

NETFLIX

Disney+

HBO
max

prime video

CANAL+

NR INDEKSU 379236

PROGRAM TV NR 31/27.07.2026
1.08-7.08.2026

4,29 zł (w tym 8% VAT)

to&owo TV

SPORT NA ŻYWO

KOLARSTWO

STARTUJE POLSKI KLASYK!
83. TOUR DE POLOGNE

TENIS

TURNIEJ WTA W TORONTO

SKOKI NARCIARSKIE

LETNIE GRAND PRIX W WIŚLE

ŻUŻEL

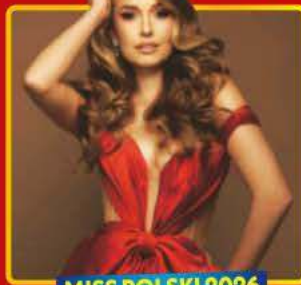
GRAND PRIX POLSKI W ŁODZI

KALENDARZ KIBICA I INNE SPORTOWE
WYDARZENIA TYGODNIA
s. 14-17PONAD
150
OPISÓW FILMÓW
NA CAŁY
TYDZIEŃ!CELESTYNA
GRZEBYTA- NAWET GDY PADA, WARTO
SZUKAĆ SŁONCA - PRZEKONUJE
POGODYNKA PANORAMY s. 2ANDRZEJ
KOZŁOWSKI

PULS KABARET

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

WYWIAD TO&OWO TV

LIONESS
3. SEZONNETFLIX
DISNEY+
HBO MAX
I JESZCZE
WIĘCEJ! s. 181670
3. SEZONSTO LAT
SAMOTNOŚCI
2. SEZONATRAKCJE
W ŚRODKU LATA!WARSZAWIACY
ŚPIEWAJĄ
(NIE)ZAKAZANE
PIOSENKI

MISS POLSKI 2026



LINE OF DUTY



GRANTCHESTER



MATLOCK



31

ISSN 1230-4331
9 77 1230 4333607Numer
w sprzedaży
do 2.08.2026

eprasa.pl dec786d728

PRZYNOSI PIĘKNĄ POGODE

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



→ AKTUALNOŚCI

NA ŻYWO

POWSTAŃCZE MELODIE

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



STARZY I NOWI ZNAJOMI

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



JUBILEUSZ PEŁEN GWIAZD

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



TAJEMNICZY PROJEKT

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

JUŻ NIE POMOGĄ

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



ZAPROSI DO ROZMOWY

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



DOKOŁA ŚWIATA

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

POMIĘDZY BOOMEREM A MILENIALSEM

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

WYWIAD
➔

**ZDOLNI
I SKROMNI**

wystąpią w Płocku w widowisku „Puls Kabaret”. Jego motywem przewodnim będzie „walka pokoleń”.

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

Czy kabaretowi artyści mają w wakacje czas na odpoczynek?

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

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

Różnie z tym bywa. Na pewno sprawdzam w GPS-ie, gdzie dokładnie jest miejsce, do którego jadę, żeby nie zabłądzić i nie wyla-

dować gdzieś na drugim końcu Polski (śmiech). Rzeczywiście bardzo dużo jeżdżę. Najbardziej odczuwa to mój samochód. W dwa lata przejechałem nim już 80 tysięcy kilometrów. Czasem lubię się dowiedzieć, jakie atrakcje oferuje dane miasto, z czego słynie albo ilu ma mieszkańców. Przyznam jednak, że na ogół nie mam czasu, by bardziej to zgłębiać. Zdarza się, że jednego dnia mam dwa występy w dwóch różnych miejscach.

A kiedy w skeczu ma paść nazwa danej miejscowości?

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

To z czym kojarzy się Panu Płock?

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

NA ŻYWO



Na zdjęciu nasz rozmówca z Ewelina Wojtak, Olga Łasak oraz Łukaszem Żakiem.

RÓŻNE TWARZE ARTYSTY



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

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



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

mojego serduszka i umysłu, które cały czas są atakowane przez media. Piosenkę lubię w każdej formie.

Czy czuje się Pan spadkobiercą Marka Grechuty?

Zdecydowanie tak. Marek Grechuta zawsze będzie mi się kojarzył z moim pierwszym rokiem studiów w Szkole Teatralnej w Krakowie. Pamiętam, że w dniu mojego przyjazdu do akademika w pokoju leciała właśnie ta piosenka, którą zaśpiewa-

wałem w Ostródzie, czyli „Będziesz moją damą”. Wbiło mi się to w pamięć i Marek Grechuta zawsze będzie w moim sercu.

Zaśpiewał Pan tę piosenkę kiedyś swojej żonie?

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

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

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

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

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

Rozmawiała Marzena Juraczko

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

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

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

Jedno jest pewne: z racji zawodu regularnie trenuje Pan swój mózg.

Ile skeczy ma Pan w głowie?

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

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

Ten wyjazd zawsze będzie mi się kojarzył z samochodem i z samolotem. Tamtejsze odległości są zupełnie inne niż w Polsce. To nie 100 czy 200 kilometrów, ale 1500 i więcej! Kiedy patrzymy na mapę, wiadać, że to wielki kraj, ale nie zdawałem sobie sprawy, że jest aż tak ogromny. Ich autostrady są niesamowite. Mieszkający tam ludzie śmieją się, że jak Indianino-

wi ucieknę pies, to on go widzi jeszcze przez trzy dni, a czwartego dnia wsiada w samochód i po niego jedzie.

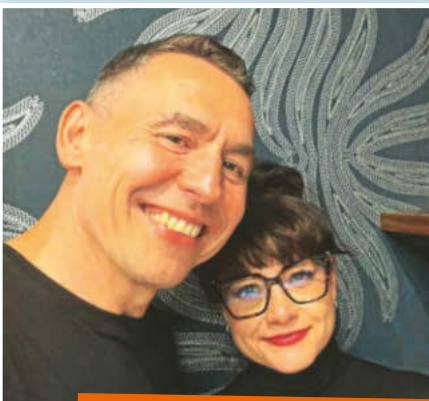
Czy „zaraził” się Pan już śląskim akcentem?

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

Z czym kojarzą się Panu słowa:

„Będziesz zbierać kwiaty, będziesz się uśmiechać...”?

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



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

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

sobota
niedziela
poniedziałek
SENSACJA

Memento

GODZ. 22.30 PARAMOUNT NETWORK Oryginalnie opowiedziana historia mężczyzny cierpiącego na zaburzenia pamięci, który tropi zabójcę żony. Za kamerą Christopher Nolan – twórca prezentowanej od lipca w kinach „Odysei”.


Ocean ognia

GODZ. 20.00 TV PULS Zbuntowany rosyjski wojskowy realizuje plan prowokacji. Jego celem jest wywołanie globalnego konfliktu. Political fiction z wartką akcją i gwiazdorską obsadą, w której znaleźli się Gerard Butler oraz Gary Oldman.


Kryzys

GODZ. 21.00 POLSAT FILM Historie, których tłem jest epidemia uzależnień od opioidów w USA. Zmagająca się z nałogiem Claire poszukuje zaginionego syna.

KOMEDIA

W deszczowy dzień w Nowym Jorku

GODZ. 20.00 TVP KULTURA Student Gatsby chce pokazać ukochanej Nowy Jork. Wizyta odbiega od jego wyobrażeń. Połączenie humoru, sarkazmu i nostalgii, czyli kwintesencja stylu laureata czterech Oscarów Woody'go Allena.


Oni cię zabiją

GODZ. 20.00 HBO Kino grozy zaprawione czarnym humorem. Kobieta zatrudnia się jako pokojówka w luksusowym apartamentowcu na Manhattanie. Przekonuje się, że pełen pułapek budynek jest siedzibą demonicznej sekty.


Wybuchowa para

GODZ. 20.00 PARAMOUNT NETWORK Pasażerka samolotu zostaje uwikłana w szpiegowską rozgrywkę. Cameron Diaz i Tom Cruise w emocjonującym duecie.

DRAMAT

Christy

GODZ. 21.00 C+ PREMIUM Zdolna pięściarka poza ringiem zmagająca się z toksycznym mężem. Próbuje odzyskać kontrolę nad swoim życiem. Losy Christy Martin, ikony kobiecego boksu. Przekonująca kreacja Sydney Sweeney.


Po katastrofie

GODZ. 21.00 SUPER POLSAT Załamany mężczyzna wini kontrolera lotów za katastrofę samolotu, w której stracił całą rodzinę. Przytłoczony stratą, zaczyna pragnąć zemsty. W obsadzie Arnold Schwarzenegger i Scoot McNairy.


Lokatorka

GODZ. 22.30 KINO POLSKA Czyściciel kamienic kontra kobieta walcząca o prawo do godnego życia. Scenariusz inspirowany historią aktywistki Jolanty Brzeskiej.

SF/FANTASY

Harry Potter i kamień filozoficzny

GODZ. 20.00 TVN FABUŁA Osierocony Harry dowiaduje się, że jest synem czarodziei. Dostaje zaproszenie do szkoły magii. Adaptacja bestselleru J.K. Rowling. Na 25 grudnia zapowiadana jest premiera serialowej wersji tej opowieści.


Hellboy

GODZ. 22.20 TV PULS Czarownica Nimue, którą przed wiekami pokonał król Artur, odzyskuje moc. Zamierza zawładnąć światem. Jedynie pochodzący z piekła Hellboy może ją powstrzymać. Na motywach komiksów Mike'a Mignoli.


Assassin's Creed

GODZ. 20.00 TVN FABUŁA Skażeniec poznaje prawdę o przodku z czasów inkwizycji. Musi stawić czoło potężnej organizacji. Efektowna adaptacja gry przygodowej.

wtorek



Mission: Impossible

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

środa



Supermarket

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

czwartek



Diabelska przełęcz

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

piątek



Ambulans

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



Cudowne życie

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



80 milionów

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



Jak dogryźć mafii

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



W jak morderstwo

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



C'mon C'mon

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



Powrót Bena

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



Jerry Maguire

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



Bo we mnie jest seks

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



Alita: Battle Angel

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



Bloodshot

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



Kontakt

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



Nowy początek

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

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

LINE OF DUTY - WYDZIAŁ WEWNĘTRZNY

KRYMINALNY W wielu krajach policjanci nie należą do najbardziej lubianych grup społecznych. A ci, którzy zajmują się dochodzeniami w sprawie innych funkcjonariuszy, nie mogą liczyć nawet na sympatię kolegów po fachu. Właśnie do wydziału spraw wewnętrznych zostaje przeniesiony były antyterrorysta, Steve Arnott (Martin Compston), po tym, jak odmówił zatuszowania niekompetencji

swoich współpracowników. Jego pierwsze, z pozoru dość proste śledztwo, szybko się komplikuje... Serial BBC z 2012 roku okazał się wielkim przebojem i doczekał się sześciu sezonów; teraz mamy okazję obejrzeć go jeszcze raz od samego początku. **JK**

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



Nową partnerką Arnotta zostanie Kate Fleming (Vicky McClure).



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

SERIALE
↑

OD 1. ODCINKA

MATLOCK

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

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

NA WSPÓLNEJ

OBYCZAJOWY Ingerowanie bliskich w życie miłosne Juliusza (Daniel Olbrychski) i Krystyny (Małgorzata Knothe) sprawi, że sytuacja znajdzie się na granicy totalnej katastrofy. Bo kiedy Wojtek (Wojciech Szulc) zdecyduje się odpisać Krystynie jako Janusz i zaprosi ją jeszcze raz na spotkanie, w barze na Wspólnej zamiast Agierowej zastanie... córkę Hoffer'a (Julia

Jurek)! Po wyjaśnieniu nieporozumienia oboje zaczną się zastanawiać, jak wszystko wyprostować. Ale gdy Szulc wróci do domu, odkryje, że pod jego nieobecność Juliusz korzystał z laptopa, dowiedział się o planowanym spotkaniu z Krystyną i jest... wściekły. **JP**

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



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

OD 1. ODCINKA

RODZINA LEŚNIEWSKICH

OBYCZAJOWY Leśniewscy rozpoczynają życie w nowym mieszkaniu i starają się ułożyć sobie poprawne relacje z sąsiadami. Przy czworcu dzieci trudno jednak o spokój. Jadwiga i Andrzej wychowują nastoletnich Agnieszkę i Leszka oraz siedmioletnie bliźnięta – Beate i Pawła, nazywane Bąblami. Kiedy w budynku wybucha pożar, podejrzania padają właśnie na najmłodszych. Tymczasem Jadwiga myśli o powrocie na studia. Rodzina dostrzega, że bez realizacji tego pragnienia nie będzie w pełni szczęśliwa i gorąco ją wspiera. Serial, którego scenariusz współtworzyła Krystyna Boglar, powstał

z inspiracji jej książką „Nie gła-skać kota pod włos”. **MAM**

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



Agata Młynarska
debiutowała w serialu jako
Agnieszka.



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

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



PRZYGODY MERLINA

PRZYGODOWY Gdy w Camelot despotyczny król Uther Pendragon zakazuje uprawiania czarów, nadworny lekarz Gaius przyjmuje nastoletniego Merlina na ucznia. Szybko okazuje się, że chłopak ma niezwykle, magiczne umiejętności. To dla niego początek szalonej przygody... Grający Merlina Colin Morgan przed otrzymaniem roli nie znał legend arturiańskich!

Wszystkiego o swoim bohaterze uczył się ze scenariusza. Ta wieloletnia przygoda nie była dla niego łatwa, a wypowiadanie zaklęć po staroangielsku wymagało od niego godzin ćwiczeń z lingwistą. Jednak w ciągu pięciu sezonów stał się prawdziwym „mistrzem magii”! **PM**

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

GRANTCHESTER

KRYMINALNY W tym sezonie Alphy (Rishi Nair) i Geordie (Robson Green) angażują się m.in. w poszukiwania morderców z uniwersytetu, sierocińca i klubu ze striptizem. Leonard (Al Weaver) popełnia fatalny błąd, który omal nie kończy się dla niego tragicznie, a Alphy zakochuje się w intrygującej bibliotekarce – Meg (Christie Russell-Brown), choć, z powodu jej rodzin-

nych powiązań, ich związek nie będzie należał do najtańszych. W pierwszym odcinku w Grantchester trwa wielkanocny festyn. Jednak na święcie cieniem kładzie się pewien śmiertelny wypadek. Geordie podejrzewa, że to zabójstwo... **EGP**

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



Alphy i Geordie znowu mają pełne ręce roboty.

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

→ ROZRYWKAWKA

NA ŻYWO

MISS POLSKI 2026

WIDOWISKO W tym roku odbędzie się 38. edycja konkursu Miss Polski. Kandydatki do tytułu najpiękniejszej Polki pojawią się w amfiteatrze Parku Strzeleckiego w Nowym Sączu. Tym razem o tytuł i koronę powalczą 24 finalistki. Swoje przygotowania do gali zaczęły w czerwcu od zgrupowania na Sri Lance; ostatnie szlify zdobywały w Krakowie i w Kamiannej koło Krynicy-

-Zdroju. Galę finałową Miss Polski 2026 poprowadzą Agnieszka Hyży i Ilona Krawczyńska, a Olek Sikora z Kasandrą Zawal porozmawiają z uczestniczkami konkursu. Galę uświetnią występy Antka Smykiewicza, Cleo i Tatiany Okupnik. Ubiegłoroczną Miss Polski została Oliwia Mikulska. **MJ**

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

W ubiegłym roku konkurs wygrała Oliwia Mikulska.

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



NA ŻYWO

LATO Z RADIEM I TELEWIZJĄ POLSKĄ

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

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

PULS KABARET

NA ŻYWO

WIDOWISKO W pierwszy piątek sierpnia Płock na jeden wieczór stanie się stolicą polskiego kabaretu. W amfiteatrze na nadwiślańskiej skarpie odbędzie się widowisko „Puls Kabaret” z udziałem znakomitych komików. Gospodarzami wieczoru będą Olga Łasak i Marcin „Jabbar” Wójcik, którzy wystąpią również ze swoimi formacjami – Żolnierz i Skromni oraz Ani

Mru-Mru (na zdj.). Jak zdradziła nam prowadząca, motywem przewodnim wydarzenia będzie „walka pokoleń” – boomerzy zmierzają się z milenialsami. Na scenie pojawią się też m.in. Kabaret Chyba, Formacja Sąsiedzi, Bartosz Gajda i Kabaret Jurki. **MJ**

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





OKRASA ŁAMIE PRZEPISY

KULINARNY Kwiaty lawendy mają charakterystyczny, mocny zapach, dlatego chętnie używane są do produkcji olejków i perfum. Pięknie zdobią też mieszkanie lub balkony. Jednak Karol Okrasa udowodni, że można je również wykorzystać do przygotowania smacznych potraw. I to nie tylko napojów, koktajli i herbat, ale także do dań mięsnych rybnych

czy deserów. Jej intensywny gorzkawo-aromatyczny smak przypomina nieco rozmaryn. Kucharz ugotuje karkówkę wieprzową w lawendowym sosie z serowym purée, serowo-ziemniaczane placki z wędzoną rybą i lawendą oraz placek z jabłkami i lawendowym cukrem.

EGP

→ OKRASA ŁAMIE PRZEPISY
SO 1.08 godz. 14.40 TVP 1

OSIEM KOBIET

KOBRA Osiem kobiet, jeden trup i osiem powodów, by zabić. W odciętym przez zimę od świata domu ginie jego jedyny męski mieszkaniec. Telefon nie działa, pomoc nie nadchodzi, a morderczyni musi być wśród obecnych. Każda z pań skrywa jakiś sekret i żadna nie zamierza wyjawić całej prawdy. W podejrzanę wcielają się m.in. Hanka Bielicka, Zofia Mrozowska i Barbara Wrze-

sińska. Spektakl z 1970 roku powstał na podstawie sztuki Roberta Thomasa, która miała premierę w Nicei w 1958 roku. Po latach zekranizował ją również François Ozon. To stylowa, doprawiona ironią zagadka kryminalna, w której dawne konflikty mają śmiertelne konsekwencje.

MAM

→ OSIEM KOBIET WT 4.08
godz. 20.00 TVP KULTURA



Koncert obejrzymy też w TVP VOD.



TO JEST MÓJ SEN

KONCERT Edyta Bartosiewicz na scenie obecna jest od 1989 roku. Początkowo występowała z zespołem Staff (przekształconym później w Holloee Poloy), ale popularność zdobyła dopiero po jego rozpadzie. Od tego czasu nagrała siedem albumów studyjnych i wylansowała takie przeboje jak „Jenny” czy „Ostatni”. 30-lecie solowej kariery artystycznej

świętowała w marcu zeszłego roku koncertem w Teatrze Wielkim w Warszawie. Na scenie towarzyszyli jej m.in. orkiestra Sinfonia Varsovia pod batutą Daniela Noseswicza oraz Michał Grymuza, który ponad trzy dekady temu nagrał oryginalne partie gitar na album „Sen”. JK

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

REKLAMA



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

DOKUMENT
↑

WŁOCHY – OSTATNIE DZIKIE ZAKĄTKI

PIĘKNA ITALIA Twórcy serialu pokazują zagrożone gatunki – wilki, niedźwiedzie, sokoły i orły – w niezwykłym włoskim krajobrazie. Rozciąga się on od szczytów Apeninów po suche kaniony Południa, od lagun Wenecji i Sardynii po skaliste wyspy oraz pradawne lasy bukowe. To opowieść o dzikiej naturze, która odzyskała tereny kształtowane w starożytności przez człowieka. Pierwszy odcinek

przenosi nas w masyw Gran Sasso, zwany Małym Tybetem. Ta surowa twierdza w sercu Apeninów jest ostoją wielu gatunków przybyłych tu w epoce lodowcowej. Swoją dom mają tu wysokogórskie ptaki, ssaki i rośliny, którym odpowiadają zimne warunki. **MP**

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

Orzeł to król górskich i trudno dostępnych terenów Italii.



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

MAJOWIE: WOJNA PIĘCIU KRÓLESTW

DAWNE IMPERIUM Fascynująca historia rywalizacji najpotężniejszych miast-państw Majów w ich „złotym wieku” (ok. 250-900 r.n.e.). Osią opowieści jest wieloletni konflikt między Tikál a Calakmul – stolicami dwóch królestw. Rządzące nimi dynastie zawierały sojusze, toczyły walki o polityczne wpływy i zabiegały o lojalność mniejszych ośrodków. Serial odśladania kulisy

intrzyg, dynastycznych mariaży i brutalnych podbojów; rekonstruuje losy władców czczonych jak bogowie. To opowieść o ambicji, zdradzie i walce, która doprowadziła do osłabienia potęgi Majów i ich zmierzchu. **MP**

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

PREMIERA

ODKOPAĆ HISTORIĘ

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

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



UMRZEĆ ZA WARSZAWĘ

WIELKI ZRYW Film przedstawia polityczną sytuację w latach 1939–1944 oraz kulisy decyzji, które doprowadziły do wybuchu Powstania Warszawskiego. Z archiwalnych materiałów filmowych, fotografii żołnierzy AK i relacji świadków wyłania się obraz codzienności powstańców i mieszkańców walczącej stolicy, zestawiony z niemiecką propagandą. O tym, co w czasie walk w Warszawie działo się w Londynie i Moskwie, mówią prof. Norman Davies oraz dr Aleksandra

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



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



Viatteau i dr Dariusz Gawin. Tytuł nawiązuje do popularnego w Europie Zachodniej przed wybuchem II wojny światowej stwierdzenia po-

dającego w wątpliwość sens „umierania za Gdańsk”. **MP**

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

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



KRAINY CUDÓW NATURY

NIEZWYKŁY ŚWIAT Jedną z tytułowych krain jest Islandia – wyspa z ok. 385 tys. mieszkańców, będąca krainą potężnych żywiołów. Ponad 30 aktywnych wulkanów przypomina, że ląd ten powstał na styku płyt tektonicznych, z ognia i lawy, które z czasem przykryły lód. Erupcje co kilka lat wpływają na ruch lotniczy i życie Europy. Z kolei w Wietnamie Zatoka Ha Long

(CZ, 6.08, g. 13.50) zachwyca krasowymi wyspami i jaskiniami, wpisanymi w 1994 r. na listę UNESCO. Jej krajobraz kształtował się przez miliony lat, a legendy o smokach spletały się tu z naukowymi badaniami niezwykłego ekosystemu. **MP**

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

ŁOWCA HISTORYCZNYCH SKARBÓW

PREMIERA

NIEZWYKŁE PRZEDMIOTY

Mike Wolfe (zdj.), znany z programu „Amerykańscy zbieracze”, w nowej produkcji zagłębia się w fascynujące dzieje różnych przedmiotów – choć z pozoru wydają się zwyczajne, skrywają wyjątkowe historie. Będą więc opowieści o artefaktach związanych z przestępczym półświatkiem, przełomowych, choć zapomnianych wynalazkach oraz

pamiątkach po gwiazdach kina i muzyki. W pierwszym odcinku twórcy dokumentu przemierzają złomowiska i warsztaty, odkrywając rzadkie modele samochodów. Program pokazuje, jak pasja kolekcjonerska łączy się z historią i rynkiem aukcyjnym. **MP**

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



Nawet stary samochód kryje niezwykle ciekawą i intrygującą historię.

TOUR DE POLOGNE

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

SPORT
↑

KOLARSTWO Startuje 83. edycja najważniejszego wyścigu kolarskiego w naszym kraju. Tegoroczny Tour de Pologne upłynie pod hasłem „Północ – Południe”. W dniach 3-9 sierpnia uczestnicy zmagają podejmą wyzwanie składające się z siedmiu etapów o łącznej długości 1111 kilometrów. Impreza rozpocznie się w świętującej stulecie Gdyni, a zakończy jazdą indywidualną na czas wokół Wieliczki. Największym wyzwaniem dla kolarzy ma być odcinek numer sześć ze startem i metą w Bukowinie Tatrzańskiej. W porównaniu z poprzednimi latami jego trasa została skrócona, co ma zdynamizować rywalizację. Na wstępnej liście uczestników organizowanego przez Czesławę Langa wyścigu znalazł się między innymi Michał Kwiatkowski. Najlepszy polski kolarz triumfował już w TdP – w 2018 roku. Do ojczyzny przybędzie

wprost ze szlaków Tour de France. Tak samo zrobi Olav Kooij. Podbudowany wygraną w piątym etapie tegorocznej Wielkiej Pętli Holender spróbuje poprawić bilans swoich etapowych zwycięstw w Tour de Pologne. Ma ich na koncie pięć. Start w wyścigu planuje też João Almeida, mistrz z 2021 roku. Szansę, by pójść w jego ślady prawdopodobnie otrzymają także Jordi Meeus, Paul Magnier czy Jan Christen. Niestety, do obrony tytułu króla polskich szos raczej nie stanie Brandon McNulty. Kto go zdetronizuje i dołączy do galerii sław wyścigu, w której znajdują się między innymi Jonas Vingegaard, Ethan Hayter czy Remco Evenepoel?

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



JOÃO ALMEIDA
to triumfator TdP
z 2021 roku.

MICHAŁ KWIATKOWSKI
nie ukończył
poprzedniego TdP
z powodu choroby.

TURNIEJ W TORONTO

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

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

UFC FIGHT NIGHT

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

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



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

LETNIE GP W WIŚLE

SKOKI NARCIARSKIE Wraz z początkiem sportowej emerytury Kamila Stocha w polskich skokach narciarskich skończyła się pewna epoka. Za sprawą Kacpra Tomasiaka kibice mogą jednak z optymizmem wypatrywać nadchodzącego Pucharu Świata. Tradycyjne przetarcie przed kampanią na śniegu stanowi Letnie Grand Prix. Jego tegoroczną edycję zainaugurują konkursy indywidualne na skoczni im. Adama Małysza, do których trzykrotny medalista igrzysk w Mediolanie i Cortinie d'Ampezzo przystąpi jako jeden z faworytów. To, czy Tomasiak i igelit są ze sobą za pan brat, pozostaje kwestią otwartą. 19-latek zaliczył dotych-

czas tylko jeden występ w Letnim GP – w październiku 2025 roku zajął ósme miejsce w Klingenthal, najwyższe spośród podopiecznych selekcjonera Macieja Maciusiaka. Przekonamy się, czy w Wiśle rozpocznie pogoń za weteranem Dawidem Kubackim, który wygrał tu rekordowe sześć razy. Jako dobry omen można potraktować triumf Tomasiaka w lipcowym Międzynarodowym Memoriale Olimpijczyków w Szczyrku. Utalentowany Bielszczanin zostawił wówczas w pokonanym polu m.in. Pawła Wąska i Piotra Żyłę.

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



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

BARTOSZ ZMARZLIK ma w CV sześć tytułów mistrza cyklu SGP.



GRAND PRIX POLSKI

ŻUŻEL Za nami sześć rund walki o indywidualne mistrzostwo świata. Kolejna odbędzie się w Łodzi, gdzie cykl Speedway Grand Prix zawita po raz pierwszy w historii. Przekonamy się, czy miejscowa Moto Arena przyniesie szczęście Bartoszozi Zmarzlikowi. Polak jest liderem klasyfikacji generalnej, lecz jego przewaga nad Bradem Kurtzem wynosi tylko pięć

punktów. By umocnić się na prowadzeniu w wyścigu o tytuł, musi pokusić się o wyśrubowanie swojego rekordu zwycięstw w zawodach SGP. Licznik Zmarzlika wskazuje aktualnie trzydzieści triumfów. Ostatni z nich żużlowiec Motoru Lublin odniósł 20 czerwca we Wrocławiu.

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

EKSTRAKLASA

ŚLĄSK – RAKÓW

PIŁKA NOŻNA Powrót do elity może okazać się dla Śląska Wrocław bolesnym zderzeniem z rzeczywistością. Beniaminek zainaugurował sezon Ekstraklasy konfrontacją z Górnikiem Zabrze, urzędującym wice mistrzem Polski. W drugiej kolejce czeka go potyczka z równie groźnym rywalem, Rakowem. Trener Dawid Kroczek buduje w Częstochowie zespół, który ma zawojować

nie tylko rozgrywki krajowe, lecz także europejskie puchary. By pomóc zwiększyć szanse na realizację celów, Medalliki aktywnie działają na rynku transferowym. Latem do ekipy spod Jasnej Góry trafili już m.in. skrzydłowy Adin Molnár oraz dobrze znany kibicom warszawskiej Legii napastnik Mahir Emreli.

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



PIOTR SAMIEC-TALAR pełni rolę kapitana Śląska Wrocław.

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

TYDZIEŃ SPORTU NA ŻYWO

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

PIŁKA NOŻNA	INNE DYSCYPLINY		
PKO BP EKSTRAKLASA SO Piast Gliwice – Wista Kraków 14.40 CANAL+ SPORT 3 SO Wiczyńska Kraków – Lech Poznań 17.25 CANAL+ SPORT 3 SO Korona Kielce – Górnik Zabrze 20.10 CANAL+ SPORT 3 ND Legia Warszawa – KGHM Zagłębie Lubin 14.40 CANAL+ SPORT 3 ND Śląsk Wrocław – Raków Częstochowa HIT 17.25 CANAL+ PREMIUM; CANAL+ SPORT 3; TVP SPORT ND GKS Katowice – Radomiak Radom 20.10 CANAL+ SPORT 3 PO Cracovia – Pogoń Szczecin 18.55 CANAL+ SPORT 3; CANAL+ SPORT 5 PT Pogoń Szczecin – Motor Lublin 17.55 CANAL+ SPORT 3 PT Wista Kraków – Wista Płock 20.25 CANAL+ SPORT; CANAL+ SPORT 3	GOLF SO Rocket Classic EUROSPORT 2 19.00 3. runda ND Rocket Classic EUROSPORT 2 19.00 Finał CZ Wyndham Championship EUROSPORT 2 21.00 1. runda PT Wyndham Championship EUROSPORT 2 21.00 2. runda KOLARSTWO ND Tour of Denmark EUROSPORT 1 13.30 5. etap PO Tour de Pologne EUROSPORT 1; TVP SPORT 10.05 1. etap: Gdynia – Koszalin	LEKKOATLETYKA SO Commonwealth Games – Glasgow 2026 EUROSPORT 1 20.00 6. dzień SR MS U-20 – Oregon TVP SPORT 3.00 1. dzień CZ MS U-20 – Oregon TVP SPORT 3.00 2. dzień PT MS U-20 – Oregon TVP SPORT 2.00 3. dzień PIŁKA NOŻNA KOBIET SO ORLEN Ekstraliga TVP SPORT 13.10 Mecz: Legia Ladies – Pogoń Szczecin SIATKÓWKA MĘŻCZYZN SO Liga Narodów POLSAT SPORT 1 8.45 Mecz półfinałowy SO Liga Narodów POLSAT SPORT 1 12.45 Mecz półfinałowy ND Liga Narodów POLSAT SPORT 1 8.45 Mecz o 3. miejsce ND Liga Narodów POLSAT SPORT 1 12.45 Mecz finałowy SIATKÓWKA PLAŻOWA ND ORLEN Beach Volley Tour w Świnoujściu POLSAT SPORT 2 9.00 Mecz fazy play-off ND ORLEN Beach Volley Tour w Świnoujściu POLSAT SPORT 2 13.00 Mecz fazy play-off CZ Grand Prix PGE POLSAT SPORT 1 10.00 Mecz kobiet CZ Grand Prix PGE POLSAT SPORT 1 14.00 Mecz kobiet PT Grand Prix PGE POLSAT SPORT 1 10.00 Mecz kobiet PT Grand Prix PGE POLSAT SPORT 1 14.00 Mecz kobiet SKOKI DO WODY SO ME – Paryż 2026 TVP SPORT 19.55 Wieża 10 m synchronicznie kobiet WT ME – Paryż 2026 TVP SPORT 19.25 Wieża 10 m synchronicznie mężczyzn WT ME – Paryż 2026 TVP SPORT 21.15 Trampolina 3 m kobiet SR ME – Paryż 2026 TVP SPORT 18.25 Wieża 10 m synchronicznie drużyn mieszanych SR ME – Paryż 2026 TVP SPORT 19.40 Trampolina 3 m mężczyzn	SKOKI NARCIARSKIE SO Letnie Grand Prix w Wiśle TVP 1; EUROSPORT 2; TVP SPORT 17.25 Konkurs indywidualny ND Letnie Grand Prix w Wiśle TVP1; EUROSPORT 2; TVP SPORT 14.45 Konkurs indywidualny NOOKER SO Shanghai Masters EUROSPORT 1 8.00 Mecz półfinałowy SO Shanghai Masters EUROSPORT 2 14.00 Mecz półfinałowy ND Shanghai Masters EUROSPORT 1 8.00 Mecz finałowy ND Shanghai Masters EUROSPORT 2 13.30 Mecz finałowy ND Shanghai Masters EUROSPORT 2 16.30 Mecz finałowy SPORTY WALKI SO UFC Fight Night POLSAT SPORT 1 17.00 Walka: Mateusz Rębecki – Kyle Prepolec SO UFC Fight Night POLSAT SPORT 1 19.00 Walka: Uros Medic – Daniel Rodriguez SO Game Changer MMA 6 w Rabce Zdroju SUPER POLSAT 20.00 Walka: Michał Guzik – Aslambek Arsamikov TENIS SO ATP w Los Cabos POLSAT SPORT 2 4.30 Mecz półfinałowy gry pojedynczej SO ATP w Los Cabos POLSAT SPORT 2 6.30 Mecz półfinałowy gry pojedynczej SO Turniej WTA w Waszyngtonie CANAL+ SPORT 2 20.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej SO Turniej WTA w Waszyngtonie CANAL+ SPORT 2 22.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej ND ATP w Los Cabos POLSAT SPORT 2 5.00 Mecz finałowy gry pojedynczej ND ATP w Montrealu POLSAT SPORT 2 17.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej Hurkaz, Majchrzak ND ATP w Montrealu POLSAT SPORT 2 19.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej ND Turniej WTA w Waszyngtonie CANAL+ SPORT 2 20.30 Mecz finałowy gry pojedynczej ND ATP w Montrealu POLSAT SPORT 1 21.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej ND ATP w Montrealu POLSAT SPORT 1 23.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
BETCLIC 1. LIGA ND Ruch Chorzów – Miedź Legnica 14.25 TVP POLONIA PO Chrobry Głogów – Odra Opole 18.55 TVP SPORT PT Polonia Warszawa – Ruch Chorzów 20.30 TVP SPORT	PO Tour de Pologne TVP 1 15.20 1. etap: Gdynia – Koszalin WT Tour de Pologne EUROSPORT 1; TVP SPORT 12.00 2. etap: Międzyzdroje – Szczecin WT Tour de Pologne TVP 1 15.20 2. etap: Międzyzdroje – Szczecin SR Tour de Pologne EUROSPORT 1; TVP SPORT 11.40 3. etap: Gorzów Wielkopolski – Zielona Góra SR Tour de Pologne TVP 1 15.20 3. etap: Gorzów Wielkopolski – Zielona Góra CZ Tour de Pologne EUROSPORT 1; TVP SPORT 11.50 4. etap: Żagań – Karpacz CZ Tour de Pologne TVP 1 15.20 4. etap: Żagań – Karpacz PT Tour de Pologne TVP SPORT; EUROSPORT 1 10.55 5. etap: Opole – Kocierz Resort PT Tour de Pologne TVP 1 15.20 5. etap: Opole – Kocierz Resort	MECZ TOWARZYSKI SO FC Tokyo – Borussia Dortmund 11.55 ELEVEN SPORTS 1 SR AC Milan – Inter Mediolan 13.00 POLSAT SPORT 1 Zieliński SUPERPUCHAR HOLANDII ND PSV Eindhoven – AZ Alkmaar 17.50 POLSAT SPORT 3 SUPERPUCHAR PORTUGALII SO FC Porto – SCU Torreense 21.10 TVP SPORT Bednarek, Kiwior, Pietuszewski	SCOTTISH PREMIER LEAGUE PO Celtic FC – Dundee FC 20.25 POLSAT SPORT 2 MECZ TOWARZYSKI SO FC Tokyo – Borussia Dortmund 11.55 ELEVEN SPORTS 1 SR AC Milan – Inter Mediolan 13.00 POLSAT SPORT 1 Zieliński SUPERPUCHAR HOLANDII ND PSV Eindhoven – AZ Alkmaar 17.50 POLSAT SPORT 3 SUPERPUCHAR PORTUGALII SO FC Porto – SCU Torreense 21.10 TVP SPORT Bednarek, Kiwior, Pietuszewski



Zupełnie ODMIENIONY!

Ponad **200** nowych porad i inspiracji



Nasze NOWOŚCI!

- 🌸 lekcja projektowania krok po kroku
- 🌸 lifehacki sprytnego ogrodnika
- 🌸 prawdy i mity z zakresu ogrodnictwa
- 🌸 testujemy i porównujemy dla Was

EKSTRA! Reportaż – z wizytą w ogrodzie naszych czytelników

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

ND Turniej ATP w Waszyngtonie POLSAT SPORT 2	PT Turniej WTA w Warszawie POLSAT SPORT 2
23.00 Mecz finałowy gry pojedynczej	16.00 Mecz finałowy gry podwójnej
ND ATP w Montrealu POLSAT SPORT 1	PT WTA w Toronto CANAL+ SPORT 2
1.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej	17.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej
ND ATP w Montrealu POLSAT SPORT 1	PT ATP w Montrealu POLSAT SPORT 1
3.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej	18.30 Mecz 3. rundy gry pojedynczej
PO ATP w Montrealu POLSAT SPORT 1	PT WTA w Toronto CANAL+ SPORT 2
17.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej	18.30 Mecz 3. rundy gry pojedynczej
PO WTA w Toronto CANAL+ SPORT 2	PT ATP w Montrealu POLSAT SPORT 1
17.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej	20.30 Mecz 3. rundy gry pojedynczej
Świątek, Chwalińska, Fręch, Linette	PT WTA w Toronto CANAL+ SPORT 2
PO WTA w Toronto CANAL+ SPORT 2	20.30 Mecz 3. rundy gry pojedynczej
18.30 Mecz 1. rundy gry pojedynczej	PT WTA w Toronto CANAL+ SPORT 2
PO ATP w Montrealu POLSAT SPORT 1	23.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej
19.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej	
PO WTA w Toronto CANAL+ SPORT 2	
20.30 Mecz 1. rundy gry pojedynczej	
PO ATP w Montrealu POLSAT SPORT 1	
21.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej	
PO ATP w Montrealu POLSAT SPORT 1	
23.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej	
PO WTA w Toronto CANAL+ SPORT 2	
23.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej	
PO ATP w Montrealu POLSAT SPORT 1	
1.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej	
WT ATP w Montrealu POLSAT SPORT 1	
17.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej	
WT WTA w Toronto CANAL+ SPORT 2	
17.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej	
WT ATP w Montrealu POLSAT SPORT 1	
19.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej	
WT WTA w Toronto CANAL+ SPORT 2	
20.30 Mecz 2. rundy gry pojedynczej	
WT ATP w Montrealu POLSAT SPORT 1	
21.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej	
WT WTA w Toronto CANAL+ SPORT 2	
23.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej	
SR ATP w Montrealu POLSAT SPORT 1	
17.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej	
SR WTA w Toronto CANAL+ SPORT 2	
17.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej	
SR WTA w Toronto CANAL+ SPORT 2	
18.30 Mecz 2. rundy gry pojedynczej	
SR ATP w Montrealu POLSAT SPORT 1	
19.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej	
SR WTA w Toronto CANAL+ SPORT 2	
20.30 Mecz 2. rundy gry pojedynczej	
SR ATP w Montrealu POLSAT SPORT 1	
21.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej	
SR WTA w Toronto CANAL+ SPORT 2	
23.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej	
SR ATP w Montrealu POLSAT SPORT 1	
1.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej	
CZ WTA w Toronto CANAL+ SPORT 2	
17.00 Mecz 3. rundy gry pojedynczej	
CZ ATP w Montrealu POLSAT SPORT 1	
18.30 Mecz 3. rundy gry pojedynczej	
CZ WTA w Toronto CANAL+ SPORT 2	
18.30 Mecz 3. rundy gry pojedynczej	
CZ ATP w Montrealu POLSAT SPORT 1	
20.30 Mecz 3. rundy gry pojedynczej	
CZ WTA w Toronto CANAL+ SPORT 2	
20.30 Mecz 3. rundy gry pojedynczej	
PT Turniej WTA w Warszawie POLSAT SPORT 2	
12.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej	

WIOŚLARSTWO

SO Mistrzostwa Europy – Varese 2026	TVP SPORT
10.30 1. dzień – finały	
ND Mistrzostwa Europy – Varese 2026	TVP SPORT
11.00 2. dzień – finały	

ŻUŻEL

SO Grand Prix Polski EUROSPORT 3	
14.00 Kwalifikacje	
Reprezentanci Polski	
SO Metalkas 2. Ekstraliga	CANAL+ SPORT 5
16.00 Mecz: Abramczyk Polonia Bydgoszcz – Polonia Piła	
SO Grand Prix Polski EUROSPORT 3	
18.30 Moto Arena Łódź	
Reprezentanci Polski	HIT



ND Metalkas 2. Ekstraliga	CANAL+ SPORT 5
12.30 Mecz: Hunters PSŻ Poznań – INNPRO ROW Rybnik	
ND Metalkas 2. Ekstraliga	CANAL+ SPORT 5
15.00 Mecz: Cellfast Wilki Krosno – H. Skrzydlewska Orzeł Łódź	
ND PGE Ekstraliga	CANAL+ SPORT
16.45 Mecz: Falubaz Zielona Góra – PRES Grupa Deweloperka Toruń	
ND PGE Ekstraliga	CANAL+ SPORT
19.15 Mecz: FOGO Unia Leszno – BAYERSYSTEM GKM Grudziądz	



SERIAL KOMEDIOWY

1670 3

Od czasu, gdy na wielkich Dożynkach Królewskich w Adamczysze wyszła na jaw gorzka prawda o pochodzeniu Jana Pawła (Bartłomiej Topa), a wszystkie szlacheckie akta spłonęły w pożarze, Adamczewscy przechodzą kryzys. Tymczasem do Adamczyszy ku uciechu rodziców wraca Aniela (Martyna Byczkowska), która chce otworzyć szko-

łę dla chłopów. Problem w tym, że chłopci Jana Pawła nie są już tak ulegli jak wcześniej i coraz głośniej akcentują swoje niezadowolenie. Tymczasem sam Adamczewski zamierza udowodnić światu, że jest prawdziwym homo sarmatus i... wysłać jednego chłopca na Księżyc.

NETFLIX → PREMIERA 5.08



SERIAL THRILLER

LIONESS 3

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

sky **WTIME** → PREMIERA 2.08



KOMEDIODRAMAT

DIAMENTY

Rzym, lata 70. Siostry Alberta (Luisa Raineri) i Gabriella Canova (Jasmine Trinca) prowadzą jeden z najsłynniejszych zakładów krawieckich we Włoszech. To właśnie u sióstr Canova powstają kostiumy filmowe, które przechodzą do historii i pomagają aktorom wczuć się w grane przez nie postacie. W zrealizowanym z wyjątko-



SERIAL KOMEDIOWY

TED LASSO 4

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

apple tv → PREMIERA 5.08



THRILLER SF

OSTATNI DOM

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

NETFLIX → PREMIERA 7.08

SERIAL THRILLER

ZAMACH NAD LOCKERBIE

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

NETFLIX → PREMIERA 30.07



THRILLER AKCJI

ONE MILE

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

sky TV WTIME → PREMIERA 1.08

SERIAL ANIMOWANY

PREZYDENT CURTIS



Twórcy kultowego „Ricka i Morty’ego” proponują nową animację dla dorosłych. Tym razem poznajemy prezydenta pewnej fikcyjnej republiki – Andre Curtisa – oraz jego najbliższych współpra-

cowników, którzy na własnej skórze przekonują się, że politykowanie jest równie niebezpieczne jak przynależność do zorganizowanych grup przestępczych. Impulsywny i często nieszablonywy Curtis po swojemu, choć nie zawsze kierując się logiką, radzi sobie z konfliktami w rządzie, narastającym buntem oraz widmem krajowego bankructwa.

HBO max → PREMIERA 27.07

SERIAL KOMEDIOWY

KLARA. REWOLUCJA

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

HBO TVC → PREMIERA 7.08



SERIAL DRAMATYCZNY

STO LAT SAMOTNOŚCI 2

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

NETFLIX → PREMIERA 5.08



CHCESZ
WIEDZIEĆ
WIĘCEJ?
CZYTAJ
NETFILM



20.15
TVN → Igor coraz bardziej martwi się o córkę. Stara dowiedzieć się czegoś od Maćka. Wciąż nie wie, w jakim stanie jest Julka.

Na Wspólnej

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

HD POLSKA 2026 ▶ 35 min



16.50
TVN **OBYCZAJOWY**

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

HD POLSKA 2026 ▶ 65 min



19.00
TV PULS **OBYCZAJOWY PO**

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

HD POLSKA 2026 ▶ 60 min



8.55
TVP 1 **OBYCZAJOWY**

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

HD POLSKA 2014 ▶ 60 min



9.55
TVP 1 **KRYMINALNY**

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

HD POLSKA 2025 ▶ 60 min



19.25
TVP 2 **KOMEDIOWY**

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

HD POLSKA 2026 ▶ 35 min



20.25
TVP 1 **KRYMINALNY**

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

HD POLSKA 2024 ▶ 55 min

NIE PRZEGAP!



22.10
AXN **KRYMINALNY PO**

PO Reporterka ginie na parkingu. Gdy w Massachusetts dochodzi do kolejnego morderstwa, śledczy trafiają na nowy trop. Scott odkrywa, że zabójstwo jego brata upozorowano.

HD USA 2022 ▶ 55 min



22.55
TVP 2 **KRYMINALNY**

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

HD USA 2024 ▶ 105 min



20.00
HBO **OBYCZAJOWY**

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

HD USA 2026 ▶ 45 min



22.00
FX **OBYCZAJOWY**

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

USA 2022 ▶ 65 min



19.00 Policjantki i Policjanci

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

POLSKA 2026 ▶ 60 min



19.25 Barwy szczęścia

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

POLSKA 2026 ▶ 40 min



20.00 Uroczysko

KRYMINALNY TV 4 Agata i Olek widzą śmierć informatyka Juliana. Gdy Lucjan z Wróblem zeznają, że miał wrogów i przed wystąpieniem został spoliczkowany, Filip łączy sytuację z sekcją zwłok. **WT** Seniorki znajdują martwą Ludmiłę Kowską, okradzioną i uduszoną. Śledczy badają sprawę, a przyjazd wnuczki i impas w innej sprawie komplikują sytuację. **SR** W klasztorze w Miłostnie odnaleziono ciało zakonnic. Krwawe symbole na ścianie sugerują rytualny mord. **CZ** Na polu Stasiaka dochodzi do tajemniczego morderstwa. Ciężko ranny mężczyzna tuż przed śmiercią wskazuje zabójcę. Sugeruje przyszłość z przyszłości.

POLSKA 2026 ▶ 65 min



21.50 Na sygnale

FABULAR.-DOKUM. TVP 2 W stacji z powodu podejrzenia skażenia węglikiem ogłoszono kwarantannę. Róża, Wiktor i Artur żyją w niepewności, obawiając się o swoje zdrowie. Mimo napięcia ratownicy reagują na kolejne wezwania. **WT** Mężczyzna, który ma ograniczone prawa rodzicielskie, próbuje uprowadzić ze szkoły córkę. Ta doznaje udaru. Interweniuje zespół Góry. Wiktor wspiera śledztwo w sprawie Miłosza i Śmieszka. **SR** Piotr i Martyna walczą o życie potraconego mężczyzny. Odkrywają, że ktoś podmienił ampułki. Doktor Banach pomaga kobiecie po pęknięciu torbieli jajnika. Wiktor leczy Milenę, która traci słuch po lekach.

POLSKA 2026 ▶ 65 min



14.00 Splątane losy

OBYDZAJOWY TVP 1 **PO-PT** Munevver zachęca Mine, by u niej została. Oferuje jej dawny pokój Pakize i prosi, by nazywała ją babcią. Halil odkrywa, że pierwszy mąż Pakize, Tahsin, był przestępcą i uciekł z więzienia. Burak namawia ojca, aby nie ujawniał Munevver całej prawdy.

TURCJA 2024 ▶ 60 min



20.30 07 zgłoś się

KRYMINALNY TVP 1 **PO-SR** W jednej z kamienic ginie Ewa Grabik. Podejrzania padają na byłego narzeczonego. Borewicz, Zubeł i Olszańska odkrywają, że dziewczyna szantażowała syna dawnej sąsiadki. Prowadzą też śledztwo w sprawie tajemniczych listów w kilku hotelach.

POLSKA 1978 ▶ 70 min



21.05 Sprawiedliwi. Trójmiasto

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

POLSKA 2026 ▶ 60 min



22.05 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny

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

POLSKA 2026 ▶ 60 min



20.45 Ta inna siostra Bennet

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

WIELKA BRYTANIA 2026 ▶ 30 min



20.30 Ojciec Mateusz 34

KRYMINALNY TVP 1 **CZ, PT** Mateusz otrzymuje telefon od ks. Wiesława Brzózki, lecz do spotkania nie dochodzi, a kapłan zostaje znaleziony martwy. Policja podejrzewa Jonasza Puchałę. Bada też sprawę śmierci malarza.

POLSKA 2026 ▶ 55 min



22.25 Czas honoru. Powstanie

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

POLSKA 2014 ▶ 110 min



21.25 Drelich

KRYMINALNY TVP 1 **PT** Ada orientuje się, że ktoś wykorzystuje komputer Krystiana do tworzenia deepfake'ów. Trop prowadzi do Olega. Marek próbuje ustalić jego powiązania z atakiem, którego stał się ofiarą.

POLSKA 2025 ▶ 50 min

Warto zobaczyć

→ filmowe hity

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

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

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

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

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

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

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

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



Przyjaciele mogą na siebie liczyć w najtrudniejszych chwilach.

22.10 Miasto 44

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

HIT DNIA Lato 1944 roku. Stefan Zawadzki mieszka wraz z rodziną w kamienicy na Woli. Jego ojciec, oficer WP, zginął w trakcie kampanii wrześniowej w 1939 roku. Pomimo obietnicy złożonej matce chłopak wstępuje do AK. Robi to za sprawą przyjaciółki z dzieciństwa, mieszkającej po sąsiedzku Kamy. Zadzurzona w Stefanie dziewczyna marzy o wspólnej przyszłości. Zawadzkiemu podobna się jednak subtelna Alicja, zwana Biedronką, którą poznaje tuż przed wybuchem powstania. 1 sierpnia chłopak i jego ukochna wraz z Kamą, Góralem oraz Bekszą trafiają do oddziału Korbry. Jako żołnierze jednej z for-



macji pokonują cały szlak bojowy – od Woli po Czerniaków. Po krótkiej euforii towarzyszącej pierwszym dniom zrywu młodzi Polacy doświadczają pełni grozy, rozpacz, a także okrucieństwa wojny. **HD 135 min** ▶ do godz. 0.25

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



20.00
TVN **Kwiat pustyni**
BIOGRAFICZNY Waris Dirie (Liya Kebede) pracuje jako pokojówka. Przed laty uciekła z Somalii, aby uniknąć zaaranżowanego małżeństwa. Jej urodę dostrzega fotograf Terry (Timothy Spall). Kobieta zostaje modelką. Reż.: Sherry Hormann Wyst.: Sally Hawkins
Wlk. Bryt. 2009 **HD 155 min** ▶ do godz. 22.35



22.00
POLSAT **Lucy**
SENSACYJNY Tajwan. Studentka Lucy (Scarlett Johansson) pod wpływem nowego narkotyku zyskuje nadnaturalne zdolności. Wykorzystuje je w konfrontacji z mafią. Wspiera ją profesor Norman (Morgan Freeman). Reż.: Luc Besson Wyst.: Analeigh Tipton
Kanada 2014 **HD 115 min** ▶ do godz. 23.55



20.00
TV PULS **Smak zemsty. Peppermint**
THRILLER Mąż i dziecko Riley (Jennifer Garner) zostają zabici przez mafijnych egzekutorów długów. Skorumpowani stróże prawa wypuszczają jednak morderców na wolność. Wdowa planuje zemstę. Reż.: Pierre Morel Wyst.: Cailey Fleming
USA 2018 **HD 125 min** ▶ do godz. 22.05



22.35
TVN **Plan na miłość**
KOMEDIA ROMANTYCZNA Zoe (Lily James) dowiaduje się, że jej przyjaciel z dzieciństwa zdecydował się na małżeństwo z wybraną przez rodziców kobietą z Pakistanu. Chce towarzyszyć mu z kamerą w podróży do Lahaur. Reż.: Shekhar Kapur Wyst.: Shazad Latif
Wlk. Bryt. 2022 **HD 140 min** ▶ do godz. 0.55



20.00
STOPKLATKA **Pocałunek śmierci**
KRYMINALNY Jimmy (David Caruso) popełnia przestępstwo na zwolnieniu warunkowym. W zamian za wolność musi zebrać informacje pomocne w ujęciu Little Juniora (Nicolas Cage). Przenika do otoczenia mafiosa. Reż.: Barbet Schroeder Wyst.: Helen Hunt
USA 1995 **HD 125 min** ▶ do godz. 22.05



22.50
TVN 7 **300**
HISTORYCZNY Rok 480 p.n.e. Grecji zagrażają perskie wojska. Władca Sparty (Gerard Butler) zbiera trzystu najdzielniejszych wojowników i rusza z nimi do wąwozu Termopile, by stawić czoło stutysięcznej armii wroga. Reż.: Zack Snyder Wyst.: Lena Headey
USA 2006 **HD 135 min** ▶ do godz. 1.05

→ filmowe hity

Przyjaciele stają do walki z wrogiem, który rzekomo włada mrocznymi mocami.



20.00 Sherlock Holmes

TVN 7 **KRYMINALNY** Seria zbrodni wstrząsa Londynem. Duet przenikliwych detektywów podąża tropem mordercy.

HIT DNIA Koniec XIX wieku. W Londynie nie dochodzi do serii rytualnych morderstw. Tropem tajemniczego sprawcy podążają detektyw Sherlock Holmes i doktor John Watson. Zaprzysiężonym śledczym udaje się ustalić tożsamość zabójcy. Jest nim lord Blackwood. Mężczyzna zostaje skazany na śmierć i powieszony. Okazuje

się jednak, że to nie koniec makabrycznej sprawy, bowiem rzekomo stracony Blackwood żyje i zabija kolejne osoby. Twierdzi także, że zawładnął siłami zła. Holmes musi go powstrzymać i udaremnić spisek. **HD 170 min ► do godz. 22.50**

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



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

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



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

Reż.: Philipp Stölzl **Wyst.:** Stellan Skarsgård
Niemcy 2013 **HD 160 min ► do godz. 1.50**



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

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



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

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

→ sport



17.25 Letnie Grand Prix w Wiśle
SKOKI NARCIARSKIE LIVE

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



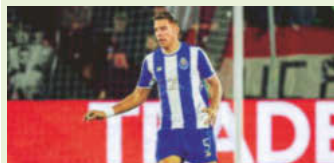
17.25 Wieżysta Kraków - Lech Poznań
PIŁKA NOŻNA LIVE

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



19.00 UFC Fight Night
SPORTY WALKI LIVE

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



21.10 FC Porto - SCU Torreense
PIŁKA NOŻNA LIVE

Mecz o Superpuchar Portugalii. Drużyna Smoków, której barw bronią Jan Bednarek, Jakub Kiwior i Oskar Piatuszewski, zagra z drugoligowcem, sensacyjnym zdobywcą krajowego pucharu. **HD 135 min ► do godz. 23.25**

→ rozrywka



19.55 Kabaret na żywo. Chyba Czesuaf
SATYRA

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



20.30 Warszawiacy śpiewają (nie)zakazane piosenki 2026
KONCERT

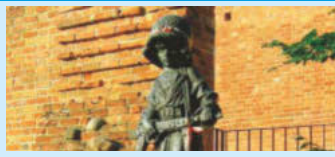
Mieszkańcy stolicy wraz z artystami śpiewają pieśni powstańcze. Podczas okupacji miasta pozwalały one choć na chwilę odebrać się od trudnej wojennej rzeczywistości. **HD 100 min ► do godz. 22.10**



23.05 Warszawskie Combo Taneczne
KONCERT

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

→ dokument



21.20 Warszawskie dzieci '44
HISTORIA

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

TVP 1 HD DV3 T2

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

TVP 2 HD DV3 T2

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

polsat HD DV3 T2

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

tvn HD DV3 T2

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

20 SKOKI NARCIARSKIE

**17.25 Letnie Grand Prix w Wiśle:**

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

19.30 Program informacyjny 19.30**19.55 Pytanie dnia** – pr. publicyst.**20.05 Sport, pogoda****20.30 Warszawiaci śpiewają (nie)zakazane piosenki 2026**

22.10 Miasto 44 – dramat wojenny, Polska 2014, reż. Jan Komasa, wyk. Zofia Wichłacz, Józef Pawłowski, Anna Próchniak, Karolina Staniec, 135 min

0.25 Pożegnanie z Marią – dramat obyczajowy, Polska 1993, reż. Filip Zylber, wyk. Marek Bukowski, Katarzyna Jamróż, 100 min

2.05 Moje córki krowy – komediodramat, Polska 2015, reż. Kinga Dębska, wyk. Agata Kulesza, 100 min

3.45 Odnaleziony walc – film dokumentalny, Polska 2016

5.05 Zakończenie

WIDOWISKO

**20.00 Lato z Radiem i Telewizją Polską:** Poddebice

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

22.10 Gabi Drzewiecka

23.10 Medicus – film przygodowy, Niemcy 2013, reż. Philipp Stölzl, wyk. Tom Payne, Stellan Skarsgård, Olivier Martinez, Emma Rigby, 160 min
Anglia, XI wiek. Rob szuka pomocy dla chorego opiekuna. Wyrusza do Isfahanu, by uczyć się od słynnego medyka.

1.50 Mroczne wody – dramat biograficzny, USA 2019, reż. Todd Haynes, wyk. Mark Ruffalo, Anne Hathaway, Tim Robbins, Bill Pullman, 135 min

4.05 Rodzinka.pl – serial komediowy, Polska 2025

4.35 Zakończenie

ROZRYWKOWY

**19.55 Kabaret na żywo. Chyba Czesuaf** (167)

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

22.00 Lucy – film sensacyjny, Francja/Niemcy/Kanada 2014, reż. Luc Besson, wyk. Scarlett Johansson, Morgan Freeman, Min-sik Choi, Amr Waked, 115 min
Studentka Lucy zostaje zakładniczką handlarza narkotyków. Z zaszytą w ciele torebką z używką ma dotrzeć do Europy. Środek przenika do organizmu kobiety. Zyskuje ona niezwykłe zdolności.

23.55 Ciemniejsza strona Greya – melodramat, USA/Chiny 2017, reż. James Foley, wyk. Dakota Johnson, Jamie Dornan, Eric Johnson, Eloise Mumford, 160 min

2.35 Koszmarna noc – thriller, USA 2019, reż. Matt Eskandari, wyk. Nicky Whelan, Bruce Willis, Tito Ortiz, Texas Battle, 140 min

DRAMAT BIOGRAFICZNY

**20.00 Kwiat pustyni**

FILM – Wielka Brytania/Niemcy/Austria 2009, 155 min

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

22.35 Plan na miłość – komedia romantyczna, Wielka Brytania 2022, reż. Shekhar Kapur, wyk. Lily James, Emma Thompson, Oliver Chris, Shazad Latif, 140 min
Zoe dowiaduje się, że jej przyszły decydował się na małżeństwo z wybraną przez rodziców panną młodą. Postanawia towarzyszyć mu w podróży do Lahaur.

0.55 Doktor Sen – horror, USA/Wielka Brytania 2019, reż. Mike Flanagan, wyk. Ewan McGregor, Rebecca Ferguson, Kyliegh Curran, Cliff Curtis, 190 min

4.05 Uwaga! – magazyn reporterów

4.25 Nauka jazdy 5 (1)

– program rozrywkowy

5.00 Recepta na stary dom 4 (1) – program rozrywkowy

to&owo | 25

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM HD	HBO HD
6.10 FILM Saga „Zmierzch”: Zacmienie – film fantasy, USA 2010, reż. David Slade, wyk. Robert Pattinson, Kristen Stewart, Taylor Lautner, Bryce Dallas Howard, 120 min 8.10 FBI: International 4 (15) – serial kryminalny, USA 2024-2025 9.10 FBI: Most Wanted 4 (18) – serial kryminalny, USA 2022 10.10 MacGyver 4 (1-5) – serial akcji, USA 2020, wyk. Lucas Till, Tristin Mays 14.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (10-14) – serial kryminalny	5.15 Na sygnale (880-882) – serial fab.-dokum. 6.40 U Pana Boga w ogródku (11) – serial kom., Pol. 2008 7.30 Na sygnale (883-887) – serial fab.-dokum. 10.20 Ranczo 9 (115, 116) – serial obycz., Polska 12.05 Rodzinka.pl (309-311) – serial komediowy, Pol. 2026 13.40 Ojciec Mateusz 31 (396, 397) – serial kryminalny, Pol. 2024 15.30 Komisarz Alex 25 (311) – krym., Pol. 2026 16.30 Ranczo 9 (117) – serial obycz., Polska 17.30 Czterdziestolatek (20) – serial obycz., Polska 1977	9.25 Dzieci i ryby – kom. obycz., 15 min 9.40 Fair play – film anim. 10.00 Dzień czwarty – dramat wojenny, Polska 1984, 90 min 11.30 Kosmos 1999 (17) – serial s.f. 12.35 Podróż z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem (5) – dok., Wlk. Bryt. 13.35 Hrabina Cosel – film hist., Polska, 165 min 16.20 Noce i dnie (10) 17.30 Festiwal Góry Literatury – Czy świat jest za dużo? – reportaż, Pol. 18.15 Dzisiejsze czasy – komedia, USA 1936, 105 min	6.30 Polska z góry 2 (7) – serial dok., Pol. 2018 7.00 Kot – film krótkometr. 7.10 Fuks – komedia sens., Polska 1999, 115 min 9.05 Bruce Lee, wejście smoka – film dokum., USA 2025 10.20 Arktyka – dramat przygodowy, Islandia 2018, 120 min 12.20 Miedzy światami – dramat psycholog., USA 2010, 115 min 14.15 Niezwykłe miejsce na śmierć (4) – krym. 16.10 Zbrodnia na wybrzeżu (1) – serial krym., Niemcy 18.05 Stan wyjątkowy – komedia, Czechy 2024, 125 min	8.35 Wolna krowa – film krótkometr. 9.05 Riefenstahl – film dokum., Niemcy 2024 11.00 Imagine Dragons: Live at the Hollywood Bowl 13.10 Łapuća – pr. rozr. 13.25 Krucjata Bourne'a – thriller, USA/Niemcy 2004, 105 min 15.10 Morderstwo w ambasadzie – film kryminalny, Wielka Brytania 2025, 85 min 16.35 Pod gwiazdzistym niebem – komedia romantyczna, USA 2025, 100 min 18.15 Wicked – musical, USA/Kanada/Islandia 2024, 165 min	8.55 Nasz dom – komediodramat, Hiszpania 2024, 80 min 10.15 Po drugiej stronie globu – musical, USA 2007, reż. Julie Taymor, wyk. Evan Rachel Wood, 130 min 12.25 Duża ryba – komediodramat, USA 2003, 125 min 14.30 Anakonda – komedia przygodowa, USA 2025, 95 min 16.05 Le Mans '66 – dramat biograficzny, USA/Francja 2019, 150 min 18.35 Warzywne opowieści: Piraci, którzy nic nie robią – film animowany, USA 2008, 85 min
FANTASY	KOMEDIOWY	KOMEDIA	DRAMAT SENSACYJNY	DRAMAT BIOGRAFICZNY	KOMEDIA ROMANT.
20.00 FILM Saga „Zmierzch”: Przed świtem. Część 2 – USA 2012, 145 min Bella i Edward obserwują rozwój swojej niezwyklej córki Renesmee. Wkrótce jednak rodzina staje w obliczu wielkiego zagrożenia ze strony królewskiego rodu Volturi. 22.25 FILM W 80 dni dookoła świata – film przygodowy, USA/Niemcy/Irlandia 2004, 140 min 0.45 FILM Maska Zorro – film przygodowy, USA/Meksyk 1998, 175 min	18.40 U Pana Boga w ogródku (12) – Pol. W restauracji, w której Śliwiak zamierzał urządzić swój przedwyborczy festyn, wybuchł pożar. Biznesmen postanawia odpowiedzieć na brutalne ataki kontrkandydata. 19.40 Ojciec Mateusz 31 (398-400) – krym., Pol. 22.25 Ranczo 10 (118, 119) – serial obycz., Polska 0.20 Komisarz Alex 25 (311, 312) – krym., Pol. 2.10 PitBull (22) – sens. 3.10 Oficerowie (10) 4.10 Rodzinka.pl (157, 158) – kom., Pol.	20.00 FILM Bilet do kina: W deszczowy dzień w Nowym Jorku – USA 2019, 105 min Student Gatsby chce pokazać ukochanej rodzinne miasto. Ścieżki pary się jednak rozchodzą. Rozczarowany chłopak spotyka siostrę swojej byłej partnerki. 21.45 To jest mój sen 22.50 Bounty – dramat przyg., USA/Wielka Brytania 1984, 140 min 1.10 Festiwal Góry Literatury – Czy świat jest za dużo? – reportaż, Pol.	20.10 FILM Podwójna tożsamość – USA/Niemcy 2007, 120 min Były żołnierz Tim, by opuścić więzienie, zawiera układ z agentem Gruźdą. Ma się podzielić pod diler Bobby'ego Z. Pada ofiarą intrygi. 22.10 FILM Gończy temat – dramat biograf., USA/Kanada 2019, 135 min 0.25 Morderstwo na basenie – thriller, USA 2024, 105 min 2.10 Minuta ciszy (4) 3.10 Sweat – dram. obycz., Pol. 2020, 105 min 4.55 Meduzy	21.00 FILM Christy – USA 2025, 130 min Zdolna pieściarka Christy Martin odnosi sukcesy na ringu. Poza nim zmagają się z toksycznym mężem Jimem i próbuje odzyskać kontrolę nad swoim życiem. 23.10 FILM Dziedzictwo Bourne'a – film sensacyjny, USA 2012, reż. Tony Gilroy, wyk. Jeremy Renner, Scott Glenn, 130 min 1.20 Powrót do Silent Hill – horror, Francja/Wielka Brytania/Niemcy 2026, 105 min	20.00 FILM Tak się poznaliśmy – USA 2023, 100 min Jane i Will spotykają się na weselu znajomych. Dzielą się doświadczeniami dotyczącymi związków i rozczarowań. Uświadamiają sobie, że mogą stać u progu kolejnej miłosnej historii. 21.40 Sojuszniczy – komedia sensacyjna, USA 2025, 110 min 23.30 FILM Mrugnij dwa razy – thriller, USA 2024, 100 min 1.10 Amrum – dramat wojenny, Niemcy 2025, reż. Fatih Akin, 95 min
AXN WHITE	WARNER TV	CANAL+ FILM	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 2 HD
7.25 Detektyw Murdoch 3 (3-7) – krym., Kan./Wlk. Bryt. 13.00 Dr House 3 (21-24) 17.05 Szpital Świętej Marii (1) – serial obycz., Kanada 2020 18.00 Dowody zbrodni 3 (10-14) – serial kryminalny 23.00 FILM Izba mamości 2: Jak przetrwać święta – komedia, 2017, 120 min 1.00 FILM Hitch: Najlepszy doradca przeciętnego faceta – komedia romant., USA 2005, 150 min 3.30 FILM Stuart Malutki 3: Trochę natury – film animowany, USA 2005, 100 min 5.10 Dr House 3 (21) – obycz.	12.15 Kopciuszek: Różańciana historia – kom. muz., 2008, 110 min 14.05 Superman 4 – przyg., USA/Wlk. Bryt. 1987, 105 min 15.50 Raport Pelikana – film sensacyjny, 1993, 175 min 18.45 Akademia policyjna 2: Pierwsze zadanie – kom., USA 1985, 100 min 20.25 Akademia policyjna 3: Powrót do szkoły – kom., USA 1986, 95 min 22.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (6-8) – serial kryminalny, USA 2011 0.45 Kobra – film sensacyjny, USA/Izrael 1986, 100 min	6.00 Łapuća – pr. rozrywk. 6.05 Benek – komediodramat, Polska 2007, 100 min 7.45 Orzełek Iggy – film anim., Polska/USA 2025, 85 min 9.10 Łapuća – pr. rozrywk. 9.15 Killer – komedia sens., Polska 1997, 100 min 10.55 Sigourney Weaver. Ikona kina akcji 11.50 L.A.R.P. Miłość, trolle i inne kwesty – komedia, Polska 2025, 95 min 13.25 W kogo ja się wrodziłem? – film obycz., Polska 2001, 65 min 14.30 The Holiday – komedia romant., USA 2006, 135 min 16.45 Zapałenicy. Historia polskiego filmu animowanego 18.15 Listy do Julii – komedia romant., USA 2010, 100 min 19.55 Lapuća – pr. rozrywk. 20.00 Bridget Jones: Szalejąc za facetem – komedia romant., Wielka Brytania/Francja/USA 2005, 120 min 22.00 Ciepłe – thriller, Wielka Brytania/USA 2024, 100 min 23.40 Dotyk – melodramat, Polska 2024, 120 min 1.40 Żurek – film obyczajowy, Polska 2003, 70 min 2.50 To się nie dzieje – thriller, Polska 2025, 80 min 4.10 Imago – dramat biograf., Polska 2023, 110 min	9.50 Polska z góry. Nad wodą 3 (3, 4) – serial dokumentalny, Polska 2023 10.50 The Office Pl. 5 (4-6) – serial komediowy, Polska 12.30 Wszystko o Marii, Matce Bożej (1, 2) – serial dokumentalny, Fr. 2025 14.30 Naruto 3 (27, 28) – serial anime, Japonia 2003-2004 15.30 Premiera: Naruto 4 (1) – serial anime, Japonia 2004 16.00 Hollywood Buzz – magazyn filmowy 16.30 Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć (4-6) – serial komediowy, Fr. 18.20 Godzina zero (1, 2) – serial krym., Wlk. Bryt. 20.00 Król i zdobywca (3, 4) – serial historyczny, Wielka Brytania/Islandia/USA 2025 21.45 Pisarze. Serial na krótko 2 (7) – serial komediowy, Polska 2021 22.00 Parzy w ogniu. Paris Has Fallen (7, 8) – serial sens., Wielka Brytania/Francja 23.40 Taliamasca: Sekretne zakony (1, 2) – serial fantasy, USA 2025 1.30 Kiedyś (7, 8) – serial komediowy, Polska 2024 3.20 Dynastia Kimów: Czas zemsty (1, 2) – serial dokumentalny, Fr. 2025 5.05 Złomol (6) – serial dokumentalny, Polska 2019	6.00 13 posterunek 2 (9, 10) 7.20 Sędziowie 2 (3) – dok. 8.00 Miasta rytmi: Zrabowane dzieła sztuki (1, 2) – dok., 2021 10.00 Zholowani: ciężarówka w opałach 6 (22) – dok. 11.00 Kolejka przez świat (3) 12.05 Stalowe bestie z demobilu (1) – dok. 14.00 Roger Federer: gra o wszystko – dok., 2023 15.00 Chwila prawdy (5, 6) 16.55 Wykrywacz historii 6 (5) 18.00 Dover 24/7 (2) – serial dok. 19.00 Speedshop: warsztat marzeń (5) – serial dokum. 20.15 Kolacja z Gavinem Rosdale'em (1) – dok. 21.10 Lotniskowce na wojnie (3) – dok., Wlk. Bryt. 2018 22.05 Porzucone konstrukcje (9) – serial dok., Wlk. Bryt. 23.00 Co poszło nie tak 4 (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 2024 0.05 Futbolowa gorączka. Jak powstała Premier League (1) – dok. 1.15 Piłkarze na podsluchu (7) – serial dok., Polska 2022 2.00 Polska z góry: Stadion (7) – serial dok., Polska 2024 2.35 Przykrzykownicy. Podwójna gra (6) – dok. 3.45 Zwierzęta Wajraka 3 (1, 2) – serial dok., Pol. 2022 4.55 Pogotowie remontowe Wieśka 3 (10, 11) – mag.	13.55 Królowa ringu – film biograficzny, 2024, 125 min 16.00 Akademia pana Kleksa 2 – film familijny, Polska 2024, 120 min 18.00 Zabawy z piłką – kom., USA/Niemcy 2004, 90 min 19.30 Nocna suka – komediodramat, USA 2024, 95 min 21.05 Lisa Frankenstein – komedia fantasy, USA 2024, 100 min 22.45 Ród smoka 3 (6) – fantasy 23.45 The Pitt 2 (2) – obycz., USA 0.30 Miniaturowa żona (6) 1.10 Morderczy zar – thriller, USA 2024, 95 min
AXN BLACK	POLSAT SERIALE	CANAL+ SERIALE	CANAL+ SERIALE	CANAL+ SERIALE	HBO 3 HD
6.00 Seal Team 7 (1) – sens. 6.45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6 (21, 22) – serial krym., USA/Kanada 8.15 S.W.A.T. 6 (19-22) – sens. 12.10 Gwiezdne wrota 4 (5-9) – serial s.f., USA/Kan. 2000 17.10 MacGyver 2 (1-4) – serial akcji, USA 2017-2018 21.00 S.W.A.T. 6 (19-22) – serial sensacyjny, USA 2022 0.30 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6 (21, 22) – serial krym., USA/Kanada 2.25 MacGyver 2 (1-4) – serial akcji, USA 2017-2018 5.50 Blok promocyjny AXN Black	6.00 Gliniarze (223-225) – serial parodokumentalny, Polska 9.00 Poirot (5-7) – serial krym. 12.20 Doktor Martin – serial obycz., Wlk. Bryt. 15.20 Świat według Kiepskich (217-219) – serial kom., Pol. 17.10 Gliniarze (1143-1146) – serial parodok., Pol. 2025 21.00 Strażnik Teksasu (1-4) – serial sensacyjny, USA 0.50 Captain Fantastic – komediodramat, USA 2016, 145 min 3.15 Święty (250) – serial komediowy, Polska 2022 4.00 Strażnik Teksasu (1, 2) – serial sensacyjny, USA	18.15 Listy do Julii – komedia romant., USA 2010, 100 min 19.55 Lapuća – pr. rozrywk. 20.00 Bridget Jones: Szalejąc za facetem – komedia romant., Wielka Brytania/Francja/USA 2005, 120 min 22.00 Ciepłe – thriller, Wielka Brytania/USA 2024, 100 min 23.40 Dotyk – melodramat, Polska 2024, 120 min 1.40 Żurek – film obyczajowy, Polska 2003, 70 min 2.50 To się nie dzieje – thriller, Polska 2025, 80 min 4.10 Imago – dramat biograf., Polska 2023, 110 min	9.50 Polska z góry. Nad wodą 3 (3, 4) – serial dokumentalny, Polska 2023 10.50 The Office Pl. 5 (4-6) – serial komediowy, Polska 12.30 Wszystko o Marii, Matce Bożej (1, 2) – serial dokumentalny, Fr. 2025 14.30 Naruto 3 (27, 28) – serial anime, Japonia 2003-2004 15.30 Premiera: Naruto 4 (1) – serial anime, Japonia 2004 16.00 Hollywood Buzz – magazyn filmowy 16.30 Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć (4-6) – serial komediowy, Fr. 18.20 Godzina zero (1, 2) – serial krym., Wlk. Bryt. 20.00 Król i zdobywca (3, 4) – serial historyczny, Wielka Brytania/Islandia/USA 2025 21.45 Pisarze. Serial na krótko 2 (7) – serial komediowy, Polska 2021 22.00 Parzy w ogniu. Paris Has Fallen (7, 8) – serial sens., Wielka Brytania/Francja 23.40 Taliamasca: Sekretne zakony (1, 2) – serial fantasy, USA 2025 1.30 Kiedyś (7, 8) – serial komediowy, Polska 2024 3.20 Dynastia Kimów: Czas zemsty (1, 2) – serial dokumentalny, Fr. 2025 5.05 Złomol (6) – serial dokumentalny, Polska 2019	6.00 13 posterunek 2 (9, 10) 7.20 Sędziowie 2 (3) – dok. 8.00 Miasta rytmi: Zrabowane dzieła sztuki (1, 2) – dok., 2021 10.00 Zholowani: ciężarówka w opałach 6 (22) – dok. 11.00 Kolejka przez świat (3) 12.05 Stalowe bestie z demobilu (1) – dok. 14.00 Roger Federer: gra o wszystko – dok., 2023 15.00 Chwila prawdy (5, 6) 16.55 Wykrywacz historii 6 (5) 18.00 Dover 24/7 (2) – serial dok. 19.00 Speedshop: warsztat marzeń (5) – serial dokum. 20.15 Kolacja z Gavinem Rosdale'em (1) – dok. 21.10 Lotniskowce na wojnie (3) – dok., Wlk. Bryt. 2018 22.05 Porzucone konstrukcje (9) – serial dok., Wlk. Bryt. 23.00 Co poszło nie tak 4 (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 2024 0.05 Futbolowa gorączka. Jak powstała Premier League (1) – dok. 1.15 Piłkarze na podsluchu (7) – serial dok., Polska 2022 2.00 Polska z góry: Stadion (7) – serial dok., Polska 2024 2.35 Przykrzykownicy. Podwójna gra (6) – dok. 3.45 Zwierzęta Wajraka 3 (1, 2) – serial dok., Pol. 2022 4.55 Pogotowie remontowe Wieśka 3 (10, 11) – mag.	13.55 Batman Aszków: Starcie imperium – film animowany, 2025, 90 min 15.25 Święta w blasku reflektorów – komedia romantyczna, USA/Indie 2024, 85 min 16.50 Kaskader – komedia sensacyjna, 2024, 125 min 18.55 Prawdziwy ból – komediodramat, USA 2024, 90 min 20.25 Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem (5) – kom. 21.00 Georgie i Mandy wzięli ślub (1, 2) – serial kom. 21.30 Georgie i Mandy wzięli ślub 2 (3-11) – serial kom.

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD	COMEDY CENTRAL HD	TVN FABUŁA HD	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA DVB-T2
6.00 Twoja Twarz Brzmi Znamo (178) – rozr. 8.00 Sąsiedzi (29, 30) – serial animowany 8.20 Była sobie Ziemia (14-17) – anim., Francja 10.35 Kung Fu Panda – film anim., USA/Wielka Brytania 2008, 115 min 12.30 Ania z Zielonego Wzgórza: Dalsze losy (1/2) – obycz., Kanada 2000, 100 min 14.10 Gesia skórka – kom., USA/Australia 2015, 135 min 16.25 Super Mario Bros: Film – film anim., Jap./USA 2023, 120 min 18.25 Szybcy i wściekli 5 – film sensacyjny, USA 2011, 155 min	6.00 Tata ma plan 4 (5-9) – kom., USA 2020 8.30 Teoria wielkiego podrywu 10 (11-22) – serial komediowy, USA 2016-2017 13.30 Przyjaciele (1-7) – serial komediowy, USA 1994-1996 17.00 9JKL (15, 16) – serial komediowy, USA 2017 18.00 Przyjaciele (8, 9) – serial komediowy, USA 1994-1996 19.00 Duchy (9, 10) – serial fantasy, USA/Wielka Brytania 2021 W posiadłości pojawia się fan Alberta, który chce ją lepiej poznać. Kobieta jest zachwycona tą wizytą.	5.05 Szkoła (804) – serial paradokum, Francja 2025 6.00 Superbohaterowie (5) – program kult. 6.30 Motywy filmowe (1) 6.40 Artystki (5) – pr. rozr. 7.35 Prawo Agaty 6 (5, 6) – serial obycz., Polska 9.30 Uwolnić orkę 2 – film przygodowy, Fr./USA 1995, 130 min 11.40 Miss agent – komedia sensacyjna, USA 2000, 135 min 13.55 Miss agent 2: Uzbrojona i urocza – komedia sensacyjna, USA 2005, 155 min 16.30 Hrabia Monte Christo – dramat kostiumowy, Francja/Belgia 2024, 210 min	6.10 Falszerstwo (3) – serial kryminalny, Francja 2025 6.55 Morderstwo w Rochefort – film kryminalny, Francja 2021, reż. Lorenzo Gabriele, wyk. Sara Mortensen, Olivier Sitruk, Elizabeth Bourguine, Frédéric van den Driessche, 120 min 8.55 Mentalista 3 (15-24) – serial kryminalny, USA 2010 18.05 Kobra – oddział specjalny (3) – serial sensacyjny, Niemcy 2022 20.00 Bellefond (4) – serial kryminalny, Francja 2022	6.00 Złoty interes (7) 6.50 Och! Kabaret (1) 7.40 Polska Kronika Filmowa – serial dok. 8.15 Przygody Myszk (1, 2) – serial anim. 8.35 Bolek i Lolek na wakacjach (5, 6) 8.55 Reksio (18) – anim. 9.05 Chłopi (1/2, 2-ost.) – film obyczajowy, 1973, 230 min 12.55 Agent nr 1 – dram. wojenny, 1971, wyk. Kiril Janew, 130 min 15.05 1920 Bitwa Warszawska – dramat wojenny, 2011, 160 min 17.45 Anna German. Tajemnica białego anioła (7, 8) – biograf.	6.00 Komisarz Rex 4 (15-18) – serial krym., Niemcy/Austria 10.00 Hudson i Rex 2 (12, 13) – serial krym. 12.00 Robin z Sherwood (5) – serial przygodowy 13.25 Sierżant Bilko – komedia, USA 1996, reż. Jonathan Lynn, wyk. Steve Martin, Dan Aykroyd, Phil Hartman, 120 min 15.25 SexiPistols – western komediowy, Francja/Meksyk/USA 2006, reż. Joachim Roenning, 95 min 17.00 Złap mnie, jeśli potrafisz – komedia kryminalna, USA/Kanada 2002, 180 min
SCIENCE FICTION	KOMEDIA	PRZYGODOWY	KRYMINALNY	DRAMAT WOJENNY	DRAMAT KRYMINALNY
21.00 Sobotni superhit: Predatorzy – USA 2010, 130 min W dżungli na obcej planecie budzi się kilka obcych sobie osób, m.in. najemnik Royce. Są obserwowani przez kosmicznych łowców. Czekają ich walka o życie. 23.10 Kryzys – dramat sensacyjny, Kanada/Belgia 2021, 150 min 1.40 Ślad (43, 26, 27) – serial kryminalny, Polska 2018-2019 4.40 Na ratunek 112 (885, 886) – serial paradokum., Pol. 2024	20.00 Dwaj zgrzyliwi tetrycy – USA 1993, 130 min Sąsiedzi John i Max kłócą się ze sobą od ponad 50 lat. Gdy do miasteczka przybywa atrakcyjna wdowa, starsi panowie rozpoczynają rywalizację o jej względy. 22.10 The Office PL 4 (1) – serial kom., Pol. 2024 22.55 Comedy Club 9 (13) 23.30 Comedy Club (1) 0.00 Miasteczko South Park 4 (2-5) 2.00 Pracocholizy 5 (4-7) 4.00 Śmieszniej nie będzie 2 (13-16)	20.00 Harry Potter i kamień filozoficzny – USA/Wielka Brytania 2001, 200 min W dniu jedenastych urodzin osierocony Harry dowiaduje się, że jest synem czarodziei, których zabił Voldemort. Otrzymuje zaproszenie do elitarnego szkoły magii. 23.20 Ostatnie tchnienie – thriller, Niemcy 2023, 100 min 1.00 Siedem – thriller, USA 1995, 155 min 3.35 Grażyna Torbicka zaprasza 2 (1) – mag.	22.00 Tajemnice Jane: Zabójstwo w Moseby – Kanada 2024, 115 min Na swojej dawnej uczelni piosenkarka i detektyw Jane Da Silva pomaga byłemu chłopakowi rozwiązać sprawę przestępstwa, którego ten był świadkiem lata temu. 23.55 Kontrabanda – dram. sens., USA/Wlk. Bryt./Francja 2012, 140 min 2.15 Nikt nie porzuci mojej córki – film obyczajowy, USA 2024, reż. Stanley M. Brooks, 110 min	20.00 Pianista – Francja/Niemcy/Wielka Brytania 2002, 185 min Rok 1939, Warszawa. Muzyk Władysław Szpilman trafia do getta. Cudem unikną wywózki do obozu zagłady. Po powstaniu artysta ukrywa się w ruinach miasta. 23.05 Niepokonani – dram. przyg., USA/Polska/ZE 2014, 175 min 2.00 Obcy musi fruwać – komediodramat, Pol./Niem. 1993, 125 min 4.05 Żegnaj, Ameryko! – film obycz., Niemcy/Polska 1994, 115 min	20.00 Pocałunek śmierci – USA 1995, 125 min Przestępca Jimmy zgadza się na współpracę z policją, by uniknąć więzienia. Musi przetrwać w szeregu gangu, a następnie zdobyć zaufanie jego bossa, Little Juniора. 22.05 Uprowadzona 3 – film sens., Fr./Hiszp./USA 2014, 125 min 0.10 13 godzin: Tajna misja w Benghazi – sens., USA/Malta/Maroko 2016, 185 min 3.15 Skrzydlate świnię – komediodramat, Polska 2010, 150 min
CINEMAX HD	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD	SCI FI	FX	FILMBOX+ ONE HD	ROMANCE TV HD
15.00 Po prostu razem – dram. obycz., Fr. 2007, 100 min 16.40 Ricky Bobby – Demon predkości – komedia obyczajowa, 2006, 105 min 18.25 Miedzy nami bliźniętami – komediodramat, USA 2014, 95 min 20.00 El Mariachi – dramat sensacyjny, Meksyk/USA 1992, 80 min 21.20 Tożsamość Bourne'a – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, 120 min 23.20 Helikopter w ogniu – dramat wojenny, USA 2001, 145 min	6.00 Graczykowie (15-19) 8.30 Świat według Klepskich (4-9) – serial kom., Pol. 2011 11.30 Bob Kochara Abishele (2-7) 14.30 Święty (9-13) – kom., Pol. 17.00 Piękni i bezrobotni (2) – serial komediowy, Polska (4-10) – serial kom., Polska 17.30 Świat według Klepskich (4-10) – serial kom., Polska 21.00 Co ludzie powiedzą? 2 (2-4) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.05 Jedną nogą w grobie 5 (4, 5) – kom., Wlk. Bryt. 1994 0.30 Czarna żmija 2 (4-6) – serial kom., Wlk. Bryt. 2.30 Grono nie-pedagogiczne 3 (11-15) 5.00 Comedy Club 4 (6, 7)	12.45 Arktyczny Armagedon – film katastroficzny, USA 2023, 110 min 14.35 Malpa i Chamaelpa: Nowy porządek – film s.f., USA 2024, 110 min 16.25 Ciche miejsce – horror, USA 2018, 115 min 18.20 Pompeje – film katastroficzny, Kanada/Niemcy/USA 2014, 130 min 20.30 „Odyseja” – Jak powstaje epos? 21.00 Dzień Świątka – kom., USA 1993, 125 min 23.05 Tożsamość – thriller, USA 2003, 115 min 1.00 Bibliotekarze 2 (1-5)	8.15 Agenci NCIS: Sydney (1, 2) – krym., Australia/USA 10.05 CSI: Kryminalne zagadki Miami (16, 17) – krym. 11.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (11-13) 14.40 Z archiwum X (9-11) – s.f. 17.30 Anioły i demony – thriller, USA 2009, 165 min 20.15 W pogoni za zemstą – film sens., 2010, 125 min 22.20 Szklana pułapka 3 – film sensacyjny, 1995, 155 min 0.55 Liberator 2 – film sensacyjny, 1995, 125 min 3.00 Zakłamanie (4) – obycz. 4.05 CSI: Kryminalne zagadki Miami (21) – serial krym.	10.00 Potop Redivivus – film hist., Polska 2014, 230 min 13.50 Next – thriller s.f., USA 2007, 120 min 15.50 Pierwsza liga – komedia, USA 1989, reż. David S. Ward, 130 min 18.00 Grobowiec smoka – film przyg., Wielka Brytania/Chiny 2013, 120 min 20.00 Stan zagrożenia – film sensacyjny, 1994, 170 min 22.50 Efekt motyla – thriller, USA 2004, 160 min 1.30 Kontakt bezpośredni – film sens., 2009, 125 min 3.35 Carrie – horror, USA 2013, 125 min	14.05 Rejs ku szczęściu – Podróż poślubna na Floryde – film obycz., Niemcy 2009, 115 min 16.00 Dwie kobiety na wszelkie bóle – Nowy początek – dram. obycz., Niem. 2025, 115 min 17.55 Dziewczyna na rowerze – komedia romant., USA/Niemcy/Fr. 2013, 125 min 20.00 Zabójcze tropiki (9, 10) 22.15 Kryminal z Bolzano – Bez śladu – film krym., Niemcy 2015, 110 min 0.05 Mama się zwalnia – komedia, 2021, 115 min 2.00 Zabójcze tropiki (9, 10)
CINEMAX 2 HD	VIAPIC EPIC DRAMA HD	NOVELAS+ HD	FX COMEDY HD	FILMBOX+ HITS HD	PARAMOUNT NETWORK HD
15.35 Happendy – dram. s.f., Japonia/USA/Singapur 2024, reż. Neo Sora, 115 min 17.30 Czerwone pantofle – dramat obyczajowy, Wł./Meksyk 2022, 85 min 18.55 Historia Souleymane'a – film obyczajowy, Francja 2024, 95 min 20.30 Kontinental '25 – komediodramat, Rumunia/Szwajcaria/Luksemburg 2025, reż. Radu Jude, 110 min 22.20 Stoker – dram. psycholog., 2013, 100 min 0.00 Steve Jobs – dramat biograficzny, 2015, 120 min	11.20 Agenci NCIS 17 (6-10) 15.50 Panna Marple: Dlaczego nie Evans? – film krym., Wlk. Bryt. 2009, 125 min 17.55 Poirot 4 (1) – serial krym. 20.05 Detektyw Murdoch 17 (7) – krym., Kan./Wlk. Bryt. 21.00 Komisarz Maigret (2) – film kryminalny, Wielka Brytania 2016, 110 min 22.50 Hiszpańska księżniczka (4) – serial kostiumowy, USA (46-50) – telen., Turcja 2023 0.05 Zatręci w miłości (46-50) – telen., Turcja 2023 4.20 Hiszpańska księżniczka (4) – serial kostiumowy, USA 5.15 Detektyw Murdoch 19 (7) – krym., Kan./Wlk. Bryt.	5.00 Opowieść o wyspie (6-10) – telenowela, Turcja 2021, wyk. Ayca Aysin Turan 10.00 Róże i grzechy (28-32) – telenowela, Turcja 2025 15.00 Historia Juany (56-60) – telenowela, Meksyk 2024, wyk. Camila Valero 19.59 Sieroty ziemi (1, 2) – telenowela, Brazylia 2019, wyk. Julia Dalavia 22.00 Ochłani namiętności (129-133) – telenowela, Meksyk 2012, wyk. David Zepeda, Angelique Boyer 3.00 Sieroty ziemi (1, 2) – telenowela, Brazylia 2019, wyk. Julia Dalavia	10.30 Sposób użycia – kom. 12.30 Simpsonowie 32 (3-6) 14.30 Wszyscy kochają Raymonda 8 (10-16) 18.00 Faceli w czerni – kom. s.f., USA 1997, 115 min 19.55 Faceli w czerni 2 – kom. s.f., USA 2002, 105 min 21.40 Ewolucja – komedia s.f., USA 2001, 130 min 23.50 Anakonda – thriller, USA/Brazylia/Peru 1997, 100 min 1.30 Wszyscy kochają Raymonda 9 (1-5) – kom. 4.00 Family Guy: Głowa rodziny 19 (20) 4.30 Family Guy: Głowa rodziny 20 (5)	9.25 Camino – dramat obycz., Hiszpania 2008, 160 min 12.05 Obywatelka Jane – dram. krym., 2009, 100 min 13.45 Coco Chanel – dramat biograficzny, 2009, 120 min 15.45 Szef – komedia, USA 2014, reż. Jon Favreau, 125 min 17.50 Spencer – dramat obycz., Wielka Brytania/Niemcy/USA 2021, 130 min 20.00 Efekt motyla – thriller, USA 2004, reż. Eric Bress, 145 min 22.25 Pan Brooks – thriller, USA 2007, 130 min 0.35 Zanim zasne – thriller, USA 2014, 105 min	9.30 Przyjaciel gangstera – kom. krym., 2003, 120 min 11.30 Rodzina od zaraz – kom., USA 2018, 150 min 14.00 Książę w Nowym Jorku – kom., USA 1988, 165 min 16.45 Transformers: Ostatni Rycerz – film s.f., USA/Chiny/Kan. 2017, 195 min 20.00 Bumblebee – film s.f., Chiny/USA 2018, reż. Travis Knight, 150 min 22.30 Memento – thriller, USA 2000, 140 min 0.50 Ostatni bastion – film sensacyjny, 2001, 160 min 3.30 Projekt: Monster – film katastroficzny, 2008, 90 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD	POLSAT SPORT 1 HD	CANAL+ SPORT HD	TVP SPORT	ELEVEN SPORTS 1 HD	Discovery DISCOVERY CHANNEL HD
7.00 Commonwealth Games – Glasgow 2026 – magazyn sportowy 8.00 Snooker: Turniej Shanghai Masters – mecz półfinałowy 11.00 Lekkoatletyka: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 5. dzień 13.00 Kolarstwo: Tour de France – podsumowanie 14.00 Kolarstwo: Tour de Denmark – 3. etap 15.15 Kolarstwo kobiet: Tour de France 15.45 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 1. etap	6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 8.45 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz półfinałowy 11.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – studio 12.45 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz półfinałowy 15.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – studio 16.30 Sporty walki: UFC Fight Night – walka: M. Rebecki – K. Prepolec 17.30 Sporty walki: UFC Fight Night – studio	6.00 Premier League Review – magazyn piłkarski 7.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Motor Lublin – Jagiellonia Białystok 9.20 Dart: Elten Safety Shoes European Darts Open w Leverkusen – finał 14.00 1 na 1 Extra – magazyn sportowy 14.40 O krok od tytułu – Mistrzostwa świata 1974 – film dokum., Polska 2024 16.00 Premier League Stories (51) – magazyn piłkarski 16.45 1 na 1 Extra – magazyn sportowy	5.55 Sportowy wieczór 6.25 Retro TVP Sport (23) 8.15 Niezwykłe historie Białe-Czerwonych Strongman: Puchar Polski – Mieleno 2026 9.40 Piłka nożna: Mistrzostwa Świata 2026 – podsumowanie ćwierćfinałów 10.20 Wioślarstwo: ME – Varese 2026 – 1. dzień – finały 13.10 Piłka nożna kobiet: ORLEN Ekstraliga: Legia – Pogoń Szczecin 15.25 Skoki narciarskie kobiet: Letnie Grand Prix w Wiśle 16.15 Skoki narciarskie: Letnie GP w Wiśle – studio i treningi	6.00 Najlepsi bramkarze Bundesligi lat 90. – magazyn piłkarski 6.40 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski 7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – FC Köln 9.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Torino FC – Inter Mediolan 11.00 AJ Auxerre – Małe miasto, wielki klub – film dokumentalny 11.40 Made in Italy (4) – magazyn piłkarski 11.55 Piłka nożna – mecz towarzyski: FC Tokyo – Borussia Dortmund 14.00 Formula 1: GP Węgier 16.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Cagliari	7.00 Klan z Alaski – dok. 8.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dok. 9.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 – serial dok. 10.00 Złoto drwali – dok. 11.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (11) – dok. 12.00 Celnicy na straży Niemiec (5) – dok. 13.00 Złomowisko PL 4 (4, 5) – serial dokum. 15.00 Nic do ukrycia 2 (2) 16.00 Bracia Collins biorą się do roboty (1) 17.00 Ciepłarówka przez Afrykę (7) – dok., Pol. 18.00 Ed Stafford: inicjacja – dok. 19.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dok.
KOLARSTWO	SPORTY WALKI	MAGAZYN PIŁKARSKI	SKOKI NARCIARSKIE	PIŁKA NOŻNA	DOKUMENTALNY
18.30 Wycisg Clascia San Sebastian Trudom trasy 45. edycji wyścigu stawi czoła między innymi João Almeida z UAE Teamu Emirates. 19.30 Biegi górskie: GT World Series 20.00 Lekkoatletyka: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 6. dzień 23.00 Snooker: Turniej Shanghai Masters – mecz półfinałowy 0.00 Poker: World Series – Las Vegas 2.00 Lekkoatletyka	19.00 UFC Fight Night – walka: Uros Medic – Daniel Rodriguez Obaj uczestnicy walki wieczoru w Belgradzie wejdą do klatki podbudowani trzema zwycięstwami z rzędu. 22.00 Sporty walki: UFC Fight Night – studio 23.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – kwalifikacje 1.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – kwalifikacje 3.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – kwalifikacje	18.00 Premier League Review Przypomnienie skrótów wszystkich spotkań poszczególnych kolejek ligi angielskiej minionego sezonu. 20.00 Boks: BKFC Fight Night: Newcastle: L. Garside – B. Taylor 0.15 Speedway+ – mag. 0.55 Bohater z Cienia – serial dokum., Polska 2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Pisto Gliwice – Wisła Kraków 4.25 Premier League: The Big Interview (38) – mag. piłkarski	17.30 Letnie Grand Prix w Wiśle Zawody na skoczni imienia Adama Małysza inauguruje tegoroczny cykl LGP. 19.55 Skoki do wody: ME – Paryż 2026 – wieża 10 m synchronicznie kobiet 20.40 Sportowy wieczór – program inform. 21.10 Piłka nożna: Superpuchar Portugalii: Porto – SCU Torreense 23.25 Skoki do wody: ME – Paryż 2026 – trampolina 1 m mężczyzn	18.00 Mecz towarzyski: FC Tokyo – BVB Wicemistrzowie Niemiec mierzą się z 11. zespołem poprzedniego sezonu J1 League. 20.00 GP Confidential – magazyn Formuły 1 20.40 Formula 1: GP Węgier 22.40 Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością – film dokumentalny 23.20 Ligue 1 Show (35) 23.55 Bundesliga Special (21) – mag. piłkarski 1.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial	20.00 W oku cyklonu: Łowcy burz – USA Niezwykła trąba powietrzna na północy ściga łowców burz z Kanady: Freddy, Tanner i Connor przemierzają Nebraska. Ścigają się z czasem, by dopaść „tornado roku”. 21.00 Najniebezpieczniejszy zawód świata 22 – dok. 22.00 Złoto drwali – dok. 23.00 Akta ekspedycji 2 – serial dokum. 0.00 Tajemnice Alaski 1.00 Rolnicy w akcji (12) 2.00 Łowcy staroci 14 (12, 13) – serial dokum.
EUROSPORT 2 HD	POLSAT SPORT 2 HD	CANAL+ SPORT 2 HD	EXTREME CHANNEL HD	ELEVEN SPORTS 2 HD	life DISCOVERY LIFE HD
10.45 Biegi górskie: GT World Series – Trydent 11.15 Biegi górskie: GT World Series – Quebec 11.45 Biegi górskie: GT World Series – Pitztal 14.00 Snooker: Turniej Shanghai Masters – mecz półfinałowy 16.30 Motocross: Mistrzostwa świata w Loket – 2. wyścig w Klasach MX2 i MXGP 17.30 Skoki narciarskie: Letnie Grand Prix w Wiśle 19.00 Golf: Rocket Classic – 3. runda 0.00 Lekkoatletyka: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 6. dzień	4.30 Tenis: Turniej ATP w Los Cabos – półfinały 10.00 Magazyn Polskiego Sportu 11.00 Piłka ręczna plażowa: MP – Tczew 2026 14.20 Piłka ręczna plażowa: MP – Tczew 2026 17.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – kwalifikacje 19.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – kwalifikacje 21.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – kwalifikacje 23.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – kwalifikacje 0.30 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – półfinały	10.40 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – ćwierćfinał 13.00 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – ćwierćfinał 15.20 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – ćwierćfinał 17.40 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – ćwierćfinał 20.00 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – półfinał 22.00 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – półfinał 0.15 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – półfinał	8.00 WWE Classic Gold (1) 9.00 KPW – Kombat Pro Wrestling Arena (27) 11.00 WWE Highlights (1, 6) 12.00 Low – Legacy of Wrestling (3) 15.00 WWE Classic Gold (73) 15.15 WWE Highlights (49) 15.45 WWE Classic Gold (87) 16.00 New Japan Pro-Wrestling (51) 20.00 AEW Dynamite (2630) 22.00 New Japan Pro-Wrestling (51) 2.00 WWE Highlights (51) 2.30 New Japan Wrestling – Highlights (15) 3.00 X Games – Shanghai	12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – 1. FC Köln 14.00 Piłka nożna: Liga włoska: SS Lazio – Inter 16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Mainz – Bayern 18.00 Formula 1: GP Węgier 20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Parma Calcio 1913 22.00 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag. piłkarski 22.50 Made in Italy (19, 18, 17, 16) – mag. 0.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: AVS Futebol SAD – FC Porto	10.30 Pojedynek na modę (4) 11.15 Megasknery 2 (8, 10) 12.45 Klinika bez tajemnic 14.45 Powrót doktora Szczyty 15.45 Szpital (338, 340, 341, 345) 19.45 W czym do ślubu? (1, 2) 20.45 Wielkie wesela amerykańskich Romów 21.45 Gdy jeden mąż to za mało (1) – reality show 22.45 Mroczne sekrety Playboya (3) – serial dok. 23.45 Sekrety chirurgii (5) 0.45 Sekrety lekarzy (9, 10) 2.45 Eks-tra zmiana (6) – rozr. 3.45 19+ (6, 7) – serial paradok. 4.45 Niezwykłe przypadki medyczne (8)
POLSAT SPORT FIGHT HD	POLSAT SPORT 3 HD	CANAL+ SPORT 5 HD	ELEVEN SPORTS 4 HD	ELEVEN SPORTS 3 HD	CANAL+ DOKUMENT HD
13.00 Sporty walki: Game Changer MMA 5: M. Wach – K. Bielecki 14.45 Strzelnica Navala (5) 15.20 Sporty walki: Babilon MMA 51 w Ciechanowie: S. Kolecki – P. Mysiala 17.10 Boks: Rocky Boxing Night w Żukowie – waga bridge: N. Jeżewski – R. Brito 17.55 Z archiwum ESPN – mag. 19.00 Sporty walki: Game Changer MMA 6 w Rabce Zdroju 0.00 Sporty walki: FEN 52 w Ostrowie Wielkopolskim – walka: Marcin Łazarz – Bartosz Szwedczyk	6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 10.20 Piłka ręczna plażowa: Mistrzostwa Polski – Tczew 2026 11.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie 15.40 Piłka ręczna plażowa: Mistrzostwa Polski – Tczew 2026 20.00 Magazyn Polskiego Sportu 21.00 Piłka nożna: Liga czeska: FC Baník Ostrawa – Slavia 23.00 Piłka ręczna plażowa: MP – Tczew 2026 1.00 Sporty walki: Babilon MMA	10.15 Premier League Stories (51) – magazyn piłkarski 10.50 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Motor Lublin – Jagiellonia Białystok 13.10 Zuzel: Metalakas 2. Ekstraliga: Arged – Stal 16.00 Zuzel: Metalakas 2. Ekstraliga – mecz: Polonia Bydgoszcz – Polonia Pila 18.45 Speedway+ – mag. 19.30 1 na 1 Extra – mag. 20.45 Zuzel: Metalakas 2. Ekstraliga: Arged – Stal 23.30 Liga+ – magazyn piłkarski 0.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Korona Kielce – Górnik Zabrze	12.00 Werder Double – dok. 13.00 Made in Italy (15-18) 14.00 Goal Arena Bundesligi 16.00 Piłka nożna: Liga francuska: Lens – Nantes 18.00 Ligue 1 Show (35) – mag. 18.30 Bundesliga Special 20.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: GD Estoril Praia – SL Benfica 22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Sassuolo – Milan 0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – 1. FC Köln 2.00 HHN – Hamburger SV – film dokumentalny 2.40 Werder Double – dok.	11.00 Bundesliga Special 12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Hellas 14.00 Piłka nożna: Liga francuska: Multiplex 16.00 Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością – dok. 16.30 Ligue 1 Show (35) – mag. 17.00 Made in Italy (15-18) 18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Milan – Atalanta 20.00 Goal Arena Bundesligi 22.00 Piłka nożna: Liga francuska: Lens – Nantes 0.00 Birds of paradise – dok. 0.35 Najlepsi pomocnicy Bundesligi lat 90. – mag.	14.25 Motocyklem przez Włochy. Niezapomniane przeżycie – film dokum. 15.25 Hannah Arendt: Myślenie jest niebezpieczne – film dok. 16.55 Prost (1, 2) – serial dok., Fr. 18.45 Królestwo żoźiorców w zagrożeniu – film dok. 19.45 Lasy deszczowe Borneo 20.45 Karakorum – film dokum. 21.45 Japonia. Mroźne królestwo – film dok., Fr. 22.45 Legendy Ziemi – dok., Fr. 23.45 Czułe obłacie sawanny Dynastia lampartów. Rana władca Parku Jhalana – dok., Austria

