** Turniej Wimbledon
- **13.30 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- **16.00 Tenis:** Turniej Wimbledon

CANAL+ SPORT HD
- **8.25 Premier League Stories** (30) – mag.
- **9.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Getafe CF – Barcelona
- **11.20 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Valencia CF – Girona
- **13.40 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**
- **14.40 Premier League: The Big Interview** (3, 4) – mag. piłkarski
- **15.45 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Getafe CF – Barcelona
- **18.00 Boks:** Gala w El Paso: S. Han – H. Holm
- **19.00 Piłka nożna** – Widzew Łódź – Legia Warszawa (sezon 1995/96)

TVP SPORT DVB-T2
- **10.15 Polska Liga Żeglarska**
- **10.45 Żużel:** Drużynowe ME – Rzeszów 2026 – finał
- **12.50 Koszykówka 3x3:** 3x3 City Tour – Bielsko-Biała 2026 – finały
- **14.05 Polska Liga Żeglarska**
- **14.30 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – podsumowanie 1/16 finału
- **16.00 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – podsumowanie 1/8 finału
- **16.50 Piłka nożna:** MŚ 2026 – podsumowanie ćwierćfinałów
- **17.30 Dzień na mundialu** (33) – mag. piłkarski

ELEVEN SPORTS 1 HD
- **6.00 Bundesliga Dino** – film dokumentalny
- **7.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Bayer 04 Leverkusen – FC Bayern Monachium
- **9.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: US Lecce – Inter Mediolan
- **11.00 Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: FC Porto – Moreirense FC
- **13.00 Formuła 3:** Grand Prix Wielkiej Brytanii
- **14.00 Formuła 1:** Grand Prix Wielkiej Brytanii – podsumowanie
- **16.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Juventus FC

DISCOVERY CHANNEL HD
- **9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 7**
- **10.00 Stacja Alaska** – dok.
- **11.00 Przetrwać nad Jukonem** – serial dok.
- **12.00 Włoska kontrola celna** (11) – dok., Wł.
- **13.00 Pojedynki Eda Stafforda** (4) – dok.
- **14.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita 4**
- **15.00 Złomowisko PL 6** (10) – serial dokum.
- **16.00 Co zabiło Maradonę** (1)
- **17.00 Na straży duńskiego lotniska 2** (7) – dok.
- **18.00 Lotnisko** (4) – dok.
- **19.00 Nagi instynkt przetrwania 10**
- **21.00 Rolnicy w akcji** (2)

20

WTCC

20.30 Wyścig w Le Castellet

Norbert Michelisz zainaugurował sezon, wygrywając rundę w Misano. W kolejnych wyścigach Węgier pozostawał w cieniu Santiago Urrutii.

- **21.00 FIA WEC:** Wyścig 6-godzinny w Sao Paulo – podsumowanie
- **22.00 Kolarstwo:** Tour de France – 10. etap
- **0.00 Snooker:** Turniej Players Championship – mecz finałowy
- **1.30 Kolarstwo:** Tour de France – 10. etap

SIATKOWKA KOBIET

18.30 Liga Narodów

Po dwóch turniejach Ligi Narodów reprezentacja Stanów Zjednoczonych objęła prowadzenie w tabeli, pokonując po drodze m.in. Włochy bez straty seta. To jasny sygnał, że Amerykanki chcą walczyć o najwyższe cele.

- **21.00 Tenis:** Turniej Wimbledon Finalistka French Open Maja Chwalińska odpadła w pierwszej rundzie.
- **23.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- **1.00 Boks**

PIŁKA NOŻNA

20.00 PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026

Najważniejsze wydarzenia minionej kampanii. Zakończyła się ona wywalczeniem tytułu mistrzowskiego przez Lecha Poznań.

- **21.00 Liderzy. W centrum gry** (3) – serial dok.
- **22.05 Sporty walki:** ONE Friday Fights 161
- **23.15 Premier League Stories** (46)
- **23.55 Liga+ Extra**
- **2.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Raków – Legia Warszawa

PIŁKA NOŻNA

19.00 Mistrzostwa świata 2026 (LIVE) – mecz półfinałowy

Jeśli Francuzi utrzymają swoją dyspozycję z początku turnieju, powinni wystąpić w starciu na Dallas Stadium.

- **0.30 Boks:** KnockOut Boxing Night 44 w Jastrzębiu-Zdroju – podsumowanie
- **2.55 Boks:** Gala w Tokoname – waga piórkowa: T. Mizokoshi – J. R. Casimero
- **3.35 Boks:** Gala w Bournemouth – podsumowanie

PIŁKA NOŻNA

18.00 Liga niemiecka – mecz: Bayern – Borussia M'gladbach

Pokonując 3:2 BVB, Bayern znalazł się na autostradzie do mistrzostwa. Plasująca się w środku ligowej stawki Borussia M'Gladbach nie powinna sprawić Monachijczykom większych problemów.

- **20.00 Bundesliga Special** (22) – mag. piłkarski
- **20.40 Formuła 1:** Grand Prix Wielkiej Brytanii
- **22.40 Made in Italy** – mag.
- **23.30 Bundesliga Original Series** (3, 4)
- **0.40 Ligue 1 Show**

DOKUMENTALNY

22.00 W oku cyklonu: Łowcy burz (4)

Zespoły profesjonalnych łowców burz oraz certyfikowanych obserwatorów pogody wyruszają do amerykańskiej Alei Tornad, aby samodzielnie rejestrować nawałnice.

- **23.00 Bimbrownicy 14**
- **0.00 Od samochodu do domu 2** – mag.
- **1.00 Hot rod wg Kindiga** – serial dokum., USA
- **2.00 Mistrzowie logistyki** (4) – dok.
- **3.00 Alarmowy 091 – policjanci z Hiszpanii** (13) – dok.

EUROSPORT 2 HD
- **12.00 Snooker:** Turniej Players Championship: J. Higgins – Z. Xintong
- **14.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Paryż 2024**
- **15.00 FIA WEC:** Wyścig 6-godzinny w Sao Paulo
- **17.00 Snooker:** Turniej Players Championship – finał: John Higgins – Zhao Xintong
- **19.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Chamonix
- **20.00 Kolarstwo:** Tour de France – 10. etap
- **22.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Chamonix
- **0.00 Kolarstwo:** Tour de France – 10. etap

POLSAT SPORT 2 HD
- **6.00 Tenis:** Turniej Wimbledon
- **8.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- **10.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- **12.30 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- **15.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- **17.30 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- **20.00 Tenis:** Turniej Wimbledon
- **22.30 Tenis:** Turniej Wimbledon
- **1.00 Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
- **11.00 Tenis:** Turniej WTA w Dubaju – finał: Elina Switolina – Jessica Pegula
- **13.10 Tenis:** Turniej WTA w Miami – finał gry pojedynczej: A. Sabalenka – C. Gauff
- **16.30 Tenis:** Turniej WTA w Miami – mecz 2. rundy: Magda Linette – Iga Świątek
- **19.20 Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – mecz finałowy gry pojedynczej
- **22.10 Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – finał: Jessica Pegula – Linda Nosková
- **0.45 Tenis:** Turniej WTA w Londynie – finał: Donna Vekić – Emma Raducanu

EXTREME CHANNEL HD
- **9.00 Summer X Games** (7)
- **10.00 AMA Motocross Series Highlights 2017** (1)
- **11.00 X Games – Aspen 2021**
- **12.00 Blue World 3** (6, 7)
- **13.00 Action Sports World** (16)
- **14.00 WWE Classic Gold**
- **17.00 KPW Kombat TV** (20, 27)
- **19.00 WWE Classic Gold**
- **20.00 AEW Collision 2** (2628)
- **22.00 PTW Wrestling** (17)
- **1.15 New Japan Wrestling – Highlights** (20, 14)
- **2.00 AMA Motocross Series Highlights 2017** (1)
- **3.00 Summer X Games** (7)
- **4.00 Blue World 3** (6, 7)
- **5.00 Action Sports World** (16)

ELEVEN SPORTS 2 HD
- **12.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Bayern – Union
- **14.00 Piłka nożna:** Liga włoska: AC Milan – Inter
- **16.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayer – Bayern
- **18.00 Formuła 1**
- **20.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Inter Mediolan – Genoa CFC
- **22.00 Ligue 1 Show** (35) – mag.
- **22.30 Bundesliga Special** (22)
- **23.00 Serie A** – mag. piłkarski
- **0.00 Piłka nożna:** Liga francuska: PSG – Monaco
- **2.00 Birds of paradise** – dok.
- **2.45 Najlepsi napastnicy Bundesligi lat 90.**

DISCOVERY LIFE HD
- **7.15 Nowa Maja w ogrodzie**
- **8.15 Szpital** (521, 522)
- **10.15 Nowa Maja w ogrodzie**
- **11.15 Idealna niania 3** (7, 9)
- **12.45 Powrót doktora Szczyta**
- **14.45 Szpital** (520, 521)
- **16.45 Idealna niania 3**
- **19.45 Zrób coś z tym dzieckiem** (4) – mag.
- **20.15 Wycieczkowiec** (7)
- **21.15 Moje koszmarne stopy**
- **22.15 Historie wielkiej wagi**
- **0.15 Sekrety lekarzy** (3)
- **1.15 Szpital** (349) – paradok.
- **2.15 Eks-tra zmiana** (4) – rozr.
- **3.00 Szpital** (350) – paradok.
- **3.45 Eks-tra zmiana** (3, 4)
- **5.15 Pojedynek na modę** (9)

POLSAT SPORT FIGHT HD
- **15.40 Sporty walki:** FEN 54 w Pile: Gracjan Wyroślak – Maksim Grabovich
- **17.25 Z archiwum ESPN** – mag.
- **18.10 Sporty walki:** Babilon Boxing Show & K-1 w Ząbkach – walka: Jan Lodzik – Konrad Dąbrowski
- **19.15 Sporty walki:** Hybrid MMA 9 – Nowe Rozdanie: Oleksii Polishchuk – Edgar Javier Davalos Nunez
- **20.00 Strzelnica Navala** (1, 2) – magazyn sportowy
- **21.00 Sporty walki:** UFC Fight Night – walka: Aljamain Sterling – Youssef Zalal
- **23.55 Atleci** – magazyn sportowy

POLSAT SPORT 3 HD
- **6.00 Siatkówka kobiet:** LN
- **8.30 Tenis:** Turniej Wimbledon
- **11.00 Tenis:** Turniej Wimbledon
- **13.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- **15.00 Tenis:** Turniej Wimbledon
- **17.00 Tenis:** Turniej Wimbledon
- **19.00 Siatkówka kobiet:** LN
- **21.00 Tenis:** Turniej Wimbledon
- **23.00 Tenis:** Turniej Wimbledon
- **1.00 Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
- **9.30 Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: ZKS Stal Rzeszów – ROW Rybnik
- **12.00 Snooker:** Championship League – 2. runda (LIVE)
- **16.45 The Big Pete** (3) – mag.
- **17.30 Snooker:** Championship League – 2. runda (LIVE)
- **22.15 Premier League: The Big Interview** (36) – mag.
- **22.50 Boks:** BKFC Fight Night: Nashville – waga lekka: Tony Soto – Juan Carlos DeLeon
- **0.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Wisła Płock – Jagiellonia Białystok
- **2.30 Premier League Stories** (48) – magazyn piłkarski

ELEVEN SPORTS 4 HD
- **14.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: FC Köln – BVB
- **16.00 Piłka nożna:** Liga francuska: Lille OSC – Lens
- **18.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (5, 6) – mag.
- **19.00 Serie A** – mag. piłkarski
- **20.00 Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: FC Porto – Moreirense FC
- **22.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Napoli – Torino
- **0.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Eintracht Frankfurt – 1. FC Köln
- **2.00 Bundesliga Special** (16)
- **2.30 Magazyn piłkarski**

ELEVEN SPORTS 3 HD
- **16.00 Serie A** – mag. piłkarski
- **16.55 Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (3, 4) – mag.
- **17.45 Made in Italy** (18) – mag.
- **18.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Juventus – Pisa
- **20.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Borussia Dortmund – FC Augsburg
- **22.00 Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Olympique Lyon – Paris FC
- **0.00 Podróż do świata Calcio** – magazyn piłkarski
- **0.25 Potrójna korona Bayernu Monachium**
- **1.05 Magazyn piłkarski**

CANAL+ DOKUMENT HD
- **10.15 Polska z góry 4** (12, 13)
- **11.15 Polska z góry 5** (1) – dok.
- **11.45 Wszystkie kolory świata 4** (3, 6, 4, 5) – dok.
- **15.45 Świat zwierząt – rodzicielstwo** (4, 5)
- **17.55 Książki, których nie spalił Hitler** – dok., Niem.
- **19.00 Prawdziwa historia szeregowca Ryana**
- **20.00 Prawdziwa historia Tamary Łempickiej** – dok.
- **21.45 Maria Callas. Nieznane lata** – film dokum., Grecja
- **23.35 Miłość i seks w Korei Południowej** – film dok.
- **0.40 Miłość i seks w Dubaju**
- **1.45 O co biega?** (3) – mag.

eprasa.pl 989b197d00
P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 Zwykłe rzeczy, niezwykłe wynalazki 15 – dok.
8.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok.
11.00 Poszukiwacze dinozaurów – dok.
13.00 Tajemnice lądowania na Księżycu (5, 6) – serial dokumentalny
15.00 Gwiezdne bitwy: Wielki sen – serial dok.
16.00 Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem – serial dokumentalny, USA
18.00 Zwykłe rzeczy, niezwykłe wynalazki 15 (9) – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY

21.00 Uliczne laboratorium
Kevin Delaney i jego zespół ekspertów zaprezentują, jak wybuchowa może być woda utleniona oraz co się stanie, kiedy piłki połączymy ze sprężonym płynnym azotem.
23.00 Wybuchowy program – pr. rozr.
1.00 Gwiezdne bitwy: Wielki sen – serial dok.
2.00 Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem – dok.
4.00 Podziemne sekrety – serial dokumentalny

ID HD

6.00 Morderstwo na prowincji 6 – serial dokumentalny
8.00 Morderstwo na bagnach – serial dokum., USA 2013
10.00 Ostatnie wakacje – serial dokumentalny
12.00 Krótkie życie, niewyjaśniona śmierć – serial dokumentalny, 2020
14.00 Mroczne piętno 3 – serial dokum.
15.00 Żyjąc z potworem: jak wychowałem mordercę: Cierpienie ojca – serial dok., USA
16.00 Żyjąc z potworem – serial dokumentalny
18.00 8 martwych kobiet (3) – serial dok., USA

DOKUMENTALNY

20.00 Sekrety zbrodni: Ogień i woda – USA 2018
W tajemniczych okolicznościach w przeciągu dwóch lat giną dwie młode kobiety. Śledczy podejrzewają, że nie były to przypadkowe zbrodnie, a dzieło zabójcy.
21.00 Tajemnice jeziora Erie – dok., USA 2018
22.00 Morderstwo na bagnach – dok.
23.00 Zabójczy blond 2 – serial dokum., USA
0.00 Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2 – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

12.00 Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy (3) – serial dok.
13.00 Wcielenia zła – dok.
15.00 Katastrofa w przestworzach (10) – serial dokum.
16.00 Morski patrol: Hiszpania (3) – serial dokumentalny, Hiszp.
17.00 Zaginione skarby Biblii: Tajemnice wiary (4) – serial dok.
18.00 Sztuka obrony: Wojny w Europie (6): Hiszpania – serial dok.
19.00 Wojna widziana z powietrza (1) – serial dok.
20.00 Katastrofa w przestworzach (5) – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY

21.00 Służby ratownicze: Jukon (5, 6)
Trwają wiosenne roztopy. Straż reaguje na zgłoszenie, które stawia Dawson City w obliczu zagrożenia. Tymczasem dwójka ochotników wyrusza w dzikie rejony.
23.00 Procesy czarownic: Prawdziwe historie (3) – serial dokum.
0.00 Katastrofa w przestworzach (4)
1.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (2, 7) – serial dokum.
3.00 Car SOS (7, 8) – dok.

FOKUS TV DVB-T2

6.00 Wehikuł czasu (714)
6.05 48h. Zaginieni (66) – serial krym., Polska
7.00 Byli sobie wynalazcy (11-14)
8.55 Wehikuł czasu (714)
9.00 Starożytni kosmici (6) – serial dok., USA
10.00 Gwiazdy lombardu (19, 20) – reality show
12.00 Hitlerowska machina śmierci (1) – serial dokumentalny
13.00 Poszukiwacze historii (11, 12) – dok.
14.00 Jak Niemcy przegrały wojnę (1, 2) – dok., Australia
16.00 Dorwać tuńczyka (4, 5) – serial dok., USA
18.00 Rolnicy. Podlasie (22, 23) – serial dok.

POPULARNONAUKOWY

20.00 Galileo (28)
W programie pojawi się projekt alarmu przeciwpożarowego stworzonego z myślą o ochronie lasów. Widzowie poznają ciekawostki z życia mieszkańców Bali.
21.00 Historia Mosadu (2) – serial dokumentalny
22.00 Kobiety Hitlera (1, 2) – serial dok., Australia
0.00 Starożytni kosmici (12) – serial dok., USA
1.00 Rolnicy. Podlasie (41, 42, 1, 2) – serial dokumentalny, Polska
5.00 Kołowrotek (5, 6) – magazyn wędkarski

TVP HISTORIA DVB-T2

6.10 Był taki dzień
6.15 Tajemnica twierdzy szyfrów (5) – wojenny
7.05 Odnaleźć zaginione (16-18) – serial dok.
8.45 Czterdziestolatek (20) – obycz., Pol. 1977
9.55 Opiekunowie (nie) pamięci – film dokum., Polska 2026
10.50 Plaże Europy (2)
11.45 Góry Europy (2)
12.45 Wojny Rosji (2/3) – film dok., Niem. 2023
13.45 Królowie (57) – hist.
14.20 Czterdziestolatek (21-ost.) – obycz., Pol.
15.30 Sensacje XX wieku
18.05 Tajemnica twierdzy szyfrów (6) – wojenny
19.00 Legenda Grunwaldu
20.05 Oficer (11) – sens.

DOKUMENTALNY

21.10 Starożytny Egipt – kroniki imperium (2): Bogowie i władcy
Królowie i królowe władali starożytnym Egiptem przez ponad 3 tysiące lat. Ich rządy zakończyła śmierć Kleopatry, ale imperium pozostawiło po sobie ogromną spuściznę.
22.15 Nieznana wojna na Północy (2) – serial dok., Wielka Brytania
23.20 Sensacje XX wieku – program historyczny
1.25 Encyklopedia II wojny światowej: Obrona Helu, część 2 – serial dok., Pol. 1995

HISTORY HD

13.05 Starożytni kosmici 16 (10) – dok.
14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 5 (2) – serial dok., USA
14.50 Największe tajemnice świata 6 (20) – serial dok., USA
15.45 Gwiazdy lombardu 13 (10)
16.15 Gwiazdy lombardu 25 (6) – reality show
17.10 Jak Hitler przegrał wojnę (5) – serial dok.
18.10 Największe tajemnice świata 6 (9) – serial dok., USA
19.05 Starożytni kosmici 17 (1) – dok.
20.00 Starożytni kosmici 16 (7) – dok.

DOKUMENTALNY

21.00 II wojna światowa w kolorze: największe bitwy (3, 4) – 2021
Autorzy serii przedstawiają widzom kulisy operacji wojskowej pod El Alamein, jednej z najważniejszych bitew kampanii afrykańskiej.
23.00 II wojna światowa w kolorze – przełomowe momenty (4) – serial dokum., Wlk. Bryt.
23.55 Jak to wyjaśnić? 5 (15) – serial dok., USA
0.50 Starożytni kosmici 16 (7) – dok.

20

DISCOVERY HISTORIA HD

9.00 Tajemnice wraków Bałtyku (7) – serial dok.
10.00 Wstęp wzbroniony (7, 6)
11.00 Wyprawa w nieznane
13.00 Podziemne sekrety
14.00 Łowcy staroci: Renowacje (3, 4) – dok.
16.00 Brudne skarby – dok.
17.00 Walka o bagaż (1, 2)
18.00 Łowcy staroci (14) – dok.
20.00 Legendarne miejscówki
22.00 Hazardziści – serial dok.
23.00 Kwatery Hitlera (4) – dok.
0.00 Wyprawa w nieznane
2.00 Bitwy żołnierza polskiego (2) – cykl dok.
3.00 Pasja – sposób na życie
4.00 Europejskie bazary (9)

TVP DOKUMENT HD

15.00 Parki narodowe Korei Południowej (2)
16.00 Nowe okno na Wszechświat – dok.
17.00 Pieszo przez dziką Rumunię – dok., Austria
18.05 Sanatorium miłości 5 (4)
19.05 Tajemnica Lema – dok.
20.10 Cuda światowego transportu (2) – serial dok.
21.15 Polarne królestwo Słońca – film dok., Niem.
22.15 Niebezpieczne drogi (7)
23.25 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn
23.30 Komputery kontra przestępczość – dok.
0.40 Sanatorium miłości 5 (3)

PLANETE+ HD

11.20 Ogień. Azjatycka tradycja (3, 4) – serial dok.
12.35 Ginące rzemiosła Korei
13.45 Na targach świata 2
14.50 Wiatr. Niewidzialna siła
15.50 Niezwykłe podróże koleją 9 (5) – serial dok., Fr.
16.55 Polska z góry 10 (2) – dok.
17.25 Świat z góry 7 (1) – dok.
18.00 Dokąd dzisiaj? 4 (79, 80)
18.40 Zaginiony lot MH370 (1)
19.45 Wielka rewolucja RNA
20.50 T-Rex. Historia ewolucji
22.00 Ile kosztuje triceratops? – film dokumentalny, Fr.
23.00 Sekta (3, 4) – serial dok., Fr.
0.20 Niezwykłe podróże koleją 9 (6) – serial dok., Fr.

POLSAT DOKU HD

10.00 Polacy za granicą (25, 26)
12.05 Wojny kontenerowe 2
13.10 Poszukiwacze historii
14.05 Droga bez powrotu. Przemoc gangów w Szwecji – film dok., Fr.
15.15 Poszukiwacze historii
15.40 Kosmos – niewyjaśnione tajemnice starożytności
16.40 Sekrety Biblii (6) – dok.
17.35 Świat z góry. Parki narodowe (6) – serial dok.
18.45 Niezwykły świat ryb
19.50 Najpotężniejsze 2 (3, 4)
22.00 Top Guns – SuperBroń
22.55 Fabryki wojny (7) – dok.
23.55 Kroniki Hitlera (3) – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

12.00 Zabójcze królestwo Afryki (1) – serial dok., RPA
13.00 Dzikie cuda Europy (3)
14.00 Najdziwniejsze zwierzęta Ameryki Południowej (1) – przyrod.
15.00 Królestwo drapieżników (3) – dok.
16.00 Wielka piątka Afryki
17.00 Muszle: rzeźby natury
18.00 Dziki Półwysep Arabski
19.00 Królestwo drapieżników (6) – dok.
20.00 Dzikie, sprytne i zabójcze (3) – serial dok.
21.00 Niezwykły dr Pol (9, 11)
23.00 Niezwykły dr Pol (6, 7)
1.00 Niezwykły dr Pol (2)

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

14.05 Australijscy poszukiwacze złota 6
16.00 Drewno z Kolumbii Brytyjskiej 2 (3) – dok.
16.55 Kowboje z zimnych wód 2 (1) – serial dokum.
18.00 Złoto Jukonu 5 (2) – dok.
18.55 Australijscy poszukiwacze złota 7
21.00 Największe budowle 3 (2) – serial dok., Wlk. Bryt.
22.00 Ciężarówką po lepsze życie (4) – serial dokum.
23.00 Nago, samotnie i do domu daleko (2)
0.00 Australijscy poszukiwacze złota: na ratunek kopalniom

POLSAT VIASAT NATURE HD

8.30 Rzeczne potwory 3 (4)
9.30 W okowach mrozu 4 (6)
10.30 Dzika Kanada (2) – dok.
11.35 Najgroźniejsze rekiny
12.40 W okowach mrozu 4 (6)
13.35 Zabójcza pogoda 2 (6)
14.40 Rzeczne potwory 3 (4)
15.45 W okowach mrozu 4 (6)
16.45 Afryka: życie na gorąco
17.50 Gladiatorzy świata zwierząt (2) – serial dok.
19.00 Rzeczne potwory 3 (4)
20.00 W okowach mrozu 4 (7)
21.00 Dzika Kanada (2) – dok.
22.15 Rekin! (1) – dok., Wlk. Bryt.
23.15 W okowach mrozu 4 (7)
0.15 Zabójcza pogoda 2 (6)
1.10 Rzeczne potwory 3 (4)

POLSAT VIASAT HISTORY HD

11.45 Naziści: ściśle tajna nauka (7) – serial dok., USA
12.40 1776: niepodległość USA
16.40 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze (2)
17.50 Wojna światowa: 1914-1945 (4) – serial dok.
18.50 Historia sprawiedliwości (7)
19.55 Aleksander Wielki: legendarny zdobywca
21.00 Wojna Adolfa Hitlera (2)
22.05 Dziki Zachód (1) – dok.
23.00 Naziści: ściśle tajna nauka (8) – serial dok., USA
0.00 1776: niepodległość USA (1-4) – serial dokumentalny

BBC EARTH HD

12.20 Malownicze trasy kolejowe 3 (3) – serial dok.
13.20 Rajskie ptaki – film dok.
14.30 W okowach mrozu 3
16.30 Pociągiem przez starożytną Grecję (3)
17.40 Rajskie ptaki – film dok.
18.45 Malownicze trasy kolejowe 4 (2) – serial dok.
19.45 David Attenborough: początek wielkiej przygody – dok., Wlk. Bryt.
20.55 W okowach mrozu 4
22.55 Superchirurdzy: szansa na życie 2 (4) – serial dok.
0.00 W 80 kilo dookoła świata (2) – dok., Wlk. Bryt.
1.00 Rajskie ptaki – film dok.

CI POLSAT HD

14.10 Morderca z Internetu 2
15.05 Ferie, impreza, morderstwo 2 (1) – dok.
16.00 Pogrzebani za domem 3
17.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (7) – dok.
18.00 Akta Fajbusiewicza (1, 2)
19.00 Dowody zbrodni 3 (8)
20.00 Kobiety, które niosły śmierć 13 (4) – serial dok.
21.00 Dowody zbrodni: Morderstwa na bagnach (4) – dok.
22.00 Seryjni mordercy: zło z bliska (4) – serial dokum.
23.00 Dzieci, które zabijają 3
23.55 Kobiety, które niosły śmierć 11 (11) – serial dok.

ANIMAL PLANET HD

13.00 Irwinowie – następne pokolenie – serial dok.
14.00 Resocjalizacja z Pit Bullem 4 – serial dok., USA
15.00 Kot z piekła rodem
17.00 Dwa oblicza survivalu 3
18.00 Weterynarz z Gór Skalistych 6 – serial dok.
19.00 Mieszkanie na pniu
20.00 Alaska: Ostatni przystanek – serial dok.
21.00 Alaska: przetrwać na krańcu świata – dok.
22.00 Baseny z rozmachem 2
23.00 Resocjalizacja z Pit Bullem 4 – serial dok., USA
0.00 Michael Phelps oswaja rekiny – film dokum.

TRAVEL CHANNEL HD

10.45 Andy Bates i uliczne przysmaki Ameryki (1-3)
12.15 Małżeństwo w dżungli
14.20 Człowiek kontra jedzenie (38) – mag. kulin.
14.55 Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta
17.00 Szokujące potrawy (5, 6)
19.00 Nowe życie w starym domu: Witajcie we Włoszech (1, 2) – pr. rozr.
21.00 Nagi instynkt przetrwania (11, 12)
23.10 Kobieta na krańcu świata (6-8) – serial dok.
0.55 Małżeństwo w dżungli
2.55 Szokujące potrawy (5, 6)
4.55 Sukces nie zna granic (2)

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

eprasa.pl 989b197d00

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

15.10 **Polskie dziedzictwo** (1) – magazyn hist.
15.45 **Dobry żart** (1) – rozr.
16.00 **Zaraz wracam 2** (109) – serial obycz.
16.30 **Barwy szczęścia** (3341) – serial obycz.
17.00 **Gra słów. Krzyżówka** (1061)
17.30 **Teleexpress**
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **Oko na Wschód**
18.45 **Info Wilno** (1892)
19.05 **Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny** (132) – program inform.
19.15 **Laskowik & Malicki** – program rozrywkowy
20.10 **Program informacyjny 19.30**
20.40 **Pogoda**

TVP ROZRYWKA

7.10 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
8.15 **Familiada** – telet.
8.50 **Va banque** (943)
9.25 **Koło fortuny** (2054)
10.05 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Alternatywy 4** (1) – serial kom., Pol. 1983
14.20 **Rodzinka.pl** (200)
14.55 **Program rozrywkowy**
15.25 **Kabaret Letnią Porą** (9, 10) – pr. rozrywk.
17.25 **Va banque** (944)
18.00 **Koło fortuny** (2055)
18.35 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
19.40 **Makłowicz w podróży** – mag.

POLSAT CAFÉ

6.00 **Przyjaciółki** (75, 76) – serial obycz., Polska
8.00 **Co ludzie powiedzą** (12, 13) – serial kom.
9.20 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (51, 52) – reality show
12.30 **Bogaty dom – biedny dom** (117, 118)
14.30 **10 lat młodsza w 10 dni z Sablewską** (6, 7) – pr. rozrywk.
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (52) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (220, 221)
20.00 **Kolacja w ciemno** (79) – pr. rozrywk.
21.05 **Więzienie kobiet** (72, 73) – serial dokum.

TV 4 DVB T2

6.00 **Strażnik Teksasu** (16, 17) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (77)
8.55 **Policjantki i Policjanci** (514, 515) – serial obycz., Polska
10.55 **Na ratunek 112** (1172, 1173) – paradok.
11.55 **Dlaczego ja?** (1541, 1542) – paradok.
13.55 **Trudne sprawy** (764-766) – paradok.
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1401) – serial obycz., Polska
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (519) – reality show
19.00 **Policjantki i Policjanci** (1402) – serial obycz., Polska

TTV HD DVB T2

10.35 **Detektywi** (31, 32)
12.35 **Zakup w ciemno 4** (2) – reality show
13.35 **Zakup w ciemno 7** (39) – reality show
14.35 **Nic do zgłoszenia 3** (2) – serial dokum., Pol.
15.35 **Złomowisko PL 5** (8)
16.45 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, sport**
17.05 **Gogglebox. Przed telewizorem 21** (7)
18.05 **Zakup w ciemno extra** (2)
18.40 **Niezwykłe Stany Prokopa 6** (5) – rozr.
19.45 **Express** – pr. inform.
20.05 **Zakup w ciemno 6** (1) – reality show
21.05 **Zakup w ciemno extra** (36)
21.45 **Express** – pr. inform.

TVN STYLE HD

5.15 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (2) – reality show
5.50 **Damy i wieśniaczki. PL 9** (8) – serial fab.-dok., Polska 2025
6.50 **Pogromcy chaosu** (7) – program rozrywk.
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Ugotowani** (3, 4) – program kulinarno-rozrywkowy
13.30 **Kuchenne rewolucje** (13, 12) – program rozrywkowy
15.35 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (3, 4) – reality show
17.05 **W czym do ślubu?** (6) – program rozrywkowy

20

FANTASY

20.50 **Wiedźmin** (7) – Polska 2001-2002

Geralt i Jaskier ratują mieniaka, istotę o właściwościach kameleona. W Dolinie Kwiatów mają przepędzić z wioski „diabła", co utrudnia pojawienie się elfów.

21.45 **Ojciec Mateusz 2** (26) – krym., Pol. 2009
22.40 **Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of** (10) – pr. rozr.
23.15 **Dziennik regionów**
23.40 **Europejczyk – rzecz o Bronisławie Geremku**

TELETURNIEJ

20.15 **Postaw na milion**

W każdej grze bierze udział dwoje bliskich sobie uczestników. Są drużyną. Dostają milion złotych. Żeby go nie stracić, muszą poprawnie odpowiedzieć na osiem pytań.

21.10 **Kabaret Letnią Porą** (21) – pr. rozrywk.
22.10 **Rodzinka.pl** (58) – serial kom., Pol. 2012
22.50 **Tak to leciało!** (68)
23.45 **Gabi Drzewiecka zaprasza** (6)
0.45 **Koło fortuny** (2055, 2045) – telet.
2.10 **Kabaret Letnią Porą** (6, 29) – pr. rozrywk.

REALITY SHOW

22.00 **Bogaty dom – biedny dom** (127) – Polska 2025

Aby zrozumieć, jak wygląda życie ludzi, którzy mają zupełnie inne dochody i możliwości, dwie rodziny na pięć dni zamieniają się domami oraz budżetami.

23.00 **Gry małżeńskie** (166, 167) – reality show, Polska
1.00 **Kolacja w ciemno** (41, 42) – pr. rozrywk.
3.05 **Więzienie kobiet** (27, 28) – serial dok.
4.00 **Zdrady** (167, 168) – serial paradokum.

KRYMINALNY

20.00 **Uroczysko** (207, 208) – Polska 2025

Sołtys umiera w tragicznych okolicznościach. Agata wbrew oficjalnym ustaleniom postanawia zbadać trop prowadzący do Adama Pięty.

21.05 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (130)
22.05 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1013)
23.05 **Impas** – thriller, USA 2021, 125 min
FILM
1.10 **Love Island. Wyspa miłości** (32)
2.20 **Hardkorowy lombard 3** (24)

DOKUMENTALNY

22.00 **Nic do zgłoszenia 6** (9) – Polska 2025

Dolnośląscy funkcjonariusze w trakcie kontroli lokalu z automatami do gier ruszają w pościg za graczami. W Terespolu mają do czynienia z przemytem papierosów.

23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 22** (6)
0.00 **Fachowcy 2** (12) – serial paradokum.
0.45 **Żony Podlasia 3** (7)
1.45 **Niebezpieczne dzielnice** (6) – dok.
2.25 **Nauka jazdy 5** (8)
3.00 **Szpital** (925)
4.00 **Szkoła** (807)

ROZRYWKOWY

17.40 **Kuchenne rewolucje** (10-12)

Magda Gessler odwiedza łomżę, by uratować niewielką pierogarnię Stary Młyn. Na drodze do sukcesu stanęły właścicielom inflacja i gigantyczne rachunki.

20.50 **Jestem z Polski** (18-ost., 12) – dok., Pol.
22.50 **Hotel Paradise 6** (28)
23.50 **Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9**
1.35 **Dorota was urządzi!** (10) – pr. rozrywk.
2.20 **Nieoczywiste miejsca** (10) – dok.

TVP HD HD

8.55 **Ojciec Mateusz 21** (276, 277) – krym., Pol. 2019
10.45 **Gra słów. Krzyżówka**
11.20 **Na sygnale** (664, 665)
12.25 **Ojciec Mateusz 7** (83)
13.20 **Komisarz Alex 4** (47)
14.15 **Ranczo 8** (93, 94) – obycz.
16.10 **Górna półka smaku** (1)
16.40 **Przystanek slow food 3**
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 25** (326)
19.20 **Ranczo 8** (97) – obycz., Pol.
20.10 **Rodzinka.pl** (293, 294)
21.25 **Ojciec Mateusz 32** (414)
22.20 **Wilk** – horror, USA 1994, reż. Mike Nichols, 135 min
FILM
0.35 **Syn** (7) – serial obyczajowy

TVS HD

15.45 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel** – krym., Austria
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny** – serial obycz.
19.50 **Rosamunde Pilcher – Decyzja serca** – film obyczajowy, Niemcy 2010, reż. Dieter Kehler, 120 min
FILM
21.50 **Rosamunde Pilcher: Melodia miłości** – film obyczajowy, Niemcy 2008, reż. Dieter Kehler, 105 min
FILM
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

ZOOM

8.00 **Strażnik Teksasu 9** (11, 12) – serial sensacyjny
9.55 **MacGyver 3** (8, 9) – sens.
12.05 **Pułapki umysłu** (7) – dok.
13.15 **Wojny magazynowe: Kanada 2** (19, 20)
14.25 **Pod pokładem: Morze Śródziemne 9** (9)
15.30 **Sensacje XX wieku**
17.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
20.00 **Kobra – oddział specjalny 24** (5, 6) – sens.
22.00 **Pod pokładem: Morze Śródziemne 9** (10)
23.00 **Magia nagości. Polska**
0.00 **Magia nagości 5** (7) – rozr.
1.05 **Magia nagości. Niemcy**

TLC HD

10.00 **Wiza na miłość: pościelove rozmowy 11**
11.00 **Wiza na miłość 12**
13.00 **Klinika bez tajemnic**
15.00 **Wiza na miłość: pościelove rozmowy 11**
16.00 **Historie wielkiej wagi**
18.00 **Wiza na miłość: rajski romans 4** (5) – reality show
19.00 **Mega-sknery** – serial dok.
20.00 **Terapia poniżej pasa** (1)
21.00 **Nie do uwierzenia!**
22.00 **Historie wielkiej wagi: Brazylia** – reality show
23.00 **Klinika koszmarnej stopy** – serial dokum., USA
0.00 **Dr Pryszczylla – kulisy**
1.00 **Terapia poniżej pasa** (1)

C+ KUCHNIA HD

14.55 **U sąsiadów w kuchni 13** (7, 8) – serial dokumentalny
15.55 **Jakubiak rozgryza...** (2)
16.10 **Kulinarna mapa Wielkiej Brytanii** (4) – serial dokum.
16.40 **Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień**
18.30 **Tajemnice indyjskich smaków** (5) – serial dok.
18.55 **M jak mięso** (7, 8) – dok.
19.50 **Nie bój ryby!** (7) – mag.
20.15 **Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia** (8) – program rozrywkowy
21.10 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 7**
23.55 **Kolacja z Gavinem Rossdale'em** (6) – dok.

TVN TURBO HD

13.00 **Mobilni mechanicy** (2, 3)
14.30 **Zawodowi handlarze**
16.00 **Wojny samochodowe**
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Zawodowi handlarze** (9)
19.00 **Moto kombat** (4) – mag.
19.45 **Duda kontra Szafrański** (2) – program rozrywkowy
20.30 **Prawko na świecie. Jazda bez zasad** (4) – rozr.
21.15 **Z drugiej ręki** (5) – mag.
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Jeździć, obserwować**
23.45 **Naprawy nie do naprawy** (4) – mag.
0.30 **Usterka 16** (3) – fab.-dok.
1.00 **101 gadżetów motoryzacyjnych** (8)

NOWA TV DVB T

9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (4) – kom., Pol.
10.00 **Miodowe lata** (20) – kom.
10.30 **Więzienie** (127-129) – dok.
12.00 **Poirot** (2, 3) – serial krym.
14.00 **Świat według Kiepskich** (361, 362) – kom., Pol. 2011
15.00 **Świat według Bundych** (184-189) – serial kom., USA
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (1) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (45-48)
21.00 **Zdrady** (12) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (46, 47, 85) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (132, 134)
3.50 **Wehikuł czasu** (714, 713)
4.00 **Sala operacyjna** (10, 9)

METRO

8.30 **Szpital** (794, 795)
10.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (363, 364)
12.30 **SOS Ekipy w akcji** (34)
13.30 **Brzydula** (39, 40) – kom.
14.35 **Kiedy ktoś kocha bardziej** (19) – obycz.
15.45 **The Floor** (13, 14) – telet.
17.00 **Fani czterech kółek 17**
18.00 **Prawo Agaty 7** (8)
19.00 **Kartoteka 3** (2, 3)
21.05 **Kryminalni 3** (11, 12)
23.15 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11** (10) – krym.
0.20 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5** (12) – dok.
1.15 **Szpital** (787) – paradok.
2.15 **Szkoła** (536, 537)

ANTENA HD DVB T2

12.05 **Co Polak potrafi na drodze?** (2) – pr. rozr.
13.05 **Ciężarówką przez śniegi 2** (5) – serial dokum.
14.00 **Klątwa Wyspy Dębów**
15.00 **Wojny kontenerowe 2**
15.55 **Australijscy poszukiwacze złota 4**
18.00 **77 TV 5** (18, 17) – pr. rozr.
20.00 **Alex Hugo – górski detektyw** (14) – krym., Fr.
22.10 **Detektyw Candice: Niezawodny instynkt** (2) – serial kryminalny, Fr. 2013
23.15 **Detektywi z Bordeaux 4** (13) – serial krym., Fr./Belgia
0.30 **Polska. Największe dylematy** (4-6) – pr. publ.

WP DVB T

12.00 **Wariaci za kierownicą 3**
13.00 **Makłowicz w podróży**
14.05 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5** (6, 7) – dok.
16.00 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2** (2)
16.55 **Pogoda**
17.05 **Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 6** (4)
19.00 **Strażacy z sąsiedztwa**
20.00 **Policjanci z sąsiedztwa**
21.55 **Pogoda**
22.00 **Mistrzowie Kabaretu 12** (5) – program rozrywkowy
23.00 **1, 2, 3... Kabaret! 2** (8)
0.00 **Mistrzowie Kabaretu 17** (4) – program rozrywkowy
1.00 **Mistrzowie Kabaretu 6**

C+ DOMO HD

14.05 **Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo** (9) – dok., Kan.
15.00 **Pomocy! Kupiliśmy wioskę** (2) – serial dokum.
15.55 **Kupione i co dalej? 4**
16.50 **Gardeners' World 14** (11)
18.00 **Ucieczka na wieś 22** (16)
19.00 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia 9** (2) – serial dok.
20.00 **Daleko od miasta 11**
21.00 **Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo** (10) – dok., Kan.
21.55 **Wielkie projekty: Australia 10** (5) – dok.
22.55 **Wakacyjne domy na wynajem** (11, 12)

HGTV HD

11.05 **Usterka 11** (20, 21) – serial fab.-dokum., Polska 2019
12.35 **Moje miasto, mój dom 8**
14.35 **Mieszkanie na miarę 2**
16.30 **Polowanie na ogród 5**
18.10 **Weekendowa metamorfoza 4** (4) – rozr.
19.05 **Zgłoś remont 4** (5) – rozr.
20.05 **Dorota inspiruje** (7)
21.00 **Dorota was urządzi!**
22.30 **House Hunters – Poszukiwacze domów** (8) – program rozrywkowy
23.00 **House Hunters – Poszukiwacze domów 2** (1-3) – pr. rozr.
0.40 **Kupujemy dom na plaży 20** (10, 11)

eprasa.pl 989b197d00

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (305) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (933, 934) – serial paradokum., Polska
8.30 **Sekrety rodziny** (393-395) – serial paradokum., Pol. 2024
11.30 **Trudne sprawy** (953) – serial paradokum.
12.30 **Dlaczego ja?** (1356, 1357) – serial paradokum.
14.30 **Świat według Kiepskich** (549-553) – serial kom., Polska
17.00 **48h. Zaginieni** (163, 164) – serial kryminalny, Pol. 2023
19.00 **Gliniarze** (999) – serial paradokum.

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 **Wydarzenia**
6.45 **SuperLudzie Extra** (30) – magazyn
6.55 **Na ratunek 112** (718, 719) – paradok.
7.55 **Doktor Martin** (63, 64) – serial obycz.
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **SuperLudzie** (41, 1)
11.55 **Świat według Kiepskich** (374-376) – serial kom., Pol. 2011
13.30 **Bitwa o palety** (7)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (63) – reality show
16.00 **Ninja Warrior Polska** (39)
17.55 **Świat według Kiepskich** (470, 471, 564, 565)
20.00 **Złomiarze** (10) – dok.

TV 6 DVB T

6.00 **Więzienie** (166, 167) – serial dok., Pol. 2023
6.55 **Policjantki i Policjanci** (713, 714) – serial obyczajowy, Polska 2020
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (32, 33) – serial sens., Niemcy
10.55 **48h. Zaginieni** (154-156) – serial kryminalny, Pol. 2022
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1202) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (49, 50) – serial kryminalny, Polska 2023-2024
15.55 **Kobra – oddział specjalny** (34, 35) – serial sensacyjny, Niemcy 1997

BBC FIRST HD

6.00 **Zagadki doktora Blake'a 3** (8) – krym.
6.55 **Zabójcze arcydzieła** (3, 4) – krym., Irlandia
8.40 **Lewis 5** (5) – krym.
9.35 **Ojciec Brown** (5)
10.40 **Śmierć pod palmami 2** (1) – krym.
11.45 **Zagadki doktora Blake'a 3** (8) – krym.
12.55 **Zabójcze arcydzieła** (5, 6) – krym., Irlandia
15.00 **Ojciec Brown 8** (1)
16.00 **Lewis 5** (5) – krym.
17.00 **My Life is Murder 3** (5) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 22** (3)
19.55 **Śmierć pod palmami 2** (2) – krym.
21.00 **Harry Wild 4** (6) – serial kryminalny

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

9.00 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
9.30 **Domisie** – dla dzieci
10.00 **Figu Migu na planecie Czochras** (15)
10.20 **Bolek i Lolek wyruszają w świat**
10.45 **Rodzina Treflików 3** (35, 36) – serial anim.
11.10 **Odo** (52-54) – anim.
11.35 **Stacyjkowo** (15, 16)
11.55 **Pszczółka Maja** (18)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
13.00 **Zagadki zwierzogromadki** (16) – mag. dla dzieci
13.20 **Tru i Tęczowe Królestwo** (18)
13.45 **Świnka Peppa 7**
14.10 **Pająk Lucas 2** (35, 36)
14.30 **Oli i Luna** (35, 36)

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

6.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
7.30 **Jeden na jeden**
8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.55 **Biznes** – pr. publicyst.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.55 **Biznes** – pr. publicyst.
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.55 **Biznes** – pr. publicyst.
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
13.55 **Biznes** – pr. publicyst.
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.55 **Biznes** – pr. publicyst.
15.00 **15 na żywo** – magazyn inform.
16.00 **Fakty po południu** – program inform.

KRYMINALNY

20.00 **Ślad** (75) – Polska 2019

Zostaje zamordowany dyrektor domu kultury. Zginął od kul wystrzelonych z pistoletu skradzionego z muzeum. Śledczy przeszukują sejf w gabinecie ofiary.

21.00 **Gliniarze** (794)
22.05 **Łowca pedofilów** (160, 161) – dok., Pol.
23.00 **Świat według Kiepskich** (365, 366)
0.00 **Ślad** (96) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (15)
2.05 **Wydarzenia**
2.45 **Ewa gotuje** (557)
3.25 **Śluby gwiazd** (29)

SCIENCE FICTION

21.00 **Kontakt** – USA 1997, wyk. Jodie Foster, 180 min (FILM)

Ellie tworzy program badawczy, aby nawiązać kontakt z obcymi. Gdy zapada decyzja o likwidacji jej laboratorium, z kosmosu nadchodzi oczekiwany sygnał.

0.00 **Bestia** – thriller, Islandia/Japonia/USA 2022, 115 min (FILM)
1.55 **Świat według Kiepskich** (411-414) – serial kom., Pol. 2013
4.00 **Nasz nowy dom** (263, 264) – reality show, Polska 2022

SENSACYJNY

18.00 **Strażnik Teksasu** (18, 19) – USA 1999

Do Dallas trafia partia tzw. czarnej heroiny. Strażnicy Teksasu ustalają, że dystrybucją zajmuje się syn chińskiego dyplomaty. Chroni go immunitet dyplomatyczny.

20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (197, 72) – krym.
21.55 **Czarna lista 2** (26)
22.55 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (711, 712) – krym., Pol.
0.55 **Kości** (111, 112)
2.50 **Cobra Kai** (31)

KRYMINALNY

22.00 **Schwytać mordercę** (2, 3) – RPA/Wlk. Bryt.

Chris i AJ zatrzymują mężczyznę, który wysyłał niepokojące listy do redakcji gazet. Tymczasem Micki uczestniczy w sekcji zwłok pierwszy raz w życiu zawodowym.

0.05 **McDonald i Dodds 2** (3) – serial kryminalny
2.00 **Śmierć pod palmami 2** (2) – krym.
3.10 **Morderstwa w Midsomer 22** (3) – krym., Wlk. Bryt. 2020
4.45 **Moja rodzinka 3** (1) – serial kom., Wlk. Bryt.
5.15 **Ojciec Brown 8** (1)

ANIMOWANY

14.55 **Oktonauci** (35, 36) – Irlandia 2010

Niedźwiedź polarny, pingwin o wielkim sercu, odważny kot oraz ich towarzysze ratują stworzenia żyjące pod wodą.

15.20 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (18) – mag.
15.40 **Billy – chomik, który został kowbojem**
16.05 **Pat i świat** (52-54)
16.35 **Dino Ranczo**
17.05 **Pszczółka Maja**
17.30 **Petronix: Obrońcy zwierząt** (35, 36)
18.00 **Mała Marinette**
18.30 **Idefiks i Nieugięci**
19.00 **Ptyś i Bill**

PUBLICYSTYCZNY

18.00 **Tak jest**

Andrzej Morozowski podsumowuje informacje dnia, a także zaprasza gości, z którymi dyskutuje o bieżących problemach w Polsce.

19.15 **Serwis informacyjny**
19.30 **Fakty po Faktach** – program inform.
20.10 **Fakty o świecie**
21.00 **Polska i świat** – inf.
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.25 **Biznes** – pr. publicyst.
0.45 **Fakty po Faktach**
1.30 **Tak jest** – pr. publ.
2.35 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.

20

POLSAT PLAY HD

6.00 **Budowlańcy** (11) – dok.
6.30 **Kołowrotek** (205) – mag.
7.00 **Dorwać tuńczyka** (3, 4)
9.00 **Wojny magazynowe**
10.00 **Wojny kontenerowe**
11.00 **Hardkorowy lombard**
14.00 **Polacy za granicą** (45, 46)
16.00 **Złomiarze** (41, 42) – dok.
18.05 **Poszukiwacze historii**
20.00 **Trzecia Rzesza w obiektywie amatorskiej kamery** (2-ost.) – dok., Wlk. Bryt.
21.10 **Tajna historia XX wieku**
22.00 **Poszukiwacze historii**
22.30 **Pociągi** (2) – serial dokum.
23.10 **Wakacje z Bałtykiem**
4.05 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

12.35 **Człowiek kontra jedzenie. Mięsożercy** (1)
13.05 **Apetyt na miłość** (8)
14.05 **Akcja: Restauracja!** (6)
15.05 **Pojedynek na grille** (5)
16.05 **Kuchenne rewolucje** (11)
17.05 **Sexy kuchnia Magdy Gessler** (5) – mag. kulin.
17.40 **MasterChef** (10) – pr. rozr.
19.10 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** (2) – mag.
20.10 **Perfekcyjni gospodarze 9** (5) – dok.
21.10 **24/24** (4) – maraton kulin.
22.15 **Pyszne miejscówki** (9)
23.15 **Akcja: Restauracja! 20**
0.15 **Człowiek kontra jedzenie** (29-31) – mag.

POLSAT RODZINA HD

9.35 **Jeźdźcy smoków na końcu świata**
11.00 **Bajeczne żaby** – film dok.
12.00 **Bogaty dom – biedny dom** (109) – reality show
13.00 **Rodzina zastępcza** (227, 228) – kom., Pol. 2006
14.55 **Wielkie wycieczkowce**
15.55 **Świat z góry** (10, 11)
17.10 **Pingwiny z Madagaskaru** (4-7)
19.05 **Rodzina zastępcza** (310)
20.05 **Miodowe lata** (12, 13, 101) – serial kom.
22.00 **Nasz nowy dom**
23.55 **Wielkie miasta starożytności** (2, 3) – dok.
2.30 **Ewa gotuje** (521) – mag.

BBC LIFESTYLE HD

13.35 **Bake off: zawodowcy 3** (7) – widowisko
14.30 **Wielkie brytyjskie wypieki 13** (8) – pr. rozr.
15.40 **Zapraszam do stołu: Wielka porcja 7** (10)
17.50 **Wymarzone domy 2** (7)
18.50 **Mistrzowie ceramiki: Kanada** (2) – pr. rozrywk.
19.50 **Wielkie brytyjskie wypieki 13** (9) – pr. rozr.
21.00 **Królowie smaku: Big Zuu & AJ Tracey** (2) – rozr.
22.00 **Niebezpieczny seks** (3)
23.00 **Wstydliwe choroby: online** (3) – serial dokum.
0.00 **Kuchenne koszmary USA 9** (11) – serial dok.

NICK JR. HD

16.40 **Psi Patrol 4** (20) – anim.
17.05 **Rubble i jego ekipa 3** (4)
17.35 **Pan Krokodyl** (6) – anim.
17.55 **Barbapapa – szczęśliwa rodzinka** (5) – serial anim.
18.15 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (7) – anim., Fr.
18.40 **Dora 3** (2) – serial anim.
19.00 **Santiago z mórz** (2)
19.30 **Przygody Misia Paddingtona 2** (6) – anim.
19.55 **Przygody Misia Paddingtona** (7) – anim.
20.07 **Świnka Peppa 2** (20-23)
20.30 **Małe Królestwo Bena i Holly** (14) – serial anim.
20.55 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (23-25) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.10 **Więcej „Wydarzeń"** – inf.
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Punkt widzenia Szubartowicza** – pr. publ.
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – publ.
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.

TVP KOBIETA DVB T2

13.00 **Na dobre i na złe** (580)
13.55 **Kradzież Księgi Świętego Jakuba** (2)
15.00 **Rosół polski** (31) – mag.
15.30 **Ojciec Mateusz 2** (19, 20)
17.25 **Gwałtowna pogoda. Jak ją przetrwać?** (2) – dok.
18.30 **Lato z Radiem i Telewizją Polską**
19.30 **Miłość i nadzieja** (304)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (285) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (273) – obycz.
22.30 **Książę i ja 3: Królewski miesiąc miodowy** – komedia romantyczna, USA 2008, 105 min (FILM)

E! ENTERTAINMENT HD

10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (4, 5)
14.20 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (8, 9) – rozr.
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (10, 11)
20.30 **Bogate dzieciaki z Beverly Hills** (1-4) – dok.
22.30 **Plastyczna fuszerka**
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (4, 5)
3.00 **Plastyczna fuszerka**

TV TRWAM DVB T

17.55 **Poczet wielkich Polaków** – pr. hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone** – pr. publ.
19.30 **Każdy maluch to potrafi** – program dla dzieci
19.45 **Modlitwa** – religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc historia** – cykl fel.
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Posłani** – film dokum., Pol.
23.25 **Dęby w Polsce** – dok.
0.00 **Słowo życia**

BBC BRIT HD

10.25 **Nadzwyczajne maszyny**
11.25 **Brytyjskie fabryki 2** (3)
12.30 **Top Gear 8** (6) – mag.
13.35 **Nadzwyczajne maszyny**
14.35 **Cuda inżynierii** (5) – dok.
15.40 **Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 4** (6) – telet.
16.45 **Brytyjskie fabryki 2** (3)
17.50 **Top Gear 8** (7) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii** (5) – dok.
20.00 **Brytyjskie fabryki 2** (4)
21.00 **Cuda inżynierii kolejowej** (4) – serial dok.
22.00 **Ikony motoryzacji 2** (6)
23.05 **Top Gear 8** (6) – mag.
0.05 **Top Gear 20** (2) – mag.
1.15 **Cuda inżynierii** (5) – dok.