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB T2	HISTORIA DVB T2	HISTORY HD
6.00 Autostrada spotkań z UFO – serial dok. 8.00 Zoom na architekturę – serial dokumentalny 10.00 Jak to jest zrobione? – dok. 12.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki – dok. 14.00 Tajemnice ładowania na Księżycu (3, 4) – serial dokumentalny 16.00 Autostrada spotkań z UFO – serial dok. 18.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny, Kanada 20.00 Największe paranormalne zagadki – serial dok.	6.00 Wyrok do podważenia – serial dokumentalny 8.00 Krótkie życie, niewyjaśniona śmierć – serial dok. 10.00 Morderstwo na prowincji 6 – serial dokumentalny 12.00 Demony Hollywood – serial dokum. 14.00 Morderstwo w tropikach – dok. 16.00 Nazywali go Mosty Harmless – film dokum., USA 2024 18.00 Morderstwo na bagnach 3 – serial dokumentalny, USA 20.00 Sprawa dla medium i detektywa 9 – serial dokum., USA	6.00 Najniebezpieczniejsze drogi Europy (3, 4) – serial dokumentalny, Norwegia 2021 7.55 Ekstremalne zagrożenia (3, 4): Więźniowie; Drogi – serial dokumentalny, USA 2025 10.00 Katastrofa w przestworzach (10, 6, 3, 8, 5, 4) – serial dokumentalny, Kanada 16.00 Car S.O.S. (3) – serial dokumentalny, USA 17.00 Wojna z ZSRR: Wielkie konstrukcje III Rzeszy (2) – film dokumentalny, Kanada 2018	6.00 Wehikuł czasu (801) 6.05 48h. Zaginięci (46) – serial krym., Polska 7.00 Rolnicy. Podlasie (3, 4) – serial dokum. 9.00 Pociągami po Europie (3) – dok. 10.00 Świat z góry. Podróże pociągami (3) – dok., Wlk. Bryt. 11.00 Bitwy morskie – historia okrętów wojennych (3, 4) 13.00 Rolnicy. Podlasie (16-18) – serial dok. 16.00 Podróżadłace przyrody 2 (6, 7) 17.00 Największe statki świata (5) – dok. 18.00 Najniebezpieczniejsze drogi do szkoły 3 (2) – dok.	10.20 Lena na Bałkanach (2) – cykl reportaży 10.50 Podziemie Włochy 11.50 Wszystkie kolory świata – dok., Francja 12.55 Wyspy Kanaryjskie (4) – serial dok., Niem. 14.00 Ex Libris – magazyn 14.30 Godzina W 15.55 Powstanie Warszawskie. Pragnienie wolności 16.35 Człowiek, który rozpoczął powstanie 17.25 Blisko, coraz bliżej (18) – obycz., Pol. 1986 18.50 Powstanie zwykłych ludzi 19.55 Pomiedzy – 1944-1945	11.10 Największe tajemnice świata 7 (5) – serial dok., USA 12.05 Starożytni kosmici 14 (20) – dok. 13.05 Tajemnice zaginionych miast (2) – serial dokum. 14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 5 (4) – dok., USA 2024 14.55 Gwiazdy lombardu 25 (17) 15.50 Gwiazdy lombardu 13 (1) 16.15 Piątką z historii (5, 6) – serial dokum. 17.10 Starożytne armie: Święty Zastęp (1) – serial dokum. 19.05 Starożytni kosmici 17 (17, 3)
DOKUMENTALNY	REALITY SHOW	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	HISTORYCZNY	DOKUMENTALNY
22.00 Kłątwa Trójkąta Bermudzkiego Zespół przygląda się sprawom zaginięć osób w regionie Trójkąta Bermudzkiego. Wielu okolicznych mieszkańców jest przekonanych, że ma z tym związek morski potwór. 0.00 Na tropie legendarnych potworów – serial dokumentalny, USA 2.00 Tajemnice Alaski – serial dokumentalny 4.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki – serial dok., Wielka Brytania	21.00 Nawiedzona Irlandia – Wielka Brytania 2023 Chris Fleming oraz Vogue Williams odwiedzą 200-letni zamek w hrabstwie Offaly. Stary budynek w sercu Irlandii prawdopodobnie zamieszkuje istoty nadprzyrodzone. 23.00 Miasteczko demonów – dok. 1.00 Nawiedzona Irlandia – reality show 3.00 Sprawa dla medium i detektywa 9 – serial dokum., USA 4.00 Demony Hollywood – serial dokum.	18.00 Hitler: Zaginione taśmy III Rzeszy (2) Po nieudanej próbie zamachu Hitler został skazany za zdradę stanu. Wyszedł jednak na wolność już po sześciu miesiącach. 19.00 Spacer bez końca: Chiny (1, 2) – dok. 20.00 Pompeje: Podróż w czasie z Tomem Hiddlestonem (1) 21.00 Starożytne konstrukcje (1) 22.00 Ukryte pod miastami (1) – dok. 23.00 Ciemna strona świata – serial dok.	19.00 Jak to wyjaśnić 2 (28, 1) – USA 2021 Widzowie przekonają się, czy widziane w Gruzji stworzenie przypominające dinozaura jest czymś nowym dla lokalnych naukowców. 20.00 Tajemnice zamków (5) – serial dok., Kan. 21.00 Niezwykłe konstrukcje 2 (5) 22.00 Niewyjaśnione zagadki (9) – dok. 23.00 Poza kontrolą. Erupcja Mount St. Helens – dok. 0.00 Przestępce podziemie (1)	21.25 Kurier – Polska 2019, reż. Władysław Pasikowski, 120 min Rok 1944. Jan Nowak ma przedostać się z Anglii do Polski, by przekazać dowódczemu AK ważną informację. Jego śladem podążają gestapo i szpiedzy. 23.25 Sierpniowe niebo. 63 dni chwały – film wojenny, Polska 2013, 90 min 0.55 Historia w postaciach zapisana – cykl dok. 3.00 Blisko, coraz bliżej (18) – obycz., Pol. 1986	21.00 Imperium rzymskie: powstanie i upadek (2) – USA 2026 Od 160 roku n.e. Cesarstwo Rzymskie zaczęło przeżywać coraz więcej kryzysów. Na granicach nasiliły się najazdy plemion germańskich, a kraj dziesiątkowała dżuma. 23.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 7 (1, 2) – serial dok., USA 0.50 Starożytni kosmici 17 (3) – dok. 1.50 Starożytne armie: Święty Zastęp (1) – serial dokum.
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
10.00 Brudne skarby – dok. 12.00 Podziemne sekrety (8) 13.00 Listy z płońce Warszawy – film dokum. 14.00 Wyspici po antyki – dok. 15.00 Zoom na architekturę 17.00 Listy z płońce Warszawy – film dokum. 18.00 Łowcy starości (1) – dok. 19.00 Na ratunek starcom 19.30 Wstęp wzbroniony (1) 20.00 Hazardziści – serial dok. 21.00 Nawiedzona Irlandia 23.00 Maria z Nazaretu – dok. 0.00 Listy z płońce Warszawy – film dokum. 1.00 Akta ekspedycji – dok. 2.00 Było, nie było (7) – dok.	13.35 Krok przed katastrofą 14.40 Natura. Proces ciągłej zmiany – film dok., Niem. 15.50 Watykan. W jakim stanie jest Kościół? (1) 16.55 Wielki smog londyński 18.00 Dokąd dzisiaj? 4 18.40 Polska z góry 9 (8, 9) 19.45 Robert De Niro. W centrum uwagi – dok. 20.50 Henry Ford. XX-wieczny zyciorys – film dokum., Fr. 22.00 Komenski. Edukacja tworzy człowieka – dok. 23.10 Eddy Merckx, zwany Kanibalem – film dokum. 0.20 Zdrący/Patrioci (1) – dok. 1.25 Polska z góry 4 (12) – dok.	13.00 Tytani afrykańskich rzek – film dokumentalny 14.00 Dziki Wietnam (2) – dok. 15.00 Afrykańska rzeka widmo (1) – serial dok. 16.00 Jezioro Tanganika: serce Afryki – film dokumentalny 17.00 Zadziwiająca Australia 18.00 Królestwo białego wilka (3) – film dokum., USA 2019 19.00 Porażka drapieżnika (3) 20.00 Europa z powietrza (2) 21.00 Porażka drapieżnika: triumf ofiary (1) – dok. 22.00 Najgroźniejsze zwierzęta Afryki (2) 23.00 Europa z powietrza (5) 0.00 Niezwykły dr Pol (8, 9)	6.25 Zabójcza pogoda 2 (3-6) 10.30 W poszukiwaniu irbisów: Pogoń za cieniem (1) – serial dokum. 11.45 W okowach mrozu 4 16.45 Weterynarz ze szkockich wyżyn (9, 10) 18.40 David Attenborough i cmentarzysko mamutów – film przyrod. 19.50 David Attenborough i smok morski – film dok. 21.00 W poszukiwaniu irbisów: Pogoń za cieniem (1, 2) – dok., Niem. 23.15 Zwierzęta: maszyny doskonałe (2) – dok., Kan. 0.15 Zabójcza pogoda 2 (2-7)	10.00 Sekretne życie ogrodu 11.05 Wietnamskie przygody Billa Bailey (2) – dok. 12.10 W okowach mrozu 3 17.15 Potęga ssaków: kulisy 17.30 Wietnamskie przygody Billa Bailey (2) – dok. 18.40 Najpiękniejsze trasy spacerowe (8) – dok. 19.45 Wyspy Atlantyku (1, 2) 21.55 Naturalne odmienne życie (1) – dok., Wlk. Bryt. 22.55 Sekretne życie ogrodu 0.00 Na krawędzi katastrofy 1.00 Sekrety długowieczności (2) 2.05 Wielkie koty 24/7 (3-5) 4.50 W okowach mrozu 3 (6)	11.00 Weterynarz z Gór Skalistych 7 – serial dok. 13.00 Klan z Alaski – serial dok. 15.00 Ślady rekinów – dok. 16.00 Zwierzęta – czego nie widać – serial dokum., USA 17.00 Cuda z drewna – dok. 18.00 Na suma bez wędli 19.00 Jak to robią zwierzęta? 20.00 Na tropie dzikich zwierząt 3 (3, 4) – dok. 21.00 Norworskie Zoo – Bronx 3 – serial dokum. 22.00 Baseny z rozmachem 23.00 Człowiek w roli ofiary 1.00 Na tropie legendarnych potworów – serial dokumentalny, USA 2019
TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
11.50 Życie lasu. Storczyki 12.35 Bocian biały – film dokum. 13.00 Podróż Małej i Dużej 4 13.30 Tacy byliśmy (7) 14.00 Islandia, królestwo maskonurów – film dok. 15.00 Królestwo mrówek 16.05 To działa. Polskie innowacje bez granic (4) 17.00 Podróżnicy – odkrywcy 18.05 Sanatorium miłoścy 7 (2) 18.55 Wanda. Ostatnia z oddziału – film dokum. 20.00 Nowa Warszawa – dok. 21.20 Warszawskie dzieci '44 22.30 Wstrzymując oddech 0.15 Sanatorium miłoścy 7 (1) 1.10 Podróż z historią (10)	11.35 Sekretny świat amizów – dok., Wlk. Bryt. 12.50 Top Guns – SuperBroń 13.45 Kultowe pociągi – najspanialsze podróże koleją – film dok. 14.55 Świat z góry. Jedwabny Szlak (1-3) – dok., Singapur 18.25 Świat z góry (5, 6) – dok. 19.35 Top 10 Największe tajemnice świata (1, 2) 20.55 Militarny top 10 (9) – dok. 22.00 Takim nocą. Sekretne Japonia – film dokum., Fr. 23.10 Miłość i seks w Chinach – film dok., Francja 2013 0.30 Brudne sekrety tajskiej sektury styki – film dok.	6.00 Australijskie łowcy bydlą 2 (5) – dok., Australia 6.30 Ekstremalna pomoc drogowa 2 (4-8) – dok. 11.15 Australijskie poszukiwacze złota 6 16.10 Złoto Jukonu (1-5) – dok. 21.00 Za kratami: najcięższe więzienia na świecie 5 (4) – serial dok., Kan. 2025 22.00 Internetowy seksbiznes 2 (1) – dok. 23.00 Morderstwa w krainie Amizów (3) – dok., Kan. 0.00 Bohaterowie z St. John's (6-10) – dok., Kan. 3.45 Bohaterowie z St. John's 2 (1-3) – dok., Kan.	6.15 Zakazana historia 7 (5) 7.05 Największe postaci zimnej wojny (1-3) – dok. 10.25 Naziści: korzenie zła (13-15) – serial dokum., Kan. 13.20 Najgroźniejsi ludzie Hitlera (1-5) – serial dok. 17.55 Konkwistadorzy: powstanie i upadek (4-6) – serial dok., Wlk. Bryt. 2023 21.00 Życie prywatne przywódców Rzeszy (1, 2) – serial dokumentalny 22.55 Informator z Oświęcimia – film dok. 0.05 II wojna światowa: cena imperium (1-5) – dok. 4.45 Zakazana historia 7 (5)	15.05 Absurdalne przestępstwa 3 (12, 14) 16.00 Dowody zbrodni: Morderstwa na bagnach (5) – dok. 17.00 Pogrzebani za domem 6 (13) – serial dokumentalny 18.00 Cyrowe dowody zbrodni (1) – serial dok. 19.00 Tajemnice sekt: poligamia (5) – serial dok. 20.00 Zabójcze wakacje (1) 21.00 Wakacyjne zbrodnie 22.00 Protokół zbrodni (5) 23.00 Najgroźniejsi seryjni mordercy (4) – serial dok. 23.55 Chippendale: mroczne sekrety (4) – serial dok.	8.05 Dziwaczne potrawy: smakowite miasta 10.10 Niezwykłe Stany Prokopa (3-5, 1) – pr. rozr. 12.15 Baseny z rozmachem 14.20 Ciepałowka przez Stany 15.55 Człowiek kontra jedzenie (34-37) – mag. 18.00 Dziwaczne potrawy: smakowite miasta (5-8) 20.00 Nagi instynkt przetrwania (16) – dok. 22.00 Azja Express 5 23.35 Górskie potwory (9, 10) 1.35 Hotelowe rewolucje 4.35 Tu jest pięknie (6) – rozr. 5.10 Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta (1)

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TVN STYLE HD
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn 7.55 Pytanie na śniadanie – mag. 11.10 Cafe Fogg (1) 11.30 Podróże z historią (17) – serial dokum. 12.05 Sto minut wakacji (2, 3) – serial przyg. 13.05 Powstańcy – cykl fel. 13.15 UNESCO: Skarby Polski – dok., 2025 13.45 Echo serca (7) 14.35 Na sygnale (653, 654) 15.35 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin. 16.05 Umrzec za Warszawę 17.00 Teleexpress 17.15 Powstańcy – cykl fel. 17.20 Chichot losu (2)	12.20 Prywatne życie zwierząt 13 (1) 12.55 Daję słowo – Maciej Orłoś 2 (38) 13.50 Postaw na milion 15.45 Moje przeboje (2) 16.25 Omnibus – szybcy i mądrzy (17) – telet. 16.50 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (17) 17.10 Omnibus – szybcy i mądrzy (18) – telet. 17.40 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (18) 18.00 Koło fortuny (1993) 18.40 Moje przeboje (4) 19.15 Olga Lipińska zaprasza (14) 20.05 Program rozrywkowy	6.00 Komisarz Mama (33, 34) – serial kryminalny 8.00 Bogaty dom – biedny dom (117, 118, 129) – reality show 11.00 Nasz nowy dom (260) – reality show 12.00 Shopping Queens. Królowe Zakupów (55-57) – program rozrywkowy 15.00 Kolacja w ciemno (9-11) – program rozrywkowy 18.00 Nasz nowy dom (261, 262) Pan Paweł mieszka wraz z córką i ojcem. Ich dom wymaga pilnego remontu.	6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (199) – reality show 7.00 Galileo (1201, 1202) – program popularnonaukowy 9.05 Jesteśmy dla dzieci – magazyn 9.30 Galileo (1203, 1184, 1185) – program popularnonaukowy 12.35 D z dala od ziemi – dramat obyczajowy, Wielka Brytania/USA 2015, reż. Thomas Vinterberg, wyk. Carey Mulligan, Matthias Schoenaerts, 145 min 15.00 Policjanci i Policjanci (1401-1405) – serial obycz., Polska 2026	9.45 Express – pr. inform. 10.05 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (6) 11.05 Nic do zgłoszenia 6 (11) – serial dokum. 12.05 Zakup w ciemno extra (3) 12.35 Zakup w ciemno 6 (10-12) – reality show 15.45 Express – pr. inform. 16.05 Idź na całość 2 (19) 17.05 Usterka 14 (17) 17.45 Express – pr. inform. 18.00 Pogoda, sport 18.10 Zakup w ciemno 6 (9) – reality show 19.05 Zakup w ciemno extra (2) 19.45 Express – pr. inform. 20.00 Idź na całość 2 (17) 21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 16 (2)	5.35 Anatomia piękna 2 (5) – program rozrywk. 6.30 Co za tydzień – mag. 7.10 Magda gotuje Internet (1) – mag. 7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn 11.30 Jestem z Polski (6, 7, 9) – serial dok. 14.30 Kobieta na krańcu świata (5) – dok., Pol. 15.35 Projekt City (4) – program rozrywkowy 16.05 Bitwa o gości (8-ost.) – reality show 17.05 Zgłoś remont 11 (1) – program rozrywkowy 18.05 Ugotowani (12-ost.) – pr. kulin.-rozrywk. 19.05 Kuchenne rewolucje (12-ost., 8) – program rozrywkowy
WOJENNY	ROZRYWKOWY	ROZRYWKOWY	KRYMINALNY	SERIAL	DOKUMENTALNY
18.10 Godzina „W” FILM – Polska 1979, 80 min 1 sierpnia 1944 roku. Pluton AK pod dowództwem Czarnego szkuje się do ataku na hitlerowskie koszar. Powstańcy ruszają do akcji mimo braku wsparcia. 20.15 Pogoda 20.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu (1) 20.30 Warszawiaci śpiewają (nie) zakazane piosenki 2026 – koncert 22.10 Złotka śpiewów 2 22.55 Powstańcy	20.25 Kabaret Letnią Porą (17, 18) Cykl przypomina najbardziej udane skecze, piosenki i monologi popularnych polskich grup. Widowisko przedstawione jest w przyjemnej, letniej konwencji. 22.20 Postaw na milion – teleturniej 0.20 Koło fortuny (1993) 1.05 Omnibus – szybcy i mądrzy (17) – telet. 1.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (17) 1.55 Omnibus – szybcy i mądrzy (18) – telet.	20.00 Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami (158) Widzowie będą podziwiać występy Magdy Molek, Gracyny Szapolskiej czy Macieja Kurzajewskiego. Umiejętności uczestników oceni m.in. Iwona Pavlović. 22.30 Hardcorowa miłość (4) – serial dokum., Pol. 23.00 Gry małżeńskie (202, 203) – reality show, Polska 1.05 Wzięcie kobiet (61-64) – serial dok. 3.00 Zdrady (4-6) – serial paradokum.	20.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (137-140) W przemysłowej chlewni załoga znajduje zmasakrowane szczątki 30-letniej urzędniczki, powiązanej z właścicielami obiektu, Pawlickimi. Małżeństwo wskazuje na aktywiście. 0.00 Gwiazdy Kabaretu (165, 166) – pr. rozr. 2.05 STOP Drogowcy – magazyn policyjny 3.05 Interwencja – mag. 3.25 Lubie disco! (293) 4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz. 5.30 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.	22.00 Damy i wieśniaczki. PL 11 (10) – Polska Justyna z Miskowicz poszuka inspiracji w tokańskich muzeach, a Dorota z Pizy próbuje odnaleźć spokój w oborze. Przed nimi szansa na nowe doświadczenia. 23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (8, 9) – pr. rozrywk. 1.00 Diablenie boskie 2 (23, 24) – reality show 1.55 Zapakuj do moich drzwi (134, 135) – telen., Turcja (2020) 3.55 Detektywi (49) – serial fab.-dok., Pol.	21.05 Kate. Narodziny księżnej (3-ost.) Widzowie poznają szczegółową biografię Kate Middleton, w tym losy jej relacji z księciem Williamem. Dowiedzą się, w jakich okolicznościach zdobyła jego serce. 22.10 Ślub od pierwszego wejrzenia (7, 8) 0.20 Seks – wypadki (17, 12) – fab.-dok. 2.20 Nieoczywiste miejsca (8) – dok., Pol. 2.55 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (10, 11) – mag. 4.20 Co nas truje (1)
TVP HD	TVP HD	ZOOM	TLC	C+ KUCHNIA HD	TVN TURBO HD
7.55 Rodzinka.pl (269, 270) 8.55 Ojciec Mateusz 24 (312, 313) – krym., Pol. 2020 10.45 Czy wiesz, że? (292) 11.20 Na sygnale (700, 701) 12.25 Ojciec Mateusz 8 (101) 13.20 Komisarz Alex 5 (65) 14.15 Ranczo 10 (129, 130) 16.10 Postaw na milion – telet. 17.10 Okrasa łamie przepisy 17.45 Makłowicz w podróży 18.20 Ojciec Mateusz 27 (344) 19.20 Ranczo 10 (122-124) 22.20 Wielkie wesela – kom. FILM romant., USA 2013, 95 min 23.55 Kłangor (6-8) – krym., Pol. 3.00 Polowanie – thriller. FILM Polska 2023, 130 min	7.05 Klachy i Lachy – pr. rozr. 7.40 Koncert życzeń 9.25 Muzyczne dzień dobry 10.05 Przy muzyce po Śląsku 11.00 Klachy i Lachy – pr. rozr. 11.20 Koncert Gwiazd TVS – Rozgrzewka 12.35 Przy muzyce po Śląsku 13.35 Klachy i Lachy – pr. rozr. 14.00 Szlagierowa lista – muz. 16.00 Koncert życzeń 17.45 Przy muzyce po Śląsku 18.25 Śląska karuzela – muz. 19.55 Hansi Hinterseer zaprasza – pr. rozrywk. 22.00 Koncert w TVS – pr. muz. 23.45 Szlagierowa lista – muz. 1.40 Program muzyczny	8.00 Jakubiak rozgryza Chorwację (2-4) – mag. 9.35 Wojciech Cejrowski – bosko przez świat 12.55 Sensacje XX wieku 15.10 Cztery pancerni i pies (7, 8) – wojenny, Pol. 1966 17.05 Gang Olsena: Ostatnia misja – komedia sens., Dania 1998, 135 min 19.20 I love kabaret EXTRA 20.05 Hity polskiego kabaretu 7 (3) – pr. rozr. 21.05 Za linią wroga – wojenny, FILM Wlk. Bryt. 2020, 115 min 23.00 Adam szuka Ewy. Niemcy 2 (1) – pr. rozrywk. 0.00 Magia nagości. Włochy	11.00 Rodzinka Chantel 3 12.00 Moje paranoje – dok. 13.00 Szalenie oszczędni 14.00 Megaskynier na pomoc 15.00 Wielkie lato małych ludzi – reality show 16.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show 18.00 Wiza na miłość 12 20.00 Baylen – życie na głos 3 21.00 Design w australijskim stylu – program rozrywk. 22.00 Gdy jeden mąż to za mało – reality show 23.00 Moje paranoje – dok. 0.00 Dr Przyszczyla – dok., USA 1.00 Baylen – życie na głos 3 – serial dokumentalny, USA	15.40 ABC gotowania – kuchnia amerykańska 16.05 M jak mięso 5 (1, 2) – dok. 16.55 Jamie Oliver: 5 składników po śródziemnomorsku (3) 17.50 Ekoparady z Julią Oles 2 (4) – magazyn kulinarny 17.55 Jakubiak rozgryza Polskę 2 (1, 2) – mag. kulin. 18.50 Jedz, podróżuj, smakuj 19.50 Podróże piekarza z Hebrydów (3) – dok. 20.45 Kulisy wielkiej kuchni 21.40 Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia 2 (3) – pr. rozr. 22.35 Kuchenny recykling	9.35 Ciężarówką przez Stany 12.30 Wojny samochodowe 15.30 Zawodowi handlarze 17.00 Mobilni mechanicy (2, 4) 18.30 Usterka 16 (19, 20) – serial fab.-dokum., Polska 2025 19.30 Prawko na świecie. Jazda bez zasad (6) – rozr. 20.15 Z drugiej ręki (1) – mag. 21.00 Naprawy nie do naprawy (6) – mag. 21.45 Moto kombi (8) – mag. 22.25 Zawodowi handlarze 23.10 Wojny samochodowe 0.10 Duda kontra Szafrański (4) – program rozrywkowy 0.55 Niebezpieczne dzienne (9) – serial dok., Polska 2024
NOVA	METRO	ANTENA HD	WP	C+ DOMO HD	HGTV
6.00 Wehikuł czasu (801, 802) 6.20 TV okazje (27, 28) 6.55 Wehikuł czasu (801, 802) 7.30 Interwencja – taka jest Polska (567) – mag. 8.20 Frieren. U kresu drogi 9.30 Dragon Ball Z Kai 2 13.00 One Punch Man 5 (6) 14.00 Co ludzie powiedzą? 3 (21-23) – serial komediowy 16.00 Miłodowe lata (87-90) 19.45 Polrot 5 (3-6) – serial krym. 0.00 Ślad (78) – krym., Pol. 2019 1.00 Łowca pedofiliów 3.00 TV okazje (28, 29) 3.50 Wehikuł czasu (801, 731) 4.00 Sala operacyjna (2, 5) 5.00 Pod lupą (6, 7) – magazyn	8.00 Klan z Alaski (13, 14) 10.00 Złomowisko PL 6 (9-11) 13.00 Gwiazdy lumpesków 14.05 Makłowicz w drodze 2 14.35 Farma Clarksona (1) 15.50 Jestem z Polski (3, 4) 17.50 Kryminalni 4 (12, 13) 20.00 Król życia FILM – komediodramat, Polska 2015, 125 min 22.05 Mocny rycerz powstaje – sens., USA/Wlk. Bryt. 2012, 190 min 1.15 Szpital (813) – paradok. 2.15 Szkoła (555) – paradok. 3.15 Nowa Maja w ogrodzie 5 (17, 18) 4.20 Złomowisko PL 6 (10)	9.10 Australijsky poszukiwacz złota 4 (9-12) – serial dok., Australia 13.10 Ciężarówką przez śniegi 3 (3-7) – serial dok. 18.00 77 TV 3 (6, 8) – pr. rozrywk. 20.00 Morderstwa we Francji FILM – Mont-Saint-Michel – dramat kryminalny, Francja 2022, 125 min 22.05 Morderstwo w rocznie FILM – film kryminalny, USA 2020, 115 min 0.00 Michael Jackson: w poszukiwaniu szczęścia – dramat biograficzny, USA 2017, reż. Dianne Houston, 140 min	13.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2 (11) 14.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4 (10) 15.00 Policjanci z sąsiedztwa 8 (5, 6) 16.55 Pogoda 17.05 Policjanci z sąsiedztwa 2 (1) – dok. 18.05 Strażacy z sąsiedztwa 2 (9) – serial dok., Polska 2026 19.00 Policjanci w akcji (4) – serial obycz., Polska 2026 20.00 Policjanci z sąsiedztwa 2 (2, 3) 21.55 Pogoda 22.00 Mistrzowie Kabaretu 8 23.05 Mistrzowie Kabaretu 6	14.10 Wielkie projekty: Australia 11 (5) – dok. 15.20 Gardeners' World 16 (17) 16.30 Mam zamek 3 (4, 5) – dok. 17.30 Kupione i co dalej? 3 (2) 18.00 Daleko od miasta 13 19.00 Zbudujemy ten dom (9) 19.25 Zbudujemy ten dom 2 20.00 Adres: rezydencje marzeń (9) – serial dok. 21.00 Wielkie projekty: Australia 12 (5) – dok. 22.10 W mieście czy na wsi? 23.00 Lukusowa ucieczka 7 0.00 Wielkie projekty: Australia 10 (7) – dok. 1.00 Bitwa o wnętrza (5) 2.00 Meblokreacje 3 (6) – mag.	12.45 Pogromcy chaosu (1) 13.45 Weekendowa metamorfoza 4 (1, 2) 15.35 Polowanie na ogród 9 16.40 Polowanie na ogród 8 (3) 17.15 House Hunters – Poszukiwacze domów 7 (6) – pr. rozrywk. 17.50 House Hunters – Poszukiwacze domów 8 (1, 2) – pr. rozr. 18.55 Będzie pięknie (4) – rozr. 19.55 Weekendowa metamorfoza 5 (4) – rozr. 20.50 Weekendowa metamorfoza 6 (1) – rozr. 21.45 Mieszkanie na miarę 4 23.40 Usterka 11 (10, 4, 6, 8)

POLSAT 2 HD	SUPER POLSAT DVB-T2	TV 6 DVB-T	BBC FIRST HD	STACJE DZIECIĘCE	STACJE INFORMACYJNE
5.50 Wydarzenia 6.30 Bogaty dom – biedny dom (104) – reality show 7.30 Ewa gotuje (566, 567) – magazyn kulinarny 8.30 Z klimatem i z pasją (244) – program publicystyczny 9.00 Dlaczego ja? (1408-1412) – serial paradokum. 14.00 Sekrety rodziny (168) – serial paradokum., Pol. 2020 15.05 Wzięcie kobiet (140-143) – serial dokumentalny, Polska 17.00 Nasz nowy dom (368) – reality show 18.10 Polsat Hit Festiwal 2026 (6, 2) – koncert	6.05 Wydarzenia 6.40 SuperLudzie 2 (26) – serial dok., Pol. 2018 7.15 Była sobie Ziemia (10-14) – anim., Francja 10.00 Hotel 10.00 Transylwania 3 – film animowany, USA/Korea Południowa 2018, reż. Genndy Tartakovsky, 120 min 12.00 Świat według Kiepskich (583-588) – serial kom., Pol. 2021 15.00 Złomiarze (4, 5) – serial dok., Pol. 2024 17.00 Świat według Kiepskich (588, 529-531) – serial komediowy, Polska 19.00 Kolacja w ciemno (22) – pr. rozrywk.	6.00 Jeźdźcy smoków – serial animowany, USA 2013 7.30 Smocze wzgórze FILM 2. Magiczna kostka – film anim., Hiszp. 2006, reż. Angel Izquierdo, 85 min 8.55 Cobra Kai (41, 37-39) – serial przygodowy 11.50 Strażnik Teksasu (15, 16) – serial sens., USA 1998-1999 13.45 Poirot (2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt. 16.00 Columbo (25, 26) – serial kryminalny, USA 1974 20.05 CSI: Kryminalne zagadki Miami (75, 76) – serial kryminalny, USA 2005	6.00 Z pamiętnika położnej 11 (7, 8) – serial obyczajowy, Wielka Brytania 2022 7.55 Co ludzie powiedzą? 3 (4) – serial kom., Wlk. Bryt. 8.30 McDonald i Dodds 3 (3) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2022 10.25 Morderstwa w Midsomer (5, 6) – krym., Wlk. Bryt. 1997 12.35 Ojciec Brown 9 (3-5) – krym., Wlk. Bryt. 2021 15.35 My Life is Murder 5 (3, 4) – krym., Australia/Nowa Zelandia 2025 17.35 Z pamiętnika położnej 10 (3) – serial obyczajowy, Wielka Brytania 2021	7.05 Agatka (19, 20) 7.30 Male i duże przygody Miffy (36) 7.40 Prys i Bill (37) – anim. 7.50 Czarodziejskie miasteczko Pinokia (35) – serial anim. 8.10 Piotruś Królik 2 8.35 Wegezaury 2 (36) 8.40 Świnka Peppa 7 9.00 Tru i Tęczowe Królestwo (10) 9.30 Studio Stodoła (11) 10.00 Kocie kalamburki 10.20 Bolek i Lolek w Europie (4, 5) 10.45 Rodzina Trefików 6 (76, 77) – serial anim. 11.10 Odo (2-4) – anim. 11.35 Stacyjki (51, 52) 11.55 Pszczółka Maja (36) 12.25 Domisie – dla dzieci	6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 9.50 Kadr na Kino – mag. 10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 15.30 Ranking Mazura 16.00 Fakty po południu – program inform. 18.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 19.05 Kadr na Kino – mag. 19.15 Serwis informacyjny 19.25 Fakty po Faktach – program informacyjny Dziennikarze prowadzący główny serwis informacyjny stacji wraz z zaproszonymi gośćmi komentują najważniejsze wydarzenia dnia.
CZARNA KOMEDIA	SPORTY WALKI	KRYMINALNY	KRYMINALNY	MAGAZYN KULINARNY	MAGAZYN REPORTERÓW
20.00 Życie toczy się dalej FILM – USA 2022, 110 min Claire wybiera się na pogrzeb przyjaciółki z college'u, Joyce. Jeszcze przed nabożeństwem podchodzi do jej męża i informuje, że zabije go w najbliższy weekend... 21.50 Człowiek z Toronto FILM – komedia sensacyjna, USA 2022, 130 min 0.00 Scigani – sens., USA/ FILM Niemcy 2008, 145 min 2.25 Interwencja – mag. 2.40 Wydarzenia 3.20 Ewa gotuje (499) 4.00 SuperLudzie (3) 5.00 Interwencja – mag.	20.00 Game Changer LIVE MMA 6 w Rabce Zdroju Podczas pojedynku wieczoru reprezentant Grappling Kraków, Michał Guzik, zmierzy się z Aslambekiem Arsamikovem. Będzie to pierwsza od roku walka polskiego zawodnika. 0.00 Obcy – ósmy pasażer FILM „Nostromo” – horror s.f., Wielka Brytania/USA 1979, 145 min 2.25 Backdoor. Wyjście awaryjne (2) – kom. 2.55 Świat według Kiepskich (478, 479)	22.00 Kości (131, 132) – USA 2011-2012 Właścicielka jednego z mieszkań w Waszyngtonie znajduje w lokalu zwłoki wynajmającej. Okazuje się, że ofiarą była mistrzynią w jedzeniu hot dogów na czas. 23.55 Egzamin dojrzałości – film krótkometraż. 2.00 Krejzj patrol (53) – serial krym., Polska 2.30 Kochane pieniądze (29-31) – paradok., Pol. 5.35 SuperLudzie Extra (41) – magazyn 5.45 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.	18.45 Śmierć z dala od palm (6) Ktoś włamuje się do domu w miasteczku. Główny podejrzany ma alibi – podczas zdarzenia przebywał w celi. Esther prosi Humphreya, by rozwiązał tę zagadkę. 19.55 Śmierć pod palmami 4 (4) – krym. 21.00 Annika (6) – krym. 22.05 Milczący świadek 23 (3, 4) 0.20 Zaproszona (2) 1.35 Śmierć z dala od palm (6) – serial krym. 2.45 Z pamiętnika położnej 11 (7, 8)	13.00 Go-tu-jemy (21, 22) Ekipa pokaże, jak zrobić pyszne, ale też zdrowe placki z dodatkiem kefiru. 13.20 Tygrysek Percy i jego opowieści 13.45 Świnka Peppa (1-3) 14.10 Pajak Lucas 2 (71, 72) 14.30 Oli i Luna (71, 72) 14.55 Oktonauci 2 (71, 72) 15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (36) – mag. 15.40 Bella i Sebastian 16.05 Pat i świat 2 16.35 Dino Ranczo (69, 70) 17.05 Pszczółka Maja 17.30 Robin Hood (19, 20) 18.00 Mała Marinette	20.00 Superwizjer Magazyn ukazujący problemy dnia codziennego. Reporterzy ujawniają korupcję władzy, skandale w policji i afery gospodarcze. 21.00 Ranking Mazura 21.30 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 22.00 Szkło kontaktowe 23.00 Dzień po dniu – mag. 0.00 Fakty po Faktach 0.40 Superwizjer – mag. 1.45 Nic do zgłoszenia (1) 2.40 Nowa Maja w ogrodzie – mag. 3.00 Akademia ogrodnika – mag.
POLSAT PLAY HD 6.00 Dorwać tuńczyka 9.10 Poszukiwacze historii 10.10 Powstanie warszawskie 15.05 Tajna historia XX wieku (93, 94) – serial dokum., Pol. 16.05 Pociągi (9, 10) – dok., Pol. 17.05 Polacy za granicą (157) 18.10 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (34-36, 227) 20.05 Wakacje z Bałtykiem (27-30) – serial dokum., Pol. 22.00 Polacy za granicą (151, 147) – serial dok., Pol. 0.05 Łowca pedofilów (231-234) – serial dokum. 2.05 Jedziemy na ryby! (22, 23) – serial dokum., Pol. 4.05 Starożytni kosmici	FOOD NETWORK HD 8.55 Dziwaczne potrawy (2) 9.55 MasterChef (13) – pr. rozr. 11.25 Wakacyjny turniej wypieków 2 (5) 12.25 Kuchnia jak u mamy 13.35 Czas na deser (5, 6) 14.40 Molly gotuje na farmie 15.45 Kobieta na Dzikim Zachodzie (4, 5) – mag. 16.50 Sześć lat: przepis na Azję 17.55 Elitarny turniej wypieków (6) 18.55 Misja: kolacja (1) – dok. 19.55 Człowiek kontra jedzenie (23-25) – mag. 21.25 Kuchenne rewolucje 23.35 Jedzenie w trasie (7, 1) 1.45 Rozdrzącań tytanów 2	POLSAT RODZINA HD 10.00 Bogaty dom – biedny dom (109, 110) 12.00 Rodzina zastępcza (8-11) 14.10 Tajna historia Air Force One – film dokum. 15.00 Misja Santiago de Compostela (1, 2) – dok. 16.00 Świat z góry (4, 5) – dok. 17.35 Śpiesz się (37) – serial anim. 17.35 Pingwiny z Madagaskaru (25, 26, 1) 19.00 Co ludzie powiedzą? (4-6) – serial kom., Wlk. Bryt. 21.00 Młode lata (80) – kom. 21.55 Spider-Man 2 – film przyg., USA 2004, 155 min 0.30 Tajemnice Powstania Warszawskiego (1, 2)	BBC LIFESTYLE HD 13.45 Na bogato: sekrety pierwszej klasy (2) 14.45 Najlepsze hotele Indii (1) 15.50 Zapraszam do stołu: Wielka porcja 20 (6) 17.40 Psyjacje w potrzebie (4) – program rozrywkowy 18.40 Majorka: śródziemnomorskie smaki (1, 2) – serial dokum. 19.45 Wielkie amerykańskie wypieki 5 (5) – pr. rozrywk. 20.55 Wielkie amerykańskie wypieki 7 (6) – pr. rozrywk. 22.00 Psyjacje w potrzebie 23.00 Wstydlive choroby: online 3 (1, 2) – serial dokumentalny	NICK JR. HD 16.18 Świnka Peppa 4 (10, 1-3) 16.43 Świnka Peppa (2-6) 17.13 Świnka Peppa (6, 1) 17.18 Świnka Peppa (1, 3) 17.30 Barabapa i jego rodzinka 2 (1) – anim., Fr. 17.55 Barabapa – szczęśliwa rodzinka (1) – serial anim. 18.10 Barabapa i jego rodzinka 2 (25) – anim., Fr. 18.40 Dora 4 (9) – serial anim. 19.00 Santiago z mór (2, 9) 19.45 Rubie i jego ekipa (2) 20.07 Świnka Peppa 5 (10-13) 20.32 Świnka Peppa 20 (20) 20.36 Świnka Peppa 6 (6, 7, 9) 20.55 Barabapa i jego rodzinka 2 (6-8) – anim.	POLSAT NEWS HD 15.30 Sport, pogoda 15.50 Wydarzenia 15:50 16.30 Czysta Polska – pr. inf. 16.55 W rytmie dnia – serwis informacyjny 17.15 Interwencja – taka jest Polska – mag. reporterów 18.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny 18.35 Debaty polityczne – publ. 19.15 Prezydenci i premierzy 19.50 Dobry wieczór, Polsko 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie – pr. inf. 23.30 Wydarzenia 24 – pr. inf. 0.00 Interwencja – taka jest Polska – mag. reporterów 0.55 Wydarzenia wieczorne
Kobietka TVP KOBIETA DVB-T2 14.00 Rodzinka.pl (160, 161) – serial komediowy, Polska 15.00 Tańcząca ze światem – Chorwacja (3) – mag. 15.30 Ojciec Mateusz 4 (55, 56) – serial kryminalny, Polska 17.25 Anna. Szczęśliwa i pogodzona – film dok. 18.30 Komii na dobry wieczór – widowisko 19.30 Miłość i nadzieja (322) – telenowela, Turcja 2022 20.30 Wichrowe wzgórze (303) – serial obycz., Turcja 2024 21.30 Karol, władca Hiszpanii (3, 4) – kostium., Hiszp. 2015 23.25 Wierze w Ciebie – dramat biograf., USA 2020, 120 min	E! ENTERTAINMENT HD 8.50 Very Cavallari (7, 8) 10.40 Plastikna fuszka 12.30 Z kamerą u Kardashianów 16 (3, 4) 14.20 Very Cavallari (1, 2) 16.10 Plastikna fuszka (25) 18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk. 18.30 Z kamerą u Kardashianów 16 (3, 4) 20.30 Very Cavallari (3, 4) 22.30 Plastikna fuszka (1) 0.30 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk. 1.00 Z kamerą u Kardashianów 16 (3, 4) 3.00 Plastikna fuszka 5.00 Very Cavallari (9)	TV TRWAM DVB-T 17.30 Przełamując bariery 17.55 Poczet wielkich Polaków – pr. hist. 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 W Naszej Rodzinie 19.30 Manna z Nieba 19.45 Modlitwa – religijny 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Kartka z kalendarza – powstanie warszawskie – pr. eduk. 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Warto być ojcem – mag. 22.15 Głos serca (142) – obycz.	BBC BRIT HD 11.35 Jak budowano imperia 4 (1, 2) – dok. 13.40 Cuda inżynierii (3, 4) 15.40 Cuda inżynierii kolejowej (6) – serial dok. 16.45 Wynalazki, które zmieniły świat (5) – dok. 17.50 Jak budowano imperia 4 (1, 2) – dok. 19.55 Legendarne samoloty gasmiche: ostatni lot (2) 21.00 Cuda inżynierii kolejowej (6) – serial dok. 22.00 Cuda inżynierii kolejowej 2 (1) – dok. 23.05 Zeleny Story (2) – dok. 0.10 Putin i Zachód: kolejny rozdział (1) – serial dokum.	MINI MINI+ HD 14.00 Bing (45, 46) – serial anim. 14.20 Strażak Sam 16 (17, 18) 14.45 Looloo Kids (35) – anim. 15.01 Gazu, piskiel, gazu! 2 (4) 15.28 Kicia Kocia 2 (3, 4) – anim. 15.45 Jężyk Happy (24, 25) 16.02 Marta mówi (18) – anim. 16.30 Zouk (17, 18) – serial anim. 16.56 Ciekawski George 6 17.50 Moje urodziny – dla dzieci 17.57 Barbie i Teresa – przepis na przyjaźń – film anim., USA 2025, 67 min FILM 19.04 Baczne oczka (1-4) 19.40 Smerfy (17) – serial anim. 20.08 Cloudy & Stormy (5-8) 20.35 Dolina Muminków 3 (1) 21.01 Wierszki domowe (16)	TVP 3 TVP 3 DVB-T2 12.35 Rączka gotuje 13.10 Regiony na TAK 13.30 Program lokalny 15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego 15.25 Piłka nożna: Betclia 1. Liga – mecz: Arkka Gdynia – Stal Rzeszów 17.30 Program lokalny 20.00 Dziennik regionów – inf. 20.13 Calkiem niezła historia 20.30 Piosenka od Ciebie 21.00 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów – inf. 22.30 Kryminalna siódemka 23.00 Piosenka od Ciebie 23.30 Regiony na TAK – mag. 23.55 Panorama

Warto zobaczyć

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

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

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

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

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

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

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

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

→ filmowe hity



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

21.20 Światło między oceanami

TVP 1

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



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

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



21.00
ZOOM **Książę i ja**
KOMEDIA ROMANTYCZNA

Paige (Julia Stiles) pragnie zostać lekarką. Poznaje Eddiego (Luke Mably), następcę duńskiego tronu. Młodzi zakochują się w sobie. Kobieta musi wybrać między uczuciami a zawodowymi ambicjami.

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



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

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



22.20
TV PULS **Hellboy**
SCIENCE FICTION

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

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



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

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

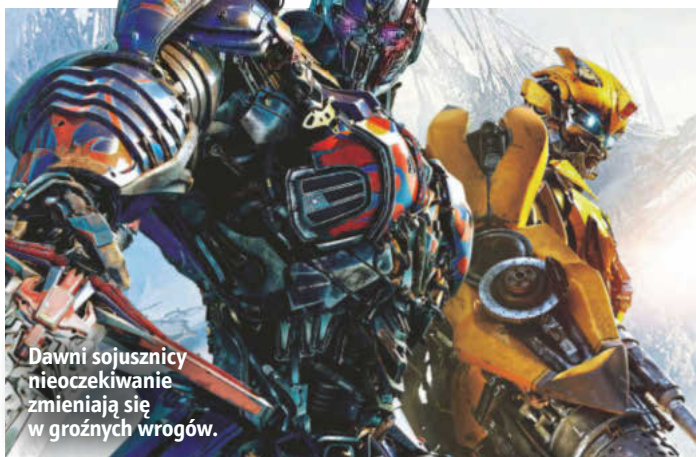


22.45
TVP KULTURA **Silent Twins**
BIOGRAFICZNY

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

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

→ film



Dawni sojusznicy
nieoczekiwanie
zmieniają się
w groźnych wrogów.

19.45 Transformers: Ostatni rycerz

TVN

SCIENCE FICTION Mieszkańcy Ziemi podejmują walkę z maszynami.

HIT DNIA Kosmiczne roboty od zara-
nia dziejów przybywały na
Ziemię, aby pomagać lu-
dziom. Wiele przełomowych wy-
darzeń w historii dokonało się
dzięki ich wsparciu. Porozumie-
nie zostało jednak zerwane. Teraz
los cywilizacji leży w rękach zdol-
nego wynalazcy Cade'a Yeagera,

który ukrywa Bumblebee'ego na
złomowisku, angielskiego lorda
Edmunda Burtona – ostatniego
członka tajnej organizacji chro-
niącej Autoboty, i profesor Wem-
bley. **HD 195 min ► do godz. 23.00**

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



→ P!

20.00 Oni cię zabiją
HORROR KOMEDIOWY Ko-
bieta (Zazie Beetz) odkry-
wa, że budynek, w którym pracuje,
jest siedzibą mrocznej sekty, a ona
ma zostać złożona w ofierze. Ku
przeżenieniu swoich prześladowców
zmienia się w skutecznego łowcę.

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



23.00 Kod dostępu
SENSACYJNY Shear (John
Travolta) zamierza okraść
nielegalny fundusz rządowej agen-
cji. W tym celu musi uzyskać dostęp
do tajnego konta bankowego. Po-
trzebuję pomocy genialnego hake-
ra, Jobsona (Hugh Jackman).

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



20.00 Bez przedawnienia
THRILLER Żołnierz zosta-
je oskarżony o udział w lu-
dobójstwie. Żona nie wierzy w jego
winę. Uważa, że armia chce uczynić
z niego kozła ofiarnego. Prosi
o pomoc byłego wojskowego praw-
nika, Grimesa (Morgan Freeman).

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



**23.35 Ci, którzy życzą
mi śmierci**
THRILLER Młoda stra-
żniczka Hannah (Angelina Jolie) chce
pomóc nastolatce, którego ści-
gają uzbrojeni napastnicy. Razem
uciekają przez las. By zamknąć ich
w pułapce, bandyci wzniciągają pożar.

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

→ sport



12.45 Liga Narodów
SIATKÓWKA LIVE Pora
na finał ósmej edycji roz-
grywek. Rok temu, także w Ningbo,
najlepsza okazała się drużyna z Pol-
ski. Biało-Czerwoni w decydującym
meczu pokonali Włochów 3:0. Obie
reprezentacje przystąpiły również
do tegorocznego turnieju finałowe-
go. **HD 165 min ► do godz. 15.30**



14.40 Legia Warszawa
- Zagłębie Lubin
PIŁKA NOŻNA LIVE Woj-
skowi wygrali z Miedziowymi na
własnym stadionie siedem meczów
z rzędu. Wzmocniony m.in. Filipem
Szymczakiem zespół z Lubina posta-
ra się przerwać złą passę w starciach
w stolicy. **HD 135 min ► do godz. 16.55**



17.25 Śląsk - Raków
PIŁKA NOŻNA LIVE W
pierwszym meczu u sie-
bie po powrocie do Ekstraklasy Wro-
cławianie podejmą reprezentanta
Polski w Lidze Konferencji. Spróbują
zrewanżować się Rakowowi za po-
rażkę 1:2 w 1/8 finału Pucharu Polski
2025/26. **HD 170 min ► do godz. 20.15**



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

→ rozrywka



12.20 Ugotowani
KULINARNY W Radomiu
rywalizują ze sobą miłośni-
cy mięsnych potraw, gotowi na kuli-
narne wyzwania oraz smakowite
eksperymenty. Kolejni uczestnicy
prezentują swoje popisowe dania,
starając się zachwycić innych nie tyl-
ko smakiem, lecz także pomysłowo-
ścią. **HD 70 min ► do godz. 13.30**



17.35 Żona dla Polaka
REALITY SHOW W trakcie
ostatnich spotkań w Chica-
go uczestnicy koncentrują się na
wyborze tej jedynej, z którą wrócą
do Polski. Nie brakuje romantycz-
nych chwil podczas rejsów jachtami,
na jaw wychodzą też nieoczekiwane
uczucia. **HD 65 min ► do godz. 18.40**



**21.20 Mazurska Noc Ka-
baretowa 2026...**
SATYRA Przypomnienie
widowskiego pod hasłem „Muszkiet-
rowie kabaretu”. Wystąpili m.in. Ani
Mru-Mru, Chyba i Andrzej Grabow-
ski. Show poprowadzili Marcin Da-
niewicz, Jerzy Kryszak i Marcin „Jabbar”
Wójcik. **HD 125 min ► do godz. 23.25**

→ dokument



10.15 Tim Burton:
Potwór w kinie
KULTURA Kronika pięciu
dekad twórczości filmowca, który
uczynił swój znak rozpoznawczy
z gotyckiej estetyki, czarnego hu-
moru oraz empatii wobec outsiderów.
HD 75 min ► do godz. 11.30

TVP 1 HD DVBT2

- 5.25 Sprawa dla reportera** – magazyn interwencyjny
- 6.20 Słownik polsko@polski** (686) – talk-show prof. Jana Miodka
- 6.55 Słowo na niedzielę**
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie-Łagiewnikach**
- 8.00 Tydzień** – magazyn rolniczy
- 8.35 Stawka większa niż życie** (16, 17) – serial wojenny, Polska
- 10.55 Ojciec Mateusz 17** (220) – serial kryminalny, Polska 2017
- 11.55 Między ziemią a niebem** – magazyn
- 12.00 Anioł Pański**
- 12.15 Między ziemią a niebem** – magazyn
- 12.45 Portret kapłana:** O. Benedykt OFM – cykl reportaży, Polska 2026
- 13.10 BBC w Jedynce: Planeta Ziemia 3** (7) – serial dokumentalny, Wielka Brytania
- 14.15 Skoki narciarskie:** Letnie Grand Prix w Wiśle – studio
- 15.45 Skoki narciarskie:** Letnie Grand Prix w Wiśle
- 16.35 Skoki narciarskie:** Letnie Grand Prix w Wiśle – studio
- 17.00 Teleexpress, pogoda**
- 17.35 Żona dla Polaka** (9) – reality show
- 18.40 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – program publicystyczny
- 20.05 Sport, pogoda**
- 20.25 Gra z Cieniem** (5) – serial kryminalny, Polska 2024

TVP 2 HD DVBT2

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

polsat HD DVBT2

- 4.55 Disco Gramy**
- 5.40 Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News**
- 8.30 halo tu polsat** – magazyn
- 11.25 Zakochany Madagaskar** – film animowany, USA 2013
- 11.50 Hop** – film familijny, USA 2011, reż. Tim Hill, wyk. James Marsden, Kaley Cuoco, Gary Cole, Elizabeth Perkins, 125 min
- Wyspa Wielkanocna. Zajączek Zet ma przejąć po ojcu firmę produkującą słodycze. Marzy jednak o karierze perkusisty. Ucieka do Hollywood. Tymczasem kurczak Carlos próbuje przeprowadzić zamach stanu.
- 13.55 Falszywa dwunastka 2** – komedia, USA 2005, reż. Adam Shankman, wyk. Steve Martin, Bonnie Hunt, Alyson Stoner, Forrest Landis, 125 min
- 16.00 Zaginiony świat: Park jurajski** – film przygodowy, USA 1997, reż. Steven Spielberg, wyk. Jeff Goldblum, Pete Postlethwaite, Richard Schiff, Peter Stormare, 170 min
- Mija kilka lat od eksperymentów z przywróceniem do życia dinozaurów. John Hammond ponownie zaprasza na wyspę Iana Malcolma i Sarah Harding. O istnieniu gadów dowiaduje się Peter Ludlow. Chce je schwytać, by zarobić na nich fortunę.
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.30 Sport, pogoda**

tvn HD DVBT2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1717) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- 6.50 Kuchenne rewolucje** (9): Tomaszów Mazowiecki – Toscania – program rozrywkowy
- 7.45 Dzień dobry wakacje** – magazyn
- 11.30 Co za tydzień** – magazyn kulturalny
- 12.20 Ugotowani** (9) – program kulinarno-rozrywkowy
- 13.30 Lemony Snicket: Seria niefortunnych zdarzeń** – film familijny, USA/Niemcy 2004, reż. Brad Silberling, wyk. Jim Carrey, Meryl Streep, Billy Connolly, Liam Aiken, 140 min
- Rodzice Violet, Klaus i Słoneczka zginęli w pożarze. Dzieci trafiają pod opiekę dalekiego krewnego, hrabiego Olafa. Chciwy wuj zamierza pozbýć się pociech i przejąć odziedziczony przez nie ogromny majątek.
- 15.50 Akademia policyjna 5: Misja w Miami Beach** – komedia, USA 1988, reż. Alan Myerson, wyk. George Gaynes, David Graf, Matt McCoy, Bubba Smith, 125 min
- Komendant Lassard na lotnisku przez przypadek zamienia walizki i zabiera bagaż ze skradzionymi diamentami. Złodzieje porwują pęchowca. Na pomoc szefowi spieszą absolwenci akademii policyjnej.
- 17.55 Kuchenne rewolucje** (8): Myślbiórz – Domowe Obiady u Rudej – program rozrywkowy
- 19.00 Fakty, sport i pogoda**

20 DRAMAT OBYCZAJOWY



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

HIT DNIA

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

23.40 Dewajtis (2) – serial kostiumowy, Polska 2023

0.40 Miasto 44 – dramat wojenny, Polska 2014, reż. Jan Komasa, wyk. Zofia Wichłacz, Józef Pawłowski, Anna Próchniak, Karolina Staniec, 135 min

Rok 1944. Zakochani w sobie Stefan i Alicja działają w konspiracji. Podczas walk o Warszawę ich miłość zostaje poddana próbie.

2.55 Teksańczyk – western, USA/Hiszpania 1966, reż. Lesley Selander, wyk. Audie Murphy, Diana Lorys, Broderick Crawford, Aldo Sambrel, 90 min

4.25 Sprawdzamy – magazyn

4.45 Zakończenie

ROZRYWKOWY



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

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

23.25 Harry Wild (1, 2) – serial kryminalny, Irlandia/Wielka Brytania/Niemcy 2022, wyk. Jane Seymour, Rohan Nedd

Emerytowana profesor literatury Harriet zostaje napadnięta. Postanawia sama wytropić mordercę, którego poszukuje policja. Jej partnerem zostaje przypadkowo poznany rabuś.

1.30 Krol (4) – serial sensacyjny, Polska 2020

2.45 Medicus – film przygodowy, Niemcy 2013, reż. Philipp Stölzl, wyk. Tom Payne, Stellan Skarsgård, Olivier Martinez, Emma Rigby, 170 min

WIDOWISKO



19.55 Miss Polski 2026 (1-3)

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

23.00 Mayday (1, 2) – serial komediowy, Polska 2019, wyk. Piotr Adamczyk

Taksówkarz Janek wraz z żoną Basią mieszka w Warszawie. Jest też mężem Marysi, z którą dzieli dom na obrzeżach miasta. Kobiety nie wiedzą o swoim istnieniu. Dobrą passę bigamisty burzy wypadek. Klamstwa wychodzą na jaw.

1.00 Erin Brockovich – dramat obyczajowy, USA 2000, reż. Steven Soderbergh, wyk. Julia Roberts, David Brisbin, Dawn Didawick, Albert Finney, 175 min

3.55 Świat według Klepskich (394): Erotikon – serial komediowy, Polska 2012

SCIENCE FICTION



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

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

23.00 Kod dostępu – film sensacyjny, USA 2001, reż. Dominic Sena, wyk. John Travolta, Halle Berry, Hugh Jackman, Sam Shepard, 130 min

1.10 Tata – dramat obyczajowy, Polska/Ukraina 2022, reż. Anna Maliszewska, wyk. Eryk Lubos, Polina Gromova, Klaudia Kurak, Sonia Roszczuk, 140 min

3.30 Uwaga! – magazyn reporterów

3.45 Detektywi (129) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024

4.45 Nauka jazdy 5 (2) – program rozrywkowy

5.15 Recepta na stary dom 4 (2) – program rozrywkowy

TVN 7 HD DVBT2

TV PULS HD DVBT2

PULS 2 HD DVBT2

NETFLIX

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

DRAMAT WOJENNY



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

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

THRILLER



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

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

THRILLER



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



LATO 1936

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

►serial krym. (6 odc.), Francja 2026



STRANGER THINGS 5

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

►serial fantasy (8 odc.), USA 2025



JAY KELLY

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

►komediodram., USA 2025; 132 min



NIE BOJĘ SIĘ

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

►serial krym. (6 odc.), Meksyk 2026

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM HD	HBO HD
6.10 FILM Saga „Zmierzchn” : Część 1 – film fantasy, USA 2011, reż. Bill Condon, wyk. Kristen Stewart, 110 min 8.00 Walker: Strażnik Teksasu 2 (5, 6) – serial kryminalny 10.00 MacGyver 4 (6-10) – serial akcji, USA 2020 14.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (15-19) – serial kryminalny, USA 2012 Agenci badają sprawę kradzieży... domu. Wkrótce budynek zostaje odnaleziony. W jednej ze ścian są ukryte zwłoki. PRZYGODOWY	5.10 Na sygnale (886, 887) – serial fab. -dokum. 6.20 Czterdziestolatek (19-21) – serial obycz., Polska 1977 9.55 U Pana Boga w ogródku (11, 12) – serial kom., Pol. 2008 11.50 Cztery pancerni i pies (6, 7) – serial wojenny, Polska 1966 13.50 Ojciec Mateusz 31 (398, 399) – serial kryminalny, Pol. 2024 15.40 Komisarz Alex 25 (312) – serial krym., Polska 2026 16.35 Ranczo 10 (120) – serial obycz., Polska 17.35 Cztery pancerni i pies (8, 9) – serial wojenny, Polska KRYMINALNY	11.00 Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem (5) – dok., Wlk. Bryt. 12.05 Kosmos 1999 (18) 13.05 Opole – koncertowe wspomnienia (16) – cykl felietonów 13.20 Frankie i Johnny '92 – koncert 14.30 FILM Frankie i Johnny – film muzyczny, USA 1966, 95 min 16.05 Noce i dnie (11) 17.15 Niedziela 2... – kult. 18.10 Irena Santor. Magiczny jeden krok – film dokum., Polska 2024 19.15 Piosenki Władysława Szpilmana – koncert DRAMAT WOJENNY	6.30 Polska z góry 2 (8) 7.00 Miss mokrą podkoszulka – kom., Polska 2002, 65 min 8.05 FILM Alfa – dramat przyg., Szwajcaria/Holandia/Słowenia 2024, 130 min 10.15 Tim Burton: Potwór w kinie – film dokum., Francja 2025 11.30 FILM Peknięte lustro – film kryminalny, Wlk. Bryt. 1980, 130 min 13.40 Tunel – film katastrof., Norwegia 2019, 130 min 15.50 Zbrodnie na wybrzeżu (2-ost.) 17.45 FILM Michael Clayton – thriller, USA 2007, 145 min THRILLER	6.15 FILM Lilly i kangurek – film familijny, Australia 2025, reż. Kate Woods, 105 min 8.00 Zwierzaki na ratunek – anim., Kan./USA 2024, 85 min 9.25 P! Zmiennokształtni 2 – film familijny, Niemcy 2026, 100 min 11.05 FILM Kopnięci w czasie – komedia, Francja/Belgia 2025, 100 min 12.45 FILM Hollywood Buzz 13.10 FILM Jason Bourne – thriller, USA 2016, 120 min 15.10 FILM Dalej jazda! 2 – kom., Polska 2025, 105 min 16.55 FILM Piłka nożna: PKO BP LIVE Ekstraklasa – występ do meczu PIŁKA NOŻNA	7.35 FILM Małe kobietki – melodramat, USA 2019, 135 min 9.50 FILM Warzywno opowieści: Piraci, którzy nic nie robią – film animowany, USA 2008, 85 min 11.15 FILM Birdman – komediodramat, USA 2014, 115 min 13.10 FILM Lista – komedia, USA 2023, 95 min 14.45 FILM Teściowie 3 – kom., Polska 2025, 90 min 16.15 FILM Spider-Man: Uniwersum – anim., USA 2018, 115 min 18.10 FILM Wieżien labiryntu – thriller, USA/Kanada/Wielka Brytania 2014, reż. Wes Ball, 110 min HORROR KOMEDIOWY
20.00 FILM Maska Zorro – USA/Meksyk 1998, 180 min Legendarny szermierz szuka godnego siebie następcy. Zostaje nim złodziejaski Alejandro, który wkrótce zachwycuje się w córce gubernatora, pięknej Elenie. 23.00 FILM John Rambo – film sensacyjny, USA/Niemcy 2008, reż. Sylvester Stallone, 105 min 0.45 FILM Resident Evil: Ostatni rozdział – horror, Wielka Brytania/Francja/USA 2016, 130 min PRZYGODOWY	19.45 Ojciec Mateusz 31 (400-402) – Pol. 2024 Podczas prac domowych z Pączkiem Mateusz doznaje kontuzji. Tymczasem w San-donierzu pojawiają się byli więźniowie, którzy zostali niedo-gdy schwytani przez księdza. 22.35 Ranczo 10 (121, 122) 0.25 Rodzinka.pl (302, 303) – kom., Pol. 1.35 Korona królów. Jagiellonowie (17, 18) – telen. hist. 2.40 Erynie (10) – krym. 3.35 Londyńczyk (6) 4.35 Dom pod Dwoma Orlami (1) – obycz. KRYMINALNY	20.00 FILM Przeleżyci ocalonych – USA/Australia 2016, 145 min Rok 1942. Sanitariusz Desmond T. Doss podczas bitwy o Okinawę odmawia zabi-jania ludzi i noszenia broni. Na polu walki odznacza się jednak wielkim heroizmem. 22.25 TVP Kultura na Nowych Horyzontach – felieton, Polska 2026 22.45 FILM Silent Twins – dramat biograficzny, Polska/Wlk. Bryt./USA 2022, 125 min 0.50 Kulturalni (29) – mag. DRAMAT WOJENNY	20.10 FILM Wzpieg – Francja/Wielka Brytania/Niemcy 2011, 150 min Zimna wojna. George Smiley musi wytropić podwójnego agenta, który działa w szere-gach Mi6. Wśród podejrzanych są jego znajomi, Percy Alleline i Bill Haydon. 22.40 FILM Dom Glassów – dramat sensacyjny, USA 2001, 130 min 0.50 FILM Sala samobójców. Hejter – dram. obycz., Pol. 2020, 160 min 3.30 Minuta ciszy (5) 4.40 Warsaw Story 5.10 Powrót (5) – kom. THRILLER	17.25 LIVE PKO BP Ekstraklasa – mecz: Śląsk – Raków Ostatni raz zespoły te gra-ły ze sobą w grudniu ubiegłego roku w 1/8 finału Pucharu Polski. Wówczas 2:1 zwycię-żyli piłkarze z Częstochowy. 19.30 FILM Battleship: Bitwa o Ziemię – film s.f., USA/Japonia 2012, reż. Peter Berg, 130 min 21.40 FILM The Wasp – thriller, Wielka Brytania/USA/Finlandia 2024, 95 min 23.15 FILM Wściekłe psy – film sensacyjny, USA 1992, reż. Quentin Tarantino, 95 min PIŁKA NOŻNA	20.00 P! Oni cię zabija – USA 2026, 95 min Młoda kobieta zatrud-nia się jako pokojówka w apar-tamentowcu. Okazuje się, że oferta pracy była fikcyjna, a budynek jest w siedzibą sek-ty, która składa ofiarę z krwi. Niespodziewanie jednak zdo-byc stają się łowcą. 21.35 FILM No hej! – komedia, USA 2025, 95 min 23.10 FILM Uciekaj! – horror, Japonia/USA 2017, reż. Jordan Peele, 100 min 0.50 FILM La Grazia – dramat obyczajowy, Włochy 2025, 130 min HORROR KOMEDIOWY
AXN WHITE	WARNER TV	CANAL+ FILM	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 2 HD
6.05 FILM Sezon na misia – film animowany, 2006, 80 min 7.25 FILM Detektyw Murdoch 3 (8-12) – serial kryminalny 13.00 Rekrut (16-20) – krym. 18.00 Dowody zbrodni 3 (15-19) – serial kryminalny 23.05 FILM Hitch: Najlepszy doradca przeciętnego faceta – komedia romant., USA 2005, 145 min 1.30 FILM Jedź, mój miś, kochaj – melodramat, USA 2010, reż. Ryan Murphy, 170 min 4.20 FILM Sezon na misia – film animowany, 2006, 80 min 5.40 Blok promocyjny AXN White AXN WHITE	14.10 FILM Akademia policyjna 3: Powrót do szkoły – kom., USA 1986, 95 min 15.45 FILM Jackie Chan: Pierwsze uderzenie – film sensacyjny, USA/Hongkong/Ukraina 1996, 100 min 17.25 FILM Raport Pelikana – film sensacyjny, 1993, 175 min 20.20 FILM Dziwczynna, która uciekła: Historia Kary Robinson – dramat kryminalny, 2023, 100 min 22.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (9-11) – serial kryminalny, USA 0.45 FILM Uznany za niewinnego – film krym., 1990, 155 min WARNER TV	6.00 FILM Łapu capu – pr. rozrywk. 6.15 FILM Fuks – komedia sens., – kom., USA 1999, 85 min 7.40 FILM Gru i Minionki: Pod przykrywką – film animowany, 2024, 90 min 9.10 FILM Kawałek po kawalku – film anim., 2024, 95 min 10.45 FILM Łapu capu – pr. rozrywk. 11.00 FILM Kiler-ów 2-óch – komedia, Polska 1999, 115 min 12.55 FILM Masz ci losi! – komedia, Polska 2023, 85 min 14.20 FILM Zmierzchn – film fantasy, USA 2008, reż. Catherine Hardwicke, 120 min 16.20 FILM Łapu capu – pr. rozrywk. 16.30 FILM Peacock – thriller, USA 2010, reż. Michael Lander, wyk. Cillian Murphy, 90 min 18.00 FILM Krucjata Bourne'a – thriller, USA/Niemcy 2004, 105 min 19.45 FILM Łapu capu – pr. rozrywk. 20.00 FILM Gdy zgasną światła – film sens., 2024, 90 min 21.30 FILM Polanowie – dramat sensacyjny, 2025, 105 min 23.15 FILM 30 dni mroku – horror, 2007, 110 min 1.05 FILM To nie mój film – komediodramat, Polska 2024, 95 min 2.40 FILM Wiarołom – dramat obycz., Polska 2021, 80 min 4.00 FILM Pani od polskiego – dramat obyczajowy, Polska 2025, 120 min CANAL+ FILM	9.50 Naruto 3 (27, 28) – serial anime, Japonia 2003-2004 10.50 Naruto 4 (1) – serial anime, Japonia 2004 11.25 Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków (3) – serial dokumentalny, USA 2024 12.05 Cat's Eyes (3, 4) – serial przygodowy, Francja 2024 14.10 Łapu capu – program rozrywkowy 14.30 Premiera: Naruto 4 (2-4) – serial anime, Japonia 2004 16.00 Pisarze. Serial na krótko 2 (1) – serial komediowy, Polska 2021 16.15 The Office PL 3 (5-8) – serial komediowy, Polska 2023 18.25 Godzina zero (3, 4) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2025 20.00 Django (3, 4) – serial przygodowy, Fr./Wł. 2022 Jiri kupuje od Waltera platformę wiertniczą. Dla mieszkających New Babylon to szansa na poprawę losu. 22.00 Pieniądzy i krew (7, 8) – serial kryminalny, Francja/Belgia 2023 23.55 Scarlet Hill (7, 8) – serial kryminalny, Wietnam 2022 2.20 Moloch (1-3) – serial sensacyjny, Czechy 2025 CANAL+ SERIALE	6.00 FILM Sędziowie 2 (6) – dok. 7.00 FILM Chwila prawdy (9) – dok. 8.00 FILM Lotnikowie na wojnie (3) – dok., Wlk. Bryt. 2018 9.00 Porzucone konstrukcje (9) – serial dok., Wlk. Bryt. 10.00 Stalowe bestie z demobilu (1) – dok. 11.45 FILM Polska z góry: Stadion (1) – serial dok., Polska 2024 12.15 FILM Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa : Wierzyca Kraków – Lech Poznań 14.50 Dover 24/7 (2) – serial dok. 15.50 Speedshop: warsztat marzeń (5) – serial dokum. 17.05 Kolacja z Gavinem Rossdale'em (1) – dok. 18.00 Kolejny przez świat (3) 19.00 Co poszło nie tak 4 (6) – serial dok., Wlk. Bryt. 2024 20.00 Porzucone konstrukcje (10) – serial dok., Wlk. Bryt. 21.00 Projekt Fighter (5) 22.05 FILM Kiler – komedia sens., Polska 1997, 125 min 0.10 FILM Nieczysta gra: Skandal w biathlonie (1) – dok. 1.10 FILM Piłkarze na podsluchu (8) – serial dok., Polska 2022 2.00 FILM Polska z góry: Stadion (8) – serial dok., Polska 2024 2.35 FILM Przykrzykownicy. Podwójna gra (7) – dok. 3.45 FILM Zwierzęta Wajraka 3 (2, 3) – serial dok., Pol. 2022 4.55 FILM Pogotowie remontowe Wierzyca 3 (11, 12) – mag. CANAL+ 360 HD	11.35 FILM P.S. Kocham Cię – melodram., 2007, 125 min 13.40 FILM Ognie – thriller, Islandia 2025, 105 min 15.25 FILM Twórca – thriller s.f., USA 2023, reż. Gareth Edwards, 125 min 17.30 FILM Everest – film katastrof., Wielka Brytania/USA/Islandia 2015, 120 min 19.30 FILM Twój potwór – czarna komedia, USA/Wielka Brytania 2024, 100 min 21.10 FILM Zaginiona dziewczyna – thriller, USA 2014, reż. David Fincher, 145 min 23.35 FILM Prawa ludzi – film kryminalny, 2024, 95 min HBO 2 HD
AXN BLACK	POLSAT SERIALE	CANAL+ SERIALE	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 3 HD
6.00 FILM Seal Team 7 (2) – sens. 6.45 FILM CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6 (23, 24) – serial krym., USA/Kanada 8.15 FILM S.W.A.T. 7 (1-4) – sens. 12.05 Gwiezdne wrota 4 (10-14) – s.f., USA/Kan. 2000 17.05 MacGyver 2 (5-8) – serial akcji, USA 2017-2018 21.00 S.W.A.T. 7 (1-4) – serial sensacyjny, USA 2024 0.30 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6 (23, 24) – serial krym., USA/Kanada 2.25 MacGyver 2 (5-8) – serial akcji, USA 2017-2018 5.50 Blok promocyjny AXN Black AXN BLACK	6.00 FILM Gliniarze (226-228) – serial parokomediowy, Polska 2023 9.00 Niania (119-124) – serial komediowy, Polska 12.05 Miodowe lata (41-44) – serial komediowy, Polska 15.10 Co ludzie powiedzą? (29-31) – serial komediowy 17.05 Świat według Kiepskich (222-225) – kom., Pol. 2002 20.00 Poirot (1-3) – serial kryminalny, Wielka Brytania 23.25 FILM Strażnik Teksasu (5-8) – serial sensacyjny, USA 3.20 Święty (251) – serial komediowy, Polska 2022 4.05 FILM Strażnik Teksasu (3, 4) – serial sensacyjny, USA POLSAT SERIALE	6.00 FILM Łapu capu – pr. rozrywk. 6.15 FILM Fuks – komedia sens., – kom., USA 1999, 85 min 7.40 FILM Gru i Minionki: Pod przykrywką – film animowany, 2024, 90 min 9.10 FILM Kawałek po kawalku – film anim., 2024, 95 min 10.45 FILM Łapu capu – pr. rozrywk. 11.00 FILM Kiler-ów 2-óch – komedia, Polska 1999, 115 min 12.55 FILM Masz ci losi! – komedia, Polska 2023, 85 min 14.20 FILM Zmierzchn – film fantasy, USA 2008, reż. Catherine Hardwicke, 120 min 16.20 FILM Łapu capu – pr. rozrywk. 16.30 FILM Peacock – thriller, USA 2010, reż. Michael Lander, wyk. Cillian Murphy, 90 min 18.00 FILM Krucjata Bourne'a – thriller, USA/Niemcy 2004, 105 min 19.45 FILM Łapu capu – pr. rozrywk. 20.00 FILM Gdy zgasną światła – film sens., 2024, 90 min 21.30 FILM Polanowie – dramat sensacyjny, 2025, 105 min 23.15 FILM 30 dni mroku – horror, 2007, 110 min 1.05 FILM To nie mój film – komediodramat, Polska 2024, 95 min 2.40 FILM Wiarołom – dramat obycz., Polska 2021, 80 min 4.00 FILM Pani od polskiego – dramat obyczajowy, Polska 2025, 120 min CANAL+ SERIALE	9.50 Naruto 3 (27, 28) – serial anime, Japonia 2003-2004 10.50 Naruto 4 (1) – serial anime, Japonia 2004 11.25 Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków (3) – serial dokumentalny, USA 2024 12.05 Cat's Eyes (3, 4) – serial przygodowy, Francja 2024 14.10 Łapu capu – program rozrywkowy 14.30 Premiera: Naruto 4 (2-4) – serial anime, Japonia 2004 16.00 Pisarze. Serial na krótko 2 (1) – serial komediowy, Polska 2021 16.15 The Office PL 3 (5-8) – serial komediowy, Polska 2023 18.25 Godzina zero (3, 4) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2025 20.00 Django (3, 4) – serial przygodowy, Fr./Wł. 2022 Jiri kupuje od Waltera platformę wiertniczą. Dla mieszkających New Babylon to szansa na poprawę losu. 22.00 Pieniądzy i krew (7, 8) – serial kryminalny, Francja/Belgia 2023 23.55 Scarlet Hill (7, 8) – serial kryminalny, Wietnam 2022 2.20 Moloch (1-3) – serial sensacyjny, Czechy 2025 CANAL+ SERIALE	6.00 FILM Sędziowie 2 (6) – dok. 7.00 FILM Chwila prawdy (9) – dok. 8.00 FILM Lotnikowie na wojnie (3) – dok., Wlk. Bryt. 2018 9.00 Porzucone konstrukcje (9) – serial dok., Wlk. Bryt. 10.00 Stalowe bestie z demobilu (1) – dok. 11.45 FILM Polska z góry: Stadion (1) – serial dok., Polska 2024 12.15 FILM Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa : Wierzyca Kraków – Lech Poznań 14.50 Dover 24/7 (2) – serial dok. 15.50 Speedshop: warsztat marzeń (5) – serial dokum. 17.05 Kolacja z Gavinem Rossdale'em (1) – dok. 18.00 Kolejny przez świat (3) 19.00 Co poszło nie tak 4 (6) – serial dok., Wlk. Bryt. 2024 20.00 Porzucone konstrukcje (10) – serial dok., Wlk. Bryt. 21.00 Projekt Fighter (5) 22.05 FILM Kiler – komedia sens., Polska 1997, 125 min 0.10 FILM Nieczysta gra: Skandal w biathlonie (1) – dok. 1.10 FILM Piłkarze na podsluchu (8) – serial dok., Polska 2022 2.00 FILM Polska z góry: Stadion (8) – serial dok., Polska 2024 2.35 FILM Przykrzykownicy. Podwójna gra (7) – dok. 3.45 FILM Zwierzęta Wajraka 3 (2, 3) – serial dok., Pol. 2022 4.55 FILM Pogotowie remontowe Wierzyca 3 (11, 12) – mag. CANAL+ 360 HD	11.35 FILM P.S. Kocham Cię – melodram., 2007, 125 min 13.40 FILM Ognie – thriller, Islandia 2025, 105 min 15.25 FILM Twórca – thriller s.f., USA 2023, reż. Gareth Edwards, 125 min 17.30 FILM Everest – film katastrof., Wielka Brytania/USA/Islandia 2015, 120 min 19.30 FILM Twój potwór – czarna komedia, USA/Wielka Brytania 2024, 100 min 21.10 FILM Zaginiona dziewczyna – thriller, USA 2014, reż. David Fincher, 145 min 23.35 FILM Prawa ludzi – film kryminalny, 2024, 95 min HBO 3 HD

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD	COMEDY CENTRAL HD	TVN FABUŁA HD	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA STOPKLATKA DVB-T2
6.00 Twoja Twarz Brzmi Znajomo (179) – program rozrywkowy 8.00 Sąsiedzi (27, 28) – serial animowany 8.25 Była sobie Ziemia (17-19) – anim., Francja 10.00 Super Mario Bros: Film – film anim., Jap./USA 2023, 115 min 11.55 Kevin sam w domu – komedia, USA 1990, 145 min 14.20 Spider-Man: Bez drogi do domu – film przygodowy, USA 2021, 180 min 17.20 Hobbit: Niezwykła podróż – film fantasy, USA/Nowa Zelandia 2012, reż. Peter Jackson, 220 min	6.00 Tata ma plan 4 (10-13) – serial kom. 8.00 Tata ma plan (1) – serial komediowy 8.30 Teoria wielkiego podrywku 11 (1-10) – kom., USA 2016-2017 9.25 Teoria wielkiego podrywku (11-10) – serial komediowy 13.30 Przyjaciele (13, 14) – serial komediowy 14.30 Duchy (9, 10) – serial fantasy 15.20 Mr. & Mrs. Smith – komedia sensacyjna, USA 2005, 150 min 17.50 Dwaj zgrzyliwi tetrycy – komedia, USA 1993, reż. Donald Petrie, wyk. Jack Lemmon, 130 min	5.05 Szkoła (805) – serial paradokum. 6.00 Szkoła filmowa (2) 6.30 Najpiękniejsza muzyka filmowa (8) 6.50 Artyści (4) – pr. rozr. 7.45 Prawo Agaty 6 (7, 8) – serial obycz., Polska 9.45 Step Up: Taniec zmysłów – film muz., USA 2006, 130 min 11.55 Kochaj i tańcz – komedia romant., Polska 2008, 160 min 14.35 Nigdy w życiu! – komedia romant., Polska 2004, 135 min 16.50 Harry Potter i kamień filozoficzny – film przyg., USA/Wielka Brytania 2001, 190 min	6.10 Falszerstwo (4) – serial kryminalny, Francja 2025 6.55 Zabójstwo w lesie Broceliande – thriller, Francja 2016, reż. Vincent Giovanni, 120 min 8.55 Mentalista 4 (1-10) – serial kryminalny, USA 2011, wyk. Simon Baker, Robin Tunney 18.05 Niewidomy detektyw (8) – serial kryminalny, Austria/Niemcy 2023 W regionie znanym z winiarni został porwany młody mężczyzna. Jego matce bardzo zależy na opłaceniu okupu.	6.50 Och! Kabaret (2) 7.45 Polska Kronika Filmowa – serial dok. 8.15 Przygody Myszy (3, 4) – serial anim. 8.35 Bolek i Lolek na wakacjach (7, 8) 8.55 Reksio (22) – anim. 9.10 W pustyni i w puszczy – film przyg., 2001, 155 min 11.45 C.K. Dezerterzy (1/2, 2-ost.) – komedia, Polska/Węgry 1985, 200 min 15.05 Stara baśń – film kostiumowy, 2003, reż. Jerzy Hoffman, 150 min 17.35 Bitwa pod Wiedniem – dramat historyczny, Polska/Włochy 2012, 145 min	6.00 Komisarz Rex 4 (18-20) – serial krym., Niem./Austria 1999 8.55 Komisarz Rex 5 (1) – krym., Niem./Austria 9.55 Hudson i Rex 2 (14-16) – krym., Kan. 12.55 Robin z Sherwood (6) – serial przygodowy 14.00 Smoking – komedia sensacyjna, USA 2002, reż. Kevin Donovan, 125 min 16.05 Kosmiczne jaja – komedia s.f., USA 1987, reż. Mel Brooks, wyk. Daphne Zuniga, Bill Pullman, 115 min 18.00 Brunet wieczorową porą – komedia obyczajowa, Polska 1976, 120 min
THRILLER SF	KOMEDIA	PRZYGODOWY	KRYMINALNY	BIOGRAFICZNY	THRILLER
21.00 Klasyczna niedziela: Znaki – USA 2002, 130 min Na polu należącym do pastora pojawiają się dziwne symbole. W okolicy dochodzi do zdarzeń sugerujących pozaziemską ingerencję. 23.10 Wojna żeńska-męska – komedia, Polska 2011, 140 min 1.30 Ślad (44, 45) – serial krym., Pol. 2018-2019 3.30 Gliniarze (355, 356) – serial paradokum. 5.30 Na ratunek 112 (887) – serial paradokum-mentalny, Pol. 2024	20.00 Agent XXL – USA/FILM Niemcy 2000, 125 min Malcolm ściga niebezpiecznego zbiega. Zastawia na niego pułapkę w domu staruszki Hattie. Kiedy korupulentna seniorka wyjeżdża, śledczy się na nią wybiera. 22.05 The Office PL 4 (2, 3) – serial kom., Pol. 2024 23.05 Comedy Club (2, 3) 0.05 Miasteczko South Park 4 (6-9) – serial anim. dla dorosłych 2.00 Pracochłocy 5 (8-11) – serial komediowy 4.00 Śmieszniej nie będzie 2 (19-22)	20.00 Harry Potter i Komnata Tajemnic – USA/Wlk. Bryt./Niem. 2002, 210 min W Hogwarcie wciąż czai się zło. Na ścianie pojawia się budzący grozę napis. Harry oraz jego przyjaciele, Ron i Hermiona, wspólnie stawiają czoło mrocznej sile. 23.30 Blade, Wieczny łowca – horror, USA 1998, 145 min 1.55 Morderstwo doskonałe – thriller, USA 1998, 130 min 4.05 Ukryta prawda (1387) – paradok., Pol.	20.00 Morderstwo na Wypasch Lerynskich – Francja 2023, 120 min Na Saint-Marguerite odnaleziono ciało producenta filmowego. Mężczyzna zginął od ciosu w głowę. Komendant Laure Castaldi zostaje przydzielona do tej sprawy. 22.00 Morderstwo w Pont-Aven – krym., Francja 2022, 120 min 0.00 Tajemnice chóru – film kryminalny, Francja 2020, 120 min 2.00 Kobra – oddział specjalny (3) – sens.	20.00 Anna German. Tajemnica białego anioła (9, 10) Rok 1972. Na tournée w ZSRR Anna zdobywa ogromną popularność i Rosjanie proponują jej obywatelstwo. German odmawia. W 1975 roku rodzi syna. 22.15 Wygrany – dramat obyczajowy, Polska/USA/Szwajcaria 2011, 150 min 0.45 Bo we mnie jest seks – film biograf., 2021, 145 min 3.10 Obudź się – dramat obycz., 2022, 100 min	20.00 Bez przedawnienia – USA 2002, 145 min Prawniczka Claire walczy o uniewinnienie swojego męża – byłego żołnierza oskarżonego o udział w zbrodni. Wspiera ją były wojskowy adwokat, Grimes. 22.25 Najlepsi z najlepszych 4: Bez ostrzeżenia – sens., USA 1998, 100 min 0.05 Anna German (1, 2) 2.35 Historie miłosne – film obyczajowy, Polska 1997, 100 min 4.15 Kabaretowe hity (1) 5.30 Wskrzeszenie
CINEMAX HD	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD	SCI FI	FX	FILMBOX+ ONE HD	ROMANCE TV HD
10.15 Megalomani – komediomediat, 2025, 105 min 12.00 Tożsamość Bourne'a – thriller, 2002, 115 min 13.55 Witamy na Hawajach – komedia romantyczna, USA 2015, 105 min 15.40 Motyl i skafander – dramat biograficzny, Francja/USA 2007, 110 min 17.30 Tenet – thriller s.f., USA/Wlk. Bryt. 2020, 150 min 20.00 Challengers – dramat obyczajowy, 2024, 130 min 22.10 Ex Machina – dramat s.f., Wlk. Bryt. 2014, 110 min 0.00 Fargo 4 (3, 4) – serial krym.	6.00 Graczykowie (20-24) 8.30 Świat według Kiepskich (10-15) – serial kom., Polska 11.30 Bob kocha Abishole (11-16) – serial komediowy 14.30 Święty (14-18) – kom., Pol. 17.00 Świat według Kiepskich (11-15, 1-3) – serial kom. 21.00 Co ludzie powiedzą? 2 (5, 6) – kom., Wlk. Bryt. 1991 22.25 Jedną nogą w grobie 5 (6) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.05 Jedną nogą w grobie 6 (1, 2) – kom., Wlk. Bryt. 1994 0.30 Czarna Żmija 3 (1, 2) 2.00 Grono nie-pedagogiczne 3 (16-20) 4.30 Comedy Club 4 (8-10)	14.40 Podziemny wstrząs – film katastroficzny, Wielka Brytania/USA 2024, 110 min 16.30 "Odyseja" – Jak powstała epos? 17.00 Anakondy: Polowanie na krwawą orchideę – film sens., 2004, 125 min 19.05 183 metry strachu – thriller, USA 2016, 115 min 21.00 DOA: Żywy lub martwy – film przyg., USA/Niem./Wlk. Bryt. 2006, 110 min 22.50 Ciche miejsce – horror, USA 2018, 115 min 0.45 "Odyseja" – Jak powstała epos? 1.15 Bibliotekarze 2 (6-10)	8.40 Agenci NCIS: Sydney (3, 4) – krym., Australia/USA 10.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (18-20) – krym., USA 13.15 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (14, 15) 15.05 Z archiwum X (12, 13) 16.55 The Hunting Party (2) 17.50 Faceli w czerni 2 – kom. s.f., USA 2002, 100 min 19.30 Anakondy: Polowanie na krwawą orchideę – film sens., 2004, 125 min 21.35 Anioły i demony – thriller, FILM USA 2009, 165 min 0.20 Bad Boys – komedia 1.15 Scenariusz , 1995, 145 min 2.45 Zabójcze umysły (1, 2)	9.40 Pan Wołodyjowski – film hist., Polska 1968, 190 min 12.50 Wciąż ją kocham – melodram., 2010, 130 min 15.00 Bitwa o Anglie – dramat wojenny, Wielka Brytania 1969, 165 min 17.45 RoboCop – film s.f., USA 2014, reż. José Padilla, wyk. Joel Kinnaman, 135 min 20.00 Rob Roy – przyg., USA/Wlk. Bryt. 1995, 175 min 22.55 Walkiria – dramat wojenny, 2008, 155 min 1.30 Oddział Delta 2 – film sensacyjny, 1990, 140 min 3.50 Prowokacja – film sensacyjny, 2005, 120 min	12.05 Toni akuszer – Szczęście innych – film obyczajowy, Niemcy 2024, 115 min 14.00 Zabójcze tropiki (7, 8) 16.15 Tajemnica Karaimów – dramat obyczajowy, Niemcy 2004, 110 min 18.05 Lato na Long Island – komedia romantyczna, Niemcy 2009, 115 min 20.00 Lato na Mazurach – film obyczajowy, Niemcy 2015, reż. Karola Meeder, 115 min 21.55 Lato na Istrii – film obycz., Niemcy 2021, 115 min 23.50 Lena Lorenz: Za kratami – dramat obyczajowy, Niemcy 2021, 115 min
CINEMAX 2 HD	VIAPIC EPIC DRAMA HD	NOVELAS+ HD	FX COMEDY HD	FILMBOX+ HITS HD	PARAMOUNT NETWORK HD
13.40 Tawa przysięgłych – dramat obyczajowy, USA 2003, 125 min 15.45 Zaraza – dramat obyczajowy, Bułgaria 2023, reż. Ivan Vladimirov, 105 min 17.30 Delikatne liście – film obycz., Belgia 2025, 100 min 19.10 Jutro o świcie – dramat obyczajowy, Islandia/Hol./Chorwacja 2024, 80 min 20.30 Tamte dni, tamte noce – melodramat, Wł./Francja/Brazylia 2017, 130 min 22.40 Dźwięki miłości – dramat obycz., Hiszp. 2025, 100 min 0.20 Suche utępienie – dramat obyczajowy, 2024, 90 min	10.55 Poirot 3 (8-10) – krym. 14.10 Poirot 5 (1) – serial krym. 15.15 Dalgliesh 2 (1) – krym. 17.15 Inspektor George Gently 7 (4) – serial krym. 19.10 Projekt Błękitna Księga (10) – serial s.f., Kanada/USA 20.00 Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (8) 21.00 Morderstwo w małym mieście (4) – krym., Kan. 22.00 Marlow: klub zbrodni (4) 23.00 Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (8) 23.55 Detektyw Murdoch 19 (7) – krym., Kan./Wlk. Bryt. 0.50 Detektyw Murdoch 18 (16-20) – serial kryminalny	5.00 Historia Juany (56-60) – telenowela, Meksyk 2024, wyk. Camila Valero 10.00 Otchłań namietności (129-133) – telenowela, Meksyk 2012 15.00 Róża i grzechy (28-32) – telenowela, Turcja 2025, wyk. Murat Yildirim 20.00 Sieroty ziemi (3, 4) – telenowela, Brazylia 2019, wyk. Julia Dalavia 22.00 Za wszelką cenę (99-103) – telenowela, Brazylia 2025, wyk. Paola Oliveira 3.00 Sieroty ziemi (3, 4) – telenowela, Brazylia 2019, wyk. Julia Dalavia	7.30 Diabli nadali (15-19) 10.30 Sposób użycia (1-5) 12.30 Simpsonowie 32 (7-10) 14.30 Wszyscy kochają Raymonda 8 (17-23) 18.00 Truman Show – komediomediat, USA 1998, 130 min 20.10 Epoka lodowcowa 4: Wędrowni kontynentów – film animowany, 2012, 105 min 21.55 Straszny film 2 – horror komediowy, 2001, 95 min 23.30 Wszyscy kochają Raymonda (6-8) – kom. s.f. 1.00 Família Guy: Głowa rodziny 20 (3, 1, 4, 2, 6-9)	12.15 Spencer – dramat obyczajowy, 2021, 130 min 14.25 Jak kochać się z D – komedia, Wielka Brytania 2019, 105 min 16.10 Zaginiona – thriller, USA 2012, 110 min 18.00 Scenariusz na miłość – komedia romantyczna, USA 2014, 120 min 20.00 Powrót Bena – dramat obyczajowy, 2018, 115 min 21.55 Ostatni gliniarz – komedia kryminalna, Niemcy 2019, 110 min 23.45 Diabelska przełęcz – dramat kryminalny, USA 2013, 125 min	12.05 Naga broń: Z akt Wydziału Specjalnego – kom. krym., 1988, 115 min 14.00 Naga broń 2 1/2 – kom. s.f., USA 1991, 110 min 15.50 Naga broń 33 1/3 – kom. s.f., USA 1994, 100 min 17.30 Bumblebee – film s.f., Chiny/USA 2018, reż. Travis Knight, 150 min 20.00 Uprowadzona – film sens., Francja 2008, 120 min 22.00 Człowiek w ogniu – dramat sensacyjny, USA/Wlk. Bryt. 2004, 175 min 0.55 Ciche miejsce – horror, USA 2018, 115 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD	POLSAT SPORT 1 HD	CANAL+ SPORT HD	TVP SPORT	ELEVEN SPORTS 1 HD	Discovery DISCOVERY CHANNEL HD
8.00 Snooker: Turniej Shanghai Masters – finał 11.00 Lekkoatletyka: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 6. dzień 12.30 Kolarstwo: Tour of Denmark – 4. etap 13.30 Kolarstwo: Tour of Denmark – 5. etap 15.30 Cycling Show – magazyn sportowy 15.45 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 2. etap 18.30 Kolarstwo górskie: Mistrzostwa Europy – Monteceneri 2026 – cross-country kobiet	6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – półfinał 8.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – studio 8.45 Siatkówka mężczyzn: LN – mecz o 3. miejsce 11.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – studio 12.45 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – finał 15.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – studio 17.00 Sporty walki: UFC Fight Night – walka: Uros Medic – Daniel Rodriguez 01.08.2026	6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Korona Kielce – Górnik Zabrze 8.20 Liga+ – magazyn piłkarski 9.30 Wysoki Pressing – magazyn sportowy 11.00 Na pierwszym planie (2) – dok., Pol. 11.40 1 na 1 Extra – magazyn sportowy 12.40 Bohater z Cienia – dok., Polska 13.15 Liga+ – mag. piłkarski 14.30 Wysoki Pressing – magazyn sportowy 16.10 Speedway+ – magazyn sportowy 16.45 Żużel: PGE Ekstraliga: Falubaz – PRES Grupa Deweloperska Toruń	5.55 Sportowy wieczór – program informacyjny 6.30 Kolarstwo kobiet: Tour de Pologne – podsumowanie 7.55 Piłka nożna: Betclit 1. Liga – mecz: Arka Gdynia – Stal Rzeszów 10.05 Kamera TVP Sport 10.45 Wioslarstwo: Mistrzostwa Europy – Varese 2026 – 2. dzień – finały 13.50 Skoki narciarskie: Letnie Grand Prix w Wiśle W zeszłym roku jeden z konkursów w Wiśle wygrał Maciej Kot. Który z Polaków błysnie tym razem?	6.00 Najlepsi pomocnicy Bundesligi lat 90. – magazyn piłkarski 6.45 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski 7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: VfL Wolfsburg – FC Bayern Monachium 9.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Parma Calcio 1913 11.00 Formula 3: Grand Prix Węgier 12.30 Formula 2: Grand Prix Węgier 14.00 Formula 1: Grand Prix Węgier 16.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Torino FC – Inter Mediolan	7.00 Najniebezpieczniejszy zawodnik świata 22 – dok. 8.00 Rolnicy w akcji (4) 9.00 Złomowisko PL 4 (4, 5) – serial dokum. 11.00 Poza cywilizacją (2) 12.00 Bracia Collins biorą się do roboty (1) 13.00 Cieźarówką przez Afrykę (8) – dok., Pol. 14.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 – serial dok. 15.00 Złoto drwali – dok. 16.00 Zawodowcy (2) 17.00 Nic do ukrycia 2 (2) – serial dok., Pol. 2022 18.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (11) – dok. 19.00 Celnicy na straży Niemiec (5) – dok.
SNOOKER	SIATKÓWKA MĘŻCZYZN	ŻUŻEL	PIŁKA NOŻNA	PIŁKA NOŻNA	DOKUMENTALNY
20.30 Turniej Shanghai Masters – mecz finałowy Zwycięzca tego pojedynku wróci do domu bogatszy o 210 tysięcy funtów. 22.30 Biegi górskie: GT World Series – Pitztal 23.00 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 2. etap 0.00 Poker: World Series – Las Vegas 2.00 Kolarstwo górskie: ME – Monteceneri 2026 – cross-country 3.30 Snooker: Turniej Shanghai Masters	19.00 Liga Narodów – mecz finałowy Czas na mecz o złoty medal tej edycji rozgrywek. Rok temu zdobyła go reprezentacja Polski, która w trzech setach pokonała Włochów. 21.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – mecz 1. rundy 23.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – mecz 1. rundy 1.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – mecz 1. rundy 3.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – 1. runda	19.15 PGE Ekstraliga – mecz: Unia Leszno – GKM Grudziądz Zawodnicy Unii są żadni rewanżu za porażkę 40:50 w poprzednim spotkaniu tych zespołów. 21.30 Magazyn PGE Ekstraliga – mag. 23.10 Sporty walki: ONE Friday Fights 164 0.20 Premier League Stories (51) – mag. 1.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: GKS Katowice – Radomiak 3.25 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA	17.00 PKO BP Ekstraklasa: Śląsk Wrocław – Raków Częstochowa Drużyna gospodarzy po roku powróciła do najwyższej klasy rozgrywkowej. 20.15 Kolarstwo: Tour de Pologne – prezentacja ekip 22.00 Sportowy wieczór 22.30 Skoki narciarskie: Letnie GP w Wiśle 0.20 Skoki do wody: ME – Paryż 2026 – trampolina 3 m synchronicznie drużyn mieszanych, trampolina 1 m kobiet	18.00 Liga niemiecka: Bayern – 1. FC Köln Monachijczycy wierczą sezon, w którym udało im się zdobyć 35. mistrzostwo w klubowej historii. 20.00 Made in Italy (20, 19) – magazyn piłkarski 20.40 Formula 1: GP Węgier 22.40 Ligue 1 Show (35) 23.20 Serie A Season Preview – mag. 0.25 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag. 1.15 GP Confidential 1.45 F2: Chasing the Dream	20.00 Akta ekspedycji 2: Groźne prognozy Josh stara się rozwiązać zagadki związane z ekstremalnymi zjawiskami pogodowymi. Odkrywa m.in. tajemnice arktycznej bazy z czasów zimnej wojny. 21.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 – serial dok. 22.00 W oku cyklona: Łowcy burz – dok. 23.00 Celnicy na straży Niemiec (5) – dok. 0.00 Nagi instynkt: Przetwarzanie: Mistrzostwa świata
EUROSPORT 2 HD	POLSAT SPORT 2 HD	CANAL+ SPORT 2 HD	EXTREME CHANNEL HD	ELEVEN SPORTS 2 HD	life DISCOVERY LIFE HD
12.00 Formula E: ePrix Japonii – podsumowanie 13.00 Snooker: Turniej Shanghai Masters – mecz finałowy 13.30 Snooker: Turniej Shanghai Masters – mecz finałowy 14.45 Skoki narciarskie: Letnie Grand Prix w Wiśle 16.30 Snooker: Turniej Shanghai Masters – mecz finałowy 17.00 Motocross: MS w Lommel – 2. wyścig w klasie MXGP 18.00 Formuła E: ePrix Japonii – 2. wyścig 19.00 Golf: Rocket Classic – finał 0.00 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 2. etap	7.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – kwalifikacje 9.00 Siatkówka plażowa: Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Swinoujściu 11.00 Cafe Futbol 13.00 Siatkówka plażowa: Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Swinoujściu 17.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – 1. runda 19.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – 1. runda 21.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – finał 23.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – finał 1.00 Sporty walki	8.20 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – mecz półfinałowy gry pojedynczej 10.40 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – półfinał 13.00 Padel: Turniej Premier Padel w Pretorii – finał kobiet i finał mężczyzn 17.30 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – półfinał 19.45 8 wspaniałych (5) – dok. 20.30 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – finał 23.00 Padel: Turniej Premier Padel w Pretorii – mecz finałowy kobiet 1.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa	6.00 Beyond The Beaten Path (1, 2) – serial dokumentalny 8.00 KPW Kombit TV (11) – program sportowy 9.00 WWE Classic Gold (11) – program sportowy 10.00 AEW Dynamite (2630) – program sportowy 12.00 AEW Collision 2 (2630) 14.00 AEW PPV (11) 19.00 WWE Classic Gold (55, 44) – program sportowy 20.30 WWE Highlights (49) – program sportowy 21.00 PTW Wrestling (8, 9, 11) – program sportowy 3.00 Action Sports World (1-3) – magazyn sportowy	9.15 Bundesliga Special (22) 10.00 Piłka nożna: Liga portugalska: AVS Futebol – FC Porto 12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Mainz – Bayern 14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Cagliari 16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: VfL Wolfsburg – Bayern 18.00 Formula 1: GP Węgier 20.00 Piłka nożna: Liga włoska: SS Lazio – Inter 22.00 Ligue 1 Season Review 23.00 Bundesliga Special (21) 0.00 Piłka nożna: Liga portugalska: mecz: FC Porto – CD Santa Clara	10.30 Pojedynek na modę (5) 11.15 Megasknery 2 (10) – dok. 12.15 Raj za pół ceny (1) – rozr. 12.45 Klinika bez tajemnic (10) 13.45 Powrót doktora Szczyty 15.45 Jak to robią zwierzęta? 16.15 Misja ratunkowa (3, 4) 17.15 Wycieczki (9) 18.45 W czym do ślubu? (1, 2) 19.45 Salon sukien ślubnych: Dubaj (1, 2) – pr. rozrywk. 20.45 Szokujące sekrety rodzinne (1) – serial dok. 21.45 Rodzina wielkiej wagi 22.45 Historie wielkiej wagi 0.45 Sekrety lekarzy (10) 1.45 Sekrety chirurgii (5) 2.45 Szpital (379, 380)
POLSAT SPORT FIGHT HD	POLSAT SPORT 3 HD	CANAL+ SPORT 3 HD	ELEVEN SPORTS 4 HD	ELEVEN SPORTS 3 HD	CANAL+ DOKUMENT HD
14.45 Boks: Rocky Boxing Night w Żukowie – waga ciężka: K. Meyna – K. Twardowski 17.45 Z archiwum ESPN – mag. 18.30 Sporty walki: Babilon MMA 52 w Nowym Targu: K. Mendlewski – M. Skrzek 20.40 Sporty walki: One PUNCH w Ostrowcu Świętokrzyskim: Adrian Guria – Rafael Hudson 21.55 Sztrzelnica Navala (3) 22.30 Boks: Gala w Kościerzynie – waga ciężka: Nikodem Jeżewski – Jakub Sosiański 0.35 Sporty walki: FEN 54 w Pile: Gracjan Wysocki – Maksim Grabovich	13.00 Piłka ręczna plażowa: Mistrzostwa Polski – Tczew 2026 13.40 Piłka ręczna plażowa: MP – Tczew 2026 – mecz o 3. miejsce kobiet i mecz o 3. miejsce mężczyzn 15.10 Piłka ręczna plażowa: MP – Tczew 2026 – finał kobiet i finał mężczyzn 17.50 Piłka nożna: Superpuchar Holandii – mecz: PSV Eindhoven – AZ Alkmaar 20.30 Sporty walki: UFC Fight Night – walka: Uros Medic – Daniel Rodriguez 0.30 Siatkówka mężczyzn – mecz finałowy	11.10 Ligomistrzowe historie 11.55 Speedway+ – mag. 12.30 Żużel: Metalkas 15.00 Żużel: Metalkas 17.30 Bohater z Cienia – dok. 18.10 Wysoki Pressing – mag. 19.50 Sporty walki: ONE Friday Fights 164 22.00 Boks: BKFC Fight Night: Newcastle: Lewis Garside – Bradley Taylor 23.15 Magazyn PGE Ekstraliga – magazyn żużlowy 1.00 Ligomistrzowe historie (3) – magazyn piłkarski	12.45 Bundesliga Clubs 12.30 Made in Italy 14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: 1. FC Köln – 1. FC Heidenheim 16.00 Piłka nożna: Liga francuska – Multiplex 18.00 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag. piłkarski 18.40 Bundesliga Special (21) 19.35 Podróż do świata Calcio – magazyn piłkarski 20.00 Piłka nożna: Liga portugalska: Sporting – Gil Vicente 22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Milan – Atalanta 0.00 Goal Arena Bundesliga	12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Sassuolo – Milan 14.00 Piłka nożna: Liga francuska – Multiplex 16.00 Bundesliga Special (21) 17.00 Serie A – mag. piłkarski 18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Napoli – Bologna 20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Eintracht 22.00 Piłka nożna: Liga francuska – Multiplex 0.00 Najszybsze gole Bundesligi – mag. piłkarski 0.15 Dramatyczne rzuty karne – magazyn piłkarski 0.30 Najlepsze gole Bayernu Monachium – mag.	10.05 Polska z góry 4 (5-7) 11.40 Maria Callas. Nieznane lata – film dokum., Grecja 13.30 Sekretne życie lasów mangrowych (1) – dok. 14.30 W stronę słońca – dok. 16.10 Czy AI odkrywa internet? 17.10 Prost (4-6) – serial dok., Fr. 18.55 Dwadzieścia lat później: C.K.O.D.3 – film dok., Pol. 20.10 Walka o Jerozolimę 21.10 Spowity tajemnicą 22.10 Matterhorn: Śmiercionośny szczyt 23.10 Szkoda, że nareszcie 0.50 Kui Buri. Ukryty raj w Tajlandii – film dokum. 1.50 O co biega? (22) – mag.