MINI MINI+ HD

10.00 **Baranek Shaun** (7-15)
11.25 **Baczne oczka** (5-8)
11.55 **Marta mówi** (17, 18)
12.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
12.59 **Marta mówi** (19, 20)
13.55 **Moje urodziny** – dla dzieci
14.00 **Basia 2** (5-9) – anim., Pol.
15.10 **Kicia Kocia 2** (6-10)
15.55 **Blaze i megamaszyny 3**
17.20 **Staś i fajna Babcia** (3, 4)
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.57 **Staś i fajna Babcia** (5)
18.15 **Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia** (5, 6) – serial anim., Japonia
18.40 **Dora i przyjaciele** (15, 16)
19.35 **Kicia Kocia** (7-11) – anim.
20.25 **Mały Charlie** (6-10)

TVP 3 DVB T2

12.30 **Rączka gotuje**
13.00 **Agrobiznes**
13.20 **Agropogoda**
13.30 **Bez retuszu**
14.20 **Poznaj region**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Całkiem niezła historia**
19.45 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.13 **Gość Regionów** – pr. publ.
20.30 **Telekurier** – mag., Polska
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.30 **Złoty chłopak** (194) – serial obycz., Turcja 2022

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

eprasa.pl 989b197d00

Warto zobaczyć

12.40 KINO POLSKA
Prawo i pięść
SENSACYJNY Doktor Mielecki zostaje burmistrzem na Ziemiach Odzyskanych. Jedzie tam ze swoimi ludźmi. Lekarz okazuje się szabrownikiem. *Reż.: Edward Skórzewski, Jerzy Hoffman, A: Gustaw Holoubek, Jerzy Przybylski Polska 1964* **130 min ► do godz. 14.50**

14.00 ALE KINO+
Pokuta
MELODRAMAT Trzynastoletnia Briony fałszywym oskarżeniem o gwałt niszczy życie siostrze i jej ukochanemu. Po latach szuka odkupienia. *Reż.: Joe Wright, A: Saoirse Ronan, Keira Knightley, James McAvoy Wlk. Bryt./USA 2007* **140 min ► do godz. 16.20**

15.55 HBO
Królestwo niebieskie
HISTORYCZNY XII w. Kowal Balian wyrusza do rozdartej wojną Ziemi Świętej. Broni oblężonego miasta. Spotyka również na swojej drodze miłość. *Reż.: Ridley Scott, A: Orlando Bloom, Eva Green, Jeremy Irons USA/Hiszp. 2005* **145 min ► do godz. 18.20**

16.25 TVN FABUŁA
Walentynki
KOMEDIA ROMANTYCZNA Mieszkańcy Los Angeles świętują na różne sposoby dzień zakochanych. Florysta Reed oświadcza się dziewczynie. *Reż.: Garry Marshall, A: Julia Roberts, Ashton Kutcher, Jamie Foxx USA 2010* **155 min ► do godz. 19.00**

17.55 FILMBOX+ HITS
Pan Pip
OBYCZAJOWY Na objętej wojną domową wyspie nauczyciel czyta z dziećmi Dickensa. Fascynująca historia przenika do rzeczywistości. *Reż.: Andrew Adamson, A: Hugh Laurie, Xzannjah Matsi, Healesville Joel Australia/USA 2012* **125 min ► do godz. 20.00**

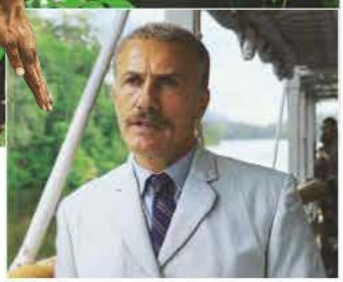
18.40 POLSAT FILM
Wydział zabójstw, Hollywood
KOMEDIA SENSACYJNA Los Angeles staje się tłem zbrodni. Policjanci, zajęci swoimi sprawami, nieudolnie tropią mordercę. *Reż.: Ron Shelton, A: Harrison Ford, Josh Hartnett, Lena Olin USA 2003* **140 min ► do godz. 21.00**

22.05 STOPKLATKA
Wampir w Brooklynie
HORROR KOMEDIOWY Z Karaibów przypływa do Nowego Jorku frachtowiec z wampirem. Przybysz chce odnaleźć Ritę, z którą łączą do więzy krwi. *Reż.: Wes Craven, A: Eddie Murphy, Angela Bassett, Allen Payne USA 1995* **120 min ► do godz. 0.05**

22.30 TVP KOBIETA
Carte Blanche
OBYCZAJOWY Nauczyciel historii Kacper zaczyna tracić wzrok. Ukrywa to przed przełożonymi. Stara się przygotować uczniów do matury. *Reż.: Jacek Lusiński, A: Andrzej Chyra, Arkadiusz Jakubik, Tomasz Ziętek Polska 2015* **120 min ► do godz. 0.30**

→ filmowe hity

Tarzan udaje się do Afryki. Pada ofiarą intrygi uknutej przez kapitana Roma.



20.50 TVN
Tarzan: Legenda
PRZYGODOWY Wychowany przez małpy człowiek wraca do miejsca, w którym zaczęła się jego historia.

HIT DNIA

Osiem lat temu Tarzan opuścił dżunglę i stado małp, wśród których się wychował. Jako John Clayton wiedzie wraz z żoną, Amerykanką Jane, spokojne życie w Londynie. Mieszka z nią w posiadłości, która należała do jego rodziny. Wiele czasu spędził w cywilizowanym świecie, ale nadal wyróżnia się wśród elity. Otacza go aura tajemnicy – potrafi rozmawiać ze zwierzętami i odczytywać znaki natury. Pewnego dnia otrzymuje propozycję powrotu do Konga – ma pełnić funkcję wysłannika rządu z misją handlową. Jego towarzyszem zostaje gadatliwy lekarz, weteran wojny secesyjnej. Na miejscu on i jego kompani stają się celem podstępnego kapitana Leona Roma, który zamierza ich wykorzystać w osobistych porachunkach. Intryga, którą knuje, zagraża ludności Afryki. **HD 145 min ► do godz. 23.15**

USA/Wlk. Bryt./Kanada 2016 **Reż.:** David Yates **Wyst.:** Alexander Skarsgard, Christoph Waltz, Samuel L. Jackson

20.00 TVN 7
Przyjaciel domu
OBYCZAJOWY Dziennikarz Matt wiedzie szczęśliwe życie u boku żony Nicole, z którą wychowuje dwie córki. Kiedy kobieta zapada na nowotwór, z pomocą rodzinie przychodzi empatyczny Dane (Jason Segel).

Reż.: G. Cowperthwaite Wyst.: Casey Affleck USA 2019 **HD 155 min ► do godz. 22.35**

20.00 TV PULS
Furioza
KRYMINALNY W zamian za skrócenie wyroku brata lekarz Dawid (Mateusz Banasiuk) infiltruje pseudokibiców. Trudno mu zdobyć zaufanie dawnego przyjaciela (Mateusz Damięcki). Wie, że demaskacja skończy się tragicznie.

Reż.: Cyprian T. Olencki Wyst.: Łukasz Simlat Polska 2020 **HD 175 min ► do godz. 22.55**

21.00 SUPER POLSAT
Źle się dzieje w El Royale
THRILLER Na wpół zrujnowany hotel El Royale jest okryty złą sławą. Pewnej nocy spotyka się tu siedmioro nieznajomych, m.in. ksiądz (Jeff Bridges) i Emily. Każdy z gości skrywa mroczną tajemnicę.

Reż.: Drew Goddard Wyst.: Jon Hamm USA 2018 **HD 175 min ► do godz. 23.55**

22.55 TV PULS
Pitbull. Ostatni pies
SENSACYJNY Warszawa. Policjanci prowadzą dochodzenie w sprawie śmierci kolegi po fachu. Despero wnika w szeregi ludzi Gawrona. Żona mafiosa (Dorota Rabczewska) dołącza do wojny gangów.

Reż.: Władysław Pasikowski Wyst.: Rafał Mohr Polska 2018 **HD 160 min ► do godz. 1.35**

23.00 TV 4
Strażnik granicy
SENSACYJNY W szeregach amerykańskich sił specjalnych funkcjonuje szajka, która planuje przemyt heroiny. Na trop przestępców wpada agent służb granicznych Jack Robideaux (Jean-Claude Van Damme).

Reż.: Isaac Florentine Wyst.: Stephen Lord USA 2008 **HD 120 min ► do godz. 1.00**

23.00 PULS 2
Prawo zbrodni
KRYMINALNY Były policjant Ray zatrudnia się jako ochroniarz. Gdy klub, w którym pracuje, zostaje obrabowany, a syn właściciela ginie, chce znaleźć winnych. Bierze pod lupę jednego z bywalców lokalu (Danny Trejo).

Reż.: Brian A. Miller Wyst.: Dave Bautista USA 2011 **HD 120 min ► do godz. 1.00**

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

egzemplarz nr 399h197dp0

→ filmowe hity

Thomas nawiązuje wyjątkową więź ze swoimi podopiecznymi.

23.05 POLSAT

Pierwszy gol

KOMEDIODRAMAT Szkoleniowiec ma przygotować do rywalizacji jedną z najsłabszych drużyn piłkarskich.

HIT DNIA

Trener Thomas dostaje ultimatum – albo straci posadę, albo uda się na Samoa Amerykańskie i podejmie się szkolenia drużyny piłkarskiej. Tutejsza reprezentacja poniosła niedawno kompromitującą porażkę 0:31 w meczu z Australią i jest w gronie najsłabszych ekip świata. Skazany na przymusowe zesłanie szkoleniowiec przekonuje się, jak karkołomna misja go czeka. Okazuje się, że brak kondycji i dyscypliny to wierzchołek góry lodowej. Zawodnicy wierzą, że przybysz zdoła odwrócić losy ich drużyny. HD 145 min ▶ do godz. 1.30

Wielka Brytania/USA 2023 **Reż.:** Taika Waititi **Wyst.:** Michael Fassbender, Elisabeth Moss, Will Arnett, Rhys Darby

→ sport

13.45 EUROSPORT 1

Tour de France

KOLARSTWO LIVE Jedenasty etap rozpocznie się w Vichy, a zakończy w Nevers. Kolarze pokonają 161,3 km. Ukształtowanie trasy sprawia, że o zwycięstwo powinni walczyć sprinterzy. Jak na tym odcinku TdF spisze się jeden z faworytów wyścigu, Isaac del Toro? HD 270 min ▶ do godz. 18.15

19.00 POLSAT

Bułgaria – Polska

SIATKÓWKA LIVE Trzeci turniej Ligi Narodów 2026 z udziałem Biało-Czerwonych odbędzie się w Chicago. Polacy rozpoczną go meczem z wicemistrzami świata, którzy w trwającej edycji rozgrywek pokonali m.in. reprezentację Włoch (3:2). HD 145 min ▶ do godz. 21.25

→ rozrywka

17.25 TVP 1

Jaka to melodia?

TELETURNIEJ Robert Janowski zaprasza do rywalizacji kolejną trójkę melomanów. Ich zadaniem jest rozpoznanie prezentowanych fragmentów utworów i podanie ich tytułów. Osoba, która po trzech rundach udzieli najwięcej poprawnych odpowiedzi, awansuje do finału. HD 40 min ▶ do godz. 18.05

18.15 TVP KULTURA

Muzeum Polskiej Piosenki

MUZYKA Twórcy programu przypominają historię utworu „Dziwny jest ten świat". O przeboju Czesława Niemena opowiadają m.in. Maria Szabłowska, Kayah, Reni Jusis, Maciej Chmiel i Ryszard Wolański. HD 15 min ▶ do godz. 18.30

21.05 TVP KULTURA

Przysięga Ireny

OBYCZAJOWY Druga wojna światowa. Pielęgniarka Irena (Sophie Nélisse) musi pracować na rzecz hitlerowców. Wrażliwa i wyczulona na ludzką krzywdę kobieta nie waha się ryzykować życia, by pomagać mieszkańcom getta.

Reż.: Louise Archambault Wyst.: Dougray Scott Kan./Pol. 2023 HD 130 min ▶ do godz. 23.15

21.25 POLSAT

Zróbmy sobie wnuka

KOMEDIA Maniek (Andrzej Grabowski) i Genia Koselowie uprawiają pomidory. Marzą o wnukach, ale ich dzieci, Zosia i Janek, nie zamierzają się ustatkować. Ojciec wpada na pewien pomysł.

Reż.: Piotr Wereśniak Wyst.: Joanna Żółkowska Polska 2003 HD 100 min ▶ do godz. 23.05

20.50 TVP 1

Mistrzostwa świata 2026

PIŁKA NOŻNA LIVE Drugi mecz półfinałowy zostanie rozegrany w Atlancie. Mogą wystąpić w nim broniący tytułu Argentyńczycy. Tylko oni, Francuzi i Meksykanie w fazie grupowej zdobyli komplet punktów. HD 160 min ▶ do godz. 23.30

22.00 DISCOVERY CHANNEL

Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata

REALITY SHOW Uczestnicy wyznaczają osobę, która zapoluje z użyciem prymitywnego łuku i oprawi swoją zdobycz. Na prowadzenie wysuwa się niedoceniana dotąd drużyna. HD 120 min ▶ do godz. 0.00

23.15 TVN

Legion Samobójców 2

PRZYGODOWY W zakładzie Belle Reve odsiadują wyroki najwięksi złoczyńcy. Część z nich formuje jednostkę, która ma wypełnić straceńczą misję pod wodzą Ricka Flaga (Joel Kinnaman).

Reż.: James Gunn Wyst.: Michael Rooker Kan./USA 2021 HD 170 min ▶ do godz. 2.05

23.30 TVP 1

Danton

HISTORYCZNY Rok 1794, ogarnięty rewolucją Paryż. Danton (Gérard Depardieu) domaga się zaprzestania terroru. Zostaje oskarżony o działalność kontrrewolucyjną. Gdy Robespierre wstrzymuje obronę, zapada wyrok śmierci.

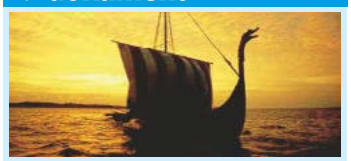
Reż.: Andrzej Wajda Wyst.: Patrice Chéreau Polska/Fr. 1983 HD 145 min ▶ do godz. 1.55

22.45 POLSAT SPORT 1

Francja – Brazylia

SIATKÓWKA LIVE W Chicago zagrają ze sobą drużyny, które nienajlepiej spisały się w dwóch czerwcowych turniejach Ligi Narodów. W rezultacie całkiem realny stał się scenariusz zakładający ich nieobecność w finałach w Ningbo. HD 135 min ▶ do godz. 1.00

→ dokument



21.00 NATIONAL GEO.

Ukryte pod miastami

HISTORIA Twórcy przybliżą okoliczności odkrycia statku z XVIII w trakcie budowy One World Trade Center. Opowiedzą też o tym, jak w Anglii badacze znaleźli grób wikingów. HD 60 min ▶ do godz. 22.00

eprasa.pl 989b197d00

TVP 1 HD DVB-T2

5.00 **Złoty chłopak** (333-ost.) – serial obyczajowy, Turcja 2022
5.50 **Akacjowa 38** (895) – telenowela, Hiszpania 2015
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
7.30 **Rodzina (nie od) święta**
8.00 **Serwis Info** – program inform.
8.10 **Pogoda Info**
8.20 **Janosik** (12) – przyg., Pol. 1973
9.15 **Ranczo 7** (82) – obycz., Pol. 2013
10.10 **Komisarz Alex 7** (90) – serial kryminalny, Polska 2015
11.05 **Ojciec Mateusz 16** (202) – 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
12.55 **Taniec z rosyjskim niedźwiedziem, część 4** – film dokumentalny, Polska 2025
14.00 **Splątane losy** (1) – serial obyczajowy, Turcja 2024, wyk. Nilgün Kasapbasoglu
15.00 **Serwis Info** – program inform.
15.10 **Pogoda Info**
15.25 **Gra słów. Krzyżówka** (1067)
16.00 **Dziedzictwo** (979) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
18.05 **Reporterzy** – mag. reporterów
18.25 **Akacjowa 38** (912) – telenowela, Hiszpania 2015
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
20.10 **Sport, pogoda**
20.25 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)

TVP 2 HD DVB-T2

4.35 **Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2023
5.35 **M jak miłość** (1794) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.30 **Mozaika żydowska. Magazyn kulturalno-religijno-społeczny**
6.55 **Barwy szczęścia** (3354) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.30 **Rodzinka.pl** (41, 42): Kryzys; Ty, ja i spa – serial komediowy, Polska 2011
12.35 **Koło fortuny** (1896) – teleturniej
13.15 **Panna młoda** (144) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 **Va banque** (1013) – teleturniej
14.35 **Na sygnale** (876): Ktokolwiek widział... – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (433) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
Romulo przekazuje markizowi wieści o przedmiotach znalezionych w pokoju Curra. Don Alonso odkrywa, że jego siostrzeniec zamierza walczyć po stronie Francji. Santos narzuca się Verze. Wychodzi na jaw, że gospodyni sprowadziła do posiadłości chore dziecko.
16.00 **Koło fortuny** (1897) – teleturniej
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (145) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 **Va banque** (1014) – teleturniej
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej

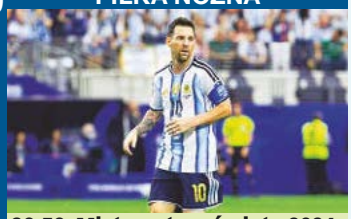
POLSAT HD DVB-T2

4.40 **Disco Gramy**
5.25 **Telezakupy TV Okazje**
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
8.30 **Malanowski i partnerzy** (337, 339): Zabójcza miłość; Zanim umrę – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
9.30 **Trudne sprawy** (1263, 1264) – serial paradokumentalny, Polska 2024
Dagmara znajduje dorywczą pracę w domu ciężarnej Pauliny. Zauważa tam zdjęcie swojego syna, który ma żonę i dziecko. Gdy prosi go o wyjaśnienia, ten przyznaje się, że żyje w związkach z dwiema kobietami.
11.35 **Gliniarze** (880, 881) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.40 **Dlaczego ja?** (1510, 1511) – paradok., Polska 2025
Związek Beaty i Marcina przechodzi kryzys. Para decyduje, że przez pewien czas od siebie odpocznie. Po miesiącu do kobiety dociera wieść, że Marcin poślubił inną. Postanawia się z nim skonfrontować.
15.50 **Wydarzenia, pogoda**
16.25 **Interwencja** – magazyn reporterów
16.40 **Gliniarze** (1077, 1078) – serial paradokumentalny, Polska 2025
W okolicach Warszawy dochodzi do gwałtu na pracującej w technikum nauczycielce. Adam Bogusz i Olga ustalają, że kilka godzin przed napaścią widziano ją w samochodzie z mężczyzną, notowanym wcześniej za przestępstwa seksualne.

TVN HD DVB-T2

5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1699) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 **Kuchenne rewolucje** (12): Świerklany – Karczma Stodoła – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Doradca smaku** (34) – magazyn kulinarny
11.25 **Kuchenne rewolucje** (13): Żerków, Pizzeria Familijna – program rozrywkowy
12.35 **Ukryta prawda** (1483, 1484, 1728) – serial paradok., Polska
15.45 **Detektywi** (112) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
40-latka myśli, że jest zdradzana. Śledczy odkrywają, że dziewczyna, którą klientka posądza o bycie kochanką jej męża, w rzeczywistości go szantażuje.
16.50 **Szpital św. Anny** (68) – serial obyczajowy, Polska 2025
Na oddział ratunkowy trafia senior, który zasłabł na ulicy. Daria przyjmuje kobietę skarżącą się na silny ból brzucha. Ratuje życie pacjentki.
17.55 **Młode gliny** (22) – serial kryminalny, Polska 2026
Policjanci zostają wezwani do domu pogrzebowego w związku ze znalezieniem dodatkowych zwłok w trumnie z ciałem Juliusza Naręckiego.
19.00 **Fakty, sport i pogoda**
19.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów
20.15 **Na Wspólnej** (4246) – serial obyczajowy, Polska 2026 (player)

PIŁKA NOŻNA

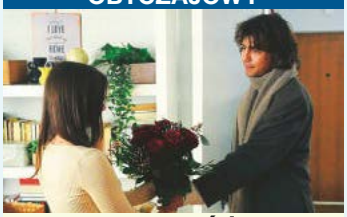


20.50 Mistrzostwa świata 2026 (LIVE) – mecz półfinałowy

Czas wyłonić drugiego finalistę. W udział w meczu w Atlancie celują Argentyńczycy. Obrońcy tytułu przez fazę grupową przeszli niczym burza, wygrywając wszystkie spotkania. Stracili w nich zaledwie jedną bramkę, natomiast zdobyli osiem. Autorem sześciu z tych trafień był Leo Messi, który walczy o koronę króla strzelców.

23.30 **Wieczór z Mistrzem.** (FILM) **Andrzej Wajda: Danton** – dramat historyczny, Polska/Francja 1983, reż. Andrzej Wajda, wyk. Gérard Depardieu, Patrice Chéreau, 145 min
1.55 **Morderstwa w Cantal** (FILM) – film kryminalny, Francja 2023, reż. Sandrine Cohen, wyk. Jean Fornerod, Alexandre Varga, Joséphine Jobert, 100 min
3.35 **Wykrywacz kłamstw** – program publicystyczny
3.55 **Pytanie dnia** – program publicystyczny
4.15 **Reporterzy** – mag. reporterów
4.30 **Oko na świat** – magazyn
4.50 **Zakończenie**

OBYCZAJOWY



19.25 Barwy szczęścia (3354) – Polska 2026

Oliwka ma pretensje do Kępskiego o spotkanie z Grażyną, do którego partner jej się nie przyznał. Justin bezskutecznie podważa decyzje Stańskiego. Ewa zaprasza Romea do siebie, korzystając z nieobecności babci.

20.05 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (21) – teleturniej
20.35 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (21) – teleturniej
20.55 **Postaw na milion** – teleturniej
21.50 **Na sygnale** (871, 872) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
22.55 **Berlin Ku'damm 56** (4) – serial obyczajowy, Niemcy 2016
23.55 **PitBull 2** (9) – serial sensacyjny, Polska 2007
0.50 **Karol, władca Hiszpanii** (8) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015
1.50 **Nasz dom w górach** (15) – serial obyczajowy, Niemcy 2021
2.50 **Globus. No Elephant in the Room** – film dok., Polska/Rumunia 2022
4.10 **Zakończenie**

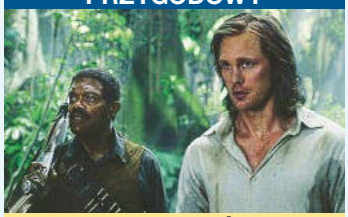
SIATKÓWKA MĘŻCZYZN

19.00 Liga Narodów: mecz: Bułgaria – Polska (LIVE)

Trzeci tydzień rozgrywek Polacy spędzą na turnieju w USA. Ich pierwszym rywalem będzie reprezentacja Bułgarii. W maju w Katowicach wygrali z nią 3:0.

21.25 **Komediowa środa: Zróbmy sobie wnuka** (FILM) – komedia, Polska 2003, reż. Piotr Wereśniak, wyk. Andrzej Grabowski, Joanna Żółkowska, Paweł Deląg, Małgorzata Kożuchowska, 100 min
23.05 **Pierwszy gol** (FILM) – komediodramat, Wielka Brytania/USA 2023, reż. Taika Waititi, wyk. Michael Fassbender, Elisabeth Moss, Will Arnett, Rhys Darby, 145 min
Rongen zostaje zmuszony do wyjazdu na Samoa Amerykańskie, by szkolić jedną z najsłabszych drużyn piłkarskich świata. Czeka go karkołomne wyzwanie.
1.30 **Pogromcy duchów.** (FILM) **Dziedzictwo** – komedia s.f., USA/Kanada 2021, reż. Jason Reitman, wyk. Carrie Coon, Paul Rudd, Finn Wolfhard, Mckenna Grace, 185 min

PRZYGODOWY



20.50 Tarzan: Legenda (FILM) – USA/Wielka Brytania/Kanada 2016, 145 min

HIT DNIA

Po opuszczeniu dżungli Tarzan jako John Clayton wiedzie dostatnie życie w Londynie. Otrzymuje propozycję powrotu do Konga. Nie zdaje sobie sprawy, że jest pionkiem w grze prowadzonej przez kpt. Roma.

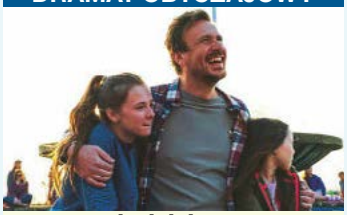
23.15 **Legion Samobójców 2** (FILM) – film przygodowy, Kanada/USA/Wielka Brytania 2021, reż. James Gunn, wyk. Michael Rooker, Viola Davis, John Ostrander, Joel Kinnaman, 170 min
W zakładzie karnym Belle Reve odsiadują wyroki najwięksi złoczyńcy. Władze decydują się wcielić kilkoro z nich do tajnej jednostki. Do grupy dołącza m.in. Bloodsport.
2.05 **Uwaga!** – magazyn reporterów
2.25 **Wallander** (11) – serial kryminalny, Szwecja 2005
4.15 **Największe polskie katastrofy** (4) – serial dokumentalny, Polska 2020
5.10 **Recepta na stary dom 3** (14) – program rozrywkowy

eprasa.pl 989b197d00

TVN 7 HD DVB-T2

5.25 Ten moment (58) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 Szkoła (797-799) – serial paradokumentalny, Polska
8.45 Ukryta prawda (1341, 1451, 1452) – serial paradokumentalny, Polska
11.50 W-11 – Wydział Śledczy (1108-1110) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
13.55 Kryminalni (8): Śmierć za śmierć – serial kryminalny, Polska 2004
15.00 Szpital (788, 789) – serial paradokumentalny, Polska 2018 Doktor Nowicka przyjmuje poparzonego 8-latka. Bardzo brakuje mu taty, który odszedł do kochanki. Pacjentką Roberta Szewczyka jest uczennica. W szkole nastolatkę nęka złośliwa koleżanka.
17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (509): Fałszywy trener – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
18.00 SOS Ekipy w akcji (21) – serial paradokumentalny, Polska 2018 Policjanci dostają wezwanie od kobiety, która usłyszała wołanie o pomoc dochodzące z bagażnika auta. Inny patrol interweniuje w sprawie awantury.
19.00 Ukryta prawda (1532) – serial paradokumentalny, Polska 2023 Bartek i Agata przez pięć lat starali się o dziecko. Dzięki in vitro rodzi się ich córka. Okazuje się, że jest czarnoskóra. Kobieta tłumaczy, że w klinice musiało dojść do pomyłki.

DRAMAT OBYCZAJOWY



20.00 Przyjaciel domu FILM – USA 2019, 155 min
Nicole zapada na raka. Mattowi z trudem przychodzi opieka nad żoną i dziećmi. Zamieszkuje z nimi ich najlepszy przyjaciel z czasów studiów Dane, by odciążyć męża chorej w codziennych obowiązkach. Układ, który miał być tymczasowym wsparciem, zaczyna się przedłużać.

22.35 W morzu ognia – film FILM sensacyjny, USA 1997, reż. Félix Enríquez Alcalá, wyk. Steven Seagal, Marg Helgenberger, Kris Kristofferson, Harry Dean Stanton, 135 min
0.50 Dom nad jeziorem FILM – melodramat, USA/Australia 2006, reż. Alejandro Agresti, wyk. Keanu Reeves, Sandra Bullock, Dylan Walsh, Christopher Plummer, 120 min
2.50 Żyjąc z potworem 9 (4) – serial dokumentalny, USA 2024
3.50 Fachowcy (15) – serial paradokumentalny, Polska 2017
4.30 Usterka 11 (11) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019

TV PULS HD DVB-T2

6.00 Policjanci z Miami 3 (9, 10): Dziecięcy blues; Cwaniaki z ulicy – serial kryminalny, USA 1986
8.00 Kobra – oddział specjalny (2, 3): Na wschód od Edenu, część 2; Cena przyjaźni – serial sensacyjny, Niemcy 2017
10.00 Maria z przedmieścia (61, 62) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (117) – serial obyczajowy, Meksyk 2008 Marichuy ostrzega Blancę, że jeśli nie wyzna Juanowi Miguelowi prawdy na temat Ivette i Omara, ona to zrobi. Zapowiada, że nie pozwoli, by skrzywdziła jej męża. Purita zawiadamia matkę, że wkrótce zostanie żoną Adriana.
13.00 Wspaniałe stulecie (51) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 Kurierzy (36) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 11 (544, 545) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy (37) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023 Adam spotyka się ze swoją byłą dziewczyną, Kaśką. Opiekuje się ona synem koleżanki. Dziecko twierdzi, że jest mentalistą i robi pokaz swoich umiejętności.
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (974, 975) – serial obyczajowy, Polska 2026 Ojciec fryzjerki Pauli Madej dostaje ataku serca. W trakcie akcji ratunkowej ktoś kradnie karetkę. Paula jest zdruzgotana. Gdy odkrywa, kto za wszystkim stoi, chce się zemścić.

DRAMAT KRYMINALNY

20.00 Furioza FILM – Polska 2020, 175 min
Dawid w przeszłości był związany ze środowiskiem stadionowych chuliganów. Policja składa mu propozycję – w zamian za skrócenie wyroku brata mężczyzna ma infiltrować grupę pseudokibiców. Podejmuje on ogromne ryzyko. Trudno mu jednak zdobyć zaufanie dawnych kolegów.

22.55 Pitbull. Ostatni pies FILM – film sensacyjny, Polska 2018, reż. Władysław Pasikowski, wyk. Marcin Dorociński, Krzysztof Stroiński, Rafał Mohr, Dorota Rabczewska, 160 min Stołeczni policjanci prowadzą śledztwo w sprawie zabójstwa kolegi po fachu. Despero wnika w szeregi gangsterów.
1.35 Kula w łeb – film kryminalny, FILM USA/Indie/Szwajcaria 2012, reż. Walter Hill, wyk. Sylvester Stallone, Sung Kang, Sarah Shahi, Weronika Rosati, 100 min
3.15 Dzielnica strachu 9 (406): Ksiądz – serial kryminalny, Polska 2025
4.15 Zobacz to! – pr. powtórkowe

PULS 2 HD DVB-T2

5.50 Ale numer! 20 (19) – program rozrywkowy
6.20 Cosie-Ktosie (13) – serial anim.
6.30 Kajko i Kokosz 2 (13) – serial animowany, Polska 2021
6.45 SamSam: Kosmiczne przygody (3) – anim., Fr./Belgia
7.00 Blaze i megamaszyny 6 (22) – serial animowany, USA 2020
7.30 Psi Patrol 2 (1) – serial animowany, USA/Kanada 2014
7.50 Superkoty (20) – serial anim.
8.30 Wielkie przygody małego rekina (13): Deszczowa przygoda / Żelowy potwór – serial dla dzieci, Korea Południowa/USA 2020
8.50 Masza i Niedźwiedź (3, 4) – serial animowany, Rosja 2012
9.20 Straszne historie Maszy (13) – serial animowany, Rosja 2016
9.25 Świnka Peppa 2 (11-13) – serial animowany, Wielka Brytania 2005
9.45 Bing (15, 16) – serial animowany
10.00 Jeżyk i Przyjaciele (2, 1) – serial animowany, Polska 2023
10.35 Spidey i superkumple 2 (49, 48) – serial anim., USA 2022
11.35 Gus. Mały – wielki rycerz (3, 4) – serial animowany, Francja 2021
12.00 Psi Patrol 8 (25) – serial anim.
12.35 Marta mówi (20) – serial anim.
13.00 Smerfy (182, 183) – serial anim.
14.00 Monster High (18, 19) – serial animowany, USA 2022
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2 (30, 31) – anim., Fr./Jap./Korea Południowa 2017
16.00 Fineasz i Ferb 2 (14, 15) – serial animowany, USA 2007-2011
17.00 Smerfy (184, 185) – serial anim.

ANIMOWANY

18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2 (37, 38) – USA 2010-2012
Szeregowy postanawia pomóc zagubionemu lampartowi morskiemu w powrocie na Antarktydę. Pod wpływem filmów o ninja Leonard zaczyna terroryzować wszystkich wokół.

19.00 Kacze opowieści (9, 10) – anim.
20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (962) – serial obyczajowy, Polska 2026
21.00 Dzielnica strachu 10 (444, 445) – serial krym., Polska 2025-2026
23.00 Prawo zbrodni – dramat FILM kryminalny, USA 2011, reż. Brian A. Miller, wyk. Dave Bautista, Amy Smart, Dominic Purcell, Danny Trejo, 120 min
1.00 Dzielnica strachu 10 (440) – serial kryminalny, Polska 2025
2.00 Lombard. Życie pod zastaw 12 (645) – serial obyczajowy, Polska 2023
3.00 Lombard. Życie pod zastaw 5 (204, 205) – obycz., Polska 2019
5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (509) – serial obyczajowy, Polska 2022

NETFLIX

BROKAT
Sopot, lata 70. Polacy tęsknie spoglądają na kulturę Zachodu. Także w kraju zaczynają zachodzić zmiany polityczne i społeczne. Trzy odważne kobiety (Magdalena Popławska, Wiktoria Filus, Matylda Giegżno) marzą o wolności i niezależności finansowej. Świadczą usługi jako luksusowe prostytutki.
▶**serial obycz. (10 odc.), Polska 2022**

CUDOWNY KOSZMAR
Adaptacja popularnej południowo-koreańskiej produkcji z 2015 roku o tym samym tytule. Odnosząca sukcesy prawniczka umiera wskutek pomyłki w zaświatach. Otrzymuje możliwość powrotu na Ziemię, lecz pod jednym warunkiem – przez miesiąc musi żyć jako skromna gospodyni domowa.
▶**romant., Filipiny 2026; 125 min**

AS PALESTRY
Ceniony adwokat zostaje zmuszony do wzięcia sprawy mężczyzny oskarżonego o morderstwo. Wcześniej sam doprowadził do skazania swojego obecnego klienta. Nagina zasady i podejmuje ryzykowne decyzje, by zapewnić dawnemu wrogowi wolność. Stawką jest przyszłość jego bliskich.
▶**thriller, Indie 2026**

PARA IDEALNA
Pisarka Greer Garrison Winbury nie lubi narzeczonej syna, Amelii Sacks (Eve Hewson). Mimo to organizuje parze spektakularne przyjęcie weselne na plaży. Zabawa się kończy, gdy w okolicy zostają znalezione zwłoki. Wszyscy są podejrzani o popełnienie zbrodni. Adaptacja powieści Elin Hilderbrand.
▶**serial krym. (6 odc.), USA 2024**

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (6, 7) – krym., USA/Kanada
7.30 Ostry dyżur (11, 12) – serial obyczajowy
9.25 Castle 3 (11, 12) – serial kryminalny
11.25 MacGyver 3 (7, 8) – serial akcji, USA 2018-2019
13.20 Dowody zbrodni (13, 14) – serial kryminalny, USA 2003
15.10 Agenci NCIS: Hawaje (8, 9) – serial kryminalny, USA 2021
17.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (8, 9) – krym., USA/Kan.
19.05 Castle 3 (13, 14) – serial kryminalny

20

KRYMINALNY

21.05 Walker: Strażnik Teksasu 2 (1, 2)
Cordell dowiaduje się, że jego życiu zagraża niebezpieczeństwo. James wyjaśnia mu, dlaczego Micki działa pod przykrywką.
22.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (8, 9) – serial krym.
0.40 Castle 3 (13, 14) – serial kryminalny
2.40 Walker: Strażnik Teksasu 2 (1, 2) – serial kryminalny
4.25 Walker: Strażnik Teksasu (16) – serial kryminalny, USA 2021

TVP SERIALE

5.25 Rodzinka.pl (106, 107) – kom., Pol.
6.30 Na sygnale (489, 490)
7.35 Ojciec Mateusz 3 (39) – krym., Pol. 2010
8.30 Komisarz Alex 3 (28)
9.25 Rodzinka.pl (108)
10.00 Klan (1455, 1456)
10.55 Ranczo 9 (106, 107)
12.40 Komisarz Alex 3 (29)
13.35 Ojciec Mateusz 30 (390, 391) – krym., Pol.
15.35 Komisarz Alex 3 (30) – serial krym., Polska
16.25 Na sygnale (491, 492) – serial fab.-dokum.
17.35 Ranczo 9 (108, 109) – serial obycz., Polska
19.30 Ojciec Mateusz 30 (392) – krym., Pol. 2023
20.30 Ojciec Mateusz 3 (40) – krym., Pol. 2010

OBYCZAJOWY

21.30 Ranczo 9 (110, 111) – Polska 2015
W Wilkowyjach zjawia się młody policjant, który ma zastąpić Staśka na czas jego szkolenia. Francesca wprowadza nowego kolegę w tajniki pracy na wsi.
23.25 Ojciec Mateusz 30 (393) – krym., Pol. 2023
0.20 U Pana Boga w Królowym Moście (8) – obycz.
1.20 Erynie (7, 8) – krym.
3.15 Stulecie Winnych (10) – obycz., Pol. 2019
4.05 Klan (1455) – telen.
4.35 Pan Mama (28)

TVP KULTURA HD

9.00 Szaleństwa panny Ewy (3) – film obycz., Polska 1984, 70 min
10.10 Bodo – film biograf., Polska 2016, 120 min
12.10 Tajemnice kultowych seriali (3) – serial dok., Pol. 2025
13.05 Wolna sobota – komedia, Pol., 50 min
13.55 Noce i dnie (4)
15.00 Zemsta – komedia, Polska 2002, 115 min
16.55 Do przerwy 0:1 (1, 2) – serial obycz., Polska
18.15 Muzeum Polskiej Piosenki (14) – rozr.
18.30 Informacje kulturalne
18.55 Rawhide (8) – przyg.
20.00 Powrót Sherlocka Holmesa (7) – krym.

DRAMAT OBYCZAJOWY

21.05 Przysięga Ireny – Kanada/Polska 2023, 130 min
II wojna światowa. Irena Gut musi pracować na rzecz hitlerowców. Zostaje gosposią w domu majora SS. Ryzykując życie, ukrywa pod jego dachem Żydów z getta.
23.15 Informacje kulturalne
23.45 Ballada o białej krowie – dramat obyczajowy, Francja/Iran 2020, 120 min
1.45 Rawa Blues Silesian Sound – Irek Dudek Big Band – koncert

ALE KINO+ HD

6.30 Polska z góry (3) – serial dok., Pol. 2017
7.00 Wolna krowa – film krótkometraż.
7.40 Grzyby – thriller, Polska 2023, 100 min
9.20 The Hero – film krótkometraż.
10.00 Stenbeck. Imperium (3, 4) – obycz., Szwecja 2025
12.05 Vera 7 (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
14.00 Pokuta – melodramat, Wielka Brytania/Fr./USA 2007, 140 min
16.20 Arktyka – dramat przygodowy, Islandia 2018, reż. Joe Penna, 115 min
18.15 Vera 7 (4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

KRYMINALNY

20.10 Premiera: Karen Pirie (3-ost.) – Wielka Brytania 2022
Karen mierzy się z trudną prawdą, której dotąd nie brała nawet pod uwagę. Dociekliwa detektyw nie cofnie się przed niczym, by w końcu znaleźć zabójcę Rosie.
22.05 Gangster – dramat kryminalny, USA 2012, 140 min
0.25 Django (5, 6) – przyg.
2.30 Furioza (3) – sens.
3.10 Polana pośród brzeziny – dram. obycz., Francja/Polska/Niem. 2003, 90 min

CANAL+ PREMIUM HD

10.15 Jutro będzie nasze – komediodramat, Włochy 2023, 115 min
12.10 Łapu capu – pr. rozr.
12.15 Chopin, Chopin! – dramat biograficzny, Polska 2025, 130 min
14.25 The Office PL 5 (5, 6) – serial kom., Pol. 2025
15.20 Prawdziwa historia szeregowca Ryana – film dok., Fr. 2026
16.15 Kiedy nadchodzi jesień – dram. obycz., Francja 2024, 105 min
18.00 Łapu capu – program rozrywkowy
18.05 Ultimatum Bourne'a – film sensacyjny, USA/Niem. 2007, 115 min
20.00 Kontyngent (3) – wojenny, Szwecja

KOMEDIA ROMANT.

20.45 Bridget Jones: Szalejąc za facetem – Wielka Brytania/Fr./USA 2025, 120 min
Bridget, wdowa wychowująca dwoje dzieci, wdaje się w romans ze sporo młodszym Roxsterem. Na horyzoncie niebawem pojawia się jednak ktoś jeszcze...
22.45 Zawód: Szpieg – dramat sensacyjny, USA/Wielka Brytania/Niemcy 2001, 125 min
0.50 Rust. Legenda Zachodu – western, USA 2024, reż. Joel Souza, 135 min

HBO HD

7.50 Harry Potter i Zakon Feniksa – film przygodowy, Wielka Brytania/USA 2007, 135 min
10.05 Harry Potter i Książę Półkrwi – film przygodowy, Wielka Brytania/USA 2009, 150 min
12.35 Andrea Bocelli: Because I Believe – film dokumentalny, USA 2024
14.25 Nierozłączni – film animowany, Belgia/Fr./Hiszp. 2023, 90 min
15.55 Królestwo niebieskie – dramat historyczny, USA/Hiszpania/Wielka Brytania 2005, 145 min

THRILLER

18.20 Eileen – USA/Wielka Brytania 2023, 100 min
Lata 60. Eileen pracuje jako sekretarka w zakładzie poprawczym dla nastoletnich chłopców. Nowa psycholożka budzi w niej tłumione od dawna uczucia.
20.00 Mumia: Film Lee Cronina – horror, Irlandia/USA 2026, reż. Lee Cronin, wyk. Jack Reynor, 140 min
22.20 Ród smoka 3 (4) – serial fantasy, USA
23.20 Nie! – thriller, Japonia/Kanada/USA 2022, reż. Jordan Peele, 130 min

AXN WHITE

8.10 Szpital nadziei 4 (12)
9.10 Blondynka 3 (12, 13)
11.10 Agenci NCIS 20 (22)
12.10 Agenci NCIS 10 (1, 2)
14.10 Szpital nadziei 4 (13)
15.10 Boże Narodzenie po angielsku – film obycz., Wlk. Bryt. 2019, 120 min
17.10 Hotel pod szczęśliwą gwiazdą – film obycz., USA/Kanada 2019, 115 min
19.05 Dr House 3 (13) – obycz.
20.00 Dowody zbrodni 2 (17, 18) – serial kryminalny
22.00 Rekrut (8) – serial krym.
23.00 Agenci NCIS 20 (22) – serial sensacyjny, USA
23.45 Agenci NCIS 10 (1, 2)

AXN BLACK

9.45 Gwiezdne wrota 4 (15-17) – s.f., USA/Kan. 2001
12.45 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (13) – sens., USA
13.45 Renegat 5 (16) – sens.
14.45 Drużyna A 3 (5) – sens.
15.50 Nieustraszony (20)
16.55 Zagadki z przeszłości 2 (9) – przyg., Fr./Niemcy/Kan.
17.55 Gwiezdne wrota 4 (18-20) – s.f., USA/Kan. 2001
21.00 Snajper 3 – film sensacyjny, 2004, 115 min
22.55 Adrenalina – sens., USA/Wlk. Bryt. 2006, 100 min
0.35 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (13) – sens., USA
1.30 Nieustraszony (20)

WARNER TV

7.30 Teraz albo nigdy! (13)
8.30 Bajer z Bel-Air 5 (14, 15)
9.30 Prawo Agaty 3 (5)
10.30 Pełna chata 8 (17, 18)
11.35 Teraz albo nigdy! 2 (14)
12.05 Tropiciele (5) – serial krym.
12.35 Teraz albo nigdy! 2 (1)
13.35 Bajer z Bel-Air 5 (14-17)
15.35 Pełna chata 8 (17-20)
20.00 Jak zdobywano Dziki Zachód – western, USA 1962, 185 min
23.05 Firewall – thriller, USA/Australia 2006, 125 min
1.10 Czerwona Planeta – film s.f., 2000, 120 min
3.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (18-20)

POLSAT SERIALE HD

6.00 Gliniarze (172-174)
9.00 Strażnik Teksasu (5-8)
12.55 Kowalscy kontra Kowalscy (21-24) – obycz.
14.55 Świat według Kiepskich (401-404) – kom., Pol. 2012
16.55 Columbo (17, 23) – krym.
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (145, 146) – serial kryminalny, USA
23.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 7 (147) – serial kryminalny, USA
23.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (148)
0.55 Ślad (56, 57) – krym., Pol.
2.55 Święty (218, 219) – kom.
4.00 48h. Zaginieni (115, 116)

CANAL+ FILM HD

6.00 Łapu capu – pr. rozrywk.
6.05 Fuks – komedia sens., Polska 1999, 85 min
7.30 Lilly i kangurek – film familijny, 2025, 105 min
9.15 O psie, który jeździł koleją 2 – film familijny, Polska 2025, 90 min
10.45 Łapu capu – pr. rozrywk.
10.50 Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 2 – film fantasy, USA 2012, 115 min
12.45 Nadzieja – dramat sens., Pol./Niemcy 2006, 105 min
14.30 Riefenstahl – dok., 2024
16.25 Morderstwo w ambasadzie – krym., Wlk. Bryt. 2025, 85 min
17.50 Hollywood Buzz – mag.
18.15 Kopnięci w czasie – komedia, Francja/Belgia 2025, 100 min
19.55 Łapu capu – pr. rozrywk.
20.00 Kuracja – czarna komedia, USA 2024, 100 min
21.40 Kruk – thriller, Wlk. Bryt./Francja/USA 2024, 110 min
23.30 Piła 2 – thriller, USA 2005, 90 min
1.00 To nie mój film – komediodramat, Polska 2024, 95 min
2.35 Zapiski śmiertelnika – komediodramat, Polska 2025, 95 min
4.10 Cudownie ocalony – kom. obycz., 2004, 95 min
5.45 Premierowa jazda – mag.

CANAL+ SERIALE HD

9.50 Mozart. Narodziny geniusza (1) – film dokumentalny, Wielka Brytania 2024
11.00 Naruto 3 (9-14) – serial anime, Japonia 2003-2004
14.00 Making of CANAL+ – magazyn filmowy
14.10 Piękna łąka kwietna – film krótkometrażowy, Polska 2022
14.45 13 posterunek 2 (13-15) – serial komediowy, Polska
16.30 Making of CANAL+ – magazyn filmowy
16.40 Auschwitz. Głosy świadków (1, 2) – serial dokumentalny, Fr. 2024
18.25 The Office PL 2 (7-9) – serial komediowy, Polska
20.00 Emigracja XD (9, 10) – serial komediowy, Polska 2023
21.00 Edukacja XD (1, 2) – serial komediowy, Polska 2025
22.00 Oddział dla zuchwałych 2 (3, 4) – serial wojenny, Wielka Brytania 2024
0.05 Prosta sprawa (5, 6) – serial kryminalny, Polska
2.15 Żmijowisko (5, 6) – serial kryminalny, Polska 2019
4.00 Miłość, seks & pandemia (3, 4) – serial obyczajowy, Polska 2021
5.30 Twardzielki (7) – serial dokumentalny, Polska 2019

CANAL+ 360 HD

6.00 W rytmie wolności (6)
7.00 Supersamoloty bojowe 11 (8) – serial dok.
8.00 Porzucone konstrukcje (11) – serial dok., Wlk. Bryt.
9.00 Zabójcze drogi (1) – dok.
10.00 Co poszło nie tak (6)
11.00 Kolegium żużlowe
13.00 Zabójcze drogi (2) – dok.
13.55 Wykrywacz historii 5 (3)
15.00 Grip – w świecie supersamochodów (10)
16.00 Supersamoloty bojowe 11 (9) – serial dok.
16.55 Zholowani: ciężarówki w opałach 9 (7) – dok.
17.55 Porzucone konstrukcje (12) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.50 Wykrywacz historii 5 (2)
19.50 Zholowani: ciężarówki w opałach 9 (8) – dok.
20.50 Co poszło nie tak 2 (3)
21.55 Grip – w świecie supersamochodów (9)
23.00 Supersamoloty bojowe 11 (7) – serial dok.
23.55 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (1) – serial dok., Niem. 2023
1.00 Kryptonim Polska (2) – serial komediowy, Polska
2.00 Twardzielki (1) – dok., Pol.
2.40 Czarna domena (6) – dok.
3.45 Survivalowa rodzina (9, 10) – serial dokum., Pol.
4.55 Pogotowie remontowe Wieśka 2 (6, 7) – mag.

HBO 2 HD

14.40 Do usług szanownej pani – komediodramat, Luksemburg/Francja 2023, 105 min
16.25 Święta w blasku reflektorów – komedia romantyczna, USA/Indie 2024, 85 min
17.50 Lisa Frankenstein – komedia fantasy, USA 2024, 100 min
19.30 Kraina Lovecrafta (9, 10) – serial grozy, USA 2020
21.20 Panna młoda! – horror, USA 2026, reż. Maggie Gyllenhaal, 125 min
23.25 28 lat później – horror, 2025, 110 min

HBO 3 HD

13.50 Longing – komediodramat, 2024, 105 min
15.35 Piękna i rzeźnik – horror komediowy, Kanada/USA 2020, 100 min
17.15 Millerowie – komedia kryminalna, USA/Wielka Brytania 2013, 110 min
19.05 Ktoś, gdzieś 3 (5, 6) – serial komediowy, USA
20.00 Rzym 2 (5) – serial hist.
21.00 To: Witajcie w Derry (2) – serial grozy, USA/Kanada
22.05 Tokyo Vice (2) – krym.
23.00 Srebrna Gwiazda – dram. obycz., 2024, 100 min
0.40 Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem (3) – kom.

eprasa.pl 989b197d00
P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 Górale (6-8) – serial dokumentalny, Polska
7.30 Doktor Martin (39) – serial obyczajowy
8.30 Przyjaciółki (141, 142) – obycz., Pol.
10.25 Świat według Kiepskich (179, 180, 89, 90, 165, 166) – serial kom., Polska
13.45 Piąty element – film s.f., Francja 1997, reż. Luc Besson, 150 min
16.15 Niezniszczalny – thriller, USA 2000, reż. M. Night Shyamalan, wyk. Bruce Willis, 145 min
18.40 Wydział zabójstw, Hollywood – komedia sensacyjna, USA 2003, 140 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 Tata ma plan 3 (2, 3) – kom., USA 2019
7.00 Dwóch i pół 6 (8-11) – serial komediowy, USA 2008-2009
8.55 Przyjaciele 8 (13-18) – serial komediowy, USA 2001-2002
11.55 Teoria wielkiego podrywu 8 (5-10) – serial komediowy, USA 2014-2015
14.30 Dwóch i pół 6 (12-15) – kom., USA 2008-2009
16.30 Przyjaciele 8 (19-24) – serial komediowy, USA 2001-2002
Joey nie chce, by jego sylwetka pojawiła się w czasopiśmie, gdyż poprzednio miał przez to kłopoty.

TVN FABUŁA HD

5.05 Szkoła (787) – serial paradokum.
6.00 Superbohaterowie (7) – program kult.
6.30 Najpiękniejsza muzyka filmowa (2)
6.45 Zakochani po uszy (99, 100) – telen., Pol.
7.45 Detektywi (97-100) – serial fab.-dok., Pol.
9.50 Prawo Agaty 4 (4)
10.55 Szpital św. Anny (74)
11.55 Zapukaj do moich drzwi (2, 3) – telen.
13.55 Prawo Agaty 4 (3)
14.55 Detektywi – fab.-dok.
16.00 Magia kina (3) – kult.
16.25 Walentynki – komedia romant., USA 2010, 155 min
19.00 Szpital św. Anny (75) – serial obycz., Polska

13 ULICA

6.30 Detektyw z wybrzeża (1, 2) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2021
8.35 Morderstwo w Font-Romeu – film kryminalny, Francja 2023, 120 min
10.35 Mentalista 2 (2-5) – serial kryminalny
14.15 Detektyw z wybrzeża (3, 4) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2021
16.20 Morderstwa na Gwadelupie – film kryminalny, Francja 2023, reż. Marc Barrat, 120 min
18.20 Mentalista 2 (6-9) – serial kryminalny, USA 2009

KINO POLSKA

6.00 Polska z góry. Nad wodą 2 (1, 2) – dok.
6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dok.
7.15 Przygody Myszki (7, 8) – serial anim.
7.45 Reksio (50, 52)
8.05 Stawiam na Tolka Banana (5, 6) – obycz.
9.40 Pan Kleks w kosmosie (1/2) – film przygodowy, Pol./Czechosłowacja 1988, 95 min
11.15 To nie ze mną (11, 12) – serial obycz.
12.40 Prawo i pięść – film sens., 1964, 130 min
14.50 Kingsajz – komedia, 1987, 140 min
17.10 Stawka większa niż życie (4, 5) – wojenny

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Kabaretowe hity (4)
6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
7.50 Robert Makłowicz (191, 162) – mag. kulin.
9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher (11) – serial krym., Australia
10.55 Górski lekarz (2, 3) – serial obycz., Niemcy
12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher (12)
14.00 Katastrofy w przestworzach (4, 1, 6) – serial dokum.
17.00 MacGyver 4 (12) – sens., USA/Kan. 1989
18.00 Wojny magazynowe: Kanada (12, 13)
19.10 Aukcja w ciemno 2 (12, 13) – serial dokum.

FANTASY

21.00 Jaś i Małgosia: Łowcy czarownic – Niemcy/USA 2013, 110 min
Zawodowi pogromcy wiedźm, Hansel oraz jego siostra Gretel, trafiają do miasta nękanego przez siły zła. Stają do zaciekłej walki, która może kosztować ich życie.
22.50 Zawodowcy – dramat sensacyjny, USA 2008, 125 min
0.55 Fala zbrodni (80, 81) – serial sens., Polska
2.45 Ślad (36, 37) – krym.
4.50 Na ratunek 112 (869, 870) – paradok.

KOMEDIOWY

19.30 Teoria wielkiego podrywu 8 (11-16)
Leonard i Howard proszą Raja o pomoc w rozwiązaniu kryzysowej sytuacji po tym, jak niemal doprowadzają do katastrofy na uniwersytecie. Winią siebie nawzajem.
22.00 The Office PL 4 (5, 6) – serial kom., Pol. 2024
23.05 Comedy Club 7 (3, 4)
0.05 Miasteczko South Park 3
1.00 Pracoholicy 4 (1, 2)
2.00 Śmieszniej nie będzie (5, 6) – pr. rozr.
3.00 Miasteczko South Park 2 (18)

KOMEDIA SENSACYJNA

20.00 Gliniarz z Beverly Hills 3 – USA 1994, 135 min
Axel Foley staje się świadkiem zabójstwa szefa. Szuka sprawców na własną rękę. Tropy wiodą do parku rozrywki i wskazują na Ellisa De Walda, szefa ochrony obiektu o nieposzlakowanej opinii.
22.15 Wejście smoka – sens., USA/Hongkong 1973, 135 min
0.30 Morze śmierci – thriller, USA 2024, reż. Phil Volken, 95 min
2.05 Po pierwsze kino 3 (35) – pr. rozrywk.