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB T2	TVP HISTORIA DVB T2	HISTORY HD
6.00 Tajemnice ładowania na Księżycu (1, 2) – serial dokumentalny 8.00 Zoom na architekturę 10.00 Jak to jest zrobione? – dok. 12.00 Zwykłe rzeczy, niezwykle wynalazki 15 – dok. 14.00 Pogromka mitów w akcji – serial dok. 16.00 Jak działa wszechświat? – dok. 18.00 Jak to jest zrobione? – dok. 20.00 Wyprawa w nieznanne 10 – serial dokumentalny 21.00 Wyprawa w nieznanne 9 – dok.	6.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet – serial dokumentalny, USA 2024 8.00 Ciało w piwnicy – serial dokumentalny, USA 2024 10.00 Tylko martwi znają prawdę: Anioły diabła; Nasze sekrety – serial dokumentalny 12.00 Śmierć w cieniu stadionu – serial kryminalny, USA 2022 14.00 W sieci kłamstw – serial dokumentalny, USA 2021 16.00 Zbrodnia w sąsiedztwie 2 (12) – serial dokumentalny, USA 2011-2012	10.00 Niszczycielskie żywioły (5) – dok. 11.00 Porzucone konstrukcje (5) 12.00 Stacja Amsterdam (5) – serial dok., Hol. 13.00 O czasie i wodzie 15.00 Inkowie: Powstanie i upadek imperium (1) – dok., Wlk. Bryt. 16.00 Starożytne konstrukcje (4) 17.00 Wojna z ZSRR: Wielkie konstrukcje III Rzeszy (3) – film dokum., Kanada 2018 18.00 Hitler: Zaginione taśmy III Rzeszy (3) 19.00 UFO: Przelomowe śledztwa (3) – dok. 20.00 CIA: Tajemnice i szpiegdy (5) – dok.	6.00 Wehikuł czasu (802) – program informacyjny 6.05 48h. Zaginięni (47) – serial krym., Polska 7.00 Rolnicy. Podlasie (5, 6) – serial dokum. 9.00 Działkowcy (7, 8) – serial dok., Pol. 2021 11.00 Z klimatem i z pasją (11) – program publicystyczny 11.30 Wojny magazynowe (13-17) – reality show 14.00 Gwiazdy lombardu 25 (17) – reality show 15.00 Przygody poszukiwaczy złota (1, 2) – serial dokum., Australia 2022	11.05 Po złoto 12.20 Wszystkie kolory świata – dok., Francja 13.25 Wędrowni szlakami granicznymi (1) 14.20 Kurier – film hist., Polska 2019, 120 min 16.20 Puszczky mszarny. Duch polskich bagien 16.35 Tutanchamon: życie, śmierć i dziedzictwo (2) 17.30 Blisko, coraz bliżej (19) – obycz., Pol. 1986 19.00 Powstanie warszawskie w dokumentach – film dok., Pol. 1994 20.05 II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa (5)	10.10 Gwiazdy lombardu 25 (5, 6, 19) – reality show 13.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (1) – serial dok., USA 14.00 Piątka z historii (2) 14.25 David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (8) – dok. 15.20 Starożytni kosmici 17 (14) – dok. 16.10 Tajemnice zaginionych miast (2): Pompeje 17.10 Jak Hitler przegrał wojnę (1, 2) – dok. 19.05 Starożytni kosmici 13 (17, 21) 21.00 David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (4) – dok.
DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DRAMAT WOJENNY	DOKUMENTALNY
22.00 Pojedynki wizjonerów Stalowy magnat Andrew Carnegie oraz król węgla Henry Clay Frick konsolidują siły, aby zbudować największe imperium przemysłowe amerykańskiego „wieku pociągów”. 23.00 Poszukiwacze dinozaurów – dok. 0.00 Tajemnice ładowania na Księżycu (3, 4) 2.00 Autostrada spotkań z UFO – serial dok. 4.00 Zwykłe rzeczy, niezwykle wynalazki 15 – dok.	18.00 Żyjąc z potworem: Muszę to zrobić; Moja pokrecona siostra – USA 2018 Tim Kreider odkrywa, że jego syn popełnił zbrodnię. Wie, że musi to zgłosić na policję. Widzowie przekonają się, do czego zdolny jest ojciec, który pragnie chronić dziecko. 20.00 Zabójczy blond 2 – serial dok., USA 2025 21.00 Śmierć na schodach (1-3) – serial dok., USA 0.00 Życie w cieniu śmierci – serial dok. 1.00 Śmierć na schodach (1-3) – serial dok., USA	21.00 Pompeje: Podróż w czasie z Tomem Hiddlestonem Aktor wpada na trop dowodów, które rzucają nowe światło na wiedzę dotyczącą dramatycznych wydarzeń w Pompejach. Zdradzi również, kto zdołał ocalać erupcję Wezuwiusza. 22.00 Katastrofa w przestworzach (2, 3, 6, 4) – dok., Kan. 2.00 Alaska: Następne pokolenie (9, 10) – serial dokumentalny 4.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy (4) – dok.	17.00 Rolnicy. Podlasie (28-31) – Polska 2026 W Bronowie Jarek świętuje zakup długo szukanego ciągnika. Razem z Agnieszka i Wiktorią przygotowuje ogiera do wystawy. 21.00 Podróż Gienka i Jastrzębia (1, 2) – serial dokum. 22.00 Świat według Kim Dzong Una 23.00 Pogromcy mafii (7) 0.00 Największe śledztwa CBŚ (7) 1.00 Rolnicy. Podlasie (23-26) – serial dok. 5.00 Kolowrotek (10, 11)	21.05 Kanał – Polska 1956, reż. Andrzej Wajda, wyk. Tadeusz Janczar, 105 min Pierwszy film o tragedii powstania warszawskiego. Walcząca na Mokotowie kompania „Zadry” schodzi do kanałów, przechodząc do Śródmieścia. 22.50 Godzina „W” – film wojenny, Polska 1979, 95 min 0.25 Zagadka Heweliusza – film dokum., Polska 2025 1.25 Blisko, coraz bliżej (19) – obycz., Pol. 1986	22.00 Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2 (20) Twórcy programu przyglądają się kolejnym sensacyjnym odkryciom. Badają m.in. niepozorną ramkę, w której został ukryty egzemplarz Deklaracji Niepodległości. 23.00 Starożytni kosmici 17 (8, 9) 0.50 Starożytni kosmici 13 (21) – dok. 1.50 Jak Hitler przegrał wojnę (1, 2) – dok. 3.40 Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (1) – serial dok., USA
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
9.00 Wyścigi po antyki – dok. 10.00 Przetrwaj (6, 5) – dok. 12.00 Podziemne sekrety 13.00 Walka o bagaż (13) – dok. 13.30 Skarby z szopy (1) – dok. 14.00 Brudne skarby – dok. 15.00 Zoom na architekturę 17.00 Zaginione miejsca – dok. 18.00 Pogromka mitów w akcji – serial dok., USA 19.00 Wstęp wzbroniony (2, 5) 20.00 Legendarne miejscowości 22.00 Akta ekspedycji – dok. 23.00 Nawiedzona Irlandia 0.00 Spotkania z obcymi: fakty czy mity (1) – dok. 1.00 Hazardziści – serial dok. 2.00 Było, nie było (8) – dok.	13.35 Pod ciśnieniem. Śledztwo w sprawie Ryanaira – film dokum., Fr. 14.40 Świat według termitów 15.50 Wytanek. W jakim stanie jest Kościół? (2) 16.55 Udowodnić teorię względności – film dok. 18.00 Dokąd dzisiaj? 4 18.40 Polska z góry 9 (10) – dok. 19.10 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace (1) – dok. 19.45 Venus i Serena. Tenisowa rewolucja 20.50 Bestie ze Złego – dok. 22.35 Superheroes – film dok. 2.25 Żydowski nazista (1) 1.25 Polska z góry 4 (13) – dok.	13.00 Dzikie maluchy z amerykańskich parków narodowych 14.00 Sekretne życie pszczoł 15.00 Blask natury – film dok. 16.00 Parki narodowe Stanów Zjednoczonych (2) – dok. 17.00 Królowe świata zwierząt (1) – serial dok. 18.00 Oko w oko z dziką naturą (1) – dok., Wlk. Bryt. 19.00 Dziką przyrodą strefy równikowej (4) – dok. 20.00 Europa z powietrza (5) 21.00 Dziką konfrontacją (2) 22.00 Dzikie cuda Europy (3) 23.00 Dziką Północ Europę (3) 0.00 Myśliwy kontra ofiara	6.20 W okowach mrozu 4 (17-20) – serial dokum., USA 10.15 Dziką Kubą: Wyprawa na Karaib (1) – film dok. 11.25 Wielka Afryka (1-5) – dok. 17.00 Zwierzęta: maszyny doskonałe (4) – dok., Kan. 18.00 Dzikie sploty – film dok. 19.05 Narodziny ptaków (1, 2) – serial dok., Wlk. Bryt. 2024 21.15 Nasza zima zia (1, 2) – serial dok., Wlk. Bryt. 2024 23.30 Rzeczne potwory 7 (2-4) – serial dok., Wlk. Bryt. 2015 2.20 Rzeczne potwory 6 (6) – serial dokumentalny, USA 3.15 Rzeczne potwory 7 (1) 4.05 Nasza zima zia (1, 2)	10.00 Najpiękniejsze trasy spacerowe (8) – dok. 11.00 Sekretne życie ogrodu 12.05 David Attenborough i cuda natury (3) – dok. 12.40 W okowach mrozu 3 (8) 13.40 Wietnamskie przygody Billa Bailey (2) – dok. 14.45 Wyspy Atlantyku (1, 2) 16.45 Życie na pustkowiu 2 18.40 Potęga ssaków (1, 2) 20.50 Sekretne życie ogrodu 21.55 Naturalnie odmienione życie (2) – dok., Wlk. Bryt. 22.55 Morze Śródziemne: przyroda w potrzasku 23.55 Największe zagadki nauki (3) – dok., Wlk. Bryt.	10.00 Na tropie wymarłych gatunków – serial przyrod. 11.00 Weterynarz z Gór Skalistych 7 – serial dok. 13.00 Klan z Alaski (13) – dok. 15.00 Zwierzęta - czego nie widać – serial dokum., USA 17.00 Cuda z drewna – dok. 18.00 Podwodny świat z bliska – serial dok., USA 19.00 Jak to robią zwierzęta? 20.00 Zagadki świata zwierząt – serial dok., USA 21.00 Nowojorskie Zoo – serial dokum. 22.00 Baseny z rozmachem 23.00 Człowiek w roli ofiary 1.00 Na haczyku – serial dok.
TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
11.45 Życie lasu. Ptaki – dok. 12.35 Łabędź niemy – film dok. 13.00 Podróż Małej i Dużej 4 13.30 Tacy byliśmy (8) 14.00 W krainie pszczoły miodnej – film dokum., Fr. 15.00 Nietoperz - zagadka 16.00 W głąb wszechświata: zagadki kosmosu (2) 17.00 Kultura miejska (9) 18.05 Sanatorium miłoścy 7 (3) 18.55 Fenomen Fogga – dok. 20.00 Ciemna strona Everestu – film dokum., Kanada 21.40 Odnaleziony walc – dok. 22.45 Tamte lata, tamte dni 23.20 Nowa Warszawa – dok. 0.40 Sanatorium miłoścy 7 (2)	10.55 Potęga i mit hitlerowskiego SS (5) 12.05 Wyspa kanibali – dok., Fr. 13.20 1945 - rok, który odmienił historię – dok. 14.30 Potęga i mit hitlerowskiego SS (5) 15.45 Polowanie na nazistów (1/2, 2-ost.) – film dok., Fr. 17.35 Największe mity historii 19.55 Planeta skarbów (1) 21.00 Jezus i jego życie (5) 22.00 Niewyjaśnione tajemnice (1, 2) – dok. 23.50 Kroniki Hitlera (9) – dok. 1.00 Niewyjaśnione tajemnice (4) – serial dok. 1.55 Kolowrotek (137, 138)	6.00 Australijski łowcy bydła 2 (7) – dok., Australia 6.30 Drwale z Kolumbii Brytyjskiej 2 (7, 8) – dok. 8.15 Drweno z Kolumbii Brytyjskiej (1-3) – dok. 11.10 Kowboje z zimnych wód 4 (3-7) – serial dok. 16.10 Australijski poszukiwacze złota 8 21.00 Special Ops: Prawda (3, 4) – serial dokumentalny 22.10 Tytani KSW (3) – film dok. 23.05 Military ranking (9) 0.10 Samochody marzeń (6-8) 2.45 Czarodzieje z kanadyjskich złomowisk (1-4) – dok.	6.15 Powstańcy: powstanie i upadek (4-6) 9.00 Piraci z Morza Śródziemnego – film dok. 10.10 Starożytność: zdrady 13.25 Kryminologia 15.30 II wojna światowa: cena imperium (1-5) – dok. 21.00 Tajemnica Włócnicy 22.10 Cesarstwo Rzymskie: mity i fakty (3, 4) – dok. 0.30 Najgroźniejsi ludzie Hitlera (1-5) – serial dok. 4.15 Piraci z Morza Śródziemnego – film dok. 5.15 Zakazana historia 7 (6)	16.00 Wakacyjne zbrodnie 17.00 Zbrodnia: oszułaki – serial dokum. 18.00 Sędzia Rinder: zbrodnia, której nie da się zapomnieć (2) – serial dok. 19.00 Akta Fabjusiewicza (3, 4) 20.00 Najsłynniejszy dom publiczny - Mroczne sekrety (3) – serial dok. 21.00 Najbardziej szokujące przypadki sądowe 8 22.00 W cztery oczy z mordercą (1) – dok. 23.00 Dowody zbrodni: krwawy Zachód (5) – dok. 23.55 Jak zostałem seryjnym mordercą (2) – serial dok.	6.00 Z wędką na koniec świata (8, 9) – serial dok. 8.05 Smakuj świat z Pascalem (10, 1-3) 10.15 Azja Express (5) 11.50 Baseny z rozmachem (4) 14.00 Człowiek kontra jedzenie (10-13) – mag. 16.00 Kobieta na krańcu świata (7, 8) – serial dok. 18.15 Ciepłarówka przez Stany (2-5) – program rozrywkowy 21.15 Święte miejsca (2, 3) 23.20 Ambasady luksusu (4, 6) 1.20 W co wierzą Osbourne (10-13) 5.20 Za Donalem... do Europy (9) – magazyn kulinarny

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA		TVP ROZRYWKA		POLSAT CAFÉ		TV 4		TTV HD		TVN STYLE HD	
12.50 Słowo na niedzielę	13.00 Transmisja mszy świętej z kościoła pw. św. Krzyża w Łapach – religijny	13.40 Prywatne życie zwierząt 13 (2)	14.10 Przyrodnik na tropie (41) – dok.	6.00 Komisarz Mama (35, 36) – serial krym.	8.00 Bogaty dom – biedny dom (119)	6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (200) – reality show	7.00 The Americas (6, 7) – serial dok., Wlk. Bryt.	12.10 Zakup w ciemno 4 (11) – reality show	5.20 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (9) – reality show	5.55 Zgłoś ogród 2 (1)	6.50 Zgłoś remont 11 (1)
14.15 Piłka nożna: Betclit	1. Liga – studio	14.45 Olga Lipińska zaprasza (14)	15.35 Program rozrywkowy	9.00 Rolniczeki (21, 22)	11.00 Działkowcy (9) – dok.	8.55 Galileo (1186, 1187) – program popularnonaukowy	10.55 Bez hamulców – film sensacyjny, USA 2012, reż. David Koepf, 115 min	13.40 Damy i wieśniaczki. PL 10 (3) – fab.-dok.	11.30 Ostre cięcie 12 (1)	12.35 Babski biznes (1)	13.35 Jestem z Polski 16 (29, 33, 30) – dok., Pol.
14.25 Piłka nożna: Betclit	1. Liga: Ruch Chorzów – Między Legnica	15.45 Moje przeboje (3)	16.25 Omnibus – szybcy i mądrzy (19) – telet.	12.00 Bogaty dom – biedny dom (120, 121)	13.55 Nasz nowy dom (263) – reality show	FILM Film hamulców – film sensacyjny, USA 2012, reż. David Koepf, 115 min	12.50 Wielki błękit – dram. przeg., USA/Francja/Wł. 1988, 215 min	14.40 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (8)	17.45 Express – pr. inform.	16.35 Bitwa o gości (1) – reality show	17.35 Do zobaczenia 2 (2) – mag. poradnikowy
16.30 Piłka nożna: Betclit	1. Liga – studio	16.50 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (19)	17.10 Omnibus – szybcy i mądrzy (20) – telet.	14.55 Demaklajz (208)	15.25 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (41) – reality show	FILM Déjà vu – thriller s.f., USA 2006, reż. Tony Scott, wyk. Denzel Washington, Paula Patton, 150 min	16.25 Déjà vu – thriller s.f., USA 2006, reż. Tony Scott, wyk. Denzel Washington, Paula Patton, 150 min	15.45 Express – pr. inform.	18.00 Pogoda, sport	18.10 Ugotowani 13 (1) – pr. kulin.-rozrywk.	19.10 Kuchenne rewolucje (1, 6) – program rozrywkowy
17.00 Teleexpress		17.40 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (20)	18.00 Koło fortuny (1994)	17.00 Bogaty dom – biedny dom (122) – reality show	18.00 Nasz nowy dom (264, 265)	FILM Uroczysko (187, 188) – serial krym., Polska	18.55 Uroczysko (187, 188) – serial krym., Polska	16.05 Idź na całość 2 (20)	18.10 Życie na kredycie 8 (16) – reality show	21.06 Ostre cięcie 12 (1) – program rozrywkowy	
17.25 Chichot łosu (3)		18.40 Szansa na sukces. Opole 2026 (7)		20.00 Bogate dzieciaki bez kasy (38)				17.10 Życie na kredycie 8 (15) – reality show	18.45 Żony Podlasia 3 (9)		
18.20 Kabaretomaniacy (72) – pr. rozrywk.								17.45 Express – pr. inform.	19.45 Express – pr. inform.		
19.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu (2)								20.00 Zakup w ciemno 6 (10) – reality show	21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 22 (9)		
19.30 Program informacyjny 19.30											
20.05 Sport, pogoda											
KRYMINALNY		ROZRYWKOWY		REALITY SHOW		KRYMINALNY		DOKUMENTALNY		DOKUMENTALNY	
20.20 Komisarz Alex 23 (288) – Polska 2025		19.45 Kabaret Neo-Nówka		21.00 Gry małżeńskie (206) – Polska 2026		20.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1020-1023) – Pol. 2026		22.00 Żony Podlasia 3 (10) – Polska 2025		22.10 Śmierć Diany: dwa śledztwa (1)	
Pod blokiem z czasów PRL-u znaleziono ciało przedstawiciela handlowego. Jeden z tropów prowadzi śledczych do żony, z którą denat właśnie się rozwodził.		Wrocławską grupę przedstawia parodie programów telewizyjnych, w których różnego formatu gwiazdy tańczą, śpiewają lub wykonują akrobaticzne ćwiczenia.		Tym razem widzowie będą obserwować poczynania singla Patryka, szukającego swojej drugiej połówki. Na randki zaprasza go Natalia, Amelia i Aleksandra.		Mikołaj trafia do szpitala po przedawkowaniu leków. W jego mieszkaniu Izabela i Barbara znajdują hurtownię ilości specyfików i telefon, który naprowadza je na trop lekarza.		Aldona czeka na wyniki testu DNA. Wspiera ją Larisa. Karolina prosi Kocięgo o pomoc w zrobieniu babki ziemniaczanej. Jacek z Magdą jadą po nowe krowy.		Widzowie poznają kulisy kluczowych policyjnych dochodzeń dotyczących śmierci księżnej Diany. Widzowie przyjrzą się pracy brytyjskich i francuskich detektywów.	
21.15 Łato z Radiem i Telewizją Polską		20.45 Kocham Cię, Polsko! (10) – pr. rozrywk.		22.00 Kolacja w ciemno (91) – program rozrywkowy		0.00 STOP Drogowka		23.00 Nic do zgłoszenia 5 (8) – serial dokum., Pol.		23.15 EuroPOLKI studentki (6) – rozr.	
23.15 Kabaret Neo-Nówka – pr. rozrywk.		22.20 Postaw na milion – teleturniej		23.00 Gry małżeńskie (204, 85) – reality show		1.00 Tokio nocą.		0.00 Damy i wieśniaczki. PL 10 (4) – fab.-dok.		0.20 Kobieta na krańcu świata (6) – dok., Pol.	
0.10 63. KFPP w Opolu – Hip-hop. Jedno podwórko 2		0.20 Koło fortuny (1994)		1.05 Wzięcie kobiet (65-68) – serial dokum.		2.20 Sekretne Japonia		1.00 Kanapowcy 5 (8)		1.20 Domy z potencjałem: Nowa odsłona (5) – program rozrywkowy	
0.40 Chichot łosu (3)		0.55 Omnibus – szybcy i mądrzy (19) – telet.		3.00 Zdrady (7-9) – serial paradokumentalny, Polska 2013		2.20 Miłość i seks w Rosji – dok.		2.00 SOS. Ekipy w akcji (17, 18) – paradok., Pol.		2.20 Nieoczekiwane miejsca (9) – dok.	
1.30 Program informacyjny 19.30		1.25 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (19)				3.25 Lubie disco! (294)		4.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (521) – serial fab.-dok., Pol.			
						4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.					
TVP HD		TVP HD		ZOOM		TLC		C+ KUCHNIA HD		TVN TURBO HD	
8.55 Ojciec Mateusz 24 (314, 316) – krym., Pol. 2020		8.05 Przy muzyce po Śląsku		9.00 Jakubiak rozgryza Włochy (1) – mag. kulin.		12.00 Wielkie lato małych ludzi (4) – reality show		16.35 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2 (4)		11.45 Naprawy nie do naprawy (4) – mag.	
10.45 Czy wiesz, że? (293)		8.35 Muzyczne dzieło dobry		9.35 Wojciech Cejrowski – boso przez świat		13.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 7 (4)		16.50 Moje smaki wsi (1) – dok.		12.30 Wojny samochodowe	
11.20 Na sygnale (702, 703)		9.35 Przy muzyce po Śląsku		11.45 Sensacje XX wieku		14.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 4		17.15 U sąsiadów w kuchni 16 (17, 18) – serial dok., Niem.		14.30 Zawodowi handlarze	
12.25 Ojciec Mateusz 8 (102)		10.50 Klachy i Lachy – pr. rozr.		13.55 Stawka większa niż życie (1, 2) – wojenny, Pol.		15.00 Włoskie zdrady (27, 28)		18.25 Podróże piekarsza z Hebrzydów (4) – dok.		15.15 Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia (1, 2) – rozr.	
13.20 Komisarz Alex 6 (66)		11.25 Muzyczne podróże Karoliny Treli – pr. rozr.		16.45 Jaś Fasola (1-3) – kom.		16.00 Wiza na miłość: ostatnia szansa 2 – reality show		19.20 Nie bój ryby! (1) – mag.		16.15 Moto Fachury (7) – mag.	
14.15 Ranczo 3 (27, 28) – obycz.		12.20 Hansi Hinterseer zaprasza – pr. rozrywk.		18.30 Kabaretowe przeboje 4		18.00 100 kucharzy		19.45 Dzień dobrej, obiad (3, 4)		17.00 Moto Kombi (9) – mag.	
16.10 Postaw na milion – telet.		14.30 Śląska karuzela – muz.		19.40 I love kabaret EXTRA (1)		19.00 Słodki biznes		20.35 M jak mięso 5 (1, 2, 3)		17.45 Raport końcowy (829)	
17.10 Okrasa łamie przepisy		16.00 Koncert zwycięż		20.00 Kabaretowe przeboje 4		20.00 Wielkie lato małych ludzi (4) – reality show		21.30 Wszystkie smaki fermentacji 2 (2) – dok.		18.10 Ciepłarówka przez Stany (3-6) – program rozrywkowy	
17.45 Makłowicz w podróży		17.50 Szlagierowa lista – muz.		21.00 Książę i ja – komedia		21.00 Wiza na miłość 12 (11)		22.05 Podróż przez smaki Chin 2 (5) – serial dokum.		21.10 Wojny samochodowe	
18.20 Ojciec Mateusz 27 (345)		19.45 Koncert w TVS – pr. muz.		FILM romantyczna, USA/Czechy 2004, 130 min		23.00 Ciało, w którym żyje 0.00 Dr Przyszczyla – dok., USA		23.00 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 8 (8)		22.10 Z drugiej ręki (6) – mag.	
19.20 Ranczo 10 (125-127)		21.50 Rosamunde Pilcher: Zareczona, zakochana, zagubiona – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2011, 105 min		23.10 Magia nagości. Polska – Najsmaczniejsze kąski		1.00 Wielkie lato małych ludzi (4) – reality show		23.50 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 9 (1)		22.55 Naprawy nie do naprawy (4) – mag.	
22.20 Weiser – dramat		23.35 Śląska karuzela – muz.		0.10 Adam szuka Ewy. Niemcy 2 (1) – pr. rozrywk.						23.40 Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia (1, 2) – rozr.	
FILM psychologiczny, Niem./Pol./Szwajcaria 2000, 110 min										0.40 Moto Fachury (7) – mag.	
0.10 Jan Serce (9, 10-ost.)											
3.00 Wielkie wesela – kom.											
FILM romant., USA 2013, 100 min											
NOWA		METRO		ANTENA HD		WP		C+ DOMO HD		HGTV	
7.30 Interwencja – taka jest Polska (569) – mag.		8.00 Klan z Alaski 5 (15-ost.)		8.05 Oszukiaki przeznaczenie. Historie prawdziwe 15 (3) – serial dok., Wlk. Bryt.		10.55 Pogoda		14.10 Wielkie projekty: Australia 12 (5) – dok.		9.00 Nowa Mają w ogrodzie 4 (31, 32)	
8.20 Frieren. U kresu drogi		9.00 Klan z Alaski 2 – dok.		8.35 Celniczy (3) – serial dokum.		11.05 Pogromca tajemnic (1)		15.15 Luksusowa ucieczka 7		10.00 Nowa Mają w ogrodzie	
9.30 Dragon Ball Z Kai 2		10.00 The Floor (2, 5) – telet.		9.05 Co Polak potrafi na drodze? (13) – pr. rozr.		12.05 Sekrety tajnych stowarzyszeń (1) – dok.		16.15 Adres: rezydencje marzeń (9) – serial dok.		11.05 Polowanie na ogród 7	
13.00 One Punch Man (7, 8)		11.25 Gremiiny rozrabiają		10.05 Tajemnice ludzkości		13.05 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4 (11)		17.15 Bitwa o wnętrza (5)		12.10 Polowanie na ogród 9 (4)	
14.00 Kabaretowa Dynastia		FILM – horror komedowy, USA 1984, 125 min		12.05 Polska. Największe dylematy (2) – pr. publ.		14.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2 (12)		18.10 Mam zamek 3 (3) – dok.		12.45 Letnia chata na lata 3	
16.00 Nowa Rewia Kabaretowa (24, 1) – rozr.		13.30 Diagnosta (13-ost.) – obycz.		13.10 Detektywy Candice: Niezawodny instykt 2 (1-4) – serial kryminalny, USA 2020, 110 min		15.00 Strażacy z sąsiedztwa 2		18.35 Daleko od miasta 14 (4)		14.41 Będzie pięknie (4) – rozr.	
18.00 Kabaret na żywo. Przystanek Radość (8)		14.35 Diagnosta 3 (1) – obycz.		17.55 77 TV 4 (1, 4) – pr. rozrywk.		16.00 Policjanci w akcji (3)		19.05 Ucieczka na wieś 22		15.40 Zgłoś remont 4 (8) – rozr.	
20.00 Nowa Rewia Kabaretowa (17) – pr. rozr.		15.35 Kryminalni (7) – krym.		20.00 Alex Hugo – gorszy detektyw (5, 6) – krym., Fr.		16.55 Pogoda		21.00 Domy na krańcu świata (3) – serial dok., Wlk. Bryt.		16.40 Weekendowa metamorfoza 6 (3) – rozr.	
21.00 Zdrady (96-99) – paradok.		16.40 Kryminalni 4 (10, 11)		0.05 Morderstwo w rocznicę Ślubu – film kryminalny, USA 2020, 110 min		17.05 Policjanci z sąsiedztwa 5 (2-4, 6, 7)		22.00 Najbardziej żyje na naszej ulicy (3) – dok.		18.35 Kolekcjonerski obłęd wart miliony (3, 4) – rozr.	
1.00 Łowcy pedofiliów		18.55 Milionerzy (629, 630)		FILM		21.55 Pogoda		22.55 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo (9, 10) – dok.		19.40 House Hunters – Poszukiwacze domów 8 (3-5) – pr. rozr.	
3.00 TV okazje (30, 31)		20.00 Yellowstone 2 (3, 4)				22.55 Mistrzowie Kabaretu 2		0.35 Kupiliśmy sobie zamek – damy radę 2 (1) – dok.		21.25 Pogromcy chaosu (1)	
3.50 Wehikuł czasu (802, 801)		22.05 Wytanęć marzenia				23.55 Przeboje Kabaretu (7)				22.20 Dorota inspiruje 3 (2)	
4.00 Sala operacyjna (6, 8)		FILM – dramat obyczajowy, USA 2006, 135 min				0.55 Mistrzowie Kabaretu 5				23.20 Zamek w spadku (1, 2)	
5.00 Pod lupą (8, 9) – magazyn		0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 3 (4) – dok.									
		1.20 Szpital (814) – paradok.									

POLSAT 2 HD	SUPER POLSAT DVB-T2	TV 6 DVB-T	BBC FIRST HD	STACJE DZIECIĘCE	STACJE INFORMACYJNE
5.50 Wydarzenia 6.30 Sekrety rodziny (169) – serial paradokum., Pol. 2020 7.30 Z klimatem i z pasją (243) – program publicystyczny 8.00 Sekrety rodziny (170) – serial paradokum., Pol. 2020 9.00 Trudne sprawy (922-926) – serial paradokum., Pol. 2020 14.00 Sekrety rodziny (171) – serial paradokum., Pol. 2020 15.05 Wzięcie kobiet (70-73) – serial dokum. 17.00 Nasz nowy dom (369) – reality show 18.15 Awantura o kasę – teleturniej SENSACYJNY	6.05 Wydarzenia 6.40 SuperLudzie 2 (27) 7.15 Była sobie Ziemia 9.50 SuperMocni (11, 12) 10.50 Daleko jesszcze? – komedia, USA 2005, reż. Brian Levant, 115 min FILM 12.45 Aniołki Charliego: Zawrotna szybkość – film sensacyjny, USA 2003, 135 min FILM 15.00 Ponad wszystko – film obyczajowy, USA 2017, 120 min FILM 17.00 Polacy w świecie (19, 20) – serial dok. 18.00 Świat według Kiepskich (532, 533) – kom., Pol. 2017-2018 19.00 Randka w ciemno (11, 12) – pr. rozrywk. DRAMAT PRZYGODOWY	6.00 Columbo (25, 26) – serial kryminalny, USA 1974 10.05 Poirot (2) – serial kryminalny, Wielka Brytania 1992 12.30 Jak ukrącić milion dolarów – komedia sensacyjna, USA 1966, reż. William Wyler, wyk. Audrey Hepburn, Hugh Griffith, Peter O'Toole, Eli Wallach, 150 min FILM 15.00 Policjanci i Policjanci (248-250) – serial obyczajowy, Polska 2017 18.00 Strażnik Teksasu (17, 18) – serial sensacyjny, USA 1998-1999 KRYMINALNY	6.00 Ojciec Brown 9 (6, 7) – krym., Wlk. Bryt. 2021 7.40 Detektyw z Chelsea (8) – serial kryminalny 8.40 Śmierć z dala od palm (6) – serial krym., Wielka Brytania 2023 9.50 Sanditon (7, 8) – kostium., Wlk. Bryt. 11.50 Duchy 2 (7) – serial komediowy, Wlk. Bryt. 12.30 Duchy 3 (1, 2) – serial komediowy, Wlk. Bryt. 13.50 Morderstwa w Midsomer (7, 8) – krym., Wlk. Bryt. 1997 15.55 Brokenwood 12 (5) – krym., Nowa Zelandia 17.50 Z pamiętnika położnej 10 (4) – serial obyczajowy KRYMINALNY	7.05 Agatka (21, 22) 7.30 Małe i duże przygody Miffy (37) 7.40 Prys i Bill (38) – anim. 7.50 Czarodziejskie miasteczko Pinokia 8.10 Piotruś Królik 2 8.35 Wegezaury 2 (37) 8.40 Świnka Peppa 7 9.00 Tru i Tęczowe Królestwo (11) 9.30 Ziarno – pr. dla dzieci 10.00 Go-tu-jemy (23, 24) 10.20 Przygody Bolka i Lolka (1, 2) – anim. 10.45 Rodzina Treflików 6 (78) – anim., Pol. 2021 10.55 Rodzina Treflików 11.10 Odo (5-7) – anim. 11.35 Stacyjkowo (53, 54) 11.55 Pszczółka Maja (37) 12.25 Studio Stodoła (12) EDUKACYJNY	6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 7.15 Kadr na Kino – mag. 7.30 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 10.45 Kawa na ławę 11.55 Łoza prasowa – publ. 12.50 Dokument w TVN 24 14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 15.45 Kadr na Kino – mag. 16.00 Fakty po południu 18.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 18.30 Ranking Mazura – program inform. 19.10 Serwis informacyjny 19.25 Fakty po Faktach – program inform. 20.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody MAGAZYN
 20.35 Strzelec wyborowy FILM – USA 2021, 130 min Były snajper amerykańskiej armii poznaje Rosę, która stała się celem kartelu. Gdy kobieta ginie, musi zapewnić ochronę jej synowi. 22.45 Nieobliczalny – film sens., USA/Rumunia 2006, 120 min 0.45 Wydarzenia 1.25 Komisarz Mama (8) – serial krym., Polska 2.55 Piotr Rubik: Koncert Wielkanocny (3) 4.10 Oblicza Ameryki 4.40 Jesteśmy dla dzieci – magazyn	 21.00 Po katastrofie FILM – USA/Wielka Brytania 2017, 115 min Dochodzi do wypadku lotniczego, w którym giną wszyscy pasażerowie dwóch samolotów, w tym cała rodzina Romana. Zalamany mężczyzna zamierza się zemścić. 22.55 28 dni FILM – komediodramat, USA 2000, 130 min 1.05 Backdoor. Wyjście awaryjne (3) – kom. 1.30 Świat według Kiepskich (480-484) 4.05 Nasz nowy dom (287, 288)	 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (77, 78) – USA 2005 Tobey w pisemnym zeznaniu przyznaje się do morderstwa. Jednak detektyw Horatio Caine uważa go za niewinnego. W więzieniu Tobey zabija w obronie własnej... 21.55 Kości (133, 134) – serial kryminalny 23.50 Ultraviolet – film s.f., USA 2006, reż. Kurt Wimmer, 110 min 1.40 Kochane pieniądze (32-35) – paradok., Pol. 5.45 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.	 18.55 Detektyw z Chelsea (8) – Wlk. Bryt./USA W elitarniej prywatnej szkole w Chelsea na jaw wychodzą sekrety związane ze śmiercią nauczyciela Olivera Cowie. Placówka zyskuje drugie, mroczniejsze oblicze... 19.55 Śmierć pod palmami 4 (5) – krym. 21.00 Tajemnice Brokenwood 12 (6) 22.55 Annika (6) – krym. 0.00 Blackshore (5, 6) 2.20 Tajemnice Brokenwood 12 (6) 4.05 Ojciec Brown 9 (6) 4.55 Duchy 3 (1, 2) – kom.	 13.00 Zwierzaki Czytaki (189) Pan Krzys stworzył Gwiazdną Marchewę. Konstrukcja jest wspaniała i ma służyć zwierzętom do zabawy. 13.20 Tygrysek Percy... 13.45 Świnka Peppa (4-6) 14.10 Pająk Lucas 2 (73, 74) 14.30 Oli i Luna (73, 74) 14.55 Oktonauci 3 (73, 74) 15.20 Cześć, czy mogę... 15.40 Bella i Sebastian 16.05 Pat i świat 2 16.35 Dino Ranczo 17.05 Pszczółka Maja 17.30 Robin Hood (21, 22) 18.00 Mała Marinette	 20.30 Kawa na ławę Gospodarz wraz z gośćmi prognozuje, jakie skutki mogą powodować podejmowane przez władze decyzje i czy okażą się one korzystne dla naszego kraju. 21.30 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 22.00 Szkło kontaktowe 23.00 Dzień po dniu – mag. 0.00 Fakty po Faktach 0.45 Kawa na ławę 1.55 Nowa Maja w ogrodzie – mag. 2.25 Szkło kontaktowe 3.25 Nic do zgłoszenia (5) – serial dok., Pol. 2025
POLSAT PLAY HD 6.00 Dorwać tuńczyka (2-4) 9.00 Kolowrotek (238) – mag. 9.30 Taaka ryba (122) – mag. 10.00 Jedziemy na ryby! (5, 6) 12.05 Chłopaki do wzięcia 13.00 Zawód glina (5) – dok. 14.00 Budowlancy (63, 64) 15.00 Ziemiarze (49) – dok., Pol. 16.00 Polacy za granicą 18.05 Górale (182-186, 240) 21.05 Chłopaki do wzięcia (477, 478) – serial dokum. 22.00 Drwale i inne opowieści Bieszczadów (237) – dok. 22.30 Łowca pedofilów (240) 23.00 Sily specjalne – Polska 1.40 Tajna historia XX wieku 4.05 Starożytni kosmici	FOOD NETWORK HD 9.55 Co nas truje (3, 4) – rozr. 11.25 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (6) – mag. 12.10 Wiem, co jem 4 (14) 12.45 24/24 (5) – maraton kulin. 13.45 Kuchenne rewolucje 15.50 Kuchnia jak u mamy 17.00 Symon gotuje w ogrodzie (13, 14) – mag. 18.10 MasterChef (13) – pr. rozr. 19.40 Posiekani (1) – telet. kulin. 20.40 Pojedynk na grille (5) 21.45 Miasto smaków Guya Fieriego (6) – reality show 22.50 Najlepszy smak w mieście (5) – serial dok. 23.50 Perfekcyjni gospodarze 9 (38, 39)	POLSAT RODZINA HD 10.30 Msza święta dla dzieci – program religijny 11.25 Tajemnice zamków (5) 12.30 Co ludzie powiedzą? (4-6) – serial kom., Wlk. Bryt. 14.30 Niezwykłe pociągi (3, 4) 16.30 Świat z góry 6 (9, 10) 17.45 Śasiedzi (38, 39) – anim. 18.05 Pingwiny z Madagaskaru (2, 3) 19.00 Ania z Zielonego Wzgórza: Dalsze losy – film obyczajowy, Kanada 2000, 115 min FILM 20.55 Miódowe lata (54) – kom. 22.00 Twoja Twarz Brzmi 23.55 Tajemnice zamków (5)	BBC LIFESTYLE HD 13.35 Wielkie amerykańskie wypieki 5 (5) – pr. rozrywk. 14.45 Wielkie amerykańskie wypieki 7 (6) – pr. rozrywk. 15.50 Tajemnice królewskich ogrodów (1) – serial dok. 16.50 Dzień ślubu Willa i Kate (1) – film dokum., Wlk. Bryt. 17.50 Wielkie brytyjskie wypieki: gwiazdy 6 (1) 18.55 Najlepsze hotele Indii (1) 19.55 Wielkie nowozelandzkie wypieki 4 (1, 2) – pr. rozr. 22.45 Kardashianowie: rodzina miliardów (1, 2) – film dok., Wlk. Bryt. 0.45 Wstydliwe choroby: online 3 (3) – serial dokum.	NICK JR. HD 16.18 Świnka Peppa 4 (11, 4-6) 16.43 Świnka Peppa (9-13) 17.13 Świnka Peppa (6, 2) 17.18 Świnka Peppa (4, 6) 17.30 Barabapa i jego rodzinka 2 (2) – anim., Fr. 17.55 Barabapa – szczęśliwa rodzinka (1) – serial anim. 18.10 Barabapa i jego rodzinka 2 (26) – anim., Fr. 18.40 Dora 4 (10) – serial anim. 19.00 Santiago z mór (3, 9) 19.45 Rubie i jego ekipa (3) 20.07 Świnka Peppa 5 (14-17) 20.32 Świnka Peppa (21) 20.36 Świnka Peppa 6 20.55 Barabapa i jego rodzinka 2 (9-11) – anim.	POLSAT NEWS HD 15.30 Sport, pogoda 15.50 Wydarzenia 15:50 16.30 W rytmie dnia – serwis informacyjny 17.30 Z drugiej strony – publ. 18.35 Debata polityczna – publ. 19.15 Gość „Wydarzeń” – publ. 19.40 Śniadanie Rymanowskiego w Polsat News i Interii 20.45 Pogoda 21.00 Polsat News ujawnia: Kodeks nieletnich 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie – pr. inf. 23.30 Obraz dnia – serwis informacyjny 0.00 Czysta Polska – pr. inf.
Kobieta DVB-T2 14.00 Rodzinka.pl (162, 163) 15.00 Podróże Malej i Dużej 7 15.30 Ojciec Mateusz 5 (57, 58) – serial kryminalny, Polska 17.25 Malediwy – szutczyny raj – film dok., Francja 2024 18.30 Daję słowo – Maciej Orłoś (10) – talk-show 19.30 Miłość i nadzieja (323) – telenowela, Turcja 2022 20.30 Wichrowe wzgórza (304) – serial obycz., Turcja 2024 21.30 Karol, władca Hiszpanii (5, 6) – kostium., Hiszp. 2015 23.25 Uciekinier – dramat FILM obycz., USA 2012, 140 min 1.45 Przysłań (1) – obycz., Pol. 2.40 Ranczo 9 (107) – obycz.	E! ENTERTAINMENT HD 8.50 Very Cavallari (1, 2) 10.40 Plastyczna fuszerka (25) 12.30 Z kamerą u Kardashianów 16 (5, 6) 14.20 Very Cavallari (3, 4) 16.10 Plastyczna fuszerka (1) 18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk. 18.30 Z kamerą u Kardashianów 16 20.30 Very Cavallari (5, 6) 22.30 Plastyczna fuszerka 0.30 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk. 1.00 Z kamerą u Kardashianów 16 (5, 6) 3.00 Plastyczna fuszerka (25) 5.00 Very Cavallari (1)	TV TRWAM DVB-T 17.55 Poczet wielkich Polaków – pr. hist. 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone – pr. publ. 19.30 Baśniowy teatr lalek 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Od Lutra do Marxa – Historia Kościoła (5) 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Retrospekcja – pr. publ. 21.45 Stan bezpieczeństwa państwa – pr. publicyst. 22.00 Mocni Jego mocą 22.30 Muzyczne chwile – kult.	BBC BRIT HD 13.15 Kolekcja aut Goldberga 14.20 Alfabet Top Gear (1) 15.35 Cuda inżynierii kolejowej 2 (1) – dok. 16.40 Wynalazki, które zmieniały świat (6) – dok. 17.50 Legendarne samoloty gąsienic: ostatni lot (2) 18.55 Kolekcja aut Goldberga 20.00 Niewyjaśnione tajemnice: Loch Ness (1) – film dok., Wielka Brytania 21.00 Cuda inżynierii kolejowej 2 (1) – dok. 22.00 Alfabet Top Gear (2) 23.15 Arktyczny wojownik: Guy Martin (1) – dok. 0.15 Kolekcja aut Goldberga	MINI MINI+ HD 14.00 Bing (47, 48) – serial anim. 14.20 Strażak Sam 16 (19, 20) 14.45 Looloo Kids (36) – anim. 15.01 Gazu, pieski, gazu! 2 (5) 15.28 Kicia Kocia 2 (5, 6) – anim. 15.45 Jężyk Hopp (26, 1) 16.02 Marta mówi (19) – anim. 16.30 Zouk (19, 20) – serial anim. 16.56 Ciekawski George 6 17.50 Moje urodziny – dla dzieci FILM Barbie: Przygody księżniczki – film anim., USA 2020, 75 min 19.12 Basza oczka (5-7) 19.40 Smerfy (18) – serial anim. 20.08 Cloudy & Stormy (5-8) 20.35 Dolina Muminków 3 (2) 21.01 Wierszyki domowe (17)	TVP 3 DVB-T2 12.55 Piosenka dla Ciebie 14.00 Rączka gotuje – mag. 14.30 Program lokalny 15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – program religijny 15.20 Program lokalny 19.25 LIVE Piłka nożna: Betlic 2. Liga: Sandecja Nowy Sącz – Chojniczanka Chojnice 21.30 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów – inf. 22.20 Pogoda 22.30 Ktośkolwiek widział, ktośkolwiek wie – publ. 23.00 Księżniczka z bliska – mag. 23.30 Całkiem niezła historia 23.55 Panorama 0.25 Serwis Info Wieczór

Warto zobaczyć

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

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

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

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

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

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

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

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

→ filmowe hity



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

20.50 Mój przyjaciel szpieg – Wieczne Miasto

TVN

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

HIT DNIA Sophie, pasierbica agenta JJ, należy do licealnego chóru, który ma wyruszyć na tournée po Włoszech. Punktem kulminacyjnym trasy będzie występ młodych śpiewaków przed samym papieżem w Watykanie. Funkcjonariusz widzi w tym szansę na nawiązanie wię-

zi z córką ukochanej i zgłasza się do pomocy w opiece nad grupą. Razem podziwiają najbardziej malownicze miejsca Italii – wieńskie kanały, mosty Florencji czy zabytki Rzymu. Z pozoru beztraska wycieczka szybko przybiera niebezpieczny obrót. Nieświadomi niczego agent i nastolatka

stają się pionkami w międzynarodowym spisku terrorystycznym. Zaprawiony w szpiegowskich misjach JJ robi wszystko, by znaleźć wyjście z trudnej sytuacji. **HD 140 min ► do godz. 23.10**

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

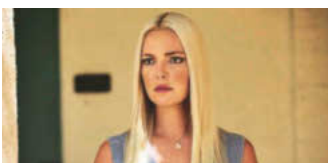


20.00 Świat w płomieniach

POLSAT

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

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



20.00 Niezapomniany

TVN 7

THRILLER Tessa (Katherine Heigl) nie może pogodzić się z rozpadem małżeństwa. Na domiar złego były partner znalazł już nową miłość – Julię, z którą planuje ślub. Zazdrosna rozwódka zamierza zniszczyć życie rywalce.

Reż.: Denise Di Novi Wyst.: Rosario Dawson USA 2017 **HD 135 min ► do godz. 22.15**



20.00 Basen

TVP KULTURA

KRYMINALNY Marianne spędza wakacje w Saint-Tropez z ukochanym Jean-Paulem (Alain Delon). Odwiedza ich jej dawny kochanek, Harry (Maurice Ronet). Zazdrosny partner kobiety topi go w basenie, pozorując wypadek.

Reż.: Jacques Deray Wyst.: Romy Schneider Fr./Wł. 1969 **HD 135 min ► do godz. 22.15**



22.15 Pisklę

TVP KULTURA

HORROR Nastoletnia gimnazystka Tinja (Siiri Solalinna) jest poddawana presji matki. Pewnego dnia znajduje jajko, które z czasem rośnie do ogromnych rozmiarów. To, co się z niego wykluwa, szkodzi wszystkim...

Reż.: Hanna Bergholm Wyst.: Sophia Heikkilä Fin./Szw. '22 **HD 100 min ► do godz. 23.55**



22.15 Śmiertelna eskorta

TV PULS

THRILLER Detektyw Johansen (Dolph Lundgren) eskortuje z Meksyku do USA dwie kobiety, które naraziły się kartelowi. Dołącza do niego oficer De La Cruz. Policjanci muszą odeprzeć atak uzbrojonej grupy.

Reż.: Dolph Lundgren Wyst.: Kelsey Grammer USA 2024 **HD 105 min ► do godz. 0.00**



22.50 Pierwszy śnieg

POLSAT

KRYMINALNY Oslo. Harry Hole (Michael Fassbender) bada sprawę zaginięcia kobiety i zabójstwa innej. W śledztwie pomaga mu Katrine (Rebecca Ferguson). Okazuje się, że zbrodnia ma związek z tragedią z przeszłości.

Reż.: Tomas Alfredson Wyst.: Charlotte Gainsbourg Wlk. Bryt. 2017 **HD 150 min ► do godz. 1.20**

→ filmowe hity



Dla swojego dobra Micky musi odciąć się od brata i matki.

21.40 **Fighter**

TVP 1

BIOGRAFICZNY Trudne rodzinne relacje komplikują drogę boksera na szczyt. Sukces ma wysoką cenę.

HIT DNIA

Lata 80. XX wieku, Lowell w stanie Massachusetts. Micky Ward jest robotnikiem drogowym. Co jakiś czas bierze udział w podrzędnych walkach bokserkich. Jego sprawami zajmuje się apodyktyczna matka, a trenowaniem – przyrodni brat Dicky, uzależniony od narkotyków były pięściarz. Pewnego dnia

Micky poznaje Charlene i zakochuje się w niej z wzajemnością. Była sportsmenka szybko uświadamia sobie, że jeśli Ward chce osiągnąć coś na ringu, musi odciąć się od rodziny. Nie jest to łatwe.

HD 120 min ► do godz. 23.40

USA 2010 Reż.: David O. Russell Wyst.: Mark Wahlberg, Christian Bale, Amy Adams, Melissa Leo, Mickey O'Keefe

20.00 **Terytorium wroga**

TV PULS

WOJENNY Grupa komandosów pod wodzą Kovaksa (Djimon Hounsou) uwalnia porwaną w Afganistanie dziennikarkę (Diane Kruger). Pozbawionych wsparcia żołnierzy oraz ich podopieczną czeka przeprawa przez góry Hindukusz.

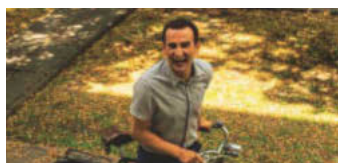
Reż.: Stéphane Rybojad Wyst.: Tchény Karyo Francja 2011 HD 135 min ► do godz. 22.15

23.05 **Purpurowe rzeki**

TV 4

THRILLER Komisarz Niemans (Jean Reno) przyjeżdża do miejscowości w Alpach, gdzie popełniono morderstwo. Policjant Kerkerian (Vincent Cassel) prowadzi śledztwo dotyczące profanacji grobu. Sprawy okazują się powiązane.

Reż.: Mathieu Kassovitz Wyst.: Nadia Fares Francja 2000 HD 140 min ► do godz. 1.25

20.00 **7 uczuć**

KINO POLSKA

KOMEDIODRAMAT Adam Miaczyński (Michał Koterski) ma problemy z nazwaniem towarzyszących mu emocji. Wracza do czasów dzieciństwa. Wspomina rodzinę, przyjaciół, szkolnych rówieśników i dawną miłość.

Reż.: Marek Koterski Wyst.: Katarzyna Figura Polska 2018 150 min ► do godz. 22.30

23.15 **Epidemia**

TVN 7

SENSACYJNY Pułkownik Daniels (Dustin Hoffman) bada wirusy lasów tropikalnych. Trafia do osady w dżungli, którą zdziesiątkowała tajemnicza choroba. Wkrótce epidemia atakuje Kalifornię. Zaczyna się walka z czasem.

Reż.: Wolfgang Petersen Wyst.: Rene Russo USA 1995 HD 160 min ► do godz. 1.55

→ sport



15.20

TVP 1

Tour de Pologne**KOLARSTWO**

LIVE

Rusza

83. edycja wyścigu. TdP wróci na Pomorze po 22 latach. Kolarze wystartują z Gdyni, a pierwszy etap zakończą w Koszalinie. W rywalizacji weźmie udział m.in. Jan Christen z UAE Teamu Emirates-XRG, świeżo upieczony podwójny mistrz Szwajcarii. HD 90 min ► do godz. 16.50



17.00

POLSAT SPORT 1

Turniej ATP w Montrealu**TENIS**

LIVE

To już 136.

edycja Canadian Open. Zagra w niej 71 z 72 najwyższej notowanych tenisistów w rankingu ATP. Prawdopodobnie w Montrealu pierwszy występ po kontuzji zaliczy Hubert Hurkacz. HD 120 min ► do godz. 19.00



18.55

C+ SPORT 3

Cracovia – Pogoń**PIŁKA NOŻNA**

LIVE

Pasy

w jednym z meczów towarzyszących pokonały Sevillę 1:0. Okazuje się, czy był to zwiastun dobrej formy drużyny Bartosza Grzelaka w Ekstraklasie. Na wygraną z Pogonią Cracovia czeka już niemal dwa lata. HD 125 min ► do godz. 21.00



20.25

POLSAT SPORT 2

Celtic – Dundee**PIŁKA NOŻNA**

LIVE

The

Bhoys rozpoczną marsz po pięćdziesiąte siódme mistrzostwo Szkocji od meczu z ekipą The Dee, która poprzedni sezon ligowy zakończyła na ósmym miejscu. Za sterami Celticu nadal stoi 74-letni Martin O'Neill. HD 155 min ► do godz. 23.00

→ rozrywka



15.00

FOKUS TV

Truckersi**REALITY SHOW**

Mick King

rusza z pomocą do poszkodowanych przez ogromne pożary buszu. Dostarcza najbardziej potrzebne zaopatrzenie tym, którzy w jednej chwili stracili cały dorobek i zostali odcięci od podstawowych środków do życia. HD 60 min ► do godz. 16.00



17.25

TVP 1

Jaka to melodia?**TELETURNIEJ**

W muzycz-

nym quizie swoją wiedzę wykaże się trójka melomanów. Ich zadaniem jest rozpoznanie prezentowanych fragmentów utworów i podanie ich prawidłowych tytułów. O atmosferę w studiu dba Robert Janowski. HD 40 min ► do godz. 18.05



22.15

TVN 7

Bez kompleksów**LIFESTYLE**

Małgorzata

Rozenek-Majdan poznaje 47-letnią Consuelę, która ma kompleksy na punkcie biustu i uśmiechu. Unika plaży i trudno jej dobrać ubrania. Czekają ją operacja plastyczna piersi i leczenie stomatologiczne. HD 60 min ► do godz. 23.15

→ dokument



17.00

NATIONAL GEO.

Sekrety starożytnej medycyny**NAUKA**

Eksperti odkrywają tajemnice dawnych lekarzy. Prowadzą prace badawcze we Włoszech, w Szkocji oraz egipskich kryptach. Znajdują np. starożytną protezę. HD 60 min ► do godz. 18.00

TVP 1 HD DVBT2

- 5.00 Splątane losy** (13) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 5.50 Akacja 38** (908) – telenowela, Hiszpania 2018
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Studio Raban** – mag.
- 8.00 Serwis Info** – program inform.
- 8.10 Pogoda Info**
- 8.15 Kolumbowie** (5-ost.) – serial wojenny, Polska 1970
- 9.15 Ranczo 8** (98) – obycz., Pol. 2014
- 10.05 Komisarz Alex 23** (283) – serial kryminalny, Polska 2025
- 11.00 Ojciec Mateusz 17** (221) – serial kryminalny, Polska 2017
- 12.00 Serwis Info** – program inform.
- 12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda** – program inform.
- 12.40 Rok w ogrodzie extra** – mag.
- 12.55 BBC w Jedynce: Planeta Ziemia 3** (7) – dok., Wlk. Bryt.
- 14.00 Splątane losy** (14)
- 15.00 Serwis Info** – program inform.
- 15.15 Kolarstwo: Tour de Pologne** – studio
- 15.20 Kolarstwo: Tour de Pologne** – 1. etap: Gdynia – Koszalin
- 16.50 Kolarstwo: Tour de Pologne** – studio
- 17.00 Teleexpress**
- 17.25 Jaka to melodia?** – telet. muz.
- 18.05 Reporterzy** – mag. reporterów
- 18.25 Akacja 38** (925) – telenowela, Hiszpania 2018
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – pr. publicyst.
- 20.10 Sport, pogoda**
- 20.30 07 zgłoś się** (7): Brudna sprawa – serial kryminalny, Polska 1978

TVP 2 HD DVBT2

- 5.35 M jak miłość** (1807) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 6.25 Rodzina (nie od) święta** – magazyn religijny
- 6.55 Barwy szczęścia** (3367) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
- 7.55 Pytanie na śniadanie** – magazyn
- 11.30 Okrasa łamie przepisy** – magazyn kulinarny
- 12.00 Wyższa Szkoła Jazdy** (9) – magazyn motoryzacyjny
- 12.35 Koło fortuny** (1915) – teleturniej
- 13.15 Panna młoda** (160) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** (1029) – teleturniej
- 14.35 Na sygnale** (889): Demolka – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (446) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
- 16.00 Koło fortuny** (1916) – teleturniej
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (161) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 18.15 Va banque** (1030) – teleturniej
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej

polsat HD DVBT2

- 4.40 Disco Gramy**
- 5.25 Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News**
- 9.15 Malanowski i partnerzy** (368, 369): Mordercze zamiary; Stracona reputacja – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
- 10.20 Trudne sprawy** (1289) – serial parodokumentalny, Polska 2024
- 11.20 Gliniarze** (905, 906) – serial parodokumentalny, Polska 2024
- 13.25 Dlaczego ja?** (1534, 1535): Gra o wszystko; Gdzie są nasze pieniądze – serial parodokumentalny, Polska 2026
- 15.30 Wydarzenia, pogoda**
- 15.55 Milionerzy** – teleturniej
- 16.35 Gliniarze** (1103, 1104) – serial parodokumentalny, Polska 2025
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.35 Sport, pogoda**

tvn HD DVBT2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1718) – serial parodokumentalny, Polska 2025
- 6.50 Kuchenne rewolucje** (1): Czechowice-Dziedzice – Irlandia – program rozrywkowy
- 7.45 Dzień dobry wakacje** – magazyn
- 11.20 Doradca smaku** (35) – magazyn kulinarny
- 11.25 Kuchenne rewolucje** (8): Mysłibórz – Domowe Obiady u Rudej – program rozrywkowy
- 12.35 Ukryta prawda** (1509, 1510, 1741) – serial parodok., Polska
- 14.55 Detektywi** (130) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
- 16.50 Szpital św. Anny** (81) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 17.55 Młode gliny** (38) – serial kryminalny, Polska 2026
- 19.00 Fakty, sport**
- 19.40 Kroniki Tour de Pologne** (1) – magazyn sportowy
- 19.45 Pogoda**
- 19.55 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 20.15 Na Wspólnej** (4256) – serial obyczajowy, Polska 2026

20 DRAMAT BIOGRAFICZNY



- 21.40 Fighter** **FILM** – USA 2010, 120 min
- Lata 80. XX w. Micky Ward jest podrzędnym bokserem. Jego sprawami zajmuje się apodyktyczna matka, a trenowaniem – brat narkoman. Zakochana w Mickym Charlene próbuje mu uświadomić, że jeśli chce osiągnąć coś na ringu, musi odciąć się od rodziny.
- 23.40 Tour de Pologne – kroniki** – cykl felietonów
- 23.50 Świat bez fikcji: Wanda. Ostatnia z oddziału** – film dokumentalny, Polska 2024
- 0.55 Światło między oceanami** **FILM** – dramat obyczajowy, Wielka Brytania/Nowa Zelandia/USA 2016, reż. Derek Cianfrance, wyk. Michael Fassbender, Alicia Vikander, Rachel Weisz, Florence Clerly, 160 min
- 3.35 Wykrywacz kłamstw** – program publicystyczny
- 3.55 Pytanie dnia** – program publicystyczny
- 4.15 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 4.25 Oko na świat** – magazyn
- 4.45 Zakończenie**

OBYCZAJOWY



- 19.25 Barwy szczęścia** (3367) – Polska 2026
- Łukasz coraz bardziej oddala się od Ksawerego. W pewnym momencie, zdesperowany, postanawia go śledzić. Romeo zauważa, że Ewa przestała nosić pierścionek, który jej wręczył, co budzi w nim niepokój.
- 20.05 Omnibus – szybcy i mądrzy** (31) – teleturniej
- 20.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (31) – teleturniej
- 20.55 Postaw na milion** – teleturniej
- 21.50 Na sygnale** (885, 886) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 22.55 Matlock** (1, 2) – serial kryminalny, USA 2024, wyk. David Del Rio, Kathy Bates
- 0.40 Karol, władca Hiszpanii** (15) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015
- 1.40 Nasz dom w górach** (22) – serial obyczajowy, Niemcy 2024
- 2.35 Akacja 38** – telenowela, Hiszpania 2015-2021
- 3.30 Rodzinka.pl** – serial komediowy, Polska 2025
- 4.00 Zakończenie**

SENSACYJNY



- 20.00 Megahit: Świat w płomieniach** **FILM** – USA 2013, 170 min
- John Cale pracuje w Straży Kapitolu. Chciałby dołączyć do agencji odpowiadającej za ochronę prezydenta Sawyera, ale jego kandydatura zostaje odrzucona. Pewnego dnia mężczyzna zabiera córkę na wycieczkę do Białego Domu. W tym samym czasie terroryści przejmują kontrolę nad budynkiem i biorą zakładników. John wkracza do akcji.
- 22.50 Pierwszy śnieg** – film kryminalny, Wielka Brytania/USA/Szwecja 2017, reż. Tomas Alfredson, wyk. Michael Fassbender, Rebecca Ferguson, Charlotte Gainsbourg, Jonas Karlsson, 150 min
- 1.20 Siła rażenia** **FILM** – film sensacyjny, Rumunia/USA/Wielka Brytania 2006, reż. Michael Keusch, wyk. Steven Seagal, Lisa Lovbrand, David Kennedy, Matthew Chambers, 130 min
- 3.30 Nasz nowy dom** (301) – reality show
- 4.35 Kabaretowa Ekstraklasa** (130) – program rozrywkowy

KOMEDIA SENSACYJNA



- 20.50 Mój przyjaciel szpieg – Wieczne Miasto** **FILM** – USA 2024, 140 min
- HIT DNIA** Zaprawiony w szpiegowskich misjach JJ zgłasza się do pomocy w opiece nad licealnym chorem jego pasierbicy Sophie, który ma wystąpić w Watykanie. Agent, przemierzając historyczne miejsca Włoch, nie wie, że stał się pionkiem w grze terrorystów.
- 23.10 Transformers: Ostatni rycerz** **FILM** – film s.f., USA/Chiny/Kanada 2017, reż. Michael Bay, wyk. Mark Wahlberg, Anthony Hopkins, Josh Duhamel, Laura Haddock, 195 min
- 2.25 Co za tydzień** – magazyn kulturalny
- 3.10 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 3.30 Wallander 2** (5) – serial kryminalny, Szwecja/Niemcy/Dania 2009
- 5.15 Nauka jazdy 5** (3) – program rozrywkowy



- 5.20 Ten moment** (11) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (842-844) – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 8.45 Ukryta prawda** (1354, 1477, 1478) – serial paradokumentalny, Polska 2014
- 11.50 W-11 – Wydział Śledczy** (1147-1149) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2018
- 13.55 Kryminalni 2** (8): Gorzki weekend – serial kryminalny, Polska 2005
- 15.00 Szpital** (814, 815) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (522): Działkowiec – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010. Byli wojskowi rzekomo pobili i uwięzili w swojej ziemiance sąsiada. Twierdzi, że poszkodowany usiłował go okraść.
- 18.00 SOS Ekipy w akcji** (34) – serial paradokumentalny, Polska 2018. Funkcjonariusze zauważają szarpaninę dwóch kobiet. Okazuje się, że doszło do porwania niemowlęcia. Młoda matka oskarża swoją znajomą, że ta ma coś wspólnego ze zniknięciem dziecka.
- 19.00 Ukryta prawda** (1545) – serial paradokumentalny, Polska 2023. Taksówkarz Marcin odkrywa na tylnym siedzeniu niewielką torbę. W środku znajduje się kilogramowa sztabka złota. Kierowca postanawia poczekać, czy właściciel zgłosi się po zgubę.

THRILLER



20.00 Niezapomniany

FILM – USA 2017, 135 min

Małżeństwo Tessy i Davida nie przetrwało próby czasu. Kobieta nie może się z tym pogodzić. Jej były mąż szybko znajduje nową miłość, Julię. Zamierza ją poślubić. Zazdroсна Tessa postanawia zniszczyć życie swojej rywalki. Nie przebiera w środkach.

22.15 Bez kompleksów

(5) – program rozrywkowy

23.15 Epidemia

FILM – film sensacyjny, USA 1995, reż. Wolfgang Petersen, wyk. Dustin Hoffman, Rene Russo, Morgan Freeman, Kevin Spacey, 160 min. Epidemiolog Sam Daniels trafia do osady, której ludność została zdezorientowana przez tajemniczą chorobę. Wywołują ją wirus przenika do Kalifornii.

1.55 After

FILM – melodramat, USA 2019, reż. Jenny Gage, wyk. Josephine Langford, Hero Fiennes Tiffin, Khadija Red Thunder, 125 min

4.00 Fachowcy 2

(11) – serial paradokumentalny, Polska 2018

4.35 Dorota was urządził! (10) – program rozrywkowy



- 6.00 Policjanci z Miami 3** (22, 23): Wikingowie piekiel!; Wszyscy robią w show-biznesie – serial kryminalny, USA 1987
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (15, 16): Bollywood; Autohaker – serial sensacyjny, Niemcy 2017
- 10.00 Maria z przedmieścia** (87, 88) – telenowela, Meksyk 1995
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (130) – serial obyczajowy, Meksyk 2008. Patricio uczestniczy w przesłuchaniu Isabeli. Marichuy wierzy, że Juan Miguel i Bianca się pobrali. Isabela zrzuca całą winę na Estefanię. Ana Julia dowiadyuje się, że Marichuy nie widzi.
- 13.00 Wspaniałe stulecie** (64) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 Kurierzy 2** (49) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 11** (570, 571) – serial obyczajowy, Polska 2022
- 17.00 Kurierzy 2** (50) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023. Do kraju wraca Robert mieszkający przez wiele lat w Stanach. Odwiedza fotografa Zanettiego. Desperacko poszukuje pewnego starego zdjęcia. Jest gotów zapłacić za nie każde pieniądze.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (987, 988) – serial obyczajowy, Polska 2022. Cierpiący na raka płuc Maciek i jego żona spodziewają się dziecka. Chory uważa, że onkolog zignorował jego dolegliwości. Poznaje Roberta, który też pragnie wyrównać rachunki z lekarzem.

DRAMAT WOJENNY



20.00 Terytorium wroga

FILM – Francja 2011, 135 min

Grupa komandosów pod dowództwem Kovaksa dostaje zadanie uwolnienia porwanej w Afganistanie dziennikarki. Pozbawionych wsparcia żołnierzy oraz ich podopieczną czeka mordercza wędrówka przez góry Hindukusz.

22.15 Śmiertelna eskorta

FILM – thriller, USA 2024, reż. Dolph Lundgren, wyk. Dolph Lundgren, Christina Villa, Kelsey Grammer, Michael Paré, 105 min

0.00 6 kul

FILM – film sensacyjny, USA 2012, reż. Ernie Barbarash, wyk. Jean-Claude Van Damme, Joe Flanigan, Anna-Louise Plovman, Charlotte Beaumont, 135 min

2.15 Dzielnica strachu 10

(446): Schiza – serial kryminalny, Polska 2025-2026

3.15 Lombard. Życie pod zastaw 18

(983) – serial obyczajowy, Polska 2026

4.20 Taki jest świat 11

(31) – program informacyjny

5.00 Dzielnica strachu 10

(449): Lokator – serial kryminalny, Polska 2025-2026



- 5.50 Ale numer! 22** (2) – pr. rozrywk.
- 6.20 Cosie-Ktosie** (26) – serial anim.
- 6.30 Kajko i Kokosz 2** (26) – serial animowany, Polska 2021
- 6.45 SamSam: Kosmiczne przygody** (16) – serial anim.
- 7.00 Blaze i megamaszyny 6** (23) – serial animowany, USA 2020
- 7.30 Psi Patrol 2** (15) – serial anim.
- 7.50 Dora** (7) – anim., Kan./USA 2024
- 8.30 Wielkie przygody małego rekina 2** (2) – serial dla dzieci, USA/Korea Południowa 2023
- 8.50 Masza i Niedźwiedź 6** (3, 4) – serial animowany, Rosja
- 9.20 Straszne historie Maszy** (26) – serial animowany, Rosja 2016
- 9.25 Świnka Peppa 2** (50-52) – anim.
- 9.45 Bing** (43, 44) – serial animowany
- 10.00 Język i Przyjacieł** (3, 2) – anim.
- 10.35 Spidey i superkumple 2** (33, 32) – serial anim., USA 2022
- 11.35 Gus. Mały – wielki rycerz** (29, 30) – serial anim., Fr. 2021
- 12.00 Psi Patrol** (12) – serial anim.
- 12.35 Marta mówi** (33) – serial anim.
- 13.00 Smerfy** (212, 211) – serial anim.
- 14.00 Baranek Shaun 4** (13-15) – serial anim., Wielka Brytania
- 14.35 My Little Pony: Przyjaźń to magia** (6) – anim., USA/Kan. 2011
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2** (43, 44) – anim., Fr./Jap./Korea Południowa 2017
- 16.00 Fineasz i Ferb 2** (27, 28) – serial animowany, USA 2007-2011
- 17.00 Smerfy** (1, 2) – serial anim., Bel.
- 18.00 Pingwiny z Madagaskaru** (15, 16) – serial animowany, USA
- 19.00 Kacze opowieści** (22, 23) – serial animowany, USA 1987

OBYCZAJOWY



20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18

(975) – Polska 2026

Andżela wraca z ośrodka medytacyjnego. Choć jest głodna i niewyspana, zdaje się zadowolona z wyjazdu. Roman jest zaniepokojony. Również Becia zwraca się do Kazimierzowi, że zauważyła dziwne zachowania u pracownicy.

21.00 Dzielnica strachu 10

(457, 458): Zabójczy nokaut; Zaraz wracam – serial kryminalny, Polska 2025-2026

23.00 Wstydlive choroby 5

(6, 7) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2011

1.00 Dzielnica strachu 10

(453): Polowanie z nagonką – serial kryminalny, Polska 2025-2026

2.00 Lombard. Życie pod zastaw 12

(658) – serial obyczajowy, Polska 2023

3.00 Lombard. Życie pod zastaw 5

(224) – serial obyczajowy, Polska 2019

4.00 Niesamowite!

(18, 19) – serial dokumentalny, Polska 2014

5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10

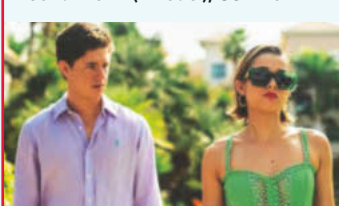
(522) – serial obyczajowy, Polska 2022



THE UPSHAW 7

Ostatni sezon popularnego serialu, w którym zostaną zamknięte wszystkie wątki dotyczące pracowniczej rodziny z Indiany. Bennie Upshaw i jego bliscy mierzą się z nowymi trudnościami – od kampanii wyborczej Reginy (Kim Fields), przez rozmaite moralne rozterki, po wyzwanie codzienności.

► serial kom. (12 odc.), USA 2021



OAZA

Oaza to elegancki kurort dla bogaczy. Oferuje prywatne plaże i dyskretną, lecz skuteczną ochronę. Sielankowa atmosfera pryska jednak w chwili, w której na teren ośrodka wkracza policja, by wyjaśnić sprawę zaginięcia gościa. Nikt nie może opuścić Oazy, dopóki porywacz nie zostanie ujęty.

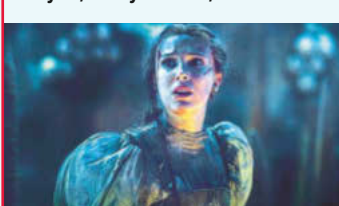
► krym. (8 odc.), Hiszpania 2026



ELIZE: CIENIE KOBIETY

Historia inspirowana prawdziwymi wydarzeniami. Dawna eskortka (Lorena Comparato) poślubiła wpływowego przedsiębiorcę. Z czasem związek pary zaczyna się rozpaść pod naporem tajemnic, narastającej zazdrości i potrzeby wzajemnej kontroli. W końcu kobieta postanawia pozbyć się partnera.

► krym., Brazylia 2026; 93 min



DAMA

Elodie (Millie Bobby Brown) z poczucia obowiązku wychodzi za mąż za księżną. Wkrótce okazuje się, że rodzina królewska widzi w niej tylko kolejną ofiarę, której potrzebuje do utrzymania harmonii w kraju. Aby spłacić starożytny dług, wtrąca ją do jaskini smoka. Elodie musi stanąć do walki o przetrwanie.

► film przyg., USA 2024; 108 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM HD	HBO HD
6.25 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (11) – serial kryminalny, USA 2012 7.10 Ostry dyżur 2 (11, 12) – serial obyczajowy 9.00 Castle 4 (13, 14) – serial kryminalny 11.00 MacGyver 4 (11, 12) – serial akcji, USA 2020 12.55 Dowody zbrodni 2 (16, 17) – serial kryminalny, USA 2004 15.00 Agenci NCIS: Hawaje 2 (12, 13) – serial kryminalny 17.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (11, 12) – serial krym., USA/Kanada 2004 19.10 Castle 4 (15, 16) – serial kryminalny	5.35 Rodzinka.pl (120) – serial kom., Pol. 2013 6.05 Na sygnale (502, 503) 7.15 Ojciec Mateusz 4 (52) – krym., Pol. 401 8.10 Komisarz Alex 4 (41) 9.05 Rodzinka.pl (121) 9.45 Klan (1468) – telen. 10.15 Ranczo 10 (119, 120) 11.55 Komisarz Alex 4 (42) 12.45 Ojciec Mateusz 31 (402-404) – krym., Pol. 15.35 Komisarz Alex 4 (43) – serial krym., Polska 16.25 Na sygnale (504, 505) – serial fab.-dokum. 17.35 Ranczo 10 (121, 122) – serial obycz., Polska 19.30 Ojciec Mateusz 31 (405) – krym., Pol. 2024 20.30 Ojciec Mateusz 4 (53) – krym., Pol. 2010	9.00 Niewiarygodne przygody Marka Piegusa (1, 2) – przyg. 10.05 W deszczowy dzień w Nowym Jorku – komedia, USA 2019, 105 min 11.50 Głos Carusa – narodziny nagrań muzycznych – film dokum., Włochy 2022 13.05 Kosmos 1999 (17) – serial s.f. 14.10 Hrabina Cosel – film hist., Polska, 170 min 17.00 Niewiarygodne przygody Marka Piegusa (3, 4) – serial przygodowy, Pol. 1966 18.15 Dźwięk Nowego Jorku (10) – serial dok. 18.55 Rawhide (21) – przyg.	6.30 Polska z góry 2 (9) – serial dok., Pol. 2018 7.00 Wszyscy święci – film obyczajowy, Polska 2002, 110 min 8.50 The Office Pl (1, 2) – kom., Pol. 2021-2022 10.00 Vigil 2 (5, 6) – serial sensacyjny, Wlk. Bryt. 12.35 Vera 10 (4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt. 14.30 Pies przed sądem – komedia obyczajowa, Szwajcaria/Francja 2024, 105 min 16.15 Niebo Montany – film obyczajowy, USA 2007, reż. Mike Robe, wyk. Ashley Williams, 120 min 18.15 Vera 11 (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.	9.15 Naturalna dzikość serca – film dokum., Norwegia 2024 10.40 W kogo ja się wrodziłem? – obycz., Polska 2001, 60 min 11.40 Zmierzc – film fantasy, USA 2008, 120 min 13.40 Zgred – dram. obycz., Pol. 2025, 85 min 15.05 Ekstremalne opady: niszczycielski żywioł – film dokum., USA 2026 15.55 The Holiday – komedia romant., USA 2006, 135 min 18.10 Łapę capu – pr. rozr. 18.15 Listy do Julii – komedia romant., USA 2010, 105 min	7.25 Grinch – anim., Fr./Jap./USA 2018, 85 min 8.50 Wieżowiec labiryntu – thriller, USA/Kanada/Wielka Brytania 2014, reż. Wes Ball, 110 min 10.40 W skrócie – komediodramat, Niemcy 2024, 105 min 12.25 Million minut – dram. obyczajowy, Niemcy 2024, 125 min 14.30 Zmierzc – film fantasy, USA 2008, 120 min 16.30 Makbet – dram. obycz., Wlk. Bryt./Fr./USA 2015, 110 min 18.20 Wielka mała koza – anim., USA/Brazylia/Japonia 2026, 100 min 20.00 Ród smoka 3 (7)
KRYMINALNY	OBYCAJOWY	DRAMAT KRYMINALNY	DRAMAT KRYMINALNY	KRYMINALNY	KOMEDIOWY
21.05 FBI: International 4 (16) – USA 2024-2025 Rodzina biznesmena Mayfielda zostaje uprowadzona w Pradze. Porywacze żądają okupu w kryptowalucie. Driscoll prosi Mitchella i Fly Team o wsparcie. 22.10 FBI: Most Wanted 4 (19) – serial kryminalny 23.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (11, 12) – serial krym. 0.50 Castle 4 (15, 16) 2.50 FBI: International 4 (16) – serial kryminalny 3.45 FBI: Most Wanted 4 (19) – serial kryminalny	21.30 Ranczo 10 (123, 124) – Polska 2016 Biskup Koziół coraz bardziej przeżywa kandydaturę swojego brata w wyborach na urząd prezydenta. Tymczasem Węclawski składa Pietrkowi pewną propozycję. 23.20 Ojciec Mateusz 31 (406) – krym., Pol. 2024 0.20 Prokurator (1) – serial kryminalny, Pol. 2015 1.15 Londyńczycy (4, 5) – serial obycz., Polska 3.15 Stulecie Winnych 2 (23) – obycz., Pol. 2020 4.05 Klan (1468) – telen. 4.35 Pan Mama (41)	20.00 Basen – Francja/FILM Włochy 1969, 135 min Marianne spędza wakacje w Saint-Tropez ze swym ukończonym, Jean-Paulem. Nie spodziewanie odwiedza ich jej dawny kochanek, Harry. Zazdrosny partner topi go w basenie, pozorując wypadek. 22.15 Piskie – horror, Finlandia/Szwecja 2022, reż. Hanna Bergholm, 100 min 23.55 Muzyka w zabytkach (1) – film dokum., Fr. 2022 0.55 Kulturalni (29) – magazyn kulturalny	20.10 Fernalna noc – USA FILM 2014, 130 min Platny zabójca Jack przewozi torbę z nieznana zawartością do hotelu na odludziu, gdzie ma ją odebrać mafioso. Będzie musiał chronić cenną przesyłkę i stoczyć walkę o życie. 22.20 Miasteczko Cut Bank – thriller, USA 2014, 120 min 0.20 Czerwone niebo – komediodramat, Niemcy 2023, 125 min 2.25 Minuta ciszy (6-ost.) 3.30 Ułtama Thule – dram. obyczajowy, Polska 2023, 80 min	20.00 Spirala kłamstw (3) – Francja/Belgia 2025 Hugo zostaje zastrzelony. Morgane trafia do aresztu, skąd wyciąga ją Simon. Razem wpadają na trop Vincenta, właściciela klubu surfingowego i dilerka narkotyków. 20.55 Dirty dancing – film muzyczny, USA 1987, 100 min 22.35 Dreams – melodramat, Meksyk/USA 2025, reż. Michel Franco, 95 min 0.10 Ex Machina – dram. s.f., Wielka Brytania 2014, 105 min	21.00 Miniaturuowa żona (7) – USA 2026 Les stopniowo popada w obsesję, a Lindy mimo nieporozumień rozmiarów przejmuję kontrolę. Skandal zagrozi jej karierze i prezentowanej przez nią wersji wydarzeń. 21.40 Babygirl – thriller, Holandia/USA 2024, reż. Halina Reijn, wyk. Nicole Kidman, Harris Dickinson, Antonio Banderas, 110 min 23.30 Na rauszu – komediodramat, Dania/Holandia/Szwecja 2020, 115 min
AXN WHITE	WARNER TV	CANAL+ FILM	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 2 HD
8.00 Szpital nadziei 5 (7) 9.00 Dom nad rozlewiskiem (12, 13) – obycz., Pol. 2009 11.10 Agenci NCIS 11 (15-17) 14.05 Szpital nadziei 5 (8) 15.05 Gwiazdka w Wiedniu – film obycz., USA/Austria 2019, 115 min 17.00 Boże Narodzenie po angielsku – film obycz., Wlk. Bryt. 2019, 120 min 19.00 Szpital świętej Marii (2) 20.00 Dowody zbrodni 3 (20, 21) – serial kryminalny 22.05 Rekrut 2 (1) – serial krym. 23.00 Agenci NCIS 11 (15-17) 1.45 Dowody zbrodni 3 (20, 21) – serial kryminalny	8.40 Bajer z Bel-Air 6 (15, 16) 9.35 Prawo Agaty 4 (5) 10.35 Pelniczka chata 2 (6, 7) 11.50 Teraz albo nigdy! (2, 13) 12.50 Teraz albo nigdy! (3) 13.45 Bajer z Bel-Air 6 (15-18) 15.40 Pelniczka chata 2 (6-9) 18.05 Jackie Chan: Pierwsze uderzenie – film sensacyjny, USA/Hongkong/Ukraina 1996, 95 min 19.40 Rodzinne rewolucje – komedia, USA 2014, reż. Frank Coraci, 140 min 22.00 Złoto pustyni – film wojenny, 1999, 130 min 0.10 Zakleci w czasie – dram. s.f., USA 2009, 125 min	8.35 Dziki robot – film animowany, 2024, 100 min 10.15 Łapę capu – pr. rozryw. 10.30 Długi weekend – film 11.45 Miss mokrego podkoszulka – komedia, Polska 2002, 55 min 12.40 Lisa Minelli Niesamowita historia absolutnie prawdziwa 14.20 Mamma mia – komedia muz., USA/Wielka Brytania/Niemcy 2008, 110 min 16.10 Ida – dram. obycz., Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min 17.30 Call me mela – film krótkometraż., Pol. 17.55 Ultimatum Bourne'a (1) – film sensacyjny, USA/Niemcy 2007, 110 min 19.45 Łapę capu – pr. rozryw. 20.00 Thelma – komedia, Szwajcaria/USA 2024, reż. Josh Margolin, 95 min 21.35 Kiedy nadchodził jesień – dram. obyczajowy, Francja 2024, 100 min 23.15 Zabójcza orka – horror, 2026, 85 min 0.40 Zapiski śmiertelnika – komediodramat, Polska 2025, 100 min 2.20 Utrata równowagi – dram. psychologiczny, Polska 2024, 95 min 3.55 Wrooklyn Zoo – dram. obycz., Pol. 2024, 125 min	9.50 Planeta Singli. Osiem historii (5) – serial komediowy, Polska 2021 10.55 Naruto 4 (2-4) – serial anime, Japonia 2004 12.25 Łapę capu Extra (7) – program rozrywkowy 13.00 Karl Lagerfeld. Objawienie (1, 2) – serial dokumentalny, Fr. 2023 14.30 Naruto 3 (27, 28) – serial anime, Japonia 2003-2004 15.30 Naruto 4 (1) – serial anime, Japonia 2004 16.00 Łapę capu – program rozrywkowy 16.20 Wszystkie kolory świata 5 (1, 2) – serial dokumentalny, Fr. 2024 18.15 13 posterunek 2 (16-18) – serial komediowy, Polska 20.00 Czarnowieś Mayfair (7, 8) – serial fantasy, USA 2023 21.35 Czarna woda – film krótkometrażowy, Pol. 2023 22.00 Maria Antonina (5, 6) – serial biograficzny, Francja 2022 0.00 Kruk. Czorny Woron nie śpi (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2021 1.55 Kiedy ślub? (1, 2) – serial komediowy, Polska 2017 3.40 Belfer 2 (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2017 5.30 Twardzielki (6) – serial dokumentalny, Polska 2019	6.55 Lotnisko na Alasce 3 (5) 8.00 Porzucone konstrukcje (12) – serial dok., Wlk. Bryt. 9.00 Okrety wojenne (10) 9.55 Co poszło nie tak (4) 11.00 Polska z góry: Stadion (1) – serial dok., Polska 2024 11.30 Champions Club – mag. 13.05 Klopp: transfer stulecia (1) – dok., Wlk. Bryt. 2020 14.00 Chwila prawdy (6) – dok. 15.00 Okrety wojenne (1) – dok. 16.00 Lotnisko na Alasce 3 (6) 17.00 Klopp: transfer stulecia (1) – dok., Wlk. Bryt. 2020 17.55 Porzucone konstrukcje (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 18.50 Chwila prawdy (5) – dok. 19.50 Hot Roads – Najniebezpieczniej drogi świata (1) – serial dok., Niem. 2011 20.45 Co poszło nie tak (4) 21.50 Speedshop: warsztat marzeń (5) – serial dokum. 23.05 Lotnisko na Alasce 3 (4) 0.00 Piłkarze na podsluchu (1) – serial dok., Polska 2022 0.55 Projekt Fighter (5) 2.00 Twardzielki (1) – dok., Pol. 2.35 Przykrzykownicy. Podwójna gra (8) – dok. 3.45 Zwierzęta Wajraka 3 (3, 4) – serial dok., Pol. 2022 4.55 Pogotowie remontowe Wieszka 3 (12) – mag. 5.30 Pogotowie remontowe Wieszka 4 (1) – mag.	14.20 Ciągnie świnki do... wilkołaka – film anim. 14.30 Emotki – film animowany, 2017, 85 min 15.55 Pan Popper i jego pingwiny – komedia, USA 2011, 90 min 17.25 Kaskader – komedia sensacyjna, 2024, 125 min 19.30 Blue Moon – dram. biograficzny, USA/Irlandia 2025, 100 min 21.10 Mumia: Film Lee Cronina – horror, Irlandia/USA 2026, reż. Lee Cronin, wyk. Jack Reynor, 130 min 23.20 Wasza wysokość – kom. przyg., 2011, 100 min
AXN BLACK	POLSAT SERIALE				HBO 3 HD
12.40 Kobra – oddział specjalny 12 (7) – sens. 13.45 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 5 (2) – serial sens. 14.45 Drużyna A 3 (18) – sens. 15.45 Nieustraszone 2 (11) – serial sensacyjny, USA 16.50 Zagadki z przeszłości 2 (22) – przyg., Fr./Niem./Kan. 17.55 Gwiezdne wrota 6 (13-15) – serial s.f., USA/Kan. 21.00 Saga „Zmierzc” : Przed świtem. Część 1 – film fantasy, USA 2011, reż. Bill Condon, 135 min Wykiwać klawisz – komedia obyczajowa, USA 2005, 135 min	6.00 Gliniarze (229-231) – serial parokomediowy, Pol. 8.55 Cobra Kai (2-8) – przyg. 13.05 Kowalscy kontra Kowalscy (29-32) – obycz. 15.05 Świat według Kiepskich (455-458) – serial kom., Pol. 17.05 Strażnik Teksasu (1-4) – serial sensacyjny, USA 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (191) – serial krym., USA/Kanada 21.55 Malanowski i partnerzy (468-471) – serial fab.-dok. 23.55 Ślad (84-86) – serial krym. 2.55 Święty (252, 253) – kom. 4.05 Strażnik Teksasu (5, 6) – serial sensacyjny, USA				13.05 Pingwiny z Madagaskaru – film animowany, 2014, 90 min 14.35 Władca Pierścieni: Drużyna Pierścienia – film fantasy, USA/Nowa Zelandia 2001, 175 min 17.30 The Last Showgirl – dram. obyczajowy, USA 2024, 90 min 19.00 Białe Lotos 2 (6) – kom. 20.05 Tamstaj 8 – serial grozy 22.00 Ród smoka 3 (7) – fantasy 23.50 Miniaturuowa żona (7) 23.50 Witajcie w Derry (4) 23.50 Ostatni pojedynek – film historyczny, 2021, 150 min 2.20 Ród smoka 3 (7) – fantasy

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD	COMEDY CENTRAL HD	TVN FABUŁA HD	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA DVB-T2
6.05 Górale (36-38) – serial dokumentalny, Pol. 7.25 Doktor Martin (52) – serial obyczajowy 8.25 Przyjaciółki (167, 168) – obycz., Pol. 10.25 Świat według Kiepskich (24, 25, 115, 116, 204, 207) – serial kom., Polska 14.25 Kevin sam w domu – komedia, USA 1990, reż. Chris Columbus, 130 min 16.35 Szybcy i wściekli 5 – film sensacyjny, USA 2011, reż. Justin Lin, 165 min 19.20 Lot 93 z Newark – dramat sensacyjny, USA 2006, reż. Peter Markle, 100 min	6.00 Tata ma plan (2, 3) – serial komediowy 7.00 Dwóch i pół 8 (14-16) – serial komediowy 8.25 Dwóch i pół 1 – serial komediowy 8.55 Przyjaciecie 2 (1-6) – serial komediowy 11.55 Teoria wielkiego podrywu 11 (11-16) – serial komediowy 14.30 Dwóch i pół 2 – serial komediowy 15.00 Dwóch i pół 9 (3-5) – serial komediowy, USA 2011-2012 16.30 Przyjaciecie 2 (7-12) – serial komediowy, USA 1996 19.30 Duchy (11, 12) – serial fantasy, USA/Wielka Brytania 2021	5.05 Szkoła (806) – serial paradokum. 6.00 Filmowe duety (5) 6.30 Dziewczyny z Hollywood 2 (1) 6.45 Zakochani po uszy (125, 126) – telen., Pol. 7.45 Detektywi (149-152) – serial fab.-dokum. 9.50 Prawo Agaty 5 (4) 10.55 Lekarze (11) – obycz. 11.55 Zapukaj do moich drzwi (28, 29) – telen. 13.55 Prawo Agaty 5 (3) 14.55 Detektywi – fab.-dok. 16.05 Na Wspólnej (21, 22) – serial obycz., Polska 17.10 Top 100: filmy wszech czasów (3) 17.50 Step Up: Taniec zmysłów – film muz., USA 2006, 130 min	6.05 Knok (1) – serial krym. 6.55 Zagadki Hailey Dean: Chęć zabijania – film kryminalny, USA 2020, reż. Michael Robison, 110 min 8.45 Zabójstwo w Strasburgu – thriller, Francja 2016, 120 min 10.45 Mentalista 4 (7-10) – serial kryminalny 14.25 Darrow i Darrow – film kryminalny, USA/Kanada 2017, 115 min 16.20 Morderstwa w Lotaryngii – film kryminalny, Francja/Belgia 2019, 120 min 18.20 Mentalista 4 (11-14) – serial kryminalny	6.55 Polska Kronika Filmowa – serial dok. 7.20 Podróż kapitana Klipera (8, 9) – anim. 7.45 Bolek i Lolek (5, 6) 8.05 Reksio (13) – anim. 8.20 Diabeł – film krótkometraż., 2022 8.45 Siedem życzeń (1) – serial przygodowy 9.45 Podróż za jeden uśmiech – film przyg., 1972, 115 min 11.40 Pan Wołodyjowski – hist., 1968, 200 min 15.00 Ranking najpolskiego kina (2) 15.45 Komedia małżeńska – komedia obyczajowa, 1993, 130 min 17.55 Cztery pancerni i pies (6, 7) – wojenny	6.00 Kabaretowe hity (1) 6.50 Wojciech Cielkowski – boso przez świat 7.55 Robert Makłowicz (218, 205) – mag. kulin. 9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (11) – serial krym., Australia 10.55 Górski lekarz (13) (16) – serial obycz., Niemcy 11.55 Górski lekarz 14 (1) – serial obyczajowy 12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (12) – serial krym., Australia 14.00 Zajazd. Będzie się działo (11, 12) 16.00 Katastrofy w przestworzach (13, 7, 4) – dok., Kan. 19.00 Aukcja w ciemno 2 (25, 26) – serial dokum.
DRAMAT SENSACYJNY	KOMEDIOWY	PRZYGODOWY	KRYMINALNY	KOMEDIODRAMAT	THRILLER
21.00 Kryzys – Kanada/FILM Belgia 2021, 150 min W USA trwa epidemia uzależnień od opioidów. Agent tropi przestępcę, który organizuje przemysł fentanylu. Zmagająca się z nalożeniem Claire szuka syna. 23.30 Tropiciel – film przygodowy, USA/Kanada 2007, 135 min 1.45 Gliniarze (644) – serial paradokum. 2.45 Fala zbrodni (90, 91) – serial sens., Pol. 2007 4.45 Na ratunek 112 (887, 888) – serial paradokum., Pol. 2024	20.30 Teoria wielkiego podrywu 11 (17-19) Howard i Bernadette muszą zdecydować, kto zostanie w domu z dziećmi. Koncern farmaceutyczny, w którym pracuje Penny, ma współpracować z Billem Gatesem. 22.00 The Office PL 4 (4, 5) 23.05 Comedy Club (4, 5) 0.05 Miasteczko South Park 4 (12, 13) 1.00 Pracoholicy 6 (1, 2) 2.00 Śmiesznie nie będzie 3 (1, 2) – rozr. 3.00 Miasteczko South Park 4 (9-11) 4.30 Comedy Club (10)	20.00 Assassin's Creed – USA/Francja/Wielka Brytania 2016, 155 min Skazaniec Callum Lynch odkrywa prawdę o swoim przodku. Zostaje wojownikiem o niezwykłych zdolnościach. Wkrótce musi stawić czoło potężnej organizacji. 22.35 Trzy tysiące lat tęsknoty – film fantasy, USA/Australia 2022, 125 min 0.40 Ostatnie tchnienie – thriller, Niemcy 2023, 115 min 2.35 Motywy filmowe (1, 2) – magazyn film.	22.00 Astrid i Raphaëlle (1, 2) – Francja/Bel./Szwajcaria 2019 Znany prawnik umiera. Prawdopodobną przyczyną zgony był silny strach. Raphaëlle i Astrid rozpoczynają śledztwo w sprawie rzekomo nawiedzonego domu. 0.15 Niewidomy detektyw (8) – krym. 2.10 Morderstwa w Lotaryngii – krym., Fr./Bel. 2019, 120 min 4.10 Zabójstwo w Strasburgu – thriller, Francja 2016, 110 min	20.00 7 uczuć – 2018, 150 min Adam Miauczyński nie umie nazywać towarzyszących mu emocji. Wraca myślami do czasów dzieciństwa. Wspomina swoją rodzinę, przyjaciół i dawną miłość. 22.30 Lokatorka – dramat krym., 2021, 145 min 0.55 Game Over – dramat obycz., 2024, 110 min 2.45 Po miłość – dramat obycz., 2021, 120 min 4.45 Wagary – film krótkometraż., 2024 5.35 High Life – film krótkometraż., 2024	20.00 Kontrakt na zabijanie – Niemcy/USA 2006, 120 min Były stróż prawa Ray podczas wycieczki z synem spotyka zbiegłego bandytę. Chce przekazać go w ręce policji. Na pomoc kryminaliście ruszają jego wspólnicy. 22.00 Ekstradycja (1, 2) – serial sens., Pol. 1995 0.30 Prawo ojca – dramat sensacyjny, Polska 1999, 135 min 2.45 Obrońca – film sens., USA/Niemcy/Rumunia 2004, 125 min
CINEMAX HD	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD	SCI FI	FX HD	FILMBOX+ ONE HD	ROMANCE TV HD
12.00 Wzgórza Gaby 12.25 Piękna i Bestia – film fantasy, 2014, 110 min 14.15 Hulk – dramat s.f., USA 14.15 2003, reż. Ang Lee, 140 min 16.35 Szczęśliwy dzień – komediodramat, Norwegia 2023, 110 min 18.25 Wrzesniowe dzieci – dramat sensacyjny, Szwajcaria 2024, 95 min 20.00 Piłki – komediodramat, Francja 2025, 125 min 22.05 Portland Tower (1-3) 0.25 Deszcze nad klubem – komediodramat, 2025, 115 min	13.25 Święty (19, 20) – kom., Pol. 14.25 Spadkobiercy (11) – rozr. 15.25 Co ludzie powiedzą? 2 (6) – serial kom., Wlk. Bryt. 16.05 Jedną nogą w grobie 6 (2) – serial kom., Wlk. Bryt. 16.55 Czarna Żmija 3 (2) – kom. 17.35 Bob kocha Abisholę (18-20) – serial komediowy 19.00 Dwóch i pół 8 (14-16) 20.30 Dwóch i pół 1 – kom. 21.00 Świat według Kiepskich (4-6) – serial kom., Pol. 2011 22.30 Co ludzie powiedzą? 2 (7) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.05 Jedną nogą w grobie 6 (3) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.50 Czarna Żmija 3 (3) – kom.	8.00 Bibliotekarze 3 (1, 2) 9.50 Medium 2 (13, 14) – krym. 11.40 Zagubiona tożsamość 4 (11, 12) – serial s.f., USA 13.30 Małpa i Mechmalpa: Nowy porządek – film s.f., USA 2024, 110 min 15.20 Medium 2 (15, 16) – krym. 17.10 Zagubiona tożsamość 4 (13) – serial s.f., USA 2014 18.05 Zagubiona tożsamość 5 (1) – serial s.f., Kanada 2014 19.00 Przygody Merlina (1, 2) 21.00 Sahara – film przygodowy, FILM USA/Hiszpania/Niemcy 2005, 150 min 23.30 183 metry strachu – thriller, USA 2016, 115 min	9.00 SkyMed (5) – obycz., Kan. 10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (24, 1) – serial krym. 11.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (2, 3) 13.45 Agenci NCIS 8 (5, 6) 15.35 CSI: Kryminalne zagadki Miami (2, 3) – serial krym. 17.25 Z archiwum X (13, 14) 19.15 Agenci NCIS: Sydney (5) 20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (4, 5) 22.00 The Hunting Party (3) 22.55 Z archiwum X (14) – s.f. 23.50 Punisher – film sens., FILM Niemcy/USA 2004, 155 min 2.25 CSI: Kryminalne zagadki Miami (2, 3) – serial krym.	8.05 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (6) – krym. 9.10 Panna Scarlet i komisarz 3 (1) – krym. 10.15 Panna Marple: Karaibskie tajemnice – film krym., 2013, 120 min 12.15 Hudson i Rex 4 (11, 12) 14.15 Poirot 7 (2) – serial krym. 16.40 Strażnik Teksa (18, 19) 18.55 Poirot (7) – serial krym. 20.00 G.I. Jane – dramat obyczajowy, USA/Wielka Brytania 1997, 165 min 22.45 Honor zbrojczy – film sensacyjny, 1996, 120 min 0.45 Nieuchwytny cel – film sensacyjny, 1993, 130 min	10.25 Diagnoza Betty (167, 168) 12.20 Kätthe i ja: Śpiąca Królewna – dramat obycz., Niem. 2019, 115 min 14.15 Dr Nice – Mój najukochańszy wróg – film obyczajowy, Niemcy 2025, 115 min 16.10 Pokój ze stajni: FILM Ucieczka – kom. romant., Niemcy 2022, 110 min 18.00 Górski lekarz (178, 179) 20.00 Wiza do miłości – komedia, USA 2024, reż. Brian Brough, 110 min 21.50 Bella Casa – komedia, FILM Niemcy 2014, 115 min 23.45 Górski lekarz (178, 179)
CINEMAX 2 HD	VIASAT EPIC DRAMA HD	NOVELAS+ HD	FX COMEDY HD	FILMBOX+ HITS HD	PARAMOUNT NETWORK HD
11.30 Dźwięki miłości – dramat obycz., Hiszp. 2025, 100 min 13.10 Mężczyzna, który widział niedźwiedzia – komediodramat, Francja 2025, 85 min 14.35 Malpiarnia – komediodramat, Izrael/Włochy 2023, 125 min 16.40 Kundel – obycz., Tajwan/Singapur/Fr. 2024, 130 min 18.50 Rubieże – film obyczajowy, FILM USA 2025, 100 min 20.30 Jaśniejsza od gwiazd – melodramat, Wlk. Bryt./Australia/Fr. 2009, 120 min 22.30 Pogubieni (1-3) – obycz., Wlk. Bryt. 2024, 185 min	8.20 Detektywy Murdoch 18 (21) – krym., Kan./Wlk. Bryt. 9.25 Wszystkie stworzenia duże i małe 3 (7) – obycz. 10.30 Lekarze na start (17, 18) 12.05 Zatruceni w miłości (51) 13.05 Sprawy pana Booka (1) 14.10 Agenci NCIS 17 (10) 15.10 Panna Marple: Próba niewinności – krym., Wlk. Bryt. 2007, 115 min 17.05 Poirot 13 (3) – serial krym. 19.00 Agenci NCIS 17 (11) 19.55 Poirot 5 (3) – serial krym. 21.00 Robin Hood (5) – przyg. 22.10 Sprawy pana Booka (6) 23.15 Poirot 5 (3) – serial krym. 0.25 Agenci NCIS 17 (11)	10.00 Opowieść o wyspie (10) 11.00 Otcchiań namiętności (133) – telen., Meksyk 2012 12.00 Za wszelką cenę (103) 13.00 Róże i grzechy (32) 14.00 Historia Juany (60, 61) 16.00 Róże i grzechy (33) 17.00 Za wszelką cenę (104) 18.00 Otcchiań namiętności (134) – telen., Meksyk 2012 19.00 Macocha (43) – telenowela 20.00 Opowieść o wyspie (11) 21.00 Historia Juany (61) 22.00 Róże i grzechy (33) 23.00 Za wszelką cenę (104) 0.00 Otcchiań namiętności (134) – telen., Meksyk 2012 1.00 Macocha (43) – telenowela	8.15 Simpsonowie 32 (11, 12) 9.10 Diabli nadali (18-21) 11.00 Jim wie lepiej (15, 16) 12.00 Sposób użycia 2 (6, 7) 13.00 Wszyscy Kochają Raymonda 9 (12-16) 15.30 Simpsonowie 32 (11-14) 17.30 Jak poznałem waszą matkę 5 (3-5) – serial kom. 19.00 Współczesna rodzina 10 (4-7) – kom., USA 2018-2019 21.00 Family Guy: Głowa rodziny 20 (10, 11) 22.00 Ja, szpieg – komedia sensacyjna, 2002, 120 min 0.00 Simpsonowie 32 (7, 8) 1.00 Family Guy: Głowa rodziny 20 (4, 2, 6, 7)	14.35 Rok, w którym Dolly Parton była moją mamą – komediodramat, Kanada 2011, 110 min 16.25 Magik z Nowego Jorku – komediodramat, USA 2014, 110 min 18.15 Wesele Jenny – komedia, USA 2015, 105 min 20.00 Under Fire – thriller, USA 2025, 105 min 21.45 Milczący las – dramat kryminalny, Niemcy 2022, reż. Saralisa Volm, 110 min 23.35 Mroczna korona – film fantasy, 2025, 150 min 2.05 El Boemo – dramat biograficzny, 2022, 160 min	10.30 Pingwiny z Madagaskaru 2 (17) 11.00 Naga broń: 2 akt FILM Wydział Specjalnego – kom. krym., 1988, 120 min 13.00 Czarodziejki (3, 4) 15.00 Transformery – film s.f., FILM USA 2007, 185 min 18.05 Gang Wiewióra – anim., Kanada/Korea Południowa/USA 2014, 115 min 20.00 Wybuchowa para – komedia sensacyjna, USA 2010, 145 min 22.25 Uprawdżona – film sens., Francja 2008, 100 min 0.05 Cloverfield Lane 10 – thriller, USA 2016, 140 min

CANAL+

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB T2	HISTORIA DVB T2	HISTORY HD
6.00 Jak to jest zrobione? (9, 10) – serial dokumentalny 8.00 Jak działa wszechświat? 6 – serial dokumentalny 11.00 Pogromca mitów w akcji – serial dokumentalny, USA 12.00 Inżynieria ekstremalna – serial dokumentalny, USA 13.00 Kosmiczna mapa skarbów (3): Niebezpieczne wody – serial dokumentalny 15.00 Jak działa wszechświat? (8) – serial dokumentalny 18.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny, Kanada	6.00 Celnicy na straży Europy 4 (3, 5, 4, 6) – serial dok., Hiszpania 8.00 Przerwana sielanka – serial dokumentalny 10.00 Krwawe tajemnice – serial paradokum. 12.00 Wyrok do podważenia – serial dokumentalny 14.00 Morderstwo na prowincji 6 – dok. 15.00 Morderstwo na prowincji – dok. 16.00 Morderstwo na bagnach 3 – dok. 18.00 Morderstwo w tropikach – serial dok., Wielka Brytania 20.00 Prawdziwy koszmar z ulicy Wiazów – serial dok.	12.00 Maszyny wagi ciężkiej (1-3) – dok. 15.00 Katastrofa w przestworzach (3) 16.00 Pompeje: Podróż w czasie z Tomem Hiddlestonem (1) – film dokumentalny, Wlk. Bryt./USA 2026 17.00 Sekrety starożytnej medycyny (1) – dok. 18.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Wojna z Ameryką (4, 1) – serial dokumentalny 20.00 Katastrofa w przestworzach (7) – serial dokum., Kan. 21.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (5) – serial dok., Kan.	6.00 Wehikuł czasu (803) 6.05 48h. Zaginięci (80) – serial krym., Polska 7.00 Była sobie Ziemia 8.55 Wehikuł czasu (803) 9.00 Starożytni kosmici (20) – serial dok., USA 10.00 Gwiazdy lombardu (27, 28) – reality show 12.00 Tajemnice II wojny światowej (1) – dok. 13.00 Poszukiwacze historii (3, 4) – dok. 14.00 Łowcy nazistów (9) 15.00 Truckersi przez Australię (1) – dok. 16.00 Dorwać tuńczyka (15, 1) – serial dokum. 18.00 Rolnicy. Podlasie (50, 51) – serial dok. 20.00 Galileo 28 (7) – pr. popularnonaukowy	8.30 Tajemnica Enigmy (6) – serial hist., Polska 9.10 Ex Libris – magazyn 9.40 Człowiek, który rozpoczął powstanie 10.35 W sercu Ameryki – Oregon 11.25 Wyspy Kanaryjskie (4) – serial dok., Niem. 12.25 Pomiedzy – 1944-1945 13.50 Królowie (71) – hist. 14.25 Cztery pancerni i pies (14) – wojenny 15.35 Sensacje XX wieku 18.05 Tajemnica Enigmy (7) – serial hist., Polska 19.00 Tajemnice początków Polski. Droga do królestwa – film dok., Pol. 2018	13.05 Starożytni kosmici 17 (4) – dok. 14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 5 (5) – serial dok., USA 14.50 Największe tajemnice świata 5 (14) – serial dok., USA 15.45 Gwiazdy lombardu 13 (2) 16.15 Wykute w ogniu 4 (14) – reality show 17.10 Tajne kryjówki dyktatorów (4) – dok. 18.10 Największe tajemnice świata 6 (9) – serial dok., USA 19.05 Starożytni kosmici 13 (18) – dok. 20.00 Starożytni kosmici 17 (4, 10) – serial dokumentalny
DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	SENSACYJNY	DOKUMENTALNY
21.00 Jak działa wszechświat? – USA Między gwiazdami jest wiele rozległej przestrzeni. Najnowsze odkrycia pokazują, że jest to powierzchnia niezwykle i wbrew pozorom wcale nie pusta. 23.00 NASA – archiwum tajemnic 4 – serial dok., Wielka Brytania 1.00 Jak działa wszechświat? (8) – serial dokumentalny, USA 2019 4.00 Podziemne sekrety – serial dokumentalny, USA 2017	21.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet: uciekam seryjnemu mordercy – USA Młoda kobieta wpada w sidła seryjnego mordercy znanego jako Piekarczyk Zdzisław. Cudem udaje jej się uciec i doprowadzić do tego, że sprawca staje przed sądem. 22.00 Ciało w wodzie – serial dokumentalny 23.00 Morderca z kręgu przyjaźni – dok., USA 0.00 Szokująca prawda 14 – serial dokumentalny, USA	22.00 Ostatni lot: Anatomia katastrofy (5) 19 lipca 1989 roku podczas lotu United Airlines 232 doszło do awarii silnika. Zniszczenia instalacji hydraulicznej całkowicie uniemożliwiły sterowanie samolotem. 23.00 Katastrofa w przestworzach (3) 0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (4, 6) – serial dokum. 2.00 Katastrofa w przestworzach (6) 3.00 Car S.O.S. 7 (2, 6)	21.00 Najkrwawsze bitwy drugiej wojny światowej (1): Omaha – Wlk. Bryt. Dzięki połączeniu relacji naocznych świadków i unikatowych archiwaliów twórcy ukazują, jak odwaga oraz improwizacja determinowały losy całych kampanii. 22.00 Ostatni bastion Hitlera (1, 2) – dok. 0.00 Starożytni kosmici (7) – serial dok., USA 1.00 Rolnicy. Podlasie (27-30) – serial dok. 5.00 Kolowrotek (12, 1) – magazyn wędkarski	20.00 Oficerowie (9) – Polska 2006 Oficerowie CBŚ sądzą, że na czele układu stoi Kałiński. Odkrywają, że Kanibal służy w Legii. Rita odbija Granda z konwoju więziennego. 21.00 II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa (5) – dok., Wlk. Bryt. 22.00 Putin i Zachód (2) 23.15 Sensacje XX wieku 1.35 Encyklopedia II wojny światowej 2.05 Oficerowie (9) – sens. 2.50 Cztery pancerni i pies (14) – wojenny	22.00 Największe tajemnice świata 7 (16) – USA 2026 Pod koniec wojny secesyjnej konfederaci zabrali część państwowego skarba. Twórcy programu próbują odpowiedzieć na pytanie, co stało się z ukradzionymi pieniędzmi. 23.00 Niewyjaśnione tajemnice wszechświata (7) – dok., USA 2024 23.55 David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (8) – dok. 0.50 Starożytni kosmici 17 (4) – dok.
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
6.00 Brudne skarby – dok. 14.00 Łowcy staroci: Renowacje (10, 11) – dok. 16.00 Walka o bagaż (3-6) 18.00 Łowcy staroci (9, 10) 20.00 Nawiedzona Irlandia – reality show 21.00 Spotkania z obcymi: fakty czy mity (1) – dok. 22.00 Tajemnice Alaski – dok. 0.00 Na tropie legendarnych potworów – serial dok. 2.00 Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówek – serial dokum., Polska 3.00 Mikroporygoda (5) – dok. 4.00 Pasja – sposób na życie 5.00 Łowcy staroci (3) – dok.	13.50 Patagonia. Życie na krańcu świata (6) 14.45 Zdrój/Patrioci (1) – dok. 15.50 Niewyżłone podróże kolejną 11 (5) – serial dok. 16.55 Świat z góry 7 (14) – dok. 17.25 Świat z góry (1) – dok. 17.55 Dokąd dzisiaj? 4 (117) – serial dok., Francja 2020 18.15 Polska z góry 10 (5, 6) 19.10 Mam zamek 2 (7) – dok. 19.45 Byłonce. Wielki port Fybion – film dokum., Fr. 20.50 Zapomniane królowe epoki żelaza – dok., Niem. 22.00 Triady. Chińska mafia podbija świat (1) – dok. 23.15 Planeta Seks (1) – dok.	9.00 Niewyżłony dr Pol 12.00 Najgroźniejsze zwierzęta świata (4) 13.00 Cuda Afryki (1) – dok., Hol. 14.00 Blask natury – film dok. 15.00 Wrogi świat (6) – dok. 16.00 Dziką Afryka Południową (1) – dok. 17.00 Bertie Gregory: bliskie spotkanie z motowatami – dok. 18.00 Parki Narodowe Ameryki (1) – serial dok. 19.00 Dziką konfrontacja (1) 20.00 Królestwo drapieżników (1) – dok. 21.00 Niewyżłony dr Pol 2.00 Cuda Afryki (1)	11.45 Wojny zwierząt (1) – dok. 12.50 W okowach mrozu 4 (20) 13.50 Nasza nieprzewidywalna planeta (1) – serial dokum. 14.50 Rzeczne potwory 7 (5) 15.55 W okowach mrozu 4 (20) 16.55 Dzikie tajemnice Chin 17.55 Dzienniki jaguara (1) 18.55 Rzeczne potwory 7 (5) 20.05 W okowach mrozu 4 (1) 21.00 Wulkany: odliczanie (1) 22.05 Wojny zwierząt (1) – dok. 23.15 W okowach mrozu 4 (1) 0.10 Nasza nieprzewidywalna planeta (1) – serial dokum. 1.10 Rzeczne potwory 7 (5)	11.00 Wędrowni z dinozaurami (1) – dok. 12.05 Malownicze trasy kolejowe 5 (5) – serial dok. 13.05 Wielkie koty 24/7 2 (2) 14.20 W okowach mrozu 5 16.20 Wietnamskie przygody Billa Bailey (2) – dok. 17.30 Wielkie koty 24/7 2 (2) 18.45 Malownicze trasy kolejowe 5 (6) – serial dok. 19.45 Największe zagadki nauki (4) – dok., Wlk. Bryt. 20.55 W okowach mrozu 5 22.55 Wietnamskie przygody Billa Bailey (2) – dok. 0.00 Paryż-Stambuł z Sue Perkins (5) – serial dokum.	13.00 Irwinowie – następne pokolenie 2 – serial dok. 14.00 Resocjalizacja z pitbullem 7 – serial dok. 15.00 Kot z piekła rodem 17.00 Na tropie wymarłych gatunków – serial przyrod. 18.00 Weterynarz z Gór Skalistych 7 – serial dok. 19.00 Cztery kity, cztery lapy – serial dokumentalny, USA 20.00 Zwierzęta – czego nie widać – serial dokum., USA 21.00 Klan z Alaski – serial dok. 22.00 Projekt akwarium (2) 23.00 Resocjalizacja z pitbullem 7 – serial dok. 0.00 Cuda z drewna – dok.
TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
16.15 Owady. Czy czeka nas katastrofa? – film dok. 17.05 Pociągami dookoła świata (6) – cykl dokum. 18.00 Sanatorium miłoścy 7 (4) 19.00 Legenda. Hubert Jerzy Wagner – film dok., Pol. 20.00 Góry. Granice ludzkich możliwości – film dok. 20.45 Opowieści o niedźwiedziu – dok. 21.05 Plaże Europy (1) 22.10 Kto zabił Tupaca Shakurę? – dok., Wlk. Bryt. 23.20 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn 23.25 Zabójce roboty: przyszłość wojny – dok.	8.20 48h. Zaginięci (158, 159) 10.20 Polacy za granicą (53, 54) 12.20 Wojny kontenerowe 2 13.25 Poszukiwacze historii 13.50 Świat z góry. Jedwabny Szlak (3) – dok., Singapur 15.00 Świat z góry. Zamki (1, 2) 17.20 Top 10 Największe tajemnice świata (1, 2) 18.35 Militarny top 10 (9) – dok. 19.45 Arktyka się zbliża – dok. 20.50 Poza kontrolą: Pinatubo – erupcja stulecia – dok. 22.00 Wielkie ucieczki z amerykańskich więzień – film dok., USA 23.55 Świat według Kim Dzong Una – film dok., Fr.	12.20 Złoto Jukonu 2 – dok. 13.15 Gruchoty z kanadyjskiej guszy (3) – serial dokum. 14.15 Australijscy poszukiwacze złota 7 16.10 Drwal z Vancouver Island 2 (4) – reality show 17.10 Lodowi wikingowie (4) 18.05 Złoto Jukonu (8) – dok. 19.00 Australijscy poszukiwacze złota 9 21.00 Największe budowle 3 22.00 Nago, samotnie i do domu daleko (3) 23.00 Za kratami: najcięższe więzienia na świecie 2 0.05 Nago, samotnie i do domu daleko (1)	12.20 Cesarz: powstanie i upadek dynastii (1-3) 15.20 Sekretne życie rzymskich cesarzy – dok. 16.35 II wojna światowa: cena imperium (6) – serial dok. 17.45 Największe postaci zimnej wojny (4) – dok. 18.50 Majowie: wojna pięciu królestw (1) – serial dok. 20.00 Ramzes: władca Egiptu 21.00 Najgroźniejsi ludzie Hitlera (6) – serial dokum. 22.05 Maria Stuart: listy pisane sztyfem – dok., Fr. 23.15 Tajne bazy nazistów (1) 0.10 Cesarz: powstanie i upadek dynastii (1-3)	14.10 Dla mnie już nie żyjesz 15.05 Zabójcze wakacje (8) 16.00 Pogrzebani za domem 6 17.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 2 (5) – dok. 18.00 Polskie zabójczynie (3, 4) 19.00 Ktoś ma coś do ukrycia (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 20.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (16) – dok. 21.00 Pogrzebani za domem 6 (14) – serial dokumentalny 22.00 Psy na służbie z Jimem Belushim (9, 10) – dok. 23.00 Zbrodnia: oszułak – serial dokum. 23.55 Kobiety, które niosły śmierć 13 (3) – serial dok.	8.05 Jak to robią zwierzęta? 10.10 Dziwaczne potrawy: smakowite miasta (5-8) 12.15 Budowa na końcu świata (1, 2) – serial dok. 14.20 Człowiek kontra jedzenie (9) – mag. kulin. 14.55 Kulinarne podróże z Guyem Fierim (6-9) 17.00 Dorwać komandos 19.00 Megaadulki (5, 6) – dok. 21.05 Sprawa dla medium i detektywa (4, 5) – dok. 23.10 Kobieta na krańcu świata (1-3) – serial dok. 0.55 Budowa na końcu świata (1, 2) – serial dok. 3.00 Dorwać komandos

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TVN STYLE HD
15.40 63. KFPP w Opolu – Kiedy mnie już nie będzie... 16.00 W hołdzie Magdzie Umer i Agnieszce Osieckiej 16.30 Zaraz wracam 2 (117) – serial obycz. 16.30 Barwy szczęścia (3352) – serial obycz. 17.00 Telexpress 17.20 Gra słów. 17.50 Krzyżówka (1075) 18.15 Telexpress Extra 18.15 Słownik polsko <polski (687)<br=""></polski> 18.45 Panorama 19.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu (3) – cykl reportaży, Polska 2017 19.55 Pytanie dnia – publ.	8.50 Va banque (957) 9.25 Koło fortuny (1994) 10.05 Makłowicz w podróży – mag. 10.45 Postaw na milion 12.35 Familiada – telet. 13.15 Daleko od szosy (6) 14.35 Rodzinka.pl 15.40 Program rozrywkowy 15.50 Kocham Cię, Polsko! (10) – pr. rozrywk. 17.25 Va banque (958) 18.00 Koło fortuny (1995) 18.35 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin. 19.40 Makłowicz w podróży – mag. 20.15 Postaw na milion 21.15 Kabaret Letnią Porą (41) – pr. rozrywk.	6.05 Demakijaż (1-6) – program rozrywkowy 9.00 Drugie życie sukni ślubnej (1) – program rozrywkowy 9.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (3, 4) – reality show 12.30 Oszukane (1, 2) – serial paradokum, Polska 2015 14.30 Komisarz Mama (1) – serial krym., Polska 15.30 Bogaty dom – biedny dom (123) – reality show 16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (66) – reality show 18.00 Nasz nowy dom (266, 267) – reality show, Polska	6.00 Strażnik Teksasu (19, 20) – serial sens. 7.55 Bogaty dom – biedny dom (103) – reality show 8.55 Policjantki i Policjanci (542, 543) – serial obycz., Polska 10.55 Na ratunek 112 (1140, 1141) – serial paradokum. 11.55 Diadeczkę ja? (1569, 1570) – serial paradokum. 13.55 Trudne sprawy (806-808) – paradok. 16.55 Policjantki i Policjanci (1415) – serial obycz., Polska 18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (533) – reality show	10.35 Detektywi (59, 60) 12.35 Zakup w ciemno 4 (16) – reality show 13.35 Zakup w ciemno 6 (13) – reality show 14.35 Nic do zgłoszenia 4 (8) – serial dokum., Pol. 15.35 Złomowisko PL 6 (6) 16.45 Express – pr. inform. 16.58 Pogoda, sport 17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 18 (7) 18.05 Zakup w ciemno extra (10) 18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 16 (3) 19.45 Express – pr. inform. 20.05 Zakup w ciemno 6 (14) – reality show 21.05 Zakup w ciemno extra (5) 21.45 Express – pr. inform.	5.20 Ach, ten ślub! (4) – program rozrywkowy 6.15 Anatomia piękna 2 (5) – program rozrywkowy 7.05 Co za tydzień – magazyn kulturalny 7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn 11.20 Ugotowani (1, 2) – program kulinarno-rozrywkowy 13.25 Kuchenne rewolucje (10, 9) – program rozrywkowy 15.35 I nie opuścisz Cię aż do ślubu (2, 3) – reality show 17.05 Magda gotuje internet (1) – magazyn kulinarny, Polska 2026
WOJENNY	KOMEDIOWY	ROZRYWKOWY	OBYCZAJOWY	ROZRYWKOWY	ROZRYWKOWY
20.25 Czas honoru. Powstanie (11) – Pol. Kompania broni domu. Michał odbiera nietypowy sygnał. Podejrzewa, że to instrukcja od sowieckich agentów. Namawia Słowińskiego, by odszyfrował wiadomość. 21.15 Królowa Bona (10) 22.20 Tajemnice kultowych seriali (5) 23.15 Panorama 23.45 Gabi Drzewiecka zaprasza (3) 0.30 Andrzej Wajda – Notatki 0.40 Zaraz wracam 2 (117) – serial obycz.	22.10 Rodzinka.pl (66) – Polska 2012 Kuba urządza swój nowy pokój. Negocjuje z rodzicami budżet na meble. Kacper przyprowadza do domu swoją koleżankę Zosię. Dzieciaki uczą się sztuki całowania. 22.50 Lato z Radiem i Telewizją Polską – widowisko 0.55 Koło fortuny (1995, 2059) – teleturniej 2.20 Kabaret Letnią Porą (11, 21) – pr. rozrywk. 4.20 Hity wszech czasów (15) – mag.	20.00 Kolacja w ciemno (46) – Polska Bohaterka odcinka otrzymuje menu w pięciu wersjach. Wybiera spośród nich trzy i spotyka się z ich autorami. Następnym etapem jest kolacja w restauracji. 21.05 Wzięcie kobiet (100, 101) – dok., Pol. 22.05 Miłość z internetu (5, 6) – serial dokum. 23.00 Gry małżeńskie (86, 87) – reality show 1.05 Wzięcie kobiet (69-72) – serial dokum. 3.00 Zdrady (10-12) – serial paradokum.	19.00 Policjantki i Policjanci (1416) Mikołaj i Miłosz szukają zaginionej panny młodej. Nina zniknęła podczas przymiarek sukni ślubnej. 20.00 Uroczysko (229, 230) 21.05 Sprawiedliwi. Trójmiasto (141) 22.05 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1024) 23.05 Purpurowe rzeki – thriller, Francja 2000, 140 min 1.25 Love Island. Wyspa miłości (45) – reality show, Wlk. Bryt. 2016	22.00 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (4) Andrzej i Katarzyna Gąsienicowie przekonują się, jaka jest wytrzymałość „Królów przetrwania”, a także poznają śmiarków, którzy zdecydowali się iść na całość. 23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 16 (4) 0.00 Damy i wieśniaczki. PL 11 (10) – fab.-dok. 1.00 Ciężarówka przez Wietnam (5) – dok. 2.00 Wyburzacz 9 (3, 4) 3.25 Sędzia Anna Maria Wesołowska 7 (8, 9) – serial fab.-dokum.	17.40 Kuchenne rewolucje (9, 2, 7) Magda Gessler odwiedza karczmę w stolicy Kujaw. Lokal przywodzi na myśl czasy PRL-u. Okazuje się, że prowadzi go osoby na stałe mieszkające w Londynie. 20.50 Jestem z Polski (1, 2) 22.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9 0.20 Mroczne sekrety małżeńskie (1) – dok. 1.20 Dorota nie urządzi! (12) – pr. rozrywk. 2.05 Nieoczywiste miejsca (10) – dok.
TVP HD	TVP HD	ZOOM	TLC	C+ KUCHNIA	TVN TURBO
13.20 Komisarz Alex 6 (67) 14.15 Ranczo 3 (29, 30) – obycz. 16.10 Gwiazdowska kuchnia Ani 4 (37) – magazyn kulin. 16.40 Tańcząca ze światem – Grecja (2) – magazyn 17.10 Okrasa łamie przepisy 17.45 Makłowicz w podróży 18.20 Ojciec Mateusz 27 (346) 19.20 Ranczo 10 (128) – obycz. 20.10 Rodzinka.pl (288, 289) 21.25 Ojciec Mateusz 33 (422) 22.20 W samo południe FILM – western, USA 1952, reż. Fred Zinnemann, 90 min 23.50 Weiser – dramat FILM – psychologiczny, Niem./Pol./Szwajcaria 2000, 115 min	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 – Nieokleśnane szczęście – melodramat, Niemcy/Austria 2012, reż. Thomas Hezel, 120 min 21.50 Rosamunde Pilcher: Lordowie nie kłamią – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2010, 105 min 23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	8.05 Strażnik Teksasu (1) – serial sensacyjny, USA 10.00 MacGyver 4 (2, 3) – sens. 12.05 Wojny magazyńowe: Kanada 2 (33, 34) 13.25 Sensacje XX wieku (5) 15.45 Wojciech Ciejrowski – bosy przez świat 18.00 FBI 4 (1, 2) – serial krym. 20.00 Kobra – oddział specjalny 25 (1, 2) – sens. 22.05 Hity polskiego kabaretu 7 (1) – pr. rozr. 23.00 Magia nagości 5 (10) 0.05 Magia nagości. Norwegia (3) – pr. rozrywk. 1.00 Adam szuka Ewy. Finlandia (3) – reality show	12.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 7 (3) 13.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 3 15.00 Wiza na miłość: dalsze losy, pościelowe rozmowy 9 – reality show 16.00 Historie wielkiej wagi 18.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 7 (1) 20.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show 21.00 Wiza na miłość 12 0.00 Kolejniaki na zabój 23.00 Dr Pyszczylla – dok., USA 1.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show 2.00 Wiza na miłość 12	15.55 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2 (8) 16.10 Kulinarne szlaki: Południowa Afryka 2 (8) 16.35 Jamie Oliver: 5 składników (17, 18) 17.35 Po prostu Jamie: szybko i łatwo (1) – magazyn kulin. 18.30 Maximum Foodie 5 (9) 19.00 M jak mięso 4 (1, 2) – dok. 19.50 Zgrillowani (1) – mag. 20.15 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień 21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 6 (8) 22.05 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 10 23.55 Nie bój ryby! 2 (8) – mag.	13.00 Mobilni mechanicy (7, 8) 14.30 Zawodowi handlarze 16.00 Wojny samochodowe 18.00 Raport Turbo – mag. inf. 18.15 Jedz i śledź, obserwować 19.00 Prawko na świecie. Jazda bez zasad (6) – rozr. 19.45 Uwaga! Oszust: Schemat z ogłoszenia (1) – pr. rozr. 20.15 Naprawy nie do naprawy (4) – mag. 21.00 Wojny samochodowe (8) 22.00 Raport Turbo – mag. inf. 22.15 Jedz i śledź, obserwować 23.45 Z drugiej ręki (5) – mag. 0.30 Usterka 16 (21) – fab.-dok. 1.00 101 gadzettoz motoryzacyjnych (9)
NOVA	METRO	ANTENA HD	WP	C+ DOMO	HGTV
9.30 Calkiem nowe lata miodowe (1, 4) – kom. 10.30 Wzięcie (169, 2, 3) – dok. 12.00 Poirot (6, 7) – serial krym. 14.00 Świat według Kiepskich (389, 390) – kom., Pol. 2012 15.00 Świat według Bundych (226-231) – serial kom., USA 18.00 Calkiem nowe lata miodowe (15) – kom., Pol. 21.00 Miodowe lata (100-102) 18.30 Zdrady (26) – paradok., Pol. 22.00 Ślad (60, 61, 99) – krym. 1.00 Łowca pedofilów 3.00 TV okazje (32, 33) 3.50 Wehikuł czasu (803, 802) 4.00 Sala operacyjna (3, 7) 5.00 Pod lupą (10, 11) – mag.	8.30 Szpital (822, 823) 10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (391, 392) 12.30 SOS Ekipy w akcji (48) 13.30 Brzydula (67, 68) – kom. 14.40 Kiedy ktoś kocha bardziej (33) – obycz. 15.50 Magda M. (9) – obycz., Pol. 16.55 Idź na całość (1) – pr. rozr. 18.00 Złomowisko PL 6 (9) 19.00 Kartoteka 5 (1, 2) 21.05 Kryminalni (5, 6) – krym. 23.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (18) – krym. 0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 3 (5) – dok. 1.20 Szpital (815) – paradok. 2.20 Szkoła (557) – paradok.	13.00 Ciężarówka przez śniegi 3 (6) – serial dokum. 14.00 Kłątwa Wyspy Dębów 3 15.00 Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw (12, 13) – serial dok., USA 15.55 Australijskie poszukiwacze złota 5 18.00 77 TV 4 (10, 11) – pr. rozr. 20.00 Alex Hugo – górski detektyw (25) – krym., Fr. 22.10 Detektywi Candice: Niezawodny instyngt 2 (5) – serial kryminalny, Fr. 23.15 Detektywi z Bordeaux 5 (4) – serial krym., Fr./Bel. 0.25 Polska. Największe tajemnice 2 (8) – pr. rozr.	12.00 Wariaci za kierownicą 2 13.00 Makłowicz w podróży 14.05 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 16.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2 (3) 17.00 Pogoda 17.05 Tajemnice Brokenwood 5 (3) – krym. 19.00 Strażacy z sąsiedztwa 2 (10) – serial dok., Pol. 2026 20.00 Pogromca tajemnic (1) 21.00 Sekrety tajnych stowarzyszeń (1) – dok. 21.55 Pogoda 22.00 Mistrzowie Kabaretu 9 23.00 Mistrzowie Kabaretu 16 (8) – program rozrywkowy	13.05 Cuda z drewna (2) – dok. 14.05 Wakacyjne domy na wynajem (9) – dok. 15.00 Pomocy! Kupiliśmy wioskę (16) – serial dok. 15.50 Meblokreacje (5, 6) 16.50 Gardeners' World 14 (25) 18.00 Ucieczka na wieś 22 (30) 19.00 Wielkie projekty: Nowa Zelandia (2) – serial dok. 20.05 Daleko od miasta 14 21.00 Wakacyjne domy na wynajem (10) – dok. 21.55 Wielkie projekty: Australia 12 (5) – dok. 23.05 Wielkie projekty: Australia 11 (5) – dok. 0.10 Luksusowa ucieczka 7	8.05 Moje miasto, mój dom 9 10.00 Widok, na który cię stać 11.00 Usterka 11 (11, 12) – serial fab.-dokum., Polska 2019 12.30 Podwórkowa reaktywacja 9 (1-4) – rozr. 14.25 Mieszkanie na miarę 15.20 Mieszkanie na miarę (1) 16.25 Polowanie na ogród (1-3) 18.05 Będzie pięknie (4) – rozr. 19.00 Weekendowa metamorfoza 6 (8) – rozr. 20.00 Złoty remont 4 (8) – rozr. 20.55 Dorota waży urządzić! 22.25 House Hunters – Poszukiwacze domów 8 (8-11) – pr. rozr. 0.40 Usterka 11 (9) – fab.-dok.

Warto zobaczyć

14.00
ALE KINO+ **Sny o miłości**
KOMEDIODRAMAT Johanne zakochuje się w nauczycielce. Opisuje własne uczucia. Jej wyznania znajdują mama i babcia, która jest poetką. Reż.: Dag Johan Haugerud, A: Ella Overbye, Selome Emmetu, Ane Dahl Torp Norwegia 2024 **135 min ► do godz. 17.15**

14.25
KINO POLSKA **Ziemia obiecana**
OBYCZAJOWY Ziemianin Karol, Żyd Moryc i Niemiec Maks zakładają fabrykę włókienniczą w Łodzi. Piętrzą się przed nimi kolejne trudności. Reż.: Andrzej Wajda, A: Daniel Olbrychski, Wojciech Pszoniak Polska 1974 **210 min ► do godz. 17.55**

15.35
TVP KULTURA **Dzień czwarty**
WOJENNY Trwa powstanie warszawskie. Na tle wojennej pożogi rozwija się uczucie poety Krzysztofa Kamila Baczyńskiego oraz Barbary. Reż.: Ludmiła Niedbalska, A: Krzysztof Pieczyński, Jarosław Domin Polska 1984 **90 min ► do godz. 17.05**

17.30
TVN FABULA **Kochaj i tańcz**
KOMEDIA ROMANTYCZNA Początkująca dziennikarka poznaje żywiołowego tancerza. Dzięki niemu zdobywa nową pasję i prawdziwą miłość. Reż.: Bruce Parramore, A: Izabella Miko, Mateusz Damięcki, Jacek Koman Polska 2008 **150 min ► do godz. 20.00**

17.55
WARNER TV **Willy Wonka i fabryka czekolady**
FAMILIJNY Charlie zdobywa zaproszenie do fabryki czekolady. Wycieczka jest fascynującą, ale i niebezpieczną przygodą. Reż.: Mel Stuart, A: Gene Wilder, Jack Albertson, Peter Ostrum USA 1971 **125 min ► do godz. 20.00**

18.45
POLSAT FILM **Policja zastępcza**
KOMEDIA SENSACYJNA Nowojorscy detektywi Terry i Allen po śmierci sławnych kolegów zyskują szansę, by się wykazać. Trafiają na trop afery. Reż.: Adam McKay, A: Mark Wahlberg, Will Ferrell, Samuel L. Jackson USA 2010 **135 min ► do godz. 21.00**

20.00
C+ PREMIUM **Cudowne życie**
KOMEDIODRAMAT Paryż, 1963 rok. Syn Esther Perez rodzi się z poważną wadą stopy. Wbrew rokowaniom matka uparcie walczy o jego sprawność. Reż.: Ken Scott, A: Leila Bekhti, Jonathan Cohen, Joséphine Japy Francja/Kan. 2025 **100 min ► do godz. 21.40**

22.15
TVN 7 **Annabelle wraca do domu**
HORROR Ed i Lorraine zamykają demoniczną lalkę w pokoju. Pod ich nieobecność złowrogi sity zostają przebudzone. Reż.: Gary Dauberman, A: Vera Farmiga, Patrick Wilson, McKenna Grace USA 2019 **135 min ► do godz. 0.30**

→ filmowe hity



Strażnik Gotham mierzy się z okrutnym Człowiekiem Zagadką. Musi przerwać serię zabójstw.

20.50 Batman

TVN

SENSACYJNY Zamaskowany mściciel odkrywa mroczną prawdę o elitach metropolii, której broni.

HIT DNIA Sadystyczny Człowiek Zagadka zabija wpływowych ludzi. Wśród ofiar jest burmistrz. Dokonując swoich zbrodni, sprawca zostawia obrońcy Gotham City zaszyfrowane wiadomości. By go odnaleźć, ukryty pod maską nietopozra Bruce Wayne rozpoczyna śledztwo wspólnie z porucznikiem Jamesem Gordonem.

Trop prowadzi do klubu nocnego zarządzanego przez Pingwina. Dzięki pomocy kelnerki Batman odkrywa, jak bardzo skorumpowane są bronione przez niego elity miasta. To nie koniec rozczarowań. Kiedy kolejny ślad wiedzie samotnego mściciela do ruin sierocińca, prowadzi-



nego niegdyś przez bliską mu osobę, musi on przyznać, że nadużywanie władzy nie ominęło też jego rodziny. Jednocześnie jest coraz bliższy odkrycia tożsamości ściganego zbrodniarza. **HD 215 min ► do godz. 0.25**

USA 2022 Reż.: Matt Reeves Wyst.: Robert Pattinson, Zoë Kravitz, Jeffrey Wright, Colin Farrell, Paul Dano

**19.55 Alita: Battle Angel**

POLSAT

SCIENCE FICTION Cyborg Alita (Rosa Salazar) budzi się ze śpiączki. Orientuje się, że dysponuje nieprawdopodobnymi zdolnościami do walki. Wykorzystuje je przeciwko władzy, która próbuje ją kontrolować.

Reż.: Robert Rodriguez Wyst.: Christoph Waltz USA 2019 **HD 165 min ► do godz. 22.40**

**22.00 Angielska robota**

TV PULS

SENSACYJNY Rok 1971, Londyn. Terry Leather (Jason Statham) ma kłopoty finansowe. Znajoma proponuje mu zorganizowanie napadu na bank. W ręce złodziei wpadają zdjęcia, które mogą zapewnić im nietykalność.

Reż.: Roger Donaldson Wyst.: Saffron Burrows Wilk. Bryt. 2008 **HD 135 min ► do godz. 0.15**

**21.25 C'mon C'mon**

TVP KULTURA

OBYCZAJOWY Nowojorski dziennikarz radiowy Johnny (Joaquin Phoenix) musi pewien czas zająć się siostrzeńcem. Zabiera dziewięciolatka w podróż po kraju, w trakcie której przeprowadza wywiady z dziećmi i młodzieżą.

Reż.: Mike Mills Wyst.: Gaby Hoffmann USA 2021 **HD 120 min ► do godz. 23.25**

**22.40 Dziedzictwo Bourne'a**

POLSAT

SENSACYJNY Byer dowodzi grupą mającą zatrzeć ślady dotyczące projektu Outcome. Musi zlikwidować byłego uczestnika programu, Crossa (Jeremy Renner). Ściganemu agentowi pomaga lekarka.

Reż.: Tony Gilroy Wyst.: Rachel Weisz USA 2012 **HD 160 min ► do godz. 1.20**

**21.35 Zaginiony w akcji 2: Początek**

TVP 1

WOJENNY Wietnam, 1972 rok. Pułkownik Braddock (Chuck Norris) trafia do obozu jenieckiego. Jego dowódcą jest sadystyczny Yin. Po dziesięciu latach w niewoli Amerykanin decyduje się na ucieczkę.

Reż.: Lance Hool Wyst.: Soon-Tek Oh USA 1985 **HD 100 min ► do godz. 23.15**

**23.05 Klucz do wieczności**

TV 4

THRILLER Umierający miliardier Hale (Ben Kingsley) poddaje się zabiegowi przeniesienia świadomości do ciała młodego mężczyzny (Ryan Reynolds). Zaczynają nawiedzać go niepokojące wizje.

Reż.: Tarsem Singh Wyst.: Natalie Martinez USA 2015 **HD 145 min ► do godz. 1.30**

→ sport



15.20 Tour de Pologne
KOLARSTWO LIVE

TVP 1 Przed Jhonatanem Narvaezem i jego kolegami po fachu drugi etap o długości 151 km z Międzyzdrojów do Szczecina. Trasa jest pozbawiona większych wzniesień, co sprawia, że o zwycięstwo powinni walczyć sprinterzy. **HD 90 min ▶ do godz. 16.50**



16.45 Tour de France
KOLARSTWO LIVE

EUROSPORT 1 Jazda indywidualna na czas wraca do programu żeńskiego TdF po roku przerwy. W ramach czwartego etapu kolarstwa, np. Elisa Longo Borghini, pokonają 21-kilometrowy odcinek z metą w Dijon. **HD 105 min ▶ do godz. 18.30**



17.00 Turniej WTA w Toronto
TENIS LIVE

C+ SPORT 2 Wszystko wskazuje na to, że Maja Chwalińska właśnie w Kanadzie zaliczy pierwszy występ po urazie, jakiego nabawiła się podczas Wimbledonu. Jej forma pozostaje niewiadomą. **HD 90 min ▶ do godz. 18.30**



19.25 Mistrzostwa Europy – Paryż
SKOKI DO WODY LIVE

TVP SPORT Czwartego dnia ME o medale zwalczą pływacy specjalizujący się w skokach synchronicznych z wieży 10-metrowej oraz zawodniczek skaczące z trampoliny 3-metrowej. **HD 90 min ▶ do godz. 20.55**

→ rozrywka



15.55 Milionerzy
TELETURNIEJ

POLSAT Wyłonieni w castingu uczestnicy mierzą się z pytaniami z różnych dziedzin – od sportu po politykę. W przypadku wątpliwości mają do dyspozycji trzy z czterech kół ratunkowych. Mogą np. poprosić o pomoc prowadzącego Huberta Urbańskiego. **HD 40 min ▶ do godz. 16.35**



20.50 Jestem z Polski
PODRÓŻE

TVN STYLE Iwona od 17 lat mieszka we włoskim mieście Fabriano. W tej urokliwej miejscowości w średniowieczu powstała pierwsza w Europie papiernia. Tylko tutaj można spróbować włoskiej wersji słynnego polskiego trunku. **HD 60 min ▶ do godz. 21.50**



20.55 Postaw na milion
TELETURNIEJ

TVP 2 Łukasz Nowicki zaprasza do gry dwoje uczestników. Na wstępie dostają oni milion złotych. Jeśli chcą zabrać pieniądze do domu, muszą poprawnie odpowiedzieć na osiem pytań. Nagroda wydaje się w zasięgu ręki. **HD 55 min ▶ do godz. 21.50**

→ dokument



21.40 Co ukrywa
Elon Musk?

C+ PREMIUM Dokumentaliści odsłaniają prawdę o dramatach związanych z produkcją autonomicznych aut. Współpracownicy, sygnaliści i rodziny ofiar przerywają milczenie. **HD 95 min ▶ do godz. 23.15**

Zamów najbliższe wydania swojego ulubionego tytułu!



Oferta PRENUMERATY

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

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



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

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

TVP 1 HD DV3 T2

- 5.00 Splątane losy** (14) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 5.50 Akacja 38** (909) – telenowela, Hiszpania 2018
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Kościół z bliska** – mag. religijny
- 8.00 Serwis Info** – program inform.
- 8.15 Chłopi** (1): Boryna – serial obyczajowy, Polska 1972, wyk. Emilia Krakowska, Krystyna Królówna, Władysław Hańcza
- 9.15 Ranczo 8** (99) – obycz., Pol. 2014
- 10.05 Komisarz Alex 23** (284): Sekrety – serial kryminalny, Polska 2025
- 11.00 Ojciec Mateusz 17** (222)
- 12.00 Serwis Info** – program inform.
- 12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda** – program inform.
- 12.40 Magazyn rolniczy**
- 12.55 Natura w Jedyńce: Włochy – ostatnie dzikie zakątki** (1)
- 14.00 Splątane losy** (15)
- 15.00 Serwis Info** – program inform.
- 15.15 Kolarstwo:** Tour de Pologne – studio
- LIVE 15.20 Kolarstwo:** Tour de Pologne – 2. etap: Międzyzdroje – Szczecin
- LIVE 16.50 Kolarstwo:** Tour de Pologne – studio
- 17.00 Teleexpress, pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – telet. muz.
- 18.05 Reporterzy** – mag. reporterów
- 18.25 Akacja 38** (926) – telenowela, Hiszpania 2018
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – pr. publicyst.
- 20.10 Sport, pogoda**
- 20.30 O7 zgłoś się** (8) – serial kryminalny, Polska 1978

TVP 2 HD DV3 T2

- 4.35 Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2024
- 5.35 M jak miłość** (1808) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 6.25 Wnuczka Anisy. Śladami starowierów** – reportaż, Polska 2026
- 6.55 Barwy szczęścia** (3368) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
- 7.55 Pytanie na śniadanie** – magazyn
- 11.30 Rodzinka.pl** (60, 61): Gwiazda rocka; Biznes is biznes – serial komediowy, Polska 2012
- 12.35 Koło fortuny** (1916) – teleturniej
- 13.15 Panna młoda** (161) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** (1030) – teleturniej
- 14.35 Na sygnale** (890): Czytajcie ulotki – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (447) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
- 16.00 Koło fortuny** (1917) – teleturniej
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (162) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 18.15 Va banque** (1031) – teleturniej
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 Barwy szczęścia** (3368) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 20.05 Omnibus – szybcy i mądrzy** (32) – teleturniej
- 20.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (32) – teleturniej
- 20.55 Postaw na milion** – teleturniej

polsat HD DV3 T2

- 4.50 Disco Gramy**
- 5.40 Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News**
- 9.15 Malanowski i partnerzy** (370, 371): Zobowiązania małżeńskie; Przypadkowe zdjęcie – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
- 10.20 Trudne sprawy** (1290) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- Lech został porzucony przed ślubem przez Helenę. Nie zalał się dzięki wsparciu sąsiadki, Zofii. Po roku od bolesnych wydarzeń zakochał się w Natalii. Jego spokój burzy tajemniczy telefon.
- 11.20 Gliniarze** (907, 908) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 13.25 Dlaczego ja?** (1536, 1537): Chłpiec z psem; Stara miłość – paradok., Polska 2026
- Barbara przez skargi sąsiadów musi oddać psa. Poznaje kynologa Adama. Zakochują się w sobie, planują ślub i adopcję chłopca. Sprawy się komplikują.
- 15.30 Wydarzenia, pogoda**
- 15.55 Milionerzy** – teleturniej
- 16.35 Gliniarze** (1105, 1106) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- Zamaskowany sprawca napada na jubilera. Na miejscu zdarzenia zabezpieczono portfel policjanta. Mężczyzna zostaje zatrzymany. Natalia i Kuba podejrzewają, że ktoś wrabia ich kolegę po fachu.
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.30 Sport, pogoda**

tvn TVN HD DV3 T2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1719) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- 6.50 Kuchenne rewolucje** (2): Szczecin – Cafe Elegancko – program rozrywkowy
- 7.45 Dzień dobry wakacje** – magazyn
- 11.20 Doradca smaku** (18) – magazyn kulinarny
- 11.25 Kuchenne rewolucje** (1): Bartoszyce – Gościnną/Piwem Podlane – program rozrywkowy
- 12.35 Ukryta prawda** (1511, 1512, 1742) – serial paradok., Polska
- 15.45 Detektywi** (131) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
- Piętnastoletnia córka klientów detektywów odebrała sobie życie, przedawkowując leki antydepresyjne. Śledczy znajdują dowody podważające tezę o samobójstwie.
- 16.50 Szpital św. Anny** (82) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 17.55 Młode gliny** (39) – serial kryminalny, Polska 2026
- Nurkowie wyławiają z rzeki walizkę z pochwytanym ciałem kobiety. Monika i Agata rozpoczynają śledztwo, a Laura ustala, że ofiara niedawno przeszła operację plastyczną.
- 19.00 Fakty, sport**
- 19.40 Kroniki Tour de Pologne** (2) – magazyn sportowy
- 19.45 Pogoda**
- 19.55 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 20.15 Na Wspólnej** (4257) – serial obyczajowy, Polska 2026

20

DRAMAT WOJENNY



- 21.35 Zaginiony w akcji 2: Początek** – USA 1985, 100 min
- Wietnam, 1972 rok. Pułkownik Braddock wraz z kilkoma towarzyszami trafia do obozu jenieckiego, którego dowódcą jest sadystyczny Yin. Rząd amerykański uznaje ich za zaginionych. Po dziesięciu latach Braddock podejmuje próbę ucieczki z niewoli. Czeką go nierówna walka z oprawcami.
- 23.15 Tour de Pologne – kroniki** – cykl felietonów
- 23.25 Dzieci w niewoli lajków** – film dokumentalny, Francja 2024
- 0.35 Fighter** – dramat biograficzny, USA 2010, reż. David O. Russell, wyk. Mark Wahlberg, Christian Bale, Amy Adams, Melissa Leo, Mickey O'Keefe, 125 min
- 2.40 Powstanie zwykłych ludzi** – film dokumentalny, Polska 2004
- 3.40 Wykrywacz kłamstw** – program publicystyczny
- 4.00 Pytanie dnia** – program publicystyczny
- 4.20 Reporterzy** – magazyn reporterów
- 4.30 Oko na świat** – magazyn
- 4.50 Zakończenie**

FAB.-DOKUM.



- 21.50 Na sygnale** (887, 888): Porwanie rodzicielskie; Wszystko z miłości – Polska 2026
- Sonia i Róża pomagają pacjentowi z podejrzeniem odrzutu przeszczepu płuc. Po dyżurze druga z ratowniczek odnawia kontakt z Leonem, który zaprosił ją niedawno na randkę. Benio ostrzega ją przed podjęciem zbyt pochopnej decyzji. Wiktor wspiera Śledztwo w sprawie Miłosa i Śmieszka. Dzisiaj mówi Arturowi o planowanej wizycie telewizyjnej w domu.
- 22.55 Berlin Ku'damm 59** (9) – serial obyczajowy, Niemcy 2018
- 23.50 PiBull 2** (17) – serial sensacyjny, Polska 2007
- 0.50 Karol, władca Hiszpanii** (16) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015
- 1.50 Nasz dom w górach** (23): Ramie w ramie, część 1 – serial obyczajowy, Niemcy 2024
- 2.45 Bez maski** (1/2) – film dokumentalny, Wielka Brytania 2021
- 3.45 Rodzinka.pl** – serial komediowy, Polska 2025
- 4.15 Zakończenie**

SCIENCE FICTION



- 19.55 Alita: Battle Angel** – USA 2019, 165 min
- Mija 300 lat od zakończenia konfliktu zbrojnego, który doprowadził do zniszczenia Ziemi. W nowej rzeczywistości rządy sprawują najsilniejsi. Pewnego dnia ze śpiączki budzi się cyborg Alita. Odkrywa, że jest uzdolnioną wojowniczką. Musi wykorzystać swoje umiejętności w konfrontacji z władzą.
- 22.40 Dziedzictwo Bourne'a** – film sensacyjny, USA 2012, reż. Tony Gilroy, wyk. Jeremy Renner, Scott Glenn, Stacy Keach, Edward Norton, 160 min
- Kontynuacja cyklu zapoczątkowanego przez powieść Roberta Ludluma. Agent Cross brał udział w tajnym projekcie. Teraz ma zostać zlikwidowany. Tropią go wyszkoleni zabójcy. Zbiega zyskuje sojuszników.
- 1.20 Split** – thriller, Japonia/USA 2016, reż. M. Night Shyamalan, wyk. James McAvoy, Anya Taylor-Joy, Betty Buckley, Haley Lu Richardson, 160 min
- 4.00 Ewa gotuje** (563) – magazyn kulinarny

SENSACYJNY



- 20.50 Batman** – USA 2022, 215 min
- HIT DNIA** Człowiek Zagadka zaczyna mordować członków elity Gotham City. Pozostawia Batmanowi zaszyfrowane wiadomości. Zamaskowany mściciel podejmuje walkę. Niebawem odkrywa, jak wiele na sumieniu mają ci, których broni.
- 0.25 Kuba Wojewódzki** (7) – talk-show
- Gośćmi wydania są Maciej Sekulski, Ignacy Liss, Piotr Stramowski oraz Tomasz Oświeciński.
- 1.45 Kod dostępu** – film sensacyjny, USA 2001, reż. Dominic Sena, wyk. John Travolta, Halle Berry, Hugh Jackman, Sam Shepard, 120 min
- Shear zamierza okraść nielegalny fundusz rządowej agencji. Potrzebuje do tego pomocy genialnego hakera, Jobsona.
- 3.45 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 4.00 Detektywi** (130) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
- 5.00 Recepta na stary dom 4** (3) – program rozrywkowy



- 5.20 Ten moment** (12) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (845-847) – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 8.45 Ukryta prawda** (1355, 1479, 1480) – paradok., Polska
- 11.50 W-11 – Wydział Śledczy** (1150-1152) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2014
- 13.55 Kryminalni 2** (9): Pułapka – serial kryminalny, Polska 2005
- 15.00 Szpital** (816, 817) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (523): Już Cię nie Kocham, synku – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
Adrian miał poparzyć żelazkiem twarz adopcyjnej matki, a następnie uderzyć nim ją w głowę. Utrzymuje, że się bronił, ponieważ groziła mu nożem. Przez lata znęcała się nad nim.
- 18.00 SOS Ekipy w akcji** (35) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Funkcjonariusze interweniują w sprawie bójki między dwoma studentami. Przyjmują też zgłoszenie od kobiety, która oskarża o kradzież opiekunkę swojego syna. Odkrywają dramatyczne podłoże konfliktu.
- 19.00 Ukryta prawda** (1546) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Monika spotyka się z Krystianem. Nigdy nie była w jego mieszkaniu. Nabiera podejrzeń, że ma on żonę. Za radą przyjaciółki postanawia go śledzić.

THRILLER



20.00 Ci, którzy chcą mi śmierci
FILM Kanada/USA 2021, 135 min

Hannah pracuje w straży pożarnej. Z wieży obserwacyjnej zauważa zakrwawionego chłopca, Connora. Jego ojciec zginął z rąk zbrojnych. Przystępując odnajdują opiekunkę ocalałego dziecka. Hannah ucieka z nim przez las. Jeden z bandytów wznieca pożar.

- 22.15 Annabelle wraca do domu**
FILM horror, USA 2019, reż. Gary Dauberman, wyk. Vera Farmiga, Patrick Wilson, 135 min
Demonolog Ed i Lorraine Warrenowie muszą ocalić córkę, której zagrażają złowrogie siły. Dziewczynka staje się celem demonicznej lalki Annabelle.
- 0.30 300**
FILM dramat historyczny, USA 2006, reż. Zack Snyder, wyk. Gerard Butler, Lena Headey, Rodrigo Santoro, 145 min
- 2.55 Złoty remont** (11) (9) – program rozrywkowy
- 3.50 Fachowcy 2** (12) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 4.30 Dorota was urządził!** (11) – program rozrywkowy

Następny odcinek obejrzysz na:



- 6.00 Policjanci z Miami 3** (23, 24): Wszyscy robią w show-biznesie; Bohaterowie rewolucji – serial kryminalny, USA 1987
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (16, 17): Autohaker; Niewidomy świadek – serial sensacyjny, Niemcy 2017
- 10.00 Maria z przedmieścia** (89, 90) – telenowela, Meksyk 1995
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (131) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
Estefania przyznaje się do próby zabicia Marichuy. Dodaje, że Isabela była jej współniczką. Blanca żegna się z Juanem Miguelem. Nagle na lotnisku pojawia się Omar i wyznaje jej miłość.
- 13.00 Wspaniałe stulecie** (65) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 Kurierzy 2** (50) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 11** (572, 573) – serial obyczajowy, Polska 2022
- 17.00 Kurierzy 2** (51) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Anonimowy wielbiciel przesyła Alicji w czerwonych kopertach dowody miłości. Dorota dostarcza jej jeden z takich prezentów. Jest nim zaproszenie do teatru.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (988, 989) – serial obyczajowy, Polska 2026
Joanna, samotna matka Jasia i Niny, mieszka z rodziną w trudnych warunkach. Opieka społeczna rozważa odebranie dzieci. Jaś zatrudnia fachowca, który znikną z zaliczka.

SENSACYJNY



20.00 Wtorki z Frankiem Grillo: Poziom mistrza
FILM USA 2020, 120 min

Roy Pulver był agentem sił specjalnych. Uwieszony w pętli czasu, odkrywa, że jest częścią tajnego rządowego eksperymentu. Postanawia wyrwać się z matni. Aby to jednak zrobić, musi dopaść pułkownika Ventora.

- 22.00 Angielska robota** – film sensacyjny, Wielka Brytania/USA 2008, reż. Roger Donaldson, wyk. Jason Statham, Saffron Burrows, Stephen Campbell Moore, Daniel Mays, 135 min
Właściciel podupadającego warsztatu samochodowego, Terry Leather, ma kłopoty finansowe. Znajoma proponuje mu udział w napadzie na bank.
- 0.15 Babylon A.D.** – film s.f., USA/Francja/Wielka Brytania 2008, reż. Mathieu Kassovitz, wyk. Vin Diesel, Michelle Yeoh, Gérard Depardieu, 130 min
- 2.25 Dzielnica strachu 10** (447): Zwyczajny wypadek – serial kryminalny, Polska 2025-2026
- 3.20 Zobacz to!** – pr. powtórkowe



- 5.50 Ale numer! 22** (3) – program rozrywkowy
- 6.20 Cosie-Ktosie** (27-29) – serial animowany, Francja 2022
- 6.45 SamSam: Kosmiczne przygody** (17) – serial anim., Fr./Belgia 2023
- 7.00 Blaze i megamaszyny 6** (24) – serial animowany, USA 2020
- 7.30 Psi Patrol 2** (16) – serial animowany, USA/Kanada 2014
- 7.50 Dora** (8) – anim., Kan./USA 2024
- 8.30 Wielkie przygody małego rekina 2** (3): Sekretne hasło/Wesoły poniedziałek – serial dla dzieci, USA/Korea Południowa 2023
- 8.50 Masza i Niedźwiedź 6** (5-7) – serial animowany, Rosja
- 9.25 Świnka Peppa** (1-3) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
- 9.45 Bing** (45, 46) – serial animowany
- 10.00 Język i Przyjaciele** (4, 3) – serial animowany, Polska 2023
- 10.35 Spidey i superkumple 2** (34, 33) – serial anim., USA 2022
- 11.35 Gus. Mały – wielki rycerz** (31, 32) – serial anim., Fr. 2021
- 12.00 Psi Patrol** (13) – serial anim.
- 12.35 Marta mówi** (34) – serial anim.
- 13.00 Smerfy** (1, 2) – serial anim., Bel.
- 14.00 Baranek Shaun 4** (16-18) – serial anim., Wielka Brytania
- 14.35 My Little Pony: Przyjaźń to magia** (7) – anim., USA/Kan. 2011
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2** (44, 45) – anim., Fr./Jap./Korea Południowa 2017
- 16.00 Fineasz i Ferb 2** (28, 29) – serial animowany, USA 2007-2011
- 17.00 Smerfy** (3, 4) – serial anim., Bel.

ANIMOWANY



18.00 Pingwiny z Madagaskaru
(17, 18) – USA

Największy wróg pingwinów, złowrogi doktor Bulgot, chce przejąć władzę nad światem. Porywa Króla Juliana. Nieustraszone nietoty ze Skipperem na czele próbują pokrzyżować delfinowi plany zniszczenia planety.

- 19.00 Kacze opowieści** (23, 24) – serial animowany, USA 1987
- 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (976) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 21.00 Dzielnica strachu 10** (458, 459) – serial krym., Polska 2025-2026
- 23.00 Bez wyjścia** – horror, USA 2022, reż. Damien Power, wyk. Dale Dickey, Dennis Haysbert, Havana Rose Liu, Danny Ramirez, 120 min
- 1.00 Dzielnica strachu 10** (454) – serial krym., Polska 2025-2026
- 2.00 Lombard. Życie pod zastaw 12** (659) – serial obyczajowy, Polska 2023
- 3.00 Lombard. Życie pod zastaw 5** (225, 226) – obycz., Polska 2019
- 5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10** (523) – serial obyczajowy, Polska 2022



OPONIARZE 2

Will dostał w spadku po ojcu sieć podupadających warsztatów samochodowych. Robi wszystko, aby uratować rodzinny biznes. Opracowuje kolejne strategie marketingowe w celu przyciągnięcia klientów i wyeliminowania konkurencji. Sprawy komplikuje jego kuzyn, Shane (Shane Gillis).

►serial kom. (6 odc.), USA 2024



MINISTRANCI

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

►komediodramat, Polska 2025



CZŁOWIEK W OGNIU

Serial inspirowany cyklem powieści A.J. Quinella. John Creasy (Yahya Abdul-Mateen), były elitarny najemnik, niegdyś potrafił przetrwać w najtrudniejszych warunkach. Obecnie próbuje uporać z przeszłością. Szukając odkupienia, ponownie zostaje wciągnięty do świata pełnego przemocy.

►serial sens. (7 odc.), USA 2026



MANGO

Kierowniczka hotelu, Larke (Josephine Park), jedzie wraz z córką do Malagi, gdzie ma zaplanować luksusowy obiekt na farmie mango. Właściciel, Alex (Dar Salim), nie chce sprzedawać ziemi, z którą wiąże się jego tragiczna przeszłość. Między doświadczonymi życiowo ludźmi zaczyna się rodzić uczucie.

►dram. obycz., Dania 2025; 113 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM HD	HBO HD
6.30 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (13) – serial kryminalny, USA 2012 7.15 Ostry dyżur 2 (13, 14) – serial obyczajowy 9.10 Castle 4 (15, 16) – serial kryminalny 11.10 MacGyver 4 (13) – serial akcji, USA 2020 12.10 MacGyver 5 (1) – serial akcji, USA 13.10 Dowody zbrodni 2 (18, 19) – serial krym. 15.10 Agenci NCIS: Hawaje 2 (14, 15) – serial kryminalny 17.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (13, 14) – serial krym. 19.10 Castle 4 (17, 18) – serial kryminalny	5.35 Rodzinka.pl (121) – serial kom., Pol. 2013 6.05 Na sygnale (503, 504) – serial fab.-dokum. 7.15 Ojciec Mateusz 4 (53) – krym., Pol. 2010 8.15 Komisarz Alex 4 (42) – serial krym., Polska 9.10 Rodzinka.pl (122) 9.45 Klan (1469) – telen. 10.15 Ranczo 10 (120, 121) 11.55 Komisarz Alex 4 (43) 12.45 Ojciec Mateusz 31 (403-405) – krym., Pol. 15.35 Komisarz Alex 4 (44) – serial krym., Polska 16.30 Na sygnale (505, 506) – serial fab.-dokum. 17.40 Ranczo 10 (122, 123) – serial obycz., Polska 19.35 Ojciec Mateusz 31 (406) – krym., Pol. 2024	11.50 Pan Olbrychski – film dok., Pol. 2025 12.55 Dzikie Zachód Calamity Jane – film animowany, Francja/Dania 2020, 95 min 14.30 Kosmos 1999 (18) 15.35 Dzień czwarty – dramat wojenny, Polska 1984, 90 min 17.05 Niewiarygodne przygody Marka Piegusa (5, 6) – przyg. 18.20 Poszukiwacze zaginionych dzieł sztuki (10) – dok. 18.55 Rawhide (22) – przyg. 20.00 Teatr Telewizji. Kobra: Osiem kobiet – spektakl teatralny, Polska 1970, reż. Jan Kulczyński	6.30 Polska z góry 2 (10) – serial dok., Pol. 2018 7.00 Ciotka Hitlera – dramat wojenny, Polska 2021, 110 min 8.50 The Office PL (3, 4) – kom., Pol. 2021-2022 10.00 Grantchester 10 (1, 2) – krym., Wlk. Bryt. 12.05 Vera 11 (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt. 14.00 Sny o miłości – komediodramat, Norwegia 2024, reż. Dag Johan Haugerud, 135 min 16.15 Konie Valdeza – western, Francja/Hiszpania/Włochy 1973, 120 min 18.15 Vera 11 (2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.	10.05 Ida – dramat obyczajowy, Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min 11.25 Saga „Zmierzch” : Księżyc w nowiu – film fantasy, Australia/USA 2009, 130 min 13.35 Chopin, Chopin! – dramat biograficzny, Polska 2025, 130 min 15.45 Czy AI zabija internet? – film dokum., Niemcy 2025 16.40 Kawałek po kawałku – film animowany, USA/Dania 2024, 100 min 18.20 Łapu capu – pr. rozr. 18.25 Thelma – komedia, Szwajcaria/USA 2024, 95 min	7.45 Wielka mała koza – anim., USA/Brazylia/Japonia 2026, 100 min 9.25 Hobbit: Niezwykła podróż – film fantasy, USA/Nowa Zelandia 2012, 165 min 12.10 Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13 (18) 12.55 Księga życia – anim., USA 2014, 95 min 14.30 Eddie zwany Orłem – film biograficzny, Wielka Brytania/Niem./USA 2016, 105 min 16.15 Bliziej – dramat obycz., USA 2004, 105 min 18.00 Alita: Battle Angel – film s.f., USA 2019, 120 min 20.00 The Pitt 2 (3) – obycz.
KRYMINALNY	KRYMINALNY	DRAMAT OBYCZAJOWY	KOMEDIODRAMAT	KOMEDIODRAMAT	KOSTIUMOWY
21.05 Rekrut 5 (2) – USA 2022-2023 John zbliża się do osiągnięcia stanowiska instruktora. Lucy zakończyła sukcesem tajną akcję. Dzięki temu dostaje zaproszenie na specjalistyczny trening w Sacramento. 22.05 Rekrut: FBI (2) 23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (13, 14) – serial krym. 0.45 Castle 4 (17, 18) 2.45 Rekrut 5 (2) – krym. 3.40 Rekrut: FBI (2) 4.35 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (7) – krym., USA/Kan.	20.30 Ojciec Mateusz 4 (54) – Polska 2010 W trakcie wycieczki mdleje córka Nocula. W szpitalu policjant zwraca uwagę na jednego z pielęgniarzy, byłego więźnia Pluskew. Niebawem w tym samym ośrodku zostaje zamordowany lekarz. 21.30 Ranczo 10 (124, 125) 23.20 Ojciec Mateusz 31 (407) – krym., Pol. 2024 0.20 Prokurator (2) 1.20 Dom pod Dwoma Orłami (1, 2) – obycz. 3.20 Stulecie Winnych 2 (24) – obycz., Pol. 2020 4.10 Klan (1469) – telen.	21.25 Kino bez granic: C'mon C'mon – USA 2021, 120 min Nowojorski dziennikarz radiowy Johnny jest zmuszony zając się swoimi siostrzeńcem. Podczas wspólnej podróży nawiązuje się między nimi bliska więź. 23.25 Kod Hanekego – film dokum., Francja 2021 0.35 Basen – dramat kryminalny, Francja/Włochy 1969, 135 min 2.50 Kulturalni (29) – magazyn kulturalny 3.45 Podróż z historią (16) – serial dokum.	20.10 W trójkącie – Szwecja/Fr./Wielka Brytania 2022, 170 min Wskutek sztormu pasażerowie i personel luksusowego jachtu trafiają na bezludną wyspę. Pieniądze i pozycja społeczna tracą znaczenie. Zaczyna się walka o życie. 23.00 Plan ucieczki – thriller, USA 2013, reż. Mikael Hafström, 140 min 1.20 Sharon Stone. Instyngt przetwarzania – dok., Hiszp./Fr./USA 2025, reż. David Midell 2.30 Klangor (1) – krym.	20.00 P! Cudowne życie – Fr./Kanada 2025, 100 min FILM Esther Perez nie przyjmuje do wiadomości, że jej najmłodszy syn jest skazany na niepełnosprawność. Walczy o to, by mógł chodzić i wieść satysfakcjonujące życie. 21.40 Co ukrywa Elon Musk? – film dokum., Niemcy 2025 23.15 Herosi wojny – thriller, USA 2024, reż. John Swab, wyk. Frank Grillo, 105 min 1.00 Rytuał – horror, USA 2025, reż. David Midell, wyk. Al Pacino, 95 min	20.45 Ta inna siostra Bennet (7) – Wlk. Bryt. Zaskoczona Mary rozważa niedawną propozycję pana Rydera. Musi zdecydować, czym dla niej jest szczęście. 21.15 Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem (6) – serial kom., USA 21.50 G20 – film sensacyjny, USA 2025, wyk. Viola Davis, 105 min 23.35 Mroczny fajter – film sensacyjny, USA 2023, 115 min 1.30 W dzikim galopie – dramat obyczajowy, USA 2024, 120 min
AXN WHITE	WARNER TV	CANAL+ FILM	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 2 HD
8.15 Szpital nadziei 5 (8) 9.15 Miłość nad rozlewiskiem (1, 2) 11.25 Agenci NCIS 11 (18-20) 14.20 Szpital nadziei 5 (9) 15.15 Zagadkowe święta – dramat obyczajowy, USA 2022, 115 min 17.10 Miłość w pakiecie na święta – kom. romant., Wlk. Bryt. 2023, 115 min 19.05 Szpital świętej Marii (3) 20.00 Dowody zbrodni 3 (22, 23) – serial kryminalny 22.05 Rekrut 2 (2) – serial krym. 23.00 Agenci NCIS 11 (18-20) 1.40 Dowody zbrodni 3 (22, 23) – serial kryminalny	8.30 Bajer z Be!-Air 6 (17, 18) 9.30 Prawo Agaty 4 (6) 10.30 Pełniejsza chata 2 (8, 9) 11.35 Teraz albo nigdy! (3, 2) 13.35 Bajer z Be!-Air 6 (17-20) 15.35 Pełniejsza chata 2 (8-11) 17.55 Willy Wonka i fabryka czekolady – film familijny, USA 1971, reż. Mel Stuart, wyk. Gene Wilder, 125 min 20.00 Zabójcza broń – film sensacyjny, 1987, 130 min 22.10 Bez smyczy – komedia, USA 2011, 125 min 0.15 Rzeki tajemnic – dramat sensacyjny, USA, 50 min 1.05 Zaklęci w czasie – dram. s.f., USA 2009, 110 min	6.00 Łapu capu – pr. rozrywk. 6.05 Królowa chmur – film obycz., Polska 2003, 75 min 7.20 Heidi ratuje ryśa – film animowany, 2025, 80 min 8.40 Mikołaj i ekipa – anim., Hiszpania/Kan. 2024, 90 min 10.10 Łapu capu – pr. rozrywk. 10.15 Pan Tadeusz – kostium., Pol./Francja 1999, 150 min 12.45 Mamma Mia! Here We Go Again – komedia muzyczna, 2018, 110 min 14.35 Zgred – dramat obycz., Polska 2025, 85 min 16.00 Premierowa jazda – mag. 16.15 Kopnieć w czasie – komedia, Francja/Belgia 2025, 100 min 17.55 Jason Bourne – thriller, USA 2016, reż. Paul Greengrass, wyk. Matt Damon, Tommy Lee Jones, Alicia Vikander, reż. 120 min 19.55 Łapu capu – pr. rozrywk. 20.00 Kuracja – czarna komedia, USA 2024, reż. Max Minghella, 100 min 21.40 8. mila – dramat obycz., USA/Niemcy 2002, 110 min 23.30 Kill Bill: Vol. 2 – film sensacyjny, USA 2004, 135 min 1.45 Wyrwa – thriller, Polska 2023, 95 min 3.20 Wspaniałe kilka minut – film krótkometraż., Pol. 3.55 Franz Kafka – dramat biograficzny, 2025, 125 min	9.50 Naruto 3 (21-23) – serial anime, Japonia 2003-2004 11.20 13 posterunek 2 (16-18) – serial kom., Polska 2000 13.05 Chwile szczęścia (6) – dok., Polska 2019 14.05 Łapu capu – pr. rozr. 14.30 Naruto 3 (24-26) – serial anime, Japonia 2003-2004 16.00 Łapu capu Extra (7) – program rozrywkowy 16.35 Planeta Singli. Osiem historii (3, 4) – serial komediowy, Polska 2021 18.25 Prost (1-3) – serial dok., Francja 2024 20.00 Kontyngent (1, 2) – serial wojenny, Szwecja 2025 Rok 1993 – Szwedzkie oddziały przybywają do obozu położonego w północnej Bośni. Żołnierz Mikael Forss i jego ekipa muszą udrożnić kanalizację. 21.30 Świeżak – film krótkometraż., Polska 2024 22.00 Koniec lata (3) – serial kryminalny, Szwecja 2023 23.00 Premiera: Spartakus: Bogowie areny (5) – serial historyczny, USA 2011 0.00 Czarne stokrotki (1, 2) – serial krym., Polska 2024 2.40 W rytmie wolności (1) 3.45 Zwierzęta Wajraka (3, 4, 5) – serial dok., Pol. 2022 4.55 Pogotowie remontowe Wieszka 4 (1, 2) – mag.	7.05 Lotnisko na Alasce 3 (6) 8.00 Porzucone konstrukcje (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 9.00 Okręty wojenne (1) – dok. 10.00 Co poszło nie tak 4 (2) 11.05 Nieczysta gra: Skandal w biathlonie (1) – dok. 12.05 Kolacja z Gavinem Rossdale'em (1) – dok. 13.00 Porzucone konstrukcje (3) – serial dok., Wlk. Bryt. 14.00 Chwila prawdy (7) – dok. 15.00 Okręty wojenne (2) – dok. 16.00 Lotnisko na Alasce 3 (7) 17.00 Hot Roads – Najniebezpieczniej drogi świata (1) – serial dok., Niem. 2011 17.55 Porzucone konstrukcje (2) – serial dok., Wlk. Bryt. 18.50 Chwila prawdy (6) – dok. 19.50 Hot Roads – Najniebezpieczniej drogi świata (2) – serial dok., Niem. 2011 20.50 Co poszło nie tak 4 (5) 22.00 Porzucone konstrukcje (4) – serial dok., Wlk. Bryt. 23.00 Lotnisko na Alasce 3 (5) 23.55 Piłkarze na podsłuchu (2) – serial dok., Polska 2022 1.00 Misja Afganistan (2) 2.40 Twardzielki (2) – dok., Pol. 2.40 W rytmie wolności (1) 3.45 Zwierzęta Wajraka (3, 4, 5) – serial dok., Pol. 2022 4.55 Pogotowie remontowe Wieszka 4 (1, 2) – mag.	14.35 Harry Potter i Komnata Tajemnic – film przyg., USA/Wielka Brytania/Niemcy 2002, 155 min 17.10 Marsjanin – film s.f., USA/Wielka Brytania/Jordania 2015, reż. Ridley Scott, wyk. Matt Damon, 140 min 19.30 Batman: Początek – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2005, 135 min 21.45 Historia Deweya Coksa – komedia muzyczna, USA 2007, 95 min 23.20 Tokyo Vice (4) – krym. 0.15 Przepiekne! – komediodramat, Polska 2025, 115 min
AXN BLACK	POLSAT SERIALE	CANAL+ SERIALE	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 3 HD
12.40 Kobra – oddział specjalny 12 (8) – sens. 13.45 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 5 (3) – serial sens. 14.45 Drużyna A 3 (19) – sens. 15.50 Nieustraszone 2 (12) 16.50 Zagadki z przeszłości 3 (1) – przyg., Fr./Niemcy/Kan. 17.55 Gwieździe w lato 6 (16-18) – s.f., USA/Kan. 2003 21.00 Saga „Zmierzch” : Przed świtem. Część 2 – film fantasy, USA 2012, reż. Bill Condon, 135 min 23.15 John Rambo – film sens., USA/Niemcy 2008, 105 min 1.00 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 5 (3) – serial sens.	6.00 Gliniarze (232-234) – serial parodokumentalny, Polska 9.00 Co ludzie powiedzą? (39, 40, 1-4) – serial kom. 13.00 Kowalscy kontra Kowalscy (33-36) – obycz. 15.00 Świat według Kiepskich (459-462) – kom., Pol. 2015 17.00 Strażnik Teksaś (5-8) – serial sensacyjny, USA 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (192-195) – serial krym., USA/Kanada 0.50 Ślad (87, 88) – krym., Pol. 2.50 Święty (254, 255) – serial komediowy, Polska 2022 4.05 Strażnik Teksaś (7, 8) – serial sensacyjny, USA	19.55 Łapu capu – pr. rozrywk. 20.00 Kuracja – czarna komedia, USA 2024, reż. Max Minghella, 100 min 21.40 8. mila – dramat obycz., USA/Niemcy 2002, 110 min 23.30 Kill Bill: Vol. 2 – film sensacyjny, USA 2004, 135 min 1.45 Wyrwa – thriller, Polska 2023, 95 min 3.20 Wspaniałe kilka minut – film krótkometraż., Pol. 3.55 Franz Kafka – dramat biograficzny, 2025, 125 min	9.50 Naruto 3 (21-23) – serial anime, Japonia 2003-2004 11.20 13 posterunek 2 (16-18) – serial kom., Polska 2000 13.05 Chwile szczęścia (6) – dok., Polska 2019 14.05 Łapu capu – pr. rozr. 14.30 Naruto 3 (24-26) – serial anime, Japonia 2003-2004 16.00 Łapu capu Extra (7) – program rozrywkowy 16.35 Planeta Singli. Osiem historii (3, 4) – serial komediowy, Polska 2021 18.25 Prost (1-3) – serial dok., Francja 2024 20.00 Kontyngent (1, 2) – serial wojenny, Szwecja 2025 Rok 1993 – Szwedzkie oddziały przybywają do obozu położonego w północnej Bośni. Żołnierz Mikael Forss i jego ekipa muszą udrożnić kanalizację. 21.30 Świeżak – film krótkometraż., Polska 2024 22.00 Koniec lata (3) – serial kryminalny, Szwecja 2023 23.00 Premiera: Spartakus: Bogowie areny (5) – serial historyczny, USA 2011 0.00 Czarne stokrotki (1, 2) – serial krym., Polska 2024 2.40 W rytmie wolności (1) 3.45 Zwierzęta Wajraka (3, 4, 5) – serial dok., Pol. 2022 4.55 Pogotowie remontowe Wieszka 4 (1, 2) – mag.	7.05 Lotnisko na Alasce 3 (6) 8.00 Porzucone konstrukcje (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 9.00 Okręty wojenne (1) – dok. 10.00 Co poszło nie tak 4 (2) 11.05 Nieczysta gra: Skandal w biathlonie (1) – dok. 12.05 Kolacja z Gavinem Rossdale'em (1) – dok. 13.00 Porzucone konstrukcje (3) – serial dok., Wlk. Bryt. 14.00 Chwila prawdy (7) – dok. 15.00 Okręty wojenne (2) – dok. 16.00 Lotnisko na Alasce 3 (7) 17.00 Hot Roads – Najniebezpieczniej drogi świata (1) – serial dok., Niem. 2011 17.55 Porzucone konstrukcje (2) – serial dok., Wlk. Bryt. 18.50 Chwila prawdy (6) – dok. 19.50 Hot Roads – Najniebezpieczniej drogi świata (2) – serial dok., Niem. 2011 20.50 Co poszło nie tak 4 (5) 22.00 Porzucone konstrukcje (4) – serial dok., Wlk. Bryt. 23.00 Lotnisko na Alasce 3 (5) 23.55 Piłkarze na podsłuchu (2) – serial dok., Polska 2022 1.00 Misja Afganistan (2) 2.40 Twardzielki (2) – dok., Pol. 2.40 W rytmie wolności (1) 3.45 Zwierzęta Wajraka (3, 4, 5) – serial dok., Pol. 2022 4.55 Pogotowie remontowe Wieszka 4 (1, 2) – mag.	13.05 Zabawy z piłką – kom., USA/Niemcy 2004, 90 min 14.35 Władca Pierścieni: Dwie wieże – film fantasy, USA/Nowa Zelandia/Niemcy 2002, 175 min 17.30 Kung Fu Panda 4 – film animowany, Chiny/USA 2024, 90 min 19.00 Białe Lotosy 2 (7) – kom. 20.15 Stamtań (9) – serial grozy 21.00 The Pitt 2 (3) – obycz., USA 21.45 Ta inna siostra Bennet (7) – komedia, Wlk. Bryt. 22.15 Jedna bitwa po drugiej – thriller, USA 2025, 160 min 0.55 Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem (6) – kom.