KRYMINALNY

22.00 Niewidomy detektyw (6) – Austria/Niemcy 2022
Alex prowadzi śledztwo dotyczące morderstwa biznesmena. Główną podejrzaną wydaje się żona ofiary, jednak sprawa okazuje się bardziej skomplikowana.
23.55 Bellefond (2) – serial kryminalny, Fr. 2022
1.55 Morderstwa na Gwadelupie – film kryminalny, Francja 2023, 120 min
3.55 Detektyw z wybrzeża (3, 4) – serial kryminalny

SENSACYJNY

20.00 Ekstradycja 3 (7, 8) – 1998
Halski spędza noc u swego przyjaciela, detektywa z hotelu Victoria. Tuwara, Fiduk i Góra szantażują ministra. Grożą ujawnieniem kompromitujących go materiałów.
22.20 Misja Afganistan (11) – serial wojenny
23.35 Wtorek – komedia, 2001, 100 min
1.15 Ogród Luizy – dramat obycz., 2007, 155 min
3.50 Po miłość – dramat obycz., 2021, 120 min
5.50 Instalove – etiuda filmowa, 2022

SENSACYJNY

20.00 Najlepsi z najlepszych 2 – USA 1993, 125 min
Travis, były zawodnik taekwondo, ginie w nielegalnej walce. Świadkiem tragedii jest Walter, syn Grady'ego. Ten ostatni zamierza doprowadzić do zamknięcia klubu.
22.05 Wampir w Brooklynie – horror komediowy, USA 1995, reż. Wes Craven, 120 min
0.05 Hitmen. Żywi lub martwi – film sensacyjny, Wielka Brytania 2023, 155 min

20

CINEMAX HD

14.55 Triumf – komediodramat, Bułgaria 2024, 95 min
16.30 Krótka historia rodziny – thriller, Chiny 2024, reż. Lin Jianjie, 100 min
18.10 Mój przyjaciel szpieg – Wieczne Miasto – komedia sensacyjna, USA 2024, 110 min
20.00 Księżna – dram. hist., Wielka Brytania/Francja/Włochy 2008, 110 min
21.50 Twinless – komediodramat, USA 2025, reż. James Sweeney, wyk. Dylan O'Brien, 105 min
23.35 Donnie Brasco – film kryminalny, 1997, 130 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 Święty (45, 46) – kom., Pol.
14.25 Spadkobiercy 4 (8) – rozr.
15.25 Co ludzie powiedzą? 5 (10) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 Jedną nogą w grobie 4 (1) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 Czarna Żmija (1) – kom.
17.35 Bob kocha Abisholę 3 (13-15) – serial komediowy
19.00 Dwóch i pół 6 (8-11)
21.00 Świat według Kiepskich (8, 9, 12) – kom., Pol. 2010
22.30 Co ludzie powiedzą? (103) – kom., Wlk. Bryt. 1995
23.05 Jedną nogą w grobie 4 (2) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 Czarna Żmija (2) – kom.
0.30 Comedy Club 3 (10) – rozr.

SCI FI

10.00 Medium (3, 4) – krym., USA
11.50 Zagubiona tożsamość 2 (20, 21) – serial s.f., Kanada
13.40 Planetarny wstrząs – film s.f., 2024, 110 min
15.30 Medium (5, 6) – krym., USA
17.20 Zagubiona tożsamość 2 (22) – s.f., Kan. 2011-2012
18.15 Zagubiona tożsamość 3 (1) – serial s.f., Kanada 2013
19.10 Uwaga, rekin! – thriller, USA 2024, 110 min
21.00 Bibliotekarze: Nowy rozdział (7) – s.f., USA 2025
22.00 Push – thriller s.f., 2009, 135 min
0.15 Bałkańska vendetta – film sens., 2017, 115 min

FX HD

9.00 Z archiwum X 2 (25) – s.f.
10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (22, 23) – krym.
11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (11, 12)
13.45 Agenci NCIS 10 (13, 14)
15.35 Skymed 3 (1) – obycz.
16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (24, 1) – serial krym.
18.20 Z archiwum X 3 (1) – s.f.
19.15 FBI 4 (14) – serial krym.
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (13, 14)
22.00 Matlock (15) – serial krym.
22.55 Z archiwum X 3 (1) – s.f.
23.55 Speed: Niebezpieczna prędkość – film sensacyjny, 1994, 140 min

FILMBOX+ ONE HD

9.50 Panna Marple: Tajemnica Sittaford – film krym., 2006, 125 min
11.55 Zagadki kryminalne panny Fisher (7) – krym.
13.05 Panna Scarlet i komisarz (1) – krym., USA
14.15 Poirot – serial kryminalny
16.40 Strażnik Teksasu 2 (5, 6) – serial sensacyjny, USA
18.55 Poirot (4) – serial krym.
20.00 Lot Feniksa – dramat sensacyjny, 2004, 135 min
22.15 Missisipi w ogniu – dramat kryminalny, USA 1988, 165 min
1.00 Zombieland – horror komediowy, 2009, 140 min

ROMANCE TV HD

14.20 Rosamunde Pilcher: Mężczyzna moich marzeń – obycz., Niemcy/Austria 2007, 115 min
16.15 Romans Therese – komedia romantyczna, Niemcy 2011, 110 min
18.05 Górski lekarz (154, 155) – obycz., Niemcy/Austria
20.00 Zabójstwo nad Morzem Wattowym – Na zawsze matiasy – komedia, Niemcy 2024, 110 min
21.50 Pokój ze stajnią: Łut szczęścia – film obycz., Niemcy 2021, 115 min
23.45 Górski lekarz (154, 155) – obycz., Niemcy/Austria

CINEMAX 2 HD

11.15 Hulk – dramat s.f., USA 2003, reż. Ang Lee, 140 min
13.35 Rzeka życia – dramat obyczajowy, 1992, 125 min
15.40 Niepewność – thriller, Wielka Brytania/Szwecja/Polska 2023, 95 min
17.15 Carissa – dramat obyczajowy, 2024, 90 min
18.45 Je'vida – dramat hist., Finlandia 2023, 105 min
20.30 Gioia to radość – film obyczajowy, 2025, 110 min
22.20 Bezwstydne – thriller, Szwajcaria/Bułgaria/Francja 2024, 115 min
0.15 Weekend – thriller, Nigeria 2024, 115 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

9.05 Poirot 3 (3, 4) – serial krym.
11.20 Zatraceni w miłości (43, 44) – telen., Turcja 2023
13.25 Agenci NCIS 16 (5, 6) – serial sensacyjny, USA
15.15 Lekarze na start (43, 44)
16.50 Poirot 3 (5, 6) – serial krym.
19.00 Zatraceni w miłości (45, 46) – telen., Turcja 2023
21.00 Sprawy pana Booka (4)
22.10 Projekt Błękitna Księga (8) – serial s.f., Kanada/USA
23.00 Zatraceni w miłości (45, 46) – telen., Turcja 2023
1.05 Sprawy pana Booka (4)
1.55 Projekt Błękitna Księga (8) – serial s.f., Kanada/USA
2.40 Lekarze na start (43, 44)

NOVELAS+ HD

10.00 Cud miłości (35) – telen.
11.00 Otchłań namiętności (120) – telen., Meksyk 2012
12.00 Za wszelką cenę (90)
13.00 Róże i grzechy (19)
14.00 Historia Juany (47, 48)
16.00 Róże i grzechy (20)
17.00 Za wszelką cenę (91)
18.00 Otchłań namiętności (121) – telen., Meksyk 2012
19.00 Macocha (30) – telenowela
20.00 Cud miłości (36) – telen.
21.00 Historia Juany (48)
22.00 Róże i grzechy (20)
23.00 Za wszelką cenę (91)
0.00 Otchłań namiętności (121) – telen., Meksyk 2012
1.00 Macocha (30) – telenowela

FX COMEDY HD

8.10 Sposób użycia 6 (13, 14)
9.10 Simpsonowie 31 (7, 8)
10.10 Diabli nadali 9 (5-8)
12.00 Jim wie lepiej 8 (7, 8)
13.00 Sposób użycia 6 (15)
13.30 Sposób użycia (1) – kom.
14.00 Wszyscy kochają Raymonda 6 (20-23)
16.00 Simpsonowie 31 (7-10)
18.00 Jak poznałem waszą matkę 3 (8-10) – kom., USA
19.30 Współczesna rodzina 8 (9-11) – serial komediowy
21.00 Family Guy: Głowa rodziny 19 (4, 5)
22.00 Noc w muzeum – film przygodowy, 2006, 130 min
0.10 Simpsonowie 31 (3, 4)

FILMBOX+ HITS HD

12.35 Piaskun – komediodramat, Szwajcaria 2011, 105 min
14.20 Trzy kule – komediodramat, Chiny/Hongkong 2009, 100 min
16.00 Skarb Jessego Jamesa – film przyg., 2020, 115 min
17.55 Pan Pip – dramat obycz., Australia/Nowa Zelandia/USA 2012, 125 min
20.00 Winner – dramat biograf., Kanada/USA 2024, 115 min
21.55 Narodziny Imperium – film hist., USA/Uzbekistan/Kazachstan 2026, 130 min
0.05 Mów mi Vincent – komediodramat, USA 2014, 115 min

PARAMOUNT NETWORK HD

11.00 Zostańmy przyjaciółmi – komedia romant., Niem./USA/Kan. 2005, 120 min
13.00 Czarodziejki 3 (21, 22)
15.00 Mission: Impossible 3 – film sensacyjny, USA/Niem./Chiny 2006, 165 min
17.45 Barb i Star jadą do Vista del Mar – komedia, USA/Meksyk 2021, 135 min
20.00 Baywatch. Słoneczny patrol – komedia, Wielka Brytania/Chiny/USA 2017, reż. Seth Gordon, 150 min
22.30 Terminator: Genisys – film sens., 2015, 150 min
1.00 Ocalony – dramat wojenny, 2013, 155 min

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

eprasa.pl 989b197d00

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
- **8.30 Kolarstwo:** Tour de France: Arguedas – El Ferial Larra Belagua
- **10.00 Spirit of Yachting**
- **10.30 Snooker:** Turniej Players Championship – mecz finałowy
- **12.00 Kolarstwo:** Tour de France: Arguedas – El Ferial Larra Belagua
- **13.15 Kolarstwo kobiet:** Tour de France
- **13.45 Kolarstwo:** Tour de France: Vichy – Nevers (LIVE)
- **18.15 Kolarstwo górskie:** Zawody PŚ w Vallnord/Pal-Arinsal
- **19.00 FIA WEC:** Wyścig 6-godzinny w Sao Paulo

POLSAT SPORT 1 HD
- **4.45 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Kanada – Argentyna (LIVE)
- **7.00 Tenis:** Turniej Wimbledon
- **9.00 Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski
- **10.00 Tenis:** Narodowe Mistrzostwa Polski – Gdynia 2026 – mecz ćwierćfinałowy (LIVE)
- **12.05 Siatkówka mężczyzn:** LN: Japonia – Włochy Siatkarze z Półwyspu Apenińskiego są faworytami turnieju. (LIVE)
- **16.00 Tenis:** Narodowe Mistrzostwa Polski – Gdynia 2026 – mecz ćwierćfinałowy (LIVE)

CANAL+ SPORT HD
- **8.25 Premier League Stories** (30) – mag.
- **9.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Osasuna – Barcelona
- **11.20 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Villarreal CF – Levante
- **13.40 Turbokozak** – mag.
- **14.05 Bohater z Cienia** (3)
- **14.40 Premier League: The Big Interview** (5, 6) – mag. piłkarski
- **15.45 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Osasuna – Barcelona
- **18.00 O krok od tytułu – Mistrzostwa świata 1974** – film dokum., Polska 2024
- **19.30 Premier League Stories** (49) – mag.

TVP SPORT HD
- **5.45 Koszykówka 3x3 kobiet:** MŚ – Warszawa 2026 – mecze półfinałowe
- **6.45 Piłka nożna:** MŚ 2026 – półfinał
- **9.00 Mundialowy poranek** (34) – mag.
- **10.10 Retro TVP Sport** (174) – mag. sportowy
- **12.10 Piłka nożna kobiet:** ME U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026 – finał
- **14.15 Karate tradycyjne:** MP – Pruszków 2026
- **15.15 Piłka nożna:** MŚ 2026 – półfinał
- **17.30 Dzień na mundialu** (34) – mag. piłkarski
- **19.00 Piłka nożna:** MŚ 2026 – studio (LIVE)

ELEVEN SPORTS 1 HD
- **6.00 Magazyn piłkarski**
- **6.30 Magazyn piłkarski**
- **7.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: FC Bayern Monachium – 1. FC Union Berlin
- **9.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Genoa CFC
- **11.00 Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: SC Braga – FC Porto
- **13.00 Formuła 2:** Grand Prix Wielkiej Brytanii
- **14.00 Formuła 1:** Grand Prix Wielkiej Brytanii
- **16.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: US Lecce – Inter Mediolan
- **18.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayer 04 Leverkusen – Bayern

DISCOVERY CHANNEL HD
- **9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 7** – serial dokum., USA
- **10.00 Stacja Alaska** – dok.
- **11.00 Przetrwać nad Jukonem** – serial dok.
- **12.00 Włoska kontrola celna** (12) – dok., Wł.
- **13.00 Pojedynki Eda Stafforda** (5): Palau
- **14.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita 4**
- **15.00 Złomowisko PL 6** (11) – serial dokum.
- **16.00 Bimbrownicy 14** – serial dokumentalny
- **17.00 Na straży duńskiego lotniska 2** (8) – dok.
- **18.00 Lotnisko** (5) – dok.
- **19.00 Złomowisko PL 3** (6-8) – serial dokum.

20

SNOOKER

- **20.00 Turniej Welsh Open w Llandudno:** Barry Hawkins – Jack Lisowski

Finał 15. rankingowej imprezy sezonu 2025/26. Zwycięzca pojedynku wróci do domu bogatszy o 100 tys. funtów.

- **22.00 Kolarstwo:** Tour de France: Vichy – Nevers
- **0.00 Snooker:** Turniej Welsh Open
- **1.30 Kolarstwo:** Tour de France: Vichy – Nevers
- **3.00 FIM WEC:** Wyścig 8-godzinny w Suzuce

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN

- **18.00 Liga Narodów:** Bułgaria – Polska (LIVE)

Biało-Czerwoni rozpoczną turniej LN w Chicago meczem z Bułgarami. W zeszłorocznej edycji rozgrywek lepsi okazali się rywale, którzy pokonali Polaków 3:2.

- **21.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – studio (LIVE)
- **22.45 Siatkówka mężczyzn:** LN: Francja – Brazylia (LIVE)
- **1.00 Boks**
- **2.45 Siatkówka mężczyzn:** LN: USA – Chiny (LIVE)

SPORTY WALKI

- **20.00 Bez gardy. Magazyn KSW**

W programie zapowiedź gali XTB KSW 120. W Gdyni w pojedynku wieczoru Rafał Haratyk będzie walczył o pas w kategorii półciężkiej z Bartoszem Leśko.

- **21.35 Boks:** BKFC Liberty Brawl: Philadelphia
- **22.45 Liderzy. W centrum gry** (3) – serial dok.
- **23.50 Liga+ Extra** – magazyn piłkarski
- **2.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – Pogoń Szczecin

PIŁKA NOŻNA

- **20.50 Mistrzostwa świata 2026** – mecz półfinałowy (LIVE)

W udział w meczu w Atlancie celują Argentyńczycy. Obrońcy tytułu przez fazę grupową przeszli jak burza, wygrywając wszystkie spotkania.

- **0.30 Boks:** KBN: Silesia Boxing Night – podsumowanie
- **2.40 Boks:** Gala w Las Vegas – waga średnia: Callum Walsh – Carlos Ocampo
- **3.35 Boks:** Gala w Las Vegas – podsumowanie

MAGAZYN PIŁKARSKI

- **20.00 Ligue 1 Show** (35)

Program poświęcony rozgrywkom ligi francuskiej. Prezentowane są w nim wywiady z zawodnikami, ligowe ciekawostki oraz zapowiedzi nadchodzących meczów.

- **20.40 Formuła 1:** Grand Prix Wielkiej Brytanii
- **22.40 Ligue1** (36) – mag.
- **23.45 Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (5, 6)
- **1.05 Bundesliga Special** (21) – mag. piłkarski
- **2.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Pisa – Milan
- **4.00 Magazyn sportowy**

REALITY SHOW

- **22.00 Premiera: Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata**

Uczestnicy wyznaczają osobę, która będzie polowała z użyciem łuku i oprawi zdobycz. Niespodziewanie na prowadzenie wysuwa się niedoceniana drużyna.

- **0.00 Policjanci z Kent** – serial dok.
- **1.00 Hot rod wg Kindiga**
- **2.00 Mistrzowie logistyki** (5) – dok.
- **3.00 Alarmowy 091 – policjanci z Hiszpanii** (14) – dok.

EUROSPORT 2 HD
- **12.00 Snooker:** Welsh Open
- **14.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Chamonix
- **15.00 Tenis:** Turniej Australian Open 2026 – finał: A. Sabalenka – J. Rybakina
- **17.00 Snooker:** Turniej Welsh Open w Llandudno – finał: B. Hawkins – J. Lisowski
- **19.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Chamonix
- **20.30 Kolarstwo:** Tour de France – 11. etap: Vichy – Nevers
- **22.00 Snooker:** Turniej Welsh Open w Llandudno – finał: B. Hawkins – J. Lisowski
- **0.00 Kolarstwo:** Tour de France – 11. etap: Vichy – Nevers

POLSAT SPORT 2 HD
- **6.00 Tenis:** Turniej Wimbledon
- **8.15 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Belgia – Kuba (LIVE)
- **11.00 Tenis:** Turniej Wimbledon
- **12.45 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Niemcy – Słowenia (LIVE)
- **15.00 Tenis:** Turniej Wimbledon
- **16.15 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Ukraina – Iran (LIVE)
- **19.00 Atleci** – magazyn sportowy
- **19.45 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Serbia – Turcja (LIVE)
- **22.30 Tenis:** Turniej Wimbledon
- **1.00 Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
- **12.50 Tenis:** Turniej WTA w Dosze – finał gry pojedynczej: K. Muchová – V. Mboko
- **15.20 Tenis:** Turniej WTA w Abu Zabi – finał gry pojedynczej: S. Bejlek – J. Aleksandrowa
- **17.45 Tenis:** Turniej WTA w Adelajdzie – finał: M. Andriejewa – V. Mboko
- **19.45 Tenis:** Turniej WTA w Brisbane – finał: Aryna Sabalenka – Marta Kostiuk
- **21.55 Tenis:** Turniej WTA w Linzu – finał gry pojedynczej: Andriejewa – Potapowa
- **0.40 Tenis:** Turniej WTA w Dubaju – finał: Elina Switolina – Jessica Pegula

EXTREME CHANNEL HD
- **10.00 AMA Motocross Series Highlights 2017** (2)
- **11.00 X Games – Aspen 2021**
- **12.00 Blue World 3** (8, 9)
- **13.00 Action Sports World** (17)
- **14.00 WWE Classic Gold** (46)
- **14.30 WWE Highlights**
- **16.00 WWE Classic Gold**
- **17.00 KPW Kombat TV** (21)
- **18.00 WWE Classic Gold** (52)
- **18.30 WWE Highlights** (34)
- **19.00 WWE Classic Gold**
- **20.00 AEW Dynamite** (2627)
- **22.00 PTW Wrestling** (18)
- **0.10 New Japan Wrestling – Highlights** (3, 30, 31)
- **2.00 AMA Motocross Series Highlights 2017** (2)

ELEVEN SPORTS 2 HD
- **12.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Freiburg – Bayern
- **14.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – Juventus
- **16.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – Union
- **18.00 Formuła 1**
- **20.00 Piłka nożna:** Liga włoska: AC Milan – Inter
- **22.00 Calcio Masters...** – mag. piłkarski
- **22.55 Bundesliga Special** (21)
- **0.00 Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – FC Nantes
- **2.00 Potrójna korona Bayernu Monachium**

DISCOVERY LIFE HD
- **6.45 Klinika urody gwiazd** (6)
- **7.15 Nowa Maja w ogrodzie**
- **8.15 Szpital** (522, 523)
- **10.15 Nowa Maja w ogrodzie**
- **11.15 Idealna niania 3** (9, 10)
- **12.45 Powrót doktora Szczyta**
- **14.45 Szpital** (521, 522)
- **16.45 Idealna niania 3** (7, 9-11)
- **19.45 Zrób coś z tym dzieckiem** (5) – mag.
- **20.15 Miłosny znak zodiaku** (1)
- **21.15 Nie do uwierzenia! 5**
- **0.15 Sekrety lekarzy** (4)
- **1.15 Druga twarz 2** (8) – rozr.
- **2.15 Eks-tra zmiana** (5) – rozr.
- **3.00 Związki z modą** (3) – rozr.
- **3.45 Szpital** (351, 352)
- **5.15 Pojedynek na modę** (10)

POLSAT SPORT FIGHT HD
- **11.20 Sporty walki:** UFC Fight Night – walka: Mario Bautista – Vinicius Oliveira
- **14.15 Strzelnica Navala** (1)
- **14.45 Sporty walki:** FEN 53 w Lubinie – walka: Cezary Oleksiejczuk – Bauyrzhan Kuanyshbayev
- **17.05 Boks:** Walka o mistrzostwo Polski w Sopocie – waga ciężka: K. Meyna – M. Wach
- **19.45 Sporty walki:** Babilon MMA 44 w Jaworznie: F. Lamparski – D. Martinez
- **22.00 Strzelnica Navala** (2)
- **22.30 Sporty walki:** UFC Freedom 250 – walka: Ilia Topuria – Justin Gaethje

POLSAT SPORT 3 HD
- **6.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- **8.30 Tenis:** Turniej Wimbledon
- **11.00 Tenis:** Turniej Wimbledon
- **12.00 Tenis:** Narodowe MP – Gdynia 2026 – ćwierćfinał (LIVE)
- **14.00 Tenis:** Narodowe MP – Gdynia 2026 – ćwierćfinał (LIVE)
- **16.00 Tenis:** Narodowe MP – Gdynia 2026 – ćwierćfinał (LIVE)
- **19.00 FIA World Endurance Championship:** Wyścig 6-godzinny w Sao Paulo – podsumowanie
- **20.00 Tenis:** Turniej Wimbledon
- **22.30 Tenis:** Turniej Wimbledon
- **1.00 Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
- **9.20 Premier League: The Big Interview** (29) – mag.
- **10.00 Prawo derbów** (1) – dok.
- **11.00 Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga** – magazyn żużlowy
- **12.00 Snooker:** Championship League – 3. runda (LIVE)
- **16.45 1 na 1** – magazyn sportowy
- **17.30 Snooker:** Championship League – finał (LIVE)
- **22.15 Bez gardy. Magazyn KSW** – mag. sportów walki
- **0.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Cracovia – Górnik Zabrze
- **2.30 Premier League Stories** (49) – magazyn piłkarski

ELEVEN SPORTS 4 HD
- **13.00 Ligue 1 Show** (33) – mag.
- **13.30 Bundesliga Special** (22)
- **14.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: BVB – Augsburg
- **16.00 Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Olympique Lyon – Paris FC
- **18.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (1, 2) – mag.
- **19.00 Ligue1 Season Review**
- **20.00 Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: Casa Pia AC – SL Benfica
- **22.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Roma – Juventus
- **0.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: FC Köln – BVB

ELEVEN SPORTS 3 HD
- **14.00 Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Stade Rennais FC – Lille OSC
- **16.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (5, 6) – mag.
- **16.55 Ligue 1 Show** (36) – mag.
- **17.50 Ousmane Dembélé – Pierwsze kroki** – dok.
- **18.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Napoli – Roma
- **20.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: HSV – FC Köln
- **22.00 Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: OGC Nice – Stade Rennais FC
- **0.00 Werder Double** – dok.
- **0.55 Magazyn piłkarski**

CANAL+ DOKUMENT HD
- **11.35 Wszystkie kolory świata 5** (1-4) – serial dok.
- **15.35 W sercu dżungli. Orangutany z bliska** (1, 2) – film dok., Niem. 2025
- **17.35 Tybet kontra Chiny**
- **18.35 Zapomniane świątynie Tybetu: Królestwo Mustangu** – film dokum.
- **19.35 Arktyczna przyroda Laponii** – dok., Finlandia
- **20.50 Małpka sajmiri z deszczowego lasu**
- **21.50 Hot Roads – The World's Most Dangerous Roads 4** (1-3) – dok., Niem.
- **0.50 Noc Kryształowa. Preludium zagłady** (1)

eprasa.pl 989b197d00

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Zwykłe rzeczy, niezwykłe wynalazki 15** (9)
8.00 **NASA – archiwum tajemnic** – serial dok.
11.00 **Jak działa wszechświat? 6**
12.00 **W sieci eksperymentów**
13.00 **Gigantyczne konstrukcje według Hammonda** – rozr.
15.00 **Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem** – dok.
18.00 **Zwykłe rzeczy, niezwykłe wynalazki 15** – dok.
20.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16** (1, 2)

DOKUMENTALNY

21.00 **Śladami Wielkiej Stopy** – USA 2019

Mireya i Ronny wracają do miejsca, w którym udało im się usłyszeć gwizdy oraz dostrzec świecące w ciemności oczy. Mireya postanawia zwabić Wielką Stopę.

23.00 **Zaginione miejsca** – serial dokumentalny, USA 2019
1.00 **Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem** – serial dokumentalny, USA
4.00 **Podziemne sekrety** – serial dokumentalny

ID HD

6.00 **Mroczne piętno 3** – serial dokum.
7.00 **Żyjąc z potworem: jak wychowałem mordercę** – dok., USA
8.00 **Żyjąc z potworem** – serial dokumentalny
10.00 **8 martwych kobiet** (3) – serial dok., USA
12.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet** – serial dok.
14.00 **Krąg podejrzanych** – serial dokumentalny
16.00 **Krwawy Dziki Zachód** – reality show
17.00 **Rodzinna zmowa milczenia** – dok.
18.00 **W sieci kłamstw** – serial dokumentalny
20.00 **Sekrety zbrodni** – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY

21.00 **Premiera: Ciała w wodzie:** Niebieski pokój – USA 2024

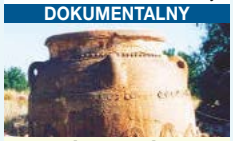
W Seattle grupa nastolatków podczas zabawy w poszukiwanie skarbów natrafia na walizkę z ludzkimi szczątkami. Wkrótce woda wyrzuca na brzeg kolejne części ciała.

22.00 **Detektyw Joe Kenda: sprawa mordercy z gór** – film dok., USA 2022
0.00 **Zbrodnie godne Hollywood 5** – dok.
1.00 **Ciała w wodzie**
2.00 **Sekrety zbrodni**
3.00 **W sieci kłamstw**

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

11.00 **Plemienna szkoła przetrwania: Amazonia** (2) – dok.
12.00 **Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy** (4) – serial dok.
13.00 **Wcielenia zła** – dok.
15.00 **Katastrofa w przestworzach** (7) – dok., Kanada
16.00 **Morski patrol: Hiszpania** (5) – dok.
17.00 **Zaginione skarby Biblii: Tajemnice wiary** (3) – serial dok.
18.00 **Państwa Osi: Droga ku porażce** (1) – dok.
19.00 **Wojna widziana z powietrza** (2) – dok.
20.00 **Katastrofa w przestworzach** (7) – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY



21.00 **Ukryte pod miastami** (7)

W trakcie budowy One World Trade Center robotnicy natrafili na statek z lat 70. XVIII w. Pochówki w amforach na Korsyce rzucają nowe światło na wydarzenia z okresu upadku Rzymu.

22.00 **Inżynieria po katastrofie** (3): Po powodzi
23.00 **Najniebezpieczniejsze drogi Europy** (4) – dok.
0.00 **Katastrofa w przestworzach** (11) – dok., Kan.

FOKUS TV DVB T2

6.00 **Wehikuł czasu** (715) – program inform.
6.05 **48h. Zaginieni** (67) – serial krym., Polska
7.00 **Byli sobie wynalazcy** (13-16)
8.55 **Wehikuł czasu** (715) – program inform.
9.00 **Starożytni kosmici** (7) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (1, 2) – reality show
12.00 **Hitlerowska machina śmierci** (2) – serial dokumentalny
13.00 **Poszukiwacze historii** (1, 2) – dok.
14.00 **Jak Niemcy przegrały wojnę** (3, 4) – dok., Australia
16.00 **Dorwać tuńczyka** (6, 7) – serial dok., USA

DOKUMENTALNY

18.00 **Rolnicy. Podlasie** (24, 25) – Polska 2022

Emilka, Karol i lekarz muszą obejrzeć jedną z krów limusine na pastwisku. Najpierw trzeba ją schwytać. Gdy wreszcie się to udaje, okazuje się, że jest ona cielna.

20.00 **Galileo** (29)
21.00 **Historia Mosadu** (3) – serial dokumentalny
22.00 **Kobiety Hitlera** (3, 4) – serial dok., Australia
0.00 **Starożytni kosmici** (13) – serial dok., USA
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (3-6) – serial dokum.
5.00 **Kołowrotek** (7, 8)

TVP HISTORIA DVB T2

5.35 **Był taki dzień**
5.40 **Tajemnica twierdzy szyfrów** (6) – wojenny
6.30 **Wojownicy czasu**
8.30 **Czterdziestolatek** (21-ost.) – obycz., Pol.
9.40 **Tajemnice początków Polski. Od Popiela do Piasta**
10.45 **Czarnobyl. Polska perspektywa** – film dokum., Polska 2026
11.50 **Wszystkie kolory świata** (44) – dok., Fr.
12.55 **Starożytny Egipt – kroniki imperium** (2) – dok., Niemcy 2022
14.00 **Królowie** (58) – hist.
14.35 **Czterej pancerni i pies** (1) – wojenny
15.40 **Sensacje XX wieku**

WOJENNY

18.10 **Tajemnica twierdzy szyfrów** (7)

Profesor Kunze uzyskuje dostęp do archiwów w podziemiach zamku Książ. Znajduje się tam depesza, której szuka Jorg. Globcke informuje Jorga, że zna jego sekret.

19.05 **Grunwald 1410**
20.05 **Oficer** (12) – sens.
21.10 **Zapomniane agentki II wojny światowej** (3) – hist.
22.10 **Mundial. Teatr emocji** – reportaż, Pol.
23.10 **Sensacje XX wieku**
1.15 **Encyklopedia II wojny światowej**

HISTORY HD

14.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 5** (3) – dok., USA
14.50 **Największe tajemnice świata 5** (1) – serial dok., USA
15.45 **Gwiazdy lombardu 13** (11)
16.15 **Gwiazdy lombardu 25** (7)
17.10 **Jak Hitler przegrał wojnę** (6) – serial dok.
18.10 **Największe tajemnice świata 6** (10) – serial dok., USA
19.05 **Starożytni kosmici 17** (2) – dok.
20.00 **Starożytni kosmici 16** (9) – dok.
21.00 **David Duchovny: archiwum tajemnic 2** (6) – dok.

DOKUMENTALNY

22.00 **Jak to wyjaśnić? 5** (19) – USA 2025

Twórcy programu badają sprawę laserów pojawiających się na hawajskim niebie, które według niektórych świadków mogą być sekretną bronią kosmiczną.

23.00 **Niewyjaśnione tajemnice wszechświata** (3) – serial dokumentalny
23.55 **Jak to wyjaśnić? 5** (16) – serial dok., USA
0.50 **Starożytni kosmici 16** (9) – dok.
1.50 **Jak Hitler przegrał wojnę** (6) – serial dok.

DISCOVERY HISTORIA HD

6.00 **Na ratunek starociom**
7.00 **Zoom na architekturę**
9.00 **Tajemnice wraków Bałtyku** (8) – serial dok.
10.00 **Wrzesień '39** – serial dok.
11.00 **Wyprawa w nieznane**
13.00 **Podziemne sekrety**
14.00 **Łowcy staroci: Renowacje** (5) – dok.
15.00 **Kwatery Hitlera** (1-7)
22.00 **Wyścigi po antyki** – dok.
23.00 **Kwatery Hitlera** (8-10)
2.00 **Bitwy żołnierza polskiego** – cykl dokum.
3.00 **Pasja – sposób na życie** (4) – serial dok., Polska 2015
4.00 **Europejskie bazary** (10)
5.00 **Łowcy staroci** (5) – dok.

TVP DOKUMENT HD

15.00 **Parki narodowe Korei Południowej** (3)
16.10 **JUICE wyprawa do księżyców Jowisza**
17.00 **Pieszo przez dziką Rumunię** – dok., Austria
18.05 **Sanatorium miłości 5** (5)
19.05 **Wszystkie role Stanisława Barei** – dok.
20.10 **Cuda światowego transportu** (3) – serial dok.
21.15 **Subtropikalne Królestwo Słońca** – dok.
22.20 **Niebezpieczne drogi** (8)
23.25 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
23.35 **Powrót do Bhutanu**
0.40 **Sanatorium miłości 5** (4)

PLANETE+ HD

12.35 **Ginące rzemiosła Korei**
13.45 **Na targach świata 2**
14.50 **Wiatr. Niewidzialna siła**
15.50 **Niezwykłe podróże koleją 9** (6) – serial dok., Fr.
16.55 **Świat z góry 7** (1, 2)
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4** (81, 82)
18.40 **Surfing. Historia nieznana** – film dokum., Fr.
19.45 **Wszystkie odcienie czekolady** – film dok., Fr.
20.45 **Ten inny Bond** – film dok.
22.20 **Homoseksualizm na liście chorób** – dok.
23.20 **Pedofilia w sieci. Globalne śledztwo** – dok.
0.20 **Niezwykłe podróże koleją 9** (7) – serial dok., Fr.

POLSAT DOKU HD

8.10 **48h. Zaginieni** (132, 133)
10.10 **Polacy za granicą** (27, 28)
12.10 **Wojny kontenerowe 2**
13.20 **Poszukiwacze historii**
14.10 **Śmierć studentów – tajemnica Przełęczy Diatłowa** – film dokum., Fr.
15.35 **Najsłynniejsze napady**
17.30 **Świat według Kim Dzong Una** – film dok., Fr.
18.50 **Policjanci** (1, 2) – dok., Pol.
19.40 **Kolaboranci Hitlera** (3)
20.55 **Piekło na Ziemi** (8) – dok.
22.00 **Potęga i mit hitlerowskiego SS** (3)
23.05 **Ostatnie dni nazistów** (6) – serial fab.-dokum., USA
0.05 **Kroniki Hitlera** (4) – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

14.00 **Najdziwniejsze zwierzęta Ameryki Południowej** (2) – przyrod.
15.00 **Dzika konfrontacja** (1)
16.00 **Tytani afrykańskich rzek** – film dokumentalny
17.00 **Morze Czerwone: magiczny ogród ewolucji** – dok., Austria
18.00 **Dziki Tajwan: nieznana wyspa** – film dokum., USA
19.00 **Królestwo drapieżników** (1) – dok.
20.00 **Dzikie, sprytne i zabójcze** (4) – serial dok.
21.00 **Niezwykły dr Pol** (8, 10)
23.00 **Niezwykły dr Pol** (8, 9)
1.00 **Niezwykły dr Pol** (3)

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

12.10 **Złoto Jukonu** (2) – dok.
13.10 **Łowcy samochodów z Australii** (5) – serial dok.
14.10 **Australijscy poszukiwacze złota 6**
16.05 **Drwale z Kolumbii Brytyjskiej 2** (3) – dok.
17.05 **Ostatni kapitanowie** (2)
18.00 **Złoto Jukonu 5** – dok.
19.00 **Australijscy poszukiwacze złota 7**
21.00 **Największe budowle 3**
22.00 **Australia: polowanie na złoto** (2) – serial dokum.
23.00 **Special Ops: Prawda**
0.10 **Złoto z mroźnej krainy**
1.00 **Australijscy poszukiwacze złota 8**

POLSAT VIASAT NATURE HD

8.30 **Rzeczne potwory 3** (5)
9.35 **W okowach mrozu 4** (7)
10.30 **Dzika Kanada** (3) – dok.
11.45 **Rekin!** (1) – dok., Wlk. Bryt.
12.35 **W okowach mrozu 4** (7)
13.35 **Zabójcza pogoda 2** (7)
14.45 **Rzeczne potwory 3** (5)
15.45 **W okowach mrozu 4** (7)
16.40 **Afryka: życie na gorąco**
17.55 **Gladiatorzy świata zwierząt** (3) – serial dok.
19.00 **Rzeczne potwory 3** (5)
20.00 **W okowach mrozu 4** (8)
21.00 **Dzika Kanada** (3) – dok.
22.15 **Rekin!** (2) – dok., Wlk. Bryt.
23.15 **W okowach mrozu 4** (8)
0.10 **Zabójcza pogoda 2** (7)
1.10 **Rzeczne potwory 3** (5)

POLSAT VIASAT HISTORY HD

11.40 **Naziści: ściśle tajna nauka** (8) – serial dok., USA
12.40 **1776: niepodległość USA**
16.40 **Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze** (3)
17.50 **Wojna światowa: 1914-1945** (5) – serial dok.
18.50 **Historia sprawiedliwości** (8)
19.55 **Aleksander Wielki: legendarny zdobywca**
21.00 **Wojna Adolfa Hitlera** (3)
22.05 **Dziki Zachód** (2) – dok.
23.05 **Informator z Oświęcimia** – film dok.
0.15 **1776: niepodległość USA** (3-6) – serial dokumentalny

BBC EARTH HD

12.20 **Malownicze trasy kolejowe 3** (4) – serial dok.
13.25 **Attenborough wśród nielotów** (1) – film dokum.
14.30 **W okowach mrozu 3**
16.30 **Człowiek: historia ewolucji** (1) – serial dok.
17.40 **Attenborough wśród nielotów** – dok., Wlk. Bryt.
18.45 **Malownicze trasy kolejowe 4** (3) – serial dok.
19.45 **Pociągiem przez starożytną Grecję** (4)
20.55 **W okowach mrozu 4**
22.55 **Człowiek: historia ewolucji** (2) – serial dok.
0.10 **Skarby przeszłości i ich tajemnice** (3) – serial dok.

CI POLSAT HD

14.10 **Morderca z Internetu 2**
15.05 **Ferie, impreza, morderstwo 2** (2) – dok.
16.00 **Pogrzebani za domem 3**
17.00 **I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5** (8) – dok.
18.00 **Akta Fajbusiewicza** (3, 4)
19.00 **Dowody zbrodni 4** (1)
20.00 **Kobiety, które niosły śmierć 13** (5) – serial dok.
21.00 **Chippendales: mroczne sekrety** (3) – serial dok.
22.00 **Najgroźniejsi seryjni mordercy** (1) – serial dok.
23.00 **W cztery oczy z mordercą** (1) – dok.
23.55 **Kobiety, które niosły śmierć 11** (12) – serial dok.

ANIMAL PLANET HD

13.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.
14.00 **Resocjalizacja z Pit 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 **Kot na drzewie** – dok.
21.00 **Alaska: przetrwać na krańcu świata** – dok.
22.00 **Baseny z rozmachem 2**
23.00 **Resocjalizacja z Pit Bullem 4** – serial dok., USA
0.00 **Supermoce małych stworzeń** (19, 20) – dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 **Niezwykłe Stany Prokopa** (4-7) – pr. rozr.
10.10 **Kobieta na krańcu świata** (4-7) – serial dok.
12.30 **Ciężarówką przez Stany**
14.55 **Brazylijskie uczty uliczne z Andym Batesem** (15) – serial dok.
15.25 **Andy Bates i uliczne przysmaki Ameryki** (1-3)
17.00 **Najlepsze drinki z Shay Mitchell** (2, 3) – serial dok.
19.00 **Małżeństwo w dżungli**
21.05 **Bimbrownicy** (12, 13)
23.10 **Kobieta na krańcu świata** (9, 10, 1) – dok., Pol.
0.55 **Najlepsze drinki z Shay Mitchell** (2, 3) – serial dok.

eprasa.pl 989b197d00

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

15.10 Zakochaj się w Polsce
15.35 20 x 20 lat TVP Kultura
16.00 Zaraz wracam 2 (110) – serial obycz.
16.30 Barwy szczęścia (3342) – serial obycz.
17.00 Gra słów. Krzyżówka (1062)
17.30 Teleexpress
17.50 Teleexpress Extra
18.15 Wilno bardzo osobiste (1)
18.25 Wilno. Po drugiej stronie świata
19.05 Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny (133) – program inform.
19.15 Laskowik & Malicki – program rozrywkowy
20.50 Miłość nad rozlewiskiem (6, 7)

OBYCZAJOWY

Małgosia odkrywa zdradę partnera i wyrzuca go z domu. Sławek oświadcza się Pauli. Dziewczyna wyznaje, że spodziewa się dziecka.

22.35 Rozmowy (nie) wygodne – pr. publ.
23.15 Dziennik regionów – program inform.
23.40 Wielki test cyfrowej formy – widowisko
0.40 Zaraz wracam 2 (110) – serial obycz.
1.10 Stacja innowacja (28) – program popularnonaukowy

TVP ROZRYWKA

6.40 Gra słów. Krzyżówka (1074)
7.10 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin.
8.20 Familiada – telet.
8.55 Va banque (944)
9.25 Koło fortuny (2055)
10.05 Makłowicz w podróży – mag.
10.45 Postaw na milion
12.35 Familiada – telet.
13.15 Alternatywy 4 (2) – serial kom., Pol. 1983
14.15 Rodzinka.pl (201)
14.45 Program rozrywkowy
15.20 Lato z Radiem i Telewizją Polską
17.25 Va banque (945)
18.00 Koło fortuny (2056)
18.35 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin.
19.40 Makłowicz w podróży

MAGAZYN KULINARNY

Prowadzący wybiera się do Bańskiej Szczawnicy, miasta wpisanego na listę dziedzictwa kultury UNESCO. W menu znajdą się tort Urpiner i zupa borowikowa.

20.10 Postaw na milion
21.10 Kabaret Letnią Porą (20) – pr. rozrywk.
22.10 Rodzinka.pl (59)
22.50 Tak to leciało! (69)
23.50 Gabi Drzewiecka zaprasza (7)
0.50 Koło fortuny (2056, 2046) – telet.
2.15 Do śmiechu! (72, 73)

POLSAT CAFÉ

6.00 Przyjaciółki (77, 78) – obycz., Polska 2016
8.00 Co ludzie powiedzą (14, 15) – serial komediowy, Wielka Brytania 1991
9.25 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (53, 54) – reality show
12.30 Bogaty dom – biedny dom (119, 120) – reality show, Polska
14.30 10 lat młodsza w 10 dni z Sablewską (8, 1) – program rozrywkowy
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia Inspiracją do kolejnego zadania będzie muzyka reggae.
18.00 Nasz nowy dom (222, 223) – Pol. 2021

REALITY SHOW

Łódź. Córka pani Anny zmarła na nowotwór. Kobieta wychowuje wnuczkę. Dom, w którym mieszkają, jest w złym stanie. Na ratunek spieszy ekipa programu.

20.00 Kolacja w ciemno (80) – pr. rozrywk.
21.05 Więzienie kobiet (74, 75) – serial dokum.
22.00 Rolniczki (16) – dok.
23.00 Gry małżeńskie (168, 169) – reality show, Polska
1.00 Kolacja w ciemno (43, 45) – pr. rozrywk.

TV 4 DVB-T2

6.00 Strażnik Teksasu (18, 19) – serial sens.
7.55 Bogaty dom – biedny dom (78) – reality show
8.55 Policjantki i Policjanci (516, 517) – serial obycz., Polska
10.55 Na ratunek 112 (1114, 1115) – serial paradokum., Polska
11.55 Dlaczego ja? (1543, 1544) – serial paradokum., Polska
13.55 Trudne sprawy (767-769) – paradok.
16.55 Policjantki i Policjanci (1402) – serial obycz., Polska
18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (520) – reality show
19.00 Policjantki i Policjanci (1403)

OBYCZAJOWY

Marek i Daria pomagają ofierze wypadku. W aucie biznesmena ktoś celowo poluzował śruby w kole. Mężczyzna jechał do notariusza.

20.00 Uroczysko (209, 210)
21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (131)
22.05 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1014)
23.00 Strażnik granicy FILM – film sensacyjny, USA 2008, 120 min
1.00 Love Island. Wyspa miłości (33)

TTV HD DVB-T2

10.35 Detektywi (33, 34)
12.35 Zakup w ciemno 4 (3) – reality show
13.35 Zakup w ciemno 6 (1) – reality show
14.35 Nic do zgłoszenia 3 (3) – serial dokum., Pol.
15.35 Złomowisko PL 5 (9)
16.45 Express – pr. inform.
16.58 Pogoda, sport
17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 18 (2)
18.05 Zakup w ciemno extra (3)
18.40 Niezwykłe Stany Prokopa 6 (6) – rozr.
19.45 Express – pr. inform.
20.05 Zakup w ciemno 6 (2) – reality show
21.05 Zakup w ciemno extra (37)
21.45 Express – pr. inform.
22.00 Idź na całość 2 (13)

ROZRYWKOWY

Uczestnicy mogą wygrać niemal trzy miliony złotych. W każdym odcinku podejmują ryzyko i próbują unikać zonka. Prowadzą Zygmunt Chajzer i Robert Motyka.

23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (6)
0.00 Nic do zgłoszenia 6 (9) – serial dokum., Pol.
1.00 Życie na kredycie 8 (9, 10) – reality show
2.10 Dobra robota (11) – serial dok., Pol. 2022
3.10 Detektywi. Na zlecenie 2 (28, 29) – serial fab.-dokum.

TVN STYLE HD

5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (7) – reality show
5.50 Damy i wieśniaczki. PL 9 (9) – serial fabularno-dokumentalny, Polska
6.45 Śluby marzeń (2)
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.20 Ugotowani (5, 6) – pr. kulin.-rozrywk.
13.30 Kuchenne rewolucje (2, 1)
15.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (5, 6) – reality show
Katarzyna i Piotr od siedmiu lat są parą. Zamierzają się pobrać. Prowadząca próbuje im pomóc.
17.05 W czym do ślubu? (7)

ROZRYWKOWY

Monika marzy o sukni ślubnej o kroju litery A z koronkowymi wstawkami. W wyborze pomaga jej Izabela Janachowska. Doradzi też matce przyszłej panny młodej.

17.40 Kuchenne rewolucje (13, 1, 2)
20.50 Jestem z Polski (1) – serial dok., Pol. 2022
21.50 Jestem z Polski 16 (23) – serial dokum.
22.50 Hotel Paradise 6 (29)
23.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9

TVP HD HD

10.45 Gra słów. Krzyżówka
11.20 Na sygnale (666, 667)
12.25 Ojciec Mateusz 7 (84)
13.20 Komisarz Alex 4 (48)
14.15 Ranczo 8 (95, 96) – obycz.
16.10 Polska śródziemnomorska (2) – mag.
16.40 Operacja zdrowie (81)
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 25 (327)
19.20 Ranczo 8 (98) – obycz., Pol.
20.10 Rodzinka.pl (295, 296)
21.25 Ojciec Mateusz 32 (415)
22.20 Bugsy – dramat sens., FILM USA 1991, 145 min
0.45 Tootsie – komedia, USA FILM 1982, 130 min

TVS HD

15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział
16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel – krym., Austria
17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział – obycz., Niemcy/Austria
18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz.
19.50 Rosamunde Pilcher: FILM **Serca na wietrze** – film obyczajowy, Niemcy 2008, reż. Karl Kases, 120 min
21.50 Rosamunde Pilcher: FILM **Tęsknota serca** – film obycz., Niem. 2009, 105 min
23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

ZOOM

8.00 Strażnik Teksasu 9 (12, 13) – serial sensacyjny
9.55 MacGyver 3 (9, 10) – sens.
12.05 Pułapki umysłu (8) – dok.
13.15 Wojny magazynowe: Kanada 2 (20, 21)
14.25 Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (10)
15.25 Sensacje XX wieku
17.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
20.00 Kobra – oddział specjalny 24 (6, 7) – sens.
22.00 Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (11)
23.00 Adam szuka Ewy. Finlandia (1) – reality show
0.00 Magia nagości. Polska

TLC HD

12.00 Dom stworzony dla ciebie 3 – pr. rozrywk.
13.00 Dr Pryszczylla 4 – dok.
15.00 Wiza na miłość: pościelove rozmowy 11
16.00 Historie wielkiej wagi
18.00 Wiza na miłość: rajski romans 4 (6) – reality show
19.00 Megasknery 2 (2) – dok.
20.00 Twarz od nowa – dok.
21.00 Ciało, w którym żyję
22.00 Moje paranoje – wydanie specjalne 2
23.00 Moje koszmarne stopy 2 – serial dok., USA
0.00 Dr Pryszczylla – kulisy
1.00 Twarz od nowa – dok.
2.00 Ciało, w którym żyję

C+ KUCHNIA HD

14.55 U sąsiadów w kuchni 13 (9, 10) – serial dok., Niemcy
15.55 Jakubiak rozgryza... (3)
16.10 Kulinarna mapa Wielkiej Brytanii (5) – serial dokum.
16.40 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień
17.35 Jamie Oliver: 5 składników (1, 2)
18.30 Tajemnice indyjskich smaków (6) – serial dok.
18.55 M jak mięso (8, 9) – dok.
19.50 Nie bój ryby! (8) – mag.
20.15 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień
21.10 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 7
23.55 Nie bój ryby! (1, 2) – mag.

TVN TURBO HD

11.45 101 napraw (1) – mag.
12.15 Jeździć, obserwować
13.00 Mobilni mechanicy (4, 5)
14.30 Zawodowi handlarze
16.00 Wojny samochodowe
18.00 Raport Turbo – mag. inf.
18.15 Z drugiej ręki (5, 7) – mag.
19.45 Moto kombat (4) – mag.
20.30 Zawodowi handlarze (9)
21.15 Naprawy nie do naprawy (4) – mag.
22.00 Raport Turbo – mag. inf.
22.15 Jeździć, obserwować
23.45 Duda kontra Szafrański (2) – program rozrywkowy
0.30 Usterka 16 (4) – fab.-dok.
1.00 101 gadżetów motoryzacyjnych (9)

NOWA TV DVB-T

9.30 Całkiem nowe lata miodowe (5) – kom., Pol.
10.00 Miodowe lata (21) – kom.
10.30 Więzienie (130-132) – dok.
12.00 Poirot (3, 4) – serial krym.
14.00 Świat według Kiepskich (363, 364) – kom., Pol. 2011
15.00 Świat według Bundych (187-192) – serial kom., USA
18.00 Całkiem nowe lata miodowe (2) – kom., Pol.
18.30 Miodowe lata (49-52)
21.00 Zdrady (13) – paradok., Pol.
22.00 Ślad (47, 48, 86) – krym.
1.00 Łowca pedofilów
3.00 TV okazje (135, 137)
3.50 Wehikuł czasu (715, 714)
4.00 Sala operacyjna (1, 3)

METRO

8.30 Szpital (796, 797)
10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (365, 366)
12.30 SOS Ekipy w akcji (35)
13.30 Brzydula (41, 42) – kom.
14.35 Kiedy ktoś kocha bardziej (20) – obycz.
15.45 The Floor (15, 16) – telet.
17.00 Fani czterech kółek 18
18.00 Prawo Agaty 7 (9)
19.00 Kartoteka 3 (4, 5)
21.05 Kryminalni 3 (13) – krym.
22.10 Kryminalni 4 (1) – krym.
23.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (11) – krym.
0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 7 (1) – dok.
2.15 Szkoła (537, 538)

ANTENA HD DVB-T2

12.05 Co Polak potrafi na drodze? (3) – pr. rozr.
13.05 Ciężarówką przez śniegi 2 (1) – serial dokum.
14.00 Klątwa Wyspy Dębów
15.00 Wojny kontenerowe 2
15.55 Australijscy poszukiwacze złota 4
18.00 77 TV 5 (18, 20) – pr. rozr.
20.00 Alex Hugo – górski detektyw (15) – krym., Fr.
22.10 Detektyw Candice: Niezawodny instynkt (4) – serial kryminalny, Fr. 2013
23.15 Balthazar: Śledczy fenomen (1) – serial krym.
0.30 Co Polak potrafi na drodze? (6-8) – pr. rozr.

WP DVB-T

11.00 Niepojęte: Strefa tajemnic (13) – serial dok.
12.00 Wariaci za kierownicą 3
13.00 Makłowicz w podróży
14.05 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (8, 4) – dok.
16.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2 (3)
16.55 Pogoda
17.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 7 (1)
19.00 Strażacy z sąsiedztwa
20.00 Policjanci z sąsiedztwa
21.50 Pogoda
22.00 Przebojowe kabarety (6)
22.55 Mistrzowie Kabaretu 5
23.55 Sprawa Iwony Wieczorek (1-3) – dok.

C+ DOMO HD

14.05 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo (10)
15.00 Pomocy! Kupiliśmy wioskę (3) – serial dokum.
15.55 Mam zamek 3 (1, 2) – dok.
16.50 Gardeners' World 14 (12)
18.00 Ucieczka na wieś 22 (17)
19.00 Wielkie projekty: Nowa Zelandia 9 (3) – serial dok.
20.00 Daleko od miasta 12
21.00 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo (11) – dok., Kan.
22.00 Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 8 (9)
22.30 Przekopiemy Ci ogródek (2) – serial dok.

HGTV HD

10.00 Poszukiwacze domów: Australia (5, 6) – serial dok.
11.00 Usterka 11 (22, 23) – serial fab.-dokum., Polska 2019
12.30 Moje miasto, mój dom 8
14.30 Mieszkanie na miarę (1)
15.30 Będzie pięknie (1) – rozr.
16.30 Polowanie na ogród 5
18.10 Zgłoś remont 4 (5) – rozr.
19.05 Weekendowa metamorfoza 4 (5) – rozr.
20.05 Dorota inspiruje (8)
21.00 Dorota was urządzi!
22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 2 (4-7) – pr. rozr.
0.45 Kupujemy dom na plaży 20 (12, 13)

eprasa.pl 989b197d00

STACJE DZIECIĘCE | STACJE INFORMACYJNE

POLSAT 2 HD

5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (306) – reality show
7.30 Na ratunek 112 (935, 936) – serial paradokumentalny, Polska 2024
8.30 Sekrety rodziny (396, 397, 1) – serial paradokum., Polska
11.30 Trudne sprawy (954) – serial paradokumentalny, Polska 2020
12.30 Dlaczego ja? (1358, 1359) – serial paradokumentalny, Polska 2024
14.30 Świat według Kiepskich (554-558) – serial komediowy, Polska 2019-2020

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 Wydarzenia
6.45 SuperLudzie Extra (31) – magazyn
6.55 Na ratunek 112 (720, 721) – paradok.
7.55 Doktor Martin (65, 66) – serial obycz.
10.00 Wydarzenia
10.30 SuperLudzie (2, 3)
12.30 Świat według Kiepskich (377, 378) – serial kom., Pol. 2011
13.30 Bitwa o palety (8)
14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (64) – reality show
16.00 Ninja Warrior Polska (40)
17.55 Świat według Kiepskich (472, 473, 566, 567)
20.00 Złomiarze (11) – dok.

TV 6 DVB T

6.00 Więzienie (168, 169) – serial dok., Pol. 2023
6.55 Policjantki i Policjanci (715, 716) – serial obycz., Polska
8.55 Kobra – oddział specjalny (34, 35) – serial sens., Niemcy
10.55 48h. Zaginieni (157-159) – serial kryminalny, Pol. 2022
13.55 Policjantki i Policjanci (1203) – serial obycz., Polska
14.55 Uroczysko (51, 52) – krym., Pol. 2023-2024
16.00 Kobra – oddział specjalny (36, 37) – serial sens., Niemcy
18.05 Strażnik Teksasu (20, 21) – serial sensacyjny, USA 1999

BBC FIRST HD

6.00 Zagadki doktora Blake'a 4 (1) – krym.
6.55 Zabójcze arcydzieła (5, 6) – krym., Irlandia
8.40 Lewis 5 (6) – krym.
9.40 Ojciec Brown (6)
10.40 Śmierć pod palmami 2 (2) – krym.
11.45 Zagadki doktora Blake'a 4 (1) – krym.
12.55 Zbrodnie Saint-Pierre (1, 2)
15.00 Ojciec Brown 8 (2) – krym., Wlk. Bryt. 2020
16.00 Lewis 5 (6) – krym.
17.00 My Life is Murder 3 (6) – serial kryminalny
18.00 Morderstwa w Midsomer 22 (4) – krym., Wlk. Bryt. 2020
19.55 Śmierć pod palmami 2 (3) – krym.