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD	COMEDY CENTRAL HD	TVN FABUŁA HD	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA DVB-T2
6.05 Górale (39-41) – serial dokumentalny, Polska 7.25 Doktor Martin (53) – serial obyczajowy 8.30 Przyjaciółki (169, 170) – obycz., Pol. 10.25 Świat według Kiepskich (26, 27, 117, 118, 172) – serial komediowy, Polska 13.15 Kung Fu Panda – film anim., USA/Wielka Brytania 2008, 105 min 15.00 Hobbit: Niezwykła podróż – film fantasy, USA/Nowa Zelandia 2012, reż. Peter Jackson, wyk. Ian McKellen, 225 min 18.45 Policja zastępca – komedia sensacyjna, USA 2010, 135 min	6.00 Tata ma plan (4, 5) – serial komediowy, USA 2016 7.00 Dwóch i pół (2) – serial komediowy, USA 2003 7.25 Dwóch i pół 9 (3-5) – kom., USA 2011-2012 8.55 Przyjaciecie 2 (7-12) – serial komediowy 11.55 Teoria wielkiego podrywku 11 (17-22) – serial komediowy 14.30 Dwóch i pół 9 (6-9) – kom., USA 2011-2012 16.30 Przyjaciecie 2 (13-18) – serial komediowy, USA 1996 19.30 Teoria wielkiego podrywku 11 (23, 24) – serial komediowy, USA 2017	5.05 Szkoła (807) – serial paradokum. 6.00 Top 100: filmy wszech czasów (7) 6.30 Kino Buzz Top 5 (9) 6.40 Seriale Top 5 (4) 6.45 Zakochani po uszy (127, 128) – telen., Pol. 7.45 Detektywi (153-156) – serial fab.-dokum. 9.50 Prawo Agaty 5 (5) 10.55 Lekarze (12) – obycz. 11.55 Zapukaj do moich drzwi (30, 31) – telen. 13.55 Prawo Agaty 5 (4) 14.55 Detektywi – fab.-dok. 16.05 Na Wspólnej (23, 24) – serial obycz., Polska 17.10 Motyw filmowe (3) 17.30 Kochaj i tańcz – komedia romant., Polska 2008, 150 min	6.00 Knok (2) – serial krym. 6.50 Darrow i Darrow – film kryminalny, USA/Kanada 2017, 115 min 8.45 Morderstwa w Lotaryngii – film kryminalny, Francja/Belgia 2019, 120 min 10.45 Mentalista 4 (11-14) – serial kryminalny 14.25 Darrow i Darrow: Dowód zbrodni – film kryminalny, USA 2018, reż. Mel Damski, wyk. Kimberly Williams, 115 min 16.20 Morderstwa w Rochefort – film kryminalny, Francja 2019, 120 min 18.20 Mentalista 4 (15-18) – serial kryminalny	6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dok. 7.25 Podróż kapitana Klipera (10, 11) 7.45 Bolek i Lolek (7, 8) 8.10 Reksio (1, 3) – anim. 8.30 Książę 8.45 Siedem życzeń (2) 9.50 Skradzionka 11.40 Ranking najpolskiego kina (3) 12.30 Papierowe małżeństwo – kom. obycz., Polska/Wlk. Bryt. 1991, 115 min 14.25 Ziemia obiecana – dramat obyczajowy, 1974, 210 min 17.55 Cztery pancerni i pies (7, 8) – wojenny	6.00 Kabaretowe hity (2) 6.50 Wojciech Cejrowski – bosso przez świat 7.55 Robert Makłowicz (207, 129) – mag. kulin. 9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (12) – serial krym., Australia 10.55 Górski lekarz 14 (1, 2) – serial obycz. 12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (13) – serial krym., Australia 14.00 Zajazd. Będzie się działo (12, 13) 16.00 Katastrofy w przestworzach (1, 8, 5) – serial dokum. 19.00 Aukcja w ciemno 2 (26) – serial dok., USA 19.35 Aukcja w ciemno 3 (1) – serial dok., USA
KOMEDIA	KOMEDIOWY	SENSACYJNY	THRILLER	DRAMAT OBZAJOWY	THRILLER
 21.00 Wojna żeńska – Polska 2011, 150 min Zakompleksiona Barbara pod wpływem przyjaciół zmienia się w skandalistkę i znawczynię meandrow mejskiej natury. Medialny sukces ma jednak swoją cenę... 23.30 Tylko nie ty – komedia romantyczna, USA/Australia 2023, reż. Will Gluck, 130 min 1.40 Fala zbrodni (91-93) – serial sens., Pol. 2007 4.40 Na ratunek 112 (888, 889) – paradok.	 20.25 Teoria wielkiego podrywku 12 (1-4) Amy i Sheldon spędzają miasieć miodowy w Nowym Jorku. Leonard i Penny odkrywają, że w mieszkaniu Cooperów ukrywa się przed zoną pan Fowler, ojciec Amy. 22.00 The Office PL 4 (6, 7) 23.05 Comedy Club (6, 7) 0.05 Miasteczko South Park 4 (15, 16) 1.00 Pracoholicy 6 (3, 4) 2.00 Śmiesznie nie będzie 3 (3, 4) – rozr. 3.00 Miasteczko South Park 4 (11-13) 4.30 Comedy Club 2 (2-4)	 20.00 Szukając sprawiedliwości – USA 1991, 130 min Policjant Gino Felino próbuje walczyć z mafią legalnymi sposobami. Gdy jednak w strzelaninie z gangsterami ginie jego przyjaciel, całkowicie zmienia metody. 22.10 Bekarty – komedia przygodowa, USA 2017, 135 min 0.25 Blade. Wieczny łowca – horror, USA 1998, 145 min 2.50 Dziewczyny z Hollywood (8) 3.10 Szkoła (762)	 22.00 Tożsamość – USA 2003, 115 min Dziesięcioro obcych sobie ludzi chroni się przed nawałnicą w odludnym motelu. Są całkowicie odcięci od świata. Wkrótce zaczynają ginąć w dziwnych okolicznościach. 23.55 Kobra – oddział specjalny (3) – serial sensacyjny, Niemcy 1.55 Morderstwa w Rochefort – film kryminalny, Francja 2019, 120 min 3.55 Darrow i Darrow – film kryminalny, USA/Kanada 2017, 130 min	 20.00 Słodko-gorzki – 1996, 115 min Mateusz próbuje wyjaśnić, dlaczego jego kolega popełnił samobójstwo. Niebawem zakochuje się w nowej uczennicy. Z czasem na jaw wychodzą szokujące fakty. 21.55 Konsul – komedia krym., 1989, 125 min 0.00 Mój dług – dramat krym., 2021, 130 min 2.10 Ścieżka po polsku – komedia obyczajowa, 2021, 130 min 4.20 Jesteśmy razem – film dokum., 2025 5.45 Instalove	 20.00 Efekt motyla – USA 2004, 150 min Evan zyskuje zdolność cofania się w czasie. Próbuje zapobiec tragedii, która spotkała jego przyjaciół. Skutki jego ingerencji okazują się jednak katastrofalne. 22.30 Poculunek śmierci – dramat kryminalny, USA 1995, 125 min 0.35 Kryptonim 2.35 Pieczono gołąbki – komedia, Polska 1966, 125 min 4.40 Kabaretowe hity (6)
CINEMAX HD	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD	SCI FI	FX	FILMBOX+ ONE HD	ROMANCE TV HD
11.30 Gang Amazonek – komediodramat, Francja 2025, 130 min 13.40 Marzyciel – dram. obycz., Fr./Belgia 2023, 95 min 15.15 Twarzą w twarz – obycz., Hiszpania/Bel. 2025, 95 min 16.50 Jak być normalną – film obyczajowy, 2025, 100 min 18.30 Fremont – dramat obyczajowy, 2023, 90 min 20.00 Challengers – dramat obyczajowy, 2024, 130 min 22.10 Charlie – dramat obyczajowy, 2012, 100 min 23.50 Krokodyl i ty – thriller, Indonezja/Francja/Singapur 2024, 100 min	13.25 Święty (21, 22) – kom., Pol. 14.25 Spadkobiercy (12) – rozr. 15.25 Co ludzie powiedzą? 2 (7) – serial kom., Wlk. Bryt. 16.05 Jedną nogą w grobie 6 (3) – serial kom., Wlk. Bryt. 16.55 Czarna Żmija 3 (3) – kom. 17.35 Młody Sheldon (1-3) – serial komediowy, USA 19.00 Dwóch i pół 9 (2-5) – kom. 21.00 Świat według Kiepskich (7-9) – serial kom., Pol. 2011 22.30 Co ludzie powiedzą? 2 (8) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.05 Jedną nogą w grobie 6 (4) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.50 Czarna Żmija 3 (4) – kom. 0.30 Comedy Club 4 (12) – rozr.	9.40 Medium 2 (15, 16) – krym. 11.30 Zagubiona tożsamość 4 (13) – serial s.f., USA 2014 12.25 Zagubiona tożsamość 5 (1) – serial s.f., Kanada 2014 13.20 Przygody Merlina (1, 2) 15.20 Medium 2 (17, 18) – krym. 17.10 Zagubiona tożsamość 5 (2, 3) – serial s.f., Kan. 2014 19.00 Przygody Merlina (3, 4) 21.00 Zmierzchni – film fantasy, USA 2008, 150 min 23.30 Człowiek widmo – thriller, 2000, 135 min 1.45 DOA: Żywy lub martwy – film przyg., 2006, 100 min 3.25 Zagubiona tożsamość 5 (2, 3) – serial s.f., Kan. 2014	9.00 SkyMed (6) – obycz., Kan. 10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (2, 3) – serial krym. 11.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (4, 5) 13.45 Agenci NCIS (7, 8) 15.35 CSI: Kryminalne zagadki Miami (4, 5) – serial krym. 17.25 Z archiwum X (14, 15) – serial s.f., USA/Kan. 1995 19.15 Agenci NCIS: Sydney (6) 20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (6, 7) 22.00 9-1-1: Nashville (4) 22.55 Z archiwum X (15) – s.f. 23.50 Adrenalina 2. Pod napiciem – dramat sensacyjny, 2009, 120 min	9.15 Panna Scarlet i komisarz 3 (2) – krym. 10.20 Panna Marple: Szaleństwo 12.05 Greenhawa – krym., Wlk. Bryt. 2013, 115 min 12.15 Hudson i Rex 4 (12, 13) 14.15 Poldot – serial kryminalny 16.40 Stróżnik Teksasu (20, 21) 18.55 Poldot (8) – serial krym. 20.00 3:10 do Yumy – western, USA 2007, reż. James Mangold, 155 min 22.35 Ucieczka gangstera – film sens., 1994, 140 min 0.55 Nim diabeł dowie się, że nie żyjesz – dramat sensacyjny, 2007, 165 min	12.20 Przyjaźń to coś więcej – Poczworna dawka emocji – dramat obycz., Niemcy 2022, 115 min 14.15 Bella Familia – komedia, Niemcy 2013, 110 min 16.05 Szkoła jazdy – komedia, Niemcy 2012, 115 min 18.00 Górski lekarz (180, 181) 20.00 Rosamunde Pilcher: Letnie marzenie – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2004, 110 min 21.50 Kätthe i ja: W cieniu ojca – dramat obyczajowy, Niemcy 2021, 115 min 23.45 Górski lekarz (180, 181) – obycz., Niemcy/Austria
CINEMAX 2 HD	VIASAT EPIC DRAMA HD	NOVELAS+ HD	FX COMEDY HD	FILMBOX+ HITS HD	PARAMOUNT NETWORK HD
11.15 Pierwsza krowa – western, 2019, 125 min 13.20 Jasniejsza od gwiazd – melodram., 2009, 120 min 15.20 Tootsie – komedia, USA 1982, 115 min 17.15 Nieokńczająca się opowieść – film fantasy, RFN/USA 1984, reż. Wolfgang Petersen, 95 min 18.50 Sacei w czerni – kom. s.f., USA 1997, 100 min 20.30 Transformers – film s.f., USA 2007, 140 min 22.50 Szczęki – thriller, USA 1975, 125 min 0.55 Mrok lasu – horror, Francja 2023, 75 min	9.30 Wszystkie stworzenia duże i małe 4 (1) – obycz. 10.30 Lekarze na start (19, 20) 12.00 Zatrącenie w miłości (52) 13.00 Sprawy pana Booka (2) 14.10 Agenci NCIS 17 (11) 15.10 Panna Marple: Godzina zero – film kryminalny, Wlk. Bryt./USA 2007, 110 min 17.00 Poirot 13 (4) – serial krym. 19.00 Agenci NCIS 17 (12) 19.55 Poirot 5 (4) – serial krym. 21.00 Hiszpańska księżniczka (5) – serial kostiumowy, USA 22.10 Domina (5) – serial hist. 23.00 Poirot 5 (4) – serial krym. 0.30 Agenci NCIS 17 (12) 1.15 Sprawy pana Booka (2)	10.00 Opowieść o wyspie (11) 11.00 Otchłań namiętności (134) – telen., Meksyk 2012 12.00 Za wszelką cenę (104) 13.00 Róża i grzechy (33) 14.00 Historia Juany (61, 62) 16.00 Róża i grzechy (34) 17.00 Za wszelką cenę (105) 18.00 Otchłań namiętności (135) – telen., Meksyk 2012 19.00 Macocho (44) – telenowela 20.00 Opowieść o wyspie (12) 21.00 Historia Juany (62) 22.00 Róża i grzechy (34) 23.00 Za wszelką cenę (105) 0.00 Otchłań namiętności (135) – telen., Meksyk 2012 1.00 Macocho (44) – telenowela	9.10 Diabli nadali (20-23) 11.00 Jim wie lepiej (17, 18) 12.00 Sposób użycia (8) – kom. 12.30 Sposób użycia (9) 13.00 Wszyscy kochają Raymonda (1-5) – kom. 15.30 Simpsonowie 32 (13-16) 17.30 Jak poznałem waszą matkę 5 (6-8) – serial kom. 19.00 Współczesna rodzina 10 (8-11) – serial komediowy 21.00 Family Guy: Głowa rodziny 20 (12, 13) 22.00 Grimby – komedia, 2016, 100 min 23.40 Simpsonowie 32 (9, 10) 0.35 Family Guy: Głowa rodziny 20 (6-9)	11.25 Rydząca otchłań 13.05 Joga dla dwojga – obycz., USA/Kanada 2019, 100 min 14.45 Do zobaczenia we wrzesniu – komedia romant., USA 2010, 105 min 16.30 Zadaj o siebie – komedia romantyczna, USA 2014, 105 min 18.15 Miłość x 3 – komediodramat, USA 2020, 105 min 20.00 Whiplash – dramat obyczajowy, 2014, 120 min 22.00 Efekt motyla – thriller, USA 2004, 125 min 0.05 Bandyta bez szczęcia – film sens., 2026, 105 min	10.30 Pingwiny z Madagaskaru 2 (18) 11.00 Naga broń 2 1/2 – kom. sens., 1991, 120 min 13.00 Czarodziejki (5, 6) 15.00 Transformers: Zemsta Upadłych – film s.f., USA 2009, reż. Michael Bay, wyk. Shia LaBeouf, 185 min 18.05 Gang Wiewiórka 2 – film anim., Korea Południowa/Kanada 2017, 115 min 20.00 Mission: Impossible 22.25 Kickboxer – film sensacyjny, 1989, 100 min 0.05 Uprowadzona – film sens., Francja 2008, 120 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD	POLSAT SPORT 1 HD	CANAL+ SPORT HD	TVP SPORT HD	ELEVEN SPORTS 1 HD	Discovery DISCOVERY CHANNEL HD
8.30 Kolarstwo: Tour de Pologne – 1. etap 9.30 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 3. etap 10.30 Racing on the Edge – magazyn sportowy 11.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – bouldering mężczyzn – finały 11.30 Kolarstwo: Tour de Pologne – 1. etap 12.30 Kolarstwo – studio 13.00 Kolarstwo: Tour de Pologne – 2. etap 16.45 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 4. etap 18.30 Kolarstwo – studio	6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 8.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 11.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 13.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 17.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – 2. runda 17.00 LIVE Start w Canadian Open zapowiedział Hubert Hurkacz. Wrocławianin ma w CV występ w finale tego turnieju. W 2022 roku przegrał z Pabłem Carreno Bustą.	6.00 Ekstraklasa: 2. kolejka 7.10 Ekstraklasa po godzinach – magazyn piłkarski 8.25 1 na 1 Extra – magazyn sportowy 9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt – Valencia 11.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Cracovia – Pogoń Szczecin 13.40 Ekstraklasa po godzinach – magazyn piłkarski 14.50 Na pierwszym planie (1) – dok., Pol. 15.40 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt – Valencia	7.40 Piłka nożna: Betclit 1. Liga: Chrobry – Odra 9.45 Motocross Mistrzostwa Polski – Mnišek nad Hnilicem – reportaż 10.10 GOL – mag. piłkarski 11.30 Wioslarstwo: Mistrzostwa Europy – Varese 2026 – podsumowanie 12.30 Kronika TdP Junior 12.40 Kolarstwo: Tour de Pologne – start 2. etap 13.15 LIVE Kolarstwo: Tour de Pologne – 2. etap 13.15 LIVE Magazyn 2. ligi piłkarskiej (68) 18.15 Skoki narciarskie: Letnie Grand Prix w Wiśle – podsumowanie	6.00 Magazyn piłkarski 6.40 Najszabsze gole Bundesligi – magazyn piłkarski 7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: FC Bayern Monachium – Hamburger SV 9.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Bologna FC – Inter Mediolan 11.00 Formula 3: Grand Prix Węgier 12.30 Formula 2: Grand Prix Węgier 14.00 Formula 1: Grand Prix Węgier 16.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Hellas Verona	9.00 Parker na złotym szlaku – serial dok. 10.00 Stacja Alaska – dok. 11.00 Przetwać nad Jukonem – dok., USA 12.00 Celnicy na straży Turcji (12) – serial dok. 13.15 Nagi instynkt przetwarzania: Brazylia 2 – dok. 14.30 Strażacy (5) – dok. 15.00 Złomowisko PL 7 (11) – serial dokum. 16.00 Bimbrownicy 14: Podejrzani – serial dok. 17.00 Przemysłnicy: na lotniskach – dok. 18.00 Polscy truckersi (3) 19.00 Nagi instynkt przetwarzania – dok. 20.00 Niezwykłe rekiny z Ameryki
KOLARSTWO	TENIS	MAGAZYN PIŁKARSKI	SKOKI DO WODY	PIŁKA NOŻNA	DOKUMENTALNY
19.00 Tour de Pologne – 2. etap Drugiego dnia rywalizacji kolarze wystartują w Międzyzdrojach, a zakończą zmagania w Szczecinie. Tym razem będą mieli do przejechania 151 kilometrów. 20.00 Snooker: World Open – finał: R. O'Sullivan – T. Un-Nooh 21.30 E-sport – magazyn 22.00 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 4. etap 23.00 Kolarstwo: Tour de Pologne – 2. etap	19.00 Turniej ATP w Montrealu – mecz 2. rundy Alexander Zverev ma na koncie jeden triumf w Canadian Open. Niemiec wygrał turniej w 2017 r. Potem tylko raz zbliżył się do tego wyniku. Zrobił to w poprzednim sezonie, kiedy dotarł do półfinału. 21.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – 2. runda 23.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – 2. runda 1.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – 2. runda 3.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – 2. runda	18.00 Liga+ Extra Bramki, akcje i kontrowersje z ostatniej kolejki Ekstraklasy. Zapraszamy Krzysztof Marciniak i Bartosz Gień. 20.00 Premier League Review – mag. 21.00 Wysoki Pressing 22.45 Boks: BKFC Fight Night: Newcastle: L. Garside – B. Taylor 0.00 Sportowy walki: ONE Friday Fights 164 1.15 Ligomistrzowie historii (1) – mag. 2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Wiczyzta – Lech Poznań	19.25 ME – Paryż 2026 – wieża 10 m synchronicznie mężczyzn W poprzednim czempionacie w tej konkurencji triumfowali reprezentanci Ukrainy. 20.55 Sportowe ABC 21.15 Skoki do wody: ME – Paryż 2026 – trampolina 3 m kobiet 22.35 Sportowy wieczór 23.05 Kolarstwo: Tour de Pologne – 2. etap 0.35 Skoki do wody: ME – Paryż 2026 – wieża 10 m synchronicznie mężczyzn	18.00 Liga niemiecka – mecz: Bayern – Lipsk Pierwsza kolejka sezonu 2025/26. W spotkaniu z mistrzem Niemiec skok na głęboką wodę zaliczy nowy trener Byków, Ole Werner. 20.00 Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością – film dokumentalny 20.40 Formula 1: GP Węgier 22.40 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag. 23.30 Ligue 1 Season Review (36) – mag. 0.40 Made in Italy	21.00 Premiera: Rolnicy w akcji (5) – 2026 Program prezentuje życie rolników z hiszpańskich gospodarstw. Każdego dnia wykonują ciężką pracę. Nie brakuje im też niespodziewanych wyzwań. 22.00 W oku cyklonu 23.00 Najniebezpieczniejszy zawód świata 22 – dok. 0.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dok. 1.00 Hotrod wg Kingda 7 – dok., USA 2.00 Królowie kempingu (4) – serial dok., Niem.
EUROSPORT 2 HD	POLSAT SPORT 2 HD	CANAL+ SPORT 2 HD	EXTREME CHANNEL HD	ELEVEN SPORTS 2 HD	life DISCOVERY LIFE HD
15.45 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 4. etap 18.30 E-sport – magazyn 19.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – bouldering kobiet – finały 20.00 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 4. etap 21.00 Kolarstwo: Tour de Pologne – 2. etap 22.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – bouldering mężczyzn 23.00 Snooker: Turniej World Open – mecz finałowy: R. O'Sullivan – T. Un-Nooh 0.00 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 4. etap	6.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – mecz 1. rundy gry pojedynczej 8.30 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – mecz 1. rundy gry pojedynczej 11.00 Cafe Futbol – mag. 13.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – 1. runda 15.00 Piłka nożna: Liga szkocka – mecz: Celtic – Dundee FC 17.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 19.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 22.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 1.00 Sporty walki: FEN	8.20 Tenis: Turniej WTA w Toronto – mecz 1. rundy 10.40 Tenis: Turniej WTA w Toronto – mecz 1. rundy 13.00 8 wspaniałych (7, 1) 14.40 Tenis: Turniej WTA w Toronto – mecz 1. rundy 17.00 Tenis: Turniej WTA w Toronto – mecz 2. rundy 18.30 Tenis: Turniej WTA w Toronto – mecz 2. rundy 20.30 Tenis: Turniej WTA w Toronto – mecz 2. rundy 23.00 Tenis: Turniej WTA w Toronto – mecz 2. rundy 1.20 8 wspaniałych (4) – dok. 2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa	9.00 Liquid Edge (4) 10.00 World of X Games 2018 11.00 X Games – Minneapolis 12.00 Drift Style (7, 8) – mag. 13.00 Action Sports World (5) 14.00 WWE Classic Gold 16.00 WWE Highlights (60, 20) 17.00 KPW Komat TV (13, 14) 19.00 WWE Classic Gold (11) 20.00 AEW Collision 2 (2631) 22.00 PTW Wrestling (12) 0.30 WWE Highlights (80) 1.00 New Japan Wrestling – Highlights (6) 1.30 WWE Highlights (63) 2.00 World of X Games 2018 3.00 Liquid Edge (4) 4.00 Drift Style (7, 8) – mag.	12.00 Piłka nożna: Bayern – Wolfsburg 14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Bologna FC – Inter 16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – 1. FC Köln 18.00 Formula 1: GP Węgier 20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Hellas 22.00 Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością – dok. 22.40 Bundesliga Spezial (21) 23.45 Najszabsze gole Bundesligi – mag. piłkarski 0.00 Piłka nożna: Liga francuska: Toulouse – PSG	7.15 Nowa Maja w ogrodzie 8.15 Szpital (536, 537) 10.15 Nowa Maja w ogrodzie 11.15 Idealna niania 5 (1, 2) 12.45 Klinika naturalnego piękna (6-9) – reality show 14.45 Szpital (535, 536) 16.45 Idealna niania 4 (11) 17.30 Idealna niania 5 (1, 2, 4) 19.45 Klinika naturalnego piękna (1) – reality show 20.15 Wycieczkowicze (10) 21.15 Moje koszmarnie stopy 22.15 Historie wielkiej wagi 0.15 Sekrety lekarzy (3) 1.15 Szpital (382, 384) 3.15 Eks-tra zmiana (6, 7) 5.15 Klinika urody (1) – mag.
POLSAT SPORT FIGHT HD	POLSAT SPORT 3 HD	CANAL+ SPORT 3 HD	ELEVEN SPORTS 4 HD	ELEVEN SPORTS 3 HD	CANAL+ DOKUMENT HD
13.05 Sporty walki: UFC Freedom 250 – walka: Ilia Topuria – Justin Gaethje 15.20 Boks: Babilon Boxing Show w Chojnicach: P. Stepien – S. Chusanow 18.00 Sporty walki: First Step Championship 11 w Bytowie: Rafal Blachuta – Wallison Henrique 19.35 Z archiwum ESPN – mag. 20.00 Strzelnica Navala (7, 8) 21.00 Sporty walki: Babilon MMA 55 w Radomiu: M. Kazarz – S. Kolecki 23.50 Boks: Rocky Boxing Night 19 w Karlinie: Jan Łodzik – Mateusz Polski 2	8.30 Piłka nożna: Liga szkocka: Celtic FC – Dundee FC 11.00 Piłka ręczna plażowa: MP – Tczew 2026 13.00 Cafe Futbol 14.30 Atleci 15.00 Piłka ręczna plażowa: MP – Tczew 2026 17.00 Magazyn Polskiego Sportu 18.30 Piłka nożna: Liga szkocka – mecz: Celtic – Dundee FC 20.30 Atleci – magazyn sportowy 21.00 Piłka ręczna plażowa: MP – Tczew 2026 23.00 Piłka nożna: Liga szkocka: Celtic FC – Dundee FC 1.00 Sporty walki: Babilon	8.45 Żużel: PGE Ekstraliga: Unia Leszno – GKM Grudziądz 11.45 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Hunters PSZ Poznań – ROW Rybnik 14.30 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Wilki – Orzeł 17.15 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: Falubaz – KS Toruń 20.00 Żużel: PGE Ekstraliga: Unia Leszno – GKM Grudziądz 22.45 Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga – mag. 0.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Motor Lublin – Jagiellonia Białystok 2.30 Premier League: The Big Interview (19) – mag.	13.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial 14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Köln – Freiburg 16.00 Piłka nożna: Liga francuska: Toulouse – Lille 18.00 Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością – dok. 18.30 Ligue 1 Show (35) – mag. 19.00 Made in Italy 20.00 Piłka nożna: Liga portugalska: Sporting – Tondela 22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Torino – Juventus 0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Heidenheim	12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Fiorentina 14.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Olympique Lyon – FC Metz 16.00 Bundesliga Spezial (21) 16.55 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag. piłkarski 17.30 Made in Italy (19, 20) 18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Pisa – Napoli 20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: St. Pauli – BVB 22.00 Piłka nożna: Liga francuska: Paris FC – Lens 0.00 Podróż do świata Calcio – magazyn piłkarski	14.35 Papua Zachodnia: ostatni raj na Ziemi 15.35 W pogoni za wieczną młodością – film dok., Fr. 16.35 24 godziny na kole podbiegunowym – dok. 17.30 Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego – film dok. 19.05 Pearl Harbor. Wojna na Pacyfiku – film dokum. 20.05 Pod powierzchnią – dok. 21.55 Kamala Harris. Łamiąc bariery – film dokum., Fr. 23.00 Chiny od środka. Walka o Tybet – dok., Wlk. Bryt. 0.05 Wszystkie smaki Prowansji – film dok., Fr.

SCIENCE	DISCOVERY	HD	ID	HD	NATIONAL GEOGRAPHIC	HD	FOKUS TV	FOKUS TV	DVB-T2	HISTORIA	TVP HISTORIA	DVB-T2	HISTORY	HISTORY	HD
6.00	Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny, Kanada		6.00	Morderstwo na prowincji 6 – serial dok., USA 2023	10.00	Porzucone konstrukcje (1)	7.00	Była sobie Ziemia		8.20	Tajemnica Enigmy (7) – serial hist., Polska		13.05	Starożytni kosmici 17 (5) – dok.	
8.00	Jak działa wszechświat? 6 – serial dokumentalny, USA 2018		7.00	Morderstwo na prowincji – serial dokumentalny	11.00	Plemienna szkoła przetrwania: Mekong (4) – dok.	8.55	Wehikuł czasu (804)		9.05	Życie lasu. Wielcy roślinożercy		14.00	Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (3) – serial dok., USA	
11.00	Czy jest z nami inżynier? (2, 3) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2015		8.00	Morderstwo na bagnach 3 – serial dokumentalny, USA	12.00	Katastrofa w przestworzach (10, 1, 2, 4) – dok., Kan.	9.00	Starożytni kosmici (1) – serial dok., USA		9.55	W sercu Ameryki – Stan Mississippi – nad Wielką Rzeką		14.50	Największe tajemnice świata 5 (3) – serial dok., USA	
13.00	Kosmiczna mapa skarbów – serial dokumentalny, USA 2018		10.00	Morderstwo w tropikach – serial dok., Wielka Brytania	16.00	Pompeje: Podróż w czasie z Tomem Hiddlestonem (2)	10.00	Gwiazdy lombardu (29, 1) – reality show		10.55	Piaże Europy (5)		15.45	Gwiazdy lombardu 13 (3)	
15.00	Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny, USA 2020		12.00	Krótkie życie, niewyjaśniona śmierć – serial dokumentalny, 2020	17.00	Sekrety starożytnej medycyny (2) – dok.	12.00	Tajemnice II wojny światowej (2) – dok.		11.55	Wędrowni szlakami granicznymi (1)		16.15	Gwiazdy lombardu 25 (15) – reality show	
18.00	Jak to jest zrobione? (23) – serial dokum., Kanada 2013		14.00	Zniknięcie Heather Elvis – film dokumentalny, USA 2020	18.00	Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Wojna z Ameryką (6, 2)	13.00	Poszukiwacze historii (5, 6) – dok.		12.50	Putin i Zachód (2)		17.10	Tajne kryjówki dyktatorów (5) – dok.	
			16.00	Żyjąc z potworem (1, 4) – serial dok., USA	20.00	Katastrofa w przestworzach (1) – serial dokumentalny	14.00	Łowcy nazistów (10)		13.40	Królowie (72) – hist.		18.10	Największe tajemnice świata 7 (4) – serial dok., USA	
					21.00	Starożytne konstrukcje (1) – serial dokum.	15.00	Truckersi przez Australię (2) – dok.		14.15	Cztery pancerni i pies (15) – wojenny		19.05	Starożytni kosmici 13 (19) – dok.	
							16.00	Dorwać tunczyka (2, 3) – serial dok., USA		15.30	Sensacje XX wieku		20.00	Starożytni kosmici 17 (5) – dok.	
							18.00	Rolnicy. Podlasie (52, 1) – serial dok., Pol.		17.55	Tajemnica Enigmy (8-ost.) – serial hist.				
							20.00	Galileo 28 (8) – pr. popularnonaukowy		19.00	I powiem: nie będąc – jestem. Krzysztof Kamil Baczyński				
							21.00	Najkrwawsze bitwy drugiej wojny światowej (2) – dok.		20.00	Oficerowie (10) – serial sens., Pol. 2006				



21.00 Pogromka mitów w akcji – USA 2019	18.00 Ostatnia impreza: Śmierć na wyspie Tresco	22.00 Ukryte pod miastami (1) – Kan.	22.00 Ostatni bastion Hitlera (3, 4) – Kanada 2018	20.50 Starożytny Egipt – kroniki imperium (5) – Niemcy 2022	21.00 Tom Hanks: II wojna światowa (3, 4)
Adam zamierza poeksperymentować z nitrogliceryną. Dla bezpieczeństwa towarzyszy mu ekspert od wyburzeń. Przeprowadzą kilka niebezpiecznych doświadczeń.	Josh Clayton spełnia swoje marzenie, gdy obejmuje posiadłość na ekskluzywnej prywatnej wyspie. Jednak po hucznej imprezie znikną bez śladu.	W Turcji archeolodzy natrafiają na starożytne miasto Mاتیة. W Royston robotnicy znajdują komnatę pełną rzeźb. Pod Orvieto odkryto etruski kompleks.	W Caen toczyły się walki z Niemcami w ramach alianckiej inwazji we Francji w 1944 roku. 8 lipca kanadyjskiemu pułkowi powierzono zadanie	Piramidy, które wciąż kryją w sobie wiele tajemnic, są symbolem zaawansowanej cywilizacji. Razem z naukowcami widzowie mogą prze-	W 1941 roku Hitler zainicjował operację „Barbarossa”, atakując Związek Radziecki. Niemcy rozpoczęli największą ofensywę militarną w dziejach ludzkości.

23.00	W sieci eksperymentów – serial dokumentalny, USA/Wielka Brytania	21.00	Tajemnice jeziora Erie 2 – serial dok.	23.00	Tajemnice podwodnych wraków (2) – dok.	zdobycia zabudowań opactwa położonego nieopodal miasta.	śledzić historię budowy egipskich grobowców.	23.00	II wojna światowa w kolorze – przełomowe momenty (7) – dok.	
1.00	Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny, USA 2020	22.00	Zbrodnie z pierwszych stron gazet: uciekam seryjnym mordercy – dok., USA	0.00	Katastrofa w przestworzach (7, 3, 8) – serial dokum.	0.00	Starożytni kosmici (8) – serial dokumentalny, USA 2012	21.55	Nieznana wojna na Północy (5) – dok.	
4.00	Podziemne sekrety – serial dokumentalny	23.00	Zabójczy blond 2	3.00	Car S.O.S. 7 (7, 8) – serial dok., Wlk. Bryt.	1.00	Rolnicy. Podlasie (31-34) – serial dokumentalny, Polska	23.00	Sensacje XX wieku	
		0.00	Tajemnice jeziora Erie 2 – dok., USA	5.00	Katastrofa w przestworzach (6)	5.00	Kołowrotek (2, 3) – magazyn wedkarski	1.10	Encyklopedia II wojny światowej	
								1.45	Oficerowie (10)	
								2.30	Cztery pancerni i pies (15) – wojenny	
									23.55	Jak to wyjaśnić? 5 (10) – serial dok., USA
									0.50	Starożytni kosmici 17 (5) – dok.
									1.50	Tajne kryjówki dyktatorów (5)

DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
9.00 Kwatery Hitlera (9) – dok.	11.25 Superskaly. Historia wykuła w kamieniu (2)	8.00 W świecie szympanсів	8.25 Wielkie rzeki (1) – dok.	9.55 Życie na pustkowiu 7 (6)	13.00 Irwinowie – następne pokolenie 2 – serial dok.
10.00 Sekrety i skarby	12.35 360° Świat bez granic	9.00 Niezwykły dr Pol	9.30 W okowach mrozu 4 (1)	11.00 Wędrowcy z dinozaurami (2) – dok.	14.00 Resocjalizacja z pitbullem 7 – serial dok.
11.00 Militarista na warsztat	13.40 Ocalić raj (1) – serial dok.	12.00 Najgroźniejsze zwierzęta świata (3)	10.30 Wulkany: odziczenie (1)	12.00 Malownicze trasy kolejowe 5 (6) – serial dok.	15.00 Kot z piekła rodem
12.00 Muzealne tajemnice	14.45 Zdrączy/Patrioci (2) – dok.	13.00 Czuda Afryki (2) – dok., Hol.	12.45 W okowach mrozu 4 (1)	13.00 Wielkie koty 24/7 2 (3)	17.00 Na tropie wymarłych gatunków – serial przyrod.
14.00 Łowcy starożytności	15.50 Niezwykłe podróże koleją 11 (6) – serial dok.	14.00 Morze Czerwone: magiczny ogród ewolucji – dok., Austria	13.40 Śpiące olbrzymy: wulkany Europy – dok.	14.15 W okowach mrozu 5	18.00 Weterynarz z Gór Skalistych – serial dok.
16.00 Walka o bagaż (7-10)	16.55 Świat z góry (1, 2) – dok.	15.00 Wrogi świat (5) – dok.	14.50 Wielkie rzeki (1) – dok.	16.20 Pociągami przez Imperium Rzymskie (1)	19.00 Cztery kąt, cztery łapy – serial dokumentalny, USA
18.00 Łowcy starożytności (11, 12)	18.00 Dokąd dzisiaj? 4	16.00 Chiny: ukryte królestwa	15.55 W okowach mrozu 4 (1)	17.30 Wielkie koty 24/7 2 (3)	20.00 Alaski: Ostatni przystanek – serial dok.
20.00 Żoły na architekturę	18.35 Wielki smog londyński	17.00 Dzikie koty z Indii (1)	16.55 Dzikie tajemnice Chin	18.45 Malownicze trasy kolejowe 5 (7) – serial dok.	21.00 Klan z Alaski – serial dok.
22.00 Hazardziści – serial dok.	19.40 Udowodnić teorie względności – film dok.	19.00 Dzikie konfrontacje (2)	17.55 Dzienniki jaguara (2)	19.45 Sekretne życie ogrodu	22.00 Projekt akwarium (1)
23.00 Legendarne miejscowości	20.50 T-Rex. Historia ewolucji	20.00 Królestwo drapieżników (2) – dok.	18.55 Wielkie rzeki (1) – dok.	20.55 W okowach mrozu 5	23.00 Resocjalizacja z pitbullem 7 – serial dok.
0.00 Na tropie legendarnych potworów – serial dok.	22.00 Triady. Chińska mafia podbija świat (2) – dok.	21.00 Niezwykły dr Pol (18, 3, 6, 7, 16) – serial dok., USA	20.00 W okowach mrozu 4 (2)	22.55 Sekrety długowieczności (3)	0.00 Zarządca kontraktujący
2.00 Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołowski	23.15 Planeta Seks (2) – dok.	2.00 Czuda Afryki (2) – dok., Hol.	21.00 Wulkany: odziczenie (2)	0.00 W 80 kł dookoła świata (5) – dok., Wlk. Bryt.	
3.00 Mikroprzyroda (6) – dok.	0.15 Niezwykłe podróże koleją 11 (7) – serial dok.	3.00 Morze Czerwone...	22.05 Wojny zwierząt (2) – dok.		
4.00 Pasja – sposób na życie			23.15 W okowach mrozu 4 (2)		
			0.10 Śpiące olbrzymy: wulkany Europy – dok.		

 TVP DOKUMENT		 POLSAT DOKU		 POLSAT VIASAT EXPLORE		 POLSAT VIASAT HISTORY		 CI POLSAT		 TRAVEL CHANNEL	
13.55 Zwierneta, które zmieniły historię – dok.		8.05 48h. Zaginięni (160, 161)		12.20 Złoto Jukonu 2 – dok.		13.00 Kleopatra: tajemnicza władczyni (1, 2) – dok., Fr.		14.10 Dla mnie już nie żyjesz		8.05 Człowiek kontra jedzenie (40, 1-3) – mag.	
14.55 Fascynujące migracje (1)		12.05 Polacy za granicą (55, 56)		13.15 Gruchoty z kanadyjskiej głuszy (9) – serial dokum.		15.20 Czarni faraonowie – dok.		15.05 Zabójcze wakacje (9)		10.10 Andy Bates i uliczne przysmarki Ameryki	
15.55 Czy to autyzm? – dok.		13.05 Poszukiwacze historii		14.10 Australijscy poszukiwacze złota 7		16.35 II wojna światowa: cena imperium (7) – serial dok.		16.00 Pogrzebani za domem 6		12.15 Nowi badacze UFO (4, 5)	
16.50 Pociągami dokoła świata (7) – cykl dokum.		14.05 Arktyka się zbliży – dok.		16.10 Drewno z Kolumbii Brytyjskiej 2 (6) – dok.		17.40 Największe postacie zimej wojny 2 (1) – dok.		17.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 2 (6) – dok.		14.20 Człowiek kontra jedzenie (10) – mag. kulin.	
17.45 Sanatorium miłości 7 (5)		15.15 Poszukiwacze historii		17.05 Kowboje z zimnych wód 2 (4) – serial dokum.		18.50 Majowie: wojna pięciu królestw 2 – serial dok.		18.00 Polskie zabójczyne 5, 6)		14.55 Dziwaczne potrawy: smakowite miasta (5-8)	
18.45 Rozdarcie, czyli Gombro w Berlinie – film dokum.		16.10 Niewyjaśnione tajemnice (1, 2) – dok.		18.05 Złoto Jukonu (9) – dok.		19.55 Wojny faraonów (1)		19.00 Ktoś ma coś do ukrycia		17.00 Śluby święta (1, 2) – rozr.	
20.00 Miód – słodka namiętność – film dokum.		18.05 Świat z góry (5) – dok.		19.00 Australijscy poszukiwacze złota 9		21.05 Najgroźniejsi ludzie Hitlera (7) – serial dokum.		20.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (17) – dok.		19.00 Budowa na końcu świata (1, 2) – serial dok.	
21.05 Plaże Europy (2)		18.35 Świat z góry. Jedwabny Ślaziak (3) – dok., Singapur		21.00 Największe budowle 3		22.05 Anna Boleyn i Elżbieta I: królowe-więźniarki		21.00 Zbrodnia na żywo (1)		21.00 Nagi instytnkt przetrawia (17) – dok.	
22.10 Nierozwikłane Zbrodnie Kuby Rozpruwacza – film dok., Wielka Brytania 2023		19.45 Nowoczesne maszyny wojenne (3, 4) – serial dok.		22.00 Ciężarówka po lepsze życie (7) – serial dokum.		23.00 Tajne bazy nazistów (2)		23.55 Kobiety, które niosły śmierć 13 (4) – serial dok.		22.55 Kobieta na krancu świata (4-6) – serial dok.	
23.10 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn		22.00 Top Guns – SuperBroń		23.00 Special Ops: Prawda		0.00 Maria Stuart: listy pisane sztyrfem – dok., Fr.		0.50 Mocne sekrety amerykańskich kampuśów (3) – dok.		0.40 Nowi badacze UFO (4, 5)	
23.20 Kobieta w Kabulu – dok.		22.55 U-32. Niemiecki okręt podwodny – film dokum.		0.05 Nago, samotnie i do domu daleko (2)						2.45 Śluby święta (1, 2) – rozr.	
		0.00 Kroniki Hitlera (10) – dok.									
		1.10 Piekło na Ziemi (7) – dok.									

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TTV STYLE HD
14.30 Moda na język polski – magazyn	7.10 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin.	6.05 Demakijaż (7-12)	6.00 Strażnik Teksasu (21, 22) – serial sens.	10.35 Detektywi (61, 62)	5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (1) – reality show	
15.10 Polskie dziedzictwo (4) – magazyn hist.	8.20 Familiada – telet.	9.00 Drugie życie sukni ślubnej (2) – pr. rozr.	7.55 Bogaty dom – biedny dom (104)	12.35 Zakup w ciemno 4 (17) – reality show	5.50 Ach, ten ślub! (5) – program rozrywkowy	
15.40 Dobry żart (10) – rozr.	8.50 Va banque (958)	9.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (5, 6) – reality show	8.55 Policjanci i Policjanci (544, 545)	13.35 Zakup w ciemno 6 (14) – reality show	6.45 Damy i wiesniaczki. Ukraina 7 (15) – serial fab.-dokum.	
16.00 Zaraz wracam 2 (118) – serial obycz.	9.25 Koło fortuny (1995)	10.05 Makłowicz w podróży – mag.	10.55 Na ratunek 112 (1142, 1143) – paradok.	14.35 Nic do zgłoszenia 5 (1) – serial dokum., Pol.	7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn	
16.30 Barwy szczęścia (3353) – serial obycz.	10.45 Postaw na milion	10.15 Rodzinka.pl (212)	11.55 Dlaczego ja? (1571, 1572) – paradok.	15.35 Złomowisko PL 6 (7)	11.20 Ugotowani (3, 4)	
17.00 Teleexpress	12.35 Familiada – telet.	15.20 Program rozrywkowy	13.55 Trudne sprawy (809-811) – paradok.	16.45 Express – pr. inform.	13.25 Kuchenne rewolucje (12-ost., 11) – pr. rozr.	
17.20 Gra słów. Krzyżówka (1076) – teleturniej	13.15 Daleko od szosy (7-ost.) – serial obycz.	15.30 Kabaret Letnią Porą (15, 16) – pr. rozrywk.	16.55 Policjanci i Policjanci (1416)	16.58 Pogoda, sport	15.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (4, 5) – reality show	
17.50 Teleexpress Extra	14.50 Rodzinka.pl (212)	17.25 Va banque (959)	18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (534)	17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 2 (8)	17.05 W czym do ślubu? (1) – program rozrywk.	
18.15 Oko na Wschód	15.30 Kabaret Letnią Porą (15, 16) – pr. rozrywk.	18.00 Koło fortuny (1996)	19.00 Policjanci i Policjanci (1417)	18.05 Zakup w ciemno extra (11)	17.40 Kuchenne rewolucje (10, 3, 8) – program rozrywkowy	
18.45 Panorama	18.35 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin.	20.00 Kolacja w ciemno (48) – pr. rozrywk.	20.00 Uroczysko (231, 232)	19.45 Express – pr. inform.		
19.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu (4)	19.40 Makłowicz w podróży – mag.	21.05 Wieżenie kobiet (102, 103) – dok., Pol.	21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (142)	20.05 Zakup w ciemno 6 (15) – reality show		
19.30 Program informacyjny 19.30				21.05 Zakup w ciemno extra (6)		
19.55 Pytanie dnia – publ.				21.45 Express – pr. inform.		
FANTASY	TELETURNIEJ	REALITY SHOW	KRYMINALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	
20.25 Wiedźmin (10) – Polska 2001-2002 Geralt przybywa do Blaviken, gdzie spotyka znajomego maga Stregobora. Ten informuje go o straszynku Iosie kapłanek Melitele. Błaga o obronę przed księżniczką Renfri zwaną Dzierzbą.	20.10 Postaw na milion W każdej grze bierze udział dwójce bliskich sobie uczestników. Są drużyną. Dostają milion złotych. Żeby go nie stracić, muszą poprawnie odpowiedzieć na osiem pytań.	22.00 Bogaty dom – biedny dom (130) – Polska 2025 W Polsce są coraz większe różnice majątkowe. Aby zrozumieć, jak wygląda życie na przeciwnych krańcach skali, dwie rodziny na pięć dni zamieniają się domami.	22.05 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1025) Ciało dwunastoletniej Amelki znaleziono w rzecze. Sekcja zwłok wykazała uduszenie. Śledczy znajdują jej bluzę w opuszczonej fabryce, a podejrzani padają na Brąjana.	22.00 Nic do zgłoszenia 6 (12) – Polska 2025 W Terespolu Przemek i Konrad z pomocą psa kontrolują autobus. Znajdują paczki papierosów. Funkcjonariusze z Poznania zabezpieczają nielegalne automaty do gier.	20.50 Jestem z Polski (3, 4) – Polska 2021 Iwona od 17 lat mieszka we włoskim Fabriano. W średniowieczu powstała tu pierwsza w Europie papiernia. Tylko tam można spróbować włoskiej wersji polskiego trunku.	
21.20 Ojciec Mateusz 2 (29) – krym., Pol. 2009	21.10 Kabaret Letnią Porą (42) – pr. rozrywk.	23.00 Gry małżeńskie (88, 89) – reality show	23.05 Klucz do wieczności – thriller, USA 2015, 145 min	23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 16 (5) – serial paradokum.	22.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9 – reality show	
22.15 Wyszyński. Wróg nr 1 – dok., Pol. 2020	22.10 Rodzinka.pl (67) – serial kom., Pol. 2012	1.05 Wieżenie kobiet (73-76) – serial dokumentalny, Polska 2024-2025	1.30 Love Island. Wyspa miłości (46)	0.45 Żony Podlasia 3 (10)	0.40 Mroczne sekrety małżeńskie (2) – dok.	
23.15 Panorama	22.50 Tak to leciało! (74)	3.00 Zdrady (13-15) – serial paradokumentalny, Polska	2.40 Intercwencja – mag.	1.45 Niebezpieczne dzielnice (9) – dok.	1.45 Tu jest pięknie (1) – program rozrywkowy	
23.45 Łato z Radiem i Telewizją Polską	23.45 Gabi Drzewiecka zaprasza (9)		2.50 SuperLudzie (6, 8, 9)	2.25 Nauka jazdy 5 (11)	2.20 Nieoczekiwane miejsca (11) – dok.	
0.40 Zaraz wracam 2 (118) – serial obycz.	0.45 Koło fortuny (1996, 2060) – telet.		5.30 Teleszkupy TV – mag. rekl.	3.00 Szpital (928)		
	2.10 Kabaret Letnią Porą (12, 20) – pr. rozrywk.			4.00 Szkola (810)		
TVP HD	TVP HD	ZOOM	TLC	C+ KUCHNIA HD	TVN TURBO HD	
10.45 Gra słów. Krzyżówka	15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	8.05 Strażnik Teksasu (2, 3)	10.00 Wiza na miłość: pościelowe rozmowy 11	14.55 U sąsiadów w kuchni 14 (11, 12) – serial dok., Niem.	12.15 Jeździć, obserwować	
11.20 Na sygnale (706, 707)	16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel – krym., Austria	10.00 MacGyver 4 (3, 4) – sens.	11.00 Wiza na miłość 12	15.55 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś (2)	13.00 Mobilni mechanicy	
12.25 Ojciec Mateusz 8 (104)	17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	12.05 Wojny magazynowe: Kanada 2 (34, 35)	13.00 Klinika bez tajemnic	16.00 Wojny samochodowe	14.30 Zawodowi handlarze	
13.20 Komisarz Alex 6 (68)	18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz.	13.25 Sensacje XX wieku (5, 6)	15.00 Wiza na miłość: dalsze losy 9 – reality show	16.10 Kulinarnie szlaki: Południowa Afryka 2 (9)	16.00 Raport Turbo – mag. inf.	
14.15 Ranczo 3 (31, 32) – obycz.	19.50 Rosamunde Pilcher: Angielskie wino – melodramat, Niemcy/Austria 2011, 120 min	15.45 Wojciech Cejrowski – bosy przez świat	16.00 Historie wielkiej wagi	16.40 Jamie Oliver nad Morzem Śródziemnym	18.00 Raport Turbo – mag. inf.	
16.10 Górna półka smaku (4)	20.00 Kobra – oddział specjalny (2, 3) – sens.	18.00 FBI 4 (1, 3) – serial krym.	18.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 7	17.35 Po prostu Jamie: szybko i łatwo (2) – magazyn kulin.	18.15 Zawodowi handlarze	
16.40 Przystanek slow food 4	22.05 Hity polskiego kabaretu 7 (2) – pr. rozr.	20.00 Kobra – oddział specjalny (2, 3) – sens.	21.00 Nie do uwierzenia!	18.30 Maximum Foodie 5 (10)	19.00 Moto kombi (9) – mag.	
17.10 Okrasa lamie przepisy	23.00 Magia nagości. Polska	22.05 Hity polskiego kabaretu 7 (2) – pr. rozr.	22.00 Historie wielkiej wagi: Brazylia – reality show	18.55 M jak mięso 4 (3, 4) – dok.	19.45 Duda kontra Szafranski	
17.45 Makłowicz w podróży	0.00 Magia nagości 5 (10)	23.00 Magia nagości. Niemcy	23.00 Klinika koszarnej szpitali – serial dokum., USA	19.50 Zgrillowani (2) – mag.	20.30 Prawko na świecie	
18.20 Ojciec Mateusz 27 (347)	2.10 Hity polskiego kabaretu 7 (7, 8) – pr. rozr.	1.05 Magia nagości. Niemcy	0.00 Dr Przyszczyla (12) – dok.	20.15 Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia 2 (3) – pr. rozr.	21.15 Z drugiej reki (6) – mag.	
19.20 Ranczo 10 (129) – obycz.	4.30 Kabaretowe przeboje (3)	2.10 Hity polskiego kabaretu 7 (7, 8) – pr. rozr.	1.00 Ciało, w którym żyje	21.10 Świat szefów kuchni 2 (1-3) – serial dokumentalny	22.00 Raport Turbo – mag. inf.	
20.10 Rodzinka.pl (212, 213)			2.00 Nie do uwierzenia!		22.15 Jeździć, obserwować	
21.25 Ojciec Mateusz 33 (423)					23.45 Naprawy nie do naprawy (4) – mag.	
22.20 Wszystko, co kocham – dramat obyczajowy, Polska 2009, 105 min					0.30 Usterka 16 (22) – fab.-dok.	
0.05 Syn (10) – obycz., USA 2017					1.00 101 gadzetów motoryzacyjnych (10)	
1.05 Archiwista (7, 8) – krym.						
NOVA TV	METRO	ANTENA HD	WP	C+ DOMO HD	HGTV HD	
9.30 Całkiem nowe lata miodowe (2, 5) – kom.	8.30 Szpital (824, 825)	13.05 Cieślarską przez śniegi 3 (7) – serial dokum.	11.55 Wariaci za kierownicą 2	13.05 Cuda z drewna (3) – dok.	12.35 Podwórówka reaktywacja 9 (5-8) – rozr.	
10.30 Wieżenie (4-6) – dok., Pol.	10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (393, 394)	14.00 Kłatwa Wypsy Dębów 3	12.55 Makłowicz w podróży	14.05 Wakacyjne domy na wynajem (10) – dok.	14.30 Mieszkanie na miarę (2)	
12.00 Poirot (7, 8) – serial krym.	12.30 SOS Ekipy w akcji (49)	15.00 Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw	14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (21, 22)	15.00 Pomocy! Kupiliśmy wioskę (17) – serial dok.	15.30 Pogromcy chaosu (1)	
14.00 Świat według Kiepskich (391, 392) – kom., Pol. 2012	13.30 Brzydula (69, 70) – kom.	15.55 Australijski poszukiwacz złota 5	15.55 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2 (4)	15.55 Kupione i co dalej? (4)	16.30 Polowanie na ogród (4)	
15.00 Świat według Bundych (229-234) – serial kom., USA	14.40 Kiedy ktoś kocha bardziej (34) – obycz.	18.00 77 TV 4 (14, 15) – pr. rozr.	16.55 Pogoda	16.50 Gardeners' World (14, 26)	17.05 Polowanie na ogród 2	
18.00 Całkiem nowe lata miodowe (16) – kom., Pol.	15.50 Magda M. (10) – obycz.	20.00 Alex Hugo – górski detektyw (26) – krym., Fr.	17.00 Tajemnice Brokenwood 5 (4) – krym.	18.00 Ucieczka na wieś (22, 31)	18.10 Weekendowa metamorfoza (1) – pr. rozr.	
18.30 Miodowe lata (103-105)	16.55 Idź na calość (2) – pr. rozr.	22.05 Detektywi Candice: Niezawodny instykt 2 (6) – serial kryminalny, Fr.	19.00 Strażacy z sąsiedztwa	19.00 Wielkie projekty: Nowa Zelandia (3) – serial dok.	19.05 Zgłoś remont 4 (8) – rozr.	
21.00 Zdrady (27) – paradok., Pol.	18.00 Złomowisko PL 6 (10)	23.15 Detektywi z Bordeaux 5 (4) – serial krym., Fr./Bel.	20.00 Policjanci z sąsiedztwa (7, 8, 9)	20.00 Daleko od miasta 14	20.05 Dorota inspiruje 3 (3)	
22.00 Śiad (61, 62, 100) – krym.	19.00 Kartoteka 5 (3, 4)	0.30 Polska. Największe tajemnice (3-5) – pr. rozr.	21.50 Pogoda	21.00 Wakacyjne domy na wynajem (11) – dok.	21.00 Dorota wasz urządzi!	
1.00 Lowa pedofilów	23.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (12) – krym.	4.00 Kryminal Rawicz (6)	21.55 Mistrzowie Kabaretu 14 (7) – program rozrywkowy	21.55 Wielkie projekty: Australia (10) – dok.	22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów (8) – pr. rozr.	
3.00 TV okazje (34, 35)	0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet (3) – dok.		22.55 Mistrzowie Kabaretu 3	22.55 W mieście czy na wsi?	23.00 House Hunters – Poszukiwacze domów (9) – pr. rozr.	
3.50 Wieżenie czasu (804, 803)	1.20 Szpital (816) – paradok.		23.50 Mistrzowie Kabaretu 10 (5) – program rozrywkowy	23.45 Gardeners' World (16, 17)	0.40 Usterka 11 (11) – fab.-dok.	
4.00 Sala operacyjna (10, 9)	2.20 Szkola (559) – paradok.			1.00 Cuda z drewna (5) – dok.		
5.00 Pod lupą (12, 13) – mag.						

POLSAT 2 HD		SUPER POLSAT DVB-T2		TV 6 DVB-T		BBC FIRST HD		STACJE DZIECIĘCE		STACJE INFORMACYJNE	
POLSAT 2 HD		SUPER POLSAT DVB-T2		TV 6 DVB-T		BBC FIRST HD		STACJE DZIECIĘCE		STACJE INFORMACYJNE	
5.50 Wydarzenia		6.00 Wydarzenia		6.00 Więzienie (196, 197)		6.00 Zagadki doktora		8.10 Piotruś Królik 2		6.52 Konkret24	
6.30 Nasz nowy dom		6.45 SuperLudzie Extra		6.55 Policjantki i Policjanci		6.55 Ulica nadziei 2 (7, 8)		8.35 Wegezaury 2 (39)		7.00 Serwis informacyjny,	
7.30 Na ratunek 112		7.00 Na ratunek 112		8.55 Kobra - oddział specjalny		8.40 Lewis 7 (4) - krym.		8.40 Świnka Peppa 7		Progniza pogody	
(963, 964) - serial		8.00 Doktor Martin		10.55 48h. Zaginięcia		9.40 Ojciec Brown 2 (7)		9.00 Tru i Tęczowe		7.30 Jeden na jeden	
paradokumentalny,		10.00 Wydarzenia		13.55 Policjantki i Policjanci		10.40 Śmierć pod		9.30 Domisie - dla dzieci		8.00 Serwis informacyjny,	
Polska 2024		10.30 SuperLudzie (8, 9)		14.55 Uroczysko (79, 80)		11.45 Zagadki doktora		10.00 Figo Migu		Progniza pogody	
8.30 Sekrety rodziny		11.35 Świat według Kiepskich		16.00 Kobra - oddział specjalny		Blake'a 5 (8) - krym.		na planecie		9.55 Biznes - pr. publicyst.	
(41-43) - serial		13.30 Bitwa o palety (22)		18.05 Strażnik Teksasu		12.55 Ulica nadziei 2 (9, 10)		Czochras (18)		10.00 Serwis informacyjny,	
paradokumentalny,		14.30 Hell's Kitchen		(23, 24) - serial		15.00 Ojciec Brown 9 (6)		10.20 Przygody Bolka		Progniza pogody	
Polska 2018		16.00 Ninja Warrior		20.00 Złomiarze (22) - dok.		16.00 Lewis 7 (4) - krym.		lalka (5, 6) - anim.		10.55 Biznes - pr. publicyst.	
11.30 Trudne sprawy		18.00 Świat według Kiepskich				17.00 My Life is Murder		10.45 Rodzina Trefików		11.00 Serwis informacyjny,	
(968) - serial		20.00 Złomiarze (22) - dok.				(2) - serial kryminalny		Odo (11-13) - anim.		Progniza pogody	
paradokumentalny,						18.00 Morderstwa		11.30 Stacyjkowo (57, 58)		11.55 Biznes - pr. publicyst.	
Polska 2020						w Midsomer 25 (4)		11.55 Pszczółka Maja (39)		12.00 Serwis informacyjny,	
12.30 Dlaczego ja?						- krym., Wlk. Bryt. 2025		12.25 Domisie - dla dzieci		Progniza pogody	
(1386, 1387) - serial						19.55 Śmierć pod		13.00 Zagadki		13.55 Biznes - pr. publicyst.	
paradokum., Pol. 2024						palcami 4 (7) - krym.		zwierzogromadki		14.00 Serwis informacyjny,	
14.30 Świat według Kiepskich								(20) - mag. dla dzieci		Progniza pogody	
(36-40) - serial								13.20 Tygrysek Percy		14.55 Biznes - pr. publicyst.	
komedii, Polska								i jego opowieści		15.00 15 na żywo - inf.	
										16.00 Fakty po południu	
KRYMINALNY		THRILLER		KRYMINALNY		KRYMINALNY		ANIMOWANY		PUBLICYSTYCZNY	
17.00 48h. Zaginięcia		21.00 Nigdy więcej - USA		20.05 CSI: Kryminalne		21.00 Zbrodnie		13.45 Świnka Peppa		18.00 Tak jest	
(193, 194) - Pol. 2023		FILM 2002, 150 min		zagadki Nowego		Saint-Pierre (1) - Kan.		(10-12) - Wielka		Prowadzący przedstawiają	
Martyna zgłasza zaginięcie		Maltretowana przez męża		Jorku (89, 90)		na posterunku w Saint-		Brytania 2024		wydarzenia z polskiej areny	
syna. Żąda, by policjanci zna-		Slim ucieka z domu. Choć		W szkole zostaje zamordowa-		inspektor Fitz przybywa		Do wesołych przygód sympat-		politycznej, które wzbogaca-	
leżli go jak najszybciej, by		zmienia nazwisko i wygląd,		ny Robert Greggs, doradca		na posterunku w Saint-		ycznej świnki często dołą-		jącego komentatora.	
tego dnia chłopak ma wystą-		nie może ukryć się przed		uczelnii. Stella Bonasera kon-		Pierre. Niedługo po tym, jak		czają brat oraz rodzice.		19.15 Serwis informacyjny	
piąć na kontrowersyjnej gali,		prześladawcą. Dochodzi		skuje uczniom telefony komór-		rozpoczyna tam pracę, do-		14.10 Pająk Lucas 2 (77)		19.30 Fakty po Faktach	
której jest gwiazdą.		do wniosku, że istnieje tylko		kowe. Okazuje się, że licealiści		McDonald i Dods 3		14.15 Henrietta (1) - anim.		20.10 Fakty o świecie	
19.00 Gliniarze (1014)		jeden sposób, by się uwolnił.		mają swobodny dostęp do		(3) - serial kryminalny		14.30 Oli i Luna (77, 78)		20.10 Polska i świat - inf.	
20.00 Ślad (6) - krym., Pol.		23.30 Ostatni Mohikanin		alkoholu i narkotyków.		2.00 Śmierć pod		14.55 Oktonauci 3 (77, 78)		22.00 Szkło kontaktowe	
22.05 Gliniarze (809)		FILM - film przygodowy,		22.00 Czarna lista 2 (38)		palcami 4 (7) - krym.		15.20 Cześć, czy mogę		23.00 Dzień po dniu - mag.	
22.05 Łowca pedofilów		USA 1992, 135 min		22.55 Sprawiedliwi		3.10 Morderstwa		Cię zjesz? (39) - mag.		0.25 Biznes - pr. publicyst.	
(167, 169) - dok., Pol.		1.45 Świat według Kiepskich		(729, 730) - krym., Pol.		w Midsomer 25 (4)		15.40 Bella i Sebastian		0.45 Fakty po Faktach	
23.00 Świat według Kiepskich		(489-492) - serial kom., Pol. 2016		1.00 Kości (129, 130)		4.40 Moja rodzinka (3)		16.05 Pat i świat 2		1.30 Tak jest - pr. publ.	
0.00 Ślad (108) - krym., Pol.		3.50 Nasz nowy dom		3.00 Kobra Kal (41)		5.15 My Life is Murder (2)		16.35 Dino Ranczo (75, 76)		2.35 Nowa Maja	
1.00 Zdrady II (26)		(219, 220) - reality		3.35 Septagon (29, 30)				17.05 Pszczółka Maja		w ogrodzie - mag.	
2.05 Wydarzenia		show, Polska 2021						17.30 Robin Hood (25, 26)		3.00 Akademia	
								18.00 Kucharz Shane		ogrodnika - mag.	
POLSAT PLAY HD		FOOD NETWORK HD		POLSAT RODZINA HD		BBC LIFESTYLE HD		NICK JR. HD		POLSAT NEWS HD	
POLSAT PLAY HD		FOOD NETWORK HD		POLSAT RODZINA HD		BBC LIFESTYLE HD		NICK JR. HD		POLSAT NEWS HD	
6.00 Budowlancy (26) - dok.		11.35 Człowiek kontra		12.00 Bogaty dom - biedny		11.05 Mistrzowie szycia 11		16.10 Świnka Peppa (28)		14.55 Pogoda	
6.30 Kolowrotek (220) - mag.		jedzenie (3-5) - mag. kulin.		dom (113) - reality show		13.15 Mistrzowie ceramiki 6		16.24 Świnka Peppa 8 (18)		15.00 W rytmie dnia - serwis	
7.00 Dorwać tuńczyka (7, 8)		13.05 Apetyt na miłość (1)		13.00 Rodzina zastępcza		14.25 Wielkie brytyjskie		16.29 Świnka Peppa 7 (4-6)		informacyjny	
9.00 Wojny magazynowe		14.05 Akcja: Restauracja! (6)		(257, 258) - kom., Pol. 2007		15.45 Wypasam do stołu 21		16.49 Świnka Peppa		15.30 Sport, pogoda	
10.00 Wojny kontenerowe		15.05 Pojedynek na grillu (6)		14.55 Wielkie wyścigowce		17.50 Wymarzone domy 2 (22)		17.19 Świnka Peppa 6 (4)		15.50 Wydarzenia 15:50	
11.00 Hardkorowy lombard		16.05 Kuchenne rewolucje (13)		15.55 Świat z góry (12, 13)		18.45 Mistrzowie szycia 5 (6)		17.23 Świnka Peppa (10, 12)		16.30 Punkt widzenia	
14.00 Polacy za granicą (75, 76)		17.05 Sexy kuchnia Magdy		17.10 Pingwiny		19.50 Wielkie brytyjskie		17.40 Barbapapa i jego		Jankowskiego - pr. publ.	
16.00 Złomiarze (23, 24) - dok.		Gessler (4) - mag. kulin.		z Madagaskaru (8-11)		wypieki 15 (2) - pr. rozr.		rodzinka 2 (4) - anim., Fr.		18.00 Punkt widzenia	
18.05 Poszukiwacze historii		17.35 MasterChef (13) - pr. rozr.		19.05 Rodzina zastępcza (325)		21.10 Majorka:		18.05 Barbapapa i jego		Szubarbowicza - pr. publ.	
20.00 Bitwa o Atlantyk		20.05 Dziecięce mistrzostwa		20.00 Całkiem nowe lata		środziennomorskie		rodzinka (2) - serial anim.		19.15 Gość „Wydarzeń”	
FILM - dramat historyczny,		wypieków (7)		miodowe (16, 17) - kom.		smaki (3, 4) - serial dokum.		Dora 4 (12) - serial anim.		- program publicystyczny	
Norwegia 2023, 65 min		20.05 Perfekcyjni		21.10 Miodowe lata (116)		22.00 Tajlandia: mroczne		18.30 Santiago z mór (5, 20)		19.50 Debaty Gozdyry - publ.	
21.05 Tajna historia XX wieku		gospodarze 9 (20) - dok.		22.05 Nasz nowy dom		oblicze raju (1) - film dok.		19.40 Rubble i jego ekipa (5)		21.50 Wydarzenia wieczorne	
(55, 56) - serial dokum., Pol.		21.05 24/24 (7) - maraton kulin.		0.00 Tajemnice Powstania		23.20 Wstydliwe choroby:		20.00 Dobranocki z Ryanem		22.30 Dzień na świecie - pr. inf.	
22.00 Poszukiwacze historii		22.05 Pyszne miejscówki (11)		Warszawskiego (3, 4)		online 3 (7) - serial dokum.		20.32 Świnka Peppa (23)		23.30 Obraz dnia - serwis	
22.30 Pociągi (5) - serial dokum.		23.10 Posiekani na słodko (2)		1.00 Prawdziwe zł. Ludzie,		0.20 Ratunek dla skóry (2)		20.36 Świnka Peppa 8		informacyjny	
23.05 Wakacje z Bałtykiem		0.10 Sposób na smaczne		którzy stworzyli nazizm		1.15 Mistrzowie szycia 11		20.55 Barbapapa i jego		0.00 Punkt widzenia	
4.00 Starożytni kosmici		życie (1-3) - magazyn kulin.		(2) - serial dok., Wlk. Bryt.				rodzinka 2 (15-17) - anim.		Jankowskiego - pr. publ.	
TVP KOBIETA DVB-T2		E! ENTERTAINMENT HD		TV TRWAM DVB-T		BBC BRIT HD		MINI MINI+ HD		TVP 3 DVB-T2	
TVP KOBIETA DVB-T2		E! ENTERTAINMENT HD		TV TRWAM DVB-T		BBC BRIT HD		MINI MINI+ HD		TVP 3 DVB-T2	
13.00 Na dobre i na złe (589)		8.50 Very Cavallari (5, 6)		17.55 Poczet wielkich		10.30 W warsztacie (8) - dok.		8.30 Cloudy & Stormy (5-8)		12.30 Rączka gotuje	
13.55 Reunion - laboratorium		10.40 Plastikzna fuszerka		Pokółków - pr. hist.		11.30 Brytyjskie fabryki 4 (6)		9.05 Bing 2 (2-7) - serial anim.		13.00 Agrobiznes	
ewolucji - film dokum.		12.30 Z kamerą		18.00 Aniol Pański		12.35 Top Gear 10 (9) - mag.		10.00 Edzio i Lusja (7-12) - anim.		13.20 Agropogoda	
15.00 Rosół polski (34) - mag.		u Kardashiano 16		18.05 Informacje dnia		13.40 W warsztacie (9) - dok.		11.25 Baczne owczki (13, 1-3)		13.30 Bez retuszu	
15.30 Ojciec Mateusz 5 (61, 62)		14.20 Very Cavallari (7, 8)		18.15 Rozmowy		14.40 Cuda inżynierii (3, 6)		11.55 Marta mówi (17, 18)		14.20 Poznaj region	
17.25 Dobre wieści z planety		16.10 Plastikzna fuszerka		niedokonane - pr. publ.		15.45 Who Wants to Be		12.50 Moje urodziny - dla dzieci		15.00 Koronka do Miłosierdzia	
Ziemia (2) - cykl dokum.		18.00 Ogładaj na żywo, co się		19.30 Kądkę maluch to potrafi		a Millionaire z Jeremym		12.59 Marta mówi (19, 20)		Bożego - program religijny	
18.30 Łato z Radiem		dziuje! - program rozrywk.		- program dla dzieci		Clarksonem 5 (12)		13.55 Moje urodziny - dla dzieci		15.20 Serwis Info Dzień - inf.	
i Telewizją Polską		18.30 Z kamerą		19.45 Modlitwa - religijny		16.45 Brytyjskie fabryki 4 (6)		14.00 Basia 2 (1-5) - anim., Pol.		15.30 Program lokalny	
19.30 Miłość i nadzieja (325)		u Kardashiano 16		20.00 Informacje dnia		17.50 Top Gear 11 (1) - mag.		15.10 Kicia Kocia (3-7) - anim.		19.30 Całkiem niezła historia	
- telenowela, Turcja 2022		20.30 Very Cavallari (9, 10)		20.20 Różaniec		18.55 Cuda inżynierii (3, 6)		15.55 Marta mówi (2, 6, 11)		19.45 Kryminalna siódemka	
20.30 Wichrowe wżórze (306)		22.30 Plastikzna fuszerka		20.50 Kartka z kalendarza		19.55 Brytyjskie fabryki 4 (7)		17.20 Staś i fajna Babcia		20.00 Dziennik regionów - inf.	
- serial obycz., Turcja 2024		0.30 Ogładaj na żywo, co się		- powstanie		21.00 Cuda inżynierii		17.50 Moje urodziny - dla dzieci		20.13 Gość Regionów - pr. publ.	
21.30 La Promesa - pałac		dziuje! - program rozrywk.		warszawskie - pr. eduk.		kolejowej 2 (1) - dok.		17.57 Staś i fajna Babcia (20)		20.16 Telekurier - mag., Polska	
tajemnic (288) - obycz.		1.00 Z kamerą		21.00 Apel Jasnogórski		22.00 Arktyczny wojownik:		18.15 Leśna rodzina: Piwonie		21.00 Program lokalny	
22.30 Wszystko albo nic		u Kardashiano 16		21.20 Informacje dnia		Guy Martin (2) - dok.		18.40 Dora i przyjaciółki 2		22.00 Dziennik regionów - inf.	
FILM - komedia romant., Czechy/		3.00 Plastikzna fuszerka		21.40 Polski punkt widzenia		22.55 Top Gear 10 (9) - mag.		19.35 Kicia Kocia 2 (4-8) - anim.		22.30 Złoty chłopak (209)	
Słowacja/Pol. 2017, 120 min		5.00 Very Cavallari (5)		22.00 Droga do świętości (1)		0.00 Top Gear 24 (4) - mag.		20.25 Mały Charlie (3-7) - anim.		- serial obycz., Turcja 2022	

Warto zobaczyć

10.15 **Brzezina**
OBYCZAJOWY Bolesław od śmierci żony ma depresję. Odwiedza go chory na gruźlicę brat, Stanisław, który do końca zamierza cieszyć się życiem. Reż.: Andrzej Wajda, A: Daniel Olbrychski, Olgierd Łukaszewicz Polska 1970 **105 min ► do godz. 12.00**

16.00 **W 80 dni dookoła świata**
PRZYGODOWY XIX-wieczny Londyn. Wynalazca chce w niecałe trzy miesiące okrążyć Ziemię. Towarzyszy mu m.in. lokaj. Reż.: Frank Coraci, A: Jackie Chan, Steve Coogan, Cécile De France USA/Niemcy 2004 **135 min ► do godz. 18.15**

17.50 **Nigdy w życiu!**
KOMEDIA ROMANTYCZNA Porzucona przez męża czterdziestolatka musi ułożyć sobie życie na nowo. Buduje dom na wsi i znajduje miłość. Reż.: Ryszard Zatorski, A: Danuta Stenka, Artur Żmijewski, Joanna Brodzik Polska 2004 **130 min ► do godz. 20.00**

18.00 **Dziewczyna na pożegnanie**
KOMEDIA ROMANTYCZNA Singielka musi zamieszkac z nieznanym. Z czasem rodzi się między nimi sympatia. Reż.: Herbert Ross, A: Marsha Mason, Richard Dreyfuss, Paul Benedict USA 1977 **135 min ► do godz. 20.15**

18.05 **Jumper**
PRZYGODOWY David odkrywa, że potrafi teleportować się w dowolne miejsce. Niezwykłe umiejętności ściągają na niego zagrożenie. Reż.: Doug Liman, A: Hayden Christensen, Samuel L. Jackson USA/Kanada 2008 **115 min ► do godz. 20.00**

18.40 **S.W.A.T. Jednostka specjalna**
SENSACYJNY Elitarny oddział policji eskortuje gangstera. Próba przekupstwa staje się testem dla funkcjonariuszy. Reż.: Clark Johnson, A: Samuel L. Jackson, Colin Farrell, LL Cool J USA 2003 **140 min ► do godz. 21.00**

22.00 **Dzień Świstaka**
KOMEDIA Egocentryczny prezenter pogody Phil Connors wpada w spiralę czasu. Wciąż powtarza od nowa znienawidzony Dzień Świstaka. Reż.: Harold Ramis, A: Bill Murray, Andie MacDowell, Chris Elliott USA 1993 **125 min ► do godz. 0.05**

23.00 **Facet (nie)potrzebny od zaraz**
KOMEDIA ROMANTYCZNA Zosia chce odszukać byłych partnerów, by sprawdzić, czy nie przepięła wielkiej miłości. Reż.: Weronika Migoń, A: Katarzyna Maciąg, Joanna Kulig, Łukasz Garlicki Polska 2014 **120 min ► do godz. 1.00**

→ filmowe hity



Oficerowie opracowują plan dezinformacji nazistów.

21.55 Operacja „Mincemeat”

WOJENNY Oparta na faktach opowieść o akcji brytyjskiego wywiadu podczas II wojny światowej. Rok 1943. Alianci opracowują strategię, której celem jest pozbawienie Adolfa Hitlera kontroli nad okupowanymi terenami. Obejmuje ona m.in. zmasowany atak na Sycylię. By uniknąć masakry, duet oficerów brytyjskiego wywiadu, Ewen Montagu i Charles Cholmondeley, postanawia odwrócić uwagę Niemców od faktycznego zagrożenia. Plan polega na podrzuceniu na hiszpańskie wybrzeże zwłok rzekomego majora Martina. Przy topielcu alianci chcą umieścić sfabrykowaną notatkę o inwazji na Sycylię i Bałkany, podczas gdy rzeczywistym celem jest Sycylia. Spektakularna strategia dezinformacji ma skłonić nazistów do skoncentrowania sił w innym miejscu i zapobiec potencjalnym stratom. **HD 140 min ► do godz. 0.15**

Wlk. Bryt./USA 2021 Reż.: John Madden Wyst.: Colin Firth, Rufus Wright, Matthew Macfadyen, Nicholas Rowe



19.55 **Duże dzieci**
KOMEDIA Lenny (Adam Sandler) i jego przyjaciele, w tym Rob, spotykają się na pogrzebie trenera. Uroczystość jest pretekstem, by wspominać dawne czasy. Koledzy postanawiają oddać się szalonej zabawie. Reż.: Dennis Dugan Wyst.: David Spade USA 2010 **HD 130 min ► do godz. 22.05**



20.50 **U Pana Boga w ogródku**
KOMEDIA OBYCZAJOWA Do komendy w Królowym Moście trafia aspirant Cielecki (Wojciech Solarz), najstarszy absolwent szkoły policyjnej. Tymczasem CBS ukrywa w miasteczku świadka koronnego. Reż.: Jacek Bromski Wyst.: Emilian Kamiński Polska 2007 **HD 150 min ► do godz. 23.20**



20.00 **Bogowie Egiptu**
PRZYGODOWY Władca ciemności Set przejmując rządzący faraona, okalecza bratanka, a poddanych zmienia w niewolników. Egipt pogrąży się w chaosie. Śmiertelnik Bek (Brenton Thwaites) chce obalić tyrana. Reż.: Alex Proyas Wyst.: Gerard Butler USA 2016 **HD 140 min ► do godz. 22.20**



21.10 **Polowanie na ćmy**
OBYCZAJOWY Warszawa, rok 1905. Uwikłana w działalność niepodległościową młoda kobieta (Sonia Mietielica) po opuszczeniu więzienia zaczyna pracę w domu publicznym. Trafia w środek politycznej burzy. Reż.: Michał Rogalski Wyst.: Piotr Nierlewski Polska 2022 **HD 125 min ► do godz. 23.15**



20.00 **Prawo ojca**
SENSACYJNY Nastoletnia Marta zostaje zgwałcona. Sprawcy, mimo dowodów winy, pozostają na wolności. Ojciec dziewczyny (Marek Kondrat), widząc bezradność policji i prokuratury, chce sam wymierzyć sprawiedliwość. Reż.: Marek Kondrat Wyst.: Nina Roguż Polska 1999 **125 min ► do godz. 22.05**



22.05 **Gruby i chudszy 2: Rodzina Klumpów**
KOMEDIA Profesor Klump (Eddie Murphy) i Denise (Janet Jackson) planują ślub. Tymczasem alter ego naukowca, Buddy Love, chce ukraść wynalaziony przez niego eliksir młodości. To oznacza kłopoty. Reż.: Peter Segal Wyst.: Larry Miller, John Ales USA 2000 **HD 150 min ► do godz. 0.35**

→ filmowe hity



Mike poznaje zamożną Maxandrę. Składa mu ona intratną propozycję.

20.00 Magic Mike: Ostatni taniec

KOMEDIODRAMAT Były striptizer zostaje choreografem w teatrze.

HIT DNIA Były striptizer Mike Lane pracuje jako barman dla firmy cateringowej. Na jednym z przyjęć zamożna Maxandra oferuje mu pieniądze w zamian za prywatny występ. Spędzają razem noc. Następnego dnia kobieta proponuje mu, by został choreografem w jej lon-

dyńskim teatrze i zaopiekował się grupą striptizerów. Mike źle się czuje w tamtejszym środowisku artystycznym, a jego niejasna relacja z Max dodatkowo komplikują sytuację. **HD 150 min ▶ do godz. 22.30**

USA 2023 **Reż.:** Steven Soderbergh
Wyst.: Channing Tatum, Salma Hayek, Jemelia George, Caitlin Gerard



20.00 Dobrze zabijanie
OBYCZAJOWY Pilot Tom (Ethan Hawke) pracuje w bazie wojskowej w Nevadzie. Steruje dronami, które likwidują cele w Afganistanie. Gdy liczba niszczycielskich nalotów wzrasta, zaczyna wątpić w sens swojej służby.

Reż.: Andrew Niccol **Wyst.:** Bruce Greenwood
USA 2014 **HD 125 min ▶ do godz. 22.05**



22.20 Beowulf: Droga do sprawiedliwości
FANTASY Rycerz króla Hrothgara, Beowulf (Gerard Butler), staje na czele wyprawy przeciw trollowi. Obiecuje władcy głowę potwora. Gdy odkrywa prawdę o monstrum, ogarniają go wątpliwości.

Reż.: Sturla Gunnarsson **Wyst.:** Stellan Skarsgård
Kanada 2005 **HD 120 min ▶ do godz. 0.20**



20.00 Powrót Bena
OBYCZAJOWY Tuż przed świętami Bożego Narodzenia w domu Holly (Julia Roberts) zjawia się jej syn (Lucas Hedges), który powinien przebywać w ośrodku odwykowym. Wizyta sprowadza na rodzinę kłopoty.

Reż.: Peter Hedges **Wyst.:** Courtney B. Vance
USA 2018 **HD 115 min ▶ do godz. 21.55**



23.20 Troja
HISTORYCZNY Książę Paris uprowadza żonę króla Sparty. Prowadzi to do krwawej wojny. obrońcy Troi pokładają nadzieję w Hektorze. Po stronie ich przeciwników stają legendarny Achilles (Brad Pitt) i sprytny Odyszeusz.

Reż.: Wolfgang Petersen **Wyst.:** Diane Kruger
USA/Malta 2004 **HD 200 min ▶ do godz. 2.40**

→ sport



13.00 AC Milan - Inter Mediolan
PIŁKA NOŻNA **LIVE**
POLSAT SPORT 1

Areną towarzyskiego starcia gigantów Serie A będzie Optus Stadium w Perth. To czwarte derby Mediolanu, które zostaną rozegrane poza terytorium Włoch, a zarazem pierwsze z Rùbenem Amorimem w roli trenera Milanu. **HD 120 min ▶ do godz. 15.00**



15.20 Tour de Pologne
KOLARSTWO **LIVE**
TVP 1

Na wstępnej liście startowej 83. TdP znalazł się Michał Kwiatkowski, który nieco ponad tydzień temu ścigał się w Tour de France. Przed nim trzeci etap z Gorzowa Wlkp. do Zielonej Góry o długości 193,5 km. **HD 90 min ▶ do godz. 16.50**



17.00 Turniej WTA w Toronto
TENIS **LIVE**
C+ SPORT 2

W Kanadzie zagra niemal cała czołówka kobiecego tenisa. W tym gronie nie zabraknie Igi Świątek. Po niezbyt udanym dla Polki Wimbledonie spadła ona z trzeciego na ósme miejsce w rankingu WTA. **HD 90 min ▶ do godz. 18.30**



3.00 MŚ U-20 - Oregon
LEKKOATLETYKA **LIVE**
TVP SPORT

Rusza młodzieżowy czempionat, który potrwa do 9 sierpnia. Pierwszego dnia o medale zaważają kulomioty i sztafety mieszane 4x400 m. Odbędą się też decydujące biegi kobiet i mężczyzn na 5000 metrów. **HD 195 min ▶ do godz. 6.15**

→ rozrywka



13.05 Giganci nauki
TELETURNIEJ
TVP POLONIA

Uczestnicy mierzą się z pytaniami na temat fizyki i chemii Słońca, jego budowy i porównania z innymi gwiazdami. Nie zabraknie także zagadek dotyczących heliocentryzmu i zjawisk astronomicznych. Gospodarzem programu jest Łukasz Nowicki. **55 min ▶ do godz. 14.00**



18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej?
REALITY SHOW
TV 4

Na licytację trafią talie kart promujących PLL LOT w nienaruszonym stanie, zestaw sześciu srebrnych uchwytów do drobiu z przełomu XIX i XX w. oraz komplet porcelanowych figur. **HD 60 min ▶ do godz. 19.00**



22.00 Nagi instynkt przetrwania: Miś strzostwa świata
REALITY SHOW
DISCOVERY CHANNEL

Uczestnicy mają zbudować ościenie do połowy ryb. Nie wszystko się udaje, a na domiar złego pada deszcz. Fatalna pogoda dodatkowo psuje relacje w drużynach. **HD 120 min ▶ do godz. 0.00**

→ dokument



20.00 K-Pop Shark Heroes
PRZYRODA
DISCOVERY CHANNEL

Ken Jeong i Rei Ami prowadzą kampanię społeczną mającą na celu zmianę postrzegania rekinów w Azji. Wykorzystując do tego celu popularność k-popu. **HD 60 min ▶ do godz. 21.00**

TVP 1 TVP 1 HD DVBT2

- 5.00 Splatane losy** (15) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 5.50 Akacja 38** (910) – telenowela, Hiszpania 2018
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Rodzina (nie od) święta** – magazyn religijny
- 8.00 Serwis Info** – program inform.
- 8.10 Pogoda Info**
- 8.15 Chłopi** (2) – obycz., Polska 1972
- 9.15 Ranczo 8** (100): W blasku fleszy – serial obyczajowy, Polska 2014
- 10.05 Komisarz Alex 23** (285) – serial kryminalny, Polska 2025
- 11.00 Ojciec Mateusz 17** (223) – serial kryminalny, Polska 2017
- 12.00 Serwis Info** – program inform.
- 12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda** – program inform.
- 12.40 Magazyn rolniczy**
- 12.55 Natura w Jedynce: Włochy – ostatnie dzikie zakątki** (2) – serial dokumentalny, Wł.
- 14.00 Splatane losy** (16) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 15.00 Serwis Info** – program inform.
- 15.15 Kolarstwo: Tour de Pologne** – studio
- 15.20 Kolarstwo: Tour de Pologne – 3. etap**
- 16.50 Kolarstwo: Tour de Pologne** – studio
- 17.00 Teleexpress, pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – telet. muz.
- 18.05 Reporterzy** – mag. reporterów
- 18.25 Akacja 38** (927) – telenowela, Hiszpania 2018
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – pr. publicyst.

TVP 2 TVP 2 HD DVBT2

- 4.35 Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2024
- 5.30 M jak miłość** (1809) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 6.20 Pozyteczni.pl** – magazyn
- 6.55 Barwy szczęścia** (3369) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
- 7.55 Pytanie na śniadanie** – magazyn
- 11.30 Rodzinka.pl** (62, 63): Walka z lenistwem; Bal maturalny – serial komediowy, Polska 2012
- Tomek wyznaje Natalii, że zerwał z Magdą. Kuba wyśmiewa się z brata, że staje się kujonem, bo startuje w olimpiadzie.
- 12.35 Koło fortuny** (1917) – teleturniej
- 13.15 Panna młoda** (162) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** (1031) – teleturniej
- 14.35 Na sygnale** (891): Druga twarz – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (448) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
- 16.00 Koło fortuny** (1918) – teleturniej
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (163) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- Cemil wpada w szal po ucieczce Hancer. Melih wciąż potajemnie jej pomaga. Rozjuszony Cemil omal nie podpala rezydencji. Mahmut przyłapuje Meliha na kłamstwie. Żąda od niego natychmiastowych wyjaśnień.
- 18.15 Va banque** (1032) – teleturniej
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej

POLSAT HD DVBT2

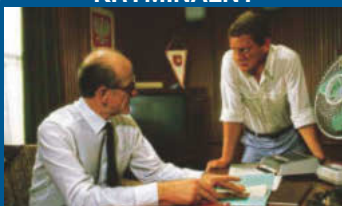
- 4.40 Disco Gramy**
- 5.25 Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News**
- 9.15 Malanowski i partnerzy** (372, 373): Wymuszona miłość; Mroczne sekrety – serial fab.-dok., Polska 2011
- Tomek i Magda są świadkami porwania dziewczyny. Ustalają jej tożsamość. Odkrywają, że pracowała ona na plantacji kwiatów. Bronisław wysłał na miejsce Tomka.
- 10.20 Trudne sprawy** (1291) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 11.20 Gliniarze** (909, 910) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 13.25 Dlaczego ja?** (1538, 1539): W sypialni powiało chłodem; W niewoli – serial paradokumentalny, Polska 2026
- Rolnik Julian wraca do domu po kilkumiesięcznej nieobecności. Zauważa, że jego żona Halina zachowuje się inaczej niż zwykle. Niebawem dowiaduje się o jej chorobie wenerycznej.
- 15.30 Wydarzenia, pogoda**
- 15.55 Między nami** – teleturniej
- 16.35 Gliniarze** (1107, 1108) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- Kobieta zostaje napadnięta we własnym mieszkaniu. Jej mąż, sędzia piłkarski, otrzymywał liczne groźby od pseudokibiców. Adam i Olga odkrywają również fakty na temat afery sędziowskiej.
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.30 Sport, pogoda**

TVN HD DVBT2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1720) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- 6.50 Kuchenne rewolucje** (3): Tomaszów Mazowiecki – „Smaczne...go!” – program rozrywkowy
- 7.45 Dzień dobry wakacje** – magazyn
- 11.20 Doradca smaku** (37) – magazyn kulinarny
- 11.25 Kuchenne rewolucje** (2): Kudowa-Zdrój – Szmargłowa/Głhino i Śpiew – program rozrywkowy
- 12.35 Ukryta prawda** (1513, 1514, 1743) – serial paradok., Polska
- 15.45 Detektywi** (132) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
- O pomoc do śledczych zwraca się 17-latek, którego 6-letnia siostra zaginęła z domu dziecka. Detektywi kierują swoje podejrzenia na małżeństwo prowadzące placówkę.
- 16.50 Szpital św. Anny** (83) – serial obyczajowy, Polska 2026
- Kaska decyduje się zatrudnić prawniczkę, by przeprowadziła ją przez sprawę rozwodową z Bartkiem. Tymczasem na oddział ratunkowy trafia nastoletni baletmistrz z bólem brzucha.
- 17.55 Młode gliny** (40) – serial kryminalny, Polska 2026
- 19.00 Fakty, sport**
- 19.40 Kroniki Tour de Pologne** (3) – magazyn sportowy
- 19.45 Pogoda**
- 19.55 Uwaga!** – magazyn reporterów

20

KRYMINALNY



20.30 07 zgłoś się (9): Rozkład jazdy – Polska 1978

W różnych zakątkach Polski w ten sam sposób giną kobiety i mężczyźna – zabójca wbił im nóż w serce. Borewicz uważa, że obie zbrodnie popełniła jedna osoba. Odkrywa, że zamordowani mieli związek ze śmiercią żony pewnego cyrkowca.

21.55 Operacja „Mincemeat” – dramat wojenny, Wielka Brytania/USA 2021, reż. John Madden, wyk. Rufus Wright, Matthew Macfadyen, Ruby Bentall, 140 min

0.15 Wiecзор z Mistrzem. Andrzej Wajda: Kanał – dramat wojenny, Polska 1956, reż. Andrzej Wajda, wyk. Tadeusz Janczar, Teresa Izewska, 100 min

1.55 Zaginiony w akcji 2: Początek – dramat wojenny, USA 1985, reż. Lance Hool, wyk. Chuck Norris, Soon-Tek Oh, Steven Williams, Bennett Ohta, 100 min

3.35 Wykrywacz kłamstw – publ.

3.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.

4.15 Reporterzy – mag. reporterów

4.25 Oko na świat – magazyn

4.45 Zakończenie

OBYCZAJOWY



19.25 Barwy szczęścia (3369) – Polska 2026

Asia klóci się z Emilem, kiedy odkrywa, że ktoś zniszczył jej dokumenty. Wkrótce teczke z papierami junior znajduje wśród książek Lucyny. Ta szybko odzyskuje jego zaufanie, kiedy zaprasza jego ojca Daniela na święta.

20.05 Omnibus – szybcy i mądrzy (33) – teleturniej

20.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (33) – teleturniej

20.55 Postaw na milion – teleturniej

21.50 Na sygnale (889, 890): Demolka; Czytajcie ulotki – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026

22.55 Berlin Ku'damm 59 (10) – serial obyczajowy, Niemcy 2018

23.50 PiBull 3 (18) – serial sensacyjny, Polska 2008

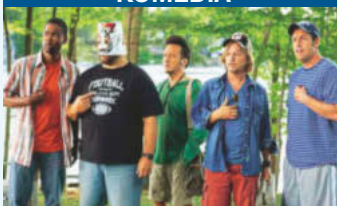
0.50 Karol, władca Hiszpanii (17) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015

1.50 Nasz dom w górach (24): Ramie w ramie, część 2 – serial obyczajowy, Niemcy 2024

2.45 Twarze Agaty – film dokum., Pol./Wielka Brytania 2023

4.05 Zakończenie

KOMEDIA



19.55 Komediodwa środa: Duże dzieci – USA 2010, 130 min

Lenny Fedler i jego przyjaciele z dzieciństwa spotykają się po trzydziestu latach na pogrzebie uwielbianego trenera szkolnej drużyny. Wraz z rodzinami zatrzymują się w położonym nad jeziorem domu zmarłego. Postanawiają raz jeszcze oddać się szalonej zabawie.

22.05 Gruby i chudszy 2: Rodzina Klumpów – komedia, USA 2000, reż. Peter Segal, wyk. Eddie Murphy, Janet Jackson, Larry Miller, John Ales, 150 min

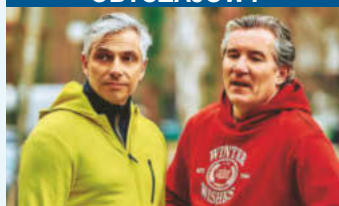
Prof. Sherman Klump i Denise Gaines planują ślub. Tymczasem alter ego naukowca, Buddy Love, chce ukraść wynaleziony przez niego eliksir młodości. To oznacza nowe kłopoty.

0.35 Alita: Battle Angel – film s.f., USA 2019, reż. Robert Rodriguez, wyk. Rosa Salazar, Christoph Waltz, Jennifer Connelly, Mahershala Ali, 155 min

3.10 Nasz nowy dom (302) – reality show

4.15 Kabaretowa Ekstraklasa (114) – program rozrywkowy

OBYCZAJOWY



20.15 Na Wspólnej (4258) – Polska 2026

Greg mówi Nalepie, że Ewelina polubiła Weronikę. Nie podoba mu się jednak fakt, że partnerka Lwa chce spotkać się z jego żoną. Basia martwi się, jak powiedziec synom o aferze z handlem dyplomami, w którą zamieszany jest ich ojciec. Krzysztof konfrontuje się z Andrzejem i zapowiada mu, że prawda wyjdzie na jaw.

20.50 U Pana Boga w ogródku – komedia obyczajowa, Polska 2007, reż. Jacek Bromski, wyk. Wojciech Solarz, Emilian Kamiński, Andrzej Zaborski, Krzysztof Dzierzma, 150 min

23.20 Troja – dramat historyczny, USA/Malta 2004, reż. Wolfgang Petersen, wyk. Brad Pitt, Diane Kruger, Orlando Bloom, Brian Cox, 200 min

2.40 Detektywi (131) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024

3.45 Uwaga! – magazyn reporterów

4.00 Wallander 2 (6) – serial kryminalny, Szwecja/Niemcy/Dania 2009



- 5.20 Ten moment** (13) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (848-850) – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 8.45 Ukryta prawda** (1356, 1481, 1482) – paradok., Polska
- 11.50 W-11 – Wydział Śledczy** (1153-1155) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2014
- 13.55 Kryminalni 2** (10): Tajemnica Julii Małeckiej – serial kryminalny, Polska 2005
- 15.00 Szpital** (818, 819) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (524): Nasza klasa – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
Małgorzatę zaatakowano na zjeździe klasowym. Aneta została wskazana jako sprawczyni. Kobiety nie rozmawiały się sobą przez prawie piętnaście lat. Sędzia bada motywy napastniczek.
- 18.00 SOS Ekipy w akcji** (36) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Funkcjonariusze dostają zgłoszenie dotyczące dziewczynki, która błąka się bez opieki na osiedlu w stolicy. Pomagając jej w poszukiwaniach mamy, trafiają na rodzinny dramat.
- 19.00 Ukryta prawda** (1547) – serial paradokumentalny, Polska 2023
W lombardzie, w którym zatrudniona jest Urszula, dochodzi do napadu. Policja przeszukuje kobietę oraz jej szefową. Kilka godzin później Urszula znajduje u partnera broń i pieniądze.

KOMEDIODRAMAT



- 20.00 Magic Mike: Ostatni taniec** – USA 2023, 150 min
Były striptizer Lane kończy 40 lat. Obecnie pracuje jako barman dla firmy cateringowej. Na jednym z przyjęć bogata Max proponuje mu, by został choreografem w jej londyńskim teatrze. Mężczyzna ma zaopiekować się grupą tancerzy erotycznych. Na miejscu nic nie idzie gładko. Amerykanin źle się czuje w tamtejszym środowisku, a jego niejasna relacja z Max i rodzące się między nimi uczucie komplikują sytuację.
- 22.30 Szeregowiec Ryan** – dramat wojenny, USA 1998, reż. Steven Spielberg, wyk. Tom Hanks, Tom Sizemore, Edward Burns, Barry Pepper, 200 min
- 1.50 Wakacje w krzywym zwierciadle** – komedia, USA 1983, reż. Harold Ramis, wyk. Chevy Chase, Beverly D'Angelo, Imogene Coca, Anthony Michael Hall, 125 min
- 3.55 Żyłaj z potworem 9** (13) – serial dokumentalny, USA 2024
- 4.45 Usterka 11** (20) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019



- 6.00 Policjanci z Miami 3** (24): Bohaterowie rewolucji – serial kryminalny, USA 1987
- 7.00 Policjanci z Miami 4** (1): Obrazą sądu – serial kryminalny, USA 1987, wyk. Don Johnson, Edward James Olmos
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (17, 18): Niewidomy świadek; Bohater ulicy – serial sensacyjny, Niemcy 2017
- 10.00 Zaklinaczka duchów 3** (62) – serial fantasy, USA 2008
- 11.00 Kotka** (1) – telenowela, Meksyk 2014, wyk. Maite Perroni, Daniel Arenas
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (132) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
- 13.00 Wspaniałe stulecie** (66) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 Kurierzy 2** (51) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 11** (574, 575) – serial obyczajowy, Polska 2022
- 17.00 Kurierzy 2** (52) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Znudzona małżeństwem 50-letnia Irena decyduje się odejść. Jej mąż Władek postanawia jednak walczyć o związek. Zamierza zrobić żonie wielką niespodziankę.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (989, 990) – serial obyczajowy, Polska 2026
Jan wchodzi w układ z gangsterem Mikołem, który handluje fałszywym złotem. Jego syn wykrada jedną ze sztabek. Chce sprządać ją w lombardzie.