TVP ABC DVB T2

10.20 Bolek i Lolek wyruszają w świat (15, 16) – serial anim.
10.45 Rodzina Treflików 3 (37, 38) – serial anim.
11.10 Odo (55-57) – anim.
11.35 Stacyjkowo (17, 18)
11.55 Pszczółka Maja (19)
12.25 Domisie – dla dzieci
13.00 Przyjaciele – widowisko
13.20 Tru i Tęczowe Królestwo (19)
13.45 Świnka Peppa 7
14.10 Pająk Lucas 2 (37, 38)
14.30 Oli i Luna (37, 38)
14.55 Oktonauci (37, 38)
15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (19) – mag.
15.40 Billy – chomik, który został kowbojem (33, 34) – serial anim.

TVN 24 HD

7.30 Jeden na jeden
8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
9.55 Biznes – pr. publicyst.
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
10.55 Biznes – pr. publicyst.
11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
11.55 Biznes – pr. publicyst.
12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
13.55 Biznes – pr. publicyst.
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
14.55 Biznes – pr. publicyst.
15.00 15 na żywo – inf.
16.00 Fakty po południu
18.00 Tak jest – pr. publ.
19.15 Serwis informacyjny
19.30 Fakty po Faktach – program inform.

KRYMINALNY

17.00 48h. Zaginieni (165, 166) – Pol. 2023

Dominika zgłasza zniknięcie swojego chłopaka Natana. W rzeczach zaginionego policja znajduje stary pamiętnik jego matki. Kobieta zapisała w nim, że syn szukał ojca.

19.00 Gliniarze (1000)
20.00 Ślad (76) – krym., Pol.
21.00 Gliniarze (795)
22.00 Ambulans (7) – dok.
23.00 Świat według Kiepskich (367, 368)
0.00 Ślad (97) – krym., Pol.
1.00 Zdrady II (16)
2.05 Wydarzenia
2.45 Ewa gotuje (558, 559)

THRILLER

21.00 Źle się dzieje w El Royale – USA 2018, reż. Drew Goddard, 175 min
FILM

Na wpół zrujnowany hotel El Royale cieszy się złą sławą. Pewnej nocy spotyka się tu siedmioro nieznajomych, m.in. ksiądz i Emily. Każdy z gości skrywa mroczną tajemnicę.

23.55 W roli Boga – dramat obyczajowy, USA 2021, 125 min
FILM
2.00 Świat według Kiepskich (415-418) – serial kom., Pol. 2013
4.00 Nasz nowy dom (265, 266) – Polska

KRYMINALNY

20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (73, 74)

Podczas jazdy na skuterach wodnych młodzi ludzie trafiają na zwłoki nurka. Autopsja potwierdza, że mężczyznę otruto. Mac i Stella odwiedzają szkołę nurkowania.

21.55 Czarna lista 2 (27) – serial kryminalny
22.55 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (713, 714) – krym., Pol.
0.55 Kości (113, 114)
2.55 Cobra Kai (32)
3.35 Septagon (10, 11)

KRYMINALNY

21.00 McDonald i Dodds 3 (1) – Wlk. Bryt.

W parku miejskim zostało znalezione ciało dziewczyny. Do zbrodni doszło w środku dnia. Doddsa i McDonald zastanawia tajemniczy uśmiech na ustach ofiary.

22.55 Na niebieskich światłach 3 (5, 6)
1.05 Zbrodnie Saint-Pierre (1, 2)
3.05 Śmierć pod palmami 2 (3) – krym.
4.00 My Life is Murder 3 (6) – serial kryminalny
4.45 Moja rodzinka 3 (2)
5.15 Ojciec Brown 8 (2)

ANIMOWANY

16.05 Pat i świat (55-57) – Francja/Włochy/Belgia

Lola cieszy się na wizytę wielkiego gwiazdora, Justina Bibberlake'a. Niestety artysta ma alergię na psią sierść.

16.35 Dino Ranczo
17.05 Pszczółka Maja
17.30 Petronix: Obrońcy zwierząt (37, 38)
18.00 Mała Marinette
18.30 Idefiks i Nieugięci
19.00 Ptyś i Bill
19.10 Czarodziejskie miasteczko Pinokia
19.25 Piotruś Królik
19.45 Wegezaury 2

INFORMACYJNY

20.10 Fakty o świecie

Najważniejsze informacje dnia z całego świata, które uzupełniają materiały reporterów i relacje korespondentów z miejsc ciekawych wydarzeń.

21.00 Polska i świat – inf.
22.00 Szkło kontaktowe
23.00 Dzień po dniu – mag.
0.25 Biznes – pr. publicyst.
0.45 Fakty po Faktach
1.30 Tak jest – pr. publ.
2.35 Nowa Maja w ogrodzie – mag.
3.00 Akademia ogrodnika – mag.
3.05 Fakty po Faktach
3.50 Tak jest – pr. publ.

POLSAT PLAY HD

6.00 Budowlańcy (12) – dok.
6.30 Kołowrotek (206) – mag.
7.00 Dorwać tuńczyka (5, 6)
9.00 Wojny magazynowe
9.55 Wojny kontenerowe (4, 5) – serial dokumentalny
10.55 Hardkorowy lombard (70-75) – serial dokum., USA
13.55 Polacy za granicą (47, 48)
15.55 Złomiarze (43, 44) – dok.
18.05 Poszukiwacze historii (172-175) – serial dokum.
20.00 Zawód glina (2) – dok.
21.00 Złomiarze (55) – dok., Pol.
22.00 Więzienie (220) – dok.
22.30 Łowca pedofilów (245)
23.00 Więzienie (200-209) – dok.
4.00 Starożytni kosmici

FOOD NETWORK HD

13.10 Apetyt na miłość (9)
14.10 Akcja: Restauracja! (7)
15.10 24/24 (4) – maraton kulin.
16.15 Kuchenne rewolucje (12)
17.15 Sexy kuchnia Magdy Gessler (6) – mag. kulin.
17.50 Miłość od kuchni (1)
18.50 Dziecięce mistrzostwa wypieków (3) – mag.
19.50 Perfekcyjni gospodarze 9 (6) – dok.
20.50 Ogniem i patelnią 3 (10)
21.55 Pyszne miejscówki (10)
23.00 Akcja: Restauracja! 20
0.00 Człowiek kontra jedzenie (32) – mag. kulin.
0.30 Człowiek kontra jedzenie. Mięsożercy

POLSAT RODZINA HD

9.35 Jeźdźcy smoków na końcu świata
11.00 Podglądacze przyrody
12.00 Bogaty dom – biedny dom (110) – reality show
12.55 Rodzina zastępcza (229, 230) – kom., Pol. 2006
14.55 Wielkie wycieczkowce
15.55 Świat z góry (12, 13)
17.10 Pingwiny z Madagaskaru (6-9)
19.05 Rodzina zastępcza (311)
20.05 Miodowe lata (14, 15, 102) – serial kom.
22.05 Nasz nowy dom
0.00 Wielkie miasta starożytności (3, 4) – dok.
2.30 Ewa gotuje (522) – mag.

BBC LIFESTYLE HD

11.30 Wymarzone domy 2
13.30 Bake off: zawodowcy 3
14.30 Wielkie brytyjskie wypieki 13 (9) – pr. rozr.
15.40 Zapraszam do stołu: Wielka porcja 19 (11)
17.50 Wymarzone domy 2 (8)
18.50 Mistrzowie ceramiki: Kanada (3) – pr. rozrywk.
19.50 Wielkie brytyjskie wypieki 13 (10) – pr. rozr.
21.00 Mistrzowie szycia 11 (9)
22.00 Zapraszam do stołu: profesjonaliści (7) – rozr.
23.00 Wstydliwe choroby: online 2 (1) – serial dokum.
23.55 Gordon Ramsay i nowe gwiazdy biznesu USA

NICK JR. HD

16.40 Psi Patrol 4 (21) – anim.
17.05 Rubble i jego ekipa 3 (5)
17.35 Pan Krokodyl (7) – anim.
17.55 Barbapapa – szczęśliwa rodzinka (5) – serial anim.
18.15 Barbapapa i jego rodzinka 2 (8) – anim., Fr.
18.40 Dora 3 (3) – serial anim.
19.00 Santiago z mórz (3)
19.30 Przygody Misia Paddingtona 2 (7) – anim.
19.55 Przygody Misia Paddingtona (8) – anim.
20.07 Świnka Peppa 2 (25-28)
20.30 Małe Królestwo Bena i Holly (15) – serial anim.
20.55 Barbapapa i jego rodzinka (2-4) – anim., Fr.

POLSAT NEWS HD

14.55 Pogoda
15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny
15.30 Sport, pogoda
15.50 Wydarzenia 15:50
16.10 Więcej „Wydarzeń" – inf.
16.30 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.
18.00 Punkt widzenia Szubartowicza – pr. publ.
19.15 Gość „Wydarzeń" – publ.
19.50 Debata Gozdyry – publ.
21.50 Wydarzenia wieczorne
22.30 Dzień na świecie – pr. inf.
23.30 Obraz dnia – serwis informacyjny
0.00 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.

TVP KOBIETA DVB T2

13.00 Na dobre i na złe (581)
14.00 Omnibus – szybcy i mądrzy (19) – teleturniej
14.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka
15.00 Piękno, zgłoś się! (3)
15.30 Ojciec Mateusz 2 (21, 22)
17.25 Gwałtowna pogoda. Jak ją przetrwać? (3) – dok.
18.35 Gabi Drzewiecka zaprasza (6) – talk-show
19.30 Miłość i nadzieja (305)
20.30 Wichrowe wzgórze (286) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 La Promesa – pałac tajemnic (274) – obycz.
22.30 Carte Blanche – dramat obycz., Pol. 2015, 120 min
FILM

E! ENTERTAINMENT HD

10.40 Plastyczna fuszerka
12.30 Z kamerą u Kardashianów (6, 7)
14.20 Bogate dzieciaki z Beverly Hills (1-4) – dok.
16.10 Plastyczna fuszerka
18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
18.30 Z kamerą u Kardashianów (12, 13)
20.30 Bogate dzieciaki z Beverly Hills (5-8) – dok.
22.30 Plastyczna fuszerka
0.30 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
1.00 Z kamerą u Kardashianów (6, 7)
3.00 Plastyczna fuszerka

TV TRWAM DVB T

16.30 Rozmowy o edukacji
17.00 Po stronie prawdy
17.55 Poczet wielkich Polaków – program hist.
18.00 Anioł Pański
18.05 Informacje dnia
18.15 Rozmowy niedokończone – pr. publ.
19.20 Odnaleźć siebie (34)
19.30 Bóg z nami (3) – anim.
19.45 Modlitwa – religijny
20.00 Informacje dnia
20.20 Różaniec
20.50 Myśląc Ojczyzna
21.00 Apel Jasnogórski
21.20 Informacje dnia
21.40 Polski punkt widzenia
22.00 Przetrwaliśmy

BBC BRIT HD

10.25 Nadzwyczajne maszyny
11.25 Brytyjskie fabryki 2 (4)
12.35 Top Gear 8 (7) – mag.
13.35 Jak powstaje samochód 2 (1) – dok.
14.40 Cuda inżynierii (6) – dok.
15.40 Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 4 (7) – telet.
16.45 Brytyjskie fabryki 2 (4)
17.50 Top Gear 8 (8) – mag.
18.55 Cuda inżynierii (6) – dok.
20.00 Brytyjskie fabryki 2 (5)
21.00 Elon Musk: czy będzie rządził światem? – dok.
22.00 Putin i Zachód (2) – dok.
23.15 Top Gear 8 (7) – mag.
0.15 Top Gear 20 (3) – mag.

MINI MINI+ HD

11.25 Baczne oczka (9-12)
11.55 Marta mówi (1, 2) – anim.
12.50 Moje urodziny – dla dzieci
12.59 Marta mówi (3, 4) – anim.
13.55 Moje urodziny – dla dzieci
14.00 Basia 2 (1-5) – anim., Pol.
15.10 Kicia Kocia 2 (11-13)
15.36 Kicia Kocia (1, 2) – anim.
15.55 Blaze i megamaszyny 3
17.20 Staś i fajna Babcia (6, 7)
17.50 Moje urodziny – dla dzieci
17.57 Staś i fajna Babcia (8)
18.15 Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia (7, 8) – serial anim., Japonia
18.40 Dora i przyjaciele (16, 17)
19.35 Kicia Kocia (12, 13, 1-3)
20.25 Mały Charlie (11-13, 1, 2)

TVP 3 DVB T2

12.30 Górna półka smaku
13.00 Agrobiznes
13.20 Agropogoda
13.30 Daję słowo – Maciej Orłoś 2 – talk-show
15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – program religijny
15.20 Serwis Info Dzień – inf.
15.30 Program lokalny
19.30 Z indeksem w ręku (4)
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 (195) – serial obycz., Turcja 2022

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

eprasa.pl 989b197d00

Warto zobaczyć

15.20 TVP KULTURA
Fuks
KOMEDIA SENSACYJNA Aleks kradnie auto biznesmenowi, z którym ma rachunki do wyrównania. Na jego trop wpada pewien policjant. *Reż.: Maciej Dutkiewicz, A: Maciej Stuhr, Agnieszka Krukówna, Janusz Gajos Polska 1999* **100 min ▶ do godz. 17.00**

15.25 KINO POLSKA
W zawieszeniu
POLITYCZNY Rok 1949. Oficer AK ucieka z więzienia i chroni u byłej kochanki. Gdy zostają rodzicami, z ukrycia obserwuje dorastającą córkę. *Reż.: Waldemar Krzystek, A: Krystyna Janda, Jerzy Radziwiłowicz Polska 1986* **110 min ▶ do godz. 17.15**

17.40 FILMBOX+ HITS
Autor widmo
THRILLER Ghostwriter ma spisać biografię byłego premiera Wielkiej Brytanii. Poszukiwanie prawdy naraża go na niebezpieczeństwo. *Reż.: Roman Polański, A: Ewan McGregor, Pierce Brosnan, Kim Cattrall Fr./Niemcy 2010* **140 min ▶ do godz. 20.00**

18.00 WARNER TV
Dziewczyna na pożegnanie
KOMEDIA ROMANTYCZNA Singielka musi zamieszkać z nieznajomym. Z czasem rodzi się między nimi sympatia. *Reż.: Herbert Ross, A: Marsha Mason, Richard Dreyfuss USA 1977* **135 min ▶ do godz. 20.15**

18.45 POLSAT FILM
Narzeczony mimo woli
KOMEDIA ROMANTYCZNA Szefowa zmusza pracownika do ślubu. Mistyfikacja staje się początkiem szczerego uczucia. *Reż.: Anne Fletcher, A: Sandra Bullock, Ryan Reynolds, Malin Akerman USA 2009* **135 min ▶ do godz. 21.00**

19.10 SCI FI
Transmorfersi: Mechabestie
SCIENCE FICTION Ziemi zagraża zaawansowane technologicznie pokolenie kosmicznych robotów. Konfrontacja jest zacięta. *Reż.: Michael Su, A: Tom Arnold, Matthew Gademske USA 2023* **110 min ▶ do godz. 21.00**

20.00 HBO
Na arenie
OBYCZAJOWY Brahim, obiecujący piłkarz, przygotowuje się do podpisania pierwszego kontraktu w Lyonie. Plany komplikuje wpływowy agent. *Reż.: Camille Perton, A: Ilies Kadri, Sofian Khammes, Edgar Ramirez Francja 2024* **95 min ▶ do godz. 21.35**

21.40 C+ PREMIUM
Dźwięk śmierci
HORROR Chrys znajduje starożytny artefakt. Nie wie, że służy on do przywołania własnej śmierci. Wraz z przyjaciółmi musi walczyć o przetrwanie. *Reż.: Corin Hardy, A: Dafne Keen, Sophie Nélisse, Percy Hynes White Kanada 2025* **100 min ▶ do godz. 23.20**

→ filmowe hity

Jane ma nietypową pasję. Cyniczny dziennikarz chce ją ośmieszyć.

19.55 POLSAT
27 sukienek
KOMEDIA ROMANTYCZNA Ceniona organizatorka wesel staje się bohaterką szyderczego felietonu.

HIT DNIA Wrażliwa romantyczka Jane uwielbia śluby. Już 27 razy była druhną. Nic nie wskazuje na to, by sama miała wyjść za mąż. Niezrażona tym singielka zawsze chętnie angażuje się w organizację przyjęć. Jej gust jest bardzo ceniony przez znajomych, a spektakularne sukcesy wywołują zainteresowanie nawet mediów. Redaktor rubryki sprawozdań ze ślubów, Kevin, postanawia poświęcić jej artykuł. Naiwna idealistka daje się zwieść cynicznemu dziennikarzowi. Ten bez skrupułów to wykorzystuje. W opublikowanym materiale przedstawia ją jako starą pannę i szydzi z jej zajęcia. Do tego przystojny szef Jane, George, w którym się podkochuje, spotyka się z jej siostrą Tess. Niepoprawna marzycielka uświadamia sobie, że nikt nie traktuje jej poważnie. Postanawia to zmienić. **HD 155 min ▶ do godz. 22.30**

USA 2008 **Reż.:** Anne Fletcher **Wyst.:** Katherine Heigl, James Marsden, Brian Kerwin, Peyton List, Jennifer Lim

20.00 TV PULS
Largo Winch
PRZYGODOWY Umiera miliarder. Jedynym spadkobiercą jest adoptowany przez niego Largo (Tomer Sisley). Przeciwnicy zrobią wszystko, by pozbawić go fortuny. Mężczyzna musi stawić czoło wrogom, by przejąć spadek.

Reż.: Jérôme Salle Wyst.: Kristin Scott Thomas Francja 2008 **HD 130 min ▶ do godz. 22.10**

20.00 STOPKLATKA
Mścicielka
THRILLER Frank (Michelle Rodriguez) budzi się na stole operacyjnym. Odkrywa, że został poddany zabiegowi zmiany płci. Postanawia odnaleźć odpowiedzialną za jego krzywdę lekarkę i wyrównać rachunki.

Reż.: Walter Hill Wyst.: Sigourney Weaver USA 2016 **HD 120 min ▶ do godz. 22.00**

20.05 TVP KULTURA
Katyń
HISTORYCZNY Rok 1939. Rotmistrz Andrzej (Artur Żmijewski) wraz z tysiącami polskich żołnierzy trafia do sowieckiego obozu. Rosjanie mordują jeńców. W socjalistycznej Polsce temat zbrodni otacza zmowa milczenia.

Reż.: Andrzej Wajda Wyst.: Paweł Małaszyński Polska 2007 **HD 130 min ▶ do godz. 22.15**

22.10 TV PULS
Largo Winch 2: Spisek
PRZYGODOWY Przybrany syn multimilionera (Tomery Sisley) chce sprzedać udziały w odziedziczonej po ojcu firmie i zająć się działalnością charytatywną. Zostaje oskarżony o udział w zbrodni.

Reż.: Jérôme Salle Wyst.: Sharon Stone Francja 2011 **HD 135 min ▶ do godz. 0.25**

22.30 POLSAT
Parkingowy
KOMEDIA ROMANTYCZNA Aktorka Olivia (Samara Weaving) zostaje sfotografowana podczas schadzki z żonatym bogaczem. By uniknąć skandalu, udaje, że spotyka się ze skromnym Antoniem (Eugenio Derbez).

Reż.: Richard Wong Wyst.: Max Greenfield USA 2022 **HD 165 min ▶ do godz. 1.15**

22.30 ALE KINO+
Czerwone niebo
KOMEDIODRAMAT Pisarz Leon (Thomas Schubert) i fotograf Felix wyjeżdżają do chatki nad Bałtykiem. Dzielą domek z Nadją i Devidem. Ich optymizm drażni Leona. Napięcie rośnie, gdy w okolicy dochodzi do serii pożarów.

Reż.: Christian Petzold Wyst.: Paula Beer Niemcy 2023 **HD 130 min ▶ do godz. 0.40**

Oznaczenia: P! Premiera w TV HD Program także w standardzie HD
egzemplarz nr 399h197/B0

→ filmowe hity

Narodowiec z grupy Romana zakochuje się... w lewicowej aktywistce.

20.00 TVN 7

Kryptonim Polska

KOMEDIA Dwoje pochodzących z różnych światów ludzi nie jest w stanie oprzeć się rodzącemu się uczuciu.

HIT DNIA

Białystok. W mieście działa Zrzeszenie Młodzieży Radykalnej pod wodzą charyzmatycznego Romana. Do organizacji należy również Staszek, który z powodu kontuzji musiał porzucił marzenia o karierze piłkarskiej. Podczas jednej z akcji poznaje lewicową aktywistkę Polę. Chociaż dzieli ich niemal wszystko, oboje są sobą zafascynowani. Zauroczony chłopak ukrywa swoje konserwatywne poglądy, co prowadzi do wielu zabawnych nieporozumień. Tymczasem jego koledzy planują zamach... HD 130 min ▶ do godz. 22.10

Polska 2022 **Reż.:** Piotr Kumik, Nadia Lebik **Wyst.:** Borys Szyc, Maciej Musiałowski, Magdalena Maścianica

→ sport

8.15 POLSAT SPORT 2

Belgia – Włochy

SIATKÓWKA LIVE Mistrzowie globu w bieżącym sezonie Ligi Narodów zaliczyli np. kompromitującą wpadkę w meczu z Ukrainą (0:3). Belgowie liczą na to, że Włosi również ich potraktują ulgowo. W meczu z Polską debiutująca w LN drużyna wygrała dwa sety. HD 165 min ▶ do godz. 11.00

13.15 EUROSPORT 1

Tour de France

KOLARSTWO LIVE Peleton ruszy z toru wyścigowego nieopodal Magny-Cours, a metę przekroczy w oddalonym o 179,1 km Chalon-sur-Saône. To etap skrojony pod sprinterów. Florian Lipowitz postara się ukończyć go jak najbliżej czołówki. HD 300 min ▶ do godz. 18.15

→ rozrywka

20.50 TVN

Kuchenne rewolucje

REALITY SHOW W Garwolinie restauracja Pod Orłem prowadzona przez 62-letnią Małgorzatę zmaga się z problemami finansowymi. Klienci omijają lokal. Przed Magdą Gessler stoi niełatwe zadanie ożywienia podupadającego biznesu. HD 70 min ▶ do godz. 22.00

20.55 TVP 2

Kocham Cię, Polsko!

TELETURNIEJ Do rywalizacji stają Beta Lenska, Agnieszka Dziekan, Marta Chodorowska, Rafał Cieszyński, Błażej Stencel i Piotr Ligienza. Gwiazdą tego odcinka jest Andrzej Krzywy. Prowadzi Marzena Rogalska. HD 90 min ▶ do godz. 22.25

21.00 SUPER POLSAT

Hanna

THRILLER Nastoletnia Hanna (Saoirse Ronan) została wyszkolona przez byłego komandosa (Eric Bana) na zabójczynię. Wyrusza w świat, by wypełnić pierwszą misję. Odkrywa nieznane dotąd fakty ze swojej przeszłości.

Reż.: Joe Wright Wyst.: Cate Blanchett
USA 2011 HD 135 min ▶ do godz. 23.15

22.00 TVN

Kochajmy się od święta

KOMEDIA Charlotte (Diane Keaton) marzy o idealnej Gwiazdce. Tymczasem senior rodu zaprasza na świąteczną kolację kelnerkę. Eleanor zaś zjawia się u rodziców w towarzystwie żonatego kochanka.

Reż.: Jessie Nelson Wyst.: Steve Martin
USA 2015 HD 135 min ▶ do godz. 0.15

18.00 POLSAT SPORT 2

Turniej ATP w Umag

TENIS LIVE W grze pozostało ośmiu zawodników. Polscy kibice liczą na to, że jednym z nich będzie Hubert Hurkacz. Wrocławianin błysnął formą na starcie Wimbledonu, pokonując Caspra Ruuda i Sebastian Ofnera. HD 120 min ▶ do godz. 20.00

21.00 HISTORY

Klątwa Wyspy Dębów 13

REALITY SHOW W finałowym odcinku zespół koncentruje się na pracach w punkcie 8, gdzie dokonuje ważnego odkrycia. Równocześnie działania prowadzone w rejonie Money Pit przynoszą ekipie nowe znaleziska. HD 60 min ▶ do godz. 22.00

23.00 TV 4

Kariera Nikosia Dyzmy

KOMEDIA Nieuk i krętacz (Cezary Pazura) przypadkowo trafia na dyplomatyczny koktajl. Na przyjęciu obrzuca obelgami wicepremiera, czym imponuje elitom. Tak rozpoczyna się jego polityczna kariera.

Reż.: Jacek Bromski Wyst.: Anna Przybylska
Polska 2002 HD 145 min ▶ do godz. 1.25

23.15 TVP 1

Morderstwa w Chantilly

OBYCZAJOWY Na dziedzińcu zamku odnaleziono ciało woltyżerki. Z jej palca zniknął zabytkowy pierścień z XVI w. Śledztwo prowadzą Juliette (Elodie Frenck) i Antoine (Bruno Todeschini).

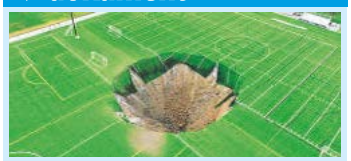
Reż.: Marjolaine de Lecluse Wyst.: N. Richard
Francja 2023 HD 105 min ▶ do godz. 1.00

18.55 TVP SPORT

Lech Poznań – Górnik Zabrze

PIŁKA NOŻNA LIVE O Superpuchar Polski zagrają mistrz Ekstraklasy oraz zdobywca krajowego pucharu. Dla obu zespołów będzie to próba generalna przed startem kwalifikacji do Champions League. HD 115 min ▶ do godz. 20.50

→ dokument



22.00 BBC BRIT

Niewyjaśnione tajemnice: Zapadliska

PRZYRODA Opowieść o zjawiskach geologicznych, które mogą pochłaniać drogi, budynki i całe dzielnice. Twórcy pokazują ich dramatyczne skutki. HD 60 min ▶ do godz. 23.00

eprasa.pl 989b197d00

TVP 1 HD DVB-T2

5.00 Splątane losy (1) – serial obyczajowy, Turcja 2024, wyk. Nilgün Kasapbasoglu, Yesim Ceylan
5.50 Akacjowa 38 (896) – telenowela, Hiszpania 2015
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.30 Dobre historie – magazyn
8.00 Serwis Info – program inform.
8.10 Pogoda Info
8.20 Janosik (13-ost.): Zdrada – serial przygodowy, Polska 1973
9.15 Ranczo 7 (83) – obycz., Pol. 2013
10.10 Komisarz Alex 7 (91) – serial kryminalny, Polska 2015
11.05 Ojciec Mateusz 16 (203): Antyk – serial kryminalny, Polska 2016
12.00 Serwis Info – program inform.
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12.25 Agropogoda – program inform.
12.35 To się opłaca – magazyn
12.55 Taniec z rosyjskim niedźwiedziem, część 5 – film dokumentalny, Polska 2025
14.00 Splątane losy (2) – serial obyczajowy, Turcja 2024
15.00 Serwis Info – program inform.
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1068)
16.00 Dziedzictwo (980) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Jaka to melodia? – telet. muz.
18.05 Reporterzy – mag. reporterów
18.25 Akacjowa 38 (913) – telenowela, Hiszpania 2015
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.
20.10 Sport, pogoda

TVP 2 HD DVB-T2

4.35 Na dobre i na złe – serial obyczajowy, Polska 2024
5.30 M jak miłość (1795) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.20 Operacja zdrowie – magazyn medyczny
6.55 Barwy szczęścia (3355) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – mag.
11.30 Rodzinka.pl (43, 44): Narada rodzinna; Pogrzeb – serial komediowy, Polska 2011
12.35 Koło fortuny (1897) – teleturniej
13.15 Panna młoda (145) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 Va banque (1014) – teleturniej
14.35 Na sygnale (877): Rób, co chcę – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (434) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
16.00 Koło fortuny (1898) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (146) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Engin odnajduje bransoletkę Beyzy. Sinem wyznaje Hancer prawdę o swoich uczuciach. Jej plany spotykają się jednak ze sprzeciwem Cihana.
18.15 Va banque (1015) – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3355) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.05 Omnibus – szybcy i mądrzy (22) – teleturniej
20.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (22) – teleturniej

POLSAT HD DVB-T2

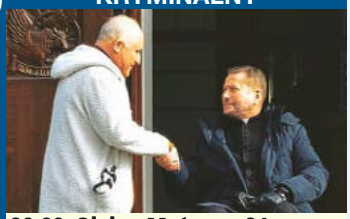
4.35 Disco Gramy
5.25 Telezakupy TV Okazje – magazyn reklamowy
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.25 Malanowski i partnerzy (340, 341): W krzyżowym ogniu uczuć; Zabójcze wspomnienie – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
9.25 Trudne sprawy (1265, 1266) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.35 Gliniarze (882, 883) – serial paradokumentalny, Polska
13.40 Dlaczego ja? (1512, 1513) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Laura kończy romans z młodszym kochankiem Sebastianem. Opuszcza Warszawę i osiedla się we Wrocławiu. Półtora roku później mężczyzna wraca do niej. Kobieta mówi sąsiadce, że jest on jej synem.
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.25 Interwencja – magazyn reporterów
16.40 Gliniarze (1079, 1080) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Policjanci wyjaśniają sprawę zabójstwa biznesmena. Jeden z tropów prowadzi do mężczyzny, który niedawno oskarżał go o wylewanie do lasu chemikaliów. Okazuje się też, że córka podejrzanego została jakiś czas temu potrącona przez samochód.
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń" – program publicystyczny
19.30 Sport, pogoda

TVN HD DVB-T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1700) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (1): Bartoszyce – Gościnna/Piwem Podlane – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.20 Doradca smaku (15) – magazyn kulinarny
11.25 Kuchenne rewolucje (14): Częstochowa, Diavolo – program rozrywkowy
12.35 Ukryta prawda (1485, 1486, 1729) – serial paradok., Polska
15.45 Detektywi (113) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
Klient prosi o odnalezienie narzeczonej. Planowali ślub za dwa miesiące. Trop prowadzi do byłego partnera poszukiwanej. Drugą poszlaką są sąsiedzi kobiety, od których pożyczyła pieniądze.
16.50 Szpital św. Anny (69) – serial obyczajowy, Polska 2025
Na pediatrię trafia chłopiec z dusznościami. Kaśka orientuje się, że źródłem problemów dziecka jest stres. Policja zatrzymuje mężczyznę podejrzanego o nękanie Marty.
17.55 Młode gliny (23) – serial kryminalny, Polska 2026
Podczas polowania Adam omyłkowo śmiertelnie postrzelił Marcina, myląc go z dzikiem. Dochodzenie wykazuje jednak, że strzał padł z innej broni.
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów

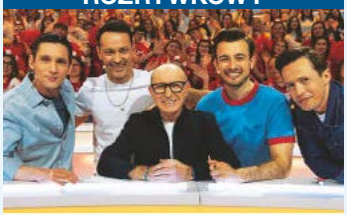
20

KRYMINALNY



20.30 Ojciec Mateusz 31 (400): Zamach – Polska 2024
W Sandomierzu pojawiają się byli więźniowie, którzy niegdyś zostali schwytani przez Mateusza i policjantów. Kryminaliści nawiązują ze sobą kontakt. W związku z tym Morus zarządza specjalną operację.
21.25 Sprawa dla reportera – magazyn interwencyjny
22.25 Cichy front – reportaż, Pol. 2026
23.15 Morderstwa w Chantilly FILM – dramat obyczajowy, Francja 2023, reż. Marjolaine de Lecluse, wyk. Bruno Todeschini, Elodie Frenck, Nathalie Richard, Hippolyte Girardot, 105 min
1.00 Danton FILM – dramat historyczny, Polska/Francja 1983, reż. Andrzej Wajda, wyk. Gérard Depardieu, Patrice Chéreau, Wojciech Pszoniak, Anne Alvaro, 135 min
3.15 Wykrywacz kłamstw – program publicystyczny
3.35 Pytanie dnia – program publicystyczny
3.55 Reporterzy – mag. reporterów
4.10 Oko na świat – magazyn
4.30 Zakończenie

ROZRYWKOWY



20.55 Kocham Cię, Polsko! (6)
Do rywalizacji staje drużyna Michała Koterskiego w składzie: Beta Lenska, Agnieszka Dziekan i Marta Chodorowska. Ich przeciwnikami będzie ekipa Filipa Gurłacza, w której znajdą się: Rafał Cieszyński, Błażej Stencel oraz Piotr Ligienza. Muzyczną gwiazdą tego odcinka będzie Andrzej Krzywy. Program prowadzi Marzena Rogalska.
22.25 Daleko od szosy (6): Egzamin – serial obyczajowy, Polska 1976
Leszek jedzie interweniować w ministerstwie. Zdaje egzaminy, ale ma kłopoty mieszkaniowe. Podejmują razem z Anią decyzję o małżeństwie.
23.50 PitBull 2 (10) – serial sensacyjny, Polska 2007
0.45 U Pana Boga za piecem FILM – komedia, Polska 1998, reż. Jacek Bromski, wyk. Ira Łaczina, Jan Wieczorkowski, Andrzej Zaborski, Krzysztof Dzierma, Anna Janowska, 105 min
2.30 Kruk 2. Czorny Woron nie śpi (5, 6-ost.) – serial kryminalny, Polska 2021
4.30 Zakończenie

KOMEDIA ROMANTYCZNA

19.55 27 sukienek FILM – USA 2008, 155 min
HIT DNIA
Samotna Jane organizuje przyjęcia weselne przyjaciół. Dziennikarz Kevin poświęca jej swój artykuł. Przedstawia w nim Jane jako starą pannę i otwarcie z niej szydzi. Niepoprawna marzycielka uświadamia sobie, że nikt nie traktuje jej poważnie.
22.30 Parkingowy FILM – komedia romantyczna, USA 2022, reż. Richard Wong, wyk. Eugenio Derbez, Samara Weaving, Max Greenfield, Betsy Brandt, 165 min
Aktorka Olivia zostaje sfotografowana podczas spotkania z żonatym bogaczem. By uniknąć skandalu, udaje, że jest związana ze skromnym Antoniem. W ramach mistyfikacji spędzają razem dużo czasu.
1.15 Pitch Perfect 3 FILM – komedia muzyczna, USA/Chiny 2017, reż. Trish Sie, wyk. Anna Kendrick, Rebel Wilson, Brittany Snow, Anna Camp, 115 min
3.10 Nasz nowy dom (292) – reality show
4.15 Kabaretowa Ekstraklasa (62)

OBYCZAJOWY

20.15 Na Wspólnej (4247) player – Polska 2026
Kajtek martwi się o Fionę, która nie pojawiła się w szkole. Franek włamuje się na konto Kowalskiej i odkrywa, że to ona hejtowała Cieślików. Wyobrażenia Krystyny i Juliusza o ich randkach zderzają się z rzeczywistością, gdy na miejscu okazuje się, że umówili się ze sobą.
20.50 Kuchenne rewolucje (6) – program rozrywkowy
22.00 Kochajmy się od święta FILM – komedia, USA 2015, reż. Jessie Nelson, wyk. Steve Martin, Diane Keaton, John Goodman, Ed Helms, 135 min
0.15 Heaven in Hell FILM – film obyczajowy, Polska 2023, reż. Tomasz Mandes, wyk. Magdalena Boczarska, Simone Susinna, Katarzyna Sawczuk, Sebastian Fabijański, 140 min
2.35 Uwaga! – magazyn reporterów
2.55 Największe polskie katastrofy (5) – serial dokum.
3.55 Kuba Wojewódzki (14-ost.) – talk-show
5.00 Nauka jazdy 5 (17) – program rozrywkowy

eprasa.pl 989b197d00
P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB-T2

5.25 Ten moment (59) – serial paradok., Pol. 2015-2016
5.55 Szkoła (800-802) – serial paradokumentalny, Polska 2020
8.45 Ukryta prawda (1342, 1453, 1454) – serial paradokumentalny, Polska
11.50 W-11 – Wydział Śledczy (1111-1113) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2014
13.55 Kryminalni (9): Gdzie jest Maciek? – serial kryminalny, Polska 2004
15.00 Szpital (790, 791) – serial paradokumentalny, Polska 2018
17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (510): Wycieczka – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
18.00 SOS Ekipy w akcji (22) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Kobieta zawiadamia policję o wybuchu na terenie ogródków działkowych. Strażacy odkrywają szokującą tajemnicę dotyczącą spalonego miejsca.
19.00 Ukryta prawda (1533) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Paweł i Ola są rodzicami Matyldy oraz Stasia. Od dawna pomaga im mama mężczyzny, emerytowana nauczycielka. Pewnego dnia seniorka nawiązuje podejrzaną znajomość.

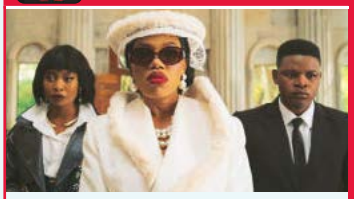
TV PULS HD DVB-T2

6.00 Policjanci z Miami 3 (10, 11): Cwaniaki z ulicy; Przebacz nam nasze winy – serial kryminalny, USA 1986
8.00 Kobra – oddział specjalny (3, 4): Cena przyjaźni; Tajni rodzice – serial sensacyjny, Niemcy 2017
10.00 Maria z przedmieścia (63, 64) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (118) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
13.00 Wspaniałe stulecie (52) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 Kurierzy (37) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 11 (546, 547) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy (38) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Michał dostarcza 40 paczek z książkami do pisarki. Paulina tłumaczy kurierowi, że wydawnictwo odesłało niesprzedane egzemplarze. Razem rozmyślają o strategii marketingowej.
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (975, 976) – serial obyczajowy, Polska 2026
Antyterroryści przeprowadzają szturm na dom Michała – ktoś zawiadomił, że chłopak planuje zamach na szkołę. Wszystko przez jedno nagranie...

PULS 2 HD DVB-T2

5.50 Ale numer! 20 (20) – pr. rozrywk.
6.20 Cosie-Ktosie (14) – serial anim.
6.30 Kajko i Kokosz 2 (14) – serial animowany, Polska 2021
6.45 SamSam: Kosmiczne przygody (4) – anim., Fr./Belgia
7.00 Blaze i megamaszyny 6 (23) – serial animowany, USA 2020
7.30 Psi Patrol 2 (2) – serial anim.
7.50 Superkoty (21) – serial anim.
8.30 Wielkie przygody małego rekina (14) – serial dla dzieci, Korea Południowa/USA 2020
8.50 Masza i Niedźwiedź (5, 6) – serial animowany, Rosja 2012
9.20 Straszne historie Maszy (14) – serial animowany, Rosja 2016
9.25 Świnka Peppa 2 (14-16) – serial animowany, Wielka Brytania 2005
9.45 Bing (17, 18) – serial animowany
10.00 Jeżyk i Przyjaciele (3, 2) – anim.
10.35 Spidey i superkumple 2 (50, 49) – serial anim., USA 2022
11.35 Gus. Mały – wielki rycerz (5, 6) – serial animowany, Francja 2021
12.00 Psi Patrol 8 (26) – serial anim.
12.35 Marta mówi (21) – serial anim.
13.00 Smerfy (184, 185) – serial anim.
14.00 Monster High (19, 20) – anim.
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2 (31, 32) – anim., Fr./Jap./Korea Południowa 2017
16.00 Fineasz i Ferb 2 (15, 16) – serial animowany, USA 2007-2011

NETFLIX



POLIGAMISTA

Twórca bankowego imperium Jonasi Gomora (S'dumo Mtshali) i jego żona Joyce (Gugu Gumede) wiodą pozornie idealne życie. Wszystko się zmienia, gdy na jaw wychodzą liczne romanse mężczyzny.
▶serial obycz. (22 odc.), RPA 2026

PRAWNIK Z LINCOLNA 4

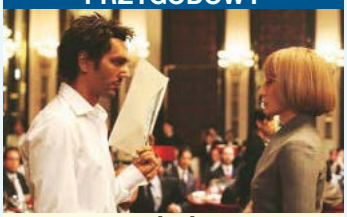
Prawnik Mickey (Manuel Garcia Rulfo) musi udowodnić swoją niewinność w sprawie morderstwa byłego klienta. Jego współpracownicy wpadają na trop okrutnego planu rzekomej ofiary.
▶serial krym. (10 odc.), USA 2026

W APTEKACH I ZIELARNIACH

Reutter CUKIERKI ŻEŃSZENIOWO-IMBIROWE – ZŁAP SIŁĘ I ODPORNOŚĆ!

REKLAMA

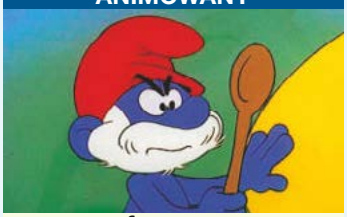
PRZYGODOWY



20.00 Largo Winch – Francja/Belgia 2008, 130 min (FILM)
USA. Miliarder Nerio Winch umiera w tajemniczych okolicznościach. Wychodzi na jaw, że przed laty przygarnął chłopca z bośniackiego sierocińca. Teraz Largo Winch jest spadkobiercą finansowego imperium. Młody dziedzic, awanturnik i playboy, jedzie do USA, by przejąć spadek. Musi stawić czoło wielu zdeterminowanym wrogom.

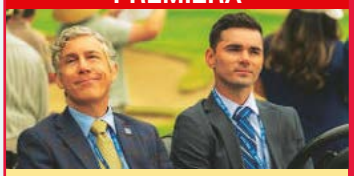
22.10 Largo Winch 2: Spisek – film przygodowy, Francja/Belgia/Niemcy 2011, reż. Jérôme Salle, wyk. Tomer Sisley, Sharon Stone, Ulrich Tukur, Napakpapha Nakprasitte, 135 min (FILM)
Oskarżany o zbrodnię Largo musi bronić swojego dobrego imienia. To trudne zadanie.
0.25 Pielgrzym – thriller, Kanada/Wielka Brytania/Meksyk 2000, reż. Harley Cokeliss, wyk. Ray Liotta, Gloria Reuben, Armin Mueller-Stahl, Daniel Kash, 120 min (FILM)
2.25 Dzielnica strachu 9 (407): Napad – serial kryminalny, Polska 2025
3.20 Zobacz to! – pr. powtórkowe

ANIMOWANY



17.00 Smerfy (186, 187) – Belgia 1988
Osiłek ma za złe Dzikusowi, że ten przewyższa go niemal w każdej dziedzinie. Papa Smerf wysyła ich po smerfojagody. Podczas wyprawy obaj rywale muszą ze sobą współdziałać.
18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2 (39) – serial anim., USA 2010-2012
18.35 Pingwiny z Madagaskaru 3 (1)
19.00 Kacze opowieści (10, 11)
20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (963) – serial obyczajowy, Polska 2026
21.00 Dzielnica strachu 10 (445, 446) – serial krym., Polska 2025-2026
23.00 Przyjaciel gangstera – komedia kryminalna, Francja/Włochy 2003, reż. Francis Veber, wyk. Gérard Depardieu, Jean Reno, 120 min (FILM)
1.00 Dzielnica strachu 10 (441) – serial krym., Polska 2025-2026
2.00 Lombard. Życie pod zastaw 12 (646)
3.00 Lombard. Życie pod zastaw 5 (206) – serial obycz., Polska 2019
4.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (137) – serial obycz., Polska 2018
5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (510)

PREMIERA



HAWK

Lonnie Hawkins (Will Ferrell), uznany za najlepszego golfistę 2004 roku, próbuje wrócić do formy sprzed lat. Choć organizm daje mu sygnały, że powinien zakończyć grę, on wciąż wierzy, że jest to jeszcze możliwe. Lonnie, który sądzi, że jest o krok od Wielkiego Szlema, nie słucha rad zatroskanych bliskich.
▶serial kom. (10 odc.), USA 2026

PREMIERA

ZANIM STAŁEM SIĘ SOBĄ

Uczeń, który zmaga się z atakami paniki i wysokimi oczekiwaniami surowego ojca, angażuje się w nowy szkolny projekt. W trakcie pracy odkrywa, że prawdziwe poczucie wolności nie wynika z odniesionych sukcesów czy spełniania cudzych marzeń, ale daje je wyłącznie życie w zgodzie ze sobą.
▶komediodramat 2026; 127 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (8, 9) – krym., USA/Kanada
7.30 Ostry dyżur (13, 14) – serial obyczajowy
9.25 Castle 3 (13, 14) – serial kryminalny
11.15 MacGyver 3 (9, 10) – serial akcji, USA 2018-2019
13.10 Dowody zbrodni (15, 16) – serial krym.
15.10 Agenci NCIS: Hawaje (10, 11) – serial kryminalny
17.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (10, 11) – serial kryminalny, USA/Kan.
19.05 Castle 3 (15, 16) – serial kryminalny

TVP SERIALE

5.25 Rodzinka.pl (107, 108) – kom., Pol.
6.25 Na sygnale (490, 491) – serial fab.-dokum.
7.35 Ojciec Mateusz 3 (40) – krym., Pol. 2010
8.30 Komisarz Alex 3 (29) – serial krym., Polska
9.25 Rodzinka.pl (109)
10.00 Klan (1456, 1457)
10.55 Ranczo 9 (107, 108)
12.35 Komisarz Alex 3 (30)
13.30 Ojciec Mateusz 30 (391, 392) – krym., Pol.
15.30 Komisarz Alex 3 (31) – serial krym., Polska
16.20 Na sygnale (492, 493) – serial fab.-dokum.
17.30 Ranczo 9 (109, 110) – serial obycz., Polska
19.30 Ojciec Mateusz 30 (393) – krym., Pol. 2023

TVP KULTURA DVB-T2

7.25 Rawhide (8) – przyg.
8.30 Informacje kulturalne
9.00 Do przerwy 0:1 (1, 2) – serial obycz., Polska
10.15 Zemsta – komedia, Polska 2002, 115 min
12.10 Reżyserzy (5) – dok.
13.00 Zajęcia dydaktyczne – dramat obyczajowy, Polska 1980, 75 min
14.15 Noce i dnie (5)
15.20 Fuks – komedia sens., Polska 1999, 100 min
17.00 Do przerwy 0:1 (3, 4)
18.20 Dzień, w którym umarła gwiazda rocka – serial dokum.
18.55 Rawhide (9) – przyg.
20.00 Czwartkowy klub filmowy – mag. film.

ALE KINO+ HD

6.30 Polska z góry (4)
7.00 Wyraj – krótkometraż.
7.35 Nadzieja – dramat sensacyjny, Polska/Niemcy 2006, 120 min
9.35 Problem – film krótkometraż.
10.00 Stenbeck. Imperium (5-ost.) – obycz., Szwecja 2025
11.05 Nicolas Cage: Szalony geniusz Hollywoodu – film dok., USA/Francja 2025
12.20 Vera 7 (4) – krym.
14.20 Punkty zwrotne – thriller, Hiszpania 2024, 115 min
16.15 W sieci wojny – thriller, USA 2025, 120 min
18.15 Vera 8 (1) – krym.

CANAL+ PREMIUM HD

11.15 Peacock – thriller, USA 2010, 90 min
12.45 Królowa chmur – film obyczajowy, Polska 2003, 80 min
14.05 The Office PL 5 (7, 8) – serial kom., Pol. 2025
14.55 Czy AI zabija internet? – film dokum., Niemcy 2025
15.50 Kopnięci w czasie – komedia, Francja/Belgia 2025, 100 min
17.30 Hollywood Buzz – magazyn filmowy
17.55 Łapu capu – pr. rozr.
18.00 Jason Bourne – thriller, USA 2016, 120 min
20.00 Surfer – thriller, Australia/USA/Irlandia 2024, 100 min

HBO HD

6.00 Eileen – thriller, USA/Wielka Brytania 2023, 95 min
7.35 Spider-Man 3 – film przygodowy, USA 2007, 135 min
9.50 Zabawy z piłką – komedia, USA/Niemcy 2004, 90 min
11.20 Istoty fantastyczne – komediodramat, USA 2024, 100 min
13.00 Horton słyszy Ktosia – film anim., USA 2008, 85 min
14.25 Leonardo. Odkrywca – film animowany, USA/Fr./Irlandia 2023, 95 min
16.00 Diva Futura – dramat obyczajowy, Włochy 2024, 125 min

20

SENSACYJNY

21.05 Agenci NCIS 20 (22-ost.) – USA 2022
Torres pod przykrywką prowadzi infiltrację Yuriego w więzieniu. Zaprzyjaźnia się z młodym osadzonym, który utrzymuje, że został wrobiony.
22.00 Agenci NCIS: Hawaje 2 (11) – krym.
23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (10, 11) – serial krym.
0.45 Castle 3 (15, 16)
2.40 Agenci NCIS 20 (22)
3.35 Agenci NCIS: Hawaje 2 (11) – krym.
4.25 Walker: Strażnik Teksasu (17) – krym.

KRYMINALNY

20.25 Komisarz Alex 24 (306) – Polska 2025
Giną dwaj uczestnicy imprezy. Wyniki autopsji prowadzą śledczych do wniosku, że za śmiercią obu chłopaków stoi prawdopodobnie ktoś trzeci.
21.30 Ranczo 9 (111, 112)
23.25 Ojciec Mateusz 30 (394) – krym., Pol. 2023
0.20 U Pana Boga w Królowym Moście (9) – serial obycz., Pol. 2025
1.20 PitBull (20, 21) – sens.
3.20 Stulecie Winnych (11) – obycz., Pol. 2019
4.10 Klan (1456) – telen.

DRAMAT HISTORYCZNY

20.05 Czwartkowy klub filmowy: Katyń – Polska 2007, 130 min
Rok 1939. Rotmistrz Andrzej i pilot Piotr z tysiącami polskich oficerów trafiają do sowieckiego obozu. Bliscy próbują ich odnaleźć.
22.15 Historia mistrza: Jeff Beck. Wiecznie w trasie – film dokumentalny, Wielka Brytania 2018
0.00 Przysięga Ireny – dramat obycz., Kanada/Polska 2023, reż. Louise Archambault, 130 min

THRILLER

20.10 Przekleństwo wyspy – Francja/Kanada/USA 2000, 140 min
Dziennikarz Thomas Janes chce zrekonstruować okoliczności zbrodni, do której doszło sto lat temu na wyspie Smutty Nose. Pomaga mu m.in. żona, fotografka Jean.
22.30 Czerwone niebo – komediodramat, Niemcy 2023, 130 min
0.40 Przejścia – dramat obyczajowy, Francja/Niemcy 2023, 105 min
2.25 Furioza (4-ost.) – serial sens., Pol. 2021

HORROR

21.40 P! Dźwięk śmierci – Kanada/Irlandia 2025, 100 min
Grupa młodych ludzi zgłębia tajemnicę starożytnego azteckiego gwizdka. Gdy odkrywają, że przywołuje on śmierć, toczą desperacką walkę o przeżycie.
23.20 Piła 3 – thriller, USA 2006, reż. Darren Lynn Bousman, wyk. Tobin Bell, 105 min
1.05 Najpierw strzelaj, potem zwiedzaj – komediodramat, Belgia/Wielka Brytania/USA 2008, 105 min

KOMEDIA

18.05 Agentka – USA 2015, 115 min
Susan pracuje jako analityczka CIA. Gdy agent, któremu pomaga, zostaje zdekonspirowany, kobieta wychodzi zza biurka, by udaremnić plany handlarzy bronią.
20.00 P! Na arenie – dramat obyczajowy, Francja 2024, 95 min
21.35 Gangi samochodowe – film dokumentalny, Słowacja/Czechy 2024
22.55 Wieczne Wartości: Kult piękna (2) – film dokum., USA 2026

AXN WHITE

7.25 Rekrut (8) – serial krym.
8.20 Szpital nadziei 4 (13)
9.20 Blondynka 4 (1, 2)
11.25 Agenci NCIS 10 (3-5)
14.15 Szpital nadziei 4 (14)
15.15 Mail od Świętego
Mikołaja – film obycz., USA/Kanada 2017, 115 min
17.10 Gwiazdka pod psem – film obycz., 2014, 115 min
19.05 Dr House 3 (14) – obycz.
20.00 Dowody zbrodni 2 (19, 20) – serial kryminalny
22.05 Rekrut (9) – serial krym.
23.00 Agenci NCIS 10 (3-5)
1.45 Dowody zbrodni 2 (19, 20) – serial kryminalny
3.40 Zaklinacze koni 3 (4, 5)

AXN BLACK

8.45 Zagadki z przeszłości 2 (9) – przyg., Fr./Niemcy/Kan.
9.45 Gwiezdne wrota 4 (18-20) – s.f., USA/Kan. 2001
12.45 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (14) – sens., USA
13.45 Renegat 5 (17) – sens.
14.45 Drużyna A 3 (6) – sens.
15.50 Nieustraszony (21)
16.55 Zagadki z przeszłości 2 (10) – przyg., Fr./Niem./Kan.
17.55 Gwiezdne wrota 4 (21, 22) – s.f., USA/Kan. 2001
20.00 Gwiezdne wrota 5 (1)
21.00 Spotkanie – thriller, USA/Meksyk 1996, 140 min
23.20 Ja, szpieg – komedia sensacyjna, 2002, 115 min

WARNER TV

8.25 Tropiciele (5) – serial krym.
8.55 Bajer z Bel-Air 5 (16, 17)
9.55 Prawo Agaty 3 (6)
11.00 Pełna chata 8 (19, 20)
12.00 Teraz albo nigdy! 2 (1, 2)
14.00 Bajer z Bel-Air 5 (16-19)
16.00 Pełna chata 8 (19-22)
18.00 Dziewczyna na pożegnanie – komedia romant., USA 1977, 135 min
20.15 Rewolwer i melonik – film sens., 1998, 105 min
22.00 Kula – thriller s.f., USA 1998, 160 min
0.40 Geosztorm – film s.f., USA 2017, 115 min
2.35 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (21, 22)

POLSAT SERIALE HD

6.00 Gliniarze (175-177) – serial paradokumentalny, Polska
9.00 48h. Zaginieni (193-196) – serial kryminalny, Polska
12.55 Kowalscy kontra Kowalscy (25-28) – obycz.
14.55 Świat według Kiepskich (405-408) – serial kom., Pol.
16.55 Columbo (18, 24) – serial kryminalny, USA
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (149-152) – serial kryminalny, USA
0.50 Ślad (58, 59) – krym., Pol.
2.50 Święty (220, 221) – serial komediowy, Polska 2022
4.00 48h. Zaginieni (117, 118) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.00 Łapu capu – pr. rozrywk.
6.05 Kiler – komedia sens., Polska 1997, 100 min
7.45 Moje pieczone kurczaki – film obycz., 2002, 65 min
8.50 Łapu capu – pr. rozrywk.
8.55 Call me lala – film krótkometraż., Pol.
9.20 Dziki robot – film animowany, 2024, 100 min
11.00 Asekuracja
11.30 Making of: „Odyseja"
11.50 Premierowa jazda – mag.
12.05 Charlie Chaplin: duch włóczęgi – film dok., 2024
13.35 Zmierzch – film fantasy, USA 2008, 120 min
15.35 Listy do Julii – komedia romant., USA 2010, 100 min
17.15 Piękna łąka kwietna – film krótkometraż., Pol.
17.45 Battleship: Bitwa o Ziemię – film s.f., USA/Japonia 2012, 130 min
19.55 Łapu capu – pr. rozrywk.
20.00 Wrogowie publiczni – film gangsterski, USA 2009, reż. Michael Mann, wyk. Johnny Depp, 135 min
22.15 Niezniszczalna – sens., Wlk. Bryt. 2024, 100 min
23.55 Rytuał – horror, USA 2025, reż. David Midell, 95 min
1.30 Wrooklyn Zoo – dramat obycz., Pol. 2024, 125 min
3.35 Ludzie – dramat wojenny, Polska 2023, 115 min
5.30 Nagie Oko – krótkometraż.