PRZYGODOWY



- 20.00 Bogowie Egiptu** – USA/Australia/Chiny 2016, 140 min
Władca ciemności Set podstępem obejmuje rządy w Egipcie. Zabija faraona, okalecza bratanka i zmienia poddanych w niewolników. Mocarstwo pogrąża się w chaosie. Grupa rebeliantów, którym przewodzi złodziejsek Bek, postanawia sprzeciwić się tyranowi.
- 22.20 Beowulf: Droga do sprawiedliwości** – film fantasy, Kanada/Islandia/Wielka Brytania 2005, reż. Sturla Gunnarsson, wyk. Stellan Skarsgård, Gerard Butler, Ingvar Eggert Sigurðsson, Hringur Ingvarsson, 120 min
- 0.20 Rewolwer** – dramat sensacyjny, Francja/Wielka Brytania 2005, reż. Guy Ritchie, wyk. Jason Statham, Ray Liotta, Vincent Pastore, André Benjamin, 125 min
- 2.25 Dzielnica strachu 10** (448): Newborn – serial kryminalny, Polska 2025-2026
- 3.25 Lombard. Życie pod zastaw 18** (985) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 4.25 Zobacz to!** – pr. powtórkowe



- 5.50 Ale numer! 22** (4) – pr. rozrywk.
- 6.20 Cosie-Ktosie** (30-32) – anim., Fr.
- 6.45 SamSam: Kosmiczne przygody** (18) – serial anim.
- 7.00 Blaze i megamaszyny 6** (25) – serial animowany, USA 2020
- 7.30 Psi Patrol 2** (17) – serial anim.
- 7.50 Dora** (9) – anim., Kan./USA 2024
- 8.30 Wielkie przygody małego rekina 2** (4) – serial dla dzieci, USA/Korea Południowa 2023
- 8.50 Masza i Niedźwiedź 6** (8-10) – serial animowany, Rosja
- 9.25 Świnka Peppa** (4-6) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
- 9.45 Bing** (47, 48) – serial animowany
- 10.00 Język i Przyjaciele** (5, 4) – anim.
- 10.35 Spidey i superkumple 2** (35, 34) – serial anim., USA 2022
- 11.35 Gus. Mały – wielki rycerz** (33, 34) – serial anim., Fr. 2021
- 12.00 Psi Patrol** (14) – serial anim.
- 12.35 Marta mówi** (35) – serial anim.
- 13.00 Smerfy** (3, 4) – serial anim., Bel.
- 14.00 Baranek Shaun 4** (19-21) – serial anim., Wielka Brytania
- 14.35 My Little Pony: Przyjaźń to magia** (8) – anim., USA/Kan. 2011
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2** (45, 46) – anim., Fr./Jap./Korea Południowa 2017
- 16.00 Fineas i Ferb 2** (29, 30) – serial animowany, USA 2007-2011
- 17.00 Smerfy** (5, 6) – serial anim., Bel.
- 18.00 Pingwiny z Madagaskaru** (19, 20) – serial animowany, USA
- 19.00 Kacze opowieści** (24, 25) – serial animowany, USA 1987
- 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (977) – serial obyczajowy, Polska 2026

KRYMINALNY



- 21.00 Dzielnica strachu 10** (459, 460): Miłość bez granic; Money, Money, Money – Polska 2025-2026
- Przy wiadukcie kolejowym zostaje znaleziony martwy cudzoziemiec Nadir. Śledczy próbują ustalić, czy imigrant odebrał sobie życie, czy padł ofiarą zabójcy. Kluczem do rozwiązania sprawy okazuje się dwóch bezdomnych.
- 23.00 Facet (nie)potrzebny od zaraz** – komedia romantyczna, Polska 2014, reż. Weronika Migoń, wyk. Katarzyna Maciąg, Joanna Kulig, Krzysztof Globisz, Łukasz Garlicki, 120 min
- 1.00 Dzielnica strachu 10** (455): Poza prawem – serial kryminalny, Polska 2025-2026
- 2.00 Lombard. Życie pod zastaw** (1) – serial obyczajowy, Polska 2017, wyk. Zbigniew Buczkowski, Jerzy Górski
- 3.00 Lombard. Życie pod zastaw 5** (227, 228) – serial obyczajowy, Polska 2019
- 5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10** (524) – serial obyczajowy, Polska 2022



PREMIERA



1670 3
Jan Paweł (Bartłomiej Topa) nie radzi sobie z zaskakującymi informacjami dotyczącymi pochodzenia jego rodu i próbuje odnaleźć się w świecie wielkiej polityki. Do dworku wraca Aniela (Martyna Byczkowska) i zakłada szkołę dla chłopów. W duszach prostych ludzi narasta gniew, który przeradza się w bunt.
►serial kom. (8 odc.), Polska 2026

PREMIERA



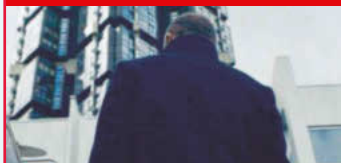
STO LAT SAMOTNOŚCI 2
Druga odsłona serii skupia się na przyczynach upadku miasteczka Macondo. Konserwatyści, obawiając się rosnącej pozycji pułkownika Aureliana Buendii, planują zamach na jego życie. José Arcadio Drugi próbuje otworzyć się na świat. Pojawienie się kolei całkowicie zmienia codzienność jego bliskich.
►obycz. (8 odc.), Kolumbia 2026

PREMIERA



KURCZAK NASZ POWSZEDENI: FASTFOODOWY SPISEK
Komik Mo Gilligan podejmuje nietypowe wyzwanie – przez 28 dni je wyłącznie smażonego kurczaka. Kamera śledzi, jak ta dieta wpływa na jego zdrowie i samopoczucie. Twórcy zaglądają też za kuliszy sieci fast foodów, analizując mechanizmy masowej produkcji.
►film dok., Wlk. Bryt. 2026; 96 min

PREMIERA



AFERA FINANSOWA TRUSTOR
Wiosną 1997 roku pięć osób przejęło firmę inwestycyjną Trustor. Niebawem wyszło na jaw oszustwo, które stało się jedną z największych afer finansowych w Szwecji. Autor przekrętu, Joachim Posener, przez lata ukrywał się przed wymiarem sprawiedliwości. Odnalazła go dokumentalistka Karin af Klintberg.
►film dok., Szwecja 2026; 101 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM HD	HBO HD
6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (14, 15) – serial kryminalny 7.30 Ostry dyżur 2 (15, 16) – serial obyczajowy 9.25 Castle 4 (17, 18) – serial kryminalny 11.25 MacGyver 5 (2, 3) – serial akcji, USA 2020-2021 13.15 Dowody zbrodni 2 (20, 21) – serial krym. 15.10 Agenci NCIS: Hawaje 2 (16, 17) – serial kryminalny 17.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (15, 16) – serial krym., USA/Kanada 2004 19.05 Castle 4 (19, 20) – serial kryminalny	5.40 Rodzinka.pl (122) – serial kom., Pol. 2013 6.10 Na sygnale (504, 505) 7.20 Ojciec Mateusz 4 (54) – krym., Pol. 2010 8.15 Komisarz Alex 4 (43) 9.05 Rodzinka.pl (123) 9.45 Klan (1470) – telen. 10.15 Ranczo 10 (121, 122) 11.55 Komisarz Alex 4 (44) 12.45 Ojciec Mateusz 31 (404-406) – krym., Pol. 15.35 Komisarz Alex 4 (45) – serial krym., Polska 16.25 Na sygnale (506, 507) – serial fab.-dokum. 17.35 Ranczo 10 (123, 124) – serial obycz., Polska 19.30 Ojciec Mateusz 31 (407) – krym., Pol. 2020 20.30 Ojciec Mateusz 4 (55) – krym., Pol. 2010	10.15 Brzezina – dramat obyczajowy, Polska 1970, 105 min 12.00 Tajemnice kultowych seriali (6) – serial dok., Pol. 2025 13.00 Kulturalni (29) – mag. 14.00 Noce i dnie (10) 15.15 Zakochany anioł – komedia romant., Polska 2005, 110 min 17.05 Niewiarygodne przygody Marka Piegusa (7, 8) – przyg. 18.10 Muzeum Polskiej Posenki (52) – rozr. 18.30 Informacje kulturalne 18.55 Rawhide 2 (23) 20.00 Powrót Sherlocka Holmesa (10) – krym.	6.30 Polska z góry 2 (11) – serial dok., Pol. 2018 7.00 Przbieżeli – film krótkometraż. 7.35 Miss mokrego podkoszulka – kom., Polska 2002, 75 min 8.50 The Office PL (5, 6) – kom., Pol. 2021-2022 10.00 Grantchester 10 (3, 4) – krym., Wlk. Bryt. 12.05 Vera 11 (2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt. 14.00 Klub wtorkowy – komediodramat, Szwecja 2022, 120 min 16.00 W 80 dni dookoła świata – film przyg., USA/Niem./Irlandia 2004, 135 min 18.15 Vera 11 (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.	10.35 Moje pieczone kurczaki – obycz., Polska 2002, 65 min 11.40 Saga „Zmierzch” : Zacmienie – film fantasy, USA 2010, reż. David Slade, 120 min 13.40 Łapu capu – pr. rozr. 13.45 Wszyscy święci – film obyczajowy, Polska 2002, 80 min 15.05 Dahomej – dok., Fr./Senegal/Singapur 2024 16.15 Czarna woda – film krótkometraż. 16.35 Kiedy nadchodzi jesień – dramat obyczajowy, Francja 2024, 100 min 18.15 Łapu capu – pr. rozr. 18.20 Dalej jazda! 2 – kom., Polska 2025, 100 min	7.45 Alita: Battle Angel – film s.f., USA 2019, 120 min 9.45 Pingwiny z Madagaskaru – film animowany, USA 2014, 90 min 11.15 Hutnik szkła – film animowany, Pakistan/USA 2024, 95 min 12.50 Dzielnia banda tajemnicza – film animowany, Hiszpania 2024, 80 min 14.10 W stronę słońca – film s.f., Wlk. Bryt./USA 2007, 105 min 15.55 Śmierć komedianta – dramat obyczajowy, Argentyna/Belgia 2025, 110 min



21.05 Walker: Strażnik Teksasu 2 (7, 8) Liam używa fałszywego nakułu aresztowania Dana Millera, co komplikuje jego relacje z Cordellem. Kapitan James informuje braci, że prawnicy Serano wykorzystują te błędy. 23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (15, 16) – serial krym. 0.50 Castle 4 (19, 20) – serial kryminalny 2.45 Walker: Strażnik Teksasu 2 (7, 8) 4.35 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (8) – krym., USA/Kan.	21.30 Ranczo 10 (125, 126) – Polska 2016 Jola postanawia otworzyć własny interes. Opowiada o swoim pomysle Więclawskiej. Tymczasem koleżdy z laweczki zauważają w tej sytuacji szansę dla siebie. 23.20 Ojciec Mateusz 32 (408) – krym., Pol. 2024 0.20 Prokurator (3) – serial kryminalny, Pol. 2015 1.20 Erynie (10, 11) – krym. 3.15 Stulecie Winnych 2 (25) – obycz., Pol. 2020 4.10 Klan (1470) – telen. 4.35 Pan Mama (43) – serial kom., Pol. 2025	21.10 Polowanie na cmy – Polska 2022, 125 min Rok 1905. Zaangażowana w działalność niepodległościową kobieta po opuszczeniu więzienia zaczyna pracę w domu publicznym. Trafia w środek politycznej burzy. 23.15 Informacje kulturalne 23.45 C'mon C'mon – dramat obyczajowy, USA 2021, 125 min 1.50 Enter Enea Festival 2025 - Blu/Bry 2.55 Muzyka w zabytkach (1) – film dokum., Fr. 2022	20.10 Oxen 2 (5, 6-ost.) – Dania 2025 Policja intensyfikuje działania, których celem jest schwytanie Oxena. Margrethe przybywa do portu, gdzie doszło do eksplozji. Ciało weterana wciąż nie odnaleziono. 22.15 Largo Winch 3: Cena pieniędzy – przyg., Fr./Bel. 2024, 130 min 0.25 Pokonani (1, 2) – krym., Fr./Kan./Niem. 2.25 Klangor (2) – krym. 3.20 Narysuj mnie – dramat obyczajowy, Polska 2024, 80 min 4.40 Pan młody	20.00 Kontyngent (6-ost.) – Szwecja 2025 Zbliża się koniec misji. Pułkownik Andreasson i jego ludzie znajdują się w ogniu krytyki ze strony szwedzkiej klasy politycznej. Eldin próbuje odnaleźć zaginioną Lanę. 20.50 Chrysty – dramat biograficzny, USA 2025, reż. David Michôd, 130 min 23.00 The Walking Dead: Dead City 3 (1) – serial grozy, USA 23.50 Dźwięk śmierci – horror, Kanada/Irlandia 2025, 100 min	17.45 Bez wyjścia – Korea Południowa 2025, 135 min Szczęśliwy małżeństwo i ojciec traci dobrze płatną pracę w fabryce papieru. By zwiększyć swoje szanse na nową posadę, postanawia zlikwidować konkurentów z branży. 20.00 Oni cię zabiją – horror komediowy, USA 2026, 95 min 21.35 Ród smoka 3 (7) – fantasy, USA 2026 22.40 Obecność 4: Ostatnie namaszczenie – horror, Wlk. Bryt./USA 2025, 130 min
---	---	--	--	---	--

AXN WHITE	WARNER TV	CANAL+ FILM	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 2 HD
8.05 Szpital nadziei 5 (9) 9.05 Miłość nad rozlewiskiem (3, 4) 11.10 Agenci NCIS 11 (21-23) 14.05 Szpital nadziei 5 (10) 15.05 Boże Narodzenie po angielsku – film obycz., Wlk. Bryt. 2019, 115 min 17.00 Święta pod gwiazdami – komedia romantyczna, USA/Kanada 2021, 120 min 19.00 Szpital świętej Marii (4) 20.00 Dowody zbrodni 4 (1, 2) 22.00 Rekruit 2 (3) – serial krym. 23.00 Agenci NCIS 11 (21-23) 1.40 Dowody zbrodni 4 (1, 2) 3.30 Zaklinacze koni 4 (14, 15) – serial obycz., Kanada 2010	8.20 Bajer z Bel-Air 6 (19, 20) 9.20 Prawo Agaty 4 (7) 10.20 Pelniejsza chata 2 (10, 11) – serial komediowy 11.35 Teraz albo nigdy! (2, 3) 13.35 Bajer z Bel-Air 6 (19-22) 15.30 Pelniejsza chata 2 (10-13) 18.00 Dziewczyna – film 20.15 Historia Gabby Petito – dramat obyczajowy, USA 2022, 105 min 22.00 Parszywa dwunastka – wojenny, 1967, 185 min 1.05 Zakleci w czasie – dram. s.f., USA 2009, 120 min 3.05 Wrogie niebo (2) – s.f.	6.00 Łapu capu – pr. rozrywk. 6.05 Benek – komediodramat, Polska 2007, 100 min 7.45 Orzełek Iggy – film anim., Polska 2024, 80 min 9.10 Dumna królowa – film anim., 2024, 80 min 10.30 Łapu capu – pr. rozrywk. 10.35 Masz ci los! – komedia, Polska 2023, 85 min 12.00 Riefenstahl – dok., 2024 13.55 Chopin, Chopin! – dramat biograf., Pol. 2025, 130 min 16.05 Peacock – thriller, USA 2010, reż. Michael Lander, wyk. Cillian Murphy, 90 min 17.35 Hollywood Buzz – mag. 18.00 Jutro będzie nasze – komediodramat, Włochy 2023, 115 min 19.55 Łapu capu – pr. rozrywk. 20.00 Zdażyć przed śmiercią – western, USA 2025, reż. Ned Crowley, 105 min 21.45 Niebezpieczne zwierzęta – thriller, Australia/USA/Kanada 2025, reż. Sean Byrne, 95 min 23.20 Pila 5 – horror, USA/Kanada 2008, 90 min 0.50 Dziłki – dramat przyg., Polska 2025, 135 min 3.05 Żurek – film obyczajowy, Polska 2003, 70 min 4.15 Premierowa jazda – mag. 4.30 Polana pośród brzozy – dramat obycz., Francja/Pol./Niemcy 2003, 90 min	9.50 Byłem królem (1) – serial dokum., Polska 2022-2025 10.40 Premierowa jazda – magazyn 11.00 Naruto 3 (27, 28) – serial anime, Japonia 2003-2004 12.00 Naruto 4 (1-4) – serial anime, Japonia 2004 14.00 13 posterunek 2 (22-24) – serial komediowy, Polska 15.45 Pisarze. Serial na krótko 2 (1) – serial komediowy, Polska 2021 16.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 4 (2) – serial dok., Niem. 2011 (3, 4) – serial dokumentalny, Niemcy 2024 18.00 The Office PL 3 (5-8) – serial komediowy, Polska 20.00 Ekspedycja XD (1-5) – serial przygoda, Polska 2026 21.25 Nagie Oko – film krótkometrażowy, Pol. 2023 22.00 Koniec lata (4) – serial kryminalny, Szwecja 2023 23.00 Premiera: Spartakus: Bogowie areny (6) – serial historyczny, USA 2011 0.10 Blizna (5, 6) – serial sensacyjny, Hiszpania 2024 2.00 Kiedy ślub? (5, 6) – serial komediowy, Polska 2024 3.45 Making of CANAL+ – magazyn filmowy 3.55 Belfer 2 (5, 6) – serial kryminalny, Polska 2017	6.00 Rekruci (4) – serial dok. 7.00 Lotnisko na Alasce 3 (7) 8.00 Porzucone konstrukcje (2) – serial dok., Wlk. Bryt. 8.55 Okrety wojenne (2) – dok. 9.55 Co poszło nie tak 4 (3) 11.00 Kolegium żużlowe 13.00 Porzucone konstrukcje (4) – serial dok., Wlk. Bryt. 14.00 Chwila prawdy (8) – dok. 15.00 Okrety wojenne (3) – dok. 16.00 Lotnisko na Alasce 3 (8) 17.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata (2) – serial dok., Niem. 2011 (3, 4) – serial dokumentalny, Niemcy 2024 17.55 Porzucone konstrukcje (3) – serial dok., Wlk. Bryt. 18.50 Chwila prawdy (7) – dok. 19.50 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata (3) – serial dok., Niem. 2011 20.50 Co poszło nie tak 4 (6) – serial dok., Wlk. Bryt. 2024 22.00 Porzucone konstrukcje (5) – serial dok., Wlk. Bryt. 23.00 Lotnisko na Alasce 3 (6) 23.55 Piłkarze na podsluchu (3) – serial dok., Polska 2022 0.55 Misja Afganistan (3) – serial wojenny, Pol. 2012 2.40 Twardzielki (3) – dok., Pol. 2.40 W rytmie wolności (2) 3.45 Zwierzęta Wajraka (5, 6) – serial dok., Pol. 2022 4.55 Pogotowie remontowe Wieszka 4 (2, 3) – mag.	12.00 Sypiący z innymi – komediodramat, USA 2015, 95 min 13.35 Noc przed świętami – film 14.55 Gauchos Gauchos – film 16.20 Tajemnicza żłotnia – dramat obyczajowy, Hiszpania 2025, 95 min 17.55 Kraina Jane Austen – komedia romant., Wielka Brytania/USA 2013, 95 min 19.30 Pożycany wiek (1, 2) 21.30 Diva Futura – dramat obyczajowy, 2024, 120 min 23.30 Holland – thriller, USA 2025, 105 min

AXN BLACK	POLSAT SERIALE	HBO 3 HD
9.40 Gwiezdne wrota 6 (16-18) – s.f., USA/Kan. 2003 12.40 Kobra - oddział specjalny 12 (9) – sens. 13.45 JAG - Wojskowe Biuro Śledcze 5 (4) – serial sens. 14.45 Drużyna A 3 (20) – sens. 15.50 Nieustraszone 2 (13) – serial sensacyjny, USA 16.55 Zagadki z przeszłości 3 (2) – przyg., Fr./Niemcy/Kan. 17.55 Gwiezdne wrota 6 (19-21) – s.f., USA/Kan. 2003 21.00 Maska Zorro – film przyg., USA/Meksyk 1998, 165 min 23.45 Resident Evil: Ostatni rozdział – horror, Wlk. Bryt./Fr./USA 2016, 125 min	6.00 Kabaretowa Ekstraklasa (71) – pr. rozr. 6.05 Gliniarze (235-237) 9.05 Strażnik Teksasu (17-20) 13.05 Kowalscy kontra Kowalscy (37-40) – obycz. 15.05 Świat według Kiepskich (463-466) – kom., Pol. 2015 17.05 Strażnik Teksasu (9-12) – serial sensacyjny, USA 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (196, 197) – serial krym., USA/Kanada 22.55 CSI: Kryminalne zagadki Miami (1, 2) – serial krym. 0.50 Ślad (89, 90) – krym., Pol. 2.50 Święty (256, 257) – kom. 4.05 Strażnik Teksasu (9, 10)	9.25 Rodzice 4 (1, 2) – kom. 10.05 Lisa Frankenstein – kom. fantasy, 2024, 100 min 11.45 Wszystko pól na pól – komedia, 2024, 110 min 13.35 Władca Pierścieni: Powrót króla – film fantasy, 2003, 195 min 16.50 Kompletnie nieznany – dramat biograficzny, USA 2024, 140 min 19.10 Białe Lotosy 3 (1) – kom. 20.10 Stamtał (10) – serial grozy 21.00 To: Witajcie w Derry (5) 21.55 Tokyo Vice (5) – krym. 23.00 Poradny człowiek (2) 23.45 Abigail – horror, USA 2024, 105 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD	COMEDY CENTRAL HD	TVN FABUŁA HD	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA DVB-T2
6.05 Górale (42-44) – serial dokumentalny, Polska 7.25 Doktor Martin (54) – serial obyczajowy 8.30 Przyjaciółki (171, 172) – obycz., Pol. 10.25 Świat według Kiepskich (28, 29, 119, 120, 207, 235) – serial kom., Polska 14.00 Szybcy i wściekli 5 – film sensacyjny, USA 2011, 165 min 16.45 Lot 93 z Newark – dramat sensacyjny, USA 2006, reż. Peter Markle, 115 min 18.40 S.W.A.T. Jednostka specjalna – film sensacyjny, USA 2003, reż. Clark Johnson, 140 min	6.00 Tata ma plan (6, 7) – serial komediowy, USA 2016 7.00 Dwóch i pół 9 (6-9) – serial komediowy, USA 2011-2012 8.55 Przyjaciele 2 (13-18) – serial komediowy, USA 1996 11.55 Teoria wielkiego podrywku 11 (23, 24) – serial komediowy, USA 2017 12.50 Teoria wielkiego podrywku 12 (1-4) – serial komediowy, USA 2018-2019 14.30 Dwóch i pół 9 (10-13) – serial komediowy 16.30 Przyjaciele 2 (19-24) – serial komediowy, USA 1996	5.05 Szkoła (808) – serial paradokm. 6.00 Szkoła filmowa (2) 6.30 Seriaale Top 5 (8) 6.45 Zakochani po uszy (129, 130) – telen., Pol. 7.45 Detektywi (157-160) – serial fab.-dokum. 9.50 Prawo Agaty 5 (6) – serial obycz., Polska 10.55 Lekarze (13) – obycz. 11.55 Zapakuj do moich drzwi (32, 33) – telen. 13.55 Prawo Agaty 5 (5) 14.55 Detektywi – fab.-dok. 16.05 Na Wspólnej (25, 26) – serial obycz., Polska 17.10 Filmowe duety (1) 17.40 Alfabet filmowy (7) 17.50 Nigdy w życiu! – komedia romant., Polska 2004, 130 min	6.05 Knok (3) – serial krym. 6.55 Darrow i Darrow: Dowód zbrodni – film kryminalny, USA 2018, reż. Mel Damski, 115 min 8.50 Morderstwa w Rochefort – film kryminalny, Francja 2019, 120 min 10.50 Mentalista 4 (15-18) – serial kryminalny 14.30 Darrow i Darrow: W tonacji morderstwa – krym., Kanada 2018, 110 min 16.20 Morderstwo na plaży Omaha – film kryminalny, Fr./Belgia 2018, 120 min 18.20 Mentalista 4 (19-22) – serial kryminalny	6.25 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 4 (1) – dok. 6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dok. 7.15 Podróż kapitana Klipera (12, 13) 7.40 Bolek i Lolek (9, 10) 8.00 Reksio (14, 6) – anim. 8.30 Syn szczęścia – film krótkometraż., 2024 8.50 Siedem żywych (3) – serial przygodowy 9.55 Potop Redivivus – hist., 2014, 235 min 13.50 Noce i dnie (1/2, 2-ost.) – film obycz., 1975, 240 min 17.50 Cztery pancerni i pies (8) – wojenny 18.50 Stawka większa niż życie (1) – wojenny	6.00 Kabaretowe hity (3) – program rozrywkowy 6.50 Wojciech Ciejrowski – boso przez świat 7.50 Robert Makłowicz (217, 219) – mag. kulin. 9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (13) – serial krym., Australia 10.55 Górski lekarz 14 (2, 3) – serial obycz. 12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (1) – serial krym., Australia 14.00 Zajazd. Będzie się działo (13, 14) – serial obyczajowy, Pol. 2025 16.00 Katastrofy w przestworzach (2, 9, 6) – serial dokum. 19.00 Aukcja w ciemno 3 (1, 2) – serial dok., USA
PRZYGODOWY	KOMEDIOWY	KOMEDIA ROMANT.	KRYMINALNY	DRAMAT SENSACYJNY	DRAMAT OByczajowy
21.00 Tropiciel – USA/ FILM Kanada 2007, 140 min Mały wiking przeżył rzeź podczas wyprawy po niewolników. Wychowawcą go Indianie. Wyraża na wojownika nazywanego z racji koloru skóry Duchem. Staje w obronie tych, którzy uratowali mu życie. 23.20 Ambulans – thriller, FILM Japonia/USA 2022, reż. Michael Bay, 160 min 2.00 Fala zbrodni (93) – serial sens., Pol. 2007 3.00 Ślad (46, 47) – serial krym., Pol. 2018-2019 5.00 Na ratunek 112 (889, 890) – paradok.	19.30 Teoria wielkiego podrywku 12 (5-10) Amy nie ma czasu zająć się superasymetrią. Sheldon chce, żeby mu towarzyszyła. Przeprowadza mały sabotaż. 22.00 The Office PL 4 (8, 9) – serial kom., Pol. 2024 23.05 Comedy Club (8, 9) 0.05 Miasteczko South Park 4 (17) 0.30 Miasteczko South Park 5 (1) 1.00 Pracocholery 6 (5, 6) 2.00 Śmiesznie nie będzie 3 (5, 6) – rozr. 3.00 Miasteczko South Park 4 (13, 15, 16)	22.00 Dwoje do poprawki FILM – USA 2012, 135 min Kay i Arnold są małżeństwem z trzydziestoletnim stażem. W ich związku brakuje pożądania. Kobieta namawia męża na udział w terapii dla par. 22.15 Tylko dla odważnych FILM – dramat biograficzny, USA 2017, 155 min 0.50 Assassin's Creed FILM – przyg., USA/Fr./Wlk. Bryt. 2016, 145 min 3.15 Dziewczyny z Hollywood (9) – program rozrywkowy	22.00 Niewidomy detektyw (9) Odnaleziono dwa ciała w niewielkiej odległości od siebie. Alex i Niko prowadzą śledztwo wśród pracowników wiedeńskiego teatru, by dowiedzieć się, co łączyło ofiary. 23.55 Astrid i Raphaëlle (1, 2) – serial krym. 2.05 Morderstwo na plaży Omaha FILM – film kryminalny, Fr./Belgia 2018, 120 min 4.05 Darrow i Darrow: Dowód zbrodni FILM – film kryminalny, USA 2018, 125 min	22.00 Prawo ojca FILM – 1999, 125 min Szesnastoletnia córka Michała Korda zostaje zgwałcona. Ojciec, widząc opieszałość policji i prokuratury, postanawia sam wymierzyć sprawiedliwość sprawcom. 22.05 Supermarket FILM – thriller, 2012, 105 min 23.50 Jezioro Słone FILM – komedia obycz., Pol./Szwecja 2021, 155 min 2.25 Co dzień bliżej nieba – dramat obycz., 1984, 135 min 4.40 Najpiękniejsze fajerwerki ever	20.00 Dobre zabijanie FILM – USA 2014, 125 min Pilot Tom Egan pracuje w bazie wojskowej na pustyni w Nevadzie. Steruje dronami, które likwidują cele w Afganistanie. Zaczyna wątpić w sens swojej służby. 22.05 Bez przedawnienia FILM – thriller, USA 2002, 135 min 0.20 Hitmen. Żywi lub martwi – sens., Wlk. Bryt. 2023, 155 min 2.55 Ostatnia rodzina FILM – dramat obyczajowy, Polska 2016, 165 min 5.40 Syn szczęścia
CINEMAX HD	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD	SCI FI	FX	FILMBOX+ ONE HD	ROMANCE TV HD
15.00 Lepiej później niż wcale – komediodramat, USA 2023, 95 min 16.35 Mój stryj Jens FILM – komediodramat, Norwegia 2025, 100 min 18.15 Nomadland – dramat obyczajowy, 2020, 105 min 20.00 Klamka, kłamca FILM – komedia, USA 1997, reż. Tom Shadyac, 85 min 21.25 Pożyteczny duch FILM – komediodramat, Tajlandia/Singapur/Niemcy 2025, 130 min 23.35 Co ci jest, dziewczyno FILM – film dla młodzieży, 2025, 90 min	13.25 Święty (23, 24) – kom., Pol. 14.25 Spadkobiercy (13) – rozr. 15.25 Co ludzie powiedzą? (2) – serial kom., Wlk. Bryt. 16.05 Jedną nogą w grobie 6 (4) – serial kom., Wlk. Bryt. 16.55 Czarna Żmija 3 (4) – kom. 17.35 Młody Sheldon (4-6) – serial komediowy, USA 19.00 Dwóch i pół 9 (6-9) – kom. 21.00 Świat według Kiepskich (10-12) – serial kom., Polska 22.30 Co ludzie powiedzą? (9) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.05 Jedną nogą w grobie 6 (5) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.50 Czarna Żmija 3 (5) – kom. 0.30 Comedy Club 6 (1) – rozr.	6.55 Bibliotekarze 3 (4-6) 9.40 Medium 2 (17, 18) – krym. 11.30 Zagubiona tożsamość 5 (2, 3) – serial s.f., Kan. 2014 13.20 Przygody Merlina (3, 4) 15.20 Medium 2 (19, 20) – krym. 17.10 Zagubiona tożsamość 5 (4, 5) – serial s.f., Kan. 2014 19.00 Przygody Merlina (5, 6) 21.00 Bibliotekarze: Nowy rozdział (10) – serial s.f. 22.00 Dzień Świątaka – kom., USA 1993, 125 min 0.05 Człowiek widmo 2 FILM – horror, USA 2006, 115 min 2.00 Zagubiona tożsamość 5 (4, 5) – serial s.f., Kan. 2014 4.00 Arcadia 2 (1, 2) – serial s.f.	9.00 SkyMed (7) – obycz., Kan. 10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (4, 5) – serial krym. 11.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (6, 7) 13.45 Agenci NCIS (8, 9, 10) 15.35 CSI: Kryminalne zagadki Miami (6, 7) – serial krym. 17.25 Z archiwum X (15, 16) 19.15 Agenci NCIS: Sydney (7) 20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (8, 9) 22.00 Matioc (18) – serial krym. 22.55 Z archiwum X (16) – s.f. 23.50 Rambo: Pierwsza krew FILM – film sens., 1982, 110 min 1.40 CSI: Kryminalne zagadki Miami (6, 7) – serial krym.	8.05 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (8) – krym. 9.15 Panna Scarlet i komisarz 3 (3) – krym. 10.15 Panna Marple: Noc i ciemność – krym., Wielka Brytania/USA 2013, 120 min 12.15 Hudson i Rex 4 (13, 14) 14.15 Poirot – serial kryminalny 16.45 Strażnik Teksasu (22) – serial sensacyjny, USA 18.50 Poirot (9) – serial krym. 20.00 Amerykański ninja – film sensacyjny, 1985, 120 min 22.00 Najlepsi z najlepszych FILM – film sens., 1989, 115 min 23.55 Strefa zrzutu – film sensacyjny, 1994, 140 min	14.15 Rosamunde Pilcher: Kiedy cie odnajdę – film obyczajowy, Niemcy 2023, reż. Marc Piller, 115 min 16.10 Rosamunde Pilcher: Złamane serce – film obyczajowy, Austria/Niemcy 2010, 110 min 18.00 Górski lekarz (182, 183) 20.00 Malibu – Kemping dla początkujących – film obycz., Niem. 2022, 115 min 21.55 Następny zjazd „Szczęście”: Powrót Juria – film familijny, Niemcy 2021, 115 min 23.50 Górski lekarz (182, 183) – obycz., Niemcy/Austria
CINEMAX 2 HD	VIASAT EPIC DRAMA HD	NOVELAS+ HD	FX COMEDY HD	FILMBOX+ HITS HD	PARAMOUNT NETWORK HD
13.25 Neonowa droga – film obyczajowy, 2024, 115 min 15.20 Pocalunek – dramat obyczajowy, Dania 2022, reż. Billie August, 115 min 17.15 Niesmiertelne – obycz., Francja/Kan. 2025, 90 min 18.45 Nieznamy pod wielkim łukiem – film biograficzny, Francja/Dania 2025, 105 min 20.30 Kontinental '25 FILM – komediodramat, Rumunia/Szwajcaria/Luksemburg 2025, reż. Radu Jude, 110 min 22.20 Imperium – kom., Fr./Wlk. Bryt. 2024, 110 min	9.30 Wielkie stworzenia duże i małe 4 (2) – obycz. 10.30 Lekarze na start (21, 22) 12.00 Zatrącenie w miłości (53) 13.00 Sprawy pana Booka (3) 14.15 Agenci NCIS 17 (12) 15.10 Panna Marple: Nemesiz FILM – film kryminalny, Wielka Brytania 2007, 120 min 17.10 Poirot 13 (5) – serial krym. 19.00 Agenci NCIS 17 (13) 19.55 Poirot 5 (5) – serial krym. 21.00 Sherlock i córka (1) 22.00 Robin Hood (5) – przyg. 23.05 Poirot 5 (5) – serial krym. 0.15 Agenci NCIS 17 (13) 1.00 Sprawy pana Booka (3) 1.55 Sherlock i córka (1)	10.00 Opowieść o wyspie (12) 10.10 Otchłań namiętności (135) – telen., Meksyk 2012 12.00 Za wszelką cenę (105) 13.00 Róże i grzechy (34) 14.00 Historia Juany (62, 63) 16.00 Róże i grzechy (35) 17.00 Za wszelką cenę (106) 18.00 Otchłań namiętności (136) – telen., Meksyk 2012 19.00 Macocho (45) – telenowela 20.00 Opowieść o wyspie (13) 21.00 Historia Juany (63) 22.00 Róże i grzechy (35) 23.00 Za wszelką cenę (106) 0.00 Otchłań namiętności (136) – telen., Meksyk 2012 1.00 Macocho (45) – telenowela	8.15 Simpsonowie 32 (15, 16) 9.10 Diabli nadali (22-25) 11.00 Jim wie lepiej (19, 20) 12.00 Sposób użycia (10) – kom. 13.00 Wszyscy Kochają Raymonda (6-10) – kom. 15.30 Simpsonowie 32 (15-18) 17.30 Jak poznałem waszą matkę 5 (9-11) – kom., USA 19.00 Współczesna rodzina 10 (12-15) – serial komediowy 21.00 Family Guy: Głowa rodziny 20 (14, 15) – serial animowany dla dorosłych 22.00 Jackass Forever 0.00 Simpsonowie 32 (11, 12) 0.55 Family Guy: Głowa rodziny 20 (8-11)	12.25 Książę i ja – komedia romant., 2004, 125 min 14.30 Książę i ja: Królewskie wesela – komedia romant., USA 2006, 110 min 16.20 Wampirzyce – horror komediowy, USA 2012, reż. Amy Heckerling, 105 min 18.05 Wykretasy – komedia romantyczna, Rosja 2010, 115 min 20.00 Powrót Bena – dramat obyczajowy, 2018, 115 min 21.55 Zanim zasne – thriller, Wielka Brytania/USA/Francja 2014, 105 min 23.40 American Ultra – film sensacyjny, 2015, 105 min	10.30 Pingwiny z Madagaskaru 2 (19) 11.00 Naga broń 33 1/3: Ostatnie zwycięstwo – kom., USA 1994, 120 min 13.00 Czarodziejki (7, 8) 14.55 Transformers 3 – film s.f., USA 2011, reż. Michael Bay, wyk. Shia LaBeouf, 190 min 18.05 Jumper – film przygodowy, USA/Kanada 2008, 115 min 20.00 Moje wielkie greckie wesela – kom. romant., USA/Kanada 2002, 125 min 22.05 John Rambo – film sens., USA/Niemcy 2008, 100 min 23.45 Memento – thriller, USA 2000, 140 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
10.00 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 4. etap
11.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Innsbrucku – bouldering kobiet – finały
11.30 Kolarstwo – studio
12.00 Kolarstwo: Tour de Pologne – 3. etap
16.45 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 5. etap
18.30 Kolarstwo – studio
19.00 Kolarstwo: Tour de Pologne – 3. etap
20.00 Biegi górskie: GT World Series – Pitztal – podsumowanie



20.30 MŚ w Sheffield: S. Murphy – W. Yize Anglik stoi przed szansą, by po 21 latach po raz drugi w swojej karierze sięgnąć po tytuł mistrza świata.
22.00 Racing on the Edge
22.30 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 5. etap
23.30 Kolarstwo: Tour de Pologne – 3. etap
0.00 Poker: World Series – Las Vegas
2.00 Kolarstwo: Tour de Pologne – 3. etap
2.30 Kolarstwo kobiet: Tour de France

EUROSPORT 2 HD
13.30 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 5. etap
18.30 Snooker: World Open – mecz finałowy: Ronnie O'Sullivan – Thepchaiya Un-Nooh
19.00 E-sports Show
19.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Innsbrucku
20.00 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 5. etap
21.00 Kolarstwo: Tour de Pologne – 3. etap
22.00 Discovery golf – mag.
22.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Innsbrucku
0.00 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 5. etap

POLSAT SPORT FIGHT HD
14.20 Strzelnica Navala (7)
14.50 Sporty walki: UFC 312 – walka: Dricus du Plessis – Sean Strickland 2
15.40 Sporty walki: UFC 324 – walka: Justin Gaethje – Paddy Pimblett
18.05 K.O. TV Classics (27)
18.55 Boks: Babylon Boxing Show w Zyrardowie: Paweł Stepień – Łukasz Staniach
21.20 Sporty walki: FEN 58 w Częstochowie – walka: W. Bartnik – J. Jedraszczak
23.25 Atleci – magazyn sportowy
23.50 Sporty walki: UFC Fight Night – walka: Jack Della Maddalena – Carlos Prates

POLSAT SPORT 1 HD
6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
8.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
11.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
13.00 Piłka nożna – mecz towarzyski: AC Milan – Inter Mediolan
15.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
17.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – 2. runda
W turnieju wystąpi Felix Auger-Aliassime. Kanadyjczyk walczy o pierwszy triumf w swojej ojczyźnie.



19.00 Turniej ATP w Montrealu – mecz 2. rundy Novak Djoković to jeden z najbardziej utytułowanych tenisistów w historii tenisistki w Kanadzie. Wygrał go cztery razy. Po raz ostatni triumfował w 2016 roku na kortach w Toronto.
21.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – 2. runda
23.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – 2. runda
1.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – 2. runda
3.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – 2. runda

POLSAT SPORT 2 HD
6.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – mecz 2. rundy gry pojedynczej
8.30 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – mecz 2. rundy gry pojedynczej
11.00 Cafe Futbol – mag.
12.30 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – 2. runda
15.00 Piłka nożna: Liga szkocka – mecz: Celtic – Dundee FC
17.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
19.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
22.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
1.00 Sporty walki: FEN

POLSAT SPORT 3 HD
14.30 Atleci – magazyn sportowy
15.00 Piłka ręczna plażowa: MP – Tczew 2026
16.00 Piłka ręczna plażowa: MP – Tczew 2026
17.00 Magazyn Polskiego Sportu – mag. sportowy
18.30 Piłka nożna: Liga szkocka – mecz: Celtic – Dundee FC
21.00 Piłka ręczna plażowa: MP – Tczew 2026
22.00 Piłka ręczna plażowa: MP – Tczew 2026
23.00 Piłka nożna: Liga szkocka – mecz: Celtic FC – Dundee FC
1.00 Sporty walki: Babylon MMA

CANAL+ SPORT HD
6.00 Liga+ – magazyn piłkarski
7.15 Wysoki Pressing – magazyn sportowy
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Celta Vigo – FC Barcelona
11.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Motor Lublin – Jagiellonia Białystok
13.40 Ekstrapaka: 2. kolejka
14.50 Na pierwszym planie (2) – dok., Pol.
15.40 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Celta Vigo – FC Barcelona
18.00 1 na 1 Extra: Piotr Rutkowski – magazyn sportowy



19.00 Ekstraklasa po godzinach Podsumowanie najważniejszych wydarzeń ostatniej kolejki PKO BP Ekstraklasy oraz zakulisowe ciekawostki.
20.00 Premier League Stories (52) – mag.
20.40 Liderzy. W centrum gry (5) – dok., Polska
21.35 Na pierwszym planie (2) – dok., Pol.
22.20 Boks: BKFC Fight Night: Newcastle – waga kogucia: L. Garside – B. Taylor
0.30 Ekstrapaka: 2. kolejka

CANAL+ SPORT 2 HD
8.20 Tenis: Turniej WTA w Toronto – mecz 2. rundy
10.40 Tenis: Turniej WTA w Toronto – mecz 2. rundy
13.00 8 wspaniałych (3, 2)
14.40 Tenis: Turniej WTA w Toronto – mecz 2. rundy
17.00 Tenis: Turniej WTA w Toronto – mecz 2. rundy
18.30 Tenis: Turniej WTA w Toronto – mecz 2. rundy
20.30 Tenis: Turniej WTA w Toronto – mecz 2. rundy
23.00 Tenis: Turniej WTA w Toronto – mecz 2. rundy
1.20 8 wspaniałych (8) – dok.
2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

CANAL+ SPORT 5 HD
8.00 Zużel: PGE Ekstraliga: Falubaz – KS Toruń
10.45 Magazyn Metalkas 2: Ekstraliga – mag.
11.45 Zużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Argeș – Stal
14.30 Zużel: Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: Polonia Bydgoszcz – Polonia Piła
17.15 Zużel: PGE Ekstraliga – mecz: Falubaz – KS Toruń
20.00 Zużel: PGE Ekstraliga: Unia Leszno – GKM Grudziądz
22.45 Sporty walki: ONE Friday Fights 164
0.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia – Zagłębie Lubin

TVP SPORT HD
7.45 Piłka nożna kobiet: ORLEN Ekstraliga: Legia – Pogoń Szczecin
9.45 Skoki narciarskie: Letnie Grand Prix w Wiśle – podsumowanie (663)
11.00 Pełnosprawni (663)
11.30 Kronika TdP Junior (2)
11.40 Kolarstwo: Tour de Pologne – start 3. etapu
12.15 Kolarstwo: Tour de Pologne – 3. etap
17.30 Karate: Champion of Champions – Tokio 2026
18.25 Skoki do wody: ME – Paryż 2026 – wieża 10 m synchronicznie drużyn mieszanych
19.20 Sportowe ABC



19.40 ME – Paryż 2026 – trampolina 3 m mężczyzn W ubiegłorocznych mistrzostwach Europy Andrzej Rzesutek wywalczył w tej konkurencji historyczny złoty medal dla Polski.
21.10 Transmisja
23.45 Sportowy wieczór – program inform.
0.15 Kolarstwo: Tour de Pologne – 3. etap
1.45 Skoki do wody: ME – Paryż 2026 – wieża 10 m synchronicznie drużyn mieszanych
2.35 Kamera TVP Sport

EXTREME CHANNEL HD
10.00 World of X Games 2018
11.00 X Games – Minneapolis
12.00 Drift Allstars: Bust Ups & Burn Outs (1, 2)
13.00 IMMAF European Open
14.00 WWE Highlights (64)
15.45 WWE Highlights (65, 31)
17.00 KPW Kombat TV (15)
18.00 WWE Highlights (66)
18.30 WWE Classic Gold
20.00 AEW Dynamite (2630)
22.00 New Japan Pro-Wrestling (17)
0.45 New Japan Wrestling – Highlights (14)
1.00 WWE Highlights (16, 18)
2.00 World of X Games 2018

ELEVEN SPORTS 4 HD
10.00 Piłka nożna: Liga portugalska: Sporting – AVS
12.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (5, 6) – mag.
13.00 Bundesliga Special
14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Stuttgart
16.00 Piłka nożna: Liga francuska: Brestois – Lens
18.00 Made in Italy
19.00 Ligue 1 Season Review
20.00 Piłka nożna: Liga portugalska: Porto – Arouca
22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Fiorentina
0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Mainz

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 Magazyn piłkarski
6.40 Dramatyczne rzuty karne – magazyn piłkarski
7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – Freiburg
9.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter Mediolan – Hellas Werona
11.00 Formula 3: Grand Prix Węgier
12.30 Formula 2: Grand Prix Węgier
14.00 Formula 1: Grand Prix Węgier
16.00 Piłka nożna: Liga włoska: Bologna FC – Inter Mediolan
18.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – HSV



20.00 Made in Italy (12, 14) Rzut okiem na kluby piłkarskie stanowiące wizytówkę włoskiej Serie A. Kibice zajądą do szatni takich zespołów, jak Inter, Genoa czy Fiorentina.
20.40 Formula 1: GP Węgier
22.40 Ligue 1 Show (35)
23.15 Serie A – mag.
0.20 Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością
1.00 AJ Auxerre – Małe miasto, wielki klub
1.35 Podróż do świata Calcio – mag. piłkarski
2.00 Piłka nożna: Liga włoska: Roma – Lazio

ELEVEN SPORTS 2 HD
12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: St. Pauli – Bayern
14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Hellas
16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – VfL Wolfsburg
18.00 Formula 1: GP Węgier
20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Bologna FC – Inter
22.00 AJ Auxerre – Małe miasto, wielki klub
22.40 Ligue 1 Season Review
23.45 Ousmane Dembélé – Pierwsze kroki – dok.
0.00 Piłka nożna: Liga francuska: PSG – RC Strasbourg

ELEVEN SPORTS 3 HD
12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Genoa – Milan
14.00 Piłka nożna: Liga francuska: Lens – Lille OSC
16.00 Serie A – mag. piłkarski
16.55 Made in Italy (16, 15, 14)
17.35 Udinese – Najbardziej polski klub we Włoszech – reportaży, Pol.
18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Fiorentina
20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: VfL Wolfsburg – 1. FC Köln
22.00 Piłka nożna: Liga francuska: RC Lens – Angers
0.00 Bundesliga Dino – dok.
0.45 Werder Double – dok.

Discovery CHANNEL HD
10.00 Stacja Alaska – dok.
11.00 Przetwarzanie nad Jukonem: Braki – dok.
12.00 Celnicy na straży Turcji (13) – serial dok.
13.15 Nagi instynkt przetrwania: Brazylia 2 – dok.
14.30 Strażacy (6) – dok.
15.00 Złomowisko PL 7 (12) – serial dokum.
16.00 Bimbrownicy 14 – serial dokum.
17.00 Przemysłnicy: na lotnisku – dok.
18.00 Polscy truckersi (4)
19.00 Nagi instynkt przetrwania – dok.
20.00 K-Pop Shark Heroes – serial dokumentalny
21.00 Złomowisko PL 4 (6) – serial dok., Pol. 2017



22.00 Premiera: Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata (8) – USA 2026 Survivaliści rywalizują w 40-dniowych zawodach bushcraftowych. W dwuosobowych zespołach walczą o najwyższą nagrodę pieniężną w historii show.
0.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dok.
1.00 Hotrod wg Kindiga 7 – serial dok.
2.00 Królowie kempingu (5) – serial dok., Niem.
3.00 Lowcy starości (1) (1)

life DISCOVERY LIFE HD
8.15 Szpital (537, 538)
10.15 Nowa Mają w ogrodzie
11.15 Idealna niania 5 (2, 4)
12.45 Klinika naturalnego piękna (8-10)
14.15 Tajemnice salonów piękności – pr. rozrywk.
14.45 Szpital (536, 537)
16.45 Idealna niania 5 (1, 2, 4, 5)
19.45 Klinika naturalnego piękna (2) – reality show
20.15 Milosny znak zodiaku (4)
21.15 Nie do uwierzenia! (14)
0.15 Sekrety lekarzy (4)
1.15 Drużyna twarz 3 (4) – rozr.
2.15 Związki z modą (6) – rozr.
3.15 Szpital (384, 385)
5.15 Klinika urody (2) – mag.

CANAL+ DOKUMENT HD
16.45 Iran: Pokolenie Z – między wolnością a represją
17.50 Narodzin dyktatury. Droga Hitlera do władzy – dok., Francja 2024
18.50 Cicha wojna – Rosja kontra europejskie demokracje – film dokum.
19.50 Putin i nowa strategia morska – film dokum., Fr.
20.50 Rosja kontra Rosja – dok.
21.50 Broń ostateczna. Od Oppenheima do Hiroszimy – film dok.
22.50 Ich bronią były kamery: Od plaż Normandii do Dachau – film dokum.

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB T2	TVP HISTORIA DVB T2	HISTORY HD
6.00 Jak to jest zrobione? (23) – serial dokum., Kanada 2013 8.00 Jak działa wszechświat? 6 – serial dokumentalny 10.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny 11.00 Czy jest z nami inżynier? (4, 5) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2015 13.00 Kosmiczna mapa skarbów – serial dokumentalny, USA 15.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny 18.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny, Kanada	6.00 Zniknięcie Heather Elvís – film dokum., USA 2020 8.00 Żyjąc z potworem (1, 4) – serial dok., USA 10.00 Ostatnia impreza: śmierć na wyspie Tresco – film dokum., Wielka Brytania 2024 13.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet – serial dok. 14.00 Tylko martwi znają prawdę – serial dok. 16.00 Świeża krew – serial dokumentalny, USA 18.00 W sieci klamstw – serial dokumentalny 20.00 Prawdziwy koszmarny z ulicy Wiazów – serial dokumentalny	10.00 Porzucone konstrukcje (2) 11.00 Plemienna szkoła przetrwania: Mekong (5) – dok. 12.00 Gulag – system śmierci (1-3) – film dokum., Francja 2019 15.00 Katastrofa w przestworzach (1) 16.00 Pompeje: Podróż w czasie z Tomem Hiddlestonem (3) 17.00 Sekrety starożytnej medycyny (3) – dok. 18.00 Wielkie konstrukcje z Ameryką (5, 3) – serial dokumentalny 20.00 Katastrofa w przestworzach (9) – serial dokumentalny	6.00 Wehikuł czasu (805) – program inform. 6.05 48h. Zaginięni (2) – serial krym., Polska 7.00 Była sobie Ziemia 8.55 Wehikuł czasu (805) 9.00 Starożytni kosmici (2) – serial dok., USA 10.00 Gwiazdy lombardu (2, 3) – reality show 12.00 Tajemnice II wojny światowej (3) – dok. 13.00 Poszukiwacze historii (7, 8) – dok. 14.00 Łowcy nazistów (11) – serial dok., Wlk. Bryt. 15.00 Truckersi przez Australię (3) – dok. 16.00 Dorwać tunczyka (4, 5) – serial dok., USA 18.00 Rolnicy. Podlasie (2, 3) – serial dokum.	5.45 Był taki dzień 5.50 Fake czy historia? 6.35 Wojownicy czasu (90) – cykl reportaży 8.30 Tajemnica Enigmy (8-ost.) – serial hist. 9.15 Tajemnice początków Polski. Droga do królestwa 10.15 Cietrzew. Ptak wielu odcieni 10.45 W sercu Ameryki – New Mexico 11.45 Wszystkie kolory świata – dok., Francja 12.55 Starożytny Egipt – kroniki imperium (5): Piramidy 14.00 Królowie (73) – hist. 14.35 Czerwcy pancerni i pies (16) – wojenny 15.40 Sensacje XX wieku	13.05 Starożytni kosmici 17 (6) – dok. 14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 3 (1) – serial dok., USA 14.50 Największe tajemnice świata 6 (1) – dok., USA 15.45 Gwiazdy lombardu 13 (4) 16.15 Gwiazdy lombardu 25 (16) – reality show 17.10 Tajne kryjówki dyktatorów (6) – dok. 18.10 Największe tajemnice świata 7 (5) – serial dok., USA 19.05 Starożytni kosmici 13 (21) – dok. 20.00 Starożytni kosmici 17 (6) – dok.
DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	POPULARNONAUKOWY	WOJENNY	DOKUMENTALNY
21.00 Na tropie legendarnych potworów: Wendigo; Yeti – USA 2019 23.00 Przypadki z archiwum 10 (1, 2) – serial dokumentalny 1.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny 4.00 Podziemne sekrety – serial dokumentalny	21.00 Premiera: Ciała w wodzie: Krew w rzece – USA 2024 22.00 Morderca z sąsiedztwa – dok. 23.00 Morderca z sąsiedztwa 2 0.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet: uciekam seryjnemu mordercy – dok., USA	21.00 Premiera: Odkopać historię (1) – Kanada 22.00 Inżynieria po katastrofie (5) – dok. 23.00 Pompeje: Podróż w czasie z Tomem Hiddlestonem (2) 0.00 Katastrofa w przestworzach (9, 5, 4) – serial dokum. 3.00 Car S.O.S. 7 (9, 10)	20.00 Galileo 28 (9) 21.00 Najkrwawsze bitwy drugiej wojny światowej (3) – dok. 22.00 Ostatni bastion Hitlera 2 (1, 2) – dok. 0.00 Starożytni kosmici (9) – serial dok., USA 1.00 Rolnicy. Podlasie (35-38) – serial dok. 5.00 Kolowrotek (4, 5) – magazyn wędkarski	18.20 Kolumbowie (1) – Polska 1970 19.25 Port wojenny Gdynia 1923-1939 20.05 Oficerowie (11) – serial sens., Pol. 2006 21.00 Zapomniane agentki II wojny światowej (6) – hist. 22.00 Rzeź Woli 23.05 Sensacje XX wieku	21.00 David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (9) 22.00 Seksualne obsesje dyktatorów (1) – serial dokum. 23.00 Tajne kryjówki dyktatorów (3) – dok. 23.55 Jak to wyjaśnić? 5 (11) – serial dok., USA 0.50 Starożytni kosmici 17 (6) – dok.
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
9.00 Kwatery Hitlera (10) 10.00 Sekrety i skarby III Rzeszy (9) – dok. 11.00 Militaria na warsztat 12.00 Muzealne tajemnice 14.00 Łowcy staroci: Renowacje (14, 15) – dok. 16.00 Walka o bagaż (11-13) 17.30 Perelki na warsztat 18.00 Łowcy staroci (13, 14) 20.00 Zoom na architekturę 22.00 Wyścigi po antyki – dok. 23.00 Legendarne miejscówki 0.00 Na tropie legendarnych potworów – serial dok. 2.00 Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołwki 3.00 Mikroprzygoda (7) – dok.	13.40 Ocalić raj (2) – serial dok. 14.45 Zdraycy/Patrioci (3) – dok. 15.50 Niezwykłe podróże koleją 11 (7) – serial dok. 16.55 Świat z góry (2, 3) – dok. 18.00 Dokąd dzisiaj? 4 18.40 Od 0 do 9. Wielka historia liczb (1) – dok., Fr. 19.45 Kwiecień 1974. Portugalia mówi „dosyć!” – film dokum., Fr. 20.50 Rzym, renesans, trzej geniusze – film dokum., Fr. 22.00 Triady. Chińska mafia podbija świat (3) – dok. 23.20 Planeta Seks (3) – dok. 0.20 Niezwykłe podróże koleją 12 (1) – serial dok.	8.00 W świecie szympanсів 9.00 Niezwykły dr Pol 12.00 Zwierząt w amoku (1) 13.00 Cuda Afryki (3) – dok., Hol. 14.00 Muszle: rzeźby natury 15.00 Wrogi świat (2) – dok. 16.00 Chiny: ukryte królestwa 17.00 Dziekie koty z Indii (2) 18.00 Parki Narodowe Ameryki (3) – serial dok. 19.00 Dziką konfrontacją (3) 20.00 Królestwo drapieżników (3) – dok. 21.00 Niezwykły dr Pol 2.00 Cuda Afryki (3) – dok., Hol. 3.00 Muszle: rzeźby natury 4.00 Wrogi świat (2) – dok. 5.00 Critter Fixers...	8.30 Wielkie rzeki (2) – dok. 9.35 W okowach mrozu 4 (2) 10.35 Wulkany: odlicznice (2) 11.40 Wojny zwierząt (3) – dok. 12.45 W okowach mrozu 4 (2) 13.40 Yellowstone: bomba zegarowa – film dokum. 14.50 Wielkie rzeki (2) – dok. 15.55 W okowach mrozu 4 (2) 16.55 Dzikie tajemnice Chin 17.55 Dzienniki jaguara (3) 18.55 Wielkie rzeki (2) – dok. 20.00 W okowach mrozu 4 (3) 21.00 Wulkany: odlicznice (3) 22.05 Wojny zwierząt (3) – dok. 23.15 W okowach mrozu 4 (3) 0.15 Yellowstone: bomba zegarowa – film dokum.	11.05 Wędrowni z dinozaurami (3) – dok. 12.05 Malownicze trasy kolejowe 5 (7) – serial dok. 13.05 Wielkie koty 24/7 2 (4) 14.20 W okowach mrozu 5 16.20 Człowiek: historia ewolucji (4) – serial dok. 17.35 Wielkie koty 24/7 2 (4) 18.45 Malownicze trasy kolejowe 5 (8) – serial dok. 19.45 Pociągami przez Imperium Rzymskie (2) 20.55 W okowach mrozu 5 22.55 Człowiek: historia ewolucji (5) – serial dok. 0.05 Skarby przeszłości i ich tajemnice (5) – serial dok.	13.00 Irwinowie – następne pokolenie 2 – serial dok. 14.00 Resocjalizacja z pitbullem 7 – serial dok. 15.00 Kot z piekła rodem 17.00 Na tropie wymarłych gatunków – serial przyrod. 18.00 Weterynarz z Gór Skalistych – serial dok. 19.00 Cztery kąt, cztery łapy – serial dokumentalny, USA 20.00 Poznajcie leniwcę (3) 21.00 Klan z Alaski – serial dok. 22.00 Projekt akwarium (3) 23.00 Resocjalizacja z pitbullem 7 – serial dok. 0.00 Supermocy małych stworzeń – serial dok.
TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
15.00 Fascynujące migracje (2) 16.00 Życie z nerwicą 16.55 Pociągami dookoła świata (8) – cykl dokum. 17.50 Sanatorium miłości 7 (6) 18.50 Jan Engert. Spróbuj jeszcze raz porfurną 20.00 Z ust rojalów (1) 20.50 Lasy północnej Europy (7) – film dokum., Wlk. Bryt. 21.05 Plaże Europy (3) 22.10 Zbrodnie rodziny Mansonia – dok., Wlk. Bryt. 23.10 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn 23.15 Szybciej, wyżej, mocniej – film dok., Francja 2024	10.05 Polacy za granicą (57, 58) 12.05 Wojny kontenerowe 13.10 Poszukiwacze historii 14.05 Poza kontrolą: Pinatubo – erupcja stulecia – dok. 15.10 Poszukiwacze historii 15.40 Jezus i jego życie (5) 16.35 Wielkie ucieczki z amerykańskich więzień – film dok., USA 18.30 Świat według Kim Dzong Un – film dok., Fr. 19.45 Kolaboranci Hitlera (6, 7) 22.00 Potęga i mit hitlerowskiego SS (6) 23.05 Nieznane zdjęcia Hitlera (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 0.15 Kroniki Hitlera (11) – dok.	13.20 Gruchoty z kanadyjskiej góry (10) – serial dok. 14.15 Australijscy poszukiwacze złota 8 16.10 Drwale z Kolumbii Brytyjskiej 2 (6) – dok. 17.10 Ostatni kapitanowie (5) 18.05 Złoto Jukonu (10) – dok. 19.00 Australijscy poszukiwacze złota 9 21.00 Największe budowle 3 22.00 Australia: polowanie na złoto (5) – serial dokum. 23.00 Tytani KSW (3) – film dok. 0.00 Nago, samotnie i do domu daleko (3) 1.00 Australijscy poszukiwacze złota 9	12.55 Kleopatry: tajemnicza władczyni (3, 4) – dok., Fr. 15.20 Grobowce egipskich kapłanek – dok., Wlk. Bryt. 16.30 II wojna światowa: cena imperium (8) – serial dok. 17.35 Największe postaci zimnej wojny 2 (2) – dok. 18.50 Majowie: wojna pięciu królestw (3) – serial dok. 19.50 Wojny faraonów (2) 21.05 Najgroźniejsi ludzie Hitlera (8) – serial dokum. 22.05 Próby zamachów na królową Wiktorię 23.55 Tajne bazy nazistów (3) 0.55 Anna Boleyn i Elżbieta I: królowe-więźniarki	14.10 Dla mnie już nie żyjesz 15.05 Zabójcze wakacje (10) 16.00 Pogrzebani za domem 6 17.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 2 (9) – dok. 18.00 Polskie zabójczynie 2 19.00 Ktoś ma coś do ukrycia 20.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (18) – dok. 21.00 Najsłynniejszy dom publiczny – Mroczne sekrety (1) – serial dok. 22.00 Najgroźniejsi seryjni mordercy (4) – serial dok. 23.00 W cztery oczy z mordercą (4) – dok. 23.55 Kobiety, które nosły śmierć 13 (5) – serial dok.	8.05 Niezwykłe Stany Prokopa (3, 4) – pr. rozr. 10.05 Kobieta na krańcu świata (2-5) – serial dok. 12.25 Ciepłowodą przez Stany (5-7) – program rozrywkowy 14.45 Andy Bates i uliczne przysmaki Ameryki 16.50 Włoska podróż pełna smaków (3, 4) – serial dok. 18.50 Nowi badacze UFO (4, 5) 20.55 Bimbrownicy (18, 19) 23.05 Kobieta na krańcu świata (7, 1, 2) – dok., Pol. 0.50 Włoska podróż pełna smaków (3, 4) – serial dok. 2.50 Bimbrownicy (18, 19) 4.55 Dziwaczne potrawy (3)

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TVN STYLE HD
15.35 20 x 20 lat TVP Kultura – cykl fel. 16.00 Zaraz wracam 2 (119) – serial obycz. 16.30 Barwy szczęścia (3354) – serial obycz. 17.00 Telexpress 17.20 Gra słów. Krzyżówka (1077) – teleturniej 17.50 Telexpress Extra 18.15 Decyzja na moście. Opowieść o Zbigniewie Anthonym Kruszkowskim 18.45 Panorama 19.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu (5) 19.30 Program Informacyjny 19.30	6.40 Gra słów. Krzyżówka (1089) 7.10 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin. 8.15 Familiada – telet. 8.50 Va banque (959) 9.25 Koło fortuny (1996) 10.05 Makłowicz w podróży – mag. 10.40 Postaw na milion 12.35 Familiada – telet. 13.15 Czerdziesiątatek (1) – obycz., Pol. 1974 14.05 Rodzinka.pl (213) 14.40 Program rozrywkowy 15.20 Lato z Radiem i Telewizją Polską 17.25 Va banque (960) 18.00 Koło fortuny (1997) 18.35 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin.	6.05 Demakijaż (13-18) 9.00 Drugie życie sukni ślubnej (3) – pr. rozr. 9.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (7, 8) – reality show 12.30 Oszukane (5, 6) – serial paradokum. 14.30 Komisarz Mama (3) – serial krym., Polska 15.30 Bogaty dom – biedny dom (125) 16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (68) – reality show 18.00 Nasz nowy dom (270, 271) – reality show, Polska 20.00 Kolacja w ciemno (49) – pr. rozrywk. 21.05 Więzienie kobiet (104, 105) – dok., Pol.	6.00 Strażnik Teksasu (23, 24) – serial sens. 7.55 Bogaty dom – biedny dom (105) 8.55 Policjanci i Policjanci (546, 547) 10.55 Na ratunek 112 (1144, 1145) – paradok. 11.55 Dlaczego ja? (1573, 1574) – paradok. 13.55 Trudne sprawy (812-814) – paradok. 16.55 Policjanci i Policjanci (1417) – serial obycz., Polska 18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (535) 19.00 Policjanci i Policjanci (1418) – serial obycz., Polska 20.00 Uroczysko (233, 234) – serial krym., Polska	10.35 Detektywi (63, 64) 12.35 Zakup w ciemno 4 (18) – reality show 13.35 Zakup w ciemno 6 (15) – reality show 14.35 Nic do zgłoszenia 5 (2) – serial dokum., Pol. 15.35 Złomowisko PL 6 (8) 16.45 Express – pr. inform. 16.58 Pogoda, sport 17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (9) 18.05 Zakup w ciemno extra (12) 18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 16 (7) 19.45 Express – pr. inform. 20.05 Zakup w ciemno 6 (16) – reality show 21.05 Zakup w ciemno extra (7) 21.45 Express – pr. inform.	5.20 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (2) – reality show 5.55 Ach, ten ślub! (6) – program rozrywkowy 6.50 Damy i wieśniaczki. Ukraina 7 (16) – serial fabularno-dokumentalny, Ukraina 2017 7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn, Polska 2026 11.20 Ugotowani (5, 6) – program kulinarno-rozrywkowy 13.25 Kuchenne rewolucje (2, 1) – program rozrywkowy 15.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (6-ost., 1) – reality show
OBYCZAJOWY	MAGAZYN KULINARNY	DOKUMENTALNY	KRYMINALNY	ROZRYWKOWY	ROZRYWKOWY
20.25 Miłość nad rozlewiskiem (12, 13-ost.) – Pol. 2010 Po powrocie do stolicy Małgosia szuka pracy, ale przyjaciele nie mogą jej pomóc. Paula nie jest pewna swoich uczuć względem narzeczonego. Kuba rozkręca biznes. 22.10 To jest grane – wakacyjnie (97) 22.40 Rozmowy (nie) wygodne – pr. publ. 23.15 Panorama 23.45 Kabaret Letnią Porą (3) – program rozrywk. 0.40 Zaraz wracam 2 (119) – serial obycz.	19.40 Makłowicz w podróży Miłośnik kuchni udaje się do Manili. Zwiedza tamtejsze zabytki, testuje też miejscowe dania, m.in. kare z ogonów wołowych duszonych w sosie z orzeszków. 20.10 Postaw na milion 21.10 Kabaret Letnią Porą (43) – pr. rozrywk. 22.10 Rodzinka.pl (68) 22.50 Tak to leciało! (75) 23.50 Gabi Drzewiecka zaprasza (10) 0.50 Koło fortuny (1997, 2061) – telet. 2.10 Do śmiechu! (78, 79)	22.00 Rolniczki (19) – Polska 2025 Program przedstawia losy kobiet mieszkających na wsi. Ukazuje ich zajęcia i pasje. Bohaterki łączą tradycyjne metody gospodarowania z bardziej nowoczesnymi rozwiązaniami. 23.00 Gry małżeńskie (90, 91) – reality show 1.05 Więzienie kobiet (77-80) – serial dokumentalny, Polska 2024-2025 3.00 Zdrady (16-18) – serial paradokumalny, Polska 2013	21.05 Sprawiedliwi. Trójmiasto (143) Katia zgłasza, że przestępca groził jej partnerowi. Serafin i Osica znajdują porzucone auto mężczyzny i ślad przpalonego tłuszczu, co sugeruje próbę spalenia zwłok. 22.05 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1026) 23.00 Borys – film sens., Polska 2021, 95 min 0.35 Love Island. Wyspa miłości (47) 1.40 Hardkorowy lombard 4 (37, 38) 2.40 Interwencja – mag.	22.00 Idź na całość 2 (20) Uczestnicy mogą wygrać niemal trzy miliony złotych. W każdym odcinku podejmują ryzyko i próbują unikać zonka. Prowadzą Zygmun Chajzer i Robert Motyka. 23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (4) 0.00 Nic do zgłoszenia 6 (12) – serial dokum. 1.00 Życie na kredycie 8 (15, 16) – reality show 2.10 Dobra robota (14) – serial dok., Pol. 2022 3.10 Detektywi. Na zlecenie 3 (4, 5) – serial fab.-dokum.	17.05 W czym do ślubu? (2) Izabela Janachowska pomaga dobrać ślubną kreację dla Moniki, fanki drag race. Metamorfozy potrzebuje mama uczestniczki odcinka, która od lat nie była u fryzjera. 17.40 Kuchenne rewolucje (11, 4, 9) – program rozrywkowy 20.50 Jestem z Polski (10, 11) – serial dok. 22.50 Ślub od pierwszego wejścia: Australia 9 0.10 Mocne sekrety małżeńskie (3) – dok.
TVP HD	TVP HD	ZOOM	TLC	C+ KUCHNIA	TVN TURBO
11.20 Na sygnale (708, 709) 12.25 Ojciec Mateusz 8 (105) 13.20 Komisarz Alex 6 (69) 14.15 Ranczo 3 (33, 34) – obycz. 16.10 Polska śródlądowa morska (5) – mag. 16.40 Operacja zdrowie (72) 17.10 Okrasa lamie przepisy 17.45 Makłowicz w podróży 18.20 Ojciec Mateusz 27 (348) 19.20 Ranczo 3 (27) – obycz., Pol. 20.10 Rodzinka.pl (214, 215) 21.25 Ojciec Mateusz 33 (424) 22.20 80 milionów – komedia FILM Sens, Polska 2011, 115 min 0.15 W sam po południe FILM – western, USA 1952, reż. Fred Zinnemann, 100 min	15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział 16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel – krym., Austria 17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział 18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz. 19.50 Rosamunde Pilcher. W środku życia – melodramat, Niemcy/Austria 2012, 120 min 21.50 Rosamunde Pilcher – Niebezpieczny przybój – melodramat, Niemcy 2011, 105 min 23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	8.00 Strażnik Teksasu (3) – serial sensacyjny, USA 9.00 Strażnik Teksasu (2, 1) 10.00 MacGyver 4 (4, 5) – sens. 12.05 Wojny magazynowe: Kanada 2 (35, 36) 13.25 Sensacje XX wieku (6, 7) 15.45 Wojciech Ciejrowski – bosso przez świat 18.00 FBI 4 (3, 4) – serial krym. 20.00 Kobra – oddział specjalny 25 (3, 4) – sens. 22.00 Hity polskiego kabaretu 7 (5) – pr. rozr. 23.00 Adam szuka Ewy. Finlandia (4) – reality show 0.00 Magia nagości. Polska 1.05 Magia nagości 7 (7) – rozr.	11.00 Design w australijskim stylu – program rozrywk. 12.00 Dom stworzony dla ciebie 3 – pr. rozrywk. 13.00 Dr Przyszczyła 4 – dok. 15.00 Wiza na miłość: dalsze losy 9 – reality show 16.00 Historie wielkiej wagi 18.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 7 20.00 Transplantacja: drugie życie – serial dokum. 21.00 Ciało, w którym żyje 22.00 Moje paranoje – dok. 23.00 Moje koszmarnie stopy 0.00 Dr Przyszczyła (13) – dok. 1.00 Transplantacja: drugie życie – serial dokum.	15.55 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2 (2) 16.10 Kulinarne szlaki: Południowa Afryka 2 16.40 Jamie Oliver nad Morzem Śródziemnym 17.35 Po prostu Jamie: szybko i łatwo (3) – magazyn kulin. 18.30 Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę (1) 18.55 M jak mięso 4 (5, 6) – dok. 19.50 Zgrillowani (3) – mag. 20.15 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień 21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 10 23.55 Po prostu Jamie: szybko i łatwo (1) – mag. kulin.	11.45 101 napraw (1) – mag. 12.15 Jeździć, obserwować 13.00 Mobilni mechanicy (1, 2) 14.30 Zawodowi handlarze 16.00 Wojny samochodowe 18.00 Raport Turbo – mag. inf. 18.15 Z drugiej ręki (6, 5) – mag. 19.45 Motocyklisty 7 (7) – mag. 20.30 Zawodowi handlarze 21.15 Naprawy nie do naprawy (4) – mag. 22.00 Raport Turbo – mag. inf. 22.15 Jeździć, obserwować 23.45 Duda kontra Szafrański (5) – program rozrywkowy 0.30 Usterka 16 (23) – fab.-dok. 1.00 101 gadzettoz motoryzacyjnych (11)
NOVA	METRO	ANTENA HD	WP	C+ DOMO	HGTV
9.30 Calkiem nowe lata miodowe (3, 6) – kom. 10.30 Więzienie (7-9) – dok., Pol. 12.00 Poirot (8, 9) – serial krym. 14.00 Świat według Kiepskich (393, 394) – kom., Pol. 2012 15.00 Świat według Bundy (232-237) – serial kom., USA 18.00 Calkiem nowe lata miodowe (17) – kom., Pol. 18.30 Miodowe lata (106-108) 21.00 Zdrady (28) – paradok., Pol. 22.00 Ślad (62, 63, 101) – krym. 1.00 Łowca pedofilów 3.00 TV okazje (36, 37) 3.50 Wiehul czasu (805, 804) 4.00 Sala operacyjna (1, 3) 5.00 Pod lupą (1, 2) – magazyn	8.30 Szpital (826, 827) 10.30 Sedzia Anna Maria Wesołowska (395, 396) 12.30 SOS Ekipy w akcji (50) 13.30 Brzydula (71, 72) – kom. 14.40 Kiedy ktoś kocha bardziej (35) – obycz. 15.50 Magda M. (11) – obycz. 16.55 Idź na całość (3) – pr. rozr. 18.00 Złomowisko PL 6 (11) 19.00 Kartoteka 5 (5, 6) 21.05 Kryminalni (9, 10) – krym. 23.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (20) – krym. 0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 3 (7) – dok. 1.20 Szpital – paradok. 2.20 Szkoła (561) – paradok.	13.05 Cieżarówka przez śniegi 3 (8) – serial dokum. 14.05 Kłatwa Wypsy Dębów 3 15.00 Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw 15.55 Australijskie poszukiwacze złota 6 18.00 Raport 7 (5) 20.00 Alex Hugo – górski detektyw (27) – krym., Fr. 22.05 Detektywi Candice: Niezawodny instykt 2 (7) – serial kryminalny, Fr. 23.15 Bathazur: Sledczy fenomen 2 (1) – krym., Fr. 0.25 Co Polak potrafi na drodze? (15, 16, 1) 3.40 Kabaretowy szal (14)	12.00 Wariaci za kierownicą 4 13.00 Makłowicz w podróży 14.05 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (23, 19) 16.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2 (5) 16.55 Pogoda 17.00 Tajemnice Brokenwood 6 (1) – krym. 19.00 Strażacy z sąsiedztwa 20.00 Policjanci z sąsiedztwa 7 (10, 11) 21.50 Pogoda 22.00 Przebojowe Kabarety (4) 23.00 Mistrzowie Kabaretu 12 (6) – program rozrywkowy 0.00 1, 2, 3... Kabareci! (4, 7) 1.00 Mistrzowie Kabaretu 6	13.05 Cuda z drewna (4) 14.05 Wakacyjne domy na wynajem (11) 15.00 Pomocy! Kupiliśmy wioskę (18) – serial dok. 15.55 Mam zamek 3 (4, 5) – dok. 16.50 Gardeners' World 14 (27) 18.00 Uczestka na wieś 22 (32) 19.00 Wielkie projekty: Nowa Zelandia (4) – serial dok. 20.05 Daleko od miasta 15 21.00 Wakacyjne domy na wynajem (12) – dok. 21.55 Tomasz Pogowski. Remont u Ciebie 9 (3) 22.25 Przekopujemy Ci ogródek (5) – serial dok. 22.55 Daleko od miasta 15 (3)	10.00 Poszukiwacze domów: Australia 11 (11, 12) – dok. 11.05 Usterka 11 (15, 16) – serial fab.-dokum., Polska 2019 12.30 Podwórówka reaktywacja 9 (9-12) 14.25 Mieszkanie na miarę (4) 15.25 Będzie pięknie (4) – rozr. 16.30 Polowanie na ogród 2 18.10 Zgłoś remont 4 (8) – rozr. 19.05 Weekendowa metamorfoza (2) – pr. rozr. 20.05 Dorota inspiruje 3 (4) 21.00 Dorota was urządzi! 22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 9 (4-7) – pr. rozr. 0.45 Usterka 11 (13) – fab.-dok.

POLSAT 2 HD		SUPER POLSAT DVB-T2		TV 6 DVB-T		BBC FIRST HD		STACJE DZIECIĘCE		STACJE INFORMACYJNE	
KRYMINALNY		SCIENCE FICTION		SENSACYJNY		KRYMINALNY		ANIMOWANY		INFORMACYJNY	
5.50 Wydarzenia		6.05 Wydarzenia		6.00 Więzienie (198, 199)		6.00 Z pamiętnika		9.00 Tru i Tęczowe		7.00 Serwis informacyjny,	
6.30 Nasz nowy dom		6.45 SuperLudzie Extra		6.55 Policjantki		6.50 Ulica nadziei 10 (1)		9.30 Domisie – dla dzieci		7.30 Progniza pogody	
7.30 Na ratunek 112		6.55 Na ratunek 112		7.55 Doktor Martin		8.45 Lewis 7 (5) – krym.		10.00 Zagadki		8.00 Serwis informacyjny,	
(965, 966) – serial		(749, 750) – paradok.		(15, 16) – serial obycz.		9.45 Ojciec Brown 2 (8)		zwierzogromadki		Progniza pogody	
paradokum., Pol. 2024						– serial kryminalny		(21) – mag. dla dzieci		9.55 Biznes – pr. publicyst.	
8.30 Sekrety rodziny		10.00 Wydarzenia		8.55 Kobra – oddział		10.45 Śmierć pod		10.20 Przygody Bolka		10.00 Serwis informacyjny,	
(44-46) – serial		10.30 SuperLudzie (10, 12)		specjalny (64, 65)		palcami 4 (7) – krym.		i Lolka (7, 8) – anim.		Progniza pogody	
paradokum., Pol. 2018				– serial sensacyjny,		11.50 Z pamiętnika		10.45 Rodzina Treffiłków		10.55 Biznes – pr. publicyst.	
11.30 Trudne sprawy (969)		11.35 Świat według		Niemcy 1998		położnej 10 (1)		Odo (14-16) – anim.		11.00 Serwis informacyjny,	
– serial paradokum.		Kiepskich (422-425)		10.55 48h. Zaginieni		– serial obyczajowy		11.35 Stacyjkowo (59, 60)		Progniza pogody	
12.30 Dlaczego ja?		13.30 Bitwa o palety (23)		(202-204) – serial		12.55 Ulica nadziei 3 (1, 2)		11.55 Pszczółka Maja (40)		11.55 Biznes – pr. publicyst.	
(1388, 1389) – serial		14.30 Hell's Kitchen		kryminalny, Pol. 2023		15.00 Ojciec Brown 9 (7)		12.25 Domisie – dla dzieci		12.00 Serwis informacyjny,	
paradokum.		– serial kom., Pol. 2013		13.55 Policjantki		– krym., Wlk. Bryt. 2021		13.00 Przyjaciele		Progniza pogody	
14.30 Świat według		16.00 Ninja Warrior		i Policjanci (1218)		16.00 Lewis 7 (5) – krym.		13.20 Tygrysek Percy		13.55 Biznes – pr. publicyst.	
Kiepskich (41-45)		Polska (27)		– serial obycz., Polska		17.00 My Life is Murder		i jego opowieści		14.00 Serwis informacyjny,	
– serial kom., Polska				14.55 Uroczysko (81, 82)		(3) – serial kryminalny		14.10 Henrietta (2, 3)		Progniza pogody	
17.00 48h. Zaginieni		18.00 Świat według		– serial krym., Polska		18.00 Morderstwa		14.30 Oli i Luna (1, 2)		14.55 Biznes – pr. publicyst.	
(195, 196) – serial		Kiepskich		15.55 Kobra – oddział		w Midsomer 14 (1)		14.55 Oktonauca 3 (79, 80)		15.00 Na żywo – inf.	
kryminalny, Pol. 2023		(502, 503, 538, 539)		specjalny (66, 67)		– serial kryminalny		15.20 Cześć, czy mogę		16.00 Fakty po południu	
19.00 Gliniarze (1015)		20.00 Złomiarze (23) – dok.		– serial sensacyjny,				Cię zjeść? (40) – mag.		18.00 Tak jest – pr. publ.	
– serial paradokum.				Niemcy 2001						19.15 Serwis informacyjny	
20.00 Ślad (7) – Polska		21.00 Bloodshot – USA/		18.05 Strażnik Teksasu		19.55 Śmierć pod		15.40 Bella i Sebastian		19.30 Fakty po Faktach	
2018-2019		Chiny 2020, wyk. Vin		(1, 2) – USA 1993		palcami 4 (8)		(27, 28) – Francja/		Rozmowy reporterów	
Ginie siedmiu dilerów. Początkowo podejrzani są ich		Diesel, 145 min		Podczas napadu na bank		Detektywi rozwiązują za-		Odważny i ciekawy świata		Rozmowy reporterów	
klientów, jednak oni także oka-		Żołnierz Ray zostaje przywró-		w Dallas ginie partner Cor-		gadkę dotyczącą zabójstwa		Sebastian przeżywa kolejne		Szkoła kontaktowe	
zują się poszkodowani. Wkrót-		cony do życia za pomocą na-		della, Bob Mobley. Walker		wężnia osadzonego w ich		przypadki w wysokich Alpach.		Dzień po dniu – mag.	
cie śmierć ponosi komisarz		nototechnologii. Pozbawiony		dowiaduje się, że napad miał		areszcie. Humphreya odwie-		Wszędzie towarzyszy mu		0.25 Biznes – pr. publicyst.	
Wydziału Antynarkotykowego.		wspomnień zaczyna szukać		być tylko testem przed więk-		dza ojciec. Namawia syna, by		wierna suczka Bella.		0.45 Fakty po Faktach	
21.00 Gliniarze (810)		23.25 Sick – horror, USA		20.05 CSI: Kryminalne		21.00 McDonald i Dods 4		16.05 Pat i świat 2		1.30 Tak jest – pr. publ.	
22.00 Tajemnicze		2022, reż. John		zagadki Nowego		(1) – serial kryminalny		16.35 Dino Ranczo (77, 78)		2.35 Nowa Maja	
zaginięcia kobiet (2)		Hyams, 95 min		Jorku (91, 92) – krym.		22.55 Blackshore (5, 6)		17.05 Pszczółka Maja		w ogrodzie – mag.	
23.00 Świat według		1.00 Świat według		12.00 Bogaty dom – biedny		1.10 Sherlock 3 (1) – krym.		17.30 Robin Hood (27, 28)		3.00 Akademia	
Kiepskich (391, 392)		Kiepskich (353-358)		dom (114) – reality show		3.05 Morderstwa		18.00 Kucharz Shane (5, 6)		ogrodnika – mag.	
0.00 Ślad (109) – krym., Pol.		– serial komediowy,		23.00 Sprawiedliwi		w Midsomer 14 (1)		18.30 Yakari (1, 2) – anim.		3.05 Fakty po Faktach	
1.00 Zdrady II (27)		Polska 2011		– Wydział		– serial kryminalny		19.00 Płyt i Bill			
2.05 Wydarzenia		4.00 Nasz nowy dom		Kryminalny		4.40 Moja rodzinka (4)		19.10 Czarodziejskie			
2.45 Ewa gotuje (502, 503)		(221, 222) – reality		7(31, 732) – krym., Pol.		5.10 My Life is Murder (3)		miasteczko Pinokia			
3.45 Intervencja – mag.		show, Polska 2021		1.00 Kości (131, 132)				19.25 Piotruś Król 2			
				2.55 Cobra Kai (42)							
POLSAT PLAY HD		FOOD NETWORK HD		POLSAT RODZINA HD		BBC LIFESTYLE HD		NICK JR. HD		POLSAT NEWS HD	
6.00 Budowlancy (27) – dok.		10.55 Kuchnia dla odważnych		9.30 Jeźdźcy smoków – anim.		11.30 Wymarzone domy 2		16.10 Świnka Peppa (35)		14.55 Pogoda	
6.30 Kolowrotek (221) – mag.		13.10 Apetyt na miłość (2)		11.00 Podglądacz przyrody		13.30 Mistrzowie ceramiki 6		16.24 Świnka Peppa 8 (19)		15.00 W rytmie dnia – serwis	
7.00 Dorwać tuńczyka (9, 10)		14.10 Akcja: Restauracja (7)		12.00 Bogaty dom – biedny		14.30 Wielkie brytyjskie		16.29 Świnka Peppa 7 (8-10)		informacyjny	
9.00 Wojny magazynowe		15.10 24/24 (7) – maraton kulin.		12.55 Rodzina zastępcza		wypieki 15 (2) – pr. rozr.		16.49 Świnka Peppa 6 (5)		15.30 Sport, pogoda	
10.00 Wojny kontenerowe		16.15 Kuchenne rewolucje (14)		(259, 260) – kom., Pol. 2007		15.40 Zapraszamy do stołu 21		17.19 Świnka Peppa 6 (5)		15.50 Wydarzenia 15:50	
(5, 6) – serial dokumentalny		17.15 Sexy kuchnia Magdy		14.50 Wielkie wycieczki		17.50 Wymarzone domy 2 (23)		17.23 Świnka Peppa (13, 15)		16.30 Punkt widzenia	
Hardkorowy lombard		Gessler (5) – mag. kulin.		15.50 Świat z góry (1, 2) – dok.		18.50 Mistrzowie sycia 5 (7)		17.40 Barbapapa i jego		Jankowskiego – pr. publ.	
(160, 161, 1-4) – serial dok.		17.50 Sąsiedzi kontra sąsiedzi		17.05 Pingwiny		19.50 Wielkie brytyjskie		rodzinka 2 (5) – anim., Fr.		18.00 Punkt widzenia	
14.00 Polacy za granicą (77, 78)		18.50 Dziecięce mistrzostwa		z Madagaskaru (10-13)		wypieki 15 (3) – pr. rozr.		18.05 Barbapapa i jego		Szubarbarko – pr. publ.	
16.00 Złomiarze (23) – dok., Pol.		wypieków (8)		19.00 Rodzina zastępcza (326)		22.00 Zapraszamy do stołu:		rodzinka (3) – serial anim.		19.15 Gość „Wydarzeń”	
18.00 Poszukiwacze historii		19.50 Perfekcyjni		20.00 Miodowe lata (1, 2, 117)		profesjonalistów (10) – rozr.		18.30 Dora 4 (13) – serial anim.		– program publicystyczny	
(Piz, 220) – serial dokum.		gospodarze 9 (21) – dok.		22.00 Nasz nowy dom		23.00 Wstydliwe choroby:		18.55 Santiago z mór (6, 20)		19.50 Debaty Gozdyry – publ.	
20.00 Zawód glina (5) – dok.		20.50 Ogniem i patelnią 2 (3)		23.55 Tajemnice Powstania		online 3 (8) – serial dokum.		19.40 Rubble i jego ekipa (6)		21.50 Wydarzenia wieczorne	
21.00 Złomiarze (50) – dok., Pol.		22.55 Pyszne miejscówki (12)		Warszawskiego (4, 5)		23.55 Ratunek dla skóry (3)		20.00 Dobranocki z Ryanem		22.30 Dzień na świecie – pr. inf.	
22.00 Węzienie (223) – dok., Pol.		22.55 Posiekani na słodko (3)		1.05 Ostatni rok Hitlera – dok.		0.50 Wymarzone domy 2		20.32 Świnka Peppa (24)		23.30 Obraz dnia – serwis	
22.30 Łowca pedofilów (240)		23.55 Sposób na smaczne		2.00 Ewa gotuje (449, 450)		2.50 Mistrzowie ceramiki 6		20.36 Świnka Peppa 8		informacyjny	
23.00 Węzienie (134-143) – dok.		życie (4-6) – magazyn kulin.		3.00 SuperLudzie 2 (22, 23)				20.55 Barbapapa i jego		0.00 Punkt widzenia	
4.00 Starożytni kosmici		1.25 Pyszne miejscówki (8, 9)						rodzinka 2 (18-20) – anim.		Jankowskiego – pr. publ.	
TVP KOBIETA DVB-T2		E! ENTERTAINMENT HD		TV TRWAM DVB-T		BBC BRIT HD		MINI MINI+ HD		TVP 3 DVB-T2	
14.00 Omnibus – szycby		8.50 Very Cavallari (7, 8)		17.00 Po stronie prawdy		10.30 W warsztacie (9) – dok.		9.05 Bing 2 (8-13) – serial anim.		12.30 Górna półka smaku	
i mądry (28) – teleturniej		14.00 Plastikzna fuszerka		17.55 Poczet wielkich		11.30 Brytyjskie fabryki 4 (7)		10.00 Edzio i Luska (13-18)		13.00 Agrobiznes	
14.35 Omnibus – szycby		12.30 Z kamerą		Polaków – program hist.		12.35 Top Gear 11 (1) – mag.		11.25 Baczne oczka (4-7)		13.20 Agropogoda	
i mądry – dogrywka		u Kardashianów 16		18.00 Anioł Pański		13.40 W warsztacie (10) – dok.		11.55 Marta mówi (21, 22)		13.30 Daję słowo – Maciej	
15.00 Piękno, zgłoś się! (6)		u Very Cavallari (9, 10)		18.05 Informacje dnia		14.35 Cuda inżynierii 3 (7)		12.50 Moje urodziny – dla dzieci		Oros 2 – talk-show	
15.30 Ojciec Mateusz 5 (63, 64)		16.10 Plastikzna fuszerka		18.15 Rozmowy		15.40 Who Wants to Be		12.59 Marta mówi (23, 24)		15.00 Koronka do Miłosierdzia	
17.25 Dobre wieści z planety		18.00 Ogłądaj na żywo, co się		niedokończono – pr. publ.		a Millionaire z Jeremym		13.55 Moje urodziny – dla dzieci		Bożego – program religijny	
Ziemia (3) – cykl dokum.		dzieje! – program rozrywk.		19.20 Odnaleźć siebie (37)		Clarksonem 2 (12)		14.00 Basia 2 (6-9, 1) – anim., Pol.		15.20 Serwis Info Dzień – inf.	
18.30 Gabi Drzewiecka		18.30 Z kamerą		19.30 Bóg z nami (2) – anim.		16.45 Brytyjskie fabryki 4 (7)		15.10 Kicia Kocia (8-12) – anim.		15.30 Program lokalny	
zaprasza (9) – talk-show		u Kardashianów (5, 6)		20.00 Informacje dnia		17.50 Top Gear 11 (2) – mag.		15.55 Marta mówi (3, 7, 12)		19.30 Całkiem niezła historia	
19.30 Miłość i nadzieje (326)		20.30 Very Cavallari (1, 2)		20.20 Różaniec		18.55 Cuda inżynierii 3 (7)		17.20 Staś i fajna Babcia		19.45 Kryminalna siódemka	
20.30 Wichrowe wzgórza (307)		22.30 Plastikzna fuszerka		20.50 Myśląc Ojczyzna		19.55 Brytyjskie fabryki 4 (8)		17.50 Moje urodziny – dla dzieci		20.00 Dziennik regionów – inf.	
– serial obycz., Turcja 2024		0.30 Ogłądaj na żywo, co się		21.00 Apel Jasnogórski		21.00 Zeleny Story (3) – dok.		17.57 Staś i fajna Babcia (23)		20.13 Gość Regionów – pr. publ.	
21.30 La Promesa – pałac		dzieje! – program rozrywk.		22.00 Informacje dnia		22.00 Putin i Zachód: kolejny		18.15 Leśna rodzina 3		20.30 Telekurier – mag., Polska	
tajemnic (289) – obycz.		1.00 Z kamerą		21.40 Polski punkt widzenia		rozdział (2) – serial dokum.		Koniczyna (1-6) – anim.		21.00 Program lokalny	
22.30 Miłość jest blisko		u Kardashianów 16		22.00 Przetrwaliśmy		23.15 Top Gear 11 (1) – mag.		18.40 Dora i przyjaciele 2		22.00 Dziennik regionów – inf.	
– komedia romantyczna,		3.00 Plastikzna fuszerka		22.30 Ulimowie. Droga		0.20 Top Gear 24 (5) – mag.		19.35 Kicia Kocia 2 (9-13)		22.30 Złoty chłopak (210)	
Polska 2021, 115 min		5.00 Very Cavallari (7)		do świętości – pr. religijny		1.30 Cuda inżynierii 3 (7)		20.25 Mały Charlie (8-12)		– serial obycz., Turcja 2022	

Warto zobaczyć

→ filmowe hity

9.25
CINEMAX **Nomadland**
OBYCZAJOWY Fern wyrusza vanem w nieznaną. Chwyta się dorywczych prac i poznaje ludzi, którzy również wiodą koczowniczy styl życia. Reż.: Chloé Zhao, A: Frances McDormand, Gay DeForest USA 2020 **105 min ► do godz. 11.10**

10.10
TVP KULTURA **Zakochany anioł**
KOMEDIA ROMANTYCZNA Giordano, przybysz z nieba, traci swoją moc. Trafia pod opiekę młodej terapeutki Romy, w której się zakochuje. Reż.: Artur Więcek, "Baron", A: Krzysztof Globisz, Anna Radwan-Gancarczyk Polska 2005 **110 min ► do godz. 12.00**

14.40
FILMBOX+ HITS **Wyścig o życie**
PRZYGODOWY Greg zabiera podopiecznych z ośrodka dla młodych przestępców na wyprawę rowerową. Chce, by odmienili swoje życie. Reż.: R.J. Daniel Hanna, A: Matthew Modine, Cynthia Kaye McWilliams USA 2023 **120 min ► do godz. 16.40**

16.10
ALE KINO+ **W sieci wojny**
THRILLER Pilot otrzymuje misję dotyczącą planów tajnej operacji. Rozwiązanie zagadki może kryć się na zapomnianej farmie w Massachusetts. Reż.: Michael Day, A: Jake Abel, Brianna Hildebrand, John Cusack USA 2025 **125 min ► do godz. 18.15**

17.45
WARNER TV **Pokerowy błąd**
KOMEDIODRAMAT Utalentowany hazardzista Huck musi się zmierzyć ze swoim ojcem, legendą pokera. Ma z nim rachunki do wyrównania. Reż.: Curtis Hanson, A: Eric Bana, Drew Barrymore, Robert Duvall USA/Niemcy 2007 **150 min ► do godz. 20.15**

18.25
PARAMOUNT NETWORK **Gnijąca panna młoda**
ANIMOWANY Narzeczony ćwiczy ślubną przysięgę. Gnijąca panna młoda porywa go do świata zmarłych. Reż.: Mike Johnson, Tim Burton, D: Johnny Depp, Helena Bonham Carter Wlk. Bryt./USA 2005 **95 min ► do godz. 20.00**

20.00
HBO **Policzalne**
DRAMAT PSYCHOLOGICZNY Nawyk liczenia porządkuje świat Grace i daje poczucie bezpieczeństwa. Romans burzy jej spokojne życie. Reż.: Marcelle Lunam, A: Teresa Palmer, Eamon Farren, Joseph Dempsey Australia 2024 **90 min ► do godz. 21.30**

22.10
ALE KINO+ **Nieukończony film**
OBYCZAJOWY W 2020 roku ekipa filmowa wznawia pracę nad przerwany projekt w okolicy Wuhan. W tym czasie wybucha epidemia COVID-19. Reż.: Lou Ye, A: Hao Qin, Xiaorui Mao, Xi Qi, Xuan Huang Singapur/USA 2024 **130 min ► do godz. 02.20**



Alice wręcza bliskim wyniki badania DNA, które mają określić ich pochodzenie.

20.00 Test na teściów

TV PULS **KOMEDIA** Laborantka przygotowuje niespodziankę dla rodziny. Staje się ona źródłem problemów.

HIT DNIA Narzeczeni Alice i François chcą zapoznać ze sobą rodziny. Ona jest córką bogatych właścicieli posiadłości i winnic, Frédérica i Catherine, którzy szczerzą się arystokratycznym pochodzeniem, on zaś – synem przedsiębiorczego handlarza samochodów Gérarda i Nicole, wiodą-

cych spokojne i dostatnie życie w domu na przedmieściach. Podczas wyczekiwanego, nieco nerwowego pierwszego spotkania w imponującej posiadłości Bouvier Sauvage'ów przyszła panna młoda, która pracuje w amerykańskim laboratorium, wręcza czwórcę dumnych ze swoich korzeni rodziców pre-

zent – wyniki testów genetycznych, które ujawniają ich pochodzenie. Prawda o przeszłości wprawia wszystkich w osłupienie. Wychodzi na jaw, jakie niewygodne tajemnice skrywali ich przodkowie. **HD 120 min ► do godz. 22.00**

Wyst.: Christian Clavier, Didier Bourdon, Sylvie Testud, Julien Pestel



20.00 Nieoczekiwana zmiana miejsc

KOMEDIA Złodziejaszek (Eddie Murphy) i ucziwy pracownik firmy padają ofiarą manipulacji znużonych życiem miliarderów. Kiedy obaj odkrywają prawdę, postanawiają odegrać się na intrygantach.

Reż.: John Landis Wyst.: Dan Aykroyd USA 1983 **HD 155 min ► do godz. 22.35**



22.00 Jak dogryźć mafii

KOMEDIA SENSACYJNA Prywatny detektyw Steve Ford (Bruce Willis) naraża się mafii. Szef gangu w odwecie porywa jego psa. Aby uwolnić pupila, śledczy zawiera z bossem układ. Zgadza się odzyskać walizkę z kokainą.

Reż.: Mark Cullen Wyst.: John Goodman USA 2017 **HD 115 min ► do godz. 23.55**



20.00 Lokatorka

KRYMINALNY Nowy właściciel kamienicy zmusza lokatorów do wyprowadzki. Janina Markowska (Sławomira Łozińska), która nie poddaje się presji, znika w niejasnych okolicznościach. Sprawę bada komisarz Szerucka.

Reż.: Michał Ołowski Wyst.: Irena Melcer Polska 2021 **150 min ► do godz. 22.30**



22.20 Jerry Maguire

OBYCZAJOWY Cyniczny agent sportowy Jerry (Tom Cruise) ma wyrzuty sumienia. Pisze memoriał o potrzebie uczciwości. Zostaje zwolniony, ale zamierza utrzymać się w branży. Jego klientem zostaje futbolista Tidwell.

Reż.: Cameron Crowe Wyst.: Cuba Gooding Jr. USA 1996 **HD 180 min ► do godz. 1.20**



20.00 Diabelska przełęcz

KRYMINALNY Lata 90. Pam Hobbs (Reese Witherspoon) zawiadamia policję o zniknięciu syna. Wkrótce w pobliskiej rzece znalezione zostają zwłoki trzech chłopców. Zbrodnia wygląda na część rytuału.

Reż.: Atom Egoyan Wyst.: Colin Firth USA 2013 **125 min ► do godz. 22.05**



23.00 Krwawa rozgrywka

SENSACYJNY Agent Lin Dong (Jackie Chan) traci córkę, która umiera na białaczkę. Po latach pewną młodą kobietę zaczynają dręczyć koszmarne sny o dziwnym laboratorium i niepokojących eksperymentach.

Reż.: Leo Zhang Wyst.: Callan Mulvey Chiny 2017 **HD 140 min ► do godz. 1.20**

→ filmowe hity



W czasie podróży poślubnej Eddie poznaje prawdziwe oblicze swojej żony.

22.00 Dziewczyna moich koszmarów

TVN

KOMEDIA ROMANTYCZNA Żonaty mężczyzna staje w obliczu dylematu.

HIT DNIA Czterdziestoletni Eddie postanawia się ożenić. Poznaje uroczą Lilę. Szybko uznaje, że jest to kobieta, z którą powinien spędzić resztę życia. Po sześciu tygodniach znajomości para pobiera się i wyrusza w podróż poślubną do Meksyku. Tam Eddie z przerażeniem odkrywa, że popełnił błąd.

Lila ujawnia bowiem swoje prawdziwe oblicze – jest męcząca i kłótniwa. W dodatku będący na skraju załamania nerwowego mężczyzna spotyka swój ideał kobiety – Mirandę.

HD 135 min ► do godz. 0.15

USA 2007 **Reż.:** Bobby Farrelly, Peter Farrelly **Wyst.:** Ben Stiller, Malin Akerman, Michelle Monaghan, Jerry Stiller



20.00 Złap mnie, jeśli potrafisz

STOKPŁATKA

KOMEDIA KRYMINALNA Frank Abagnale (Leonardo DiCaprio) zdobywa fortunę, podając się za pilota, lekarza i bankiera. Schwytanie oszusta staje się obsesją agenta FBI Carla Hanratty'ego.

Reż.: Steven Spielberg **Wyst.:** Tom Hanks
USA/Kan. 2002 **HD** 175 min ► do godz. 22.55



23.00 Blond ambicja

PULS 2

KOMEDIA ROMANTYCZNA Katie (Jessica Simpson) cieszy się sławą lokalnej piękności. Kiedy narzeczony wyjeżdża do Nowego Jorku, chce złożyć mu wizytę. Gdy odkrywa, że ma on romans, musi odnaleźć się w wielkiej metropolii.

Reż.: Scott Marshall **Wyst.:** Penelope Ann Miller
USA 2007 **HD** 120 min ► do godz. 1.00



20.05 Powidoki

OBYCZAJOWY Władysław Strzemiński (Bogusław

Linda) jest malarzem i wykładawcą. Nie zamierza podporządkować się zasadom socrealizmu i nie pozwala, by polityka naznaczała jego artystyczne wybory. Płaci wysoką cenę.

Reż.: Andrzej Wajda **Wyst.:** Aleksandra Justa
Polska 2016 **HD** 110 min ► do godz. 21.55



23.35 Morderstwa na Côte Bleue

KRYMINALNY Policjantka

(Garance Thenault) prowadzi śledztwo w sprawie zabójstwa w swoich rodzinnych stronach. Świadkiem zbrodni okazuje się kochanek jej matki, Marc (Jean-Pierre Foucault).

Reż.: Marjolaine de Lecluse **Wyst.:** Roby Schinasi
Francja 2024 **HD** 105 min ► do godz. 1.20

→ sport



10.00

POLSAT SPORT 1

Grand Prix PGE SIATKÓWKA PLAŻOWA

LIVE

Kolejna odsłona zawodów, w których drużyny rywalizujące na co dzień w hali grają na piasku. Na plaży w Ustce wystąpią: Radomka Radom, Płomień Sosnowiec, MKS Kalisz, Stal Mielec, Budowlani Łódź, a także #VolleyWrocław.

HD 240 min ► do godz. 14.00



15.20

TVP 1

Tour de Pologne

KOLARSTWO LIVE

Czwarty etap z Żagania do Karpacza to nie tylko trzy premie górskie i dwie specjalne, ale przede wszystkim finałowy, arcytrudny podjazd pod Orlinek. Wyzwanie podejmie m.in. João Almeida, triumfator TdP z 2021 r.

HD 90 min ► do godz. 16.50



18.30

POLSAT SPORT 1

Turniej ATP w Montrealu

LIVE

Trwa rywalizacja o występ do 1/8 finału. Z awansem do tej rundy nie powinien mieć problemu Jannik Sinner. Lider rankingu ATP w bieżącym sezonie wygrał już sześć turniejów, w tym Wimbledon.

HD 120 min ► do godz. 20.30



21.00

EUROSPORT 2

Wyndham Championship

GOLF LIVE

W turnieju rozgrywanym na polach Sedgfield Country Clubu w Greensboro w stanie Karolina Płn. wystąpi m.in. Cameron Young. Rok temu odniósł tu swoje pierwsze zwycięstwo w cyklu PGA Tour.

HD 180 min ► do godz. 0.00

→ rozrywka



11.00

DISCOVERY HISTORIA

Militaria na warsztat

MOTORYZACJA

Michael Manousakis oraz mechanicy z warsztatu Morlock Motors przywracają świetność wysłużonym pojazdom wojskowym – od czołgów po ciężarówki. Mogą pochwalić się długą listą zrealizowanych projektów.

HD 60 min ► do godz. 12.00



19.55

POLSAT

Andrea Bocelli.

Wielki jubileusz

30-lecia występów

KONCERT Do Teatro del Silenzio w Lajatico włoski śpiewak zaprosił wyjątkowych gości. W gali udział wzięli m.in. Russell Crowe, Shania Twain, Johnny Depp i Plácido Domingo.

HD 145 min ► do godz. 22.20



20.50

TVN

Kuchenne rewolucje

REALITY SHOW

Ekipa Magdy Gessler odwiedza Tomaszów Mazowiecki. Krzysztof obawia się zamknięcia restauracji Toscania, co oznaczałoby utratę pracy dla zatrudnianych przez niego trzech kobiet.

HD 70 min ► do godz. 22.00

→ dokument



22.00

NATIONAL GEO.

Katastrofy pod lupą

TECHNIKA

Specjaliści wyjaśnią, dlaczego Boeing 737 Max runął na ziemię. Tragiczne w skutkach było też wywrócenie się platformy wiertniczej na Morzu Północnym.