CANAL+ SERIALE HD

9.50 Mozart. Narodziny geniusza (3) – film dokumentalny, Wielka Brytania 2024
11.00 Naruto 3 (12-14) – serial anime, Japonia 2003-2004
12.30 Cat's Eyes (5, 6) – serial przygodowy, Francja 2024
14.30 Making of CANAL+ – magazyn filmowy
14.35 To nie jest zagadka kryminalna (3, 4) – serial kryminalny, Belgia 2025
16.40 Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć (7-9) – serial komediowy, Fr.
18.35 Captain Tsubasa (19-21) – serial anime, Japonia 2018
20.00 Brygada (7, 8) – serial sensacyjny, Francja 2023
Po dramatycznych zdarzeniach w rodzinie Perezów zachodzą zmiany. Głową klanu zostaje bezwzględna Nina.
21.55 Making of CANAL+ – magazyn filmowy
22.00 Yellowjackets (9, 10) – serial grozy, USA 2021
0.05 Minuta ciszy (5, 6) – serial obyczajowy, Polska 2022
2.15 Żmijowisko (7) – serial kryminalny, Polska 2019
3.10 Luis Enrique: Nie macie k** pojęcia** (1-3) – serial dokumentalny, Hiszp. 2024
5.30 Twardzielki (8) – serial dokumentalny, Polska 2019

CANAL+ 360 HD

6.00 W rytmie wolności (7)
7.00 Supersamoloty bojowe 11 (9) – serial dok.
8.00 Porzucone konstrukcje (12) – serial dok., Wlk. Bryt.
9.00 Zabójcze drogi (2) – dok.
10.00 Co poszło nie tak 2 (1)
11.00 Rekruci (7, 8) – dok., Pol.
12.55 Zabójcze drogi (3) – dok.
13.50 Wykrywacz historii 5 (4)
14.55 Grip – w świecie supersamochodów (11)
16.00 Supersamoloty bojowe 11 (10) – dok.
16.55 Zholowani: ciężarówki w opałach 9 (8) – dok.
17.55 Porzucone konstrukcje (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.50 Wykrywacz historii 5 (3)
19.50 Zholowani: ciężarówki w opałach 9 (9) – dok.
20.50 Co poszło nie tak 2 (4)
21.55 Grip – w świecie supersamochodów (10)
23.00 Supersamoloty bojowe 11 (8) – serial dok.
23.55 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (2) – serial dok., Niem. 2023
1.05 Kryptonim Polska (3) – serial komediowy, Polska
2.00 Twardzielki (2) – dok., Pol.
2.40 Czarna domena (7) – dok.
3.45 Survivalowa rodzina (10)
4.20 Zwierzęta Wajraka (1)
4.55 Pogotowie remontowe Wieśka 2 (7, 8) – mag.

HBO 2 HD

15.55 Wielka, odważna, piękna podróż – dramat fantasy, Irlandia/USA 2025, reż. Kogonada, 105 min
17.40 Pewny kandydat. Jak nie zostać prezydentem – dramat biograficzny, Kanada/USA 2018, 110 min
19.30 Nocna suka – komediodramat, USA 2024, reż. Marielle Heller, wyk. Amy Adams, 95 min
21.05 Azyl – thriller, USA/Francja/Rosja 2022, 95 min
22.40 Ta inna siostra Bennet (4) – kostium., Wlk. Bryt.
23.10 Stamtąd 4 (10) – serial grozy, USA 2026

HBO 3 HD

12.30 Alita: Battle Angel – film s.f., USA 2019, 120 min
14.30 W skrócie – komediodramat, Niemcy 2024, 105 min
16.15 Jak wytresować smoka 2 – film anim., USA/Indie 2014, 100 min
17.55 Anakonda – komedia przygodowa, 2025, 100 min
19.35 Ktoś, gdzieś 3 (7) – kom.
20.05 Rzym 2 (6) – serial hist.
21.00 Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13 (5)
21.45 The Pitt (14, 15) – obycz.
23.30 Ród smoka 3 (4) – fantasy
0.35 Miniaturowa żona (4)

eprasa.pl 989b197d00
P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 Górale (9-11) – serial dokumentalny, Pol.
7.30 Doktor Martin (40) – serial obyczajowy
8.30 Przyjaciółki (143, 144) – obycz., Pol.
10.30 Świat według Kiepskich (181, 1, 91, 166-168) – kom., Pol.
13.50 Van Helsing – horror
FILM s.f., USA/Czechy 2004, reż. Stephen Sommers, wyk. Hugh Jackman, 165 min
16.35 Mocne uderzenie
FILM – komedia, USA 2012, reż. Frank Coraci, wyk. Kevin James, 130 min
18.45 Narzeczony mimo
FILM **woli** – komedia romantyczna, USA 2009, 135 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 Tata ma plan 3 (4, 5) – kom., USA 2019
7.00 Dwóch i pół 6 (12-15) – serial komediowy, USA 2008-2009
8.55 Przyjaciele 8 (19-24) – serial komediowy, USA 2001-2002
11.55 Teoria wielkiego podrywu 8 (11-16) – serial komediowy, USA 2014-2015
14.30 Dwóch i pół 6 (16-19) – kom., USA 2008-2009
16.25 Przyjaciele 9 (1-6) – serial komediowy, USA 2002-2003
Rachel rodzi córeczkę, co sprawia, że Monica i Chandler jeszcze intensywniej starają się o dziecko.

TVN FABUŁA HD

5.05 Szkoła (788) – serial paradokum.
6.00 Top 100: filmy wszech czasów (9)
6.30 Numerek z Dorotą
6.45 Zakochani po uszy (101, 102) – telen., Pol.
7.45 Detektywi (101-104)
9.50 Prawo Agaty 4 (5)
10.55 Szpital św. Anny (75)
11.55 Zapukaj do moich drzwi (4, 5) – telen.
13.55 Prawo Agaty 4 (4)
14.55 Detektywi – fab.-dok.
16.00 Po drugiej stronie kamery (3) – dok., Pol.
17.05 Alfabet filmowy (7)
17.15 Scooby-Doo – kom.
FILM przyg., USA/Australia 2002, 105 min
19.00 Szpital św. Anny (76) – serial obycz., Polska

13 ULICA

6.20 Detektyw z wybrzeża (3, 4) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2021
8.30 Morderstwa
FILM **na Gwadelupie** – film kryminalny, Francja 2023, reż. Marc Barrat, 120 min
10.30 Mentalista 2 (6-9) – serial kryminalny, USA 2009
14.10 Detektyw z wybrzeża (5, 6) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2021
16.20 Morderstwo
FILM **w Sainte Baume** – film kryminalny, Francja 2022, reż. Lou Jeunet, wyk. Nicolas Gob, 120 min

KINO POLSKA

7.40 Reksio (1, 3) – anim.
8.00 Stawiam na Tolka Banana (6, 7) – obycz.
9.40 Pan Kleks
FILM **w kosmosie** (2-ost.) – film przygodowy, Pol./Czechosłowacja 1988, 80 min
11.00 To nie ze mną (12)
11.45 To nie ze mną 2 (1)
12.25 Ranking naj polskiego kina (3)
12.55 Masza – film krótkometraż., 2020
13.25 Wielka majówka
FILM – film obyczajowy, 1981, 120 min
15.25 W zawieszeniu
FILM – dramat polityczny, 1986, 110 min
17.15 Stawka większa niż życie (5, 6) – wojenny

STOPKLATKA DVB-T2

6.00 Kabaretowe hity (5)
6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
7.50 Robert Makłowicz (211, 122) – mag. kulin.
9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher (12) – serial krym., Australia
10.55 Górski lekarz (3, 4) – serial obycz., Niemcy
12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher (13)
14.00 Katastrofy w przestworzach (5, 2, 1) – serial dokum.
17.00 MacGyver 4 (13) – sens., USA/Kan. 1989
18.00 Wojny magazynowe: Kanada (13, 14)
19.10 Aukcja w ciemno 2 (13, 14) – serial dokum.

KOMEDIODRAMAT

21.00 Projektantka
FILM – Australia 2015, 150 min
Tilly, bywalczyni domów mody, wraca w rodzinne strony. Chce rozliczyć się z przeszłością i zmienić styl ubierania się miejscowych.
23.30 Venom 3: Ostatni
FILM **taniec** – film s.f., USA/Wielka Brytania/Kanada 2024, wyk. Tom Hardy, 135 min
1.45 Ślad (13, 38, 39) – krym., Pol. 2018-2019
4.45 Na ratunek 112 (870, 871) – serial paradokum., Pol. 2023

KOMEDIOWY

19.30 Teoria wielkiego podrywu 8 (17-22)
Sheldon i Amy robią kolejny krok w swoim związku. Kupują wspólnie żółwia. Kiedy wracają, Cooper wyjawia, że złożył aplikację na misję kolonizacyjną Marsa.
22.00 The Office PL 4 (7, 8) – serial kom., Pol. 2024
23.05 Comedy Club 7 (5, 6)
0.05 Miasteczko South Park 3
1.00 Pracoholicy 4 (3, 4)
2.00 Śmieszniej nie będzie (7, 8) – pr. rozr.
3.00 Miasteczko South Park 3

SCIENCE FICTION

20.00 Pacific Rim – USA/
FILM Meksyk 2013, 170 min
Przez podwodne wrota oddzielające wymiary monstra z kosmosu trafiają na Ziemię. Do walki z najeźdźcami stają były pilot Raleigh Becket i stażystka Mako Mori.
22.50 G.I. Joe: Czas Kobry
FILM – film sensacyjny, USA/Czechy 2009, 145 min
1.15 Gliniarz z Beverly
FILM **Hills** – komedia sens., USA 1984, 125 min
3.20 Po pierwsze kino 3 (33) – pr. rozrywk.
3.30 Seriaale: rozmowy 2 (5) – mag.

KRYMINALNY

18.20 Mentalista 2 (10-13) – USA 2009
Zostaje zamordowany Barney Sloop, były bejsbolista, właściciel ośrodka treningowego dla młodych talentów. Agenci przesłuchują m.in. jego uczniów.
22.00 Kobra – oddział specjalny (1) – sens.
0.00 Flashback (4) – krym.
1.15 Morderstwo
FILM **w Sainte Baume** – film kryminalny, Francja 2022, 120 min
3.15 Detektyw z wybrzeża (5, 6) – serial kryminalny

KRYMINALNY

20.00 Ach śpij, kochanie
FILM – 2017, 120 min
Lata 50. W Krakowie giną ludzie. Milicjant Karski podejrzewa, że w mieście działa seryjny morderca. Kieruje uwagę na szanowanego obywatela, Mazurkiewicza.
22.00 Kamienie
FILM **na szaniec** – dramat wojenny, 2014, reż. Robert Gliński, 130 min
0.10 Konwój – thriller,
FILM 2016, 120 min
2.10 Obcy musi fruwać
FILM – komediodramat, Pol./Niem. 1993, 130 min
4.20 Odwyk

THRILLER

20.00 Mścicielka
FILM – Francja/Kanada/USA 2016, 120 min
Płatny zabójca Frank zostaje wbrew swojej woli poddany zabiegowi zmiany płci. Zamierza dokonać zemsty na dr Rachel Kay – lekarce, która go operowała.
22.00 Skyline – thriller s.f.,
FILM USA 2010, reż. Colin Strause, 115 min
23.55 Psy – dramat sens.,
FILM Polska 1992, 155 min
2.30 Chłopi (1) – obycz.,
FILM Polska 1973, 105 min
4.15 Prehistoryczna apokalipsa (3) – dok.

CINEMAX HD

14.40 Biegnąc po piasku
FILM – komediodramat, Izrael 2023, 105 min
16.25 Wszystko, czym jesteś
FILM – film obyczajowy, Niemcy/Hiszpania 2024, 105 min
18.10 Witaj, smutku – dramat
FILM obyczajowy, Fr./Wielka Brytania/Kan. 2024, 110 min
20.00 Fargo 3 (9, 10-ost.) – krym.
21.45 Ministerstwo
FILM **Niebezpiecznych Drani** – komedia wojenna, USA/Wielka Brytania/Turcja 2024, reż. Guy Ritchie, 120 min
23.45 Sujo – dramat
FILM obyczajowy, 2024, 125 min
1.50 Fargo 3 (9, 10-ost.) – krym.

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 Święty (47, 48) – kom., Pol.
14.25 Spadkobiercy 4 (9) – rozr.
15.25 Co ludzie powiedzą? (103) – kom., Wlk. Bryt. 1995
16.05 Jedną nogą w grobie 4 (2) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 Czarna Żmija (2) – kom.
17.35 Bob kocha Abisholę 3 (16-18) – serial komediowy
19.00 Dwóch i pół 6 (12-15) – serial komediowy, USA
21.00 Świat według Kiepskich (13-15) – serial kom., Polska
22.30 Co ludzie powiedzą? (1)
23.05 Jedną nogą w grobie 4 (3) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 Czarna Żmija (3) – kom.
0.30 Comedy Club 3 (11) – rozr.

SCI FI

10.00 Medium (5, 6) – krym., USA
11.50 Zagubiona tożsamość 2 (22) – s.f., Kan. 2011-2012
12.45 Zagubiona tożsamość 3 (1) – serial s.f., Kanada 2013
13.40 Uwaga, rekin! – thriller,
FILM USA 2024, 110 min
15.30 Medium (7, 8) – krym., USA
17.20 Zagubiona tożsamość 3 (2, 3) – serial s.f., Kan. 2013
19.10 Transmorfersi:
FILM **Mechabestie** – film s.f., USA 2023, reż. Michael Su, wyk. Tom Arnold, 110 min
21.00 iZombie 5 (3-6)
1.00 Szkoła czarownic:
FILM **Dziedzictwo** – dramat fantasy, 2020, 120 min

FX HD

9.00 Z archiwum X (1) – s.f.
10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (24, 1) – serial krym.
11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (13, 14)
13.45 Agenci NCIS 10 (14, 15)
15.35 Skymed 3 (2) – obycz.
16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (2, 3) – serial krym.
18.20 Z archiwum X (2) – s.f.
19.15 FBI 4 (15) – serial krym.
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (15, 16)
22.00 Zakłamanie (2) – obycz.
23.00 Z archiwum X 3 (2) – s.f.
0.00 Air Force One – thriller,
FILM USA/Niemcy 1997, 150 min
2.30 Tropiciel (22) – serial krym.

FILMBOX+ ONE HD

9.50 Panna Marple: Hotel
FILM **Bertram** – film krym., Wlk. Bryt. 2007, 125 min
11.55 Zagadki kryminalne panny Fisher (8) – krym.
13.05 Panna Scarlet i komisarz (2) – krym., USA
14.15 Poirot – serial kryminalny
16.40 Strażnik Teksasu 2 (6, 7)
18.55 Poirot (5) – serial krym.
20.00 13 godzin: Tajna misja
FILM **w Benghazi** – film sensacyjny, USA/Malta/Maroko 2016, 180 min
23.00 Cyborg – film s.f., USA
FILM 1989, 110 min
0.50 Ucieczka gangstera
FILM – film sens., 1994, 165 min

ROMANCE TV HD

14.20 Zabójstwo nad Morzem
FILM **Wattowym** – komedia krym., Niem. 2023, 115 min
16.15 Rosamunde Pilcher:
FILM **Wiatr nadziei** – film obycz., Niem. 1997, 110 min
18.05 Górski lekarz (156, 157)
20.00 Inga Lindström: Ktoś cię
FILM **kocha** – film obyczajowy, Niemcy 2022, 115 min
21.55 Jak wygrać wojnę
FILM **rozwodową** – komedia obyczajowa, Niemcy 2015, reż. Titus Selge, 110 min
23.45 Górski lekarz (156, 157)
1.45 Inga Lindström: Ktoś cię
FILM **kocha** – film obyczajowy, Niemcy 2022, 115 min

CINEMAX 2 HD

13.10 Zaraza – dramat obycz.,
FILM Bułgaria 2023, 105 min
14.55 Gioia to radość – film
FILM obyczajowy, 2025, 110 min
16.45 Śniadanie na Plutonie
FILM – komediodramat, Irlandia/Wlk. Bryt. 2005, 130 min
18.55 Niekończąca się
FILM **opowieść** – film fantasy, RFN/USA 1984, reż. Wolfgang Petersen, 95 min
20.30 Ultimatum Bourne'a
FILM – film sensacyjny, USA/Niemcy 2007, 115 min
22.25 Ex Machina – dramat s.f.,
FILM Wlk. Bryt. 2014, 105 min
0.10 Halloween – horror, USA
FILM 2007, 110 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

9.15 Poirot 3 (5, 6) – serial krym.
11.25 Zatraceni w miłości (45, 46) – telen., Turcja 2023
13.30 Agenci NCIS 16 (7, 8) – serial sensacyjny, USA
15.15 Lekarze na start (45, 46)
16.50 Poirot 3 (7, 8) – serial krym.
19.00 Zatraceni w miłości (47, 48) – telen., Turcja 2023
21.00 Detektyw Murdoch 19 (5) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
21.55 Agenci NCIS 17 (3)
22.55 Zatraceni w miłości (47, 48) – telen., Turcja 2023
0.55 Detektyw Murdoch 19 (5) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
1.40 Agenci NCIS 17 (3)
2.25 Lekarze na start (44-46)

NOVELAS+ HD

10.00 Cud miłości (36) – telen.
11.00 Otchłań namiętności (121) – telen., Meksyk 2012
12.00 Za wszelką cenę (91)
13.00 Róże i grzechy (20)
14.00 Historia Juany (48, 49)
16.00 Róże i grzechy (21)
17.00 Za wszelką cenę (92)
18.00 Otchłań namiętności (122) – telen., Meksyk 2012
19.00 Macocha (31) – telenowela
20.00 Cud miłości (37) – telen.
21.00 Historia Juany (49)
22.00 Róże i grzechy (21)
23.00 Za wszelką cenę (92)
0.01 Otchłań namiętności (122) – telen., Meksyk 2012
1.00 Macocha (31) – telenowela

FX COMEDY HD

12.00 Jim wie lepiej 8 (9, 10)
13.00 Sposób użycia (2, 3)
14.00 Wszyscy kochają Raymonda 6 (24-26)
15.30 Wszyscy kochają Raymonda 7 (1) – kom.
16.00 Simpsonowie 31 (9-12)
18.00 Jak poznałem waszą matkę 3 (11-13) – kom.
19.30 Współczesna rodzina 8 (12-14) – serial komediowy
21.00 Family Guy: Głowa rodziny 19 (6, 7)
22.00 Jackass – świry w akcji
FILM – kom., USA 2002, 100 min
23.40 Simpsonowie 31 (5, 6)
0.40 Family Guy: Głowa rodziny 18 (20)

FILMBOX+ HITS HD

12.10 Odległa dzielnica – dram.
FILM fantasy, 2010, 110 min
14.00 Królowe ringu – komedia,
FILM Francja 2013, 110 min
15.50 Prawda o kłamstwach
FILM – komedia romantyczna, USA 2018, 110 min
17.40 Autor widmo – thriller,
FILM Francja/Niemcy/Wielka Brytania 2010, 140 min
20.00 Milczący las – dramat
FILM kryminalny, Niemcy 2022, reż. Saralisa Volm, 110 min
21.50 Rozdzielne światy
FILM – melodramat, Grecja 2015, 125 min
23.55 Wyspa śmierci – film
FILM sensacyjny, 2023, 100 min

PARAMOUNT NETWORK HD

9.25 Policyjna grupa pościgowa 16 (9) – dok.
10.25 Jak stracić chłopaka
FILM **w 10 dni** – komedia romant., 2003, 155 min
13.00 Czarodziejki 4 (1, 2)
14.55 Wyścig z czasem – thriller
FILM s.f., USA 2011, 130 min
17.05 Mission: Impossible 4
FILM **– Protokół duchów** – film sensacyjny, USA/Czechy/ZEA 2011, 175 min
20.00 Sahara – przyg., USA/
FILM Hiszp./Niem. 2005, 155 min
22.35 Eurotrip – komedia przyg.,
FILM USA/Czechy 2004, 105 min
0.20 Drugie oblicze – dramat
FILM kryminalny, 2012, 185 min

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

eprasa.pl 989b197d00

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
- **6.30 Snooker:** Turniej Players Championship – mecz finałowy
- **8.30 Kolarstwo:** Tour de France: Vichy – Nevers
- **10.00 Snooker:** Welsh Open: B. Hawkins – J. Lisowski
- **12.00 Kolarstwo:** Tour de France: Vichy – Nevers
- **13.15 Kolarstwo:** Tour de France – 12. etap (LIVE)
- **18.15 Kolarstwo górskie:** Zawody PŚ w Vallnord/Pal-Arinsal – zjazd mężczyzn
- **19.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Chamonix – speed kobiet i mężczyzn

POLSAT SPORT 1 HD
- **6.00 Siatkówka mężczyzn:** LN: Bułgaria – Polska
- **9.00 Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski
- **10.00 Tenis:** Narodowe Mistrzostwa Polski – Gdynia 2026 – mecz półfinałowy (LIVE)
- **12.05 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Japonia – Kanada (LIVE)
- **16.15 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Iran – Niemcy (LIVE)

Niemcy zdołali wygrać cztery z pierwszych ośmiu spotkań tegorocznej Ligi Narodów.

CANAL+ SPORT HD
- **8.25 Premier League Stories** (49) – mag.
- **9.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Barcelona – Real Madryt CF
- **11.50 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Sociedad – Real Betis Balompie
- **14.10 Premier League: The Big Interview** (7, 8) – mag. piłkarski
- **15.15 Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Barcelona – Real Madryt CF
- **18.00 Premier League Stories** (49) – magazyn piłkarski
- **18.45 Ligomistrzowe historie** (6) – mag.
- **20.00 Liderzy. W centrum gry** (3) – serial dok.

TVP SPORT HD (DVB-T2)
- **5.45 Koszykówka 3x3:** Mistrzostwa świata – Warszawa 2026 – mecze półfinałowe
- **6.45 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz półfinałowy
- **9.00 Mundialowy poranek** (35) – mag.
- **10.10 Retro TVP Sport** (44) – magazyn sportowy
- **12.20 Piłka nożna:** Mistrzostwa Europy U-19 – Walia 2026 – mecz finałowy
- **14.30 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz półfinałowy
- **16.45 Dzień na mundialu** (35) – mag. piłkarski

ELEVEN SPORTS 1 HD
- **6.00 Werder Double** – film dokumentalny
- **7.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: SC Freiburg – Bayern
- **9.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: AC Milan – Inter Mediolan
- **11.00 Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: FC Porto – FC Famalicao
- **13.00 Formuła 3:** Grand Prix Wielkiej Brytanii
- **14.00 Formuła 1:** Grand Prix Wielkiej Brytanii
- **16.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – Genoa
- **18.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – 1. FC Union Berlin
- **20.00 GP Confidential** – magazyn Formuły 1

DISCOVERY CHANNEL HD
- **7.00 Budowa na końcu świata 6** – serial dok.
- **8.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 8**
- **10.00 Stacja Alaska** – dok.
- **11.00 Przetrwać nad Jukonem** – serial dok.
- **12.00 Włoska kontrola celna** (13) – dok., Wł.
- **13.00 Pojedynki Eda Stafforda** (6): Indie
- **14.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita 4**
- **15.00 Złomowisko PL 6** (12) – serial dokum.
- **16.00 Bimbrownicy 14**
- **17.00 Na straży duńskiego lotniska 2** (9) – dok.
- **18.00 Lotnisko** (6) – dok.
- **19.00 Nagi instynkt przetrwania 10**

20

SNOOKER

- **20.00 Turniej World Open** – finał: R. O'Sullivan – T. Un-Nooh

Żywa legenda snookera mierzy się z zawodnikiem z Tajlandii, który staje przed szansą na zdobycie drugiego rankingowego tytułu w karierze.

- **22.00 Kolarstwo:** Tour de France – 12. etap
- **23.30 Kolarstwo kobiet:** Tour de France
- **0.00 Snooker:** Turniej World Open – finał: R. O'Sullivan – T. Un-Nooh
- **1.30 Kolarstwo:** Tour de France – 12. etap

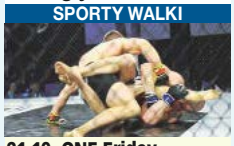
SIATKÓWKA MĘŻCZYZN

- **19.45 Liga Narodów:** Serbia – Ukraina (LIVE)

W maju obie reprezentacje spotkały się w meczu towarzyskim. Wówczas lepsi okazali się Ukraińcy, którzy wygrali z Serbami 3:1. Gospodarze turnieju będą próbowali się zrewanżować.

- **22.45 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Chiny – Francja (LIVE)
- **1.00 Boks**
- **2.45 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: USA – Brazylia (LIVE)

SPORTY WALKI



- **21.10 ONE Friday Fights 161**

Podczas zawodów w Bangkoku w walce wieczoru o tytuł mistrzowski w formule MMA w wadze słomkowej zmierzą się Joshua Pacio i Mansur Malachiev.

- **22.15 Bez gardy. Magazyn KSW** – magazyn sportów walki
- **0.00 Liga+ Extra** – mag.
- **2.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Arka Gdynia – Cracovia
- **4.25 Premier League: The Big Interview** (31) – mag. piłkarski

PIŁKA NOŻNA

- **18.15 Superpuchar Polski** – mecz: Lech Poznań – Górnik Zabrze (LIVE)

Oficjalne rozpoczęcie sezonu 2026/2027 w Polsce. Kolejorz w ubiegłym roku przegrał starcie o to trofeum z Legią.

- **20.50 Piłka nożna:** Superpuchar Polski – studio (LIVE)
- **21.50 Ring TVP Sport**
- **22.45 Lekkoatletyka:** Mityng World Athletics Continental Tour Silver – Madryt 2026
- **1.00 Boks:** MB Boxing Night 28: Sunday of Pain – podsumowanie

FORMUŁA 1

- **20.40 GP Wielkiej Brytanii**

Po wyścigu w Austrii strata George'a Russella do lidera klasyfikacji generalnej wynosiła już tylko 40 punktów.

- **22.40 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach** – mag.
- **23.35 Serie A** – mag.
- **0.40 Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (1, 2)
- **2.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Napoli – Torino
- **4.00 Najlepsi bramkarze Bundesligi lat 90.**
- **4.40 Najlepsi napastnicy Bundesligi lat 90.**

DOKUMENTALNY

- **21.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5:** Na dnie

Rodzina Bondów poszukuje złota w Kolumbii Brytyjskiej. Juan, chcąc pomóc im zwiększyć wydobycie, buduje największy w swojej karierze kosz zasypowy.

- **22.00 Złoto drwali** – dok.
- **23.00 Akta ekspedycji 2**
- **0.00 Policjanci z Kent**
- **1.00 Hot rod wg Kindiga**
- **2.00 Mistrzowie logistyki** (6) – dok.
- **3.00 Alarmowy 091 – policjanci z Hiszpanii** (1) – dok.

EUROSPORT 2 HD
- **12.00 Snooker:** Turniej World Open – mecz finałowy: R. O'Sullivan – T. Un-Nooh
- **14.00 Tenis:** Turniej Australian Open 2026: Carlos Alcaraz – Novak Djoković
- **17.00 Snooker:** Turniej World Open – mecz finałowy: R. O'Sullivan – T. Un-Nooh
- **18.00 Golf:** Corales Puntacana Championship – 1. runda (LIVE)
- **21.00 Kolarstwo:** Tour de France – 12. etap
- **22.00 Snooker:** Turniej World Open – mecz finałowy: R. O'Sullivan – T. Un-Nooh
- **0.00 Kolarstwo:** Tour de France – 12. etap

POLSAT SPORT 2 HD
- **6.00 Tenis:** Turniej Wimbledon
- **8.15 Siatkówka mężczyzn:** LN – mecz: Belgia – Włochy (LIVE)
- **11.00 Magazyn**
- **12.00 Tenis:** Narodowe Mistrzostwa Polski – Gdynia 2026 – mecze półfinałowe (LIVE)
- **15.00 Magazyn**
- **16.00 Tenis:** Turniej ATP w Umag – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej (LIVE)
- **18.00 Tenis:** Turniej ATP w Umag – ćwierćfinał (LIVE)
- **20.00 Tenis:** Turniej ATP w Umag – ćwierćfinał (LIVE)
- **23.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **1.00 Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
- **10.10 Tenis:** Turniej WTA w Meridzie – finał: Cristina Bucsa – Magdalena Fręch
- **13.20 Tenis:** Turniej WTA w Abu Zabi – finał gry pojedynczej: S. Bejlek – J. Aleksandrowa
- **15.50 8 wspaniałych** (3) – dok.
- **16.30 Tenis:** Turniej WTA w Atenach – mecz 2. rundy (LIVE)
- **18.30 Tenis:** Turniej WTA w Atenach – mecz 2. rundy (LIVE)
- **20.30 Tenis:** Turniej WTA w Atenach – mecz 2. rundy (LIVE)
- **22.45 Tenis:** Turniej WTA w Atenach – mecz 2. rundy
- **1.15 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Arka Gdynia – Lechia Gdańsk

EXTREME CHANNEL HD
- **9.00 Liquid Edge** (1)
- **10.00 AMA Motocross Series Highlights 2017** (3)
- **11.00 X Games – Aspen 2021**
- **12.00 Blue World 4** (1, 2)
- **13.00 Action Sports World** (18)
- **14.00 WWE Highlights** (42)
- **14.30 WWE Classic Gold**
- **16.00 EFC – Extreme Fighting Championship 135** (1)
- **19.30 WWE Classic Gold** (56)
- **20.00 AEW Collision 2** (2628)
- **22.00 PTW Wrestling** (19)
- **1.10 New Japan Wrestling – Highlights** (23, 13)
- **2.00 AMA Motocross Series Highlights 2017** (3)
- **3.00 Liquid Edge** (1)

ELEVEN SPORTS 2 HD
- **12.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – Borussia M'gladbach
- **14.00 Piłka nożna:** Liga włoska: US Lecce – Inter
- **16.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Freiburg – Bayern
- **18.00 Formuła 1**
- **20.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – Juventus
- **22.00 Made in Italy**
- **23.05 Ligue 1 Show** (36) – mag.
- **0.00 Piłka nożna:** Liga francuska: Nice – PSG
- **2.00 HHH – Hamburger SV** – film dokumentalny
- **2.55 Magazyn piłkarski**

DISCOVERY LIFE HD
- **8.15 Szpital** (523, 524)
- **10.15 Nowa Maja w ogrodzie**
- **11.15 Idealna niania 3** (10, 11)
- **12.45 Powrót doktora Szczyta**
- **14.45 Szpital** (522, 523)
- **16.45 Idealna niania 3** (9-12)
- **19.45 Zrób coś z tym dzieckiem** (6) – mag.
- **20.15 Ostatnia szansa** (3) – rozr.
- **21.15 Wycieczkowiec** (7)
- **22.15 Człowiek bez serca** (1)
- **23.20 Nie do uwierzenia! 5** (5)
- **0.20 Sekrety lekarzy** (5)
- **1.20 Śmierć Diany: dwa śledztwa** (4) – serial dok.
- **2.15 Eks-tra zmiana** (6, 4)
- **3.45 Szpital** (353, 354)
- **5.15 Klinika urody** (1) – mag.

POLSAT SPORT FIGHT HD
- **13.45 Atleci** – magazyn sportowy
- **14.10 Sporty walki:** UFC 326 – walka: Max Holloway – Charles Oliveira 2
- **16.35 Boks:** Rocky Boxing Night w Sopocie – waga junior ciężka: Nikodem Jeżewski – Marko Calic
- **19.05 K.O. TV Weekly** (29)
- **19.35 Sporty walki:** Hybrid MMA 10 w Pile – walka: D. Śmiełowski – G. Wyroślak
- **21.00 Sporty walki:** Babilon MMA 47 w Wieliczce: Rafał Dudek – Anatoly Hunanyan
- **23.25 Boks:** Rocky Boxing Night w Stężycy – waga ciężka: K. Meyna – J. Sosiński

POLSAT SPORT 3 HD
- **6.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- **7.30 Golf:** The Open (LIVE)
- **12.00 Tenis:** Turniej Wimbledon
- **15.00 Siatkówka kobiet:** LN
- **17.00 Tenis:** Turniej Wimbledon
- **19.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- **21.00 Tenis:** Turniej Wimbledon
- **23.00 Tenis:** Narodowe Mistrzostwa Polski – Gdynia 2026
- **1.00 Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
- **10.35 Prawo derbów** (5) – dok.
- **11.45 Ligomistrzowe historie**
- **12.20 Premier League Stories**
- **13.00 Żużel:** PGE Ekstraliga: Motor Lublin – Stal Gorzów
- **15.45 Prawo derbów** (6) – dok.
- **17.00 Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga** – mag.
- **18.00 Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: Abramczyk Polonia Bydgoszcz – Arged
- **21.00 Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: ZKS Stal Rzeszów – ROW Rybnik
- **0.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Legia Warszawa
- **2.30 Premier League Stories**

ELEVEN SPORTS 4 HD
- **13.30 Bundesliga Special** (20)
- **14.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: HSV – FC Köln
- **16.00 Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: OGC Nice – Stade Rennais FC
- **18.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (3, 4) – mag.
- **19.00 Bundesliga Special** (21)
- **20.00 Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: Sporting – CD Santa Clara
- **22.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Cremonese – Milan
- **0.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Borussia Dortmund – FC Augsburg

ELEVEN SPORTS 3 HD
- **14.00 Piłka nożna:** Liga francuska: Lens – Angers
- **16.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (1, 2) – mag.
- **16.55 Calcio Masters...**
- **17.35 Made in Italy** (19, 20)
- **18.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Juventus – Como
- **20.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: 1. FC Köln – Borussia M'gladbach
- **22.00 Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Stade Rennais FC – Lille OSC
- **0.00 Podróż do świata Calcio** – magazyn piłkarski
- **0.30 Bundesliga Dino** – dok.

CANAL+ DOKUMENT HD
- **10.10 Polska z góry 5** (5-7)
- **11.40 Wszystkie kolory świata 5** (5-7) – serial dok.
- **14.40 W stronę słońca** – dok.
- **16.20 Spowity tajemnicą**
- **17.20 Victor Wembanyama**
- **19.00 Katastrofy z góry** (9, 10)
- **21.00 Wielkie sławy i luksus. Historia Marrakeszu**
- **21.50 Hot Roads – The World's Most Dangerous Roads 4** (4-6) – dok., Niem.
- **0.50 Noc Kryształowa. Preludium zagłady** (2)
- **1.55 O co biega?** (5) – mag.
- **2.30 Złombol** (1, 2) – dok., Pol.
- **4.10 Łowcy tajemnic Bałtyku** (4, 5) – serial dok., Pol. 2020

eprasa.pl 989b197d00

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 Zwykłe rzeczy, niezwykłe wynalazki 15 – dok.
8.00 NASA – archiwum tajemnic (16) – dok.
10.00 The Ocean Race: Żeglarska obsesja (1) – film dokum., Wielka Brytania 2023
11.00 W sieci eksperymentów – dok., USA/Wlk. Bryt.
13.00 Gigantyczne konstrukcje według Hammonda – program rozrywk.
15.00 Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem – dok.
16.00 Jak działa wszechświat? – dok.

ID HD

6.00 Krąg podejrzanych – serial dokumentalny
8.00 Krwawy Dziki Zachód – reality show
9.00 Rodzinna zmowa milczenia – dok.
10.00 W sieci kłamstw – serial dokumentalny
12.00 Ciało w piwnicy – serial dokumentalny
14.00 Śmierć w cieniu stadionu – serial kryminalny, USA 2022
16.00 Tajemnice jeziora Erie 2 – serial dok.
17.00 Miasto upadłych aniołów – krym.
18.00 Zbrodnia w sąsiedztwie 2 – serial dokumentalny
20.00 Sekrety zbrodni – serial dok., USA

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

11.00 Plemienna szkoła przetrwania: Amazonia (3) – dok.
12.00 Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy (5) – dok.
13.00 Wcielenia zła – dok.
15.00 Katastrofa w przestworzach (9) – serial dokum., Kan.
16.00 Morski patrol: Hiszpania (4) – dok.
17.00 Zaginione skarby Biblii: Tajemnice wiary (6) – serial dok.
18.00 Państwa Osi: Droga ku porażce (2) – dok.
19.02 Wojna widziana z powietrza (6) – dok.
20.00 Katastrofa w przestworzach (4) – serial dok., Kan.

FOKUS TV DVB-T2

6.00 Wehikuł czasu (716)
6.05 48h. Zaginieni (68) – serial krym., Polska
7.00 Byli sobie wynalazcy (15-18)
8.55 Wehikuł czasu (716)
9.00 Starożytni kosmici (8) – serial dok., USA
10.00 Gwiazdy lombardu (3, 4) – reality show
12.00 Hitlerowska machina śmierci (3)
13.00 Poszukiwacze historii (3, 4) – dok.
14.00 Jak Niemcy przegrały wojnę (5, 6) – dok., Australia
16.00 Dorwać tuńczyka (8, 9) – serial dok., USA
18.00 Rolnicy. Podlasie (26, 27) – serial dok.
20.00 Galileo (30)

TVP HISTORIA DVB-T2

8.35 Tajemnica twierdzy szyfrów (7) – wojenny
9.45 Korona Gór Polski: Szczeliniec
10.25 Wszystkie kolory świata – dok., Francja
11.25 Ex Libris – magazyn
11.50 Podziemne Włochy (7): Matera – dok., Wł.
12.55 Zapomniane agentki II wojny światowej (3) – hist.
13.55 Królowie (59) – hist.
14.30 Czterej pancerni i pies (2) – wojenny
15.35 Sensacje XX wieku – program historyczny
18.10 Tajemnica twierdzy szyfrów (8) – wojenny
19.10 Ex Libris – magazyn
19.35 Flesz historii (770) – cykl reportaży, Pol.

HISTORY HD

14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 5 (4) – dok., USA 2024
14.50 Największe tajemnice świata 5 (2) – serial dok.
15.45 Gwiazdy lombardu 13 (12)
16.15 Gwiazdy lombardu 25 (8) – reality show
17.10 II wojna światowa w kolorze: największe bitwy (1) – dok., 2021
18.10 Największe tajemnice świata 6 (11) – serial dok., USA
19.05 Starożytni kosmici 17 (3) – dok.
20.00 Starożytni kosmici 16 (8) – dok.

DOKUMENTALNY

18.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16 (3, 4, 7, 8) – Wielka Brytania 2019

Losy koni wyścigowych. Te najszybsze są traktowane jak gwiazdy. Twórcy wyjaśnią m.in., w jaki sposób trafiają one do nowych właścicieli. Wspomną też o szachach.

21.00 Jak to jest zrobione? – serial dok., Wielka Brytania
23.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2 – serial dokumentalny, USA

DOKUMENTALNY

21.00 Szokująca prawda 14

Poszukiwania zaginionej kobiety imieniem Katelyn doprowadzają do druzgocącego odkrycia. Wszczęte zostaje śledztwo. Większość dowodów obciąża bliskich ofiary.

22.00 Zabójczy blond 2
23.00 Ciała w wodzie
0.00 Tajemnice jeziora Erie – dok., USA 2018
1.00 Szokująca prawda 14 – dok.
2.00 Sekrety zbrodni
3.00 Zbrodnia w sąsiedztwie 2
4.00 Ciało w piwnicy

DOKUMENTALNY

21.00 Ekstremalne katastrofy (1)

Coraz częściej w różnych zakątkach globu, wskutek budownictwa, górnictwa czy zmian klimatu, pojawiają się zapadliska. Pochłaniają one domy i auta, niszczą drogi.

22.06 Grand Prix Monako: Za kulisami wyścigu – film dok., Fr. 2024
23.25 Mega Metro (3)
0.34 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (6, 3, 1) – serial dokum.
3.30 Car SOS (1, 5) – dok.
5.30 Strzegąc granic (1)

DOKUMENTALNY

21.00 Poszukiwacze historii (1-4) – Polska

350 lat temu przez kraj przetoczył się potop szwedzki. Mówi się, że w wyniku najazdu Polska poniosła straty proporcjonalnie większe niż w czasie II wojny światowej.

23.00 Znaki zła – runy SS – film dokumentalny, Niemcy 2016
0.00 Starożytni kosmici (14) – serial dokumentalny, USA
1.00 Rolnicy. Podlasie (7-10) – serial dokum.
5.00 Kołowrotek (9, 10) – magazyn wędkarski

SENSACYJNY

20.05 Oficer (13-ost.) – Polska 2005

Po pogrzebie Rysia Stella przekazuje Kruszonowi dziwnie brzmiącą informację. Tego samego dnia do jego mieszkania wkracza oddział antyterrorystów...

21.05 Bangladesz. Zatoka krwi (1) – film dokum., Indie 2023
22.05 Fundusz Obrony Narodowej (2) – film dokum., Polska 2025
23.05 Sensacje XX wieku
1.15 Encyklopedia II wojny światowej – serial dokum., Pol.

REALITY SHOW

21.00 Premiera: Klątwa Wyspy Dębów 13 (27) – USA 2025

Zespół koncentruje się na pracach w Punkcie 8, gdzie dokonuje przełomowego odkrycia. Tymczasem działania prowadzone w rejonie Money Pit przynoszą ekipie bezcenne znaleziska.

22.00 Wojny magazynowe 17 (7) – reality show
23.00 Absurdy przeszłości: historie pełne ryzyka (8)
23.55 Jak to wyjaśnić? 5 (17) – serial dok., USA

DISCOVERY HISTORIA HD

9.00 Tajemnice wraków Bałtyku (9) – serial dok.
10.00 Wrzesień '39 – serial dok.
11.00 Wyprawa w nieznane
12.00 Podziemne sekrety
14.00 Łowcy staroci: Renowacje (6, 7) – dok.
16.00 Walka o bagaż (3-6) – dok.
18.00 Łowcy staroci – dok.
20.00 Legendarne miejscówki
22.00 Tajemnice ziemi – Hiszpania (7) – dok.
23.00 Kwatery Hitlera (5) – dok.
0.00 Wyprawa w nieznane
2.00 Bitwy żołnierza polskiego (4) – cykl dok.
3.00 Pasja – sposób na życie
4.00 Profesjonaliści – cykl dok.

PLANETE+ HD

12.35 Cały rok z pandą (1)
13.45 Na targach świata 2
14.50 Wiatr. Niewidzialna siła
15.50 Niezwykłe podróże koleją 9 (7) – serial dok., Fr.
16.55 Świat z góry 7 (2, 3) – dok.
18.00 Dokąd dzisiaj? 4 (83, 84)
18.40 Ludwik XIV, król tajnych agentów (1) – film dokum.
19.45 Żydowski nazista (2)
20.50 Ramzes II. 66 lat panowania (1) – dok., Fr.
22.00 Jałta 1945. Prawdziwa cena pokoju – film dok.
23.10 Mężczyźni nienawidzący kobiet
0.20 Niezwykłe podróże koleją 10 (1) – serial dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

13.00 Dzika przyroda Europy (2) – film dokum., Hol. 2015
14.00 Najdziwniejsze zwierzęta Ameryki Południowej (3) – przyrod.
15.00 Dzika konfrontacja (2)
16.00 Gorongosa: odzyskać raj
17.00 Niesamowite rafy koralowe – film dokum.
18.00 Nadciąga wielka woda
19.00 Królestwo drapieżników (2) – dok.
20.00 Dzikie, sprytne i zabójcze (5) – serial dok.
21.00 Niezwykły dr Pol (12, 13)
23.00 Niezwykły dr Pol (10) – serial fabularny, USA 2022
0.00 Niezwykły dr Pol (1)

POLSAT VIASAT NATURE HD

8.25 Rzeczne potwory 3 (6)
9.30 W okowach mrozu 4 (8)
10.30 Dzika Kanada (4) – dok.
11.40 Rekin! (2) – dok., Wlk. Bryt.
12.35 W okowach mrozu 4 (8)
13.35 Zabójcza pogoda 2 (8)
14.40 Rzeczne potwory 3 (6)
15.45 W okowach mrozu 4 (8)
16.40 Afryka: życie na gorąco
17.50 Gladiatorzy świata zwierząt (4) – serial dok.
19.00 Rzeczne potwory 3 (6)
20.00 W okowach mrozu 4 (9)
21.00 Dzika Kanada (4) – dok.
22.15 Rekin! (3) – dok., Wlk. Bryt.
23.15 W okowach mrozu 4 (9)
0.15 Zabójcza pogoda 2 (8)
1.15 Rzeczne potwory 3 (6)

BBC EARTH HD

11.20 Skarby przeszłości i ich tajemnice 6 (2) – dok.
12.20 Malownicze trasy kolejowe 3 (5) – serial dok.
13.25 Jajko: cud natury – dok.
14.30 W okowach mrozu 3
16.30 Największe zagadki nauki (1) – dok., Wlk. Bryt.
17.40 Jajko: cud natury – dok.
18.45 Malownicze trasy kolejowe 4 (4) – serial dok.
19.45 Morze Śródziemne: przyroda w potrzasku
20.55 W okowach mrozu 4
22.55 Konopie: lek czy narkotyk? – film dokum.
0.05 Superchirurdzy: szansa na życie 2 (4) – serial dok.

ANIMAL PLANET HD

13.00 Irwinowie – następne pokolenie – serial dok.
14.00 Resocjalizacja z Pit Bullem 4 – serial dok., USA
15.00 Kot z piekła rodem
17.00 Dwa oblicza survivalu 3
18.00 Weterynarz z Gór Skalistych 6 – serial dok.
19.00 Mieszkanie na pniu
20.00 Cuda z drewna – dok.
21.00 Alaska: przetrwać na krańcu świata – dok.
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 – serial dok.

TVP DOKUMENT HD

13.55 Pójdźki ziemne – historia miłości – dok.
15.00 Kraina górskich szczytów i rzek – dok.
16.00 Czarnobyl. Polska perspektywa – film dok.
17.10 Rezydencje królewskie (1) – film dokum., Wlk. Bryt.
18.05 Sanatorium miłości 5 (6)
19.05 Śladami Beniowskiego
20.10 Góry. Granice ludzkich możliwości – film dok.
21.05 Tropikalne królestwo słońca – film dok., Niem.
22.05 Niebezpieczne drogi (9)
23.10 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn
23.20 Miłość bezwarunkowa

POLSAT DOKU HD

10.05 Polacy za granicą (29, 30)
12.05 Wojny kontenerowe 2
13.15 Poszukiwacze historii
13.40 Kolaboranci Hitlera (3)
14.45 Zaginione złoto II wojny światowej (7) – serial dok.
15.35 Top Guns – SuperBroń
16.35 Fabryki wojny (7) – dok.
17.30 Najpotężniejsze 2 (3, 4)
19.45 Największe mity historii
22.00 Prawdziwa historia komunizmu – film dokum.
22.55 Apokalipsa – niekończąca się wojna 1918 – 1926 (1) – dok.
23.55 Kroniki Hitlera (5) – dok.
1.00 Tajemnice II wojny światowej (8) – serial dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

13.10 Łowcy samochodów z Australii (6) – serial dok.
14.05 Australijscy poszukiwacze złota 6
16.05 Ekstremalna pomoc drogowa 2 (2) – serial dok.
17.00 Zabójczy połów (4) – dok.
18.00 Złoto Jukonu 5 (4) – dok.
18.55 Australijscy poszukiwacze złota 7
21.00 Największe budowle 3
22.00 Wielka wędkarska przygoda 3 (2) – serial dok.
23.00 Internetowy seksbiznes (3) – serial dok., Wlk. Bryt.
0.00 Złoto z mroźnej krainy
0.55 Australijscy poszukiwacze złota 8

POLSAT VIASAT HISTORY HD

12.40 Jak inżynieria zmieniała świat (1-4) – serial dok.
16.40 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze (4)
17.40 Wojna światowa: 1914-1945 (6) – serial dok.
18.50 Historia sprawiedliwości (9)
19.50 Ciemna strona starożytnej Grecji (1)
21.00 Wojna Adolfa Hitlera (4)
22.05 Dziki Zachód (3) – dok.
23.05 Tatuażysta z Auschwitz: historia prawdziwa – film dokum., Francja 2024
0.15 Informator z Oświęcimia – film dok.

CI POLSAT HD

14.10 Morderca z Internetu 2
15.05 Ferie, impreza, morderstwo 2 (3) – dok.
16.00 Pogrzebani za domem 3
17.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (9) – dok.
18.00 Dożywotniacy (1, 2)
19.00 Dowody zbrodni 4 (3)
20.00 Kobiety, które niosły śmierć 13 (6) – serial dok.
21.00 Zbrodnia: oszukać prawdę (7) – serial dokum.
22.00 Polowanie na pedofila
23.00 Najbardziej szokujące pościgi 2 (15, 16) – dok.
23.55 Kobiety, które niosły śmierć 11 (13) – serial dok.
0.50 Tajemnica mojej śmierci

TRAVEL CHANNEL HD

6.00 Nowe życie w Meksyku
8.05 Kobieta na krańcu świata (5, 6, 8, 1) – dok.
10.10 Niezwykłe Stany Prokopa (6-8, 1) – pr. rozr.
14.20 Człowiek kontra jedzenie (39) – mag. kulin.
14.55 Kobieta na krańcu świata (4-7) – serial dok.
17.15 Baseny z rozmachem (4, 5) – reality show
19.15 Ciężarówką przez Stany
21.35 Duchy Morgan City (5, 6)
23.40 Kobieta na krańcu świata (2-4) – serial dok.
1.25 Niezwykłe Stany Prokopa (6, 7) – pr. rozr.
3.30 Baseny z rozmachem

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

eprasa.pl 989b197d00

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

12.10 **Miłość nad rozlewiskiem** (6, 7)
13.50 **Daję słowo – Maciej Orłoś 2** (18)
14.40 **Turystyczna jazda**
15.00 **Słowo daję!** – mag.
15.10 **Tamte lata, tamte dni** – magazyn kult.
15.40 **Słownik polsko@polski** (684)
16.10 **Rozrywka retro**
16.30 **Barwy szczęścia** (3343) – serial obycz.
17.00 **Gra słów. Krzyżówka** (1063)
18.15 **UNESCO: Skarby Polski** – serial dokum.
18.45 **Info Wilno** (1894)
19.05 **Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny** (134) – program inform.

TVP ROZRYWKA

7.10 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
8.15 **Familiada** – telet.
8.50 **Va banque** (945)
9.25 **Koło fortuny** (2056)
10.00 **Program rozrywkowy**
10.10 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.45 **Postaw na milion**
12.40 **Familiada** – telet.
13.15 **Alternatywy 4** (3)
14.15 **Pan Mama** (37, 38)
15.30 **Tak to leciało!** (68)
16.25 **Do śmiechu!** (76)
17.25 **Va banque** (946)
18.00 **Koło fortuny** (2057)
18.35 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
19.40 **Makłowicz w podróży** – mag.
20.15 **Postaw na milion**

POLSAT CAFÉ

6.00 **Przyjaciółki** (79, 80) – serial obycz., Polska
8.00 **halo tu polsat cafe** (5) – mag. poradnikowy
11.00 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (55) – reality show
12.30 **Bogaty dom – biedny dom** (121, 122)
14.30 **10 lat młodsza w 10 dni z Sablewską** (2, 3) – pr. rozrywk.
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (54) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (224, 225)
20.00 **Kolacja w ciemno** (81) – pr. rozrywk.
21.05 **Więzienie kobiet** (76, 77) – serial dokum.

TV 4 DVB-T2

6.00 **Strażnik Teksasu** (20, 21) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (79)
8.55 **Policjantki i Policjanci** (518, 519)
10.55 **Na ratunek 112** (1116, 1117) – paradok.
11.55 **Dlaczego ja?** (1545, 1546) – paradok.
13.55 **Trudne sprawy** (770-772) – paradok.
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1403)
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (521)
19.00 **Policjantki i Policjanci** (1404) – serial obycz., Polska
20.00 **Uroczysko** (211, 212)
21.00 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (132)

TTV HD DVB-T2

7.35 **DeFacto 13** (23, 24)
8.30 **Kartoteka 2** (10, 11)
10.35 **Detektywi** (35, 36)
12.35 **Zakup w ciemno 4** (4) – reality show
13.35 **Zakup w ciemno 6** (2) – reality show
14.35 **Nic do zgłoszenia 3** (4) – serial dokum., Pol.
15.35 **Złomowisko PL 5** (10) – serial dokum.
16.45 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, sport**
17.05 **Gogglebox. Przed telewizorem 21** (6)
18.05 **Nauka jazdy 6** (3)
18.40 **Niezwykłe Stany Prokopa 6** (7) – rozr.
19.45 **Express** – pr. inform.
20.05 **Zakup w ciemno 7** (40) – reality show
21.45 **Express** – pr. inform.

TVN STYLE HD

5.15 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (1) – reality show
5.50 **Damy i wieśniaczki. PL 9** (10) – fab.-dok.
6.45 **Śluby marzeń** (3) – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Ugotowani** (7, 8) – pr. kulin.-rozrywk.
13.30 **Kuchenne rewolucje** (5, 4)
15.35 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (7, 8) – reality show
17.05 **W czym do ślubu?** (8-ost.) – pr. rozrywk.
17.40 **Kuchenne rewolucje** (3-5) – rozr.
20.50 **Projekt City** (1, 2) – program rozrywkowy

20

OBYCZAJOWY

19.15 **Ranczo 3** (28) – Polska 2008

Czerepach wraca z Brukseli. Wójt chce poznać jego zamiary. Wychodzi na jaw, że Arkadiusz postanowił przejąć „Wieść Gminną" i przekształcić ją w poczytny tabloid.

20.10 **Program informacyjny 19.30**
20.40 **Pogoda**
20.50 **Korona Gór Polski**
21.20 **Polonia 24 Tygodnik**
22.25 **Profilerka Jastrę** (11)
23.15 **Dziennik regionów**
23.40 **Była sobie piosenka**
0.30 **Polacy światu**
0.40 **Rodzinka.pl** (269)

ROZRYWKOWY

22.10 **Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of** (45)

Wybór najlepszych skeczy warszawskiej grupy. Kultowe scenki ukazują codzienne sytuacje w krzywym zwierciadle i przypominają, za co widzowie kochają kabaret.

22.50 **Kabaret Letnią Porą** (13) – pr. rozrywk.
23.50 **Do śmiechu!** (78) – program rozrywkowy
0.40 **Niepewne sytuacje 3** (6) – rozr.
1.10 **Koło fortuny** (2057, 2047) – telet.

DOKUMENTALNY

22.00 **Ambulans** (3) – Polska 2025

Praca ratownika medycznego to codzienna walka ze stresem i ekstremalnymi sytuacjami. Serial ukazuje również koordynację zgłoszeń przez dyspozytorów.

23.00 **Gry małżeńskie** (170, 171) – reality show, Polska
1.00 **Kolacja w ciemno** (46, 48) – program rozrywkowy
3.05 **Więzienie kobiet** (31, 32) – serial dok.
4.00 **Zdrady** (171, 172) – serial paradokum.

KRYMINALNY

22.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1015)

Na terenie budowy robotnicy znajdują szkielet kobiety z odciętą głową. To studentka zaginiona w 1986 roku. Jagiełło i Kujawińska łączą sprawę z Rzeźnikiem z Wrocławia.

23.00 **Kariera Nikosia**
FILM **Dyzmy** – komedia, Polska 2002, 145 min
1.25 **Love Island. Wyspa miłości** (34)
2.25 **Hardkorowy lombard 3** (26) – dok.
2.55 **Śmierć na 1000 sposobów** (3) – dok.

REALITY SHOW

22.00 **Życie na kredycie 8** (11, 12) – Polska 2026

Damian opracowuje nowy plan zarobkowy. Kamil odwiedza ojca na budowie, by opowiedzieć mu o tym, co zamierza robić w przyszłości. Wzbudza jego niepokój.

23.05 **Żony Podlasia 3** (7)
0.05 **Ostre cięcie 12** (8)
1.05 **Orzeł czy reszka? 3** (2) – pr. podróżniczy
2.05 **Dobra robota 3** (22)
2.40 **Osadzone. Blok F** (19, 20) – paradok., Pol.
3.45 **Damy i wieśniaczki. Ukraina 8** (8) – serial fab.-dokum.

DOKUMENTALNY

21.50 **Jestem z Polski 16** (24) – Pol. 2025

38-letnia Dominika z Oświęcimia żyje we francuskim Yzeures-sur-Creuse. Zabiera ekipę na zwiedzanie zakątków Doliny Loary. Dominuje tu kamienna zabudowa.

22.50 **Hotel Paradise 6** (30) – reality show
23.50 **Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9** – reality show
1.35 **Dorota was urządzi!** (12-ost.) – pr. rozrywk.
2.20 **Nieoczywiste miejsca** (2) – dok.

TVP HD HD

10.45 **Gra słów. Krzyżówka**
11.20 **Na sygnale** (668, 669)
12.25 **Ojciec Mateusz 7** (85)
13.20 **Komisarz Alex 4** (49)
14.15 **Ranczo 8** (97, 98) – obycz.
16.10 **Tańcząca ze światem – Malta** (4) – magazyn
16.40 **Wyższa Szkoła Jazdy** (6)
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 25** (328)
19.20 **Ranczo 8** (99) – obycz., Pol.
20.10 **Rodzinka.pl** (297, 298)
21.25 **Komisarz Alex 25** (314)
22.20 **Po prostu przyjaźń**
FILM – kom., Pol. 2016, 145 min
0.45 **Protektor** – dramat
FILM sens., USA 2012, 105 min

TVS HD

15.45 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel** – krym., Austria
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny** – serial obycz.
19.50 **Rosamunde Pilcher:**
FILM **Miłość wbrew całemu światu** – film obyczajowy, Niemcy 2009, 120 min
21.50 **Rosamunde Pilcher:**
FILM **Do zobaczenia w Rose Abby** – film obyczajowy, Niemcy 2009, 105 min
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

ZOOM

8.05 **Strażnik Teksasu 9** (13, 14) – serial sensacyjny
9.55 **MacGyver 3** (10, 11)
12.00 **UFO: ujawnić prawdę** (1)
13.15 **Wojny magazynowe: Kanada 2** (21, 22)
14.25 **Pod pokładem: Morze Śródziemne 9** (11)
15.25 **Sensacje XX wieku**
17.45 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
20.00 **Kobra – oddział specjalny 24** (7, 8) – sens.
22.00 **Pod pokładem: Morze Śródziemne 9** (12)
23.00 **Magia nagości. Szwecja**
23.55 **Magia nagości 7** (2) – rozr.
1.00 **Magia nagości. Dania** (6)

TLC HD

12.00 **Dzikusy do wzięcia**
13.00 **Przyjaźń wielkiej wagi 3**
15.00 **Wiza na miłość: pościelove rozmowy 11**
16.00 **Historie wielkiej wagi**
18.00 **Wiza na miłość: rajski romans 4** – reality show
19.00 **Megasknery 2** – dok., USA
20.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
21.00 **Wielkie lato małych ludzi** – reality show
22.00 **Wiza na miłość – oczami bohaterów 7**
23.00 **Skórze na ratunek 7**
0.00 **Dr Pryszczylla – kulisy**
1.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show

C+ KUCHNIA HD

14.55 **U sąsiadów w kuchni 13** (11, 12) – serial dok., Niem.
15.55 **Jakubiak rozgryza...** (4)
16.10 **Kulinarna mapa Wielkiej Brytanii** (6) – serial dokum.
16.35 **Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień**
17.35 **Jamie Oliver: 5 składników** (3, 4)
18.30 **Tajemnice indyjskich smaków** (7) – serial dok.
18.55 **M jak mięso** (9, 10) – dok.
19.50 **Nie bój ryby!** (9) – mag.
20.15 **M jak mięso 7** (2, 3) – dok.
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 7**
23.55 **Nie bój ryby!** (3, 4) – mag.
0.50 **Top Chef 22** (12)

TVN TURBO HD

10.15 **Ciężarówką przez Australię** (3) – pr. rozrywk.
11.15 **101 napraw** (2, 3) – mag.
12.15 **Jeździć, obserwować** (2)
13.00 **Mobilni mechanicy** (6, 7)
14.30 **Zawodowi handlarze**
16.00 **Wojny samochodowe**
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Wojny samochodowe**
20.15 **Moto kombat** (4) – mag.
21.00 **Ciężarówką przez Chile** (5) – program rozrywkowy
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Jeździć, obserwować**
23.45 **Zawodowi handlarze** (9)
0.30 **Usterka 16** (5) – fab.-dok.
1.00 **101 gadżetów motoryzacyjnych** (10)

NOWA TV DVB-T

9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (6) – kom., Pol.
10.00 **Miodowe lata** (22) – kom.
10.30 **Więzienie** (133-135) – dok.
12.00 **Poirot** (4, 5) – serial krym.
14.00 **Świat według Kiepskich** (365, 366) – kom., Pol. 2011
15.00 **Świat według Bundych** (190-195) – serial kom., USA
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (3) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (53-56)
21.00 **Zdrady** (14) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (48, 49, 87) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (138, 139)
3.50 **Wehikuł czasu** (716, 715)
4.00 **Sala operacyjna** (2, 5)

METRO

8.30 **Szpital** (798, 799)
10.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (367, 368)
12.30 **SOS Ekipy w akcji** (36)
13.30 **Brzydula** (43, 44) – kom.
14.35 **Kiedy ktoś kocha bardziej** (21) – obycz.
15.45 **The Floor** (17, 18) – telet.
17.00 **Fani czterech kółek 18**
18.00 **Prawo Agaty 7** (10)
19.00 **Kartoteka 3** (6, 7) – serial fab.-dokum., Polska 2012
21.05 **Kryminalni 4** (2, 3) – krym.
23.15 **Kuba Wojewódzki** (8)
0.25 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 7** (2) – dok.
1.25 **Szpital** (792) – paradok.
2.25 **Szkoła** (538, 539)

ANTENA HD DVB-T2

13.05 **Ciężarówką przez śniegi 2** (2) – serial dokum.
14.05 **Klątwa Wyspy Dębów**
15.00 **Wojny kontenerowe 2**
15.35 **Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw**
15.55 **Australijscy poszukiwacze złota 4**
18.00 **77 TV 5** (22) – pr. rozrywk.
20.00 **Alex Hugo – górski detektyw** (16) – krym., Fr.
22.10 **Detektyw Candice: Niezawodny instynkt** (4) – serial kryminalny, Fr. 2013
23.15 **Balthazar: Śledczy fenomen** (2) – serial krym.
0.40 **Sekrety Księgi Umarłych** (1) – film dok.

WP DVB-T

11.00 **Niepojęte: Strefa tajemnic** (14) – serial dok.
11.55 **Wariaci za kierownicą 3**
13.00 **Makłowicz w podróży**
14.05 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5** (5, 6) – dok.
16.00 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2** (4)
16.55 **Pogoda**
17.05 **Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 7** (2)
19.00 **Strażacy z sąsiedztwa**
20.00 **Policjanci z sąsiedztwa**
21.55 **Pogoda**
22.00 **Mistrzowie Kabaretu 2**
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 4**
0.00 **Mistrzowie Kabaretu 7**
1.00 **Mistrzowie Kabaretu 3**

C+ DOMO HD

14.05 **Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo** (11) – dok., Kan.
15.00 **Pomocy! Kupiliśmy wioskę** (4) – serial dokum.
15.55 **Daleko od miasta 14** (10)
16.20 **Daleko od miasta 15** (1)
16.50 **Gardeners' World 14** (13)
18.00 **Ucieczka na wieś 22** (18)
19.00 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia 9** (4) – serial dok.
20.00 **Daleko od miasta 12**
21.00 **Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo** (12) – dok., Kan.
22.00 **Monty Don – brytyjskie ogrody** (5) – dok., Wlk. Bryt.
23.10 **Gardeners' World 14** (20)

HGTV HD

9.05 **Remontujemy dom na plaży 6** (8) – pr. rozr.
10.00 **Poszukiwacze domów – domy nad wodą 4** (5, 6)
11.00 **Usterka 11** (24, 25)
12.25 **Moje miasto, mój dom 8**
14.30 **Mieszkanie na miarę**
16.30 **Polowanie na ogród 5** (8)
17.00 **Polowanie na ogród 6**
18.15 **Weekendowa metamorfoza 4** (6, 7)
20.05 **Dorota was urządzi!**
21.35 **Będzie pięknie** (1) – rozr.
22.35 **House Hunters – Poszukiwacze domów 2** (8-11) – pr. rozr.
0.45 **Kupujemy dom na plaży 21** (1, 2) – dok.

eprasa.pl 989b197d00

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (307) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (937, 938) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 **Sekrety rodziny** (2-4) – serial paradokum.
11.30 **Trudne sprawy** (955) – serial paradokum.
12.30 **Dlaczego ja?** (1360, 1361) – paradok.
14.30 **Świat według Kiepskich** (559-563) – kom., Pol. 2019-2020
17.00 **48h. Zaginieni** (167, 168) – krym., Pol.
19.00 **Gliniarze** (1001) – serial paradokum.
20.00 **Ślad** (77) – krym., Pol.
21.00 **Gliniarze** (796) – serial paradokum.

KRYMINALNY

22.00 **Komisarz Mama** (6) – Polska 2021

Maria wyjaśnia sprawę śmierci Matyldy Kozak. Ofiara była uzależniona od zakupów. Okazuje się, że przyjaźniła się z pewnym seniorem. Jego córka nie akceptowała tej zażyłości.

23.00 **Świat według Kiepskich** (369, 370)
0.00 **Ślad** (98) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (17)
2.05 **Wydarzenia**
2.45 **Interwencja** – mag.
3.00 **Ewa gotuje** (560, 561)
4.00 **Interwencja** – mag.
4.20 **SuperLudzie** (41)

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 **Wydarzenia**
6.45 **SuperLudzie Extra** (32) – magazyn
6.55 **Na ratunek 112** (722, 723) – paradok.
8.00 **Doktor Martin** (67, 68) – serial obycz.
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **SuperMocni** (5, 6)
11.30 **Świat według Kiepskich** (379-382)
13.30 **Bitwa o palety** (9)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (65) – reality show
16.00 **Ninja Warrior Polska** (41)
17.55 **Świat według Kiepskich** (474, 475, 568, 569)
20.00 **Złomiarze** (12) – serial dokum., Pol.

THRILLER

21.00 FILM **Hanna** – USA/Wielka Brytania/Niemcy 2011, 135 min

Szkolona przez ojca na perfekcyjną zabójczynię nastoletnia Hanna wyrusza na pierwszą misję. Podczas niej odkrywa nieznane dotąd fakty ze swojej przeszłości.

23.15 FILM **Źle się dzieje w El Royale** – thriller, USA 2018, reż. Drew Goddard, 185 min
2.20 **Świat według Kiepskich** (419-421) – serial kom., Pol. 2013
3.50 **Nasz nowy dom** (267, 268)

TV 6 DVB T

6.00 **Więzienie** (170, 171) – serial dokumentalny, Polska 2024
6.55 **Policjantki i Policjanci** (717, 718) – serial obyczajowy, Polska 2020
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (36, 37) – serial sensacyjny, Niemcy 1997
10.55 **48h. Zaginieni** (160-162) – serial kryminalny, Polska
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1204) – serial obyczajowy, Polska 2024
14.55 **Uroczysko** (53, 54) – serial kryminalny, Polska 2024

SENSACYJNY

16.00 **Kobra – oddział specjalny** (38, 39)

Znaleziono zwłoki mężczyzny. Semir i Andre kierują podejrzenia na pracownicę stacji benzynowej. W trakcie trwania śledztwa dochodzi do kolejnego morderstwa.

18.05 **Strażnik Teksasu** (22, 23) – serial sens.
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (55, 56) – serial krym.
21.55 **Czarna lista 2** (28)
22.55 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (715, 716) – krym., Pol.

BBC FIRST HD

6.00 **Zagadki doktora Blake'a 4** (2) – krym.
6.55 **Zbrodnie Saint-Pierre** (1, 2)
8.40 **Lewis 5** (7) – krym.
9.40 **Ojciec Brown** (7)
10.40 **Śmierć pod palmami 2** (3) – krym.
11.45 **Zagadki doktora Blake'a 4** (2) – krym.
12.55 **Zbrodnie Saint-Pierre** (3, 4)
15.00 **Ojciec Brown 8** (3) – krym., Wlk. Bryt. 2020
16.00 **Lewis 5** (7) – krym.
17.00 **My Life is Murder 3** (7) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 22** (5) – krym., Wlk. Bryt. 2020
19.55 **Śmierć pod palmami 2** (4) – krym.

KRYMINALNY

21.00 **Blackshore** (1, 2) – Irlandia 2024

Fia Lucey zostaje przeniesiona do rodzinnego miasta. Tam zajmuje się sprawą zaginięcia osoby, która jest powiązana z jej trudnymi doświadczeniami z przeszłości.

23.10 **Lynley** (5, 6) – serial kryminalny, Irlandia/Wielka Brytania 2025
1.10 **Zbrodnie Saint-Pierre** (3, 4)
3.05 **Śmierć pod palmami 2** (4) – krym.
3.55 **My Life is Murder 3** (7) – serial kryminalny
4.40 **Moja rodzinka 3** (3)

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

10.45 **Rodzina Treflików 3** (39) – anim., Pol. 2017
10.55 **Rodzina Treflików 4** (40) – anim., Pol. 2018
11.10 **Odo** (58-60) – anim.
11.35 **Stacyjkowo** (19, 20)
11.55 **Pszczółka Maja** (20)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
13.00 **Ugotuj nam bajkę**
13.20 **Tru i Tęczowe Królestwo** (20)
13.45 **Świnka Peppa 7**
14.10 **Pająk Lucas 2** (39, 40)
14.30 **Oli i Luna** (39, 40)
14.55 **Oktonauci** (39, 40)
15.20 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (20) – mag.
15.40 **Billy – chomik, który został kowbojem** (35, 36) – serial anim.
16.05 **Pat i świat** (58-60)
16.35 **Dino Ranczo**

ANIMOWANY

17.05 **Pszczółka Maja** (39, 40) – Niemcy/Francja 2012

Kule Benia i Rudzia się zderzają. Jeden z żuków traci cenny przedmiot, trudno jednak stwierdzić, który z nich jest poszkodowany. Owady muszą rozstrzygnąć tę wątpliwość.

17.30 **Petronix: Obrońcy zwierząt** (39, 40)
18.00 **Mała Marinette**
18.30 **Idefiks i Nieugięci**
19.00 **Ptyś i Bill**
19.10 **Czarodziejskie miasteczko Pinokia**
19.25 **Piotruś Królik**
19.45 **Wegezaury 2**

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

6.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
7.30 **Jeden na jeden**
8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.55 **Biznes** – pr. publicyst.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.55 **Biznes** – pr. publicyst.
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.55 **Biznes** – pr. publicyst.
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
13.55 **Biznes** – pr. publicyst.
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.55 **Biznes** – pr. publicyst.
15.00 **15 na żywo** – inf.
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Tak jest** – pr. publ.
19.15 **Serwis informacyjny**

INFORMACYJNY

19.30 **Fakty po Faktach**

Rozmowy dziennikarzy prowadzących główny serwis informacyjny stacji z gośćmi, którzy komentują wydarzenia z kraju i ze świata.

20.10 **Fakty o świecie**
21.00 **Polska i świat** – inf.
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.25 **Biznes** – pr. publicyst.
0.45 **Fakty po Faktach**
1.30 **Tak jest** – pr. publ.
2.35 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
3.00 **Akademia ogrodnika** – mag.
3.05 **Fakty po Faktach**

20

POLSAT PLAY HD

6.00 **Budowlańcy** (13) – dok.
6.30 **Kołowrotek** (207) – mag.
7.00 **Dorwać tuńczyka** (7, 8)
9.05 **Wojny magazynowe**
10.05 **Wojny kontenerowe** (6, 7) – serial dokumentalny
11.00 **Hardkorowy lombard**
14.00 **Polacy za granicą** (49, 50)
16.00 **Złomiarze** (45, 46) – dok.
18.10 **Poszukiwacze historii** (176-179) – serial dokum.
20.05 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (232, 113-115)
22.00 **Górale** (238) – serial dok.
22.30 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (225, 170, 169, 172, 171, 173-178)
4.00 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

13.15 **Apetyt na miłość** (10)
14.15 **Akcja: Restauracja!** (8)
15.15 **Ogniem i patelnią 3** (10)
16.20 **Kuchenne rewolucje** (13)
17.20 **Sexy kuchnia Magdy Gessler** (7) – mag. kulin.
17.55 **Miłość od kuchni** (2)
18.50 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** (4) – mag.
19.50 **Perfekcyjni gospodarze 9** (7) – dok.
20.55 **Miasto smaków Guya Fieriego** (4) – reality show
22.00 **Pyszne miejscówki** (11)
23.00 **Akcja: Restauracja! 20** (10) – reality show
0.00 **Człowiek kontra jedzenie. Mięsożercy**

POLSAT RODZINA HD

11.00 **Świat z góry. Parki narodowe** (6) – serial dok.
12.00 **Bogaty dom – biedny dom** (111) – reality show
12.55 **Rodzina zastępcza** (231, 232) – kom., Pol. 2006
14.55 **Wielkie wycieczkowce**
15.55 **Tajemnice Bałtyku i Morza Północnego** (1)
17.05 **Pingwiny z Madagaskaru** (8-11)
19.00 **Rodzina zastępcza** (312)
20.00 **Miodowe lata** (16, 17, 103) – serial kom.
22.00 **Nasz nowy dom**
23.55 **Wielkie miasta starożytności** (4, 1) – dok.
2.30 **Ewa gotuje** (523) – mag.

BBC LIFESTYLE HD

11.30 **Wymarzone domy 2**
13.30 **Bake off: zawodowcy 3**
14.30 **Wielkie brytyjskie wypieki 13** (10) – pr. rozr.
15.40 **Zapraszam do stołu: Wielka porcja 19** (12)
17.50 **Wymarzone domy 2** (9)
18.50 **Mistrzowie ceramiki: Kanada** (4) – pr. rozrywk.
19.50 **Wielkie brytyjskie wypieki: gwiazdy 6** (2)
21.00 **10 lat mniej w 10 dni 2**
22.00 **Kobiety, skalpel i liposukcja** (3) – dok.
23.00 **Wstydliwe choroby: online 2** (2) – serial dokum.
23.55 **Gordon Ramsay i nowe gwiazdy biznesu USA**

NICK JR. HD

16.40 **Psi Patrol 4** (23) – anim.
17.05 **Rubble i jego ekipa 3** (6)
17.35 **Pan Krokodyl** (8) – anim.
17.55 **Barbapapa – szczęśliwa rodzinka** (6) – serial anim.
18.15 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (9) – anim., Fr.
18.40 **Dora 3** (4) – serial anim.
19.00 **Santiago z mórz** (4)
19.30 **Przygody Misia Paddingtona 2** (8) – anim.
19.55 **Przygody Misia Paddingtona** (8) – anim.
20.07 **Świnka Peppa 2** (30-33)
20.30 **Małe Królestwo Bena i Holly** (16) – serial anim.
20.55 **Barbapapa i jego rodzinka** (8-10) – anim., Fr.

POLSAT NEWS HD

14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.10 **Więcej „Wydarzeń"** – inf.
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Punkt widzenia Szubartowicza** – pr. publ.
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – publ.
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.

TVP KOBIETA DVB T2

14.00 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (20) – teleturniej
14.35 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka**
15.00 **Operacja zdrowie** (59)
15.30 **Ojciec Mateusz 2** (23, 24)
17.25 **Zwierzęta, które zmieniły historię** – dok.
18.30 **Żona dla Polaka. Toronto** (6) – reality show
19.30 **Miłość i nadzieja** (306)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (287) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (275) – obycz.
22.30 FILM **Cesarskie cięcie** – kom. obycz., Pol. 1987, 100 min
0.10 **Niebezpieczne drogi** (7)

E! ENTERTAINMENT HD

10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (8, 9)
14.20 **Bogate dzieciaki z Beverly Hills** (5-8) – dok.
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (14, 15)
20.30 **Bogate dzieciaki z Beverly Hills** (9, 1-3)
22.30 **Plastyczna fuszerka**
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (8, 9)
3.00 **Plastyczna fuszerka**

TV TRWAM DVB T

17.55 **Poczet wielkich Polaków** – pr. hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone** – pr. publ.
19.25 **Rodzinny Ogród Zoologiczny „Królestwo Stworzenia"** (7) – eduk.
19.45 **Modlitwa** – religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc historia** – cykl fel.
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia** – program publicystyczny
22.00 **Głos serca** (137) – obycz.

BBC BRIT HD

11.30 **Brytyjskie fabryki 2** (5)
12.35 **Top Gear 8** (8) – mag.
13.35 **Jak powstaje samochód 2** (2) – dok.
14.40 **Cuda inżynierii 2** (1)
15.40 **Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 4** (8) – telet.
16.45 **Brytyjskie fabryki 2** (5)
17.50 **Top Gear 9** (2) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii 2** (1)
20.00 **Brytyjskie fabryki 2** (6)
21.00 **Fenomeny współczesnego życia 2**
22.00 **Niewyjaśnione tajemnice: Zapadliska**
23.00 **Top Gear 8** (8) – mag.
0.05 **Top Gear 20** (4) – mag.

MINI MINI+ HD

10.00 **Baranek Shaun** (25-33)
11.25 **Baczne oczka** (13, 1-3)
11.55 **Marta mówi** (5, 6) – anim.
12.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
12.59 **Marta mówi** (7, 8) – anim.
13.55 **Moje urodziny** – dla dzieci
14.00 **Basia 2** (6-9, 1) – anim., Pol.
15.10 **Kicia Kocia** (3-7) – anim.
15.55 **Blaze i megamaszyny 3**
17.20 **Staś i fajna Babcia** (9, 10)
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.57 **Staś i fajna Babcia** (11)
18.15 **Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia** (9, 10) – anim., Japonia 2023
18.40 **Dora i przyjaciele** (17, 18)
19.35 **Kicia Kocia** (4-8) – anim.
20.25 **Mały Charlie** (3-7) – anim.

TVP 3 DVB T2

13.00 **Agrobiznes**
13.20 **Agropogoda**
13.30 **Bez trybu. Justyna Dobrosz-Oracz**
14.20 **Poznaj region**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Całkiem niezła historia**
19.45 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.13 **Gość Regionów** – pr. publ.
20.30 **Telekurier** – mag., Polska
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.30 **Złoty chłopak** (196) – serial obycz., Turcja 2022

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

eprasa.pl 989b197d00

Warto zobaczyć

14.00 ALE KINO+
Monster
PSYCHOLOGICZNY Minato pada ofiarą agresji ze strony nauczyciela. Matka staje w jego obronie. Mężczyzna twierdzi, że to syn jest prześladowcą. *Reż.: Hirokazu Koreeda, A: Sakura Andô, Eita, Soya Kurokawa Japonia 2023* **155 min ▶ do godz. 16.35**

15.20 TVP KULTURA
Zmruż oczy
KOMEDIODRAMAT 10-letnia Mała ucieka od rodziców. Znajduje schronienie u dawnego nauczyciela Jaśka, stróża w opuszczonym pegeerze. *Reż.: Andrzej Jakimowski, A: Zbigniew Zamachowski, Ola Prószyńska Polska 2003* **100 min ▶ do godz. 17.00**

18.05 TVN FABUŁA
Włoskie wakacje
KOMEDIA Jack razem z ojcem remontuje dom w Toskanii. Pobyt w Italii staje się dla mężczyzn okazją do odnowienia zerwanych więzi. *Reż.: James D'Arcy, A: Liam Neeson, Micheál Richardson, Valeria Bilello Wlk. Bryt. 2020* **115 min ▶ do godz. 20.00**

18.10 FILMBOX+ HITS
Mały różowy dom
OBYCZAJOWY Pielęgniarka staje na czele mieszkańców walczących o ocalenie domów. Korporacja chce przejąć teren i ich wysiedlić. *Reż.: Courtney Balaker, A: Jeanne Tripplehorn, Catherine Keener Kanada/USA 2017* **110 min ▶ do godz. 20.00**

18.25 POLSAT FILM
Spider-Man: Homecoming
PRZYGODOWY Peter staje do pojedynku z nieprzewidywalnym Vulture'em. Czeka go walka w obronie tych, których kocha. *Reż.: Jon Watts, A: Tom Holland, Michael Keaton, Marisa Tomei USA 2017* **155 min ▶ do godz. 21.00**

19.10 SCI FI
Wielki uskok
KATASTROFICZNY Sejsmolodzy śledzą serię wstrząsów. W USA pojawia się uskok, który może podzielić kraj na pół. Rozpoczyna się wyścig z czasem. *Reż.: Nick Lyon, A: Jessica Morris, Chris Bruno, Crew J. Morrow USA 2024* **110 min ▶ do godz. 21.00**

20.00 WARNER TV
Mroczne cienie
CZARNA KOMEDIA Wampir wraca do niszczejącej posiadłości. Zamierza przywrócić świetność swemu rodowi i stawić czoło wiedźmie. *Reż.: Tim Burton, A: Johnny Depp, Eva Green, Michelle Pfeiffer USA/Wlk. Bryt. 2012* **130 min ▶ do godz. 22.10**

22.30 TVP KOBIETA
O północy w Paryżu
KOMEDIA OBYCZAJOWA Gil jedzie z narzeczoną do stolicy Francji. Pewnej nocy odbywa podróż w czasie. Ulega fascynacji muzą malarza. *Reż.: Woody Allen, A: Owen Wilson, Rachel McAdams, Michael Sheen Hiszpania/USA 2011* **105 min ▶ do godz. 0.15**

→ filmowe hity

Dzielna drużyna musi stawić czoło przeciwnościom. Czeka ją walka z olbrzymimi pająkami.

19.55 POLSAT
Hobbit: Pustkowie Smauga

FANTASY Śmiałkowie kontynuują wyprawę. Chcą odzyskać królestwo okupowane przez bestię.

HIT DNIA Bilbo, Gandalf i towarzysze Thorina kontynuują pełną wyzwań podróż do legowiska Smauga. Celem wyprawy jest odzyskanie Ereboru – królestwa krasnoludów, które okupuje smok. Zanim jednak staną oko w oko z potworem, muszą pokonać szereg przeciwności. Członkowie grupy uciekają przed podążającymi ich tropem orkami. Beorn, pół człowiek, pół niedźwiedź, pomaga im dostać się do Mrocznej Puszczy. Tutaj na śmiałków czekają nowe niebezpieczeństwa. Wśród nich są olbrzymie pająki, które atakują przybyszów. Bilbo oraz jego towarzysze wpadają w ręce Leśnych Elfów. W końcu członkowie drużyny przybywają do Miasta na Jeziorze, z którego widać cel podróży – Samotną Górę. **HD 240 min ▶ do godz. 23.55**

USA/Nowa Zelandia 2013 **Reż.:** Peter Jackson **Wyst.:** Richard Armitage, Ian McKellen, Martin Freeman, Ken Stott

20.00 TVN
xXx: Reaktywacja
SENSACYJNY Xander (Vin Diesel) przyjmuje zlecenie od agentki rządowej. Wraz z kompanami mierzy się z Xiangiem, który przechwycił zabójczą broń. Okazuje się, że wrogowie mogą spiskować z przedstawicielami władz.

Reż.: D.J. Caruso Wyst.: Deepika Padukone USA 2017 **HD 140 min ▶ do godz. 22.20**

20.00 TVN 7
Życie od kuchni
KOMEDIA ROMANTYCZNA W nowojorskiej restauracji zaczyna pracę Nick (Aaron Eckhart), obdarzony poczuciem humoru miłośnik opery. Szefowa zespołu kucharzy, Kate (Catherine Zeta-Jones), dostrzega w nim rywala.

Reż.: Scott Hicks Wyst.: Abigail Breslin USA 2007 **HD 135 min ▶ do godz. 22.15**

20.00 TVP KULTURA
Stary Gringo
WESTERN Rok 1913. Nauczycielka Harriet (Jane Fonda) przyjmuję posadę guwernantki w Meksyku. Zostaje porwana przez generała Arroyo. W jego domu spotyka tajemniczego Amerykanina (Gregory Peck).

Reż.: Luis Puenzo Wyst.: Jimmy Smits USA 1989 **HD 130 min ▶ do godz. 22.10**

21.00 SUPER POLSAT
Pukając do drzwi
THRILLER Eric jedzie wraz z bliskimi do domu nad jeziorem. Do chatki wdzierają się nieznajomi, w tym Leonard (Dave Bautista). Twierdzą, że zbliża się koniec świata, który może powstrzymać tylko poświęcenie jednej osoby.

Reż.: M. Night Shyamalan Wyst.: Kristen Cui USA 2023 **HD 125 min ▶ do godz. 23.05**

22.00 TV 4
Plan ocalenia
THRILLER Terroryści porywają córkę szefa firmy odpowiedzialnej za zabójczą technologię (Bruce Willis). Nie ulegając żądaniom szantażystów, mężczyzna wysyła za nimi grupę najemników pod dowództwem Dereka.

Reż.: Matt Eskandari Wyst.: Jesse Metcalfe USA 2020 **HD 120 min ▶ do godz. 0.00**

22.05 TV PULS
Komórka
SENSACYJNY Jessica Martin zostaje porwana. Udaje jej się złożyć roztrzaskany stary telefon i zadzwonić pod przypadkowo wybrany numer. Odbiera Ryan (Chris Evans). Decydując się pomóc nieznajomej, naraża własne życie.

Reż.: David R. Ellis Wyst.: Kim Basinger USA 2004 **HD 120 min ▶ do godz. 0.05**

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

egzemplarz nr 399h197/00

→ filmowe hity

Pożar zagraża mieszkańcom Arizony. Strażacy robią wszystko, by ich ocalić.

22.20 TVN Tylko dla odważnych

BIOGRAFICZNY Oparta na faktach historia strażaków, którzy zdobyli się na najwyższe poświęcenie.

HIT DNIA Praca w straży pożarnej jest pasją i powołaniem Erica Marsha, który służy w niej od 20 lat. Stoi on na czele ekipy Granite Mountain Hotshots, która specjalizuje się w gaszeniu pożarów lasów. Do jednostki dołącza zmagający się z uzależnieniem Brendan McDonough. Eric, który ma podobne doświadczenia, zamierza dać mu szansę. W czerwcu 2013 r. oddział stawia czoło żywiołowi pochłaniającemu lasy Arizony. W każdej chwili strażacy mogą znaleźć się w pułapce, lecz nie przerywają akcji. HD 165 min ► do godz. 1.05

USA 2017 **Reż.:** Joseph Kosinski **Wyst.:** Josh Brolin, Miles Teller, Jeff Bridges, Jennifer Connelly, James Badge Dale

→ sport

12.45 EUROSPORT 1 Tour de France
KOLARSTWO LIVE Najdłuższy etap tegorocznej Wielkiej Pętli. Kolarze przejadą 205,8 km z Dole do Belfort. Na trasie zmierzą się m.in. z Ballon d'Alsace – słynnym podjazdem, który stanowił wyzwanie już dla uczestników TdF 121 lat temu. Czy sprosta mu także Juan Ayuso? HD 345 min ► do godz. 18.30

16.15 POLSAT SPORT 1 Turcja – Ukraina
SIATKÓWKA LIVE W Belgradzie spotkają się zespoły, które pozytywnie zaskoczyły swoją grą na początku Ligi Narodów 2026. Po ośmiu meczach oba zajmowały miejsca w najlepszej siódemce, dające prawo występu w turnieju finałowym. HD 210 min ► do godz. 19.45

→ rozrywka

11.25 TVN Babski biznes
LIFESTYLE Na Targówku Ania prowadzi salon urody, przekształcony z zakładu fryzjerskiego. Szefowa wciąż ma problem z budową stabilnego zespołu specjalistek z branży beauty, a klientów nie przybywa. Marta Klepka próbuje pomóc jej odzyskać kontrolę nad salonem. HD 70 min ► do godz. 12.35

20.00 TV 4 Gwiazdy Kabaretu
SATYRA Grzegorz Halama wygłosi swoje kultowe monologi o damsko-męskich relacjach i uzależnieniach. Opowie o kredycie we frankach i ptasim mleczku. Na koniec zaśpiewa utwór „Śpiworki", parodię hitu grupy Molesta Ewenement. HD 60 min ► do godz. 21.00

20.00 HBO Ciche miejsce: Dzień pierwszy
HORROR SF Samira (Lupita Nyong'o) jedzie z pacjentami hospicjum na Manhattan. Nagle na Ziemię zaczynają spadać tajemnicze obiekty. Ginie wszystko, co wydaje dźwięk. Samira próbuje przetrwać.
Reż.: Michael Sarnoski Wyst.: Djimon Hounsou
USA 2024 HD 100 min ► do godz. 21.40

20.00 STOPKLATKA Sztos
KOMEDIA SENSACYJNA Sopot, lata 70. XX wieku. Cinkciarze Kazik (Cezary Pazura) i Eryk (Jan Nowicki) przygotowują brawurowy przekręt. Zamierzają zemścić się na znajomym, który ich oszukał. Potrzebują pieniędzy.
Reż.: Olaf Lubaszenko Wyst.: Ewa Gawryluk
Polska 1997 HD 115 min ► do godz. 21.55

19.45 POLSAT SPORT 1 Iran – Słowenia
SIATKÓWKA LIVE Słoweńcy w trwającej edycji Ligi Narodów ograli już m.in. Polskę, Bułgarię i Brazylię. Jeśli nie spuszczą z tonu, powinni bez większych problemów pokonać również Iran. Wygrali z tym rywalem trzy mecze z rzędu. HD 180 min ► do godz. 22.45

20.10 HGTV Będzie pięknie
LIFESTYLE Adrian prowadzi własną firmę, ale nie ma własnego kąta do pracy i odpoczynku. Krzysztof Miruć spróbuje pogodzić sprzeczne natury mężczyzny i jego partnerki Oli, projektując przestrzeń łączącą design z funkcjonalnością. HD 65 min ► do godz. 21.15

22.20 TVP 1 Miłość jest blisko
KOMEDIA ROMANTYCZNA Natalia (Weronika Książkiewicz) i Adam (Wojciech Solarz) mieszkają po sąsiedzku. Oboje nawiązują obiecujące relacje z innymi. Po czasie odkrywają, że szczęścia szukali nie tam, gdzie powinni.
Reż.: Radosław Dunaszewski Wyst.: Olga Bołądź
Polska 2021 HD 120 min ► do godz. 0.20

23.55 POLSAT Nowy początek
SCIENCE FICTION W różnych miejscach na Ziemi ląduje dwanaście statków kosmicznych. Lingwistka Louise Banks (Amy Adams) i fizyk Ian Donnelly (Jeremy Renner) zamierzają nawiązać kontakt z obcymi i poznać ich zamiary.
Reż.: Denis Villeneuve Wyst.: Forest Whitaker
USA 2016 HD 145 min ► do godz. 2.20

3.00 POLSAT Brazylia – Polska
SIATKÓWKA LIVE Biało-Czerwoni wygrali z Canarinhos 3:0 w półfinale poprzedniej edycji Ligi Narodów. Cztery tygodnie później rywale zrewanżowali się im w Memoriale Huberta Wagnera (0:3). Kto będzie górą w tym meczu w Chicago? HD 145 min ► do godz. 5.25

→ dokument

13.25 BBC EARTH Attenborough i śpiew natury
NATURA Sir David Attenborough wybiera 7 nagrań ze świata przyrody. Nowe odkrycia w dziedzinie m.in. śpiewu ptaków podważają utarte przekonania o tym fenomenie. HD 65 min ► do godz. 14.30

eprasa.pl 989b197d00

TVP 1 HD DVB-T2

5.00 Splątane losy (2) – serial obyczajowy, Turcja 2024
5.50 Akacjowa 38 (897) – telenowela, Hiszpania 2015
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.30 Welon, fura i brawura (7)
8.00 Serwis Info – program inform.
8.05 Pogoda Info
8.15 Na kłopoty... Bednarski (1): Kurier z Ankary – serial kryminalny, Polska 1986, wyk. Stefan Friedmann
9.20 Ranczo 7 (84) – obycz., Pol. 2013
10.15 Komisarz Alex 22 (269) – serial kryminalny, Polska 2024
11.05 Ojciec Mateusz 16 (204)
12.00 Serwis Info – program inform.
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12.30 Agropogoda – program inform.
12.40 Magazyn rolniczy
12.55 Taniec z rosyjskim niedźwiedziem, część 6 – film dokumentalny, Polska 2025
14.00 Splątane losy (3)
15.00 Serwis Info – program inform.
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1069)
16.00 Dziedzictwo (981) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Jaka to melodia? – telet. muz.
18.05 Reporterzy – mag. reporterów
18.25 Akacjowa 38 (914) – telenowela, Hiszpania 2015
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.
20.10 Sport, pogoda
20.30 Ojciec Mateusz 31 (401): Karma – serial kryminalny, Polska 2024

TVP 2 HD DVB-T2

5.00 Rodzinka.pl – serial komediowy, Polska 2025
5.30 M jak miłość (1796) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.20 Anna Dymna – spotkajmy się: Grzegorz Markowski – talk-show
6.55 Barwy szczęścia (3356) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.30 Operacja zdrowie – magazyn medyczny
12.00 Rodzinka.pl (45): Magda – serial komediowy, Polska 2011
12.35 Koło fortuny (1898) – teleturniej
13.15 Panna młoda (146) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 Va banque (1015) – teleturniej
14.35 Na sygnale (878): Bracie, co z tobą? – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (435) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
Rodzina usiłuje przekonać Curra, by porzucił zamiar wyjazdu na wojnę. Ricardo przekazuje Petrze, że markiz zgodził się, aby chory syn Pii pozostał w pałacu. Cruz naciska na Alonsa, by odsunął Catalinę od interesu.
16.00 Koło fortuny (1899) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (147) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 Va banque (1016) – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3356) – serial obyczajowy, Polska 2026

POLSAT HD DVB-T2

4.40 Disco Gramy
5.25 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.30 Malanowski i partnerzy (342, 343): Polowanie na miłość; Kieszonkowe – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
9.30 Trudne sprawy (1267, 1268) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.35 Gliniarze (884, 885) – serial paradokumentalny, Polska 2024
13.40 Dlaczego ja? (1514, 1515) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Jan zatrudnia się jako kelner w restauracji. Odkrywa, że właściciele lokalu sprzedają tanie trunki jako wykwintne. Gdy mówi szefowi, że wie o oszustwie, ten obcina mu pensję. Wkrótce mężczyzna zostaje trenerem w klubie fitness. Jego podopieczny okazuje się znanym krytykiem kulinarnym.
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.25 Interwencja – magazyn reporterów
16.40 Gliniarze (1081, 1082) – serial paradokumentalny, Polska 2025
W trakcie włamania bandyci zabijają wspólnika. Natalia i Kuba podejrzewają, że akcja była pretekstem do pozbawienia go życia. Sprawdzają, czy pracujący jako mechanik mężczyzna handlował narkotykami.
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń" – program publicystyczny
19.30 Sport, pogoda

TVN HD DVB-T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1701) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (2): Kudowa-Zdrój – Szmaragdowa/Ghvino i Śpiew – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.25 Babski biznes (8-ost.) – program rozrywkowy
12.35 Ukryta prawda (1487, 1488, 1730) – serial paradok., Polska
15.45 Detektywi (114) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
Potaczek i Dębosz wraz z policją poszukują 12-letniej Jaśminy. Ślady wskazują, że mogła zostać porwana. Pierwszym tropem jest 16-letni sąsiad zaginionej, który namawiał ją do ucieczki.
16.50 Szpital św. Anny (70) – serial obyczajowy, Polska 2025
Wojtek odkrywa narkotyki u pacjenta, studenta, który okazuje się dilerem. Ta sytuacja jest dla lekarza ogromnym obciążeniem. Marta usiłuje pomóc Tomkowi odzyskać wspomnienia.
17.55 Młode gliny (24) – serial kryminalny, Polska 2026
Monika infiltruje gang złodziei aut, by odnaleźć Złola, kochanka liderki Elwiry. Dzięki sprytowi zyskuje sympatię Hanki i wnika w grupę. Odkrywa, że Elwira planuje zdradę. Wynajmuje zabójców, by uciec ze Złolem za granicę.
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.50 Uwaga! – magazyn reporterów

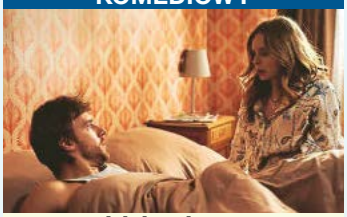
20

KRYMINALNY

21.25 Drelich (1) – Polska 2025
Złodziej i włamywacz z Warszawy, Drelich, stara się godzić przestępcze życie z obowiązkami rodzinnymi. Podczas rutynowego napadu na konwój z gotówką ktoś zdradza jego plan, a na przeszkodzie stają mu fałszywi policjanci. Gangster Wójcik dowiaduje się, że Drelich ma romans z jego żoną.

22.20 Miłość jest blisko – komedia romantyczna, Polska 2021, reż. Radosław Dunaszewski, wyk. Weronika Książkiewicz, Wojciech Solarz, 120 min
FILM
0.20 Patryk – film familijny, Wielka Brytania 2018, reż. Mandie Fletcher, wyk. Sam Fletcher, Beattie Edmondson, 100 min
FILM
2.00 Rififi po sześćdziesiątce – komedia obyczajowa, Polska 1989, reż. Paweł Trzaska, wyk. Mieczysław Czechowicz, Wiesław Gołas, Marian Kociniak, 115 min
FILM
3.55 Wykrywacz kłamstw – program publicystyczny
4.15 Pytanie dnia – pr. publicyst.
4.35 Reporterzy – mag. reporterów
4.45 Oko na świat – magazyn
5.05 Zakończenie

KOMEDIOWY



20.05 Rodzinka.pl (300): Nierozważni i romantyczni – Polska 2025
W trakcie kolacji Marek i Viola żartują o związku Marysi. Kuba staje się zazdrosny o Sonię. Nagromadzone frustracje wyładowuje na Tomku. Magda mierzy się z problemami wychowawczymi.

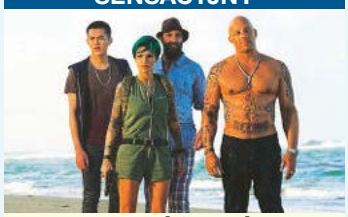
20.40 Lato z Radiem i Telewizją Polską: Ełk – widowisko
22.45 To jest grane – wakacyjnie (97) – program muzyczny
23.30 Wodecki Twist – Tylko w kinie – koncert
Wystąpią m.in. Natalia Muianga, Reni Jusis, Natalia Przybysz, Olga Szomańska, Aleksander Dębicz, Krzysztof Iwaneczko i Mietek Szcześniak.
0.35 Ania Rusowicz na dobry wieczór – widowisko
1.40 Księgarnia w Paryżu – komediodramat, USA/Francja/Włochy 2021, reż. Sergio Castellitto, wyk. Sergio Castellitto, Bérénice Bejo, Matilda De Angelis, Clementino, 110 min
FILM
3.30 Akacjowa 38 – telenowela, Hiszpania 2015
4.20 Zakończenie

FANTASY

19.55 Hobbit: Pustkowie Smauga – USA/Nowa Zelandia 2013, 240 min
FILM
HIT DNIA
Bilbo i grupa krasnoludów kontynuują wyprawę do Samotnej Góry. Czeka ich przejście przez owianą złą sławą Mroczną Puszczę. Największym wyzwaniem okazuje się jednak starcie ze smokiem Smaugiem. Pokonanie go wymaga bowiem równie dużo odwagi, co sprytu.

23.55 Nowy początek – film s.f., USA 2016, reż. Denis Villeneuve, wyk. Amy Adams, Jeremy Renner, Forest Whitaker, Michael Stuhlbarg, 145 min
FILM
Na Ziemi ląduje dwanaście statków kosmicznych. Amerykańskie wojsko buduje obok jednego z nich obóz. Lingwistka Louise Banks z pomocą pułkownika Webera oraz fizyka Donnelly'ego ma nawiązać kontakt z obcymi i poznać ich zamiary.
2.20 Kabaretowa Ekstraklasa (60) – program rozrywkowy
3.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz: Brazylia – Polska
LIVE

SENSACYJNY



20.00 xXx: Reaktywacja – Chiny/Kanada/USA 2017, 140 min
FILM
Xander Cage wraca z dobrowolnego wygnania. Znów musi stawić czoło mrocznemu Xiangowi, który dysponuje śmiercionośną bronią. Kompletuje nową grupę nieustraszonych. Podejrzewa, że wróg jest zamieszany w spisek na najwyższych szczeblach władz wielu krajów.

22.20 Tylko dla odważnych – dramat biograficzny, USA 2017, reż. Joseph Kosinski, wyk. Josh Brolin, Miles Teller, Jeff Bridges, Jennifer Connelly, 165 min
FILM
1.05 Tarzan: Legenda – film przygodowy, USA/Wielka Brytania/Kanada 2016, reż. David Yates, wyk. Alexander Skarsgard, Christoph Waltz, Samuel L. Jackson, Margot Robbie, 140 min
FILM
3.25 Uwaga! – magazyn reporterów
3.40 Detektywi (113) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
4.35 Nauka jazdy 5 (18) – program rozrywkowy
5.05 Recepta na stary dom 4 (1) – program rozrywkowy

eprasa.pl 989b197d00
P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB-T2

5.25 Ten moment (60) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 Szkoła (803-805) – serial paradokumentalny, Polska 2020
8.45 Ukryta prawda (1343, 1455, 1456) – serial paradokumentalny, Polska
11.50 W-11 – Wydział Śledczy (1114-1116) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2014
13.55 Kryminalni (10): Sponsor – serial kryminalny, Polska 2004
15.00 Szpital (792, 793) – serial paradokumentalny, Polska 2018
17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (511): Fałszywa panna młoda – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
18.00 SOS Ekipy w akcji (23) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Policjanci zostają wezwani na plac zabaw, gdzie z wózka zniknęło niemowlę. Rozpoczynają poszukiwania. Tymczasem pewien taksówkarz wzywa pogotowie do dziewczyny, którą zemdlała w jego samochodzie. Okazuje się, że nie tylko ona potrzebuje pomocy ratowników.
19.00 Ukryta prawda (1534) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Danuta i Stefan otwierają agroturystykę. Gości u nich lekarz z kochanką. Okazuje się, że próbuje on zmusić partnerkę do aborcji. Wkrótce dochodzi do szarpaniny. Doktor uderza głową w szafkę. Incydent ma tragiczne konsekwencje.

TV PULS HD DVB-T2

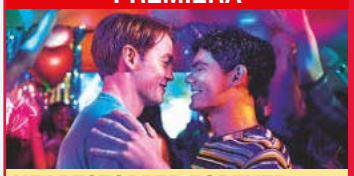
6.00 Policjanci z Miami 3 (11, 12): Przebacz nam nasze winy; Przegrana walka, część 1 – serial kryminalny, USA
8.00 Kobra – oddział specjalny (4, 5): Tajni rodzice; Przejażdżka – serial sensacyjny, Niemcy 2017
10.00 Maria z przedmieścia (65, 66) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (119) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
13.00 Wspaniałe stulecie (53) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 Kurierzy (38) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 11 (548, 549) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy (39) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (976, 977) – serial obyczajowy, Polska 2026
Marta jest samotną matką Julki. Dziewczyna zmaga się z CCHS, chorobą powodującą m.in. niewydolność oddechową. Musi przejść poważną operację. Ojciec Łandy próbuje ją nakłonić do spotkania z Jędrzejem.
20.00 Transporter 3 – film sensacyjny, FILM Francja/Wielka Brytania/USA 2008, reż. Olivier Megaton, wyk. Jason Statham, Natalia Rudakowa, François Berléand, Robert Knepper, 125 min
Kurier do zadań specjalnych Frank bierze na siebie trudne zadanie. Grozi mu śmierć, jeśli córka urzędnika nie dotrze na czas z Marsylii do Odessy.

PULS 2 HD DVB-T2

5.50 Ale numer! 21 (1) – pr. rozrywk.
6.20 Cosie-Ktosie (15) – serial anim.
6.30 Kajko i Kokosz 2 (15) – serial animowany, Polska 2021
6.45 SamSam: Kosmiczne przygody (5) – anim., Fr./Belgia
7.00 Blaze i megamaszyny 6 (24) – serial animowany, USA 2020
7.30 Psi Patrol 2 (3) – serial anim.
7.50 Superkoty (22) – serial anim.
8.30 Wielkie przygody małego rekina (15) – serial dla dzieci, Korea Południowa/USA 2020
8.50 Masza i Niedźwiedź (7, 8) – serial animowany, Rosja 2012
9.20 Straszne historie Maszy (15) – serial animowany, Rosja 2016
9.25 Świnka Peppa 2 (17-19) – serial animowany, Wielka Brytania 2005
9.45 Bing (19, 20) – serial animowany
10.00 Jeżyk i Sprężynka (4) – serial animowany, Polska 2023
10.10 Jeżyk i Przyjaciele (3) – anim.
10.35 Spidey i superkumple 2 (51, 50) – serial anim., USA 2022
11.35 Gus. Mały – wielki rycerz (7, 8) – serial animowany, Francja 2021
12.00 Psi Patrol 8 (1) – serial anim.
12.35 Marta mówi (22) – serial anim.
13.00 Smerfy (186, 187) – serial anim.
14.00 Monster High (20, 21) – anim.
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2 (32, 33) – anim., Fr./Jap./Korea Południowa 2017
16.00 Fineasz i Ferb 2 (16, 17) – serial animowany, USA 2007-2011
17.00 Smerfy (188, 189) – serial anim.
18.00 Pingwiny z Madagaskaru 3 (2, 3) – serial anim., USA 2012
19.00 Kacze opowieści (11, 12) – serial animowany, USA 1987

NETFLIX

PREMIERA



HEARTSTOPPER FOREVER

Nick (Kit Connor) i Charlie (Joe Locke) są sobie bardzo bliscy. Odmienne plany na przyszłość wystawiają jednak ich związek na próbę. Pojawiają się niepewność i pytania o przyszłość relacji. Ich znajomi także doświadczają wzlotów i upadków w miłości i przyjaźniach, które są nieodłącznym elementem dorastania.
▶dla młodzieży, Wlk. Bryt. 2026

PREMIERA

23 000 ISTNIEŃ

Historia inspirowana działalnością organizacji Jugend Rettet. Grupa młodych Europejczyków kupuje wysłużony statek i wypływa na Morze Śródziemne, by ratować uchodźców. Z czasem ich wiara w prawo i sprawiedliwość zderza się z trudną rzeczywistością, wystawiając ich ideały na trudną próbę.
▶obycz., Niemcy 2026; 112 min

PREMIERA

PAŁAC WSCHODNI

Czasy dynastii Joseon. Mężczyzna, który potrafi zaglądać w zaświaty, oraz dwórka słysząca głosy zmarłych zostają wezwani przez króla do Pałacu Wschodniego. Władca powierza im zadanie rozwikłania zagadki tajemniczej klątwy, która ciąży nad budynkiem i budzi niepokój jego mieszkańców.
▶fantasy (8 odc.), Korea Płd. 2026

PREMIERA

PRAGNIENIE

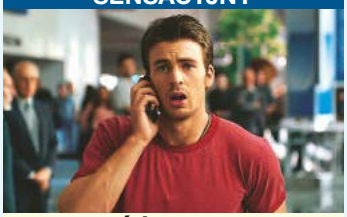
Prawniczka Lucero (Ludwika Paleta) odniosła sukces, ale wewnętrzna pustka sprawia, że angażuje się w ryzykowne sytuacje. Nawiązuje romans z Matíasem, przystojnym trenerem pływania. Córka kobiety również jest nim zafascynowana. Lucero może stracić wszystko, na co tak ciężko pracowała.
▶thriller, Hiszpania 2026; 97 min

KOMEDIA ROMANTYCZNA

20.00 Życie od kuchni FILM – USA/Australia 2007, 135 min
Nowy Jork. Kate, szefowa kuchni modnej restauracji na Manhattanie, bezgranicznie poświęca się pracy. Gdy traci siostrę, która ginie w wypadku, musi zaopiekować się jej córką. Tymczasem w lokalu rozpoczyna pracę Nick. Kate sądzi, że nowy kolega chce ją zastąpić. Zaczynają ze sobą rywalizować.

22.15 Król Richard: Zwycięska rodzina FILM – dramat biograficzny, USA/Australia 2021, reż. Reinaldo Marcus Green, wyk. Will Smith, Aunjanue Ellis, Jon Bernthal, Saniyya Sidney, 180 min
1.15 Step Up 2 FILM – film muzyczny, USA 2008, reż. Jon M. Chu, wyk. Briana Evigan, Robert Hoffman, Adam G. Sevani, Cassie Ventura, 110 min
3.05 Fachowcy (17) – serial paradokumentalny, Polska 2017
3.45 Usterka 11 (12) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019
4.30 Dorota was urządzi! (12) – program rozrywkowy, Polska 2015

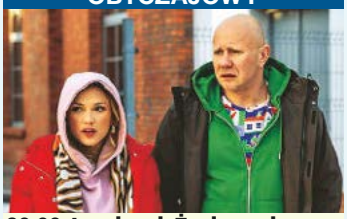
SENSACYJNY



22.05 Komórka FILM – USA/Niemcy 2004, 120 min
Jessica Martin zostaje porwana. Przerażonej kobiecie udaje się złożyć stary aparat telefoniczny i zadzwonić pod przypadkowo wybrany numer. Łączy się z 20-letnim Ryanem. Początkowo chłopak traktuje jej prośby o pomoc jako żart. W końcu jednak decyduje się pomóc. Musi przekonać policję, że życie kobiety jest zagrożone.

0.05 Krzyżowy ogień FILM – film sensacyjny, USA 2011, reż. Ernie Barbarash, wyk. Jean-Claude Van Damme, Scott Adkins, Ivan Kaye, Valentin Teodosiu, 120 min
Brazil i Flint mają opinię najlepszych zawodowych zabójców. Pierwszy z nich doskonale operuje nożem i przyjmuje każde zlecenie. Kwestią jest tylko odpowiednie wynagrodzenie. Jego rywal Flint to niezawodny strzelec. Łączą siły, by namierzyć narkotykowego bossa.
2.05 Lombard. Życie pod zastaw 18 (971) – serial obyczajowy, Polska 2026
3.00 Zobacz to! – pr. powtórkowe

OBYCZAJOWY



20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (964) – Polska 2026
Kierująca taksówką Danka wpada w poważne tarapaty po stłuczce w okolicy lombardu. Okazuje się, że sprawczynią kolizji jest jej dawna koleżanka. Justyna i Roman żegnają Maksyma, który wyjeżdża do Berlina.