HD 60 min ► do godz. 23.00

TVP 1	TVP 1	HD	DVB T2	TVP 2	TVP 2	HD	DVB T2	polsat	POLSAT	HD	DVB T2	tvn	TVN	HD	DVB T2
5.00	Spłatane losy (16) – serial obyczajowy, Turcja 2024			4.30	Na dobre i na złe – serial obyczajowy, Polska 2024			4.40	Disco Gramy			5.40	Uwaga! – magazyn reporterów		
5.50	Akacja 38 (911) – telenowela, Hiszpania 2018			5.30	M jak miłość (1810) – serial obyczajowy, Polska 2024			5.25	Telezakupy TV Okazje			5.55	Ukryta prawda (1721) – serial paradokumentalny, Polska 2025		
7.00	Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze			6.25	Operacja zdrowie (82) – magazyn medyczny			6.00	Nowy dzień z Polsat News			6.50	Kuchenne rewolucje (4): Pulawy – Cudnie – program rozrywkowy		
7.30	Dobre historie – magazyn			6.55	Barwy szczęścia (3370) – serial obyczajowy, Polska 2026			9.15	Malanowski i partnerzy (374, 375): Złota klatka; Łowcy organów – serial fabularno-dokumentalny, Polska			7.45	Dzień dobry wakacje – magazyn		
8.00	Serwis Info – program inform.			7.30	Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn			10.20	Trudne sprawy (952) – serial paradokumentalny, Polska 2020			11.20	Doradca smaku (38) – magazyn kulinarny		
8.10	Pogoda Info			7.55	Pytanie na śniadanie – magazyn				Jej osiemnastoletni syn przenosi się do szkoły wieczorowej i zatrudnia się na budowie. Wpada w złe towarzystwo.			11.25	Kuchenne rewolucje (3): Racibórz – Imperia – program rozrywkowy		
8.15	Chłopi (3) – obycz., Polska 1972			11.30	Rodzinka.pl (64, 65): Wakacje w Lubuskiem; Nowe zwierzątko domowe – serial komediowy, Polska 2012			11.20	Gliniarze (911, 912) – serial paradokumentalny, Polska 2024			12.35	Ukryta prawda (1515, 1516, 1744) – serial paradok., Polska		
9.15	Ranczo 8 (101): Grecy i Bułgarzy – serial obyczajowy, Polska 2014			12.35	Koło fortuny (1918) – teleturniej			13.25	Dlaczego ja? (1540, 1541) – serial paradokumentalny, Polska 2026			15.45	Detektywi (133) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024		
10.05	Komisarz Alex 23 (286): Trop – serial kryminalny, Polska 2025			13.15	Panna młoda (163) – serial obyczajowy, Turcja 2024				Kasia podejrzewa, że jej matka wspiera finansowo swojego kochanka, Michała. Dowiaduje się, że mężczyzna to jej syn oddany przed laty do adopcji. Niebawem okazuje się, że prawda jest bardziej skomplikowana.			16.50	Szpital św. Anny (84) – serial obyczajowy, Polska 2026		
11.00	Ojciec Mateusz 17 (224) – serial kryminalny, Polska 2017			14.05	Va banque (1032) – teleturniej			15.30	Wydarzenia, pogoda (806) – magazyn informacyjny				Do szpitala trafia 70-letni Ukrainiec. Wnuk przypadkowo podał dziadkowi podwójną dawkę leku. Strecker przystaje na wniosek Żyty o wsparcie na oddziale. Zwiększa obowiązki psychologa bez wynagrodzenia.		
12.00	Serwis Info – program inform.			14.35	Na sygnale (892): Poszukiwani – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026			15.55	Millionerzy – teleturniej			17.55	Młode gliny (41) – serial kryminalny, Polska 2026		
12.10	Agrobiznes – magazyn rolniczy			15.05	La Promesa – pałac tajemnic (449) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024			16.35	Gliniarze (1109, 1110) – serial paradokumentalny, Polska 2025				We wsi niedaleko Zagadowa zostaje znaleziony nieprzytomny nastolatek. Mieszkańcy kierują podejrzenia na mężczyznę, który żyje samotnie w lesie.		
12.30	Agropogoda – program inform.			16.00	Koło fortuny (1919) – teleturniej				Mężczyzna zostaje ogłoszony i skrupowany na działce, a jego partnerka znika. Olgierd i Krystian kierują podejrzenia na byłego chłopaka zaginionej. Niebawem jednak odzyska się prawdziwy porwacz.			19.00	Fakty, sport		
12.40	To się oplaca – magazyn			16.35	Familiada – teleturniej			19.15	Gość „Wydarzeń”			19.40	Kroniki Tour de Pologne (4) – magazyn sportowy		
13.00	Natura w Jedyńce: Włochy – ostatnie dzikie zakątki (3) – serial dokum., Włochy 2023			17.20	Panna młoda (164) – serial obyczajowy, Turcja 2024			20.05	Omniбус – szybcy i mądrzy (34) – teleturniej			19.45	Pogoda		
14.00	Spłatane losy (17) – serial obyczajowy, Turcja 2024				Kiedy Hancer zaczyna krwawić, przerażony Cihan zabiera ją do szpitala. Beyza wpada w szal.			20.35	Omniбус – szybcy i mądrzy – dogrywka (34) – teleturniej			19.55	Uwaga! – magazyn reporterów		
15.00	Serwis Info – program inform.			18.15	Va banque (1033) – teleturniej							20.15	Na Wspólnej (4259) – serial obyczajowy, Polska 2026		
15.15	Kolarstwo: Tour de Pologne – studio			18.50	Jeden z dziesięciu – teleturniej			20.15	Sport, pogoda						
15.20	Kolarstwo: Tour de Pologne – 4. etap: Zagań – Karpacz			19.25	Barwy szczęścia (3370) – serial obyczajowy, Polska 2026										
15.20	Kolarstwo: Tour de Pologne – 4. etap: Zagań – Karpacz			20.05	Omniбус – szybcy i mądrzy (34) – teleturniej										
16.50	Kolarstwo: Tour de Pologne – studio			20.35	Omniбус – szybcy i mądrzy – dogrywka (34) – teleturniej										
17.00	Telexpress, pogoda														
17.25	Jaka to melodia? – telet. muz.														
18.05	Reporterzy – mag. reporterów														
18.25	Akacja 38 (928) – telenowela, Hiszpania 2018														
19.30	Program informacyjny														
19.55	Pytanie dnia – pr. publicyst.														
20.10	Sport, pogoda														

20

KRYMINALNY



20.30 Ojciec Mateusz 34 (444): Wieczny niespokójnik – Polska 2026

Do Mateusza telefonuje ksiądz Wiesław z sąsiedniej parafii i prosi o pomoc w tajemniczej sprawie. Następnego dnia zostaje znaleziony martwy. Policja podejrzewa znanego z antyklerikalnych poglądów Jonasza Puchalę.

21.25 Sprawa dla reportera – mag. **22.20 Tour de Pologne**

– **kroniki** – cykl felietonów **22.30 Anita** – film dokum., Polska 2026 **23.35 Morderstwa na Côte Bleue** – film kryminalny, Francja/Belgia 2024, reż. Marjolaine de Lecluse, wyk. Jean-Pierre Foucault, Garance Thenault, Alexandra Vandernoot, 105 min

1.20 Kanał – dramat wojenny, Polska 1956, reż. Andrzej Wajda, wyk. Tadeusz Janczar, Teresa Izewska, Wierzyński Głiński, 125 min **3.25 Wykrywacz kłamstw** – program publicystyczny

3.45 Pytanie dnia – pr. publicyst. **4.05 Reporterzy** – mag. reporterów **4.15 Oko na świat** – magazyn **4.35 Zakończenie**

ROZRYWKOWY



20.55 Kocham Cię, Polsko! (9)

W drużynie Michała Koterskiego wystąpią: Kasia Moś, Zygmunt Kukla i Magdalena Smalara. Ekipę Filipa Gurlacza zasilą Katarzyna Pakosińska oraz Andrzej Krzywy i Grażyna Wolszczak. Gościem muzycznym będzie Halina Mlynkova. Prowadzi Marzena Rogalska.

22.25 Czas honoru. Powstanie (3, 4): Hotel Victoria; Kamień na kamieniu – serial wojenny, Polska 2014 Rainer dowiaduje się od Karbowskiego o planowanym ataku na dzielnicę policyjną. Na Ochocie omal nie dochodzi do linczu na rodzinie folksdojców.

0.15 PiBull 3 (19) – serial sensacyjny, Polska 2008

1.15 Wszystko będzie dobrze – dramat obyczajowy, Polska 2007, reż. Tomasz Wiśniewski, wyk. Robert Więckiewicz, Adam Werstak, Izabela Dąbrowska, Beata Kawka, 105 min

3.00 Kruk 3. Jak tu ciemno (5, 6-ost.) – serial kryminalny, Polska 2022

4.30 Zakończenie

KONCERT



19.55 Andrea Bocelli. Wielki jubileusz 30-lecia występów

Niezwykły koncert słynnego włoskiego tenora w amfiteatrze Teatro del Silenzio położonym w Lajatico. Andrea Bocelli zaprosił wyjątkowych gości, m.in. syna Matteo i Briana Maya, a także gwiazdy kina, np. Willa Smitha. Tem muzyki była ośniewająca scenografia.

22.20 Jerry Maguire – dramat obyczajowy, USA 1996, reż. Cameron Crowe, wyk. Tom Cruise, Cuba Gooding Jr., Renée Zellweger, Kelly Preston, 180 min Agent sportowy traci pracę, gdy buntuje się przeciwko nieuczciwości w branży. Z pomocą swojego jedyne klienta zamierza odzyskać pozycję.

1.20 Cztery Gwiazdki – komedia, USA/Niemcy 2008, reż. Seth Gordon, wyk. Vince Vaughn, Reese Witherspoon, Robert Duvall, Sissy Spacek, 110 min

3.10 Nasz nowy dom (303) – reality show **4.15 Kabaretowa Ekstraklasa** (129) – program rozrywkowy

ROZRYWKOWY



20.50 Kuchenne rewolucje (9): Tomaszów Mazowiecki – Toscania

Magda Gessler odwiedza restaurację czterdziestoletniego Krzysztofa. Od kilku miesięcy lokal boryka się z problemami finansowymi. Jego właściciel obawia się, że będzie zmuszony zamknąć interes. Restauratorka spróbuje odkryć przyczynę kryzysu.

22.00 Dziewczyna moich koszarów – komedia romantyczna, USA 2007, reż. Bobby Farrelly, wyk. Ben Stiller, Malin Akerman, Michelle Monaghan, Jerry Stiller, 135 min

0.15 Dzień, w którym przyjdzie tata – komedia, Francja 2012, reż. Martin Valente, wyk. Gérard Jugnot, François Berléand, Olivia Ruiz, Jamie Bamber, 130 min

2.25 Uwaga! – magazyn reporterów **2.45 Kwatery Hitlera** (3) – serial dokumentalny, Pol. 2019

3.50 Detektywi (132) – serial fabularno-dokum., Polska 2024 **4.50 Nauka jazdy 5** (4) – pr. rozrywk. **5.15 Recepta na stary dom 4** (4) – program rozrywkowy



- 5.20 Ten moment** (14) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (851-853) – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 8.45 Ukryta prawda** (1357, 1483, 1484) – paradok., Polska
- 11.50 W-11 – Wydział Śledczy** (1156-1158) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2014
- 13.55 Kryminalni 2** (11): Egzekucja – serial kryminalny, Polska 2005
- 15.00 Szpital** (820, 821) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (525): Zwracam ci wolność – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
- 18.00 SOS Ekipy w akcji** (37) – serial paradokumentalny, Polska 2018 Funkcjonariusze reagują w sprawie bójki pod klubem. Wpadają na trop diler. Tymczasem inny patrol natrafia na pięciolatkę, która ubrana w pizamkę błąka się między garażami.
- 19.00 Ukryta prawda** (1548) – serial paradokumentalny, Polska 2023 Dominika chce, by był partner przejął opiekę na córkę. Odrzuca jego propozycję finansową. Mężczyzna zamierza poznać prawdę o motywach byłej partnerki. Sta-je się świadkiem pewnej kłótni.

REKLAMA



- 6.00 Policjanci z Miami 4** (1, 2): Obraca sądu; Amen... Przyslijcie forę – serial kryminalny, USA 1987, wyk. Don Johnson, Edward James Olmos
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (18, 19): Bohater ulicy; Bez wyjścia – serial sensacyjny, Niemcy 2017
- 10.00 Zaklinaczka duchów 4** (63) – serial fantasy, USA 2008-2009
- 11.00 Kotka** (2) – telenowela, Meksyk 2014
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (133) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
- 13.00 Wspaniałe stulecie** (67) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 Kurierzy 2** (52) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 11** (576, 577) – serial obyczajowy, Polska 2022
- 17.00 Kurierzy 2** (53) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023 Mariusz, wielki pasjonat fantastyki i gier wideo, zauważa nagłą zmianę zachowania swojej żony. Podejrzewa, że to klon.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (990, 991) – serial obyczajowy, Polska 2026 Marcelina niedługo rodzi. Ojciec dziecka nie interesuje się ich losem. Kobieta postanawia udawać partnerkę przyjaciela geja.



- 5.50 Ale numer! 22** (5) – pr. rozrywk.
- 6.20 Cosie-Ktosie** (33-35) – anim., Fr.
- 6.45 SamSam: Kosmiczne przygody** (19) – serial anim.
- 7.00 Blaze i megamaszyny 6** (26) – serial animowany, USA 2020
- 7.30 Psi Patrol 2** (18) – serial anim.
- 7.50 Dora** (10) – anim., Kan./USA 2024
- 8.30 Wielkie przygody małego rekina 2** (5) – serial dla dzieci, USA/Korea Południowa 2023
- 8.50 Masza i Niedźwiedź 6** (11-13) – serial animowany, Rosja
- 9.25 Świnka Peppa** (7-9) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
- 9.45 Bing** (49, 50) – serial animowany
- 10.00 Język i Przyjaciele** (6, 5) – serial animowany, Polska 2023
- 10.35 Spidey i superkumple 2** (36, 35) – serial anim., USA 2022
- 11.35 Gus. Mały – wielki rycerz** (35, 36) – serial anim., Fr. 2021
- 12.00 Psi Patrol** (15) – serial anim.
- 12.35 Marta mówi** (36) – serial anim.
- 13.00 Smerfy** (5, 6) – serial anim., Bel.
- 14.00 Baranek Shaun 4** (22-24) – serial anim., Wielka Brytania
- 14.35 My Little Pony: Przyjaźń to magia** (9) – anim., USA/Kan. 2011
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2** (46, 47) – anim., Fr./Jap./Korea Południowa 2017
- 16.00 Fineasz i Ferb 2** (30, 31) – serial animowany, USA 2007-2011



BAD THOUGHTS 2

Kolejna odsłona antologii nietypowych historii. Każda z nich przesuwa granicę, aby szokować i nie pozwalać widzom oderwać wzroku od ekranu. Tom Segura wcielił się w kilka różnych postaci.

►serial kom. (6 odc.), USA 2026



DOM PEŁEN DYNAMITU

Kiedy nieoznaczony pocisk zostaje wystrzelony w stronę USA, służby specjalne natychmiast zaczynają działać. Nie mogą pozwolić, by dotarł do celu. Rozpoczyna się wyścig z czasem.

►thriller, USA 2025; 112 min

Dwa odcinki
Czwartek 21:00

LINE OF DUTY

WYDZIAŁ WEWNĘTRZNY



BBC
FIRST

KOMEDIA



20.00 Nieoczekiwana zmiana miejsc

FILM – USA 1983, 155 min
Bracia Duke'owie prowadzą firmę, która przynosi ogromne zyski. Zastanawiają się nad tym, od czego zależy życiowy sukces. Spierają się, czy jest on wynikiem indywidualnych predyspozycji czy warunków społecznych. By to sprawdzić, spychają swojego wspólnika Louisa do nizin społecznych, jednocześnie oferując posadę w firmie czarnoskóremu złodziejowi Billy'emu. Oni jednak orientują się w sytuacji. Jednoczą siły i obmyślają plan zemsty.

22.35 Sherlock Holmes – film kryminalny, USA/Niemcy/Wielka Brytania 2009, reż. Guy Ritchie, wyk. Robert Downey Jr., Jude Law, Mark Strong, Rachel McAdams, 150 min

1.05 Romeo musi umrzeć – film sensacyjny, USA 2000, reż. Andrzej Bartkowiak, wyk. Jet Li, Aaliyah, Isaiah Washington, Russell Wong, 145 min

3.30 Zgłoś remont 11 (9)

4.25 Fachowcy 2 (13) – serial paradokumentalny, Polska 2018

KOMEDIA



20.00 Test na teściów

FILM – Francja/Belgia 2024, 120 min
HIT DNIA
Narzeczeni Alice i François chcą zapoznać ze sobą rodziny. Ona jest córką bogatych właścicieli posiadłości i winnic, Frédérica i Catherine, on zaś – synem handlarza samochodów, Gérarda. Przyszła panna młoda wręcza bliskim prezent – wyniki testów DNA, które mają określić ich pochodzenie. Prawda o przodkach wprawia wszystkich w osłupienie.

22.00 Jak dogryźć mafii – komedia sensacyjna, USA 2017, reż. Mark Cullen, wyk. Bruce Willis, John Goodman, Jason Momoa, Emily Robinson, 115 min

23.55 Smak zemsty. Peppermint – thriller, Hongkong/USA/Chiny 2018, reż. Pierre Morel, wyk. Jennifer Garner, John Gallagher Jr., John Ortiz, 125 min

2.00 Dzielnica strachu 10 (449): Lokator – serial kryminalny, Polska 2025-2026

3.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (986) – serial obyczajowy, Polska 2026

4.00 Zobacz to! – pr. powtórkowe

ANIMOWANY



17.00 Smerfy (7, 8)

– Belgia 1988
Niebieskie stworki mają zakopać na pustyni butelkę z magicznym płynem, który wywołuje wzrost roślin. Kropla mikstury spada na piskle. Pod jej wpływem zmienia się ono w ptaszysko.

18.00 Pingwiny z Madagaskaru (21, 22) – serial animowany, USA

19.00 Kacze opowieści (25, 26) – serial animowany, USA 1987

20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (978) – serial obyczajowy, Polska 2026

21.00 Dzielnica strachu 10 (460, 461) – serial krym., Polska 2025-2026

23.00 Blond ambicja – komedia romantyczna, USA 2007, reż. Scott Marshall, wyk. Jessica Simpson, Luke Wilson, Penelope Ann Miller, Andy Dick, 120 min

1.00 Dzielnica strachu 10 (456) – serial krym., Polska 2025-2026

2.00 Lombard. Życie pod zastaw (2) – serial obyczajowy, Pol. 2017

3.00 Lombard. Życie pod zastaw 5 (229, 230) – obycz., Polska 2019

5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (525) – serial obyczajowy, Polska 2022

PREMIERA



MOJE ŻYCIE Z WALTERAMI 3

Po ujawnieniu szokujących informacji o miłosnym trójkącie i narastającym kryzysie w rodzinie Walterów Jackie próbuje odnaleźć się w nowej sytuacji. Napięcie rośnie, gdy na randcu w Kolorado pojawia się jej wujek Richard wraz z Eliotem. Ich przyjazd przypomina dziewczynie dawne życie.

►dla młodzieży (6 odc.), USA 2026



TU ZDARZY SIĘ COŚ STRASZNEGO

Trwają przygotowania do ślubu. Przyszła panna młoda (Camila Morrone) przeczuwa, że w dniu ceremonii wydarzy się coś złego, a jej lęk narasta, gdy przybywa do położonej na odludziu posiadłości rodziny ukochanego. Przekonuje się, że łączy ją z tym miejscem przeszłość.

►serial grozy (8 odc.), USA 2026

Następny odcinek obejrzysz na:

TV PULS HD DVB T2 POLSAT GO PLAYER DVB T2 DVB T2

stacje dostępne za darmo w nazimnej telewizji cyfrowej

to.owo | 75

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN	HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+	HD	CANAL+ PREMIUM	HD	HBO	HBO	HD
6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (16, 17) – serial kryminalny		5.35 Rodzinka.pl (123) – serial kom., Pol. 2013	10.10 Zakochany anioł – komedia romant., Polska 2005, 110 min	6.30 Polska z góry 2 (12) – serial dok., Pol. 2018		10.55 Saga „Zmierzch”: Przed świtem. Część 1 – film fantasy, USA 2011, 115 min		9.05 Angry Birds Film – film anim., Finlandia/USA 2016, 95 min		
7.30 Ostry dyżur 2 (17, 18) – serial obyczajowy		6.05 Na sygnale (505, 506) – serial fab.-dokum.	12.00 Reżyserzy (2) – dok.	7.00 Cudak – dramat wojenny, Polska 2021, 110 min		12.50 Premierowa jazda – magazyn		10.40 La Grazia – dramat obyczajowy, Włochy 2025, 130 min		
9.25 Castle 4 (19, 20) – serial kryminalny		7.15 Ojciec Mateusz 4 (55) – krym., Pol. 2010	13.00 Pióro i rewolwer – film dok., Pol. 2022	8.50 The Office PL (7, 8) – kom., Pol. 2021-2022		13.05 MTV Unplugged: Maryla Rodowicz – koncert		12.50 Na planie 23 (31) – magazyn filmowy		
11.25 MacGyver 5 (4, 5) – serial akcji, USA 2020-2021		8.10 Komisarz Alex 4 (44) – serial krym., Polska	13.45 Noce i dnie (11)	10.00 Grantchester 10 (5, 6) – krym., Wlk. Bryt.		14.25 Girl Climber. Wspinaczka – film dok., Austria/USA 2025		13.20 I.S.S. – thriller s.f., USA 2023, 95 min		
13.20 Dowody zbrodni 2 (22, 23) – serial krym.		9.10 Rodzinka.pl (124)	14.55 Papusza – dramat biograficzny, Polska 2013, 140 min	12.05 Vera 11 (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.		15.50 Hollywood Buzz – magazyn filmowy		14.55 O psie, który wrócił do domu – film familijny, Chiny/USA 2019, reż. Charles Martin Smith, 95 min		
15.25 Agenci NCIS: Hawaje 2 (18, 19) – serial kryminalny		9.45 Klan (1471) – telen.	17.15 Niewiarygodne przygody Marka Piegusa (9-ost.) – serial przyg., Polska	14.00 Jak zostać belfrem? – komediodramat, Francja 2023, 130 min		16.15 Niania w Nowym Jorku – komedia romantyczna, USA 2007, 105 min		16.30 Longing – komediodramat, Kanada/USA/Izrael 2024, 110 min		
17.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (17, 18) – serial krym., USA/Kanada 2005		10.15 Ranczo 10 (122, 123)	17.40 Rodzina Leśniewskich (1)	16.10 W sieci wojny – thriller, USA 2025, reż. Michael Day, wyk. Jake Abel, Brianna Hildebrand, Géza Röhrig, 125 min		18.00 Łapu capu – pr. rozr.		18.20 Wasza wysokość – komedia przyg., USA 2011, 100 min		
19.15 Castle 4 (21, 22) – serial kryminalny		11.55 Komisarz Alex 4 (45)	18.15 Dzień, w którym umarła gwiazda rocka – serial dokum.	18.15 Vera 11 (4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.		18.05 Ultimatum Bourne'a – film sensacyjny, USA/Niemcy 2007, 115 min				
KRYMINALNY		KRYMINALNY	DRAMAT OBYCZAJOWY	KOMEDIA KRYMINALNA		THRILLER		DRAMAT PSYCHOLOG.		
21.05 Agenci NCIS: Hawaje 2 (16, 17)		20.30 Komisarz Alex 25 (312) – Polska 2026	20.05 Powidoki – Polska 2016, 110 min	20.10 Tajne przez poufne – USA/Francja/Wielka Brytania 2008, 120 min		20.00 Ballerina. Z uniwersum Johna Wicka – USA/Węgry 2025, 120 min		20.00 Policzalne – Australia 2024, 90 min		
Mieszkający na wyspie członkowie marynarki zmagają się z serią włamań do aut. Zespół zakłada, że za przestępstwa odpowiada ten sam sprawca.		Policjanci badają sprawę zabójstwa Soni Gariacz. Jej ojciec, były gangster Kostuch, odmawia współpracy ze śledczymi. Tymczasem Alex dziwnie się zachowuje.	Malarz Władysław Strzemiński wyklada w łódzkiej uczelni. Nie podporządkowuje się zasadom socrealizmu. Jego bezkompromisowa postawa ma wysoką cenę.	Agent CIA Cox traci pracę i odkrywa, że żona zdradza go z Harrym. Rozgryzonym pisze wspomnienia, które demaskują działania firmy. Wpadają one w niepowołane ręce.		Płatna zabójczyni Eve wymyka się spod kontroli morderców. Chce pomóc ojca zamordowanego przez członków tajemniczej sekty.		Liczyby porządkują świat matematyczny Grace. Gdy kobieta nawiązuje romans z Seamusem, musi znaleźć równowagę pomiędzy nawykami liczenia i przyjaźnią z... Nikołą Teslą.		
23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (17, 18) – serial krym.		21.30 Ranczo 10 (126, 127) – serial obycz., Polska	21.55 Sting: A Free Man – film dokum., Fr. 2017	22.10 Nieukończony film – dramat obyczajowy, Singapur/Niemcy/USA 2024, 130 min		22.00 Spalę was wszystkich – horror, Hiszp. 2021, 115 min		21.30 Między nogami a reklamami: Historia Robin Byrd – film dok., USA 2026		
0.50 Castle 4 (21, 22) – serial kryminalny		23.20 Ojciec Mateusz 32 (409) – krym., Pol. 2024	23.05 Polowanie na cmy – dramat obyczajowy, Polska 2022, 130 min	0.20 How to Have Sex – dramat obycz., Wielka Brytania/Fr./Belgia 2023, 115 min		23.55 Piła 6 – horror, Kanada/USA/Wielka Brytania 2009, 90 min		22.50 No hej! – komedia, USA 2025, 95 min		
2.45 Agenci NCIS: Hawaje 2 (16, 17) – serial kryminalny		0.20 Prokurator (4)	1.15 Handlarz cudów – dram. obycz., Polska/Szwecja 2009, 110 min	FILM		1.25 Zabójcza orka – horror, Australia/USA 2026, 90 min		0.25 Panna młoda! – horror, USA 2026, 125 min		
4.35 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (9) – krym., USA/Kan.		1.20 Piłbucki (23, 24) – sens.	3.05 Informacje kulturalne	2.15 Klanger (3) – krym.						
3.15 Stulecie Winnych 2 (26) – obycz., Pol. 2020		3.15 Stulecie Winnych 2 (26) – obycz., Pol. 2020								
4.10 Klan (1471) – telen.		4.10 Klan (1471) – telen.								
4.40 Pan Mama (44)		4.40 Pan Mama (44)								
AXN WHITE		WARNER TV	CANAL+ FILM	CANAL+ SERIALE	HD	CANAL+ 360	HD	HBO 2	HBO 2	HD
8.55 Miłość nad rozlewiskiem (5, 6)		8.05 Bajer z Bel-Air 6 (21, 22)	6.05 Kiler – komedia sens., Polska 1997, 100 min	9.55 Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków (3) – serial dokumentalny		6.00 Rekruci (5) – serial dok.		15.15 Sound of Metal – dramat obyczajowy, 2019, 120 min		
11.05 Agenci NCIS 11 (24)		9.05 Prawo Agaty 4 (8)	7.45 Lilly i kangurek – film familijny, 2025, 105 min	10.35 Premierowa jazda – magazyn		7.00 Lotnisko na Alasce 3 (8)		FILM		
12.05 Agenci NCIS 12 (1, 2)		10.05 Pełniejsza chata 2 (12, 13) – serial komediowy	9.30 Łapu capu – pr. rozrywk.	11.00 Naruto 4 (2-4) – serial anime, Japonia 2004		8.00 Porzucone konstrukcje (3) – serial dok., Wlk. Bryt.		17.15 Szybcy i wściekły: Hobbs i Shaw – film sensacyjny, USA/Japonia 2019, 135 min		
14.05 Szpital nadziei 5 (11)		11.20 Teraz albo nigdy! 3 (3, 4)	9.35 Fuks – komedia sens., Polska 1999, 85 min	12.30 Cztery pory lgi (1, 2) – serial dokumentalny, Pol.		9.00 Okręty wojenne (3) – dok.		FILM		
15.05 Święta pod gwiazdami – komedia romantyczna, USA/Kanada 2021, 115 min		13.20 Bajer z Bel-Air 6 (21-24)	FILM	14.30 Hollywood Buzz – magazyn filmowy		10.00 Co poszło nie tak 4 (4)		19.30 Kurier Francuski z Liberty, Kansas Evening Sun – komediodramat, Niemcy/USA 2021, 105 min		
FILM		15.20 Pełniejsza chata 2 (12, 13) – serial komediowy	11.00 L.A.R.P. Miłość, trolle – film	15.00 Planeta Singli. Ośiem historii (4) – serial komediowy, Polska 2021		11.05 Haaland podbija Anglię		FILM		
17.00 Gwiazdka w Wiedniu – dramat obyczajowy, USA/Austria 2019, 120 min		16.35 Pełniejsza chata 3 (1, 2)	FILM	16.15 Niania w Nowym Jorku – komedia romantyczna, USA 2007, 105 min		12.00 Nieczysta gra: Skandal w biathlonie (1) – dok.		21.15 Lighthouse – horror psychologiczny, USA/Kanada 2019, 105 min		
FILM		17.45 Pokerowy błąd – komediodramat, USA/Australia/Niemcy 2007, reż. Curtis Hanson, 150 min	12.35 Saga „Zmierzch”: Księżyc w nowiu – film fantasy, 2009, 130 min	17.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata (3) – serial dok., Niem. 2011		13.00 Porzucone konstrukcje (5) – serial dok., Wlk. Bryt.		FILM		
19.00 Szpital świętej Marii (5)		20.15 Akademia policyjna 4: Patrol obywatelski – kom., USA 1987, 105 min	14.45 Saga „Zmierzch”: Zaczemienie – film fantasy, USA 2010, 120 min	18.50 Chwila prawdy (9) – dok.		14.00 Chwila prawdy (9) – dok.		23.00 Ta Inna siostra Bennet (7) – kostium., Wlk. Bryt.		
20.00 Dowody zbrodni 4 (3, 4)		FILM	FILM	15.00 Okręty wojenne (4) – dok.		15.00 Okręty wojenne (4) – dok.		23.30 The Pitt 2 (3) – obycz., USA		
22.05 Rekrut 2 (4) – serial krym.		22.00 Kontakt – film s.f., USA	16.45 Premierowa jazda – mag.	16.00 Lotnisko na Alasce 4 (1)		16.00 Lotnisko na Alasce 4 (1)		0.15 Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem (6) – kom.		
23.00 Agenci NCIS 11 (24)		FILM	17.00 Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego	17.00 Hot Roads		17.00 Hot Roads				
23.45 Agenci NCIS 12 (1, 2)		1997, 185 min		18.50 Chwila prawdy (8) – dok.		18.50 Chwila prawdy (8) – dok.				
1.45 Dowody zbrodni 4 (3, 4)				19.50 Hot Roads		19.50 Hot Roads				
3.40 Zaklinacze koni 4 (16, 17)										
AXN BLACK		POLSAT SERIALE	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360	HD	HBO 3	HBO 3	HD		
9.50 Gwiezdne wrota 6 (19-21) – s.f., USA/Kan. 2003		6.00 Gliniarze (238-240) – serial paradokumentalny, Polska	18.30 Morderstwo w ambasadzie – krym., Wlk. Bryt. 2025, 85 min	18.35 Łapu capu – program rozrywkowy		13.00 Jeszcze piękniej – komediodramat, Niemcy 2025, 135 min				
12.50 Kobra - oddział specjalny 12 (10) – sens.		9.00 48h. Zaginięni (205-208) – serial kryminalny, Polska	19.55 Łapu capu – pr. rozrywk.	18.40 Captain Tsubasa (28-30) – serial anime, Japonia 2018		15.15 Dzikie koty – dramat biograficzny, 2023, 105 min				
13.55 JAG - Wojskowe Biuro Śledcze 5 (5) – serial sens.		13.00 Kowalscy kontra Kowalscy (41-44) – serial obyczajowy, Polska 2022	20.00 Ples 51 – thriller, Francja	20.00 Brygada 2 (5, 6) – serial sensacyjny, Francja 2024		FILM				
14.50 Drużyna A 3 (21) – sens.		FILM	FILM	21.40 Premierowa jazda – magazyn		17.00 Miami Vice – film sensacyjny, USA/Niemcy/Paragwaj 2006, 130 min				
15.55 Nieustraszone 2 (14)		15.00 Świat według Kiepskich (467-470) – serial kom., Pol.	21.40 Zawód: Szpieg – dramat sensacyjny, USA/Wlk. Bryt./Niemcy 2001, 125 min	22.05 Yellowjackets 2 (5, 6) – serial grozy, USA 2023		FILM				
16.55 Zagadki z przeszłości 3 (3) – przyg., Fr./Niemcy/Kan.		17.05 Strażnik Teksasu (13-16) – serial sensacyjny, USA	23.45 Nie mów zła – thriller, USA 2024, 105 min	22.00 Porzucone konstrukcje (6) – serial dok., Wlk. Bryt.		19.10 Białe Lotosy 3 (2) – kom.				
18.00 Gwiezdne wrota 6 (22)		21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (3-6) – serial krym.	1.30 Masz na imię Justine – dramat obyczajowy, Pol./Luksemburg 2005, 95 min	23.55 Kolacja z Gavinem Rossdale'em (1) – dok.		20.10 Stamtąd 2 (1)				
19.00 Gwiezdne wrota 7 (1, 2) – serial s.f., USA/Kan. 2003		0.50 Ślad (91, 92) – krym., Pol.	3.05 Trzy miłości – thriller erot., Polska 2025, 100 min	1.00 Misja Afganistan (4)		FILM				
FILM		2.50 Święty (258, 259) – serial komediowy, Polska 2022	4.45 To się nie dzieje – thriller, Polska 2025, 75 min	2.40 W rytmie wolności (3)		21.45 Porządny człowiek (3)				
21.00 W 80 dni dookoła świata – przyg., USA/Niemcy/Irl. 2004, 145 min		4.05 Strażnik Teksasu (11, 12) – serial sensacyjny, USA		3.45 Zwierzęta Wajraka 3 (6, 7) – serial dok., Pol. 2022		22.35 Ród smoka 3 (7) – fantasy				
23.25 Pasażer – thriller, USA/Aruba 2002, 105 min				4.55 Pogotowie remontowe Wieszka 4 (3, 4) – mag.		23.40 Miniaturowa żona (7)				
						0.25 River Wild – thriller, USA/Węgry 2023, 95 min				

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD	COMEDY CENTRAL HD	TVN FABUŁA HD	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA DVB-T2
6.05 Górale (45-47) – serial dokumentalny, Polska 7.30 Doktor Martin (55) – serial obyczajowy 8.30 Przyjaciółki (173, 174) – serial obyczajowy, Pol. 2020 10.30 Świat według Kiepskich (30, 31, 121, 122, 209, 210, 79) – serial kom., Polska 14.30 Super Mario Bros: Film – film anim., Jap./USA 2023, 105 min 16.15 Policja zastępca – komedia sensacyjna, USA 2010, reż. Adam McKay, 140 min 18.35 Z dała od zgiełku – dramat obyczajowy, Wielka Brytania/USA 2015, 145 min	6.00 Tata ma plan (8, 9) – kom., USA 2016 7.00 Dwóch i pół 9 (10-13) – serial komediowy, USA 8.55 Przyjaciele 2 (19-24) – serial komediowy, USA 1996 11.55 Teoria wielkiego podrywku 12 (5-10) – serial komediowy, USA 2018-2019 14.30 Dwóch i pół 9 (14-17) – serial komediowy, USA 2012 16.30 Przyjaciele 3 (1-6) – serial komediowy, USA 1996-1997 Ross zdaje sobie sprawę, że dziewczyny ze wszystkiego się sobie zwierają.	5.05 Szkoła (809) – serial paradokum. 6.00 Kino w drodze (2) 6.30 Dziewczyny z Hollywood 2 (5) 6.45 Zakochani po uszy (131, 132) – telen., Pol. 7.45 Detektywi (161-164) – serial fab.-dokum. 9.50 Prawo Agaty 5 (7) 10.55 Lekarze 2 (1) – obycz. 11.55 Zapukaj do moich drzwi (34, 35) – telen. 13.55 Prawo Agaty 5 (6) 14.55 Detektywi – fab.-dok. 16.05 Na Wspólnej (27, 28) – serial obycz., Polska 17.10 Seriaale: rozmowy 2 (4) – mag. 17.45 Seriaale Top 5 (24) 17.55 Mała Stopa – anim., USA 2018, 125 min	6.10 Knok (4) – serial krym. 7.00 Darrow i Darrow: W tonacji morderstwa – krym., Kanada 2018, 110 min 8.50 Morderstwo na plaży Omaha – film kryminalny, Fr./Belgia 2018, 120 min 10.50 Mentalista 4 (19-22) 14.30 Zabójczy zjazd absoluwentów: Aurora Teagarden na tropie – film krym., USA 2020, 110 min 16.20 Morderstwa w Tuluzie – krym., Francja 2021, 120 min 18.20 Mentalista 4 (23, 24) – serial kryminalny 20.10 Mentalista 5 (1, 2) – serial kryminalny	6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dok. 7.25 Bolek i Lolek (11, 12) 7.50 Miś Kudłatek (2, 1) 8.15 Reksio (2) – anim. 8.30 Szumi i fonie – film krótkometraż., 2024 8.50 Siedem życzeń (4) 10.00 Diabeł 10.25 Widzisz? 10.50 Agent nr 1 – dram. wojenny, 1971, wyk. Kiril Janew, 140 min 13.10 Bitwa pod Wiedniem – dramat historyczny, Polska/Włochy 2012, 155 min 15.45 C.K. Dezerterzy (1/2) – komedia, Polska/Węgry 1985, 115 min 17.40 Stawka większa niż życie (1, 2) – wojenny	6.00 Kabaretowe hity (4) – program rozrywkowy 6.50 Wojciech Ciejrowski – boso przez świat 7.50 Robert Makłowicz (127, 154) – mag. kulin. 9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (1) – serial krym., Australia 10.55 Górski lekarz 14 (3, 4) – serial obycz. 12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (2) – serial krym., Australia 14.00 Zajazd. Będzie się działo (14, 15) – serial obyczajowy, Pol. 2025 16.00 Katastrofy w przestworzach (3, 10, 7) – dok., Kan. 19.00 Aukcja w ciemno 3 (2, 3) – serial dok., USA
KOMEDIA ROMANT. 	KOMEDIOWY 	DRAMAT HISTORYCZNY 	SENSACYJNY 	DRAMAT KRYMINALNY 	KOMEDIA KRYMINALNA 
21.00 Tylko nie ty – USA/Australia 2023, 125 min Bea prosi niedoświadczonego chłopaka Bena, żeby udawał parę przed jej krewnymi. Sprawy wymykają się spod kontroli, ponieważ wciąż mają się ku sobie. 23.05 Prometeusz – horror s.f., USA/Wielka Brytania 2012, reż. Ridley Scott, 155 min 1.40 Ślad (25, 48, 49) – serial kryminalny, Pol. 4.45 Na ratunek 112 (890, 891) – serial paradokum., Pol. 2024	19.30 Teoria wielkiego podrywku 12 (11-16) Denise unika pracy w sklepie z komiksami Stuarta. On z kolei nadal czuje się niepewnie w jej relacji. 22.00 The Office PL 4 (10, 11) – serial kom. 23.05 Comedy Club (10) 23.35 Comedy Club 2 (1) 0.05 Miasteczko South Park 5 (2, 3) – serial anim. dla dorosłych 1.00 Pracoholicy 6 (7, 8) 2.00 Śmiesznie nie będzie 3 (7, 8) – rozr. 3.00 Miasteczko South Park 4 (16, 17)	20.00 300 – USA 2006, 155 min Rok 480 p.n.e. Król Sparty Leonidas wyrusza do wąwozu Termopile. Trzystu Spartan toczy tam heroiczną walkę ze stu tysięcy armią. 22.35 300: Początek imperium – dramat historyczny, USA 2014, 120 min 0.35 Szukając sprawiedliwości – film sensacyjny, USA 1991, 120 min 3.10 Szkoła (763) 4.05 Ukryta prawda (1391) – paradok.	22.00 Kobra – oddział specjalny (1) – Niem. Zespół Kobra 11 wraca z jeszcze bardziej spektakularnymi pociskami, wypadkami, strzelaninami i wybuchami. Policjanci dążą do sprawiedliwości na autostradach. 23.55 Tożsamość – thriller, USA 2003, reż. James Mangold, 115 min 1.50 Morderstwa w Tuluzie – krym., Francja 2021, 125 min 3.55 Darrow i Darrow: W tonacji morderstwa – krym., Kanada 2018, 135 min	20.00 Lokatorka – USA 2021, 150 min Nowy właściciel kamienicy zmusza mieszkańców do wyprowadzki. Janina Markowska, która nie ulega presji, niespodziewanie znikła. Sprawę bada komisarz Szerucka. 22.30 Pianista – dram. wojenny, Francja/Niemcy/Wielka Brytania 2002, 195 min 1.45 Wygrany – dramat obyczajowy, Polska/USA/Szwajcaria 2011, 160 min 4.25 Wracając do Marka – film dokum., 2002	20.00 Złap nienie, jeśli potrafisz – USA/Kanada 2002, 175 min Frank Abagnale to genialny oszust, który potrafi podszyc się pod każdą osobę na świecie. Jego tropem podąża nieustępliwy agent federalny, Carl Hanratty. 22.55 Oczy smoka – sens., USA 2012, 115 min 0.50 Mgła – horror, USA/Kanada 2005, 130 min 3.00 Mów mi Vincent – komediodramat, USA 2014, 150 min 5.30 Najpiękniejsze fajerwerki ever
CINEMAX HD 12.35 Carissa – dramat obyczajowy, 2024, 90 min 14.05 Moje ulubione ciasto – komediodramat, Iran/Fr./Szwecja 2024, 95 min 15.40 Francuski minister – kom., Fr. 2013, 110 min 17.30 Wytumaczenie wszystkiego – dramat obyczajowy, Węgry/Słowacja 2023, 150 min 20.00 Fargo 4 (5, 6) – serial krym. 21.40 Zława – dramat biograf., USA/Hongkong/Tajwan 2015, 155 min 0.15 Obsługiwałem angielskiego króla – komedia, 2006, 115 min	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD 13.25 Święty (25, 26) – kom., Pol. 14.25 Spadkobiercy (1) – rozr. 15.25 Co ludzie powiedzą? (9) – serial kom., Wlk. Bryt. 16.05 Jedną nogą w grobie 6 (5) – serial kom., Wlk. Bryt. 16.55 Czarna Żmija 3 (5) – kom. 17.35 Młody Sheldon (7-9) – serial komediowy, USA 19.00 Dwóch i pół 9 (10-13) 21.00 Świat według Kiepskich (1-3) – serial kom., Pol. 2012 22.30 Co ludzie powiedzą? 2 (10) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.05 Jedną nogą w grobie 6 (6) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.50 Czarna Żmija 3 (6) – kom. 0.30 Comedy Club 6 (2) – rozr.	SCI FI 9.40 Medium 2 (19, 20) – krym. 11.30 Zagubiona tożsamość 4 (4, 5) – serial s.f., Kan. 2014 13.20 Przygody Merlina 5 (6, 15, 20) 15.20 Medium 2 (21, 22) – krym. 17.10 Zagubiona tożsamość 5 (6, 7) – serial s.f., Kan. 2014 19.00 Przygody Merlina 7 (8) 21.00 Wojna królów (1) 22.00 Pompeje – film katastrof., USA 2014, 130 min 0.10 Sahara – przyg., USA/Hiszp./Niem. 2005, 150 min 2.40 „Odyseja” – Jak powstaje epos? 3.10 Zagubiona tożsamość 5 (6, 7) – serial s.f., Kan. 2014 5.00 Arcadia 2 (3) – serial s.f.	FX HD 9.00 SkyMed (8) – obycz., Kan. 10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (6, 7) – serial krym. 11.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (8, 9) 13.45 Agenci NCIS 8 (11, 12) 15.35 CSI: Kryminalne zagadki Miami (8, 9) – serial krym. 17.25 Z archiwum X (16, 17) – serial s.f., USA/Kan. 1995 19.15 Agenci NCIS: Sydney (8) 20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (10, 11) 22.00 Zakłamanie (5) – obycz. 23.05 Z archiwum X (17) – s.f. 0.05 Speed. Niebezpieczna prędkość – film sensacyjny, 1994, 145 min	FILMBOX+ ONE HD 8.05 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (9) – krym. 9.10 Panna Scarlet i komisarz 3 (4) – krym. 10.15 Panna Marple. Noc w bibliotece – film kryminalny, 2004, 120 min 12.15 Hudson i Rex 4 (14, 15) 14.30 Poirot (1) – serial krym. 16.40 Strażnik Teksasu (23, 1) – serial sensacyjny, USA 18.55 Poirot (10) – serial krym. 20.00 Lot Feniksa – dramat sensacyjny, 2004, 145 min 22.25 Stan zagrożenia – film sensacyjny, 1994, 165 min 1.10 Przychodzą z ciemności – horror, 2014, 140 min	ROMANCE TV HD 12.25 Bella Vita – kom. romant., Niemcy 2010, 115 min 14.20 Tajne komando „Rodzina” – komedia, Niemcy 2022, 105 min 16.05 Wiosenne dzieci – melodramat, Niemcy 2013, 115 min 18.00 Górski lekarz (184, 185) 20.00 Inga Lindström: Uciekające konie – dramat obyczajowy, Niemcy 2022, 115 min 21.55 Zawsze Wiosna – komedia romantyczna, Niemcy 2011, 115 min 23.50 Górski lekarz (184, 185)
CINEMAX 2 HD 11.35 Valmont – dramat kostiumowy, 1989, 140 min 13.55 Trucizna – dramat obyczajowy, 2024, 90 min 15.25 Barwy dzwęków – film anim., 2024, 100 min 17.05 Hamlet – dramat kostiumowy, Wielka Brytania 2024, 115 min 19.00 Sztuka kradzieży – komedia kryminalna, Kanada/USA 2013, 90 min 20.30 Jackie Brown – film sensacyjny, 1997, 155 min 23.05 Republika Jajogiołowych – film s.f., 2025, 100 min 0.45 Triada – komediodramat, USA 2024, 95 min	VIASAT EPIC DRAMA HD 9.30 Sztuka stworzenia duże i małe 4 (3) – obycz. 10.30 Lekarze na start (23, 24) 12.00 Zatrącenie w miłości (54) 13.05 Sprawy pana Booka 4 (4) 14.15 Agenci NCIS 17 (13) 15.10 Panna Marple: Kieszka pełna życia – film krym., Wlk. Bryt. 2008, 115 min 17.05 Dalglish (1) – serial krym. 19.00 Agenci NCIS 17 (14) 19.55 Poirot 5 (6) – serial krym. 21.00 Detektyw Murdoch 19 (8) – krym., Kan./Wlk. Bryt. 21.55 Agenci NCIS 17 (6) 22.55 Poirot 5 (6) – serial krym. 0.00 Agenci NCIS 17 (14) 0.55 Sprawy pana Booka (4)	NOVELAS+ HD 10.00 Opowieść o wyspie (13) 10.10 Otchłani namietności (136) – telen., Meksyk 2012 12.00 Za wszelką cenę (106) 13.00 Róża i grzechy (35) 14.00 Historia Juany (63, 64) 16.00 Róża i grzechy (36) 17.00 Za wszelką cenę (107) 18.00 Otchłani namietności (137) – telen., Meksyk 2012 19.00 Macocho (46) – telenowela 20.00 Opowieść o wyspie (14) 21.00 Historia Juany (64) 22.00 Róża i grzechy (36) 23.00 Za wszelką cenę (107) 0.01 Otchłani namietności (137) – telen., Meksyk 2012 1.00 Macocho (46) – telenowela	FX COMEDY HD 8.15 Simpsonowie 32 (17, 18) 9.10 Diabli nadali (24, 25, 1, 2) 11.00 Jim wie lepiej (21, 22) 12.00 Sposób użycia 2 (12, 13) 13.00 Wszyscy Kochają Raymonda (11-15) – kom. 15.30 Simpsonowie 32 (17-20) 17.30 Jack poznałem waszą matkę 5 (12-14) – kom. 19.00 Współczesna rodzina 10 (16-19) – serial komediowy 21.00 Family Guy: Głowa rodziny 20 (16, 17) 22.00 Straszny film 4 – horror komediowy, 2006, 100 min 23.40 Simpsonowie 32 (13, 14) 0.35 Family Guy: Głowa rodziny 20 (10-13)	FILMBOX+ HITS HD 12.55 Wesele Jenny – komedia, USA 2015, 105 min 14.40 Wyscig o życie – dramat przygodowy, 2023, 120 min 16.40 Proza życia – komedia, USA 2017, reż. Mike White, wyk. Ben Stiller, 115 min 18.35 10 rzeczy do zrobienia, zanim zerwiemy – komedia romantyczna, USA 2020, 85 min 20.00 Diabelska przełęcz – dramat kryminalny, USA 2013, 125 min 22.05 Granica – dramat fantasy, 2018, 125 min 0.10 Under Fire – thriller, USA 2025, 100 min	PARAMOUNT NETWORK HD 10.30 Pingwiny z Madagaskaru 2 (20) 11.00 Gang Wiewiara – film animowany, 2014, 120 min 13.00 Czarodziejki (9, 10) 15.00 Transformers: Wiek zagłady – film s.f., USA/Chiny 2014, 205 min 18.25 Gnijąca panna młoda – anim. dla dorosłych, Wlk. Bryt./USA 2005, 95 min 20.00 Miasto aniołów – melodramat, USA/Niemcy 1998, 150 min 22.30 Mission: Impossible – film sens., 1996, 135 min 0.45 Kickboxer – film sensacyjny, 1989, 125 min

DISCOVERY

8.00	Zoom na architekturę (2)
9.00	Parker na złotym szlaku – serial dok.
10.00	Stacja Alaska – dok.
11.00	Przetwrać nad Jukonem – serial dok.
12.00	Celnicy na straży Turcji (14) – serial dok.
13.15	Nagi instynkt przetwarzania: Brazylia 2 – dok.
14.30	Strażacy 7 – dok.
15.00	Złomowisko PL 7 (13) – serial dokum.
16.00	Łowcy opali 8 – dok.
17.00	Przemysłnicy: na lotnisku – dok.
18.00	Polscy truckersi (5)
19.00	Nagi instynkt przetwarzania – dok.
20.00	Jurajskie rekiny

DOKUMENTALNY



21.00 Gorączka złota: na kłopoty
Freddy Dodge 5
Na Alasce Dave Turin i Juan mierzą się z kolejnymi przeciwnościami losu – muszą naprawiać 9-metrową płukarkę, by z jej pomocą wydobyć 150 uncji złota.

23.00 Akta ekspedycji 2
0.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dok.

1.00 Hotrod wg
Kindiga 7 – serial dok.

2.00 Królowie kempingu
(6) – serial dok., Niem.

3.00 Łowcy staroci 11:
Francja – serial dokum.

life **NOWA** **Maja** **HD**

10.15 **Life** **Maja w ogrodzie**

11.15 **Idealna niania 5** (4, 5)

12.45 **Klinika naturalnego**
piekna (10) – reality show

13.15 **Tajemnice salonów**
piekności – pr. rozrywk.

13.45 **Klinika bez tajemnic** (1)

14.45 **Szpital** (537, 538)

16.45 **Idealna niania 5** (2, 4-6)

19.15 **Klinika naturalnego**
piekna (3) – reality show

20.15 **Ostatnia szansa** (6) – rozr.

21.15 **Wycieczkowiec** (10)

22.15 **Lekarz z piekła** (1) – dok.

23.15 **Nie do uwierzenia!** (16)

0.15 **Sekrety lekarzy** (5)

1.15 **Mroczne sekrety**
Playbowa (3) – serial dok.

DOKUMENT		FD
10.05	Polska z góry 5 (4-6)	
11.35	Hot Roads: Najniebezpieczniejsze drogi świata 4	
14.35	Afryka z góry 2 (1-3)	
17.35	Fukushima: atomowy koszar – dok., Wlk. Bryt.	
19.10	Jak działa rosyjska propaganda – film dokum.	
20.10	Wcielenie zła: Akta Epsteina – film dok., 2020	
21.50	Depp kontra Heard. Sprawiedliwość według social mediów – film dok.	
22.50	Skradzione ciało – dok.	
0.20	Obcyczna – film dok., Pol.	
1.45	O co biega? (26) – mag.	
2.20	Czarna domina (1, 2)	

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV D3 T2	HISTORIA D3 T2	HISTORY HD
6.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny, Kanada 8.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny, USA 2019 11.00 Czy jest z nami inżynier? (6) – serial dok., Wielka Brytania 12.00 Niemiecka budowlanka (1) – program rozrywkowy 13.00 Kosmiczna mapa skarbow: Smocze kły , Wyspa skarbow – serial dokumentalny, USA 2018 15.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny, USA 2020	6.00 Tylko martwi znają prawdę – serial dok. 8.00 Świeża krew – serial dokumentalny, USA 10.00 W sieci kłamstw – serial dokumentalny 12.00 Dowody z miejsca zbrodni – serial dokumentalny, USA 14.00 Śmierć w cieniu stadionu 2 – serial kryminalny, USA 16.00 Mroczne sekrety Ameryki – cykl dokumentalny, USA 18.00 Zbrodnia w sąsiedztwie 2 – serial dokumentalny 20.00 Prawdziwy koszar z ulicy Wiazów – serial dokument., USA	10.00 Porzucone konstrukcje (3) 11.00 Plemienna szkoła przetrwania: Mekong (6) – dok. 12.00 Inżynieria tragedie (1-3) – dok. 15.00 Katastrofa w przestworzach (6) – serial dok., Kan. 16.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic (1) – dok. 17.00 Sekrety starożytnej medycyny (4) – dok. 18.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (1, 2) – serial dok., Wlk. Bryt. 20.00 Katastrofa w przestworzach (10) – serial dokum. 21.00 Ekstremalne katastrofy (4) – dok.	6.00 Wehikuł czasu (806) 6.05 48h. Zaginieli (4) – serial krym., Polska 7.00 Była sobie Ziemia 8.55 Wehikuł czasu (806) 9.00 Starożytni kosmici (3) – serial dok., USA 10.00 Gwiazdy lombardu (4, 1) – reality show 12.00 Tajemnice II wojny światowej (4) – dok. 13.00 Poszukiwacze historii (9, 10) – dok. 14.00 Łowcy nazistów (12) 15.00 Truciszy przez Australię (4) – dok. 16.00 Dorwać tunczyka (6, 7) – serial dok., USA 18.00 Rolnicy. Podlasie (4, 5) – serial dokum. 20.00 Galileo 28 (10) – pr. popularnonaukowy	6.00 Fake czy historia? 6.45 Było, nie minęło – kronika zwiadowców historii – mag. hist. 8.40 Kolumbowie (1) 9.45 Lena na Bałkanach (3) – cykl reportaży 10.20 Wszystkie kolory świata – dok., Francja 11.25 Ex Libris – magazyn 11.50 Podziemne Włochy 12.50 Zapomniane agentki II wojny światowej (6) – hist. 14.00 Królowie (74) – hist. 14.35 Cztery pancerni i pies (17) – wojenny 15.40 Sensacje XX wieku 18.10 Kolumbowie (2) 19.15 Ex Libris – magazyn 19.45 Flesz historii	13.05 Starożytni kosmici 17 (7) – dok. 14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 3 (3) – serial dok., USA 14.50 Największe tajemnice świata 6 (2) – serial dok., USA 15.45 Gwiazdy lombardu 13 (5) 16.15 Gwiazdy lombardu 25 (26) 17.10 Skarby Hitlera: ostatnia wyprawa (1) – serial dokum. 18.10 Największe tajemnice świata 6 (10) – serial dok., USA 19.05 Starożytni kosmici 13 (20) – dok. 20.00 Starożytni kosmici 17 (7) – dok.
DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	SENSACYJNY	DOKUMENTALNY
18.00 Jak to jest zrobione? – Kan. Twórcy serii odwiedzają różne fabryki, by przyrządzić procesowi produkcji. W tym odcinku poznamy bliżej tajniki powstawania rowerów górskich i karabinów. 21.00 Jak to jest zrobione? 25 (16) – serial dokumentalny 23.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16 (9-12) – serial dok., Wlk. Bryt. 1.00 Jak działa wszechświat? – dok. 4.00 Podziemne sekrety	21.00 Szokująca prawda 14 Policja trafia na trop podejrzanego w sprawie zabójstwa młodej matki. Śledczy analizują dowody. W centrum zainteresowania pojawiają się napięcia w małżeństwie. 22.00 Zabójczy blond 2 – serial dok., USA 2025 23.00 Ciała w wodzie 0.00 Tajemnice jeziora Erie 2 – serial dok. 1.00 Szokująca prawda 14 – dok. 2.00 Prawdziwy koszar z ulicy Wiazów – serial dok.	22.00 Katastrofy pod lupą (1) – USA 2026 Specjaliści wyjaśniają, czemu nowy Boeing 737 Max runął na ziemię. Równie tragiczne w skutkach było wywrócenie się platformy wiertniczej. 23.00 Maszyny wagi ciężkiej (2) – dok. 0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (9) – dok., Kanada 1.00 Katastrofa w przestworzach (7, 1) – serial dok., Kan. 3.00 Car S.O.S. (1, 2) – dok., Wlk. Bryt. 2020	21.00 Poszukiwacze historii (7-10) Ekipa postara się potwierdzić historię walk w Przepałowce. W 1997 roku odnaleziono tam pojazd bojowy. Bagna otaczające miejscowość mogą kryć jeszcze trzęsiny. 23.00 U-32. Niemiecki okręt podwodny – film dokumentalny, Niemcy 2016 0.00 Starożytni kosmici (10) – serial dok., USA 1.00 Rolnicy. Podlasie (39-42) – serial dok. 5.00 Kolowrotek (6, 7) – magazyn wędkarski	20.10 Oficerowie (12) – Polska 2006 Piecior przyprowadza Monda do Zenona. Wiedząc, że córka znajduje się w jego rękach Zenon sprzedaje mu stację. Ala ucieka porywaczom. Grand zwabia Monda w pułapkę i przekazuje go Aldonie. 21.05 Zapomniana granica Europy 22.05 Matka wołyńskich sierot – dok., Pol. 23.15 Sensacje XX wieku (1-4) – program hist. 1.20 Encyklopedia II wojny światowej 1.55 Oficerowie (12)	21.00 Łowca historycznych skarbow (1) – USA Twórcy programu przeglądają złomowiska i garaże, odkrywając historie rzadkich kół i modeli samochodów, które zostały zapomniane. 22.00 Wojny magazynowe 17 (10) – reality show 23.00 Wojownicy wszech czasów (4) – dok. 23.55 Jak to wyjaśnić? 5 (12) – serial dok., USA 0.50 Starożytni kosmici 17 (7) – serial dokum., USA
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
9.00 Polscy szpiedzy (1) – dok. 10.00 Sekrety i skarby III Rzeczy (10) – dok. 11.00 Militar na warsztach (1) 12.00 Muzealne tajemnice 14.00 Łowcy staroci: Renowacja (16, 17) – dok. 16.00 Perełki na warsztach 18.00 Łowcy staroci (15) – dok. 20.00 Zoom na architekturę 22.00 Akta ekspedycji – dok. 23.00 Legendarne miejscówki 0.00 Na tropie legendarnych potworów – serial dok. 2.00 Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołwaki 3.00 Mikroprzrygoda (8) – dok. 4.00 Pasja – sposób na życie	11.25 Superskaly. Historia wykuta w kamieniu (4) 12.35 360° Świat bez granic 13.40 Ocalić raj (3) – serial dok. 14.45 Zdrój/Patrioci (4) – dok. 15.50 Niezwykłe podróże koleją 12 (1) – serial dok. 16.55 Świat z góry (3, 4) – dok. 18.00 Dokąd dzisiaj? 4 18.40 Od 0 do 9. Wielka historia liczb (2) – dok., Fr. 19.45 Normanowie na Sycylii 20.50 Żydowski nazista (1) 22.00 Skradzione dzieci NRD 23.10 Planeta Seks (4) – dok. 0.15 Niezwykłe podróże koleją 12 (2) – serial dok. 1.25 Polska z góry 5 (4) – dok.	8.00 W świecie szympanów 9.00 Niezwykły dr Pol 12.00 Zwierząt w amoku (2) 13.00 Geniusze afrykańskiej dzicy – film dokum. 14.00 Obcy z głębin – film dok. 15.00 Wrogi świat (1) – dok. 16.00 Chiny: ukryte królestwa 17.00 Dzikie koty Tajlandii 18.00 Parki Narodowe Ameryki (4) – serial dok. 19.00 Dziką konfrontacją (4) 20.00 Zabójcze safari (1) – dok. 21.00 Niezwykły dr Pol 2.00 Geniusze afrykańskiej dzicy – film dokum., USA 3.00 Obcy z głębin – film dok. 4.00 Wrogi świat (1) – dok.	8.30 Wielkie rzeki (3) – dok. 9.35 W okowach mrozu 4 (3) 10.35 Wulkany: odlizkanie (3) 11.40 Wojny zwierząt (4) – dok. 12.45 W okowach mrozu 4 (3) 13.45 San Andreas: wyścig z czasem – dok., Wlk. Bryt. 14.55 Wielkie rzeki (3) – dok. 15.55 W okowach mrozu 4 (3) 16.55 Dzikie tajemnice Chin 17.55 Dzienniki jaguara (4) 19.00 Wielkie rzeki (3) – dok. 20.00 W okowach mrozu 4 (4) 21.00 Wulkany: odlizkanie (4) 22.05 Wojny zwierząt (4) – dok. 23.15 W okowach mrozu 4 (4) 0.15 San Andreas: wyścig z czasem – dok., Wlk. Bryt.	12.05 Malownicze trasy kolejowe 5 (8) – serial dok. 13.05 Wielkie koty 24/7 2 (5) 14.20 W okowach mrozu 5 16.25 Największe zagadki nauki (4) – dok., Wlk. Bryt. 17.30 Wielkie koty 24/7 2 (5) 18.45 Malownicze trasy kolejowe 5 (9) – serial dok. 19.45 Mroźne Środziennne: przyroda w potrzasku 20.55 W okowach mrozu 6 22.55 Cała prawda o zastrzykach na odchudzanie – dok. 0.00 Sekrety długowieczności (3) 1.05 Wielkie koty 24/7 2 (5)	13.00 Irwinowie – następne pokolenie 2 – serial dok. 14.00 Resocjalizacja z pitbullem 7 – serial dok. 15.00 Kot z piekła rodem 17.00 Na tropie wymarłych gatunków – serial przyrod. 18.00 Weterynarz z Gór Skalistych – serial dok. 19.00 Cztery kity, cztery lapy – serial dokumentalny, USA 20.00 Małżeństwo w dzungli 2 – serial dokumentalny, USA 21.00 Klan z Alaski – serial dok. 22.00 Projekt akwarium – dok. 23.00 Resocjalizacja z pitbullem 7 – serial dok. 0.00 Poznajcie leniwcę (3)
TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
15.55 Zdumiewające ciało człowieka (1) – film dok. 16.55 Pociągami dookoła świata (9) – cykl dokum. 17.50 Sanatorium miłoścy 7 (7) 18.50 Królowa Leokadia – anim., Pol. 2023, 70 min 20.00 Z ust royalsof (2) 20.50 Lasy północnej Europy (18) – film dok., Wlk. Bryt. 21.05 Plaże Europy (4) 22.10 Zaginięcie Madeleine McCann – dok., Wlk. Bryt. 23.20 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn 23.30 Człowiek kontra AI – eksperyment twórczy – film dok., Australia 2023	8.00 48h. Zaginieli (164, 165) 10.00 Polacy za granicą (59, 60) 12.00 Wojny kontenerowe 2 13.00 Poszukiwacze historii 13.30 Kolaboranci Hitlera (6, 7) 15.50 U-32. Niemiecki okręt podwodny – film dokum. 16.55 Top Guns – SuperBroń 17.50 Nowoczesne maszyny wojenne (3, 4) – serial dok. 20.00 Koloseum (1, 2) – dok. 22.00 Rycerze przestworzy (1) 23.05 Bitwy morskie – historia okrętów wojennych (1) 0.10 Apokalipsa – bitwa pod Verdun (1, 2) – serial dok. 2.30 Kolowrotek (142) – mag. 3.05 Tajna historia XX wieku	13.15 Czarnodziele z kanadyjskich złomowisk (1) – dok., Kan. 14.15 Australijskie poszukiwacze złota 8 16.10 Ekstremalna pomoc drogowa 2 (5) – serial dok. 17.10 Zabójczy połów (7) – dok. 18.10 Złoto Jukonu 2 (1) – dok. 19.00 Australijskie poszukiwacze złota 9 21.00 Największe budowle 23 23.00 Internetowy seksbiznes 2 (2) – dok. 0.00 Nago, samotnie i do domu daleko (4) 1.00 Australijskie poszukiwacze złota 10	14.20 Maria Stuart: listy pisane sztyrem – dok., Fr. 15.30 Anna Boleyn i Elżbieta I: królowe-więźniarki 16.30 II wojna światowa: cena imperium (9) – serial dok. 17.35 Największe postaci zimnej wojny 2 (3) – dok. 18.50 Majowie: wojna pięciu królestw (4) – serial dok. 19.50 Wojny faraonów (3) 21.05 Najgroźniejsi ludzie Hitlera (9) – serial dokum. 22.05 Tajemnice królów Wiktorii – dok., Wlk. Bryt. 23.20 Tajne baby nazistów (4) 0.20 Próby zamachów na królową Wiktorię	13.15 Medycy, którzy zabijają 3 (1) – serial dok. 14.10 Dla mnie już nie żyjesz 15.05 Zagrabione wakacje (11) 16.00 Pogrzebani za domem 6 17.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 2 (10) – dok. 18.00 Polskie zabójczynie 2 19.00 Ktoś ma coś do ukrycia (4) – serial dok., Wlk. Bryt. 20.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (19) – dok. 21.00 Zbrodnia: oszułak – serial dok. 22.00 28 mil, by zabić (1, 2) – serial kryminalny 23.55 Kobiety, które nosły śmierć 13 (6) – serial dok.	6.00 Nowe życie w Meksyku 8.05 Kobieta na krańcu świata (5-8) – serial dok. 10.25 Niezwykłe Stany Prokopa (2, 3) – pr. rozr. 12.30 Survival we dwoje (4, 5) 14.35 Człowiek kontra jedzenie (11) – mag. kulin. 15.10 Kobieta na krańcu świata (2-5) – serial dok. 17.30 Baseny z rozmachem (4) 19.30 Ciepłarówka przez Stany (5-7) – program rozrywkowy 21.50 Podróż w głąb strachu 23.55 Kobieta na krańcu świata (3-5) – serial dok. 1.40 Survival we dwoje (4, 5) 3.40 Baseny z rozmachem (4)

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TVN STYLE HD
14.40 Turystyczna jazda 15.10 Tamte lata, tamte dni – magazyn kult. 15.40 Słownik polsko/polski (687) 16.10 Rozrywka retro 16.30 Barwy szczyścia (3355) – serial obycz. 17.00 Telexpress 17.20 Gra słów. 17.50 Krzyżówka (1078) 18.15 Tańcząca ze światem – Grecja (2) – magazyn 18.45 Panorama 19.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu (6) 19.30 Program informacyjny 19.30 19.55 Pytanie dnia – publ.	8.20 Familiada – telet. 8.50 Va banque (960) 9.25 Koło fortuny (1997) 10.05 Makłowicz w podróży – mag. 10.45 Postaw na milion 12.35 Familiada – telet. 13.15 Czerdziestolatek (2) – obycz., Pol. 1974 14.05 Pan Mama (43, 44) – serial kom., Pol. 2025 15.10 Program rozrywkowy 15.35 Tak to leciało! (74) 16.30 Do śmiechu! (2) 17.25 Va banque (961) 18.00 Koło fortuny (1998) 18.35 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin. 19.40 Makłowicz w podróży – mag. 20.15 Postaw na milion	6.05 Demakijaż (19-22) 8.00 halo tu polsat cafe (11) – mag. 11.00 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (9) – reality show 12.30 Oszukane (7, 8) – serial paradokum. 14.30 Komisarz Mama (4) – serial krym., Polska 15.30 Bogaty dom – biedny dom (126) 16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (69) – reality show 18.00 Nasz nowy dom (272, 273) – reality show, Polska 20.00 Kolacja w ciemno (50) – pr. rozrywk. 21.05 Więzienie kobiet (106, 107) – dok., Pol.	6.00 Strażnik Teksasu (1, 2) – sens., USA 1993 8.00 Bogaty dom – biedny dom (106) 8.55 Policjanci i Policjanci (548, 549) – serial obycz., Polska 10.55 Na ratunek 112 (1146, 1147) – paradok. 11.55 Dlaczego ja? (1575, 1576) – paradok. 13.55 Trudne sprawy (815-817) – paradok. 16.55 Policjantki i Policjanci (1418) – serial obycz., Polska 18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (536) – reality show 19.00 Policjantki i Policjanci (1419) – serial obycz., Polska	9.35 Kartoteka 5 (1) 10.35 Detektywi (65, 66) 12.35 Zakup w ciemno 4 (19) – reality show 13.35 Zakup w ciemno 6 (16) – reality show 14.35 Nic do zgłoszenia 5 (3) – serial dokum., Pol. 15.35 Złomowisko PL 6 (9) 16.45 Express – pr. inform. 16.58 Pogoda, sport 17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 22 (4) 18.05 Nauka jazdy 6 (6) 18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 16 (8) 19.45 Express – pr. inform. 20.05 Zakup w ciemno 6 (17) – reality show 21.05 Zakup w ciemno extra (8) 21.45 Express – pr. inform.	5.20 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (4) – reality show 5.55 Ach, ten ślub! (7) – program rozrywkowy 6.50 Damy i wieśniaczki. Ukraina 7 (17) – serial fab.-dokum. 7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn 11.20 Ugotowani (7, 8) – program kulinarno-rozrywkowy 13.25 Kuchenne rewolucje (4, 3) – program rozrywkowy 15.35 Pary młode ponad miarę (3, 4) – program rozrywkowy 17.40 Kuchenne rewolucje 14 (12) – program rozrywkowy
OBYCZAJOWY	ROZRYWKOWY	DOKUMENTALNY	KRYMINALNY	REALITY SHOW	ROZRYWKOWY
20.25 Ranczo 3 (31) – Polska 2008 U Włocławskiej pojawia się pomoc sklepowa. Robi wrażenie na Pietrku. Po tym, jak był wyłaczany zniechęcił ekipę do remontu klubu, sami muszą zabrać się do pracy. 21.20 Polonia 24 Tygodnik 22.25 Ekstradycja (1) – serial sens., Pol. 1995 23.20 Panorama 23.50 Wanda. Ostatnia z oddziału 0.40 Rodzinka.pl (275) 1.10 Tour de Pologne – kroniki – cykl fel. 1.12 Kresy (nie)znane (5)	22.15 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (48) Wybór najlepszych skeczy warszawskiej grupy. Kultowe scenki ukazują codzienne sytuacje w Krzymym zwierciadle i przypominają, za co widzowie kochają kabaret. 22.50 Kabaret Letnia Porą (19) – pr. rozrywk. 23.55 Do śmiechu! (4) – program rozrywkowy 0.50 Niepewne sytuacje 3 (9) – rozr. 1.15 Koło fortuny (1998, 2062) – telet.	22.00 Ambulans (6) – Polska 2025 Praca ratownika medycznego to codzienna walka ze stresem i ekstremalnymi sytuacjami. Wymaga też zimnej krwi. Serial ukazuje również koordynację zgłoszeń przez dyspozytorów. 23.00 Gry małżeńskie (92, 93) – reality show 1.05 Więzienie kobiet (81-84) – serial dokumentalny, Polska 2024-2025 3.00 Zdrady (19-21) – serial paradokumalny, Polska 2013	20.00 Uroczysko (235, 236) – Polska 2026 Na polu dochodzi do tajemniczego morderstwa, które Wróbel ogłasza światową sensacją. Ciężko ranny mężczyzna tuż przed śmiercią wskazuje zabójcę. 21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (144) 22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1027) 23.00 Krwawa rozrywka – sens., Chiny/Hong-kong 2017, 140 min 1.20 Love Island. Wyspa miłości (48)	22.00 Życie na kredycie 8 (17, 18) – Polska 2026 Kamil wyjawia kolegom po fachu problem, o którym nie wie Dorota. Para z Głogowa funduje sobie japoński relaks. Rodzina ze Szkoły pojawia się w wynajętym w Polsce domu. 23.05 Żony Podlasia 3 (10) 0.05 99 – Gra o wszystko. VIP 6 (3) – pr. rozrywk. 1.05 Orzeł czy reszka? 3 (2) – pr. podróży 2.05 Dobra robota 3 (25) 2.40 Osadzone. Blok F (25, 26) – paradok., Pol. 3.45 Damy i wieśniaczki. Ukraina 8 (11)	18.45 Kuchenne rewolucje (5, 10) Magda Gessler próbuje ocalić lokal Marzeny i Huberta w Rawiczu. Duża różnica wieku między właścicielami jest źródłem plotek i braku klientów w restauracji. 20.50 Jestem z Polski (12) 21.50 Jestem z Polski 16 (17) – serial dokum. 22.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9 0.10 Mroczne sekrety małżeńskie (4) – dok. 1.15 Dorota was urządzi! (2) – program rozrywk.
TVP HD	TVS	ZOOM	TLC	C+ KUCHNIA	TVN TURBO
10.45 Gra słów. Krzyżówka 11.20 Na sygnale (710, 711) 12.25 Ojciec Mateusz 8 (106) 13.20 Komisarz Alex 6 (70) 14.15 Ranczo 3 (35, 36) – obycz. 16.10 Tańcząca ze światem – Grecja (2) – magazyn 16.40 Wyższa Szkoła Jazdy (9) 17.10 Okrasa łamie przepisy 17.45 Makłowicz w podróży 18.20 Ojciec Mateusz 27 (349) 19.20 Ranczo 3 (28) – obycz., Pol. 20.10 Rodzinka.pl (216, 217) 21.25 Komisarz Alex 25 (317) 22.20 Youngblood – film FILM obycz., USA 1986, 120 min 0.20 Red – film sensacyjny, USA/Chiny 2010, 125 min	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: Tajemnica białej gołębic – melodramat, Niemcy/Austria 2012, reż. Dieter Kehler, 120 min 21.50 Rosamunde Pilcher: Kwistia honoru – melodramat, Niemcy 2013, 105 min 23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	8.05 Strażnik Teksasu 2 (1, 2) 10.00 MacGyver 4 (5, 6) – sens. 12.05 Sekrety starożytnych inżynierii (1) – serial dok. 13.25 Sensacje XX wieku (7, 8) 15.45 Wojciech Cejrowski – bosy przez świat 18.00 FBI 4 (4, 5) – serial krym. 20.00 Kobra – oddział specjalny 25 (4, 5) – sens. 22.00 Hity polskiego kabaretu 7 (6) – pr. rozr. 23.00 Magia nagości. Szwecja 23.55 Magia nagości 6 (5) – rozr. 1.00 Magia nagości (3) – rozr. 2.10 Hity polskiego kabaretu 7 (1, 3) – pr. rozr. 4.25 I love kabaret (4) – rozr.	11.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show 13.00 Przyjaźń wielkiej wagi 3 15.00 Wiza na miłość: dalsze losy, pościelowe rozmowy 9 – reality show 16.00 Historie wielkiej wagi 18.00 Wiza na miłość: Stephanie i Erika 19.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show 21.00 Wielkie lato małych ludzi (5) – reality show 22.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 7 23.00 Skórce na ratunek 7 0.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show	14.55 U sąsiadów w kuchni 14 15.55 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2 (3) 16.10 Jakubiak rozgryza Polskę (1) – magazyn kulin. 16.40 Jamie Oliver nad Morzem Śródziemnym 17.35 Po prostu Jamie: szybko i łatwo (4) – magazyn kulin. 18.30 Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę (2) 18.55 M jak mięso 4 (7, 8) – dok. 19.50 Zgrillowani (4) – mag. 20.15 M jak mięso 9 (2, 3) 21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 10 23.55 Po prostu Jamie: szybko i łatwo (2) – mag. kulin.	10.15 Ciężarówką przez Indie 11.15 101 napraw (2, 3) – mag. 12.15 Jeździć, obserwować 13.00 Mobilni mechanicy (3, 4) 14.30 Zawodowi handlarze 16.00 Wojny samochodowe 18.00 Raport Turbo – mag. inf. 18.15 Wojny samochodowe 20.15 Moto kombat (9) – mag. 21.00 Uwaga! Oszust: Schemat z ogłoszenia (1, 2) – rozr. 22.00 Raport Turbo – mag. inf. 22.15 Jeździć, obserwować (5, 6) – serial dok., Pol. 2024 23.45 Zawodowi handlarze 0.30 Usterka 16 (24) – fab.-dok. 1.00 101 gadzettoz motoryzacyjnych (1)
NOVA	METRO	ANTENA HD	WP	C+ DOMO	HGTV
9.30 Calkiem nowe lata miodowe (4, 7) – kom. 10.30 Więzienie (10-12) – dok. 12.00 Piorot (9, 10) – serial krym. 14.00 Świat według Kiepskich (395, 396) – kom., Pol. 2012 15.00 Świat według Bundy (235-240) – serial kom., USA 18.00 Calkiem nowe lata miodowe (1) – kom., Pol. 18.30 Miodowe lata (109-111) 21.00 Zdrady (29) – paradok., Pol. 22.00 Ślad (63, 64, 102) – krym. 1.00 Łowca pedofilów 3.00 TV okazje (38, 39) 3.50 Wiehul czasu (806, 805) 4.00 Sala operacyjna (2, 5) 5.00 Pod lupą (3, 5) – magazyn	8.30 Szpital (828, 829) 10.30 Sedzia Anna Maria Wesołowska (397, 398) 12.30 SOS Ekipy w akcji (51) 13.30 Brzydula (73, 74) – kom. 14.40 Kiedy ktoś kocha bardziej (36) – obycz. 15.50 Magda M. (12) – obycz. 16.55 Idź na calość (4) – pr. rozr. 18.00 Złomowisko PL 6 (12) 19.00 Kartoteka 5 (7, 8) – serial fab.-dokum., Polska 2014 21.05 Kryminalni (11, 12) – krym. 23.15 Kuba Wojewódzki (21) 0.25 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 3 (8) – dok. 1.20 Szpital (818) – paradok. 2.20 Szkoła (563) – paradok.	12.05 Co Polak potrafi na drodze? (8) – pr. rozr. 13.05 Ciężarówką przez śniegi 4 (1) – serial dokum. 14.05 Kłątwa Wyspy Dębów 3 15.00 Lombard Chicago: Wszyscy pod zastaw 15.55 Australijskie poszukiwacze złota 6 18.00 77 TV 4 (16, 17) – pr. rozr. 20.00 Alex Hugo – górski detektyw (28) – krym., Fr. 21.10 Detektywi Candice: Niezawodny instykt 2 (8) – serial kryminalny, Fr. 23.15 Balthazar: Śledczy fenomen 2 (2) – krym., Fr. 0.30 Tajemnice ludzkości	12.55 Makłowicz w podróży 14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (20, 21) 16.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2 (6) 16.55 Pogoda 17.00 Tajemnice Brokenwood 6 (2) – krym. 19.00 Strażacy z sąsiedztwa 20.00 Policjanci z sąsiedztwa 7 (12) – dok. 21.00 Policjanci z sąsiedztwa 8 (1) – dok. 21.50 Pogoda 22.00 Mistrzowie Kabaretu 2 23.00 Mistrzowie Kabaretu 16 (6) – program rozrywkowy 0.00 Mistrzowie Kabaretu 5	13.05 Cuda z drewna (5) – dok. 14.05 Wakacyjne domy na wynajem (12) – dok. 15.00 Pomocy! Kupiliśmy wioskę (19) – serial dok. 15.55 Daleko od miasta 15 16.50 Gardeners' World 14 (28) 18.00 Ucieczka na wieś 22 (33) 19.00 Wielkie projekty: Nowa Zelandia (5) – serial dok. 20.05 Daleko od miasta 15 21.00 Wakacyjne domy na wynajem (13) – dok. 21.55 Cztery procy roku w ogrodach Kew 2 (3) 22.45 Gardeners' World 14 (23) 23.55 Kupiliśmy sobie zamek – damy radę 2 (1) – dok.	11.05 Usterka 11 (17, 18) – serial fab.-dokum., Polska 2019 12.35 Podwórkowa reaktywacja 10 (1-4) 14.30 Mieszkanie na miarę 2 16.25 Polowanie na ogród 2 18.10 Weekendowa metamorfoza (3) – pr. rozr. 19.05 Pogromcy chaosu (1) 20.05 Dorota was urządzi! 21.35 Będzie pięknie (4) – rozr. 22.35 House Hunters – Poszukiwacze domów 9 (8) – pr. rozrywk. 23.05 House Hunters – Poszukiwacze domów 10 (1-3) – pr. rozr. 0.45 Usterka 11 (15) – fab.-dok.

POLSAT 2 HD	SUPER POLSAT DVB-T2	TV 6 DVB-T	BBC FIRST HD	STACJE DZIECIĘCE	STACJE INFORMACYJNE
5.50 Wydarzenia 6.30 Nasz nowy dom (324) – reality show 7.30 Na ratunek 112 (967, 968) – serial paradok., Pol. 2024 8.30 Sekrety rodziny (47-49) – paradok., Pol. 11.30 Trudne sprawy (970) – serial paradokum. 12.30 Dlaczego ja? (1390, 1391) – paradok. 14.30 Świat według Kiepskich (46-50) – serial kom., Polska 17.00 48h. Zaginieni (197, 198) – krym., Pol. 19.00 Gliniarze (1016) – serial paradokum. 20.00 Ślad (8) – krym., Pol. 21.00 Gliniarze (811) – serial paradokum.	6.45 SuperLudzie Extra (47) – magazyn 7.00 Na ratunek 112 (751, 752) – paradok. 8.00 Doktor Martin (17, 18) – serial obycz. 10.00 Wydarzenia 10.30 SuperMocni (11, 12) 11.30 Świat według Kiepskich (426-429) 13.35 Bitwa o palety (24) 14.35 Hell's Kitchen (4) – reality show 16.05 Ninja Warrior Polska (28) 18.00 Świat według Kiepskich (504, 457, 540, 541) – kom., Polska 20.00 Złomiarze (24) – serial dokumentalny	6.00 Więzienie (200, 201) – serial dok., Pol. 2025 6.55 Policjantki i Policjanci (747, 748) – serial obycz., Polska 8.50 Kobra – oddział specjalny (66, 67) – serial sens., Niemcy 10.55 48h. Zaginieni (205-207) – serial kryminalny, Pol. 2023 13.55 Policjantki i Policjanci (1219) – serial obycz., Polska 14.55 Uroczysko (83, 84) – serial krym., Polska 16.00 Kobra – oddział specjalny (68, 69) – serial sens., Niemcy 18.05 Strażnik Teksasu (3, 4) – serial sensacyjny, USA 1993	6.00 Z pamiętnika położnej 10 (2) – serial obyczajowy 6.50 Ulica nadziei 3 (1, 2) – krym., Wlk. Bryt. 2023 8.45 Lewis 7 (6) – krym. 9.45 Ojciec Brown 2 (9) 10.45 Śmierć pod palmami 4 (8) – krym. 11.50 Z pamiętnika położnej 10 (2) 12.55 Ulica nadziei 3 (3, 4) 15.00 Ojciec Brown 9 (8) – krym., Wlk. Bryt. 2023 16.00 Lewis 7 (6) – krym. 17.00 My Life is Murder (4) – serial kryminalny 18.00 Morderstwa w Midlands 14 (2) – serial kryminalny 19.55 Śmierć pod palmami 5 (1) – krym.	8.40 Świnka Peppa 7 9.00 Tru i Tęczowe Królestwo (15) 9.30 Domisie – dla dzieci 10.00 Przyjaciele (20) 10.20 Przypadki Bolka i Lolka (9, 10) – anim. 10.45 Rodzina Trefików 11.10 Odo (17-19) – anim. 11.35 Stacyjkowo (61, 62) 11.55 Pszczółka Maja (41) 12.25 Domisie – dla dzieci 13.00 Ugotuj nam bajkę 13.20 Tygrysek Percy i jego opowieści 13.45 Świnka Peppa 14.10 Henrietta (4, 6) 14.30 Oli i Luna (3, 4) 14.55 Oktonauci 3 (81, 82) 15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (67) – mag. 15.40 Bella i Sebastian	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 	KRYMINALNY 	KRYMINALNY 	KRYMINALNY 	ANIMOWANY 	INFORMACYJNY 
22.00 Komisarz Mama (9) – Polska 2021 Maria wraz z ekipą bada okoliczności napadu na terapeutę w ośrodku leczenia uzależnień. Ktoś uderzył go w głowę kamienną figurką. 23.00 Świat według Kiepskich (393, 394) – serial kom., Pol. 2012 0.00 Ślad (110) – krym., Pol. 1.00 Zdrady II (28) – serial paradokum. 2.05 Wydarzenia 2.45 Ewa gotuje (504, 505) 3.45 Interwencja – mag. 4.00 SuperLudzie (5) 5.00 Interwencja – mag.	21.00 Plan ucieczki 2 – Chiny/USA 2018, 120 min Ray zajmuje się uwalnianiem ludzi z więzień. Kiedy członek jego zespołu zostaje porwany i umieszczony w zakładzie karnym, mężczyzna rusza mu na ratunek. 23.00 Nigdy wujec – thriller, USA 2002, reż. Michael Apted, 145 min 1.25 Świat według Kiepskich (359-363) – serial kom., Pol. 2011 3.55 Nasz nowy dom (223, 224)	20.05 CSI: Kryminalne zagadki Miami (79, 80) – USA 2005 Samochód z dwiema nastolatkami wpada do wody. Podczas akcji ratunkowej zostają znalezione zwłoki kobiety niezwiązanej z wypadkiem. Ofiarą jest znajoma Caine'a. 22.00 Czarna lista 2 (40) – serial kryminalny 23.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (733, 734) – krym., Pol. 1.00 Kości (133, 134) 2.55 Cobra Kai (43) 3.35 Septagon (33, 34)	21.00 Line of Duty – Wydział wewnętrzny (1, 2) Alcott, funkcjonariusz karne przeniesiony do wydziału antykorupcyjnego, podejrzewa, że inspektor Gates nie postępuje uczciwie. Zaczyna obserwować działania kolegi. 23.25 Zaproszona (2) – krym., Wlk. Bryt. 2025 0.40 Sherlock 3 (2) – krym. 2.35 Śmierć pod palmami 5 (1) – krym. 3.40 Morderstwa w Midlands 14 (2) – serial kryminalny 5.15 My Life is Murder (4)	16.05 Pat i świat 2 (121-123) – Francja/Włochy/Belgia 2020 Lola jedzie z tatą po preparat owadobójczy, gdy znajduje drewnianego konika podgrzanego przez termity. Pat pilnuje zabawki, bo Czapus i gołębie mają ochotę na owady. 16.35 Dino Ranczo (79, 80) 17.05 Pszczółka Maja 17.30 Robin Hood (29, 30) 18.00 Kucharz Shane (7, 8) 18.30 Yakari (3, 4) – anim. 19.00 Płys i Bill 19.10 Czarodziejskie miasteczko Pinokia 19.25 Piotruś Królik 2	20.10 Fakty o świecie Podsumowanie najważniejszych wydarzeń z areny międzynarodowej, poruszających historii i najlepszych zdjęć z całego świata. 21.00 Polska i świat – inf. 22.00 Szkło kontaktowe 23.00 Dzień po dniu – mag. 0.25 Biznes – pr. publicyst. 0.45 Fakty po Faktach 1.30 Tak jest – pr. publ. 2.35 Nowa Maja w ogrodzie – mag. 3.00 Akademia ogrodnika – mag. 3.05 Fakty po Faktach 3.50 Tak jest – pr. publ.
POLSAT PLAY HD 6.00 Budowlancy (28) – dok. 6.30 Kolowrotek (222) – mag. 7.00 Dorwać tuńczyka (1, 2) 9.05 Wojny magazynowe 10.05 Wojny kontenerowe (7, 8) – serial dokumentalny 11.00 Hardkorowy lombard 14.00 Policy za granicą (79, 80) 16.00 Złomiarze (27, 28) – dok. 18.05 Poszukiwacze historii (221-224) – serial dokum. 20.05 Drwale i inne opowieści Bieszczadu (124-127) 22.00 Górale (241) – serial dok. 22.30 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (228, 194, 193, 196, 195, 197-202) 4.00 Starożytni kosmici	FOOD NETWORK HD 13.10 Apetyt na miłość (3) 14.10 Akcja: Restauracja! (8) 15.10 Ogniem i paleniską 2 (3) 16.15 Kuchenne rewolucje (1) 17.15 Sexy kuchnia Magdy Gessler (6) – mag. kulin. 17.50 Sąsiedzi kontra sąsiedzi 18.50 Dzieciście mistrzostwa wypieków (9) 19.45 Perfekcyjni gospodarze 9 (22) – dok. 20.50 Miasto smaków Guya Fieriego (7) – reality show 21.55 Pyszne miejscówki (13) 22.55 Posiekani na słodko (4) 23.55 Sposób na smaczne życie (7-9) – magazyn kulin. 1.25 Pyszne miejscówki	POLSAT RODZINA HD 9.30 Jeźdźcy smoków – anim. 11.00 Podglądacz przyrody 12.00 Bogaty dom – biedny dom (115) – reality show 12.55 Rodzina zastępcza (261, 262) – kom., Pol. 2007 14.50 Wielkie wyczekowce 15.50 Świat z góry 4 (3) – dok. 16.25 Świat z góry (4) – dok. 17.05 Pingwiny z Madagaskaru (12-15) 19.00 Rodzina zastępcza (327) 20.00 Miodowe lata (3, 4, 118) 21.55 Nasz nowy dom 23.50 Tajemnice Powstania Warszawskiego (5, 6) 1.10 Naciżci – wielone zło 2.00 Ewa gotuje (450, 451)	BBC LIFESTYLE HD 10.00 Majorka: śródziemnomorskie smaki (1, 2) – serial dokum. 11.05 Wymarzone domy 2 13.05 Mistrzowie ceramiki 6 14.15 Wielkie brytyjskie wypieki 15 (3) – pr. rozr. 15.40 Zapraszamy do stołu 21 17.50 Wymarzone domy 2 (24) 18.50 Mistrzowie szycia 5 (8) 19.50 Wielkie brytyjskie wypieki 15 (4) – pr. rozr. 21.00 10 lat mniej w 10 dni 2 22.00 Superchirurdzy: szansa na życie 1 (1) – serial dok. 23.00 Wstydliwe choroby: online 4 (1) – serial dokum. 0.00 Ratunek dla skóry (4)	NICK JR. HD 16.10 Świnka Peppa (42) 16.24 Świnka Peppa 8 (20) 16.29 Świnka Peppa 7 (11-13) 16.49 Świnka Peppa 17.19 Świnka Peppa 6 (6) 17.23 Świnka Peppa (16, 18) 17.40 Barabapa i jego rodzinka 2 (6) – anim., Fr. 18.05 Barabapa i jego rodzinka (4) – serial anim. 18.30 Dora (1) – serial anim. 18.55 Santiago z mór (7, 2) 19.40 Rubble i jego ekipa (7) 20.00 Dobranocki z Ryanem 20.32 Świnka Peppa (25) 20.36 Świnka Peppa 8 20.55 Barabapa i jego rodzinka 2 (21-23) – anim.	POLSAT NEWS HD 14.55 Pogoda 15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny 15.30 Sport, pogoda 15.50 Wydarzenia 15:50 16.30 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ. 18.00 Punkt widzenia Szubartowicza – pr. publ. 19.15 Gość „Wydarzeń” – program publicystyczny 19.50 Debaty 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.
Kobieta DVB-T2 14.40 Omnibus – szycy i mądrycy – dogrywka 15.00 Operacja zdrowie (62) 15.30 Ojciec Mateusz 5 (65, 66) – serial kryminalny, Polska 17.20 Dobre wieści z planety Ziemia (4) – cykl dokum. 18.30 Żona dla Polaka. Toronto (9) – reality show 19.30 Miłość i nadzieja (327) 20.30 Wichrowe wzgórce (308) – serial obycz., Turcja 2024 21.30 La Promesa – pałac tajemnic (290) – obycz. 22.30 Nic śmieszego – komediodramat, Polska 1995, 105 min 0.15 Antidotum – film dokum.	E! ENTERTAINMENT HD 8.50 Very Cavallari (9, 10) 10.40 Plastikarna fuszerka 12.30 Z kamerą u Kardashianów (1, 2) 14.20 Very Cavallari (1, 2) 16.10 Plastikarna fuszerka 18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk. 18.30 Z kamerą u Kardashianów (7, 8) 20.30 Very Cavallari (3, 4) 22.30 Plastikarna fuszerka 0.30 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk. 1.00 Z kamerą u Kardashianów (1, 2) 3.00 Plastikarna fuszerka 5.00 Very Cavallari (9)	TV TRWAM DVB-T 15.50 Ma się rozumieć 16.35 Sól ziemi 17.00 Modlitwa 19.25 Rodzinny Ogród Zoologiczny „Królestwo Stworzenia” (10) – program edukacyjny 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Karta z kalendarza – powstanie warszawskie – pr. eduk. 21.00 Apol Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Głos serca (143) – obycz. 22.45 Beatus, źródła Camino de Santiago – film dokum.	BBC BRIT HD 11.30 Brytyjskie fabryki 4 (8) 12.35 Top Gear 11 (2) – mag. 13.40 Brytyjski megaport (1) 14.40 Cuda inżynierii 3 (8) 15.40 Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 2 (13) 16.45 Brytyjskie fabryki 4 (8) 17.50 Top Gear 11 (3) – mag. 18.50 Cuda inżynierii 3 (8) 19.55 Brytyjskie fabryki 4 (9) 21.00 Fenomeny współczesnego życia 3 22.00 Niewyjaśnione tajemnice: Loch Ness (2) – film dok., Wielka Brytania 23.00 Top Gear 11 (2) – mag. 0.05 Top Gear 24 (6) – mag.	MINI MINI+ HD 9.05 Bing 2 (14-19) – serial anim. 10.00 Edzio i Luscia (19-24) 11.25 Baczne oczka (8-11) 11.55 Marta mówi (25, 26) 12.50 Moje urodziny – dla dzieci 12.59 Marta mówi (27, 28) 13.55 Moje urodziny – dla dzieci 14.00 Basia 2 (2-6) – anim., Pol. 14.10 Kicia Kocia (13, 1-4) 15.55 Marta mówi (4, 8, 13) 17.20 Staś i fajna Babcia 17.50 Moje urodziny – dla dzieci 17.57 Staś i fajna Babcia (26) 18.15 Leśna rodzina 3: Konieczna (7-12) – anim. 18.40 Dora i przyjaciele 2 19.35 Kicia Kocia 2 (1-5) – anim. 20.25 Mały Charlie (13, 1-4)	TVP 3 DVB-T2 13.00 Agrobiznes 13.20 Agropogoda 13.30 Bez trybu. Justyna Dobrosz-Oracz 14.20 Poznań region 15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – program religijny 15.20 Serwis Info Dzień – inf. 15.30 Program lokalny 19.30 Całkiem niezła historia 19.45 Kryminalna siódemka 20.00 Dziennik regionów – inf. 20.13 Gość Regionów – pr. publ. 20.30 Telekurier – mag., Polska 21.00 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów – inf. 22.30 Złoty chłopak (211) – serial obycz., Turcja 2022

Warto zobaczyć

→ filmowe hity

10.00

TVP KULTURA

Miłość po południu**KOMEDIA ROMANTYCZNA**

Córka detektywa ratuje Franka przed mężem jego kochanki. Ocalony mężczyzna pragnie bliżej poznać wybawicielkę. Reż.: Billy Wilder, A: Audrey Hepburn, Gary Cooper, Van Doude USA 1957 **140 min ► do godz. 12.20**

14.00

ALE KINO+

Monster**PSYCHOLOGICZNY**

Minato pada ofiarą agresji ze strony nauczyciela. Matka staje w jego obronie. Mężczyzna twierdzi, że to syn jest prześladowcą. Reż.: Hirokazu Koreeda, A: Sakura Andô, Eita, Soya Kurokawa Japonia 2023 **150 min ► do godz. 16.30**

16.25

FILMBOX+ HITS

Pokonać górę**PRZYGODOWY**

Donald zabiera dzieci na wyprawę. Dwunastoletni Donn oddala się od rodziny. Musi sam przetrwać w dziczy. Reż.: Andrew Kightlinger, A: Caitlin Fitzgerald, Ethan Slater, Paul Sparks, Bates Wilder USA 2024 **110 min ► do godz. 18.15**

17.55

TVN FABULA

Słodko-ostro**KOMEDIA**

Studentka Alia spędza lato w rodzinnych stronach, na przedmieściach New Jersey. W trakcie pobytu poznaje tajemnice bliskich. Reż.: Geeta Malik, A: Sophia Ali, Rish Shah, Manisha Koirala USA 2021 **125 min ► do godz. 20.00**

18.05

PARAMOUNT NETWORK

Zakręcony**KOMEDIA**

Elliot podpisuje pakt z wystanniczką piekieł, która obiecuje, że za jego duszę spełni siedem życzeń. Chce zdobyć ukochaną. Reż.: Harold Ramis, A: Brendan Fraser, Elizabeth Hurley, Miriam Shor USA/Niemcy 2000 **115 min ► do godz. 20.00**

18.55

POLSAT FILM

1000 lat po Ziemi**SCIENCE FICTION**

Rozbit-kowie, ojciec i syn, próbują przetrwać na opuszczonej przez ludzi planecie. Zamieszkują ją zmutowane zwierzęta. Reż.: M. Night Shyamalan, A: Jaden Smith, Will Smith, Sophie Okonedo USA 2013 **125 min ► do godz. 21.00**

20.00

TVN

Valerian i Miasto**Tysiąca Planet****PRZYGODOWY**

Obróńcy porządku muszą przeciwstawić się potężnej sile, która zagraża międzyplanetarnej unii. Reż.: Luc Besson, A: Dane DeHaan, Cara Delevingne, Ethan Hawke Francja/USA 2017 **180 min ► do godz. 23.00**

21.00

SCI FI

Nowy początek**SCIENCE FICTION**

Na Ziemi lądują statki kosmiczne. Lingwistka Louise i fizyk Donnelly chcą nawiązać kontakt z obcymi, by poznać ich zamiary. Reż.: Denis Villeneuve, A: Amy Adams, Jeremy Renner, Forest Whitaker USA 2016 **140 min ► do godz. 23.20**

Max i Furiosa zawierają sojusz przeciwko Wiecznemu Joe.

23.00

TVN

Mad Max: Na drodze gniewu**SCIENCE FICTION** Tajemniczy samotnik i buntownicza łączą siły, by pokonać tyrana.**HIT DNIA**

Po zagładzie nuklearnej na planecie szerzą się przemoc i bezprawie. Max Rockatansky w pojedynkę przemierza opustoszałe bezdroża. Zostaje schwytany przez grupę Wiecznego Joe, który ma monopol na wodę pitną. Więzień trafia do fortecy, gdzie sta-

je się dawcą krwi dla wojownika, Nuxa. Tymczasem poddana despoty, Furiosa, jedzie opancerzoną ciężarówką po nową dostawę paliwa i amunicję. Ciężarówka odkrywa jej zdradę. Orientuje się, że w samochodzie ukryto się pięć jego zniewolonych kochanek. Za uciekinier-

kami wyrusza armia. Do bitwy dołączają Nux oraz jego wybawicieli. W trakcie starcia Max i Furiosa łączą siły. Razem stają do nierównej konfrontacji z wrogiem. **HD 145 min ► do godz. 1.25**

Australia/USA 2015 Reż.: George Miller Wyst.: Tom Hardy, Nicholas Hoult, Charlize Theron, Hugh Keays-Byrne



19.55

POLSAT

Pięty element**SCIENCE FICTION**

Rok 2259. Ludziom grozi zagłada. Ziemi może ocalić jedynie tajemniczy piąty element. Mieszkańcom Błękitnej Planety pomaga kosmitka Leeloo. Wspiera ją taksówkarz Korben (Bruce Willis).