21.00 Dzielnica strachu 10 (446, 447): Schiza; Zwyczajny wypadek – serial kryminalny, Polska 2025-2026
23.00 Podwodny strach FILM – horror, Australia 2025, reż. Matthew Holmes, wyk. Arthur Angel, Hermione Corfield, Jacob Junior Nayinggul, Jake Ryan, 95 min
0.35 Wciąż cię widzę FILM – film s.f., USA 2018, reż. Scott Speer, wyk. Bella Thorne, Richard Harmon, Dermot Mulroney, Amy Price-Francis, 120 min
2.35 Dzielnica strachu 10 (442) – serial kryminalny, Polska 2025
3.45 Lombard. Życie pod zastaw 12 (647) – serial obyczajowy, Polska 2023
5.00 Kręcimy z gwiazdami (11): Top One – program rozrywkowy

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (10, 11) – krym., USA/Kanada
7.30 Ostry dyżur (15, 16) – serial obyczajowy
9.25 Castle 3 (15, 16) – serial kryminalny
11.25 MacGyver 3 (11, 12) – serial akcji, USA 2018-2019
13.15 Dowody zbrodni (17, 18) – serial krym.
15.15 Agenci NCIS: Hawaje (12, 13) – serial kryminalny
17.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (12, 13) – serial krym., USA/Kanada 2004
19.10 Castle 3 (17, 18) – serial kryminalny

TVP SERIALE

5.25 Rodzinka.pl (108, 109) – kom., Pol.
6.25 Na sygnale (491, 492) – serial fab.-dokum.
7.35 Ojciec Mateusz 3 (41) – krym., Pol. 2010
8.25 Komisarz Alex 3 (30) – serial krym., Polska
9.20 Rodzinka.pl (110) – serial kom., Pol. 2013
9.55 Klan (1457, 1458) – telenowela, Pol. 2008
10.50 Ranczo 9 (108, 109)
12.30 Komisarz Alex 3 (31)
13.30 Ojciec Mateusz 30 (392, 393) – krym., Pol.
15.30 Komisarz Alex 3 (32) – serial krym., Polska
16.20 Na sygnale (493, 494) – serial fab.-dokum.
17.30 Ranczo 9 (110, 111) – serial obycz., Polska

TVP KULTURA DVB-T2

7.30 Rawhide (9) – przyg.
8.35 Kolekcja – cykl fel.
9.00 Do przerwy 0:1 (3, 4)
10.05 Anatomia morderstwa – dramat sensacyjny, USA 1959, 175 min
13.00 Pamiętnik Andrzeja Kondratiuka – film dokum., Polska 2006
14.15 Kto ma tyle wdzięku, co ja... – jubileusz Danuty Rinn – koncert
15.20 Zmruż oczy – komediodramat, Polska 2003, 100 min
17.00 Do przerwy 0:1 (5, 6) – serial obycz., Polska
18.20 Video Killed the Radio Star – dok.
18.55 Rawhide (10) – przyg.

ALE KINO+ HD

6.30 Polska z góry (5) – serial dok., Pol. 2017
7.00 Problem – film krótkometraż.
7.30 Benek – komediodramat, Polska 2007, 120 min
9.30 Wyraj – film krótkometraż.
10.00 Bestia (1, 2) – serial kryminalny, Kan. 2021
12.05 Vera 8 (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
14.00 Monster – dramat psychologiczny, Japonia 2023, 155 min
16.35 Opadające liście – komediodramat, Niemcy/Finlandia 2023, 100 min
18.15 Vera 8 (2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

CANAL+ PREMIUM HD

12.15 Gorzko
12.45 Długi weekend – film obyczajowy, Polska 2004, 75 min
14.00 The Office PL 5 (9, 10) – serial kom.
14.50 Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego – film dokum., Polska 2024
16.20 Listy do Julii – komedia romant., USA 2010, 105 min
18.05 Łapu capu – pr. rozr.
18.10 Mamma Mia! Here We Go Again – kom. muz., USA/Wlk. Bryt./Chiny 2018, 110 min
20.00 Czarownice Mayfair 2 (7) – serial fantasy, USA 2025
20.45 Premierowa jazda

HBO HD

8.05 Harry Potter: Kulisy magii – film dokum., USA 2026
8.30 Leonardo. Odkrywca – film animowany, USA/Fr./Irlandia 2023, 100 min
10.10 Na arenie – dramat obycz., Fr. 2024, 95 min
11.45 Na planie 23 (29)
12.10 W potrzasku – dramat obyczajowy, USA 2025, 105 min
13.55 P.S. Kocham Cię – melodramat, USA 2007, 125 min
16.00 Sypiając z innymi – komediodramat, USA 2015, 100 min
17.40 Batman: Początek – film sens., USA/Wlk. Bryt. 2005, 140 min

20

PRZYGODOWY

21.05 Sahara – USA/Hiszpania/Niemcy 2005, 150 min
Dirk i Al przemierzają Afrykę w poszukiwaniu skarbu. Próbują także pomóc dr Rojas, która bada przyczyny epidemii dziesiątkującej ludność.
23.35 Uprowadzona – film sensacyjny, Francja 2008, reż. Pierre Morel, 115 min
1.30 Castle 3 (17, 18) – serial kryminalny
3.20 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (12, 13) – serial krym., USA/Kanada 2004

KRYMINALNY

19.25 Ojciec Mateusz 30 (394) – Polska 2023
Tajemniczy przestępca żąda od Jolanty okupu za życie jej partnera, Wiktora. Był on scenarzystą filmów sławnego reżysera, Juliusza Praksedy. W sprawę angażuję się ksiądz.
20.25 Komisarz Alex 24 (307) – krym., Pol. 2025
21.30 Ranczo 9 (112, 113) – serial obycz., Polska
23.25 Ojciec Mateusz 31 (395) – krym., Pol. 2024
0.20 U Pana Boga w Królowym Moście (10) – obycz.
1.20 Oficerowie (7, 8)

WESTERN

20.00 Stary Gringo – USA 1989, 130 min
Rok 1913, Meksyk. Guwernantka Harriet zostaje porwana przez generała Arroyo. W jego domu spotyka tajemniczego Amerykanina.
22.10 Powrót Sherlocka Holmesa (7) – krym.
23.15 Czwartkowy klub filmowy – mag. film.
23.20 Katyń – dramat hist., Pol. 2007, reż. Andrzej Wajda, 135 min
1.35 Kucharz na krawędzi – film krótkometrażowy
1.50 Wizyta

THRILLER

20.10 Zatruta róża – Włochy/USA 2019, 125 min
Lata 70. Prywatny detektyw poszukuje w teksańskim miasteczku zaginionej kobiety, która leczyła się psychiatrycznie. Mierzy się z tajemnicami lokalnej społeczności.
22.15 Brygada (3, 4) – serial sensacyjny, Fr. 2023
0.30 Pożeracz dusz – thriller, Francja/Belgia 2024, reż. Alexandre Bustillo, wyk. Virginie Ledoyen, 130 min
2.40 Kryptonim Polska (1) – serial kom., Polska

OBYCZAJOWY

21.00 Rok za rokiem (6) – Wielka Brytania 2019
Reżim Viv Rook staje się coraz bardziej przytłaczający. Rządzący podejmują decyzję o wzmożeniu kontroli obywateli. Rosie i Lincoln zdobywają się na radykalne kroki.
22.05 Ali – dramat biograficzny, USA 2001, reż. Michael Mann, 155 min
0.40 Uciekinier – film s.f., Wielka Brytania/USA 2025, 130 min
2.50 To nie mój film – komediodramat, Polska 2024, 100 min

HORROR SF

20.00 Ciche miejsce: Dzień pierwszy – USA 2024, 100 min
Nowy Jork. Na Ziemię spadają tajemnicze obiekty. Potężne istoty likwidują wszystko, co wydaje dźwięk. Samira i inni ocalali muszą zachować ciszę, by przetrwać.
21.40 Sisu: Droga do zemsty – dramat wojenny, Wielka Brytania/Finlandia/USA 2025, 85 min
23.05 Zaginiona dziewczyna – thriller, USA 2014, reż. David Fincher, 145 min

AXN WHITE

6.20 Detektyw Murdoch
7.10 Rekrut (9) – serial krym.
7.55 Szpital nadziei 4 (14)
8.55 Blondynka 4 (3, 4)
11.00 Agenci NCIS 10 (6-8)
13.55 Szpital nadziei 4 (15)
16.55 Boże Narodzenie po angielsku – film obycz., Wlk. Bryt. 2019, 120 min
18.55 Dr House 3 (15) – obycz.
20.00 Dowody zbrodni 2 (21, 22) – serial kryminalny
21.55 Rekrut (10) – serial krym.
22.55 Agenci NCIS 10 (6-8) – serial sensacyjny, USA
1.35 Dowody zbrodni 2 (21, 22) – serial kryminalny
3.25 Zaklinacze koni 3 (6, 7)

AXN BLACK

8.45 Zagadki z przeszłości 2 (10) – przyg., Fr./Niem./Kan.
9.45 Gwiezdne wrota 4 (21, 22) – s.f., USA/Kan. 2001
11.45 Gwiezdne wrota 5 (1)
12.45 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (15) – sens., USA
13.45 Renegat 5 (18) – sens.
14.45 Drużyna A 3 (7) – sens.
15.50 Nieustraszony (22)
16.55 Zagadki z przeszłości 2 (11) – przyg., Fr./Niem./Kan.
17.55 Gwiezdne wrota 5 (2-4)
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6 (13-16)
0.40 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (15) – sens., USA
1.45 Nieustraszony (22)

WARNER TV

8.05 Teraz albo nigdy! 2 (1)
9.05 Bajer z Bel-Air 5 (18, 19)
10.05 Prawo Agaty 3 (7)
11.05 Pełna chata 8 (21, 22)
12.05 Teraz albo nigdy! 2 (2, 3)
14.10 Bajer z Bel-Air 5 (18-21)
16.10 Pełna chata 8 (21-24) – serial komediowy, USA
18.15 Pan niania – komedia, USA 1993, 105 min
20.00 Mroczne cienie – czarna kom., USA/Australia/Wielka Brytania 2012, 130 min
22.10 Jak zdobywano Dziki Zachód – western, USA 1962, 190 min
1.20 Kula – thriller s.f., USA 1998, 155 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 Gliniarze (178-180, 739-742) – serial paradok.
13.00 Kowalscy kontra Kowalscy (29-32) – serial obyczajowy, Polska 2022
15.00 Świat według Kiepskich (409-412) – kom., Pol. 2013
17.00 Columbo (22, 25) – serial kryminalny, USA
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (153-156) – serial kryminalny, USA
0.50 Ślad (60, 61) – serial kryminalny, Polska 2019
2.50 Święty (222, 223) – serial komediowy, Polska 2022
4.00 48h. Zaginieni (119, 120) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

8.45 Wolna krowa
9.15 Gru i Minionki: Pod przykrywką – film animowany, 2024, 95 min
10.50 Miss mokrego podkoszulka – komedia, Polska 2002, 55 min
11.45 Łapu capu – pr. rozrywk.
11.50 Sigourney Weaver. Ikona kina akcji
12.45 Masz ci los! – komedia, Polska 2023, 85 min
14.10 Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu – film fantasy, Australia/USA 2009, reż. Chris Weitz, 125 min
16.15 Niania w Nowym Jorku – komedia romantyczna, USA 2007, 105 min
18.00 Jutro będzie nasze – komediodramat, Włochy 2023, 115 min
19.55 Łapu capu – pr. rozrywk.
20.00 Protector – dramat sensacyjny, 2025, 95 min
21.35 Martwych nie boli – western, USA/Dania/Meksyk 2023, reż. Viggo Mortensen, 125 min
23.40 Jarhead: Żołnierz piechoty morskiej – dramat wojenny, 2005, 120 min
1.40 Quebonafide: Północ/Południe – musical, Polska 2025, 65 min
2.45 Trzy miłości – thriller erot., Polska 2025, 100 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 Siedem cudów świata z Bettany Hughes (2) – serial dok., Wlk. Bryt. 2025
10.40 Making of CANAL+ – magazyn filmowy
10.55 Naruto 3 (9-11) – serial anime, Japonia 2003-2004
12.25 The Office PL 2 (7-9) – serial komediowy, Polska
14.05 Hollywood Buzz – magazyn filmowy
14.30 Captain Tsubasa (19-21) – serial anime, Japonia 2018
15.55 Łapu capu – program rozrywkowy
16.05 Piękna łąka kwietna – film krótkometraż., Pol.
16.45 Australia z góry (1, 2) – serial dokumentalny, Australia 2024
18.20 The Office PL 3 (10, 11) – serial komediowy, Polska
20.00 Wywiad z wampirem 2 (2, 3) – serial fantasy, USA 2023
21.50 Łapu capu – program rozrywkowy
22.00 The Walking Dead: Dead City (3, 4) – serial grozy, USA 2023
23.30 Kiedy ślub? (3, 4) – serial komediowy, Polska 2024
1.20 Sortownia (1, 2) – serial psychologiczny, Pol. 2023
3.00 Small World (1-3) – serial sensacyjny, Polska 2021
5.30 Twardzielki (4) – serial dokumentalny, Polska 2019

CANAL+ 360 HD

6.00 W rytmie wolności (8)
7.00 Supersamoloty bojowe 11 (10) – dok.
8.00 Porzucone konstrukcje (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
9.00 Zabójcze drogi (3) – dok.
10.00 Co poszło nie tak 2 (2)
11.00 Rekruci (9, 10) – dok., Pol.
13.00 Zabójcze drogi (4) – dok.
13.55 Wykrywacz historii 5 (5)
15.00 Grip – w świecie supersamochodów (12)
16.00 Lotnisko na Alasce 2 (1)
16.55 Zholowani: ciężarówki w opałach 9 (9) – dok.
17.55 Porzucone konstrukcje (2) – serial dok., Wlk. Bryt.
18.50 Wykrywacz historii 5 (4)
19.50 Zholowani: ciężarówki w opałach 9 (10) – dok.
20.50 Co poszło nie tak 2 (5) – serial dok., Wlk. Bryt. 2021
21.55 Projekt Fighter (2)
23.00 Supersamoloty bojowe 11 (9) – serial dok.
23.55 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (3) – serial dok., Niem. 2023
1.00 Droga do Arktyki: Kanadyjskie szlaki lodowe – dok., Niem. 2016
2.00 Twardzielki (3) – dok., Pol.
2.40 Czarna domena (8) – dok.
3.45 Zwierzęta Wajraka (1, 2) – serial dokumentalny, Pol.
4.55 Pogotowie remontowe Wieśka 2 (8, 9) – mag.

HBO 2 HD

15.45 Saga „Zmierzch": Zaćmienie – film fantasy, USA 2010, reż. David Slade, 120 min
17.45 Żegnaj, Christopher Robin – dramat biograf., Wlk. Bryt. 2017, 105 min
19.30 Dzielna banda i tajemnica zaginionego wujka – film animowany, Hiszpania 2024, 80 min
20.50 Światełko w tunelu – komediodramat, USA 2024, 110 min
22.40 Gangi samochodowe – film dokumentalny, 2024
23.55 Wieczne Wartości: Kult piękna (2) – dok., 2026

HBO 3 HD

12.00 W ogniu pasji – dramat obyczajowy, 2025, 110 min
13.50 Romans pachnący drewnem – komedia romantyczna, 2024, 85 min
15.15 Pingwiny z Madagaskaru – film animowany, 2014, 90 min
16.45 Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13 (5)
17.25 Blue Moon – dramat biograficzny, USA/Irlandia 2025, 100 min
19.05 Biały Lotos (1) – kom., USA
20.00 Rzym 2 (7) – serial hist.
21.00 Czysta krew 4 (7-12) – serial obycz., USA 2011

eprasa.pl 989b197d00

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.00 Jedziemy na ryby! (24) – serial dokum.
6.55 Na ratunek 112 (862) – serial paradokum.
7.25 Doktor Martin (41) – serial obyczajowy
8.25 Przyjaciółki (145, 146) – obycz., Pol.
10.25 Świat według Kiepskich (2, 3, 93, 94, 182, 50) – kom.
13.40 Narzeczony mimo woli – kom. romant., USA 2009, 130 min
15.50 Wydział zabójstw, Hollywood – komedia sensacyjna, USA 2003, 155 min
18.25 Spider-Man: Homecoming – film przygodowy, USA 2017, 155 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 Tata ma plan 3 (6, 7) – serial komediowy, USA 2019
7.00 Dwóch i pół 6 (16-19) – serial komediowy, USA 2008-2009
8.50 Przyjaciele 9 (1-6) – serial komediowy, USA 2002-2003
11.55 Teoria wielkiego podrywu 8 (17-22) – serial komediowy, USA 2014-2015
14.30 Dwóch i pół 6 (20-23) – kom., USA 2008-2009
16.30 Przyjaciele 9 (7-12) – serial komediowy, USA 2002-2003
19.30 Teoria wielkiego podrywu 8 (23, 24) – serial komediowy, USA 2014-2015

TVN FABUŁA HD

5.05 Szkoła (789) – serial paradokum.
6.00 Absolwenci (1)
6.30 Kino Buzz Top 5 (5)
6.45 Zakochani po uszy (103, 104) – telen., Pol.
7.45 Detektywi (105-107) – serial fab.-dokum.
9.50 Prawo Agaty 4 (6) – serial obycz., Polska
10.55 Szpital św. Anny (76) – serial obycz., Polska
11.55 Zapukaj do moich drzwi (6, 7) – telen.
13.55 Prawo Agaty 4 (5)
14.55 Detektywi – fab.-dok.
16.00 Na Wspólnej (1) – serial obycz., Polska
17.05 Artystki (3) – pr. rozr.
18.05 Włoskie wakacje – komedia, Wlk. Bryt./Wł. 2020, 115 min

13 ULICA

6.30 Detektyw z wybrzeża (5, 6) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2021
8.40 Morderstwo w Sainte Baume – film kryminalny, Francja 2022, 120 min
10.40 Mentalista 2 (10-13) – serial kryminalny
14.20 Detektyw z wybrzeża 2 (1, 2) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2022
16.20 Morderstwo na przylądku Finisterre – film kryminalny, Francja 2023, reż. François Basset, 120 min
18.20 Mentalista 2 (14-17) – serial kryminalny

KINO POLSKA

6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dok.
7.25 Przygody Myszki (11, 12) – serial anim.
7.50 Reksio (5, 6, 10)
8.20 Stawiam na Tolka Banana (7) – obycz.
9.15 Podróż za jeden uśmiech (1) – przyg.
10.00 Skradziona kolekcja – komedia krym., 1979, 115 min
11.55 To nie ze mną 2 (1, 2)
13.20 Nibylandex
13.45 Ranking naj polskiego kina (1)
14.30 Pan Wołodyjowski – hist., 1968, 195 min
17.45 Stawka większa niż życie (6, 7) – wojenny
20.05 Och, Karol – komedia obycz., 1985, 120 min

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Kabaretowe hity (6)
6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
7.50 Robert Makłowicz (159, 128) – mag. kulin.
9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher (13) – serial krym., Australia
10.55 Górski lekarz (4, 5) – serial obycz., Niemcy
12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (1)
14.00 Katastrofy w przestworzach (6, 3) – serial dok., Kan.
17.00 MacGyver 4 (14) – serens., USA/Kan. 1989
18.00 Wojny magazynowe: Kanada (14, 15)
19.10 Aukcja w ciemno 2 (14, 15) – serial dokum.

20

DRAMAT SENSACYJNY

21.00 Gwiazdorski piątek: Zawodowcy – USA 2008, 125 min

Nowy Jork. Detektywi prowadzą śledztwo w sprawie seryjnego mordercy. Wszystkie poszlaki wskazują na to, że zabójcą jest policjant.

23.05 Obcy kontra Predator – horror s.f., USA/Kanada/Niemcy 2004, reż. Paul W.S. Anderson, 125 min
1.10 Ślad (14-17) – serial krym., Pol. 2018-2019
5.10 Na ratunek 112 (872) – serial paradokumentalny, Polska

KOMEDIOWY

20.25 Teoria wielkiego podrywu 9 (1-4)

Penny i Leonard biorą kameralny ślub w Las Vegas. Ich przyjaciele podziwiają przebieg uroczystości za pomocą transmisji wideo. Wkrótce dochodzi do pierwszej kłótni.

22.00 The Office PL 4 (9, 10) – serial kom.
23.05 Comedy Club 7 (7, 8)
0.05 Miasteczko South Park 3
1.00 Pracoholicy 4 (5, 6)
2.00 Śmieszniej nie będzie 2 (1, 2) – rozr.
3.00 Miasteczko South Park 3

DRAMAT BIOGRAFICZNY

20.00 25 lat niewinności. Sprawa Tomka Komendy – Polska 2020, 155 min

23-letni Tomek Komenda zostaje niesłusznie skazany na 25 lat więzienia za zabójstwo nastolatki. Po 18 latach policja i prokuratura wznawiają śledztwo.

22.35 G.I. Joe: Odwet – film sensacyjny, USA 2013, 130 min
0.45 Gliniarz z Beverly Hills 2 – kom. sens., USA 1987, 125 min
2.50 Motywy filmowe (7)
3.05 Szkoła (753)

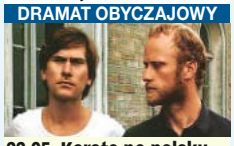
THRILLER

22.00 Bajecznie bogaci szaleńcy – USA 2020, 115 min

Brandi odkrywa, że jej chłopak pochodzi z majętnej rodziny. Zaczyna podejrzewać, że bliscy partnera coś ukrywają. Sprowadza na siebie niebezpieczeństwo.

23.55 Nieuchwytny cel 2 – film kryminalny, USA 2016, 125 min
2.00 Morderstwo na przylądku Finisterre – krym., Francja 2023, 120 min
4.00 Detektyw z wybrzeża 2 (1, 2)

DRAMAT OBYCZAJOWY



22.05 Karate po polsku – 1983, 115 min

Na Mazurach dwaj przyjezdni plastycy przeciwstawiają się bandzie chuliganów. Gdy artyści ratują z opresji wuja lidera bandy, byłego oficera AK, ataki przybierają na sile.

0.00 Game Over – dramat obyczajowy, 2024, 115 min
1.55 Wymyk – dramat obycz., 2011, 115 min
3.50 W nich cała nadzieja – dramat s.f., 2023, 115 min
5.45 Zakalec – dramat obycz., 2024, min

KOMEDIA SENSACYJNA

20.00 Wreszcie piątek: Sztos – Polska 1997, 115 min

Sopoccy cinkciarze, Eryk oraz Synek, potrzebują pieniędzy, aby zemścić się na znajomym, który oszukał pierwszego z nich. Przygotowują brawurowy przekręt.

21.55 Klient – dramat sens., USA 1994, 155 min
0.30 Krzyk 4 – horror, USA 2011, reż. Wes Craven, 140 min
2.50 Chłopi (2) – obycz., Polska 1973, 100 min
4.30 Prehistoryczna apokalipsa (4) – dok.

CINEMAX HD

13.05 Trucizna – dramat obyczajowy, 2024, 90 min
14.35 Pysznie – komedia, Litwa 2024, 115 min
16.30 Sztuka kradzieży – komedia kryminalna, Kanada/USA 2013, 90 min
18.00 Jaśniejsza od gwiazd – melodramat, Wlk. Bryt./Australia/Fr. 2009, 120 min
20.00 CJ7 – komedia, Hongkong 2008, reż. Stephen Chow, wyk. Stephen Chow, 90 min
21.30 Dunkierka – film wojenny, Wielka Brytania/Holandia/Francja 2017, 105 min
23.15 Wielkie Nic – kom. krym., Wlk. Bryt./Kan. 2006, 85 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 Święty (49, 50) – kom., Pol.
14.25 Spadkobiercy 4 (10)
15.25 Co ludzie powiedzą? (1)
16.05 Jedną nogą w grobie 4 (3) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.55 Czarna Żmija (3) – kom.
17.35 Bob kocha Abisholę 3 (19-21) – serial komediowy
19.00 Dwóch i pół 6 (16-19)
21.00 Świat według Kiepskich (1-3) – serial kom., Pol. 2010
22.30 Co ludzie powiedzą? (2)
23.05 Jedną nogą w grobie 4 (4) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 Czarna Żmija (4) – kom.
0.30 Comedy Club 3 (12) – rozr.
1.00 Dziewczyny w wielkim mieście 3 (9, 10) – kom.

SCI FI

10.00 Medium (7, 8) – krym., USA
11.50 Zagubiona tożsamość 3 (2, 3) – serial s.f., Kan. 2013
13.40 Transmorfersi: Mechabestie – film s.f., USA 2023, 110 min
15.30 Medium (9, 10) – krym.
17.20 Zagubiona tożsamość 3 (4, 5) – serial s.f., Kan. 2013
19.10 Wielki uskok – film katastroficzny, USA 2024, reż. Nick Lyon, 110 min
21.00 Wyspa fantazji – horror, USA 2020, 130 min
23.10 Pan i pani Smith – kom. sens., 2005, 145 min
1.35 Uwaga, rekin! – thriller, USA 2024, 105 min

FX HD

9.00 Z archiwum X 3 (2) – s.f.
10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (2, 3) – serial krym.
11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (15, 16)
13.45 Agenci NCIS 10 (15, 16)
15.35 Skymed 3 (3) – obycz.
16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (4, 5) – serial krym.
18.20 Z archiwum X (3) – s.f.
19.15 FBI 4 (16) – serial krym.
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (17, 18) – serial kryminalny, USA
22.00 Grey's Anatomy: Chirurdzy (18) – obycz.
22.55 Titanic – dramat katastrof., 1997, 225 min

FILMBOX+ ONE HD

8.35 Panna Scarlet i komisarz (2) – krym., USA
9.50 Panna Marple: Próba niewinności – krym., Wlk. Bryt. 2007, 125 min
11.55 Zagadki kryminalne panny Fisher (9) – krym.
13.05 Panna Scarlet i komisarz (3) – krym., USA
14.15 Poirot – serial kryminalny
16.40 Strażnik Teksasu 2 (7, 8)
18.55 Poirot (6) – serial krym.
20.00 Anatomia strachu – thriller, USA 2011, 120 min
22.00 Uprowadzona 2 – film sensacyjny, 2012, 115 min
23.55 3:10 do Yumy – western, USA 2007, 165 min

ROMANCE TV HD

12.25 Lena Lorenz: Kruche szczęście – dramat obycz., Niemcy 2021, 115 min
14.20 Inga Lindström: Pisarz i ja – film obyczajowy, Niemcy 2022, 115 min
16.15 Umzugschaos – komedia romantyczna, Niemcy 2021, 110 min
18.05 Górski lekarz (158, 159)
20.00 Statek marzeń – Argentyna – film obyczajowy, 2024, 115 min
21.55 Piękna i miliarder – komedia romantyczna, USA/Kanada 2022, 115 min
23.50 Górski lekarz (158, 159) – obycz., Niemcy/Austria

CINEMAX 2 HD

12.20 Loteria! – komedia sensacyjna, 2024, 105 min
14.05 Tess – dramat obyczajowy, Wlk. Bryt./Fr. 1979, 170 min
16.55 Ave, Cezar! – komedia, Wielka Brytania/USA/Japonia 2016, 105 min
18.40 Dziewczyna z marzeniami – dramat obyczajowy, USA 2009, reż. Drew Barrymore, 110 min
20.30 P! Nieśmiertelne – film obyczajowy, Francja/Kanada 2025, 95 min
22.05 Gioia to radość – film obyczajowy, 2025, 110 min
23.55 Bez serca – dramat obycz., Brazylia/Fr./Wł. 2023, 95 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

9.05 Poirot 3 (7, 8) – serial krym.
11.10 Zatraceni w miłości (47, 48) – telen., Turcja 2023
13.25 Agenci NCIS 16 (9, 10)
15.10 Lekarze na start (47, 48)
16.45 Poirot 3 (9, 10) – krym.
19.00 Zatraceni w miłości (49, 50) – telen., Turcja 2023
21.00 Marlow: klub zbrodni (1)
22.00 Morderstwo w małym mieście (1) – krym., Kan.
23.20 Projekt Błękitna Księga (8) – serial s.f., Kanada/USA
0.10 Zatraceni w miłości (49, 50) – telen., Turcja 2023
2.05 Marlow: klub zbrodni (1)
2.50 Morderstwo w małym mieście (1) – krym., Kan.

NOVELAS+ HD

10.00 Cud miłości (37) – telen.
11.00 Otchłań namiętności (122) – telen., Meksyk 2012
12.00 Za wszelką cenę (92)
13.00 Róże i grzechy (21)
14.00 Historia Juany (49, 50)
16.00 Róże i grzechy (22)
17.00 Za wszelką cenę (93)
18.00 Otchłań namiętności (123) – telen., Meksyk 2012
19.00 Macocha (32) – telenowela
20.00 Cud miłości (38) – telen.
21.04 Historia Juany (50)
22.00 Róże i grzechy (22)
23.00 Za wszelką cenę (93)
0.00 Otchłań namiętności (123) – telen., Meksyk 2012
1.00 Macocha (32) – telenowela

FX COMEDY HD

10.10 Diabli nadali 9 (9-12)
12.00 Jim wie lepiej 8 (11, 12)
13.00 Sposób użycia (4, 5)
14.00 Wszyscy kochają Raymonda 7 (2-5) – kom.
16.00 Simpsonowie 31 (11-14)
18.00 Jak poznałem waszą matkę 3 (14-16) – kom.
19.30 Współczesna rodzina 8 (15-17) – serial komediowy
21.00 Family Guy: Głowa rodziny 19 (8, 9)
22.00 Jackass – świry w akcji 2 – komedia, USA 2006, 100 min
23.40 Simpsonowie 31 (7, 8)
0.40 Family Guy: Głowa rodziny 19 (2-5)

FILMBOX+ HITS HD

14.30 Miłość i Mary – komedia, USA 2007, 115 min
16.25 Nic dobrego dla kowboja – kom. romant., Kanada 1998, 105 min
18.10 Mały różowy dom – dramat obyczajowy, Kanada/USA 2017, 110 min
20.00 Powodzenia, Leo Grande! – komediodramat, Wielka Brytania/USA 2022, reż. Sophie Hyde, 110 min
21.50 Under Fire – thriller, USA 2025, reż. Steven C. Miller, wyk. Dylan Sprouse, Mason Gooding, 105 min
23.35 Dziedzictwo. Hereditary – horror, USA 2018, 140 min

PARAMOUNT NETWORK HD

10.25 Pingwiny z Madagaskaru (13)
10.50 Zmowa pierwszych żon – kom., USA 1996, 130 min
13.00 Czarodziejki 4 (3, 4) – serial fantasy, USA 2001
15.00 Austin Powers: International Man of Mystery – komedia, USA/Niemcy 1997, 125 min
17.05 Terminal – komedia romant., USA 2004, 175 min
20.00 Dirty dancing – film muzyczny, 1987, 125 min
22.05 Straszny film – horror komediowy, 2000, 100 min
23.45 Suburra – film kryminalny, Wł./Fr. 2015, 165 min

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

eprasa.pl 989b197d00

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
- 6.30 **Snooker:** Turniej Welsh Open w Llandudno – mecz finałowy: B. Hawkins – J. Lisowski
- 8.30 **Spirit of Yachting** – magazyn żeglarski
- 9.00 **Kolarstwo:** Tour de France – 12. etap
- 10.00 **Snooker:** World Open – finał: R. O'Sullivan – T. Un-Nooh
- 12.00 **Kolarstwo:** Tour de France – 12. etap
- 12.45 LIVE **Kolarstwo:** Tour de France – 13. etap
- 18.30 **Kolarstwo górskie – magazyn**
- 19.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Chamonix – prowadzenie – finały

POLSAT SPORT 1 HD
- 5.45 **Siatkówka** LIVE **mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Kuba – Argentyna
- 10.00 **Tenis:** Narodowe LIVE Mistrzostwa Polski – Gdynia 2026 – mecz finałowy
- 12.05 **Siatkówka** LIVE **mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Japonia – Belgia
- 16.15 **Siatkówka** LIVE **mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Turcja – Ukraina Reprezentacje Turcji i Ukrainy wygrały łącznie po pięć spotkań w dwóch pierwszych etapach rywalizacji.

CANAL+ SPORT HD
- 6.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Cracovia – Raków Częstochowa
- 8.20 **Premier League Stories** (31) – mag.
- 9.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Sevilla FC – Real Madryt CF
- 11.20 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Atletico Madryt – Girona FC
- 13.40 **8 wspaniałych** (1) – serial dokum.
- 14.40 **Premier League: The Big Interview** (9, 10) – mag. piłkarski
- 15.45 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Sevilla FC – Real Madryt CF
- 18.00 **Wyścigi konne:** Tor Służewiec 2026 – Gala Derby

TVP SPORT DVB T2
- 5.45 **Koszykówka 3x3:** Mistrzostwa świata – Warszawa 2026 – mecze o 3. miejsce
- 6.45 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz półfinałowy
- 9.00 **Mundialowy poranek** (36) – mag.
- 10.15 **Lekkoatletyka:** Mistrzostwa Europy U-18 – Rieti 2026 – 1. dzień
- 12.10 **Kamerą TVP Sport**
- 13.00 **Piłka nożna:** Superpuchar Polski: Lech – Górnik Zabrze
- 15.10 **Lekkoatletyka:** Mityng World Athletics Continental Tour Silver – Madryt 2026

ELEVEN SPORTS 1 HD
- 9.00 **Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach** – mag.
- 9.50 **Formuła 3:** GP Belgii LIVE – sesja treningowa
- 11.00 **Formuła 2:** GP Belgii LIVE – sesja treningowa
- 12.10 **F2: Chasing the Dream** – mag. motor.
- 12.30 **Formuła 1:** Grand Prix Wielkiej Brytanii
- 13.10 **Formuła 1:** GP Belgii LIVE – 1. sesja treningowa
- 14.55 **Formuła 3:** GP Belgii LIVE – sesja kwalifikacyjna
- 16.00 **GP Confidential** – magazyn Formuły 1
- 16.40 **Formuła 1:** GP Belgii LIVE – 2. sesja treningowa
- 18.35 **Formuła 1:** Grand Prix Belgii – 1. i 2. sesja treningowa

DISCOVERY CHANNEL HD
- 7.00 **Budowa na końcu świata 6** – serial dok.
- 8.00 **Poszukiwacze kamieni szlachetnych** (3)
- 9.00 **Gorączka złota: rzeka skarbów 8**
- 10.00 **Stacja Alaska** – dok.
- 11.00 **Przetrwać nad Jukonem** – serial dok.
- 12.00 **Włoska kontrola celna** (14) – dok., Wł.
- 13.00 **Pojedynki Eda Stafforda 2** – dok.
- 14.00 **Nagi instynkt przetrwania: Elita 4**
- 15.00 **Złomowisko PL 6** (13) – serial dokum.
- 16.00 **Bimbrownicy 14**
- 17.00 **Na straży duńskiego lotniska 2** (10) – dok.

20

SNOOKER

20.00 Tour Championship – mecz finałowy

O losie tytułu mistrzowskiego przesądził pojedynek Judda Trumpa z Chińczykiem Zhao Xintongiem.

- 22.00 **Kolarstwo:** Tour de France – 13. etap
- 0.00 **Snooker:** Tour Championship – finał
- 1.30 **Kolarstwo:** Tour de France – 13. etap
- 3.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Chamonix – prowadzenie – finały
- 4.30 **Kolarstwo:** Tour de France – 13. etap

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN

19.45 Liga Narodów: LIVE Iran – Słowenia

Słoweńcy zaskakują w tej edycji LN. Pokonali m.in. reprezentacje Brazylii 3:0 i Polski 3:2. Irańczykom nie idzie tak dobrze. W pierwszych dwóch turniejach zdołali wygrać tylko dwa razy.

- 22.45 **Siatkówka** LIVE **mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Chiny – Bułgaria
- 1.00 **Boks**
- 2.45 **Siatkówka** LIVE **mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Brazylia – Polska

SPORTY WALKI

20.30 ONE Friday Fights 162

W karcie walk podczas zawodów w Lumpinee Stadium w Bangkoku znalazły się między innymi pojedynki Jonathana Di Belli z Zhangiem Peimianem, Heleny Crevar z Paige Ivette Clymer oraz Yuki Yozy z Benem Woollissem.

- 23.45 **Premier League Stories** (49) – magazyn piłkarski
- 0.30 **Liga+ Extra** – magazyn piłkarski
- 3.00 **Sporty walki:** ONE Fight Night 45

LEKKOATLETYKA

17.20 ME U-18 – Rieti 2026 – 2. dzień

Dzisiaj zostaną rozegrane m.in. półfinały biegów na 400 i 800 metrów oraz finały rzutu młotem mężczyzn i pchnięcia kulą kobiet.

- 21.00 **Dzień na mundialu** (36) – mag. piłkarski
- 22.30 **Piłka nożna:** Superpuchar Polski – mecz: Lech Poznań – Górnik Zabrze
- 0.40 **Boks:** Gala w Paradise – waga piórkowa: J. Zamarron – R. L. Allen
- 1.30 **Boks:** Gala w Leeds – podsumowanie

FORMUŁA 2

21.25 Grand Prix Belgii – sesja kwalifikacyjna

Na torze Circuit de Spa-Francorchamps zobaczymy w akcji między innymi Romana Bilińskiego.

- 22.40 **Made in Italy** (20, 19, 18) – mag.
- 23.30 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (3, 4) – magazyn piłkarski
- 0.40 **Ligue 1 Show** (35)
- 1.20 **Moi bohaterowie**
- 2.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Pisa – Milan
- 4.00 **Najlepsi obrońcy Bundesligi lat 90.**

DOKUMENTALNY

18.00 Lotnisko (7) – Polska 2019

Każde lotnisko musi niezawodnie pracować przez 24 godziny na dobę na najwyższych obrotach. Na funkcjonowanie portu składa się praca setek profesjonalistów.

- 19.00 **Nagi instynkt przetrwania 9** – dok.
- 21.00 **Specjalistki** (8) – dok.
- 22.00 **Bimbrownicy 14**
- 23.00 **Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata**
- 1.00 **Hot rod wg Kindiga**
- 2.00 **Mistrzowie logistyki** (7) – dok.

EUROSPORT 2 HD
- 12.00 **Snooker:** Tour Championship – finał
- 14.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Chamonix – prowadzenie – finały
- 15.00 **Tenis:** Turniej French Open 2026 – finał: M. Chwalińska – M. Andriejewa
- 17.00 **Snooker:** Tour Championship – finał
- 18.00 **Golf:** Corales Puntacana LIVE Championship – 2. runda
- 21.00 **Kolarstwo:** Tour de France – 13. etap: Dole – Belfort
- 22.00 **Snooker:** Tour Championship – finał
- 0.00 **Kolarstwo:** Tour de France – 13. etap: Dole – Belfort

POLSAT SPORT 2 HD
- 6.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon
- 7.30 **Golf:** LIVE Turniej The Open
- 12.00 **Tenis:** Narodowe LIVE Mistrzostwa Polski – Gdynia 2026 – mecze finałowe
- 15.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon
- 18.30 **Tenis:** Turniej ATP w Umag LIVE – mecz półfinałowy gry pojedynczej
- 21.00 **Tenis:** Turniej ATP w Umag LIVE – mecz półfinałowy gry pojedynczej
- 23.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- 1.00 **Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
- 8.30 **Tenis:** Turniej WTA w Atenach – mecz 2. rundy
- 11.00 **Tenis:** Turniej WTA w Atenach – mecz 2. rundy
- 13.30 **Tenis:** Turniej WTA w Atenach – mecz 2. rundy
- 16.00 **8 wspaniałych** (3) – dok.
- 16.30 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Atenach – ćwierćfinał
- 18.30 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Atenach – ćwierćfinał
- 20.30 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Atenach – ćwierćfinał
- 22.45 **Tenis:** Turniej WTA w Atenach – ćwierćfinał
- 1.15 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – Wisła Płock

EXTREME CHANNEL HD
- 9.00 **Liquid Edge** (2)
- 10.00 **AMA Motocross Series Highlights 2017** (4)
- 11.00 **X Games – Aspen 2021**
- 12.00 **Blue World 4** (3, 4)
- 13.00 **Action Sports World** (19)
- 14.00 **WWE Highlights**
- 15.00 **WWE Classic Gold**
- 16.20 **WWE Highlights** (27)
- 16.40 **WWE Classic Gold** (8)
- 17.00 **KPW Kombat TV** (23, 27)
- 19.00 **WWE Classic Gold**
- 20.00 **AEW Dynamite** (2627)
- 22.00 **PTW Wrestling** (20)
- 0.15 **New Japan Wrestling – Highlights** (14, 10, 18)
- 2.00 **AMA Motocross Series Highlights 2017** (4)

ELEVEN SPORTS 2 HD
- 12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayer – Bayern
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter Mediolan – Genoa CFC
- 15.50 **Formuła 2:** Grand Prix LIVE Belgii – sesja kwalifikacyjna
- 17.00 **Formuła 3:** Grand Prix Belgii – sesja kwalifikacyjna
- 18.00 **Formuła 1**
- 20.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: US Lecce – Inter
- 22.00 **Ligue 1 Show** (35) – mag.
- 22.30 **Bundesliga Special** (22)
- 23.00 **Serie A** – mag. piłkarski
- 0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – Toulouse FC

DISCOVERY LIFE HD
- 10.15 **Nowa Maja w ogrodzie**
- 11.15 **Idealna niania 3** (11, 12)
- 12.45 **Powrót doktora Szczyta**
- 14.45 **Szpital** (523, 524)
- 16.45 **Idealna niania 3** (10-12)
- 19.00 **Idealna niania 4** (1)
- 19.45 **Zrób coś z tym dzieckiem** (7) – mag.
- 20.15 **De Frogers: przygoda na kółkach** (2)
- 21.15 **Dr Pryszczylla 3** (14)
- 22.15 **Miłosny znak zodiaku** (1)
- 23.15 **Nie do uwierzenia! 5** (6)
- 0.15 **Sekrety lekarzy** (6)
- 1.15 **Wycieczkowiec** (7)
- 2.15 **Eks-tra zmiana** (7) – rozr.
- 3.00 **Druga twarz 2** (8) – rozr.
- 3.45 **Szpital** (355, 356)

POLSAT SPORT FIGHT HD
- 12.20 **Atleci** – magazyn sportowy
- 12.45 **Sporty walki:** UFC Fight Night: M. Evloev – L. Murphy
- 14.40 **Boks:** Rocky Boxing Night w Żukowie: Mateusz Polski – Luis Romero Mendoza
- 17.40 **K.O. TV Weekly** (29)
- 18.10 **Sporty walki:** Babilon MMA 48 w Sosnowcu: A. Błeszyński – S. Vogt
- 21.10 **Z archiwum ESPN** – mag.
- 22.20 **Sporty walki:** UFC Fight Night – walka: Israel Adesanya – Joe Pyfer
- 1.05 **Strzelnica Navala** (1)
- 1.35 **Boks:** Polsat Boxing Promotions 12 w Lubinie: P. Czyżyk – D. Lepei

POLSAT SPORT 3 HD
- 6.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- 8.30 **Tenis:** Turniej Wimbledon
- 11.00 **Tenis:** Turniej ATP w Bastad LIVE – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej
- 13.00 **Tenis:** Turniej ATP LIVE w Bastad – ćwierćfinał
- 15.00 **Tenis:** Turniej ATP LIVE w Bastad – ćwierćfinał
- 17.00 **Tenis:** Turniej ATP LIVE w Bastad – ćwierćfinał
- 19.00 **Siatkówka kobiet:** LN
- 21.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon
- 23.00 **Tenis:** Narodowe MP – Gdynia 2026
- 1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
- 14.30 **Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga** – mag.
- 15.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026
- 16.35 **Premier League Review**
- 17.40 **Premier League Stories** (49) – magazyn piłkarski
- 18.15 **Boks:** Gala w El Paso: Stephanie Han – Holly Holm
- 20.30 **Sporty walki:** Sporty walki: ONE Friday Fights 162
- 0.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Cracovia – Raków Częstochowa
- 2.30 **Premier League Stories**

ELEVEN SPORTS 4 HD
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: 1. FC Köln – Borussia M'gladbach
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: RC Lens – Angers
- 18.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (5, 6) – mag.
- 19.00 **Serie A** – mag. piłkarski
- 20.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: Sporting CP – CD Tondela
- 22.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Hellas Werona – SSC Napoli
- 0.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: HSV – FC Köln
- 2.00 **Bundesliga Special** (16)
- 2.30 **Magazyn piłkarski**

ELEVEN SPORTS 3 HD
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Olympique Marsylia – Lille
- 16.00 **Serie A** – mag. piłkarski
- 16.55 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (3, 4) – mag.
- 17.45 **Made in Italy** (18) – mag.
- 18.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Atalanta – Napoli
- 20.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: BVB – HSV
- 22.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: RC Lens – Angers
- 0.00 **Podróż do świata Calcio** – magazyn piłkarski
- 0.25 **Potrójna korona Bayernu Monachium**

CANAL+ DOKUMENT HD
- 10.00 **Polska z góry 5** (8-10)
- 11.35 **Wszystkie kolory świata** (3, 2, 4) – serial dok.
- 15.35 **Zabójcze asteroidy. Jak uniknąć apokalipsy**
- 16.35 **Irlandia Zachodnia. Dzika kraina** – film dok.
- 17.35 **Rave** – film dok., Pol. 2024
- 19.00 **Naziści po wojnie – globalna infiltracja** (1)
- 20.00 **Triumf i upadek. Historia Michaela Jacksona** (2) – serial dok.
- 21.00 **Wcielenie zła: Akta Epsteina** – film dok., 2026
- 22.40 **Skradzione ciało** – dok.
- 0.05 **Pod powierzchnią** – dok.
- 1.55 **O co biega?** (6) – mag.

eprasa.pl 989b197d00

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16** (3, 4) – serial dok., Wlk. Bryt.
8.00 **The Ocean Race: Żeglarska obsesja** (2) – film dokum., Wielka Brytania 2023
9.00 **Gwiezdne bitwy** – serial dokumentalny
11.00 **W sieci eksperymentów** – dok., USA/Wlk. Bryt.
13.00 **Gigantyczne konstrukcje według Hammonda** – rozr.
15.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
18.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16** (9-13) – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY

21.00 **DNA epoki lodowcowej** – 2019
Na Syberii trwają wykopaliska prowadzone są pod nadzorem Phila Torresa i doktor Tori Herridge. Widzowie zobaczą różne gatunki zwierząt z epoki lodowcowej.
23.00 **Kosmiczna mapa skarbów** – serial dokumentalny, USA
1.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny
4.00 **Tajemnice lądowania na Księżycu** (1, 2) – serial dokumentalny

ID HD

6.00 **Śmierć w cieniu stadionu** – krym.
8.00 **Tajemnice jeziora Erie 2** – serial dok.
9.00 **Miasto upadłych aniołów** – krym.
10.00 **Zbrodnia w sąsiedztwie 2**
12.00 **Taśmy zbrodni**
14.00 **Viralowe zbrodnie 2**
15.00 **Viralowe zbrodnie:** Kontratak – serial dok.
15.30 **Viralowe zbrodnie 2** – dok., USA
16.00 **Przerwana sielanka** – serial dokumentalny
18.00 **Spowiedź mordercy: akta strażnika z Teksasu** – serial dokumentalny
20.00 **Sekrety zbrodni** – serial dokum.

DOKUMENTALNY

21.00 **Premiera: Zabójczy blond 2:** Ofiary pożaru – USA 2025
W Oklahoma City policja odkrywa w zgliszczach spalonego domu ciała czterech osób. Tragiczne znalezisko wstrząsa społecznością, a śledczy ustalają tożsamości ofiar.
22.00 **Mroczne sekrety Playboya 2** – dok.
23.00 **Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2** – dok.
0.00 **Koleżanki na zabój** – serial dokumentalny
1.00 **Zabójczy blond 2**
2.00 **Sekrety zbrodni**

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

12.00 **Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy** (6) – dok.
13.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy** – serial dok.
15.00 **Katastrofa w przestworzach** (5) – serial dokum.
16.00 **Morski patrol: Hiszpania** (6) – dok.
17.00 **Zaginione skarby Biblii: Tajemnice wiary** (1) – serial dok.
18.00 **Państwa Osi: Droga ku porażce** (3): Zasoby – serial dokum.
19.05 **Wojna widziana z powietrza** (3) – dok., Wlk. Bryt.
20.01 **Katastrofa w przestworzach** (3) – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY

21.00 **Przywódcy III Rzeszy** (1, 2)
Hitler wykorzystał kryzys gospodarczy i rozruchy, by wmówić Niemcom, że potrzebują autorytarnego wodza. Archiwalne materiały ukazują jego działalność w latach 1929-1936.
23.10 **Utracone bomby zimnej wojny** (2)
0.22 **Hitler narkoman**
0.55 **Przywódcy III Rzeszy** (1)
2.02 **Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny** (8)
3.00 **Car SOS** (2, 4) – dok.

FOKUS TV DVB T2

7.00 **Byli sobie wynalazcy** (17-20)
8.55 **Wehikuł czasu** (717)
9.00 **Starożytni kosmici** (9) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (5, 6) – reality show
12.00 **Hitlerowska machina śmierci** (4)
13.00 **Poszukiwacze historii** (5, 6) – dok.
14.00 **Ostatnie dni nazistów** (1, 2)
16.00 **Dorwać tuńczyka** (10, 11) – serial dok.
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (28, 29) – serial dok.
20.00 **Największe wynalazki starożytności** (8)
21.00 **Największe mity historii** (6) – dok.

DOKUMENTALNY

22.00 **Rycerze przestworzy** (1, 2)
Odcinek poświęcony losom innowatorów, którzy przekształcili niedoskonałe maszyny latające w skuteczną broń. Pierwsi piloci musieli wykazać się niezwykłą odwagą.
0.00 **Życie na marginesie. W romskich obozowiskach** – film dokum., Francja 2024
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (11-14) – serial dokumentalny, Polska
5.00 **Kołowrotek** (11, 12) – magazyn wędkarski

TVP HISTORIA DVB T2

6.10 **Zakochaj się w Polsce** (56-58)
7.45 **Flesz historii** (770)
8.20 **Tajemnica twierdzy szyfrów** (8) – wojenny
9.30 **Plaże Europy** (3): Santoryn – cykl dokum.
10.35 **Tajemnice kultowych seriali** (4)
11.35 **Irena Santor. Magiczny jeden krok** – dok., Pol. 2024
12.40 **Starożytne mocarstwa** (6) – dok.
13.40 **Królowie** (60) – hist.
14.15 **Czterej pancerni i pies** (3) – wojenny
15.25 **Sensacje XX wieku**
18.05 **Tajemnica twierdzy szyfrów** (9) – wojenny
18.55 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja

DRAMAT BIOGRAFICZNY

20.00 **Eiffel** – Francja/Belgia/Niemcy 2021, 115 min
FILM
Lata 80. XIX w. W Paryżu ma się odbyć światowa wystawa. Francuski rząd chce olśnić gości. Zleca inżynierowi Gustave'owi Eifflowi stworzenie wyjątkowego projektu.
21.55 **Historia w postaciach zapisana** – cykl dok., Francja 2007-2026
0.05 **Sensacje XX wieku** – program historyczny
2.10 **Encyklopedia II wojny światowej:** Obrona Helu, część 5 – serial dok., Pol. 1995

HISTORY HD

13.05 **Starożytni kosmici 16** (13) – dok.
14.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 5** (5) – serial dok., USA
14.50 **Największe tajemnice świata 5** (4) – dok., USA 2024
15.45 **Gwiazdy lombardu 13** (13)
16.15 **Jak to wyjaśnić? 5** (19) – serial dok., USA
17.10 **Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2** (17) – dok.
18.10 **Największe tajemnice świata 6** (12) – serial dok., USA
19.05 **Starożytni kosmici 17** (4) – dok.
20.00 **Starożytni kosmici 16** (10) – dok.

DOKUMENTALNY

21.00 **Wojownicy wszech czasów** (2)
Wikingowie przemierzali morza i plądrowali rozległe tereny Europy, budząc strach wśród swoich przeciwników. Uzbrojeni w topory i miecze, łączyli brutalną siłę z przemyślaną strategią.
22.00 **Starożytni kosmici 17** (5) – dok.
23.00 **Jak to wyjaśnić: tajemnice UFO** (5) – dok., USA
23.55 **Jak to wyjaśnić? 5** (19) – serial dok., USA
0.50 **Starożytni kosmici 16** (10) – dok.

20

DISCOVERY HISTORIA HD

9.00 **Tajemnice wraków Bałtyku** (10) – serial dok.
10.00 **Wrzesień '39** – serial dok.
11.00 **Militaria na warsztat** (8)
12.00 **Podziemne sekrety**
14.00 **Łowcy staroci: Renowacje** (8, 9) – dok.
16.00 **Walka o bagaż** (7-10)
18.00 **Łowcy staroci** – dok.
20.00 **Legendarne miejscówki**
21.00 **Tajemnice słynnych budowli** (1) – serial dokum.
22.00 **Klub odkrywców** – dok.
23.00 **Maraton przetrwania** (1)
0.00 **Wyprawa w nieznane**
1.00 **Historie lotnicze** – dok.
2.00 **Bitwy żołnierza polskiego** – cykl dokum.

PLANETE+ HD

12.35 **Cały rok z pandą** (2)
13.45 **Na targach świata 2**
14.45 **Podróż do wnętrza chmur** (1) – serial dok., Fr.
15.50 **Niezwykłe podróże koleją 10** (1) – serial dok.
16.55 **Świat z góry 7** (3, 4) – dok.
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4** (85, 86)
18.40 **Wielka rewolucja RNA**
19.45 **Ewangelia dobrobytu. Historia kapitalizmu** (2)
20.50 **Berlusconi. Początki imperium** (3) – serial dok.
21.55 **Adonis** – film dok., Kan.
23.10 **Co to znaczy mężczyzna?** – film dokum.
0.20 **Niezwykłe podróże koleją 10** (2) – serial dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

9.00 **Niezwykły dr Pol**
12.00 **Zabójcze królestwo Afryki** (4) – serial dok., RPA
13.00 **Dzika przyroda Europy** (3) – film dokum., Hol. 2015
14.00 **Madagaskar – najdziwniejsze gatunki** (1) – serial dok.
15.00 **Dzika konfrontacja** (3)
16.00 **Jezioro Tanganika: serce Afryki** – film dokumentalny
17.00 **Olbrzymy z głębin** – dok.
18.00 **Nadciąga wielka woda**
19.00 **Królestwo drapieżników** (3) – dok.
20.00 **Dzikie, sprytne i zabójcze** (6) – serial dok.
21.00 **Niezwykły dr Pol**

POLSAT VIASAT NATURE HD

8.35 **W okowach mrozu 4** (9)
9.35 **Dziki Teksas** – film dok.
11.50 **Rekin!** (3) – dok., Wlk. Bryt.
12.45 **W okowach mrozu 4** (9)
13.40 **Zabójcza pogoda 2** (9)
14.45 **Rzeczne potwory 3** (7)
15.50 **W okowach mrozu 4** (9)
16.50 **Afryka: życie na gorąco**
17.55 **Likaony: stado vs. reszta świata 2** (1, 2) – serial dok.
19.00 **Rzeczne potwory 3** (7)
20.00 **W okowach mrozu 4** (10)
21.00 **Dziki Teksas** – film dok.
23.15 **Rekiny w Port Jackson**
0.25 **W okowach mrozu 4** (10)
1.15 **Zabójcza pogoda 2** (9)
2.05 **Rzeczne potwory 3** (7)
2.55 **Afryka: życie na gorąco**

BBC EARTH HD

13.25 **Attenborough i śpiew natury** – dok., Wlk. Bryt.
14.30 **W okowach mrozu 3**
16.30 **David Attenborough: początek wielkiej przygody** – dok., Wlk. Bryt.
17.40 **Attenborough i śpiew natury** – dok., Wlk. Bryt.
18.45 **Malownicze trasy kolejowe 4** (5) – serial dok.
19.45 **Indie z Alexandrem Armstrongiem** (3) – dok.
20.45 **Potęga ssaków: kulisy** (3) – serial dok., Wlk. Bryt.
20.55 **W okowach mrozu 4**
22.55 **Na krawędzi katastrofy** (3) – serial dok., Wlk. Bryt.
23.55 **Zabójcza pogoda 5** (6)

ANIMAL PLANET HD

13.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.
14.00 **Resocjalizacja z Pit Bullem 4** – serial dok., USA
15.00 **Kot z piekła rodem**
17.00 **Dwa oblicza survivalu 3**
18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych 6** – serial dok.
19.00 **Mieszkanie na pniu**
20.00 **Michael Phelps kontra rekiny** – film dokum.
21.00 **Alaska: przetrwać na krańcu świata** – dok.
22.00 **Baseny z rozmachem 2**
23.00 **Resocjalizacja z Pit Bullem 4** – serial dok., USA
0.00 **Alaska: Ostatni przystanek** – serial dok.

TVP DOKUMENT HD

13.55 **Reunion – laboratorium ewolucji** – film dokum.
15.00 **Kraina górskich szczytów i rzek** – dok.
16.00 **W objęciach lodu** – dok.
17.05 **Rezydencje królewskie** (2) – film dokum., Wlk. Bryt.
18.00 **Sanatorium miłości 5** (7)
19.00 **Halina Konopacka** – dok.
20.10 **Triest – miasto o wielu przydomkach** – film dok.
21.05 **Zjawiskowe góry Portugalii** – film dokum.
22.10 **Niebezpieczne drogi** (10)
23.15 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
23.25 **Ukryta wojna Chin** – dok.
0.40 **Sanatorium miłości 5** (6)

POLSAT DOKU HD

8.05 **48h. Zaginieni** (136, 137)
10.05 **Polacy za granicą** (31, 32)
12.05 **Wojny kontenerowe 2**
13.10 **Poszukiwacze historii**
13.35 **Największe mity historii**
15.55 **Prawdziwa historia komunizmu** – film dokum.
16.50 **Naziści – wcielone zło**
17.40 **Podglądacze przyrody**
19.50 **Tajemnice Bałtyku i Morza Północnego** (3)
20.55 **David Attenborough i cuda natury** (5, 6) – dok.
22.00 **Kozy i owce – najtwardsze głowy w przyrodzie** – film dok.
23.05 **Świat z góry** (1, 2) – dok.
0.20 **Kroniki Hitlera** (6) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

13.10 **Łowcy samochodów z Australii** (7) – serial dok.
14.05 **Australijscy poszukiwacze złota 6**
16.00 **Ciężarówką po lepsze życie** (3) – serial dokum.
17.00 **Bohaterowie z St. John's 2** (1) – serial dok.
18.00 **Złoto Jukonu 5** (5) – dok.
19.00 **Australijscy poszukiwacze złota 7** (19, 20) – dok., Australia
21.00 **Największe budowle 3**
22.00 **Australijscy poszukiwacze złota 10**
23.00 **Katastrofy w przestworzach 3** (6)
0.00 **Złoto z mroźnej krainy**

POLSAT VIASAT HISTORY HD

14.35 **Titanic w kolorze** (1, 2)
16.35 **Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze** (5)
17.45 **Wojna światowa: 1914-1945** (7) – serial dok.
18.50 **Historia sprawiedliwości** (10)
19.50 **Ciemna strona starożytnej Grecji** (2) – serial dokum., Niem. 2025
21.00 **Wojna Adolfa Hitlera** (5)
22.05 **Dziki Zachód** (4) – dok.
23.05 **Jeden dzień w Auschwitz** – film dok.
0.15 **Tatuażysta z Auschwitz: historia prawdziwa** – film dokum., Francja 2024

CI POLSAT HD

14.10 **Morderca z Internetu 2**
15.05 **Ferie, impreza, morderstwo 2** (4) – dok.
16.00 **Pogrzebani za domem 3**
17.00 **I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5** (10) – dok.
18.00 **Dożywotniacy** (3, 4)
19.00 **Dowody zbrodni 4** (4)
20.00 **Kobiety, które niosły śmierć 13** (7) – serial dok.
21.00 **Psy na służbie z Jimem Belushim** (5, 6) – dok., USA
22.00 **Stalker: 12 lat koszmaru** (1) – film dokum., USA 2025
23.55 **Kobiety, które niosły śmierć 12** (1) – serial dok.
0.50 **Tajemnica mojej śmierci** (8) – serial dokumentalny

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 **Walka o bagaż** (22-25)
10.10 **Kulinarne podróże z Guyem Fierim** (11-13, 1)
12.15 **Megaładunki** (1, 2) – dok.
14.20 **Człowiek kontra jedzenie** (40) – mag. kulin.
14.55 **Niezwykłe Stany Prokopa** (6-8, 1) – pr. rozr.
17.00 **Śladami Wielkiej Stopy**
19.00 **Niezwykłe Stany Prokopa** (6, 7) – pr. rozr.
21.05 **Nagi instynkt przetrwania** (1, 2) – dok.
23.10 **Kobieta na krańcu świata** (5, 6, 1) – dok., Pol.
0.55 **Megaładunki** (1, 2) – dok.
2.55 **Śladami Wielkiej Stopy**
4.55 **Sukces nie zna granic** (5)

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

eprasa.pl 989b197d00

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

15.40 **Gwiazdy opolskich kabaretonów**
16.00 **Europejczyk – rzecz o Bronisławie Geremku** – film dokum., Polska 2024
17.00 **Gra słów. Krzyżówka** (1064)
17.30 **Teleexpress**
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **Stacja Arktyka**
18.45 **Info Wilno** (1895)
19.05 **Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny** (135) – program inform.
19.15 **Wyspa dzieci, czyli muzyczni spadkobiercy zespołu 2 plus 1** (2) – koncert
20.40 **Pogoda**

TVP ROZRYWKA

6.10 **Zakochaj się w Polsce** (260) – mag.
6.40 **Gra słów. Krzyżówka** (1076)
7.10 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
8.20 **Familiada** – telet.
8.50 **Va banque** (946)
9.25 **Koło fortuny** (2057)
10.05 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.40 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.10 **Alternatywy 4** (4) – serial kom., Pol. 1983
14.20 **Pan Mama** (38, 39) – serial kom., Pol. 2025
15.30 **Tak to leciało!** (69)
16.30 **Do śmiechu!** (77)
17.25 **Va banque** (947) – teleturniej
18.00 **Koło fortuny** (2058)

POLSAT CAFÉ

6.00 **Przyjaciółki** (81, 82) – serial obycz., Polska
8.00 **halo tu polsat cafe** (6) – mag. poradnikowy
11.00 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (56) – reality show
12.30 **Bogaty dom – biedny dom** (123, 124)
14.30 **10 lat młodsza w 10 dni z Sablewską** (4, 5) – pr. rozrywk.
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (55) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (226, 227)
20.00 **Kolacja w ciemno** (82) – pr. rozrywk.
21.05 **Więzienie kobiet** (78, 79) – serial dokum.

TV 4 DVB-T2

6.00 **Strażnik Teksasu** (22, 23) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (92)
8.55 **Policjantki i Policjanci** (520, 521) – serial obycz., Polska
10.55 **Na ratunek 112** (1118, 1119) – paradok.
11.55 **Dlaczego ja?** (1547, 1548) – paradok.
13.55 **Trudne sprawy** (773-775) – paradok.
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1404) – serial obycz., Polska
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (522) – reality show
19.00 **Policjantki i Policjanci** (1405) – serial obycz., Polska

TTV HD DVB-T2

10.35 **Detektywi** (37, 38)
12.35 **Zakup w ciemno 4** (5) – reality show
13.35 **Zakup w ciemno 2** (40) – reality show
14.35 **Nic do zgłoszenia 3** (5) – serial dokum., Pol.
15.35 **Złomowisko PL 5** (11) – serial dokum.
16.45 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, sport**
17.05 **Usterka 14** (12)
17.45 **Życie na kredycie 8** (11, 12) – reality show
18.40 **Gogglebox. Przed telewizorem 22** (6)
19.45 **Express** – pr. inform.
20.05 **Zakup w ciemno 6** (3) – reality show
21.05 **Zakup w ciemno extra** (1)
21.45 **Express** – pr. inform.

TVN STYLE HD

5.15 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (2) – reality show
5.50 **Damy i wieśniaczki. PL 9** (11) – serial fab.-dok., Polska 2025
6.50 **Będzie pięknie** (6) – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.25 **Ugotowani** (9, 10-ost.) – program kulinarno-rozrywkowy
13.30 **Kuchenne rewolucje** (7, 5) – program rozrywkowy
15.35 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (9, 10) – reality show
17.05 **W czym do ślubu?** (1) – program rozrywkowy

20

OBYCZAJOWY

20.50 **Echo serca** (6) – Polska 2019

Krzysiek doznaje rozległych obrażeń wewnętrznych, gdy ulega wypadkowi na motocyklu. Jan, chcąc ratować życie chłopaka, zmuszony jest usunąć mu nerkę.

21.40 **Na sygnale** (651, 652) – serial fab.-dokum.
22.40 **Moje przeboje** (6)
23.15 **Dziennik regionów**
23.40 **Matki, żony i kochanki** (18)
0.40 **Rodzinka.pl** (270)
1.10 **Szlakiem miejsc niezwykłych: Pomniki historii** (5)

MAGAZYN KULINARNY

18.35 **Okrasa łamie przepisy**

Prowadzący zawita do Nadleśnictwa Gryfino, gdzie odwiedzi Krzywy Las. Przygotuje m.in. wyrób z ciasta drożdżowego, nadziewany mięsem, kapustą i grzybami.

19.40 **Makłowicz w podróży** – mag.
20.15 **Postaw na milion**
22.10 **Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of** (46) – pr. rozr.
22.50 **Kabaret Letnią Porą** (14) – pr. rozrywk.
23.45 **Do śmiechu!** (79)

REALITY SHOW

22.00 **Gry małżeńskie** (212, 172, 173) – Polska

W tym odcinku widzowie będą obserwować poczynania singielki Olgi, szukającej swojej drugiej połówki. Na randki zaproszą ją Damian, Daniel i Denys.

1.00 **Kolacja w ciemno** (49, 50) – program rozrywkowy
3.05 **Więzienie kobiet** (33, 34) – serial dokumentalny, Polska
4.00 **Zdrady** (173, 174) – serial paradokum., Polska

ROZRYWKOWY

20.00 **Gwiazdy Kabaretu** (176, 143)

Grzegorz Halama zaprezentuje monologi o relacjach damsko-męskich czy uzależnieniach. Opowie też o kredycie we frankach oraz ptasim mleczku.

22.00 **Plan ocalenia**
FILM – thriller, USA 2020, reż. Matt Eskandari, 120 min
0.00 **STOP Drogówka**
1.05 **Love Island. Wyspa miłości** (35)
2.10 **Hardkorowy lombard 3** (27) – dok.
2.40 **Interwencja** – mag.

ROZRYWKOWY

22.00 **99 – Gra o wszystko. VIP 6** (1)

Rozpoczyna się rywalizacja zetek, milenialsów i przedstawicieli pokolenia X. Uczestnicy mierzą się w takich zadaniach jak liczenie walut czy sprawdzian sprawności.

23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 21** (11)
0.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 18** (3)
1.00 **Diabelnie boskie 2** (13, 14) – reality show
1.55 **Damy i wieśniaczki. Za granicą 2** (5, 6)
3.55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (516)

ROZRYWKOWY

17.40 **Kuchenne rewolucje** (6, 7)

Magda Gessler próbuje uratować bistro Edyty w Białogardzie koło Koszalina. Jego początki były obiecujące, ale brak zysków i rosnące koszty wywołały poważny kryzys.

20.50 **Jestem z Polski** (3) – serial dok., Pol. 2022
21.50 **Jestem z Polski 16** (25) – serial dokum.
22.50 **Hotel Paradise 6** (31)
23.50 **Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9**
1.35 **Dorota was urządzi!** (1) – program rozrywk.

TVP HD HD

8.55 **Ojciec Mateusz 22** (282, 283) – krym., Pol. 2019
10.45 **Gra słów. Krzyżówka**
11.20 **Na sygnale** (670, 671)
12.25 **Ojciec Mateusz 7** (86)
13.20 **Komisarz Alex 4** (50)
14.15 **Ranczo 8** (99, 100) – obycz.
16.10 **Postaw na milion** – telet.
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 25** (329)
19.20 **Ranczo 8** (100) – obycz.
20.10 **Rodzinka.pl** (299, 300) – serial komediowy, Polska
21.25 **Ojciec Mateusz 34** (438)
22.20 **Bogowie ulicy** – dramat
FILM krym., USA 2012, 120 min
0.20 **Profilerka Jastrę** (4-6)

TVS HD

5.30 **Pasmo ciekawostek** – pr. popularnonaukowy
6.00 **Telesprzedaż**
10.05 **Dzisiaj w regionie** – inf.
10.15 **Pogoda**
10.20 **Przy muzyce po Śląsku**
10.50 **Wochenblatt TV** – pr. inf.
11.10 **Dzisiaj w regionie** – inf.
11.15 **Pogoda**
11.25 **Muzyczne dzień dobry**
12.45 **Klachy i Lachy** – pr. rozr.
14.25 **Spotkanie z balladą**
16.55 **Muzyczne podróże** – program muzyczny
18.00 **Koncert życzeń**
19.05 **Koncert w TVS** – pr. muz.
22.55 **Szlagierowa lista** – muz.
0.55 **Program muzyczny**

ZOOM

8.05 **Strażnik Teksasu 9** (14, 15) – serial sensacyjny
9.55 **MacGyver 3** (11, 12) – serial sens., USA/Kanada
12.00 **UFO: ujawnić prawdę** (2)
13.15 **Wojny magazynowe: Kanada 2** (22, 23)
14.25 **Pod pokładem: Morze Śródziemne 9** (12)
15.30 **Sensacje XX wieku**
17.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
20.00 **Kobra – oddział specjalny 24** (8, 9) – sens.
22.00 **Pod pokładem: Morze Śródziemne 9** (13)
23.00 **Magia nagości. Włochy**
0.20 **Magia nagości. Szwecja**

TLC HD

12.00 **Cztery żony i mąż 12**
15.00 **Wiza na miłość: pościelowe rozmowy 11**
16.00 **Historie wielkiej wagi**
18.00 **Wiza na miłość: rajski romans 4** – reality show
19.00 **Megasknery 2** (7) – dok.
20.00 **Baylen – życie na głos 3** – serial dokumentalny, USA
21.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
22.00 **Sekta Mary** (2/3) – dok.
23.00 **Dr Pryszczylla – kulisy 5** (1) – serial dokumentalny
0.00 **Dr Pryszczylla – kulisy** – serial dokumentalny, USA
1.00 **Baylen – życie na głos 3** – serial dokumentalny, USA

C+ KUCHNIA HD

15.25 **U sąsiadów w kuchni 15**
15.55 **Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2** (2)
16.10 **Kulinarna mapa Wielkiej Brytanii** (7) – serial dokum.
16.35 **Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień**
17.35 **Jamie Oliver: 5 składników** (5, 6)
18.30 **Tajemnice indyjskich smaków** (8) – serial dok.
18.55 **M jak mięso** (10) – dok.
19.25 **M jak mięso 2** (1) – dok.
19.50 **Nie bój ryby!** (10) – mag.
20.15 **M jak mięso 7** (4, 5) – dok.
21.10 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 7**
23.55 **Nie bój ryby!** (5, 6) – mag.

TVN TURBO HD

8.20 **Nic do zgłoszenia** (8)
9.15 **Samochód marzeń – kup i zrób 7** (13) – mag.
10.15 **Ciężarówką przez Australię** (4) – pr. rozrywk.
11.15 **101 napraw** (4, 5) – mag.
12.15 **Jeździć, obserwować** (4)
13.00 **Mobilni mechanicy** (8, 9)
14.30 **Zawodowi handlarze**
16.00 **Wojny samochodowe**
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Z drugiej ręki** (5) – mag.
19.00 **Usterka 16** (6-11) – serial fab.-dokum., Polska 2025
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Wojny samochodowe**
0.10 **Niebezpieczne dzielnice** (5, 6) – serial dok., Pol. 2024

NOWA TV DVB-T

9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (7) – kom., Pol.
10.00 **Miodowe lata** (23) – kom.
10.30 **Więzienie** (136-138) – dok.
12.00 **Poirot** (5, 6) – serial krym.
14.00 **Świat według Kiepskich** (367, 368) – kom., Pol. 2011
15.00 **Świat według Bundych** (193-198) – serial kom., USA
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (4) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (57-60)
21.00 **Zdrady** (15) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (49, 50, 88) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (140, 141)
3.50 **Wehikuł czasu** (717, 716)
4.00 **Sala operacyjna** (1, 7)

METRO

10.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (369, 370)
12.30 **SOS Ekipy w akcji** (37)
13.30 **Brzydula** (45, 46) – kom.
14.35 **Kiedy ktoś kocha bardziej** (22) – obycz.
15.45 **The Floor** (19) – teleturniej
17.00 **Fani czterech kółek 18**
18.00 **Prawo Agaty 7** (11)
19.00 **Kartoteka 3** (8) – fab.-dok.
20.05 **Akademia policyjna 2:**
FILM **Pierwsze zadanie** – kom., USA 1985, 115 min
22.00 **Człowiek demolka** – film
FILM sensacyjny, USA 1993, reż. Marco Brambilla, 135 min
0.15 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 7** (3) – dok.

ANTENA HD DVB-T2

13.05 **Ciężarówką przez śniegi 2** (3) – serial dokum.
14.05 **Klątwa Wyspy Dębów 2**
15.00 **Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw**
15.55 **Australijscy poszukiwacze złota 4**
18.00 **77 TV 5** (23, 24) – pr. rozr.
20.00 **Morderstwa we Francji**
FILM **– Na przyłądku** – film krym., Fr. 2020, 120 min
22.00 **Morderstwa we Francji**
FILM **– Toulouse** – film krym., Francja 2021, 125 min
0.05 **Zaginiona mama:**
FILM **tajemnicze zniknięcie Jennifer Dulos** – dramat obycz., USA 2021, 105 min

WP DVB-T

13.00 **Makłowicz w podróży**
14.05 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5** (7, 8) – dok.
16.05 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2** (5)
16.55 **Pogoda**
17.05 **Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 7** (3)
19.05 **Strażacy z sąsiedztwa**
20.00 **Policjanci w akcji** (11, 12) – serial obycz., Polska 2026
21.55 **Pogoda**
22.00 **1, 2, 3... Kabaret! 4** (1)
23.00 **Przebojowe kabarety** (3)
0.00 **Mistrzowie Kabaretu 15** (1) – program rozrywkowy
1.00 **Mistrzowie Kabaretu 13** (3) – program rozrywkowy

C+ DOMO HD

15.00 **Pomocy! Kupiliśmy wioskę** (5) – serial dokum.
15.55 **Przekopiemy Ci ogródek** (3, 4) – dok., Pol.
16.50 **Gardeners' World 14** (14)
18.00 **Ucieczka na wieś 22** (19) – serial dok., Wlk. Bryt. 2022
19.00 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia 9** (5) – serial dok.
20.00 **Daleko od miasta 12** (5, 6) – serial dok., Pol. 2024
21.00 **Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo** (13) – dok., Kan.
21.55 **Wielkie projekty: Australia 11** (2) – dok.
23.05 **Pomocy! Kupiliśmy wioskę** (19, 20) – dok.

HGTV HD

12.30 **Usterka 10** (3) – fab.-dok.
13.00 **Moje miasto, mój dom 9**
15.05 **Mieszkanie na miarę** (4)
16.00 **Mieszkanie na miarę 4**
17.00 **Polowanie na ogród 6**
18.15 **Weekendowa metamorfoza 4** (8) – rozr.
19.10 **Weekendowa metamorfoza 5** (1) – rozr.
20.10 **Będzie pięknie** (2) – rozr.
21.15 **Zgłoś remont 4** (6) – rozr.
22.10 **House Hunters – Poszukiwacze domów 2** (12) – pr. rozr.
22.45 **House Hunters – Poszukiwacze domów 4** (1-3) – pr. rozr.
0.25 **Usterka 11** (18, 20, 24)

eprasa.pl 989b197d00
P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (308) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (939, 940) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 **Sekrety rodziny** (5-7) – serial paradokum.
11.30 **Trudne sprawy** (956) – serial paradokum.
12.30 **Dlaczego ja?** (1362, 1363) – paradok.
14.30 **Świat według Kiepskich** (564-568) – kom., Pol. 2019-2020
17.00 **48h. Zaginieni** (169, 170) – krym., Pol.
19.00 **Gliniarze** (1002) – serial paradokum.
20.00 **Ślad** (78) – krym., Pol.
21.00 **Gliniarze** (797) – serial paradokum.

THRILLER

22.00 **Kolekcjoner kości** FILM – USA/Kan. 1999, reż. Phillip Noyce, 155 min

Sparaliżowany kryminolog i młoda policjantka tropią seryjnego zabójcę. Morderca prowadzi z nimi grę.

0.35 **Państwo młodzi: Chuck i Larry** FILM – kom., USA 2007, 140 min
2.55 **Wydarzenia**
3.35 **Ewa gotuje** (485)
4.05 **Strzelnica Navala** (8)
5.10 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (9) – dok.
5.30 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

SUPER POLSAT DVB T2

6.45 **SuperLudzie Extra** (33) – magazyn
6.55 **Na ratunek 112** (724, 725) – paradok.
7.50 **Doktor Martin** (69, 70) – serial obycz.
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **Świat według Kiepskich** (383, 384)
11.35 **Twoja Twarz Brzmi Znajomo** (195) – rozr.
13.35 **Bitwa o palety** (10)
14.35 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (66) – reality show
16.05 **Ninja Warrior Polska** (42)
18.00 **Świat według Kiepskich** (476, 477)
19.00 **Rolniczki** (14) – dok.
20.00 **Kolacja w ciemno** (16) – pr. rozrywk.

THRILLER

21.00 **Pukając do drzwi** FILM – USA/Chiny/Japonia 2023, 125 min

Eric jedzie wraz z bliskimi do domu nad jeziorem. Do chatki wdzierają się nieznajomi. Twierdzą, że zbliża się koniec świata, który może powstrzymać tylko poświęcenie jednej osoby.

23.05 **Króliczek** – komedia, USA 2008, 120 min
FILM
1.05 **Backdoor. Wyjście awaryjne** (5) – kom.
1.35 **Świat według Kiepskich** (422-426)
4.05 **Nasz nowy dom** (269, 270)

TV 6 DVB T

6.00 **Więzienie** (172, 173) – serial dok., Pol. 2024
6.55 **Policjantki i Policjanci** (719, 720) – serial obycz., Polska
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (38, 39) – serial sens., Niemcy
10.55 **48h. Zaginieni** (163-165) – serial kryminalny, Pol. 2023
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1205) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (55, 56) – serial krym., Polska
15.55 **Kobra – oddział specjalny** (40, 41) – serial sens., Niemcy
18.00 **Strażnik Teksasu** (24, 25) – serial sensacyjny, USA 1999

KRYMINALNY

20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (57, 58) – USA 2004

Para nurków odkrywa ciała pięciu mężczyzn. Zespół Horatia rozpoczyna śledztwo. Alex zauważa na ciele jednego z nich odcisk łuski tuńczyka błękitnopłetwego.

21.55 **Kości** (117, 118)
23.50 **Resident Evil: Ostatni rozdział** FILM – horror, Wielka Brytania/Francja/USA 2016, 135 min
2.05 **Krejzi patrol** (34-38)
4.40 **Kochane pieniądze** (14) – serial paradok.

BBC FIRST HD

6.00 **Zagadki doktora Blake'a 4** (3) – krym.
7.00 **Zbrodnie Saint-Pierre** (3, 4)
8.40 **Lewis 5** (8) – krym.
9.40 **Ojciec Brown** (8)
10.40 **Śmierć pod palmami 2** (4) – krym.
11.45 **Zagadki doktora Blake'a 4** (3) – krym.
12.55 **Zbrodnie Saint-Pierre** (5, 6)
15.00 **Ojciec Brown 8** (4) – krym., Wlk. Bryt. 2020
16.00 **Lewis 5** (8) – krym.
17.00 **My Life is Murder 3** (8) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 22** (6) – krym., Wlk. Bryt. 2020
19.55 **Śmierć pod palmami 2** (5) – krym.

KRYMINALNY

21.00 **Lynley** (7, 8) – Irlandia/Wielka Brytania 2025

Havers i Thomas tropią seryjnego mordercę, który prawdopodobnie jest powiązany z kościołem. Niebawem trafiają na ślad skorumpowanych policjantów.

22.55 **Tajemnice Brokenwood 12** (3) – krym., Nowa Zelandia
0.50 **Annika** (3) – krym.
1.55 **Zbrodnie Saint-Pierre** (5, 6)
3.45 **Śmierć pod palmami 2** (5) – krym.
4.40 **Moja rodzinka 3** (4)
5.15 **Ojciec Brown 8** (4)

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

10.45 **Rodzina Treflików 4** (41, 42) – serial anim.
11.10 **Odo** (61-63) – anim.
11.35 **Stacyjkowo** (21, 22)
11.55 **Pszczółka Maja** (21)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
13.00 **Kocie kalamburki** (10, 11) – pr. dla dzieci
13.20 **Tru i Tęczowe Królestwo** (21)
13.45 **Świnka Peppa 7**
14.10 **Pająk Lucas 2** (41, 42)
14.30 **Oli i Luna** (41, 42)
14.55 **Oktonauci** (41, 42)
15.20 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (21) – mag.
15.40 **Billy – chomik, który został kowbojem** (37, 38) – serial anim.
16.05 **Pat i świat** (61-63)
16.35 **Dino Ranczo**
17.05 **Pszczółka Maja**

ANIMOWANY

17.30 **Petronix: Obrońcy zwierząt** (41, 42)

Czwórka przyjaciół i ich mali towarzysze nie są zwykłymi dziećmi. Kiedy na drugim końcu świata jakiś zwierzak ma kłopoty, od razu organizują oni misję ratunkową.

18.00 **Mała Marinette**
18.30 **Idefiks i Nieugięci**
19.00 **Ptyś i Bill**
19.10 **Czarodziejskie miasteczko Pinokia**
19.25 **Piotruś Królik**
19.50 **Wegezaury 2**
19.55 **Lupin wśród bajek**
20.05 **Grizzy i lemingi** (59, 60) – serial anim.

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

7.30 **Jeden na jeden**
8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.55 **Biznes** – pr. publicyst.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.55 **Biznes** – pr. publicyst.
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.55 **Biznes** – pr. publicyst.
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
13.55 **Biznes** – pr. publicyst.
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.55 **Biznes** – pr. publicyst.
15.00 **15 na żywo** – inf.
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Tak jest** – pr. publ.
19.15 **Serwis informacyjny**
19.25 **Fakty po Faktach** – program inform.

PUBLICYSTYCZNY

20.00 **Bez kitu**

Przy jednym stole spotkają się przedstawiciele różnych ugrupowań, instytucji i urzędów, aby prowadzić dyskusje dotyczące polityki, społeczeństwa i gospodarki.

21.00 **Polska i świat** – inf.
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
23.40 **Biznes** – pr. publicyst.
0.00 **Fakty po Faktach**
0.45 **Bez kitu** – pr. publ.
1.50 **Tak jest** – pr. publ.
2.45 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
3.10 **Akademia ogrodnika** – mag.

20

POLSAT PLAY HD

6.00 **Budowlańcy** (14) – dok.
6.30 **Kołowrotek** (208) – mag.
7.00 **Dorwać tuńczyka** (9, 10)
9.05 **Wojny magazynowe**
10.00 **Wojny kontenerowe** (8, 9) – serial dokumentalny
11.00 **Hardkorowy lombard** (82-87) – serial dokum., USA
14.00 **Polacy za granicą** (51, 52)
16.00 **Złomiarze** (47, 48) – dok.
18.05 **Poszukiwacze historii** (250, 245-247) – dok., Pol.
20.05 **Chłopaki do wzięcia** (469-472) – serial dok., Pol.
22.00 **Zawód glina** (3) – dok.
23.05 **Łowca pedofilów** (193-202) – serial dokum.
4.00 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

13.10 **Apetyt na miłość** (9)
14.10 **Akcja: Restauracja!** (10)
15.10 **Miasto smaków Guya Fieriego** (4) – reality show
16.15 **Kuchenne rewolucje** (1)
17.15 **Sexy kuchnia Magdy Gessler** (8) – mag. kulin.
17.50 **Miłość od kuchni** (3)
18.50 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** (5) – mag.
19.50 **Perfekcyjni gospodarze 9** (8) – dok.
20.50 **Elitarny turniej wypieków** (5)
21.55 **Pyszne miejscówki** (12)
22.55 **Akcja: Restauracja! 20**
23.55 **Człowiek kontra jedzenie** (2-4) – mag. kulin.

POLSAT RODZINA HD

12.05 **Bogaty dom – biedny dom** (112) – reality show
13.00 **Rodzina zastępcza** (233, 234) – kom., Pol. 2006
14.55 **Tajemnice Bałtyku i Morza Północnego** (1, 2)
17.10 **Pingwiny z Madagaskaru** (10-13)
19.05 **Rodzina zastępcza** (313)
20.05 **Miodowe lata** (18, 19, 104) – serial kom.
22.00 **Jesus Revolution** FILM – dramat obyczajowy, USA 2023, 150 min
0.30 **Wielkie miasta starożytności** (1, 2) – dok.
3.00 **SuperLudzie** (3, 4) – dok.
4.00 **Kołowrotek** (146, 147)

BBC LIFESTYLE HD

12.30 **Psijaciele w potrzebie**
13.30 **Bake off: zawodowcy 3**
14.35 **Wielkie brytyjskie wypieki: gwiazdy 6** (2)
15.40 **Zapraszam do stołu: Wielka porcja 7** (13)
17.50 **Wymarzone domy 2** (10)
18.50 **Psijaciele w potrzebie**
19.50 **Wielkie brytyjskie wypieki: gwiazdy 6** (3)
21.00 **Kobiety, skalpel i liposukcja** (3) – dok.
22.00 **Porno, władza i pieniądze** (1) – film dok.
23.00 **Wstydliwe choroby: online 2** (3) – serial dokum.
23.55 **Gordon Ramsay i nowe gwiazdy biznesu USA**

NICK JR. HD

16.40 **Psi Patrol 4** (24) – anim.
17.05 **Rubble i jego ekipa 3** (7)
17.35 **Pan Krokodyl** (9) – anim.
17.55 **Barbapapa – szczęśliwa rodzinka** (6) – serial anim.
18.15 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (10) – anim., Fr.
18.40 **Dora 3** (5) – serial anim.
19.00 **Santiago z mórz** (5)
19.30 **Przygody Misia Paddingtona 2** (9) – anim.
19.55 **Przygody Misia Paddingtona** (9) – anim.
20.07 **Świnka Peppa 2** (35-38)
20.30 **Małe Królestwo Bena i Holly** (17) – serial anim.
20.55 **Barbapapa i jego rodzinka** (13-15) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.10 **Więcej „Wydarzeń"** – inf.
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Najważniejsze pytania**
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – publ.
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Najważniejsze pytania**

TVP KOBIETA DVB T2

14.00 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (21) – teleturniej
14.35 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka**
15.00 **Po prostu na wieś 2** (2)
15.30 **Ojciec Mateusz 2** (25, 26)
17.25 **Wyspa Świętej Heleny**
18.30 **63. KFPP w Opolu – 45 lat. Jubileusz Lady Pank** – koncert
19.30 **Miłość i nadzieja** (307)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (288) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (276) – obycz.
22.30 **O północy w Paryżu** FILM – komedia obycz., Hiszp./USA 2011, 105 min

E! ENTERTAINMENT HD

10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (10, 11)
14.20 **Bogate dzieciaki z Beverly Hills** (9, 1-3)
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (16, 17)
20.30 **Bogate dzieciaki z Beverly Hills** (4-7) – dok.
22.30 **Plastyczna fuszerka**
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (10, 11)
3.00 **Plastyczna fuszerka**

TV TRWAM DVB T

17.55 **Poczet wielkich Polaków** – pr. hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Westerplatte młodych**
19.00 **Warto zauważyć... w mijającym tygodniu**
19.30 **Historie Starego Testamentu** – serial anim.
19.45 **Modlitwa** – religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc historia** – cykl fel.
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Gość oczekiwany** FILM – obycz., Pol. 2024, 90 min

BBC BRIT HD

10.30 **Jak powstaje samochód 2** (2) – dok.
11.30 **Brytyjskie fabryki 2** (6)
12.40 **Top Gear 9** (2) – mag.
13.45 **Jak powstaje samochód 2** (3) – dok.
14.45 **Cuda inżynierii 2** (2)
15.40 **Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 4** (9) – telet.
16.45 **Brytyjskie fabryki 2** (6)
17.50 **Top Gear 9** (4) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii 2** (2)
20.00 **Brytyjskie fabryki 3** (1)
21.00 **Inżynierowie Hitlera: budowa III Rzeszy** (3, 4)
23.00 **Top Gear 9** (2) – mag.
0.05 **Top Gear 20** (5) – mag.

MINI MINI+ HD

10.00 **Baranek Shaun**
11.25 **Baczne oczka** (4-7)
11.55 **Marta mówi** (9, 10)
12.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
12.59 **Marta mówi** (11, 12)
13.55 **Moje urodziny** – dla dzieci
14.00 **Basia 2** (2-6) – anim., Pol.
15.10 **Kicia Kocia** (8-12) – anim.
15.55 **Blaze i megamaszyny 3**
17.20 **Staś i fajna Babcia**
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.57 **Staś i fajna Babcia** (14)
18.15 **Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia** (11, 12) – serial anim., Jap.
18.40 **Dora i przyjaciele** (18, 19)
19.35 **Kicia Kocia** (9-13) – anim.
20.25 **Mały Charlie** (8-12)

TVP 3 DVB T2

12.30 **Rączka gotuje**
13.00 **Agrobiznes**
13.20 **Agropogoda**
13.30 **Niebezpieczne związki**
14.20 **Niezwykłe miejsca**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Dlaczego krowa...** – mag.
19.45 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.13 **Gość Regionów** – pr. publ.
20.30 **Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie** – pr. publ.
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.30 **Złoty chłopak** (197)

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

eprasa.pl 989b197d00

APLIKACJE I URZĄDZENIA DO CZYTANIA I SŁUCHANIA KSIĄŻEK

Setki książek, a wszystkie zmieszczą się w dłoni – przedstawiamy **aplikacje z e-bookami i audiobookami oraz sprytne urządzenia, które pozwalają mieć bibliotekę zawsze przy sobie.**

DO ZACZYTANIA SIĘ JEDEN KLIK!

Regały z książkami mają swój urok, ale dziś całą bibliotekę można mieć w jednym urządzeniu – wystarczy wybrać odpowiednią aplikację. **Legimi (dostępna w Google Play i App Store) pozwala korzystać z e-booków i audiobooków na smartfonie, tablecie, komputerze oraz na wybranych czytnikach.** W ofercie bezterminowej nielimitowany dostęp do blisko 250 tys. tytułów kosztuje 54,99 zł/mies. w pakiecie z e-bookami i audiobookami lub 49,99 zł/mies. w wersji tylko z e-bookami, a przy umowie rocznej ceny spadają odpowiednio do 49,99 zł i 44,99 zł/mies. **Dostępne są także tańsze pakiety z miesięcznym limitem stron,** a część planów umożliwia synchronizację postępów między urządzeniami. **BookBeat, po zainstalowaniu aplikacji z Google Play lub App Store na smartfonie czy tablecie, oferuje dostęp do ponad miliona audiobooków i e-booków,** 20 godzin bezpłatnego słuchania i czytania w 30-dniowym okresie próbnym oraz ceny zaczynające się od 22,99 zł/mies. Subskrypcja jest bez zobowiązań, pozwala słuchać offline, regulować tempo odtwarzania, tworzyć własne kolekcje i korzystać z rekomendacji dopasowanych do wcześniejszych wyborów. A to wszystko bez uginających się półek i kurzu do ścierania! **MG**

FOT.: ADOBE STOCK, MAT.PRASOWE (4)

CYFROWY KOMFORT

XTEINK X4 to ultracienki (5,9 mm) i lekki (74 g) czytnik e-booków, który zmieści się w kieszeni. Magnetyczny tył umożliwia przymocowanie do metalowych powierzchni, np. do smartfona (zdj. 1). 4,3-calowy ekran E-Ink zapewnia czytanie bez odblasków, a 16 GB pamięci pomieści tysiące plików. Fizyczne przyciski ułatwiają obsługę, a bateria działa 14 dni. Cena: 349 zł.

POCKETBOOK ERA LITE (zdj. 2) to 7-calowy czytnik e-booków. Lekki i kompaktowy, z bocznymi przyciskami do obsługi jedną ręką. Ekran E-Ink gwarantuje wyraźny, bezodblaskowy obraz zbliżony do papieru, komfortowy także podczas dłuższej lektury. Urządzenie obsługuje audiobooki i funkcję Text to Speech, pozwalając płynnie przełączać się między czytaniem a słuchaniem. Cena: 750 zł.

LEKKOŚĆ BRZMIENIA

SHOKZ OPENFIT 2 to bezprzewodowe, wodoodporne słuchawki Bluetooth z czterema mikrofonami dla tych, którzy spędzają z audiobookami długie godziny – w domu i w ruchu. Elastyczna i lekka konstrukcja nie uciska uszu i pozwala słyszeć otoczenie przy wyłączonej redukcji szumów. Bateria działa do 11 godz. Cena: 799 zł.

TRZY W JEDNYM

ONYX BOOX NOTE AIR5 C łączy czytnik e-booków, notatnik i tablet do pracy. Ma 10,3-calowy ekran E-Ink, który pokazuje do 4096 kolorów i przypomina papier, zapewniając komfort czytania bez zmęczenia oczu. Działa w oparciu o system Android 15, zapewniając dostęp do wielu aplikacji. Obsługuje rysik, pozwala edytować PDF-y, robić odręczne notatki i pracować na podzielonym ekranie. Oferuje 6 GB RAM, 64 GB pamięci, Wi-Fi, Bluetooth, głośniki, mikrofon oraz do 7 dni pracy. Cena: ok. 2100 zł.

eprasa.pl 989b197d00

Na pytania Czytelników odpowiada
INŻ. JAROSŁAW KUCHAREK,
absolwent Politechniki Łódzkiej od 30 lat związany z branżą satelitarną

Prosimy o przysyłanie pytań z opisem problemu e-mailem na adres: inzynier@toiowo.pl

TELEWIZOR Z OBSŁUGĄ DVB-T2 NIE ODBIERA TV NAZIEMNEJ

PAN HENRYK z Krakowa ma 1,5-roczny telewizor Samsung 32", kupił go w zastępstwie starego Samsunga, który nie odbiera kanałów TV cyfrowej DVB-T2 i wymagał dodatkowego dekodera. Gdy dekoder przestał działać, czytelnik wymienił telewizor. Odbierał na nim wszystkie kanały naziemne, ale któregoś dnia pozostały tylko WP, Nowa TV, Metro, Republika i wPolsce24; inne stacje, choć są na liście kanałów nie odbierają wizji, jest tylko głos i komunikat na ekranie, że ten kanał obsługuje jedynie audio. Nie pomaga ponowne wyszukiwanie kanałów. Czytelnik prosi o radę.

JK Sytuacja faktycznie dziwna - telewizor zachowuje się jak model sprzed kilku lat, nieposiadający dekodera DVB-T2/HEVC. Podejrzewam, że gdyby podłączył Pan teraz stary TV Samsunga, efekt byłby taki sam, tzn. odbierałyby wymienione przez Pana kanały, a na pozostałych dostępny byłby jedynie dźwięk. Rzecz w tym, że kanały: WP, Nowa TV, Metro, Republika i wPolsce24 są emitowane w ramach multipleksu MUX-8 w starym systemie DVB-T, dlatego mogą je odbierać telewizory starszego typu. Stacje nadawane w nowym systemie DVB-T2/HEVC na starszych telewizorach dają jedynie dźwięk, bo i w starym i w nowym systemie jest kompresowany w MPEG-2. Nie spotkałem się z przypadkiem, że w nowym modelu telewizora uszkodziłby się „moduł" odpowiedzialny za dekodowanie DVB-T2/HEVC, zwłaszcza, że nie jest to osobny element telewizora. Podejrzewam, że brak odbioru kanałów DVB-T2 spowodowany jest błędem programowym telewizora. Proponowałbym „zresetować" telewizor, czyli przywrócić go do ustawień fabrycznych. Modele Samsunga różnią się wyglądem menu ekranowego, dlatego nie podam, gdzie dokładnie znajdzie Pan tę funkcję. Proszę przejrzeć całe menu, w razie problemów warto skorzystać z instrukcji obsługi telewizora połączonej najczęściej z wyszukiwarką, dostępną także w menu telewizora; stosunkowo łatwo ją odszukać. Po przywróceniu ustawień fabrycznych telewizor będzie prowadził nas przez pierwszą instalację, podobnie jak po zakupie. Pamiętajmy o wyborze Polski jako kraju odbioru. Jestem przekonany, że telewizor wróci do poprawnego działania.

ROZWIĄŻ DLA PRZYJEMNOŚCI

grecki władca wiatrów
... Bonham Carter
puszysty koc
sznurek w świecy
wyspa Odyseusza
upra-wiany wyczy-nowo
Anthony ..., „Han-nibal"
szczyt sławy
klomb
Wilhelm ..., kusznik
muza z kitarą
... Seymour, „Doktor Quinn"
kamizelka z kożucha
cyrograf
8 bitów
3
pasie się na hali
w segre-gatorach
odrobina płynu
Daniel ..., Kmicic w „Potopie"
1000 kg
obrzynek
1
domowy pantofel
haracz
dyletant, ignorant
głos kobiecy
„miś" z Australii
5
prowa-dzony na smyczy
gorąca z wulkanu
forsycji lub róży
ulubie-niec, faworyt
ochota, skłonność
rodzaj literacki
2
na nim żagle
zatarg, kłótnia
wcześ-nie chodzi spać
ponętna część twarzy
niedzielna suma
szczwany rudzielec
warzywo o jadalnej cebulce
wzdłuż rzeki
złącze blach
auto z Korei
inwentarz w chlewie
4
ciągnięta sieć

LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5

MEDIA NEWS

KUSI CYFROWĄ ROZRYWKĄ

FONIA **PROMOCJA** Wirtualny operator komórkowy Fonia (działa na sieciach Orange i Plus) oferuje nowym klientom – przenoszącym numer lub wybierającym nowy – Audiotekę Klub (audiobooki) i Pilot WP (TV online) na 30 dni gratis. Promocja obowiązuje do 31 lipca br. przy wyborze pakietu internetu 31, 50, 100 i 500 GB.

PONAD 200 TYS. MOTOFANÓW

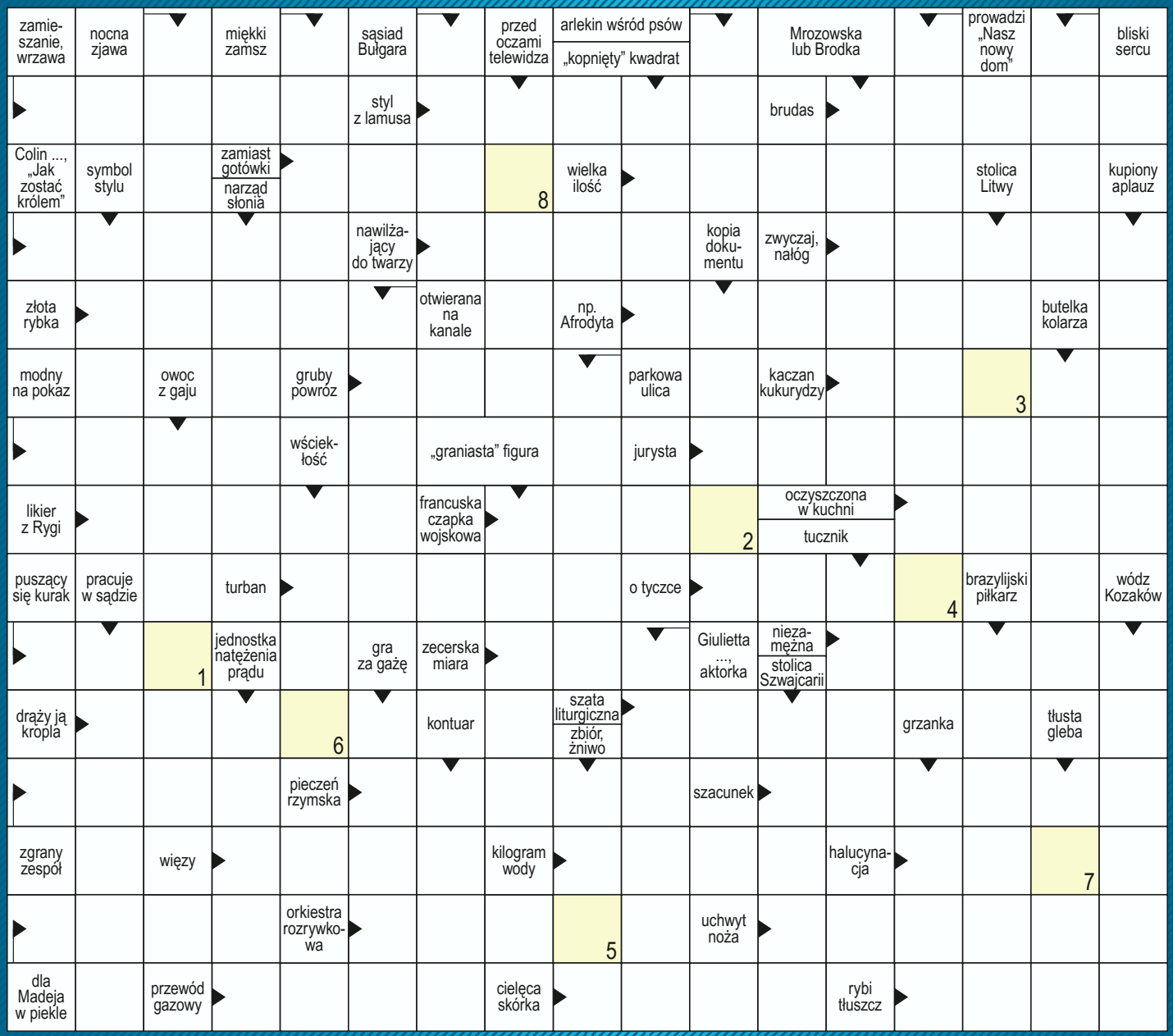
TVP 2 **OGLĄDALNOŚĆ** Nowy program TVP – „Wyższa szkoła jazdy" – po trzech z 10 odcinków miał śr. 203 tys. widzów – podał Press.pl. Premierowy odcinek, 6 czerwca, śledziło 222 tys. osób, a kolejne – 235 tys. i 153 tys. Program obejrzymy w TVP 2 (SO, g. 18.45) i na TVP VOD. A na str. 4-5 – wywiad z prowadzącą.

FOT: MATERIAŁY PRASOWE

eprasa.pl 989b197d00

BAW SIĘ Z NAMI!

Rozwiąż dla przyjemności!



LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5	6	7	8

REDAKCJA & WYDAWNICTWO

Adres redakcji: ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa, adres mailowy: redakcja@toiowo.pl
Redaktor naczelna: Marta Lubartowska **Redaktor zarządzający:** Artur Kosiński **Hub Rozrywka i TV: Red. zarządzająca:** Anita Nawrocka **Planner:** Adam Piosik **Koordynator:** Dorota Skalska **Redaktorzy:** Andrzej Czapski, Bogumiła Deka, Ewa Gassen-Piekarska, Marzena Juraczko, Joanna Kołakowska, Iwona Leończuk, Paulina Miluska, Hanna Miłkowska, Maciej Misiorny, Joanna Pasztelańska, Mirosław Piwowarek, Katarzyna Sobkowicz-Rusiecka **Hub Poradniki: Red. zarządzająca:** Monika Bobowska **Hub Graficzny: Dyrektor:** Robert Latek **Lider:** Mirosław Orzechowski **Koordynator:** Marcin Makarewicz **Graficy:** Edyta Ciuchta, Dominika Kraśnicka-Walinowicz, Sławomir Kozłowski, Agnieszka Glewicka, Małgorzata Porębska, Piotr Piórkowski **Hub Fotoedycji: Lider:** Agata Zasada **Koordynatorzy:** Emil Przygodzki, Magdalena Wojno **Fotoedytorzy:** Magdalena Dąbek-Makowska, Ludmiła Jeruchimowicz, Anna Jurczewska, Grzegorz Lech, Karolina Liżewska, Mirela Taflińska **Sekretariat:** Aleksandra Kominek

Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j.
ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa
Zarząd: Prezes Zarządu: Tomasz Namysł
Członkowie Zarządu: Andrzej Choynowski, Marek Lasota
Director, Publishing Management/Dyrektor Pionu Wydawniczego: Marek Lasota **Dyrektor produkcji:** Piotr Orełko **Publisher/Wydawca:** Justyna Hałas

Prenumerata krajowa i zagraniczna: czytelnia.pl, e-mail: prenumerata@bauer.pl, tel.: 67 210 86 05, 67 354 16 05.

Dyrektor biura reklamy: Izabela Sarnecka
Dyrektor segmentu pism telewizyjnych: Aneta Rym-Gałka, e-mail: Aneta.Rym@bauer.pl
www.bauer.pl/reklama/

Dyrektor ds. dystrybucji i obsługi klienta: Piotr Ludwicki, e-mail: kolportaz@bauer.pl

Druk: Bauer Print Ciechanów Sp. z o.o. Sp.j.

Copyright: Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j.

Program TV – AKPA

Adres do korespondencji:
Redakcja TO&OWO TV
ul. Motorowa 1,
04-035 Warszawa

Rozpowszechnianie wszelkich materiałów redakcyjnych bez zgody Wydawcy jest zabronione. Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w programie telewizyjnym wprowadzone przez stacje po oddaniu pisma do druku. Za treść ogłoszeń redakcja ponosi odpowiedzialność w granicach wskazanych w ust. 2 art. 42 ustawy Prawo prasowe. Wydawca ostrzega P. T. Sprzedawców, że sprzedaż aktualnych i archiwalnych numerów czasopisma po innej cenie niż wydrukowana na okładce, jest działaniem na szkodę Wydawcy i skutkuje odpowiedzialnością sądową.
Wszelkie skargi, reklamacje i pytania dotyczące publikowanych reklam należy kierować na adres: **reklama@bauer.pl**

eprasa.pl 989b197d00

SUDOKU

PUSTE POLA WYPEŁNIJ TAK, ABY W KAŻDEJ KOLUMNIE, KAŻDYM RZĘDZIE I KWADRACIE OBWIEDZIONYM POGRUBIONĄ LINIĄ ZNALAZŁY SIĘ CYFRY OD 1 DO 9.

	5							
8			6		3			
		6	7	4	5	8	2	
		8				7		9
			2	3	9			
9		3				5		
	3	4	8	2	7	9		
			4		6			3
							8	

7	9		5			8		
			1				7	2
3				2				5
				5	3	1		
6								8
		3	8	7				
8				1				9
4	5				2			
		1			8		5	3

słowo do słuchawki / Oscar ..., angielski poeta
tworzywo sztuczne
główna postać w utworze
postać
dokonuje przeróbki
dawane słabszemu graczowi
knajpa z westernu
ziemia
choroba oczu
składnik zapraw
lincz
odmierzona ilość
Robin z łukiem
uciecha, wesołość
... Smith, aktor
sucha łodyga
stan prawny
bok pudełka zapałek
francuska rzeka
czarna maź
schodki na statek
załoga łodzi wioślarskiej / gaduła
płótno opatrunkowe
odgłos kroków / „Odyseja” / ocena jurora
wartki w potoku
boa dla damy
zestaw pytań na egzaminie
silny ból głowy
tropikalny owoc
ogromna powódź
podkreśla rzęsy
podwalina / żądała krokodyla od Papkina
„... dezerterów”, komedia
z życzeniami od wnuczka
ssak leśny
stop z huty

LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5	6	7

eprasa.pl 989b197d00

REKLAMA

Mała luneta. Wielka różnica w tym co zobaczysz!

Spójrz na świat z innej perspektywy! Dostrzeżesz szczegóły, które wcześniej pozostawały niezauważone. Nawet z dużej odległości i przy słabszej pogodzie. Wszystko dzięki teleskopowej minilunecie!

Lubisz spacerować nad morzem, chodzić po górach? Obserwować przyrodę, ptaki? Albo śledzić grę piłkarzy na boisku podczas meczu?

Statek na horyzoncie, ptak w gęstwinie, lecący samolot, mecz, przedstawienie... Chcesz widzieć więcej i wyraźniej?

Z tym sprzętem dostrzeżesz nowe detale!

Bez względu na to, czy jesteś zapalonym obserwatorem przyrody, kibicem, amatorem pieszych wycieczek czy po prostu lubisz wiedzieć, co się dzieje wokół Ciebie – **teraz możesz mieć oko na całą okolicę!** Zobaczyć, czy pies sąsiada nie kopie w Twoim ogródku albo wandali, którzy bazgrzą po ścianach.

W niewielkiej formie kryje się przemyślane podejście do obrazu! Przy projektowaniu minilunety wykorzystano rozwiązania ze świata zaawansowanej optyki, które pomagają **ograniczyć odblaski i zmniejszyć zniekształcenia obrazu.** Dzięki temu łatwiej dostrzeżesz szczegóły obiektów znajdujących się w dużej odległości.

Wyraźne przybliżenie i ostry obraz

Technologia podwójnej kalibracji cyfrowej łączy w sobie **dużą moc i daleki zasięg.** Pomaga dostrzec więcej szczegółów (i to zarówno w słońcu, deszczu, jak i we mgle!). **Antyrefleksyjne soczewki** o szerokim zasięgu sprawiają, że to idealne narzędzie do obserwacji z ukrycia. Z takim sprzętem możesz:

- **obserwować i fotografować** dzikie zwierzęta;
- **oglądać i filmować** wydarzenia sportowe, koncerty i przedstawienia;
- **podziwiać z bliska spektakularne widoki...**

Nie uwierzysz własnym oczom!

Wewnątrz tej kompaktowej minilunety umieszczono 40-krotny hiperwizyjny ZOOM optyczny wraz z pokrętłem do regulacji ostrości. Każdy element optyki został dobrany z myślą o poprawie ostrości. Widziany obraz jest jasny, wyraźny i czysty (nawet oglądany o zmierzchu). To idealne rozwiązanie dla tych, którym zależy na lekkim, ale mocnym przyrządzie do obserwacji o dużym zasięgu.

Zrobisz też zdjęcia!

Do tej kompaktowej minilunety możesz też **przymocować statyw.** A jeśli chcesz **zrobić zdjęcia lub nakręcić film,** wystarczy za pomocą załączonego uchwytu przytwierdzić minilunetę do smartfona w miejscu obiektywu, ustawić ostrość i gotowe! Sprzęt świetnie sprawdzi się przy robieniu dopracowanych zdjęć z większej odległości.

W zestawie:
statyw (wys. 60 mm), uniwersalny uchwyt do telefonu, pokrowiec, ściereczka do obiektywu, opaska mocująca na rękę, instrukcja obsługi

Wymiary: 15,19 cm x 5,21 cm x 6,60 cm
Średnica soczewki: 60 mm
Średnica okularu: 18 mm
Materiał wewnętrzny: stop aluminium

Teleskopowa miniluneta jest:

SUPERWYTRZYMAŁA
– ma soczewki z ultrawytrzymałego szkła.

LECIUTKA
– waży tylko 240 g!

KOMPAKTOWA
– mieści się w kieszeni!

ERGONOMICZNA
– dzięki gumowej obudowie dobrze leży w dłoni i nie wyślizguje się.

LETNIA OFERTA

Zamów za 129 zł!

Teleskopowa miniluneta dostępna jest w sprzedaży telefonicznej u oficjalnego dystrybutora.

Płatność jest bezpieczna – za pobraniem.

Zadzwoń teraz:

42 300 35 42

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

Szczegóły oraz informacje dotyczące zwrotów i reklamacji dostępne są pod adresem sprzedawcy: Nargo Invest Sp. z o.o., ul. Żołnierzy i Armii Wojska Polskiego 10/B6, 81-383 Gdynia, +48 538448631, contactpl@globadvice.info. Regulamin: https://customers-statute.com/statute/pl/.

eprasa.pl 989b197d00