Reż.: Luc Besson Wyst.: Milla Jovovich, Ian Holm Francja 1997 **HD 170 min ► do godz. 22.45**



20.00

STOPKlatka

Brunet**wieczorową porą****KOMEDIA OBYCZAJOWA**

W mieszkaniu Michała (Krzysztof Kowalewski) pojawia się Dżidek, który wkrótce ginie w dziwnych okolicznościach. Gospodarz z pomocą przyjaciela usiłuje rozwińć zagadkę.

Reż.: Stanisław Bareja Wyst.: Wiesław Gołas Polska 1976 **HD 125 min ► do godz. 22.05**



20.00

TVN 7

After 2**MELODRAMAT**

Tessa (Josephine Langford) próbuje zapomnieć o zawodzie miłośnym. Rozpoczyna staż w wydawnictwie. O jej względy zaczyna zabiegać Trevor, ale dziewczyna wciąż coś czuje do Hardina (Hero Fiennes Tiffin).

Reż.: Roger Kumble Wyst.: Dylan Sprouse USA 2020 **HD 140 min ► do godz. 22.20**



22.00

TV 4

Leon zawodowiec**SENSACYJNY**

Rodzina Mathildy (Natalie Portman) zostaje zamordowana. Dwunastoletka chroni się w mieszkaniu sąsiada, płatnego mordercy (Jean Reno). Gdy odkrywa jego profesję, nakłania go, by pomógł jej pomścić brata.

Reż.: Luc Besson Wyst.: Gary Oldman Fr./USA 1994 **HD 140 min ► do godz. 0.20**



20.00

TVP KULTURA

Pani Bovary**OBYCZAJOWY**

Emma (Isabelle Huppert) wychodzi za mąż za dużo od siebie starszego Charlesa Bovary'ego. Czuje się samotna i marzy o wielkiej miłości. Wkrótce wikała się w romans z przystojnym uwodzicielem.

Reż.: Claude Chabrol Wyst.: Jean Yanne Francja 1991 **HD 150 min ► do godz. 22.30**



22.00

ANTENA

Morderstwa**we Francji****- Saint Martin**

KRYMINALNY Dwoje rywalizujących ze sobą policjantów, kapitan Firmain i inspektor de Voort (Aude Legastelois), muszą współpracować, by rozwiązać sprawę zabójstwa.

Reż.: François Guérin Wyst.: Fabrice Deville Francja 2024 **120 min ► do godz. 0.00**

→ filmowalshity



Marcin zostaje ojcem. Jego szwagier też zaczyna myśleć o powiększeniu rodziny.

22.25 Baby boom, czyli Kogel Mogel 5

TVP 1

KOMEDIA Rodzina mierzy się z wyzwaniem związanym z dzieckiem.

HIT DNIA Agnieszka zachodzi w ciążę. Przyjście na świat małego Kuby jest wyzwaniem dla jej związku. Marcinowi nie jest łatwo odnaleźć się w roli ojca. Przerazoni mężczyzna znika bez śladu. Tymczasem jego szwagier Piotruś zaczyna coraz poważniej myśleć o dziecku, co niepokoi

Marlenę i jej matkę. Wpada nawet na pomysł wynajęcia surrogatki. Duże poruszenie wywołuje pojawienie się w Brzókach ciężarnej Kamili, która szuka Marcina...

HD 100 min ► do godz. 0.05

Polska 2024 **Reż.:** Anna Wierusz **Wyst.:** Maciej Zakościelny, Aleksandra Hamkała, Nikodem Rozbicki, Katarzyna Skrzynecka

→ sport



12.00

POLSAT SPORT 2

Turniej WTA w Warszawie

TENIS LIVE Najlepsze tenisistki rywalizują obecnie w Montrealu. Tymczasem w stolicy Polski trwa turniej rangi WTA 125. Przytępiły do niego m.in. Katarzyna Kawa, Linda Klímovicová, a także Ella Seidel, Daria Snigur oraz Lilli Tagger.

HD 120 min ► do godz. 14.00



15.20

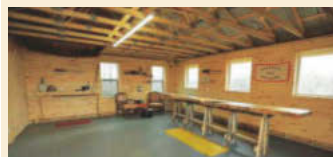
TVP 1

Tour de Pologne

KOLARSTWO LIVE Piąty etap rozpocznie się w Opolu, skąd kolarze ruszą w stronę Beskidów. Dziś przejadą 218,5 km, a na trasie czekają na nich m.in. premie górskie na Górze Św. Anny i Przełęcz Przeglębek oraz podjazd pod Kocierz.

HD 90 min ► do godz. 16.50

→ rozrywka



9.55

HGTV

Letnia chata na lata 12

LIFESTYLE Ekipa zajmuje się odnawianiem starych, zaniedbanych domów, które zmienia w rezydencje, idealne miejsca letniego wypoczynku. Dzięki kreatywności i zaradności zespół radzi sobie z nawet najbardziej wymagającymi projektami.

HD 60 min ► do godz. 10.55



20.00

TV PULS

Puls Kabaret

SATYRA Wyjątkowe wydanie, który łączy boomerów, pokolenia X, Z i millenialsów. Wystąpią kabarety Ani Mru-Mru, Jurki, Czwarta Fala, Zdolni i Skromni oraz Trupa Wysokiego Ryzyka. Show poprowadzą Olga Łasak i Marcin Wójcik.

HD 240 min ► do godz. 0.00



20.00

HBO

MaXXXine

THRILLER Los Angeles, lata 80. XX w. Maxine (Mia Goth) jest gwiazdą filmów pornograficznych. Producentka powierza jej główną rolę w sequele horroru klasy B. Tymczasem Los Angeles terroryzuje Nocny Prześladowca.

Reż.: Ti West **Wyst.:** Charley Rowan McCain
USA 2024 **HD 105 min ► do godz. 21.45**



20.00

KINO POLSKA

Bo we mnie jest seks

BIOGRAFICZNY Lata 60. XX w. Aktorka Kalina Jedrusik (Maria Dębska), żona Stanisława Dygata, uchodzi za symbol seksu i nie stroni od romansów. W końcu naraża się wpływom człowieka.

Reż.: K. Klimkiewicz **Wyst.:** Leszek Lichota
Polska 2021 **130 min ► do godz. 22.10**



20.25

C+ SPORT

Wisła Kraków – Wisła Płock

PIĘKA NOŻNA LIVE Od poprzedniego spotkania tych zespołów w Ekstraklasie minęły cztery lata. Nafciarze wygrali wtedy w Krakowie 4:3. Czy po raz piąty z rzędu nie dadzą się zaskoczyć Białej Gwiazdzie na jej boisku?

HD 125 min ► do godz. 22.30



22.20

TVN 7

Nad życie

BIOGRAFICZNY Odnosząca sukcesy siatkarka Agata Mróz (Olga Bołądź) zmaga się z mielodysplazją szpiku. Po ślubie zachodzi w ciążę. Lekarze radzą, by ją usunęła i skupiła się na terapii. Ona jednak pragnie urodzić dziecko.

Reż.: A. Plutecka-Mesjasz **Wyst.:** Danuta Stenka
Polska 2012 **HD 120 min ► do godz. 0.20**



22.45

POLSAT

W jak morderstwo

KOMEDIA KRYMINALNA W Podkowie Leśnej ginie kobieta. Zwłoki znajduje Magda (Anna Smołowik), miłośniczka powieści kryminalnych. Postanawia pomóc komisarzowi Sikorze (Paweł Domagała) w wyjaśnieniu sprawy.

Reż.: Piotr Mularuk **Wyst.:** Piotr Adamczyk
Polska 2021 **HD 135 min ► do godz. 1.00**



20.30

TVP SPORT

Polonia Warszawa – Ruch Chorzów

PIĘKA NOŻNA LIVE Starcie drużyn z ambicjami powrotu do Ekstraklasy. Czarne Koszule przystępują do realizacji celu bez Łukasza Zjawńskiego, który odszedł do Legii. Ruch musi radzić sobie m.in. bez Mateusza Szwocha.

HD 115 min ► do godz. 22.25

→ dokument



21.00

HISTORY

Wojownicy wszech czasów

HISTORIA Spartańscy żołnierze od dziecka byli poddawani szkoleniom wojskowym i dyscyplinie. Tak powstała jedna z najsukcesowniej armii świata starożytności.

HD 60 min ► do godz. 22.00

TVP 1 HD DVBT2

- 5.00 Splątane losy** (17) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 5.50 Akacja 38** (912) – telenowela, Hiszpania 2018
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Welon, fura i brawura**
- 8.00 Serwis Info** – program inform.
- 8.10 Pogoda Info**
- 8.15 Chłopi** (4) – obycz., Polska 1972
- 9.15 Ranczo 8** (102) – serial obyczajowy, Polska 2014
- 10.05 Komisarz Alex 23** (287) – serial kryminalny, Polska 2025
- 11.05 Ojciec Mateusz 17** (225) – serial kryminalny, Polska 2017
- 12.00 Serwis Info** – program inform.
- 12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda** – program inform.
- 12.40 Magazyn rolniczy**
- 12.55 Natura w Jedyńce: Włochy – ostatnie dzikie zakątki** (4)
- 14.00 Splątane losy** (18)
- 15.00 Serwis Info** – program inform.
- 15.15 Kolarstwo: Tour de Pologne** – studio
- 15.20 Kolarstwo: Tour de Pologne** – 5. etap: Opole – Kocierz Resort
- 16.50 Kolarstwo: Tour de Pologne** – studio
- 17.00 Teleexpress, pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – telet. muz.
- 18.05 Reporterzy** – mag. reporterów
- 18.25 Akacja 38** (929) – telenowela, Hiszpania 2018
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – pr. publicyst.
- 20.10 Sport, pogoda**
- 20.30 Ojciec Mateusz 34** (445) – serial kryminalny, Polska 2026

TVP 2 HD DVBT2

- 4.35 Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2024
- 5.30 M jak miłość** (1811) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 6.25 Anna Dymna – spotkajmy się:** Maciej Wiatrowski – talk-show
- 6.55 Barwy szczęścia** (3371) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
- 7.55 Pytanie na śniadanie** – magazyn
- 11.30 Operacja zdrowie** (83) – magazyn medyczny
- 12.00 Rodzinka.pl** (66): Król jest nagi – serial komediowy, Polska 2012
- 12.35 Koło fortuny** (1919) – teleturniej
- 13.15 Panna młoda** (164) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** (1033) – teleturniej
- 14.30 Na sygnale** (893): To nic śmiesznego – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (450) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
- 16.00 Koło fortuny** (1920) – teleturniej
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (165) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- Cihan odnajduje Hancer nieprzytomną w starym domu. Derya wyjawia Cemilowi, że jego siostra jest w ciąży. Mine nie przekazuje Sinem listu od Meliha. Wściekła Beyza poprzysięga zabić Hancer i jej dziecko.
- 18.15 Va banque** (1034) – teleturniej
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 Barwy szczęścia** (3371) – serial obyczajowy, Polska 2026

polsat HD DVBT2

- 4.40 Disco Gramy**
- 5.25 Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News**
- 9.15 Malanowski i partnerzy** (376, 377): Pierwsza miłość; Tato po latach – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2012
- Katarzyna obawia się, że jej 16-letni syn Dawid wdął się w romans z dojrzałą kobietą. Prosi detektywów, by zweryfikowali jej podejrzenia. Ci rozpoczynają obserwację chłopaka.
- 10.20 Trudne sprawy** (953) – serial paradokmalny, Polska 2020
- 11.20 Gliniarze** (913, 914) – serial paradokmalny, Polska 2024
- 13.40 Dlaczego ja?** (1542, 1543) – serial paradokmalny, Polska 2026
- Krystian jest bez wzajemności zakochany w koleżance z pracy, Adzie. Gdy w dniu swoich urodzin kobieta znika w tajemniczych okolicznościach, staje się głównym podejrzanym.
- 15.30 Wydarzenia, pogoda**
- 15.55 Milionerzy** – teleturniej
- 16.35 Gliniarze** (1111, 1112) – serial paradokmalny, Polska 2025
- Turyści znajdują w wynajętym mieszkaniu ciało dziewczyny. Natalia i Kuba odkrywają, że ofiara rozbiła się przed kamerkami w internecie. Podejrzejwają o zbrodnię fantazjującego o przemocy klienta.
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.30 Sport, pogoda**

tvn HD DVBT2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1722) – serial paradokmalny, Polska 2025
- 6.50 Kuchenne rewolucje** (5): Zakręt – Sakartvelo – program rozrywkowy
- 7.45 Dzień dobry wakacje** – magazyn
- 11.25 Babski biznes** (6) – program rozrywkowy
- W Bytomiu Marta Klepka poznaje Agatę, właścicielkę kwaciarni, której biznes mimo zaangażowania przynosi rozczarowania i niski zysk. Kobieta zmagając się z konkurencją.
- 12.35 Ukryta prawda** (1517, 1518, 1745) – serial paradok., Polska
- Adam razem z kolegą znajduje w lesie walizkę wypełnioną pieniędzmi. Mężczyźni dzielą ją między siebie. Tymczasem w okolicy pojawiają się łysy i Bolek. Wypytyują o pewnego dłużnika.
- 15.45 Detektywi** (134) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
- Śledczy mają schwycić napastnika, który próbował zgwałcić studentkę. Trop prowadzi do klubu, w którym bawiła się klientka. Niebawem detektywi znajdą w jej sypialni ukrytą kamerę.
- 16.50 Szpital św. Anny** (85) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- Do placówki zostaje przyjęta kobieta z urazem po upadku ze schodów. Zosia dowiaduje się, że konieczne jest wstrzymanie procesu adopcyjnego Kalinki. To sąd zdecyduje o jej dalszych losach.

20

KRYMINALNY



- 21.25 Drellich** (4) – Polska 2025
- Po śmierci Natana Drellich staje się celem gangsterów z całej Polski. Ada orientuje się, że ktoś wykorzystuje komputer Krystiana do tworzenia deepfake'ów. Trop prowadzi do Olega, z którym właśnie nawiązała bliższą relację.
- 22.15 Tour de Pologne** – kroniki – cykl felietonów
- 22.25 Baby boom, czyli Kogel Mogel 5** – komedia, Polska 2024, reż. Anna Wieceur, wyk. Maciej Zakościelny, Katarzyna Skrzynecka, 100 min
- 0.05 Operacja „Mincemeat”** – dramat wojenny, Wielka Brytania/USA 2021, reż. John Madden, wyk. Rufus Wright, Matthew Macfadyen, 135 min
- 2.20 Morderstwa na Côte Bleue** – film kryminalny, Francja/Belgia 2024, reż. Marjolaine de Lecluse, wyk. Jean-Pierre Foucault, Garance Thenault, 95 min
- 3.55 Wykrywacz kłamstw** – publ.
- 4.15 Pytanie dnia** – pr. publicyst.
- 4.35 Reporterzy** – mag. reporterów
- 4.50 Oko na świat** – magazyn
- 5.10 Zakończenie**

KOMEDIOWY



- 20.05 Rodzinka.pl** (306): Szachy – Polska 2026
- Kuba przedstawia Filipowi Sonię, lecz rozwój wydarzeń wyraźnie mu się nie podoba. Majka czuje się zawiedziona przez dziadka. Marysia podpowiada Natalii, jak rozmawiać z mężem, by uniknąć kolejnych konfliktów.
- 20.40 Lato z Radiem i Telewizją Polska: Poddebice** – widowisko
- 22.50 To jest grane – wakacyjnie** (100) – program muzyczny
- 23.30 Kabaretowa Noc pod Gwiazdami – Lidzbark Warmiński 2025** (1, 2) – program rozrywkowy
- Hasłem przewodnim było „Męskie żartowanie”. Wystąpili m.in. Rak, Kabaret pod Wyrwigroszem oraz Formacja Chatelet.
- 1.45 9. życie Louisa Draxa** – thriller, Wielka Brytania/Kanada/USA 2016, reż. Alexandre Aja, wyk. Aiden Longworth, Jamie Dornan, Sarah Gadon, Michael Adamthwaite, 115 min
- 3.40 Akacja 38** – telenowela, Hiszpania 2015-2021
- 4.35 Zakończenie**

SCIENCE FICTION



- 19.55 Piąty element** – Francja 1997, 170 min
- Rok 2259. Ziemi zagrażają mroczne siły, którym służy okrutny Zorg. Na pomoc ludziom przybywa kosmitka Leeloo. Łąduje ona na dachu taksówki prowadzonej przez byłego komandosa, Korbena. Oboje muszą dotrzeć do mniha Vita Corneliusa, który zna sposób na ocalenie ludzkości.
- 22.45 W jak morderstwo** – komedia kryminalna, Polska 2021, reż. Piotr Mularuk, wyk. Anna Smołowik, Paweł Domagała, Szymon Bobrowski, Piotr Adamczyk, 135 min
- W Podkowie Leśnej dochodzi do zbrodni. Zwłoki odkrywa Magda, miłośniczka kryminałów. Kobieta pomaga nieporadnemu komisarzowi w śledztwie. Jednym z tropów jest naszyjnik ofiary.
- 1.00 Świat w płomieniach** – film sensacyjny, USA 2013, reż. Roland Emmerich, wyk. Channing Tatum, Jamie Foxx, Maggie Gyllenhaal, Jason Clarke, 175 min
- 3.55 Ewa gotuje** (564) – magazyn kulinarny

KRYMINALNY



- 17.55 Młode gliny** (42) – Polska 2026
- Sandra i Olek wyjaśniają okoliczności potrącenia piętnastoletniej Klary. Sprawcy wypadku napadli i obrabowali melinę jednego z gangów. Ich ofiary, członkowie konkurencyjnych grup, przerzucają się oskarżeniami.
- 19.00 Fakty, sport**
- 19.35 Kroniki Tour de Pologne** (5) – magazyn sportowy
- 19.40 Pogoda**
- 19.50 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 20.00 Valerian i Miasto Tysiąca Planet** – film przygodowy, Francja/Chiny/Belgia 2017, reż. Luc Besson, wyk. Dane DeHaan, Cara Delevingne, Clive Owen, Ethan Hawke, 180 min
- 23.00 Mad Max: Na drodze gniewu** – film s.f., Australia/USA 2015, reż. George Miller, wyk. Tom Hardy, Nicholas Hoult, Hugh Keays-Byrne, Charlize Theron, 145 min
- 1.25 Batman** – film sensacyjny, USA 2022, reż. Matt Reeves, wyk. Robert Pattinson, Zoë Kravitz, Jeffrey Wright, 215 min
- 5.00 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.15 Nauka jazdy 5** (5) – pr. rozrywk.



- 5.20 Ten moment** (15) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (854-856) – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 8.45 Ukryta prawda** (1358, 1485, 1486) – paradok., Polska
- 11.50 W-11 – Wydział Śledczy** (1159-1161) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2014
- 13.55 Kryminalni 2** (12) – łowcy dusz – serial kryminalny, Polska 2005
- 15.00 Szpital** (822, 823) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (526): Kleptomanka – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010 Karolina odpowiada za kradzież naszyjnika. Zaprzecza winie mimo nagrania przedstawiającego, jak podrzuca biżuterię do biurka sędziego. W przeszłości skazano ją za podobne przestępstwo.
- 18.00 SOS Ekipy w akcji** (38) – serial paradokumentalny, Polska 2018 Funkcjonariusze zostają wezwani do przedszkola. Dyrektorka placówki podejrzewa, że dzieci zaczęli pedofil. Mieszkańcy kamienicy zawiadamiają policję, gdyż od kilku dni nie widzieli sąsiadki. Impreza nad Wisłą kończy się interwencją straży.
- 19.00 Ukryta prawda** (1549) – serial paradokumentalny, Polska 2023 Właściciel kilku firm, Jacek, niedawno kupił drukarnię. Odkąd został multimilionerem, bardzo się zmienił. Jego siostra Edyta proponuje mu nietypowy zakład.

MELODRAMAT



20.00 After 2

FILM – USA 2020, 140 min

Po rozstaniu z Hardinem Tessa próbuje zapomnieć o zawodzie miłośnym. Rozpoczyna staż w wydawnictwie, gdzie świetnie sobie radzi. W nowej pracy poznaje Trevora, przeciwieństwo Hardina. Mężczyzna zabiega o jej względy, ale ona nie może zapomnieć o dawnym ukochanym. Ten z kolei robi wszystko, by odzyskać byłą partnerkę.

22.20 Nad życie – dramat biograficzny, Polska 2012, reż. Anna Plutecka-Mesjasz, wyk. Olga Bołądź, Michał Żebrowski, Danuta Stenka, Andrzej Mastalerz, 120 min

0.20 Gremliny rozbijają
FILM – horror komediowy, USA 1984, reż. Joe Dante, wyk. Hoyt Axton, John Louie, Keye Luke, Don Steele, 140 min

2.40 Żyjąc z potworem 9 (14) – serial dokumentalny, USA 2024

3.35 Fachowcy 2 (14) – serial paradokumentalny, Polska 2018

4.10 Usterka 11 (21) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019



- 6.00 Policjanci z Miami 4** (2, 3): Amen... Przyślijcie forsy; Śmierć i dziewczyna – serial kryminalny, USA 1987
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (19, 20): Bez wyjścia; Wycieczka szkolna – serial sensacyjny, Niemcy 2017
- 10.00 Zaklinaczka duchów 4** (64) – serial fantasy, USA 2008-2009
- 11.00 Kotka** (3) – telenowela, Meksyk 2014
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (134) – serial obyczajowy, Meksyk 2008 Patricio mówi Marichuy, że Estefania i Isabela przyznały się do wyrządzonej jej krzywdy. Stan Patricia się pogarsza.
- 13.00 Wspomnieć stulecie** (68) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 Kurierzy 2** (53) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 11** (578, 579) – serial obyczajowy, Polska 2022
- 17.00 Kurierzy 2** (54) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023 Radiowiec, 50-letni Lipski, uwielbia żartować sobie z innych na antenie. Pewnego dnia w trakcie audycji odbiera telefon z pogroźkami.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (991, 992) – serial obyczajowy, Polska 2026 Henryka wynajmuje część domu. Najemcy zalegają z rachunkami. Dochodzi do szarpaniny. Henryka zostaje uwięziona w piwnicy. Sąsiadkę zaczyna zastanawiać jej nieobecność.

ROZRYWKOWY



20.00 Puls Kabaret

W Płocku wystąpią między innymi Ani Mru-Mru, Jurki, Czwarta Fala, Zdolni i Skromni oraz Trupa Wysokiego Ryzyka. Widzowie zobaczą premierowe skecze, muzyczne parodie i wspólne projekty artystów, a całość poprowadzą Marcin Wójcik i Alga Łasak. To pełna humoru podróż przez dekady – począwszy od kolorowych lat 90. aż po współczesność.

0.00 Kobiety mafii – film sensacyjny, Polska 2018, reż. Patryk Vega, wyk. Olga Bołądź, Agnieszka Dygant, Aleksandra Popławska, Katarzyna Warmke, 175 min

Bela przechodzi szkolenie pod okiem FBI. Zostaje oficerem wydziału S, co oznacza, że czeka ją misja pod zmienioną tożsamością. Ma za zadanie rozpracować grupę mokatowską. Szefem gangsterów jest Padrino. W ramach akcji kobieta udaje prostytutkę.

2.55 Lombard. Życie pod zastaw 18 (987) – serial obyczajowy, Polska 2026

3.50 Zobaczyć to! – pr. powtórkowe



- 5.50 Ale numer! 22** (6) – program rozrywkowy
- 6.20 Cosie-Ktosie** (36-38) – serial animowany, Francja 2022
- 6.45 SamSam: Kosmiczne przygody** (20) – serial anim.
- 7.00 Blaze i Megamaszyny 7** (14) – serial animowany, USA 2022
- 7.30 Psi Patrol 2** (20) – serial anim.
- 7.50 Dora** (11) – anim., Kan./USA 2024
- 8.30 Wielkie przygody małego rekina 2** (6) – serial dla dzieci, USA/Korea Południowa 2023
- 8.50 Masza i Niedźwiedź 6** (14-16) – serial animowany, Rosja
- 9.25 Świnka Peppa** (10-12) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
- 9.45 Bing** (51, 52) – serial animowany
- 10.00 Język i Przyjaciele** (7, 6) – serial animowany, Polska
- 10.35 Spidey i superkumple 2** (37, 36) – serial anim., USA 2022
- 11.35 Gus. Mały – wielki rycerz** (37, 38) – serial anim., Fr. 2021
- 12.00 Psi Patrol** (16) – serial anim.
- 12.35 Marta mówi** (37) – serial anim.
- 13.00 Smerfy** (7, 8) – serial anim., Bel.
- 14.00 Baranek Shaun 4** (25-27) – serial anim., Wielka Brytania
- 14.35 My Little Pony: Przyjaźń to magia** (10) – anim., USA/Kanada
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2** (47, 48) – anim., Fr./Jap./Korea Południowa 2017
- 16.00 Finał i Ferb 2** (31, 32) – serial animowany, USA 2007-2011
- 17.00 Smerfy** (9, 10) – anim., Bel. 1988
- 18.00 Pingwiny z Madagaskaru** (23, 24) – serial animowany, USA
- 19.00 Kacze opowieści** (26, 27) – serial animowany, USA 1987

OBYCZAJOWY



20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18

(979) – Polska 2026 Kurator Konrad Zalewski samotnie wychowuje córkę Polę. Jej ucieczka z Łukaszem, jego podopiecznym, to ogromny cios. Młodzi otrzymują anonimowe groźby. Marcell składa Andżeli niespodziewaną propozycję biznesową.

21.00 Dzielnica strachu 10 (461, 462) – serial kryminalny, Polska 2025-2026

23.00 Zabójca – thriller, Australia/USA 2007, reż. Greg McLean, wyk. Radha Mitchell, Michael Vartan, Sam Worthington, Caroline Brazier, 115 min

0.55 Piła – thriller, USA 2004, reż. James Wan, wyk. Leigh Whannell, Cary Elwes, Danny Glover, Ken Leung, 125 min

3.00 Dzielnica strachu 10 (457): Zabójczy nokaut – serial kryminalny, Polska 2025-2026

4.00 Lombard. Życie pod zastaw 5 (231) – serial obyczajowy, Polska 2019

5.00 Kręcimy z gwiazdami 2 (5): Bracia Cugowscy – program rozrywkowy



PREMIERA



OSTATNI DOM

Członkowie czteroosobowej rodziny niespodziewanie zostają uwięzieni we własnym domu. Nie mogą się wydostać na zewnątrz. Aby przetrwać, muszą zjednoczyć siły i stawić czoło nie tylko malejącym zapasom, lecz także tajemniczemu zagrożeniu, które czai się gdzieś w ciemnościach.

►horror, Fr./USA 2026; 110 min

PREMIERA



ŚMIERĆ SP. Z O.O. 4

W finałowym sezonie okaże się, kto przejmie kontrolę nad rodzinnym zakładem pogrzebowym Torregrosa. Po śmierci założyciela firmy rozpoczęła się bezwzględna rywalizacja o dobrze prosperującą firmę. Zakulisowe rozgrywki podsycą bezwzględny protegowany zmarłego, Damaso (Carlos Areces).

►kom. (6 odc.), Hiszpania 2026

PREMIERA



RICKY GERVAIS: KOCIE ŻYCIE

Grupa brytyjskich zdziżalych kotów wspólnie spędza czas, nawiązując przyjaźnie, romanse i rozważając sens własnej egzystencji. Produkcja łączy humor z absurdem, a jej ton nawiązuje do charakterystycznego stylu Gervaisa – pełnego ironii i celnych obserwacji, które przyniosły mu szerokie grono fanów.

►anim. dla dorosłych (6 odc.) 2026

PREMIERA



PRZESŁODZIŁ

Ambitna pani prokurator Go Eun-sae (Shin Ha-young) niespodziewanie traci pamięć. Zdezorientowana i pozbawiona punktu odniesienia trafia pod opiekę trenera boksu, który przedstawia się jako jej partner. Kobieta wprowadza się do niego, próbując odzyskać wspomnienia i zrozumieć, kim naprawdę jest.

►kom. (12 odc.), Korea Płd. 2026

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM HD	HBO HD
6.25 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (19) – serial kryminalny, USA 2012 7.10 Ostry dyżur 2 (19, 20) – serial obyczajowy 9.00 Castle 4 (21, 22) – serial kryminalny 11.00 MacGyver 5 (6, 7) – serial akcji, USA 13.00 Dowody zbrodni 3 (1, 2) – serial krym. 15.00 Agenci NCIS: Hawaje 2 (20, 21) – serial kryminalny 17.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (19, 20) – serial krym. 19.05 Castle 4 (23) – serial kryminalny, USA 2012 20.05 Castle 5 (1) – serial kryminalny, USA 2012	5.35 Rodzinka.pl (124) – serial kom., Pol. 2013 6.10 Na sygnale (506, 507) – serial fab.-dokum. 7.15 Ojciec Mateusz 4 (56) – krym., Pol. 2010 8.10 Komisarz Alex 4 (45) – serial krym., Polska 9.05 Rodzinka.pl (125) 9.40 Klan (1472) – telen. 10.15 Ranczo 10 (123, 124) 11.55 Komisarz Alex 4 (46) 12.45 Ojciec Mateusz 31 (406, 407) – krym., Pol. 14.35 Ojciec Mateusz 32 (408) – krym., Pol. 2024 15.35 Komisarz Alex 4 (47) – serial krym., Polska 16.25 Na sygnale (508, 509) – serial fab.-dokum. 17.35 Ranczo 10 (125, 126) – serial obycz., Polska	12.20 Tajemnicza Claudia Cardinale – film dokum., Francja 2019 13.25 „Bo we mnie jest seks” – piosenki Kaliny Jędrusik (27. Przegląd Piosenek Aktorskiej – Wrocław 2006) 14.30 Niebywała kariera Taylor Swift – film dok., Wlk. Bryt. 2024 15.25 U Pana Boga za piecem – komedia, Polska 1998, 110 min 17.15 Rodzina Leśniewskich (2, 3) – serial obycz., Polska 18.20 Video Killed the Radio Star (28) – dok. 18.55 Rawhide 2 (25) – serial przygodowy	6.30 Polska z góry 2 (13) – serial dok., Pol. 2018 7.00 Wyraz – film krótkometraż. 7.30 Moje pieczone kurczaki – film obyczajowy, Polska 2002, 80 min 8.50 The Office PL (9, 10) – kom., Pol. 2021-2022 10.00 Grantchester 10 (7, 8) – krym., Wlk. Bryt. 12.05 Vera 11 (4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt. 14.00 Monster – dramat psychologiczny, Japonia 2023, 150 min 16.30 Zbrodnie na wybrzeżu 2 (1) – serial krym., Niemcy 18.15 Vera 11 (5) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.	11.20 Saga „Zmierzchn”: Przed świtem. Część 2 – film fantasy, USA 2012, 115 min 13.15 Nadzieja – dramat sensacyjny, Polska/Niemcy 2006, 100 min 14.55 Larger than Life: Złota era boysbandów – film dokum., USA 2024 16.30 Wicked – musical, USA/Kanada/Izlandia 2024, 165 min 19.15 Łapu capu – pr. rozr. 19.20 Pod gwiazdzistym niebem – komedia romantyczna, USA 2025, 100 min 21.00 The Walking Dead: Dead City 3 (2) – serial grozy, USA	10.40 Policzalne – dramat psychologiczny, Australia 2024, 90 min 12.10 Na planie 23 (32) – magazyn filmowy 12.40 Srebrna Gwiazda – dramat obyczajowy, USA 2024, 100 min 14.20 Oszukana przez męża: Historia Morgan Metzger – dramat obyczajowy, USA 2024, 85 min 15.45 The Pitt 2 (3) – serial obyczajowy, USA 2026 16.30 Piotruś Pan – film familijny, USA/Wielka Brytania 2003, 115 min 18.25 Podróż z serynym zabójcą – thriller, USA/Wielka Brytania 2023, 95 min
PRZYGODOWY	KRYMINALNY	DRAMAT OBYCZAJOWY	SENSACYJNY	DRAMAT SENSACYJNY	THRILLER
21.05 W 80 dni dookoła świata – USA/Niemcy/Izlandia 2004, 145 min XIX-wieczny Londyn. Phileas Fogg zakłada się, że w ciągu niespełna trzech miesięcy okrzyki kuli ziemskiej. Towarzyszą mu lokaj Passepartout oraz piękna Monique. 23.30 Wykiwać klawisz – komedia obyczajowa, USA 2005, 140 min 1.50 Castle 4 (23) – krym. 2.50 Castle 5 (1) – krym. 3.45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (19, 20) – serial krym.	19.30 Ojciec Mateusz 32 (409) – Polska 2024 Zespołowi sandomierskich policjantów grozi rozpad. Nocul oraz Dziubak obejmują posterunek w pobliskim Klimontowie. Niebawem dochodzi tam do morderstwa. 20.30 Komisarz Alex 25 (313) – krym., Pol. 2026 21.30 Ranczo 10 (127, 128) 23.20 Ojciec Mateusz 32 (410) – krym., Pol. 2024 0.20 Prokurator (5) 1.20 Oficerowie (10, 11) 3.15 Stulecie Winnych 3 (27) – obycz., Pol. 2021 4.10 Klan (1472) – telen.	20.00 Pani Bovary – Francja 1991, 150 min Emma wychodzi za mąż za dużo od siebie starszego doktora Charlesa Bovary'ego. Czuję się samotna i marzy o wielkiej miłości. Wkrótce widła się w romans. 22.30 Powrót Sherlocka Holmesa (10) – krym. 23.40 Czwartkowy klub filmowy – mag. film. 23.45 Powidoki – dramat obyczajowy, Polska 2016, 115 min 1.40 Pozaz biurem 2.15 Kod Hanekego – film dokum., Francja 2021	20.10 Agent – USA 2024, 125 min Żona Benjamin Malloya, kierownika placówki CIA w Budapeszcie, ginie w zamachu. Wdowiec chce dobrać do sprawców. Razem z agentką Krystyną Kowerski wpada na trop spisku. 22.15 Feralna noc – dramat kryminalny, USA 2014, reż. David Grovic, wyk. John Cusack, 130 min 0.25 Boscy – komediodramat, Argentyna/Hiszpania 2021, 140 min 2.45 Klanger (4) – krym.	21.45 Polowanie – USA 2025, 105 min Bowdrie mieszka w córka z dala od cywilizacji. Dziewczyna znajduje w lesie ranną January, która uciekła porwaczom. Bowdrie'ego czeka konfrontacja z bandytami. 23.30 Kill Bill: Vol. 1 – sens., USA 2003, 110 min 1.20 Kill Bill: Vol. 2 – sens., USA 2004, 135 min 3.35 Quebonafide: Północ/Południe – musical, Polska 2025, 70 min 4.45 Joseph i jego dzieci – film dok., Pol. 2024	20.00 MaxXXline – USA/Wielka Brytania/Nowa Zelandia 2024, 105 min Los Angeles, lata 80. XX w. Maxine, gwiazda filmów porno, dostaje główną rolę w sequele horroru klasy B. W tym czasie Los Angeles terroryzuje Nocny Prześladowca. 21.45 Martwe zło: Przebudzenie – horror, Nowa Zelandia/USA/Irlandia 2023, 95 min 23.20 Ostatni wiking – komediodramat, Dania/Szwecja 2025, 115 min
AXN WHITE	WARNER TV	CANAL+ FILM	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 2 HD
8.10 Szpital nadziei 5 (11) 9.10 Miłość nad rozlewiskiem (7, 8) 11.15 Agenci NCIS 12 (3-5) 14.10 Szpital nadziei 5 (12) 15.15 Gwiazdka – przezskodami – komedia romantyczna, USA/Kanada 2022, 115 min 17.10 Bieg po szczęście – komedia obyczajowa, USA/Kanada 2019, 110 min 19.00 Szpital świętej Marii (6) 20.00 Dowody zbrodni 4 (5, 6) 22.00 Rekrut 2 (5) – serial krym. 23.00 Agenci NCIS 12 (3-5) 1.40 Dowody zbrodni 4 (5, 6) 3.35 Zaklinacze koni 4 (18, 19)	8.35 Bajer z Bel-Air 6 (23, 24) 9.35 Prawo Agaty 4 (9) 10.35 Pełniejsza chata 3 (1, 2) 11.35 Teraz albo nigdy! (3, 4, 5) 13.35 Bajer z Bel-Air 6 (23, 24) 14.35 Bajer z Bel-Air (1, 2) 15.35 Pełniejsza chata 3 (1-4) 17.40 Rodzina rewolucja – komedia, USA 2014, reż. Frank Coraci, 140 min 20.00 Przyjemniaczek – komedia sensacyjna, Hongkong/Australia/USA 1997, 115 min 21.55 Zabójcza broń – film sensacyjny, 1987, 130 min 0.05 Złoto pustyni – film wojenny, 1999, 135 min	6.00 Łapu capu – pr. rozrywk. 6.05 Kiler-ów 2-óch – komedia, Polska 1999, 115 min 8.00 Dziłki robot – film animowany, 2024, 100 min 9.40 O psie, który jeździ koleją 2 – film familijny, Polska 2025, 90 min 11.10 Wszyscy święci – film obycz., Polska 2002, 75 min 12.25 Saga „Zmierzchn”: Przed świtem. Część 1 – film fantasy, USA 2011, 115 min 14.20 Premierowa jazda – mag. film. 14.35 Ida – dram. obycz., Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min 15.55 Battleship: Bitwa o Ziemię – film s.f., USA/Japonia 2012, 125 min 18.00 Tożsamość Bourne'a – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, 115 min 19.55 Łapu capu – pr. rozrywk. 20.00 June i John – thriller, Francja 2025, reż. Luc Besson, 90 min 21.30 Surfer – thriller, Australia/Irlandia 2024, reż. Lorcan Finnegan, 100 min 23.10 Syn przeznaczenia – horror, 2025, 90 min 0.40 Wiede siostry – dramat obyczajowy, 2024, 95 min 2.15 Cudownie ocalony – kom. obycz., 2004, 95 min 3.50 Pornografia – film obycz., Pol./Fr. 2013, 115 min 5.45 Premierowa jazda – mag.	9.50 Dzika fauna śródziemnomorska (2) – film dok., Hiszpania 2024 10.50 Mały Grand Hotel (7) – serial komediowy, Polska 11.05 Naruto 3 (27, 28) – serial anime, Japonia 2003-2004 12.05 Naruto 4 (1) – serial anime 12.35 Hollywood Buzz – magazyn filmowy 13.05 W rytmie wolności (3, 4) – serial dokumentalny, Pol. 14.50 Łapu capu – pr. rozrywk. 14.55 Captain Tsubasa (28-30) – serial anime, Japonia 2018 16.10 Łapu capu Extra (6) – program rozrywkowy 16.50 Karl Lagerfeld. Objawienie (3, 4) – serial dokumentalny, Fr. 2023 18.30 The Office PL 5 (7-9) – serial komediowy, Polska 20.00 Wywiad z wampirem 2 (8) – serial fantasy, USA 21.00 Łapu capu – pr. rozrywk. 21.15 The Walking Dead: The Return – film dokum., 2024 22.00 The Walking Dead: Dead City 2 (3, 4) – serial grozy, USA 2025 23.45 Petia (3, 4) – serial sens. 1.20 Sortownia (7, 8) – serial psychologiczny, Pol. 2023 3.00 Small World (1-3) – serial sensacyjny, Polska 2021 5.30 Premierowa jazda (2) – magazyn 5.50 Łapu capu – pr. rozrywk.	6.00 Rekruci (6) – serial dok. 7.00 Lotnisko na Alasce 4 (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 8.00 Porzucone konstrukcje (4) – serial dok., Wlk. Bryt. 8.55 Okręty wojenne (4) – dok. 9.55 Co poszło nie tak 4 (5) 11.00 Odprawa przedmeczowa – pr. publ. 13.00 Porzucone konstrukcje (6) – serial dok., Wlk. Bryt. 14.00 Chwila prawdy (10) 15.00 Okręty wojenne (5) – dok. 16.00 Lotnisko na Alasce 4 (2) 17.00 Hot Roads – Najniebezpieczniej drogi świata (4) – serial dok., Niem. 2011 17.55 Porzucone konstrukcje (5) – serial dok., Wlk. Bryt. 18.50 Chwila prawdy (9) – dok. 19.50 Hot Roads – Najniebezpieczniej drogi świata (5) – serial dok., Niem. 2011 20.50 Co poszło nie tak 5 (2) – serial dok., Wlk. Bryt. 2025 21.55 Projekt Fighter (5) 23.00 Lotnisko na Alasce 3 (8) – serial dokumentalny, USA 23.55 Dover 24/7 (2) – serial dok. 1.00 Misja Afganistan (5) – serial wojenny, Pol. 2012 2.00 Twardzielki (5) – dok., Pol. 2.40 W rytmie wolności (4) 3.45 Zwierzęta Wajraka (7, 8) – serial dok., Pol. 2022 4.55 Pogotowie remontowe Wieśka 4 (4, 5) – mag.	16.20 Detektyw Monk: Ostatnia sprawa – film kryminalny, 2023, 95 min 17.55 Pan Popper i jego pingwiny – komedia, USA 2011, reż. Mark Waters, wyk. Jim Carrey, 95 min 19.30 Jak wytrzesnąć smoka – film anim., 2010, 95 min 21.05 Blue Moon – dramat biograficzny, USA/Irlandia 2025, 95 min 22.40 Między nogami a reklamami: Historia Robin Byrd – dok., 2026 23.55 Pierwsza sprawa – dramat obyczajowy, Francja 2023, 100 min
AXN BLACK	POLSAT SERIALE				HBO 3 HD
8.50 Zagadki z przeszłości 3 (3) – przyg., Fr/Niemcy/Kan. 9.50 Gwiazdne wrota 6 (22) 10.50 Gwiazdne wrota 7 (1, 2) 12.50 Kobra – oddział specjalny 12 (11) – sens. 13.50 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 5 (6) – serial sens. 14.50 Drużyna A 3 (22) – sens. 15.55 Nieustraszone 2 (15) 17.00 Zagadki z przeszłości 3 (4) – przyg., Fr/Niemcy/Kan. 18.00 Gwiazdne wrota 7 (3-5) – serial s.f., USA/Kan. 2003 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 7 (1-4) – krym. 0.40 Nieustraszone 2 (15) – serial sensacyjny, USA	6.00 Kabaletowa Ekstraklasa (55) – pr. rozr. 6.05 Gliniarze (241-243, 751-754) – serial paradok. 13.05 Kowalscy kontra Kowalscy (1-4) – serial obyczajowy, Polska 2022 15.05 Świat według Kiepskich (471-474) – kom., Pol. 2015 17.05 Strażnik Teksasu (17-20) – serial sensacyjny, USA 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (7-10) – serial krym. 0.45 Ślad (93, 94) – krym., Pol. 2.45 Święty (260, 261) – serial komediowy, Polska 2022 4.05 Strażnik Teksasu (13, 14) – serial sensacyjny, USA				11.30 Po prostu uwierz – dram. obycz., 2024, 105 min 13.15 Lista A: 15 opowieści z azjatyckiej i pacyficznej diaspory 14.40 Istoty fantastyczne – komediodramat, USA 2024, 100 min 16.20 Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13 (19) 17.05 Bohemian Rhapsody – dramat biograf., Wielka Brytania/USA 2018, 130 min 19.15 Białe Lotos 3 (3) – kom. 20.15 Stamtąd 2 (2) – serial grozy, USA 2023 21.00 Czysta krew 6 (1-5)

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD	COMEDY CENTRAL HD	TVN FABUŁA HD	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA DVB-T2
6.00 Jedziemy na ryby! (27) – serial dokum. 6.55 Na ratunek 112 (865) – serial paradokum. 7.25 Doktor Martin (56) – serial obyczajowy 8.25 Przyjaciółki (175, 176) – obycz., Pol. 10.25 Świat według Kiepskich (32, 33, 123, 124, 212, 50, 51) – serial kom., Polska 14.00 Z dala od zgiełku – dramat obyczajowy, Wielka Brytania/USA 2015, 140 min 16.20 S.W.A.T. Jednostka specjalna – sens., USA 2003, 155 min 18.55 1000 lat po Ziemi – film s.f., USA 2013, 125 min	6.00 Tata ma plan (10, 11) – serial komediowy, USA 2016 7.00 Dwóch i pół 9 (14-17) – serial komediowy, USA 2012 8.55 Przyjaciele 3 (1-6) – kom., USA 1996-1997 11.55 Teoria wielkiego podrywku 12 (11-16) – serial komediowy, USA 2018-2019 14.30 Dwóch i pół 9 (18-21) – serial komediowy, USA 2012 16.30 Przyjaciele 3 (7-12) – serial komediowy, USA 1996-1997 Joey za wszelką cenę chce zdobyć rolę. Specjalnie udziela złej rady konkurentowi.	5.05 Szkoła (810) – serial paradokum. 6.00 Absolwenci (4) 6.30 Kino Buzz Top 5 (10) 6.45 Zakochani po uszy (133, 134) – telen., Pol. 7.45 Detektywi (165-168) – serial fab.-dokum. 9.50 Prawo Agaty 5 (8) – serial obycz., Polska 10.55 Lekarze 2 (2) – obycz. 11.55 Zapukaj do moich drzwi (36, 37) – telen. 13.55 Prawo Agaty 5 (7) 14.55 Detektywi – fab.-dok. 16.05 Na Wspólnej (29, 30) – serial obycz., Polska 17.10 Filmowe duety (2) 17.40 Najpiękniejsza muzyka filmowa (2) 17.55 Słodko-ostro – kom., USA 2021, 125 min	6.10 Knok (5) – serial krym. 6.55 Zabójczy zjazd absolwentów: Aurora Teagarden na tropie – film krym., USA 2020, 110 min 8.45 Morderstwa w Tuluzie – krym., Francja 2021, 125 min 10.50 Mentalista 4 (23, 24) 12.40 Mentalista 5 (1, 2) 14.30 Jak oszukać oszusta: Aurora Teagarden na tropie – film kryminalny, Kan./USA 2021, 110 min 16.20 Zabójstwo w Angouleme – film kryminalny, Francja 2021, 120 min 18.20 Mentalista 5 (3-6) – serial kryminalny	6.00 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 4 (2, 3) – dok. 6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dok. 7.20 Miś Kudłatek (3, 4) – serial animowany 7.40 Reksio (2, 5, 6) – anim. 8.25 Akademii Pana Kleksa (1/2, 2-ost.) – film przyg., Polska/ZSRR 1983, 195 min 11.40 Książę – film krótkometraż., 2021 11.55 Chłopi (1/2, 2-ost.) – film obyczajowy, 1973, 235 min 15.50 C.K. Dezerterzy (2-ost.) – kom., Polska/Węgry 1985, 95 min 17.25 Stawka większa niż życie (2, 3) – wojenny	6.00 Kabaretowe hity (5) 6.50 Wojciech Cieljowski – bosy przez świat 7.50 Robert Makłowicz (123, 218) – mag. kulin. 9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (2) – serial krym., Australia 10.55 Górski lekarz 14 (4, 5) – serial obycz. 12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (3) – serial krym., Australia 14.00 Zajazd. Będzie się działo (15, 16) 16.00 Katastrofy w przestworzach (4, 11, 8) – dok., Kan. 19.00 Aukcja w ciemno 3 (3) – serial dok., USA 19.35 Aukcje w ciemno 4 (4) – serial dok., USA
THRILLER	KOMEDIOWY	THRILLER	KRYMINALNY	BIOGRAFICZNY	KOMEDIA OBYCAJOWA
21.00 Gwiazdorski piątek: Ambulans – Japonia/USA 2022, 170 min Przybrani bracia napadają na bank. Uciekając, w akcie desperacji wdzierają się do karetki i biorą zakładników. Rusza za nimi pościg. 23.50 Nikita – dramat sensacyjny, Francja/Włochy 1990, reż. Luc Besson, 150 min 2.20 Ślad (27-29) – serial kryminalny, Polska 2018-2019 5.15 Na ratunek 112 (892) – serial paradokum., Pol. 2024	19.30 Teoria wielkiego podrywku 12 (17-22) Bernadette i Penny wybierają się do San Diego na zjazd przedstawicieli concernów farmaceutycznych. Druga z nich chce jak najlepiej wypromować nowy lek. 22.00 The Office PL 4 (12) 22.30 The Office PL 2 (1) 23.05 Comedy Club 2 (2, 3) 0.05 Miasteczko South Park 5 (5, 6) 1.00 Pracocholizy 6 (9, 10) 2.00 Śmiesznie nie będzie 3 (9, 10) – rozr. 3.00 Miasteczko South Park 5 (1-3)	20.00 Plan ucieczki – USA 2013, 155 min Ray, specjalista w dziedzinie zabezpieczeń zakładów karnych, pada ofiarą oszusta. Zostaje zamknięty w więzieniu. Opracowuje plan ucieczki. Zyskuje sojusznika. 22.35 Morderstwo doskonałe – thriller, USA 1998, 125 min 0.40 Trzy tysiące lat tęsknoty – film fantasy, USA/Australia 2022, 135 min 2.55 Najpiękniejsza muzyka filmowa (6) 3.05 Szkoła (764)	22.00 Zagadki Hailey Dean: Małżeństwo skazane na morderstwo – USA 2018, 115 min Handlarz dzieł sztuki zostaje znaleziony martwy w swojej galerii. Patolog ustalił, że zmarł na zawał serca, lecz po kremacji w popiołach wykryto arsenik. Hailey angażuje się w wyjaśnienie sprawy. 23.55 Kontrabanda – dram. sens., USA/Wlk. Bryt./Fr. 2012, 135 min 2.10 Zabójstwo w Angouleme – film kryminalny, Francja 2021, 120 min	20.00 Bo we mnie jest seks – 2021, 130 min Lata 60. Aktorka Kalina Jedrusik poślubia znanego pisarza, ale nie stroni od romansów. Naraża się wpływom Molskiemu, co komplikuje jej karierę. 22.10 Niepokonani – dram. przyg., USA/Polska/ZEA 2010, 190 min 1.20 Po miłość – dramat obycz., 2021, 105 min 3.05 Obcy musi fruwać – komediodramat, Pol./Niem. 1993, 140 min 5.25 Wskrzeszenie – etiuda filmowa, 2022	20.00 Brunet wieczorową porą – Polska 1976, 125 min W mieszkaniu Michała pojawia się niejaki Dziędek, który zaraz potem ginie w dziwnych okolicznościach. Michał chce rozwiązać zagadkę jego tajemniczej śmierci. 22.05 Poltergeist – horror, USA/Kanada 2015, reż. Gil Kenan, 110 min 23.55 Ekstradycja (1, 2) 2.40 Skrzydlate świnię – komediodramat, Polska 2010, 130 min 4.50 Jak umierają cywilizacje 3 (1)
CINEMAX HD	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD	SCI FI	FX HD	FILMBOX+ ONE HD	ROMANCE TV HD
14.35 Motyl i skafander – dramat biograficzny, Francja/USA 2007, 110 min 16.25 Ad Astra: Ku gwiazdom – film przyg., USA/Chiny/Brazylia 2019, 120 min 18.25 Mr. Deeds – milioner z przpadku – komedia romantyczna, 2002, 95 min 20.00 Królowe dróg i zombie – horror komediowy, USA 2025, 100 min 21.40 Challengers – dramat obyczajowy, 2024, 130 min 23.50 Aniołki Charliego – sens., USA/Niemcy 2000, 100 min 1.30 Road House – film sensacyjny, 2024, 120 min	13.25 Święty (27, 28) – kom., Pol. 14.25 Spadkobiercy (2) – rozr. 15.25 Co ludzie powiedzą? 2 (10) – serial kom., Wlk. Bryt. 16.05 Jedną nogą w grobie 6 (6) – serial kom., Wlk. Bryt. 16.55 Czarna Żmija 3 (6) – kom. 17.35 Młody Sheldon (10-12) – serial komediowy, USA 19.00 Dwóch i pół 9 (14-17) 21.00 Świat według Kiepskich (4-6) – serial kom., Pol. 2012 22.30 Co ludzie powiedzą? 2 (10) – kom., Wlk. Bryt. 1991 23.05 Jedną nogą w grobie (1) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.50 Czarna Żmija 4 (1) – kom. 0.30 Comedy Club 6 (3) – rozr.	6.55 Bibliotekarze 3 (8-10) 9.40 Medium 2 (21, 22) – krym. 11.30 Zagubiona tożsamość 5 (6, 7) – serial s.f., Kan. 2014 13.20 Przygody Merlina (7, 8) 15.20 Medium 3 (1, 2) – krym. 17.10 Zagubiona tożsamość 5 (8, 9) – serial s.f., Kan. 2014 19.00 Przygody Merlina (9, 10) 21.00 Nowy początek – film s.f., USA 2016, 140 min 23.20 "Odyseja" – Jak powstaje epos? 23.50 Zmierzch – film fantasy, USA 2008, 150 min 2.20 Zagubiona tożsamość 5 (8, 9) – serial s.f., Kan. 2014 4.10 Arcadia 2 (3, 4) – serial s.f.	7.00 Kości (8, 9) – serial krym. 9.00 SkyMed (9) – obycz., Kan. 10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (8, 9) – serial krym. 11.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (10, 11) 13.45 Agenci NCIS 8 (13, 14) 15.35 CSI: Kryminalne zagadki Miami (10, 11) – krym. 17.25 Z archiwum X (17, 18) – serial s.f., USA/Kan. 1995 19.15 Agenci NCIS: Sydney (9) 20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (12, 13) 22.00 Pociąg z forsą – film sensacyjny, 1995, 135 min 0.15 Z archiwum X (18) – s.f. 1.15 Zabójcze umysły (3-5)	8.05 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (10) 9.15 Panna Scarlet i komisarz 3 (5) – krym. 10.15 Panna Marple: Morderstwo na plebani – film krym., 2004, 120 min 12.15 Hudson i Rex 4 (15, 16) 14.30 Poirot (2) – serial krym. 16.40 Strażnik Teksasu (2, 3) 18.55 Poirot (1) – serial krym. 20.00 Legenda telewizji – komedia, USA 2004, reż. Adam McKay, 120 min 22.00 Rob Roy – przyg., USA/Wlk. Bryt. 1995, 175 min 0.55 Carrie – horror, USA 2013, 145 min	12.20 Pokój ze stajni: Teściowa na horyzoncie – komedia, 2021, 115 min 14.15 Inga Lindström: Zapomniany ślub – melodramat, Niemcy 2024, 110 min 16.05 Kätthe i ja: Córeczka tatusia – dramat obycz., Niemcy 2020, 115 min 18.00 Górski lekarz (186, 187) 20.00 Statek marzeń – Oman – film obyczajowy, Niemcy 2005, 115 min 21.55 Kto nakarmi królika? – komedia, Niemcy 2023, reż. Tim Trageser, 115 min 23.50 Górski lekarz (186, 187)
CINEMAX 2 HD	VIASAT EPIC DRAMA HD	NOVELAS+ HD	FX COMEDY HD	FILMBOX+ FILMS HD	PARAMOUNT NETWORK HD
15.25 Krótkie lato – film obyczajowy, Niem./Francja 2025, 100 min 17.05 Mikado – dramat obycz., Francja 2024, 95 min 18.40 Uderzyć w świat z pięści – film obyczajowy, Niemcy 2025, 110 min 20.30 Botanik – film fantasy, Chiny 2025, reż. Jing Yi, wyk. Ren Zihan, Eramazan Sarhet, 95 min 22.05 Kontinental '25 – komediodramat, 2025, 110 min 23.55 To jest ciało moje – komediodramat, Hiszpania 2023, 85 min	10.30 Lekarze na miast (25, 26) 12.00 Zatrącenie w miłości (55) 13.00 Sprawy pana Booka (5) 14.15 Agenci NCIS 17 (14) 15.10 Panna Marple: Morderstwo to nic trudnego – krym., USA/Wlk. Bryt. 2008, 115 min 17.05 Dalgliesh (2) – serial krym. 19.00 Agenci NCIS 17 (15) 19.55 Poirot 5 (7) – serial krym. 21.00 Marlow: klub zbrodni (4) – krym., Wlk. Bryt./USA 22.00 Morderstwo w małym mieście (4) – krym., Kan. 22.55 Poirot 5 (7) – serial krym. 0.00 Agenci NCIS 17 (15) 1.00 Sprawy pana Booka (5)	10.00 Opowieść o wyspie (14) 11.00 Otchłań namietności (137) – telen., Meksyk 2012 12.00 Za wszelką cenę (107) 13.00 Róże i grzechy (36) 14.00 Historia Juany (64, 65) 16.00 Róże i grzechy (37) 17.00 Za wszelką cenę (108) 18.00 Otchłań namietności (138) – telen., Meksyk 2012 19.00 Macocho (47) – telenowela 20.00 Opowieść o wyspie (15) 21.00 Historia Juany (65) 22.00 Róże i grzechy (37) 23.00 Za wszelką cenę (108) 0.00 Otchłań namietności (138) – telen., Meksyk 2012 1.00 Macocho (47) – telenowela	11.00 Jim wie lepiej 2 (1, 2) 12.00 Sposób użycia 2 (14, 15) 13.00 Wszyscy kochają Raymonda (16-20) – kom. 15.30 Simpsonowie 32 (19-22) 17.30 Jak poznałem waszą matkę 5 (15-17) – kom. 19.00 Współczesna rodzina 10 (20-22) – serial komediowy, USA 20.30 Współczesna rodzina 11 (1) – serial komediowy, USA 21.00 Family Guy: Głowa rodziny 20 (18, 19) – serial animowany dla dorosłych 22.00 Rodzina Addamsów – czarna komedia, USA 1991, 125 min 0.05 Simpsonowie 32 (15, 16)	12.45 Zadaj o siebie – kom. romant., 2014, 105 min 14.30 Leonie – dram. biograf., Francja/Wielka Brytania/Australia 2010, 115 min 16.25 Pokonać górę – dramat przygodowy, 2024, 110 min 18.15 Miłość x 3 – komediodramat, USA 2020, 105 min 20.00 Mieszkaniec – thriller s.f., Holandia 2025, reż. Hugo Keijzer, 115 min 21.55 Autostrada złodziei – film sensacyjny, USA 2025, 100 min 23.35 Olimp w ogniu – thriller, USA 2013, 130 min	9.25 Policjnia grupa pościgowa 18 (4) – dok. 10.30 Pingwiny z Madagaskaru 2 (21) 11.00 Gang Wiewióra 2 – film animowany, 2017, 120 min 13.00 Czarodziejki (11, 12) 14.55 Transformers: Ostatni Rycerz – film s.f., USA/Chiny/Kan. 2017, 190 min 18.05 Zakręcony – komedia, USA/Niemcy 2000, 115 min 20.00 Jestem Bogiem – thriller, USA 2011, 130 min 22.10 Ciche miejsce 2 – horror, USA 2020, 110 min 0.00 13 – thriller, USA 2010, reż. Géla Babluani, 120 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD	POLSAT SPORT 1 HD	CANAL+ SPORT HD	TVP SPORT HD	ELEVEN SPORTS 1 HD	Discovery DISCOVERY CHANNEL HD
6.30 Snooker: Tour Championship – mecz finałowy 8.30 Biegi górskie: GT World Series – Pitztal 9.00 Kolarstwo: Tour de Pologne – 4. etap 10.00 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 6. etap 11.00 Kolarstwo – studio 11.30 Kolarstwo: Tour de Pologne – 5. etap: Opole – Kocierz Resort 16.45 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 7. etap 18.00 Kolarstwo – studio	6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 8.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 10.00 Siatkówka plażowa: Grand Prix PGE – mecz kobiet 14.00 Siatkówka plażowa: Grand Prix PGE – mecz kobiet W turnieju w Uście udział bierze sześć zespołów, które na co dzień oglądamy w Tauron Lidze. Jeden z nich to Budowlani Łódź, których siatkarki sięgnęły po mistrzostwo Polski w kampanii 2025/26.	6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Cracovia – Pogoń Szczecin 8.20 Speedway+ – mag. 9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – CD Alaves 11.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Śląsk – Raków Częstochowa 13.45 1 na 1 Extra – mag. 14.55 Speedway+ – mag. 15.40 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – CD Alaves 18.00 Premier League Review – mag. 19.05 Piłka nożna: Widzew Łódź – Legia Warszawa (sezon 1995/96) 20.00 Super Piątek – mag.	6.15 Kolarstwo: Tour de Pologne – 4. etap: Zagań – Karpacz 7.45 Strongman: Puchar Polski – Mieleno 2026 8.45 Kamera TVP Sport 9.15 Lekkoatletyka: Mistrzostwa świata U-20 – Oregon 2026 – 2. dzień 10.55 Kolarstwo: Tour de Pologne – start 5. etapu: Opole – Kocierz Resort 11.30 Kolarstwo: Tour de Pologne – 5. etap: Opole – Kocierz Resort 17.25 Rajdowe Samochodowe Mistrzostwa Polski: Rajd Polski Retransmisja 17.55	6.00 Magazyn piłkarski 6.40 Najszybsze gole Bundesligi – mag. 7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – RB Lipsk 9.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter Mediolan – Hellas Verona 11.00 Formuła 3: Grand Prix Węgier 12.30 Formuła 2: Grand Prix Węgier 14.00 Formuła 1: Grand Prix Węgier 16.00 Piłka nożna: Liga włoska: Bologna – Inter 18.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – RB Lipsk 20.00 Made in Italy (7): Juventus	6.00 Łowcy kryształów 7.00 Budowa na końcu świata – serial dok. 8.00 Zoom na architekturę 9.00 Parker na złotym szlaku 2 – serial dok. 10.00 Stacja Alaska – dok. 11.00 Przetrwać nad Jukonem – serial dok. 12.00 Porty: Hiszpania (7) 12.30 Nagi instynkt przetrwania: Brazylia 2 – dok. 15.00 Złomowisko PL 7 (14) – serial dokum. 16.00 Łowcy opali 8 – dok. 17.00 Przemysłnicy: na lotniskach – dok. 18.00 Polscy truckersi (6) 19.00 Nagi instynkt przetrwania – dok.
KOLARSTWO	TENIS	PIŁKA NOŻNA	PIŁKA NOŻNA	PIŁKA NOŻNA	DOKUMENTALNY
18.30 Tour de Pologne – 5. etap: Opole – Kocierz Resort Na 218-kilometrowej trasie wyznaczono między innymi trzy premie lotne. 20.00 Snooker: Turniej Shanghai Masters – mecz finałowy 22.00 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 7. etap 23.00 Kolarstwo: Tour de Pologne – 5. etap: Opole – Kocierz Resort 0.00 Snooker: Turniej Shanghai Masters – finał	18.30 Turniej ATP w Montrealu – mecz 3. rundy gry pojedynczej Rok temu najlepszym tenisistą imprezy w Kanadzie został Ben Shelton. Amerykanin na drodze do finału pokonał m.in. Alexa de Minaura, a w decydującym meczu ograł Kariena Hachczanowa. 20.30 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – mecz 3. rundy 23.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 1.00 Boks	20.25 PKO BP Ekstraklasa – mecz: Wisła Kraków – Wisła Płock To pierwsze spotkanie tych zespołów od sezonu 2024/25, kiedy obydwie ekipy grały na zapleczu Ekstraklasy. 22.30 Super Piątek – mag. 23.15 Na pierwszym planie (2) – dok., Pol. 0.00 Sporty walki: ONE Friday Fights 165 3.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Pogoń Szczecin – Motor Lublin 5.30 Premier League Stories (52) – mag.	19.55 Betclix 1. Liga: Polonia Warszawa – Ruch Chorzów W ubiegłym sezonie Czarne Koszule były się o awans do Ekstraklasy. Przegrały w półfinale barażu. 23.00 Sportowy wieczór 23.30 Kolarstwo: Tour de Pologne – 5. etap: Opole – Kocierz Resort 1.05 Skoki do wody: ME – Paryż 2026 – trampolina 3 m mężczyzn 2.00 Lekkoatletyka: MŚ U-20 – Oregon 2026 – 3. dzień	20.25 2. liga niemiecka: Bochum – Hertha BSC Spotkanie inaugurujące sezon na zapleczu Bundesligi. Poprzednie starcie tych ekip zakończyło się remisem 1:1. 22.40 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag. 23.30 Ligue 1 Season Review (36) – mag. 0.40 Made in Italy (16, 15, 13) – mag. 1.35 Udinese – Najbardziej polski klub we Włoszech 2.00 Piłka nożna: Liga włoska: Roma – Lazio	20.00 Szczęki w powietrzu: USA Prowadzący schodzą w oceaniczne głębiny, by z bliska przyjrzeć się jednemu z najbardziej niebezpiecznych drapieżników na Ziemi i odkryć tajemnice, które skrywa. 21.00 Zawodowcy (3) 22.00 Najniebezpieczniejszy zawodź świata 22 – dok. 23.00 Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata (8) – reality show 1.00 Hotrod w Kindiga 7 – serial dok.
EUROSPORT 2 HD	POLSAT SPORT 2 HD	CANAL+ SPORT 2 HD	EXTREME CHANNEL HD	ELEVEN SPORTS 2 HD	life DISCOVERY LIFE HD
14.00 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 6. etap 15.15 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 7. etap 18.00 Snooker: MŚ w Sheffield: S. Murphy – W. Yize 19.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Chamionix – speed kobiet i mężczyzn 20.00 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 7. etap 20.30 Biegi górskie: GT World Series – Pitztal – podsumowanie 21.00 Golf: Wyndham Championship – 2. runda 0.00 Kolarstwo kobiet: Tour de France – 7. etap	6.00 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – 3. runda 8.30 Tenis: Turniej ATP w Montrealu – 3. runda 11.00 KOTV Classics – mag. 12.00 Tenis: Turniej WTA w Warszawie – półfinał 14.00 Tenis: Turniej WTA w Warszawie – półfinał 16.00 Tenis: Turniej WTA w Warszawie – finał 18.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 20.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 23.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 1.00 Sporty walki: FEN	8.20 Tenis: Turniej WTA w Toronto – mecz 3. rundy 10.40 Tenis: Turniej WTA w Toronto – mecz 3. rundy 13.00 8 wspaniałych (5, 1) 14.40 Tenis: Turniej WTA w Toronto – mecz 3. rundy 17.00 Tenis: Turniej WTA w Toronto – mecz 3. rundy 18.30 Tenis: Turniej WTA w Toronto – mecz 3. rundy 20.30 Tenis: Turniej WTA w Toronto – mecz 3. rundy 23.00 Tenis: Turniej WTA w Toronto – mecz 3. rundy 1.20 8 wspaniałych (5) – dok. 2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa	9.00 Beyond The Beaten Path 10.00 World of X Games 2018 11.00 X Games – Minneapolis 12.00 Drift Allstars: Bust Ups & Burn Outs (5, 6) 13.00 IMMAF European Open 14.00 WWE Highlights (73-75) 15.05 WWE Classic Gold (6, 9) 17.00 KPW Kombit TV (15, 28) 19.00 WWE Classic Gold (11) 20.00 AEW Dynamite (2630) 22.00 PTW Wrestling (14) 0.45 WWE Classic Gold (83) 1.00 New Japan Wrestling – Highlights (10) 2.00 World of X Games 2018 3.00 Beyond The Beaten Path (4) – serial dokumentalny	12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Wolfsburg 14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Hellas 16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – 1. FC Köln 18.00 Formuła 1: GP Węgier 20.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Bologna FC – Inter Mediolan 22.00 Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością – dok. 22.40 Bundesliga Special (21) 23.45 Najszybsze gole Bundesligi – mag. piłkarski	8.15 Szpital (539, 540) 10.15 Nowa Majka w ogrodzie 11.15 Idealna niania 5 (5, 6) 12.45 Klinika bez tajemnic 14.45 Szpital (538, 539) 16.45 Idealna niania 5 (4-7) 19.45 Klinika naturalnego piękna (4) – reality show 20.15 De Frogers: przygoda na kółkach (5) 21.15 Dr Pyszczylla 3 (17) 22.15 Miłosny znak zodiaku (4) 23.15 Nie do uwierzenia! (17) 0.15 Sekrety lekarzy (6) 1.15 Wycieczkowicz (10) 2.15 Druga twarz 3 (4) – rozr. 3.15 Szpital (388, 389) 5.15 Klinika urody (4) – mag.
POLSAT SPORT FIGHT HD	POLSAT SPORT 3 HD	CANAL+ SPORT 3 HD	ELEVEN SPORTS 4 HD	ELEVEN SPORTS 3 HD	CANAL+ DOKUMENT HD
13.35 Z archiwum ESPN – mag. 14.25 Boks: Babilon Boxing Show w Ożarówie Mazowieckim: A. Jedrzejczyk – H. Connart 16.35 K.O. TV Weekly (32) 17.05 Sporty walki: FEN 54 w Pile: Gracjan Wyrosław – Maksim Grabovich 18.50 Sporty walki: Thunderstrike Fight League 34 w Przytyku – walka: Karol Skrzypczek – Kamil Zysmusowski 20.55 Boks: Rocky Boxing Night w Kościelzinie – waga ciężka: K. Meyna – A. Wright 23.10 Sporty walki: Babilon MMA 57 w Ciechanowie	11.00 Piłka ręczna plażowa: MP – Tczew 2026 12.00 Piłka ręczna plażowa: MP – Tczew 2026 13.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 15.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 18.00 Piłka ręczna plażowa: MP – Tczew 2026 19.00 Piłka ręczna plażowa: MP – Tczew 2026 20.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 22.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 1.00 Sporty walki: Babilon MMA	8.30 Żużel: Metalaks 2. Ekstraliga: Polonia Bydgoszcz – Polonia Piła 11.15 Speedway+ – mag. 12.00 Magazyn Metalaks 2. Ekstraliga – mag. 12.50 Liga: Extra – mag. 15.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Motor Lublin – Jagiellonia Białystok 17.30 Speedway+ – mag. 18.05 Żużel: PGE Ekstraliga: Unia Leszno – GKM Grudziądz 21.00 Sporty walki: ONE Friday Fights 165 0.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Pogoń Szczecin – Motor Lublin	14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: 1. FC Köln – Eintracht Frankfurt 16.00 Piłka nożna: Liga francuska: Paris FC – Lens 18.00 Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością – dok. 18.30 Ligue 1 Show (35) – mag. 19.00 Made in Italy 20.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Sporting CP – CD Tondela 22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Milan – Cagliari 0.00 Piłka nożna: 2. liga niemiecka – mecz: VfL Bochum – Hertha BSC	14.00 Piłka nożna: Liga francuska: Monaco – Lens 16.00 Bundesliga Special (21) 16.55 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag. piłkarski 17.30 Made in Italy (19, 20) 18.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Genoa CFC – AC Milan 20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: 1. FC Köln – Eintracht Frankfurt 22.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Olympique Marsylia – Lens 0.00 Podróż do świata Calcio – magazyn piłkarski	10.05 Polska z góry 5 (7-9) 11.35 Cztery pory roku w Japonii (3, 4) – dok., Jap. 13.35 Agnieszka Radwańska. Anatomia zwycięstwa 15.10 Lili – film dokum., Pol. 2021 16.30 Charlie Chaplin: duch wiochęgi – film dokum. 18.05 Prawda czy fałsz. Psychologia trumpizmu 19.40 Rum i rewolucja. Historia Hawany – dok. 20.30 Triumf i upadek. Historia Michaela Jacksona (1-4) – serial dok. 0.05 Becoming Madonna 1.45 O co biega? (1) – mag. 2.20 Czarna domena (3, 4)

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB T2	TVP HISTORIA DVB T2	HISTORY HD
6.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny, Kanada 8.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny, USA 2019 11.00 Niemiecka budowlanka (2, 3) – program rozrywkowy 13.00 Kosmiczna mapa skarbow – serial dokumentalny, USA 2018 15.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny, USA 2020 18.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny, Kanada 2013-2014	6.00 Śmierć w cieniu stadionu 2 – serial kryminalny, USA 8.00 Mroczne sekrety Ameryki – cykl dokumentalny, USA 10.00 Zbrodnia w sąsiedztwie 2 – serial dokumentalny 12.00 Taśmy zbrodni – serial dokumentalny 14.00 Celnicy na straży Europy 4 (7, 15, 8, 16) – serial dok., Hiszpania 16.00 Przerwana siłanka – serial dokumentalny 18.00 Krwawe tajemnice – serial paradoksm. 20.00 Prawdziwy koszmarny z ulicy Wiazów – serial dokumentalny	8.00 Car S.O.S. (1) – dok. 9.00 Uwaga, katastrofa! (6) – serial dok., Kan. 10.00 Porzucone konstrukcje (4) 11.00 Plemienna szkoła przetrwania: Amazonia (1) – dok. 12.00 Pogodowe anomalie (1) – dok. 13.00 Katakizmy pogodowe (1, 2) 15.00 Katastrofa w przestworzach (7) 16.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic: Tajemnice zapisane w kościach (1) – film dokum., USA 2026 17.00 Sekrety starożytnej medycyny (5) – serial dokumentalny	6.05 48h. Zaginieni (5) 7.00 Była sobie Ziemia 8.55 Wehikuł czasu (807) 9.00 Starożytni kosmici (4) – serial dok., USA 10.00 Gwiazdy lombardu (2, 3) – reality show 12.00 Tajemnice II wojny światowej (5) – dok. 13.00 Poszukiwacze historii (11, 12) – dok. 14.00 Łowcy nazistów (13) 15.00 Truckerzy przez Australię (5) – dok. 16.00 Dorwać tuńczyka (8, 9) – serial dok., USA 18.00 Rolnicy. Podlasie (6, 7) – serial dokum. 20.00 Kosmos – niewyjaśnione tajemnice starożytności (1)	6.10 Fake czy historia? Zakochaj się w Polsce (65-67) 8.25 Flesz historii 9.00 Kolumbowie (2) 10.05 „Czas honoru. Powstanie” – na planie serialu 10.30 Plaże Europy (6) 11.35 Gdziekolwiek będę... (film o Marku Grechucie) 12.35 Tutanchamon: życie, śmierć i dziedzictwo (2) 13.35 Królowie (75) – hist. 14.10 Cztery pancerni i pies (18) – wojenny 15.20 Sensacje XX wieku 17.40 Kolumbowie (3) 18.50 Wszystkie kolory świata (9) – dok., Fr.	13.05 Starożytni kosmici 17 (8) – dok. 14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 3 (4) – serial dok., USA 14.50 Największe tajemnice świata 7 (1) – dok., USA 15.45 Gwiazdy lombardu 13 (6) 16.15 Jak to wyjaśnić? 4 (3) – serial dok., USA 17.10 Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2 (20) – dok. 18.10 Największe tajemnice świata 7 (7) – serial dok., USA 19.05 Starożytni kosmici 16 (8) – dok. 20.00 Starożytni kosmici 17 (8) – dok.
DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DRAMAT WOJENNY	DOKUMENTALNY
21.00 Poszukiwacze dinozaurów Clay wraca do Montany. Liczy, że czekają tam na niego cenne znaleziska. Mike i jego ekipa kontynuują wykopaliska w miejscu znalezienia skamieniałości triceratopsa. 23.00 Tesla: Niebezpieczny umysł – serial dokum. 1.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny 5.00 Kosmiczna mapa skarbow : Związki z Kolumbem – serial dokumentalny, USA	21.00 Premiera: Zabójczy blond 2 : Zły lek – USA 2025 W 2015 roku początkujący raper Daeveon marzył o sławie i uznaniu. Podejmuje coraz bardziej ryzykowne decyzje. Wpada w tarapaty. 22.00 Mroczne sekrety Playboya 3 – serial dokum., USA 2024 23.00 Zbrodnia z pierwszych stron gazet: uciekam seryjnemu mordercy – dok., USA 0.00 Koleżanki na zabój 1.00 Zabójczy blond 2	18.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (6, 3) Specjaliści analizują przebieg serii walk o las Hurtgen w okresie od 19 września 1944 do 10 lutego 1945 roku. 20.00 Katastrofa w przestworzach (2) – serial dok. 21.00 II wojna światowa: Historia przed trybunałem (3, 4) 23.00 Norymberga: Zaginione zeznania 0.00 Wcielenia zła – dok. 1.00 II wojna światowa: Historia przed trybunałem (3)	21.00 Premiera: Koloseum (3) – Wielka Brytania 2022 Rozwój Cesarstwa przyniósł wzrost liczby egzotycznych zwierząt, które zabawiały tłumy w Koloseum. Widzowie przekonają się, czy mistrz bestii Karpofor przetrwa pojedynek z dzikimi stworzeniami. 22.00 Naziści: ściśle tajna nauka (1, 2) – dok. 0.00 Świat według Kim Dzong Un – film dokum., Francja 2022 1.00 Rolnicy. Podlasie (43-46) – serial dok. 5.00 Kolowrotek (8, 9)	20.00 Miasto 44 – Polska FILM 2014, 130 min Rok 1944. Zakochani w sobie Stefan i Alicja działają w konspiracji. Podczas walk o Warszawę ich miłość zostaje poddana poważnej próbie. 22.10 Historia w postaciach zapisana – cykl dok. 0.10 Sensacje XX wieku – program historyczny 2.05 Cztery pancerni i pies (18) – serial wojenny, Polska 1970 3.10 Les Milles – dramat wojenny, Fr./Niem./Polska 1995, 107 min	21.00 Wojownicy wszech czasów (5) – USA 2026 Spartanie uchodzą za jednych z najpotężniejszych żołnierzy w historii. Ich skuteczność wynikała z bezwzględnej dyscypliny oraz podporządkowania życia służbie wojskowej. 22.00 Starożytni kosmici 17 (8) – dok. 23.00 Jak to wyjaśnić: tajemnice UFO (2) – serial dok., USA 23.55 Jak to wyjaśnić? 5 (13) – serial dok., USA 0.50 Starożytni kosmici 17 (8) – dok.
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
9.00 Polscy szpiedzy (2) – dok. 10.00 Zwarte szereg, czyli z archiwum Czołwów 11.00 Militarista na warsztat (2) 12.00 Muzealne tajemnice 14.00 Łowcy staroci: Renowacje (18, 19) – dok. 16.00 Perełki na warsztat 18.00 Łowcy staroci – dok. 20.00 Zoom na architekturę 22.00 Maraton przetrwania 0.00 Na tropie legendarnych potworów – serial dok. 2.00 Zwarte szereg, czyli z archiwum Czołwów 3.00 Mikroporygoda (9) – dok. 4.00 Pasja – sposób na życie 5.00 Łowcy staroci (7) – dok.	12.35 360° Świat bez granic 13.40 Ocalić raj (4) – serial dok. 14.45 Zdrzyc/Patrioci (5) – dok. 15.50 Niezwykłe podróże kolejną 12 (2) – serial dok. 16.55 Świat z góry (4, 5) – dok. 18.00 Dokąd dzisiaj? 4 18.40 Od 0 do 9. Wielka historia liczb (3) – dok., Fr. 19.45 Tutanchamon: wielkie odkrycie – film dokum., Fr. 21.00 1874. Narodzin impresjonizmu – film dok. 22.50 Parada równości 23.10 Planeta Sek (5) – dok. 0.15 Niezwykłe podróże kolejną 12 (3) – serial dok. 1.25 Polska z góry 5 (5) – dok.	8.00 W świecie szympanów 9.00 Niezwykły dr Pol 12.00 Zwierzaki w amoku (3) 13.00 Wielka piątka Afryki 14.00 Olbrzymy z głębin – dok. 15.00 Wrogi świat (4) – dok. 16.00 Chiny: ukryte królestwa 17.00 Kraina ryśa iberyjskiego (1) – dok. 18.00 Parki Narodowe Ameryki (5) – serial dok. 19.00 Dziką konfrontacją (5) 20.00 Zabójcze safari (2) – dok. 21.00 Niezwykły dr Pol 2.00 Dziką Afryka 3.00 Olbrzymy z głębin – dok. 4.00 Wrogi świat (4) – dok.	8.50 Wielkie rzeki (4) – dok. 9.55 W okowach mrozu 4 (4) 10.50 Wulkany: odliczanie (4) 11.55 Drapeżniki – serial dok. 12.55 W okowach mrozu 4 (4) 13.50 Wulkany: odliczanie (1) 14.55 Wielkie rzeki (4) – dok. 16.00 W okowach mrozu 4 (4) 16.55 Dzikie tajemnice Chin 17.55 Dzienniki jaguara (5) 19.00 Wielkie rzeki (4) – dok. 20.00 W okowach mrozu 4 (5) 21.00 Śpiące olbrzymy: wulkany Europy – dok. 22.10 Drapeżniki – serial dok. 23.05 W okowach mrozu 4 (5) 0.00 Wulkany: odliczanie (1) 1.05 Wielkie rzeki (4) – dok.	10.05 Życie na pustkowiu 7 (9) 11.05 Wędrówki z dinozaurami (5) – dok. 12.10 Malownicze trasy kolejowe 5 (9) – serial dok. 13.10 Wielkie koty 24/7 2 (6) 14.25 W okowach mrozu 5 16.25 Sekretne życie ogrodu 17.30 Wielkie koty 24/7 2 (6) 18.30 Malownicze trasy kolejowe 5 (10) – dok. 19.45 Wietnamskie przygody Billa Bailey (3) – dok. 20.55 W okowach mrozu 6 22.55 Na krawędzi katastrofy (6) – serial dok., Wlk. Bryt. 23.55 Zabójcza pogoda 5 (9) 1.00 Wielkie koty 24/7 2 (6)	13.00 Irwinowie – następne pokolenie 2 – serial dok. 14.00 Resocjalizacja z pitbullem 7 – serial dok. 15.00 Kot z piekła rodem 17.00 Na tropie wymarłych gatunków – serial przyrod. 18.00 Weterynarz z Gór Skalistych – serial dok. 19.00 Cztery kły, cztery łapy – serial dokumentalny, USA 20.00 Podwodni mordercy 21.00 Klan z Alaski – serial dok. 22.00 Projekt akwarium – dok. 23.00 Resocjalizacja z pitbullem 7 – serial dok. 0.00 Alaska: Ostatni przystanek – serial dok.
TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
13.50 Krainy cudów natury (3) 14.50 Fascynująca migracja (12) 15.55 Zdumiewające ciało człowieka (2) – film dok. 16.55 Pociągami dookoła świata (10) – cykl dokum. 17.50 Sanatorium miłości 7 (8) 18.45 Kiedy umilknie wiatr 20.00 Z ust rojalów (3) 20.50 Lasy północnej Europy 21.05 Plaże Europy (5) 22.10 Śmierć w drodze do domu – dok., Wlk. Bryt. 23.20 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn 23.30 Achilles Lauro: statek w rękach terrorystów 0.40 Sanatorium miłości 7 (7)	8.15 48h. Zaginieni (166, 167) 10.15 Polacy za granicą (61, 62) 12.20 Wojny kontenerowe 2 13.20 Koloseum (1, 2) – dok. 15.20 Rycerze przestworzy (1) 16.30 Bitwy morskie – historia okrętów wojennych (1) 17.30 Podglądacz przyrody 19.35 Cuda oceanu (1, 2) – dok. 20.50 Dzikie psy (1) – serial dok. 22.00 Największe góry świata. Życie nad chmurami (1) 23.10 Świat z góry (7, 8) – dok. 0.25 Kroniki Hitlera (13) – dok. 1.30 Tajemnice II wojny światowej (23) – dok. 3.05 Tajna historia XX wieku (81, 82) – serial dokum., Pol.	14.15 Australijskie poszukiwacze złota 8 16.10 Ciężarówka po lepsze życie (6) – serial dokum. 17.10 Bohaterowie z St. John 2 (4) – serial dok. 18.10 Złoto Jukonu 2 – dok. 19.00 Australijskie poszukiwacze złota 9 21.00 Największe budowle 3 22.00 Australijskie poszukiwacze złota 10 23.00 Katastrofy w przestworzach 3 (9) 0.00 Nago, samotnie i do domu daleko (5) 1.05 Australijskie poszukiwacze złota 10	10.55 Tajne bazy nazistów (4) 11.55 Majowie: wojna pięciu królestw (1-4) – serial dok. 16.30 II wojna światowa: cena imperium (10) – serial dok. 17.35 Największe postaci zimnej wojny 2 (4) – dok. 18.50 Machu Picchu: kamienne miasto – dok. 19.50 Wojny faraonów (4) – serial dok., Francja 2024 21.05 Najgroźniejsi ludzie Hitlera (10) – serial dokum. 22.05 Sisi: bojówstwo cesarzowej – dok., Niem. 23.05 Tajne bazy nazistów (5) 0.00 Majowie: wojna pięciu królestw (1-4) – dok., Fr.	14.10 Dla mnie już nie żyjesz 15.05 Zabójcze wakacje (12) 16.00 Pogrzebani za domem 6 17.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 3 (2) – dok. 18.00 Polskie zabójczynie 2 20.00 Ktoś ma coś do ukrycia (5) – serial dok., Wlk. Bryt. 21.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (20) – dok. 22.00 Nastoletnie polskie zabójczynie (1, 2) – dok. 22.00 Najbardziej szokujące przypadki sądowe 8 23.00 Najbardziej szokujące posłgi 2 (5, 6) – serial dok. 23.55 Kobiety, które niosły śmierć 13 (7) – serial dok.	8.05 Walka o bagaż (8-11) 10.10 Kulinarne podróże z Guyem Fierim (10-13) 12.15 Megaladunki (7, 8) – dok. 14.20 Człowiek kontra jedzenie (12) – mag. kulin. 14.55 Niezwykłe Stany Prokopa (2, 3) – pr. rozr. 16.55 Tropicielki rodzinnych historii (3, 4) – serial dok. 18.55 Survival we dwójce (4, 5) 21.00 Nagi instykt przetrwania (7, 8) – dok. 23.05 Kobieta na krańcu świata (6-8) – serial dok. 0.50 Megaladunki (7, 8) – dok. 2.50 Tropicielki rodzinnych historii (3, 4) – serial dok.

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TVN STYLE HD
12.10 Chichot losu (2, 3) 13.50 Polonia 24 Tygodnik 15.00 Serwis Info – pr. inf. 15.10 Wszystko przed nami (98) – obycz. 15.40 Słowo daje! – mag. 15.50 Dlaczego krowa... 16.00 Wyszynski. Wróg nr 1 – dok., Pol. 2020 17.00 Telexpress 17.20 Gra słów. 17.50 Telexpress Extra 18.15 Stacja Arktyka 18.45 Panorama 19.20 Powstanie Warszawskie dzień po dniu (7) 19.30 Program informacyjny 19.30 19.55 Pytanie dnia – publ. 20.10 Sport, pogoda	6.40 Gra słów. Krzyżówka (1091) 7.10 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin. 8.20 Familiada – telet. 8.55 Va banque (961) 9.25 Koło fortuny (1998) 10.05 Makłowicz w podróży – mag. 10.45 Postaw na milion 12.40 Familiada – telet. 13.15 Czerdziołatek (3) – obycz., Pol. 1974 14.15 Pan Mama (44, 45) Miras i Bruno sprzedają ten sam produkt wszystkim sąsiadom, którzy czekają na tanie dostawy z Chin. 15.35 Tak to leciało! (75) 16.35 Do śmiechu! (3) 17.25 Va banque (962)	6.05 Demakijaż (23-26) – program rozrywkowy 8.00 halo tu polsat cafe (12) – magazyn poradnikowy 11.05 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (10) – reality show 13.00 Oszukane (10) – serial paradokum, Pol. 2015 14.00 Komisarz Mama (5) – serial kryminalny, Polska 2021 15.00 Bogaty dom – biedny dom (127) – reality show 15.55 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (70) – reality show 18.00 Nasz nowy dom (274, 275) – reality show, Polska	6.00 Strażnik Teksasu (3, 4) – sens., USA 1993 7.55 Bogaty dom – biedny dom (107) 8.55 Policjanci i Policjanci (550, 551) – serial obycz., Polska 10.55 Na ratunek 112 (1148, 1149) – paradok. 11.55 Dlaczego ja? (1577, 798) – paradok. 13.55 Trudne sprawy (818-820) – paradok. 16.55 Policjanci i Policjanci (1419) – serial obycz., Polska 18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (537) – reality show 19.00 Policjanci i Policjanci (1420) – serial obycz., Polska	6.00 Strażnik Teksasu (3, 4) – sens., USA 1993 7.55 Bogaty dom – biedny dom (107) 8.55 Policjanci i Policjanci (550, 551) – serial obycz., Polska 10.55 Na ratunek 112 (1148, 1149) – paradok. 11.55 Dlaczego ja? (1577, 798) – paradok. 13.55 Trudne sprawy (818-820) – paradok. 16.55 Policjanci i Policjanci (1419) – serial obycz., Polska 18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (537) – reality show 19.00 Policjanci i Policjanci (1420) – serial obycz., Polska	10.35 Detektywi (67, 68) 12.35 Zakup w ciemno 4 (20) – reality show 13.35 Zakup w ciemno 6 (17) – reality show 14.35 Nic do zgłoszenia 5 (4) – serial dokum., Pol. 15.35 Złomowisko PL 6 (10) – serial dokum. 16.45 Express – pr. inform. 16.58 Pogoda, sport 17.05 Usterka 14 (18) 17.45 Życie na kredyt 8 (17, 18) – reality show 18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 16 (9) 19.45 Express – pr. inform. 20.05 Zakup w ciemno 6 (18) – reality show 21.05 Zakup w ciemno extra (10) 21.45 Express – pr. inform.	5.20 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (3) – reality show 5.55 Ach, ten ślub! (8) – program rozrywkowy 6.50 Damy i wieśniaczki. Ukraina 7 (18) – serial fab.-dokum. 7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn 11.25 Ugotowani (9, 10) – pr. kulin.-rozrywk. 13.30 Kuchenne rewolucje (5, 15-ost.) – program rozrywkowy 15.35 Zgłoś remont 11 (1) – program rozrywkowy 16.35 Pary młode ponad miarę (5) – pr. rozr. 17.40 Kuchenne rewolucje (13, 6, 11) – program rozrywkowy



20.25 Echo serca (8) – Polska 2019

Pacjentka oskarża Szymona o molestowanie. Magda za-uważa jej dziwne zachowanie. Prosi Thomasa o konsultację. Okazuje się, że kobieta ma rozległego guza mózgu.

- 21.15 Na sygnale (655, 656) – serial fab.-dokum.
22.15 63. KFPF w Opolu – Superjedynki.
40-lecie Telexpresu (2) – koncert
23.15 Panorama
23.45 Matki, żony i chłanki (21)
0.40 Rodzinka.pl (276)



19.10 Okrasa lamie przepisy

Tematem odcinka są sosy ze świeżych ziół. Prowadzący przybliża ich rolę w kuchni. Przygotowuje sałatkę z dorsza z sosem z kalendaria oraz pierś kurczaka z bazylią.

- 19.40 Makłowicz w podróży – mag.
20.15 Postaw na milion Tygodnik
22.10 Moralnego Niepokoju – The Best of (49) – pr. rozr.
22.55 Kabaret Letnia Porą (20) – pr. rozrywk.
23.55 Do śmiechu! (5)



20.00 Kolacja w ciemno (51) – Polska

Szukająca miłości bohaterka otrzymuje różne wersje menu od pięciu samotnych mężczyzn. Wybiera spośród nich trzy propozycje i spotka się z ich autorami.

- 21.05 Więzienie kobiet (108, 109) – serial dokumentalny, Polska
22.00 Gry małżeńskie (207, 94, 95) – reality show
1.05 Więzienie kobiet (85-88) – serial dokum.
3.00 Zdrady (22-24) – serial paradokum.



20.00 Gwiazdy Kabaretu (179, 157) – Polska

Kabaret Ciach zaprezentuje skecze: „Maż wybiera”, „Oto chłopto”, „Dzień kobiet” i swoją wersję numeru Stanisława Tyma pt. „Baba bije chłopca”.

- 22.00 Leon zawodowiec – dram. sens., Francja/USA 1994, 140 min
0.20 STOP Drogowka
1.20 Love Island.
2.25 Wyspa miłości (49)
Hardkorowy
lombard 4 (40) – dok.
2.55 Śmierć na 1000 sposobów (12) – dok.
3.25 Lubię disco!



22.00 99 – Gra o wszystko. VIP 6 (4)

Uczestnicy muszą zjeść surowy makaron i zmierzyć się z ośmiokilogramową galaretką. Potem zaważać o snopek siana, czeka ich także wiosłowanie na suchym ładzie.

- 23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (9, 10) – pr. rozrywk.
1.00 Diableni boskie 3 (1, 2) – reality show
1.55 Damy i wieśniaczki. Za granicą 2 (11, 12) – serial fab.-dokum.
3.55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (522)



20.50 Bitwa o gości (1)

Justyna i Olaf zapraszają przedstawicieli konkurencji do domków na wodzie pod Krakowem. Kasia prowadzi wraz z Andrzejem agroturystykę ze stadnią koni.

- 21.50 Jestem z Polski 16 (16) – serial dokum.
22.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9
0.15 Mroczne sekrety małżeńskie (5) – dok.
1.20 Dorota was urządzi! (3) – program rozrywk.
2.05 Nieoczekiwane miejsca (2) – dok.

TVP HD	HD
8.55 Ojciec Mateusz 25 (325, 326) – krym., Pol. 2021 10.45 Gra słów. Krzyżówka 11.20 Na sygnale (712, 713) 12.25 Ojciec Mateusz 8 (107) 13.20 Komisarz Alex 4 (71) 14.15 Ranczo 3 (37, 38) – obycz. 16.10 Postaw na milion – telet. 17.10 Okrasa lamie przepisy 17.45 Makłowicz w podróży 18.20 Ojciec Mateusz 27 (350) 19.20 Ranczo 3 (29) – obycz., Pol. 20.10 Rodzinka.pl (218, 219) 21.25 Ojciec Mateusz 34 (441) 22.20 Dzień Patriotów – thriller. FILM Hongkong/USA 2016, reż. Peter Berg, 140 min 0.40 Krew z krwi (1-3) – sens.	

TVP HD	HD
10.50 Wochenblatt TV – pr. inf. 11.10 Dzisiaj w regionie – inf. 11.15 Pogoda 11.25 Muzyczne dni dobry 12.35 Klasy i Lachy – pr. rozr. 13.35 Hansi Hinterseer zaprasza – pr. rozrywk. 18.00 Koncert życzeń 19.05 Muzyczne lato – pr. muz. 19.55 Rosamunde Pilcher: Kobieta na klifie – melodramat, Niemcy 2013, 120 min 21.55 Rosamunde Pilcher: Stare serca nie rdzewieją – melodramat, Niemcy 2013, 85 min 23.20 Szlagierowa lista – muz.	

ZOOM	ZOOM
8.05 Strażnik Teksasu 2 (2, 3) – serial sensacyjny, USA 10.00 MacGyver 4 (6, 7) – sens. 12.05 Sekrety starożytnych inżynierii (2) – serial dok. 13.25 Sensacje XX wieku (8, 9) 15.45 Wojciech Ciejrowski – bosy przez świat 18.00 FBI 4 (4, 6) – serial krym. 20.00 Kobra – oddział specjalny 25 (5, 6) – sens. 22.00 Hity polskiego kabaretu 7 (8) – pr. rozr. 23.00 Magia nagości. Włochy 0.20 Magia nagości: Szwecja 2 (3) – pr. rozr. 1.20 Magia nagości. Polska – Najsmaczniejsze kaski	

TLC	TLC	HD
13.00 Cztery żony i mąż 12 15.00 Wiza na miłość: dalsze losy, posćciłowe rozmowy 9 – reality show 16.00 Historia wielkiej wagi – serial dokumentalny, USA 18.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 7 20.00 Baylen – życie na głos 3 (9) – serial dokumentalny 21.00 Wiza na miłość: oczami bohaterów 6 22.00 Jay i Pamela 23.00 Dr Przyszczyla – kulisy 5 (3) – serial dokumentalny 0.00 Dr Przyszczyla 2 (1) – dok. 1.00 Baylen – życie na głos 3 (9) – serial dokumentalny		

CANAL+ DOMO	C+ KUCHNIA	HD
14.50 U sąsiadów w kuchni 11 (1, 2) – serial dokumentalny 15.55 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2 (4) 16.10 Jakubiak rozgryza Polskę (2) – magazyn kulin. 16.40 Jamie Oliver nad Morzem Śródziemnym 17.35 Po prostu Jamie: szybko i łatwo (5) – magazyn kulin. 18.30 Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę (3) 18.55 M jak mięso 5 (1) – dok. 19.25 Gotuj taniej z Jamieem 21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 10 23.55 Po prostu Jamie: szybko i łatwo (3) – mag. kulin.		

TVN TURBO	HD
8.20 Nic do ukrycia (7) – dok. 9.20 Samochód marzeń – kup i zrób (8) – mag. 10.15 Ciężarówka przez Indie 11.15 101 napraw (4, 5) – mag. 12.15 Jeździć, obserwować (2) 13.00 Mobilni mechanicy (5, 6) 14.30 Zawodowi handlarze 16.00 Wojny magazynowe 15 18.00 Raport Turbo – mag. inf. 18.15 Moto konat (11-13) 20.30 Duda kontra Szafrański (8, 9) – program rozrywk. 22.00 Raport Turbo – mag. inf. 22.15 Wojny samochodowe (11, 12) – program rozrywk. 0.10 Niebezpieczne dzienne (11, 12) – serial dokum., Pol.	

NOVA	NOVA TV	DVB
9.30 Calkiem nowe lata miodowe (5, 8) – kom. 10.30 Więzienie (13-15) – dok. 12.00 Piorot (10, 1) – serial krym. 14.00 Świat według Kiepskich (397, 398) – kom., Pol. 2012 15.00 Świat według Bundy'ch (238-243) – serial kom., USA 18.00 Calkiem nowe lata miodowe (2) – kom., Pol. 18.30 Miodowe lata (112-114) 21.00 Zdrady (30) – paradok., Pol. 22.00 Ślad (64, 65, 103) – krym. 1.00 Łowca pedofilów 3.00 TV okazje (40, 41) 3.50 Wehikuł czasu (807, 806) 4.00 Sala operacyjna (1, 7) 5.00 Pod lupą (6, 7) – magazyn		

METRO	METRO
8.30 Szpital (830, 831) 10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (399, 400) 12.30 SOS Ekipy w akcji (52) 13.30 Brzydula (75, 76) – kom. 14.40 Kiedy ktoś kocha bardziej (37) – obycz. 15.50 Magda M. (13) – obycz. 16.55 Idź na całość (5) – pr. rozr. 18.00 Złomowisko PL 6 (13) 19.00 Kartoteka 5 (9) – fab.-dok. 20.05 Akademia policjanta 5: Misja w Miami Beach – kom., USA 1988, 120 min 22.05 Szeregowiec Ryan – dramat wojenny, USA 1998, 205 min 1.30 Szpital (819) – paradok.	

ANTENA HD	DVB
14.05 Kłątwa Wyspy Dębów 3 15.00 Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw 16.00 Australijskie poszukiwacze złota 6 (5, 6) – serial dok., Australia 18.00 77 TV 4 (18, 22) – pr. rozr. 20.00 Morderstwa we Francji FILM – Wyspy Leryjskie – dramat kryminalny, Francja 2023, 120 min 22.00 Morderstwa we Francji FILM – Saint Martin – dramat krym., Fr. 2024, 120 min 0.00 Morderstwo w rocznicę ślubu – film kryminalny, USA 2020, 105 min 1.45 Zagłada Ziemi – film dok.	

WP	WP	DVB
12.00 Wariaci za kierownicą 6 13.00 Makłowicz w podróży 14.05 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (22, 23) 16.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2 (7) 16.55 Pogoda 17.00 Tajemnice Brokenwood 6 (3) – krym. 19.00 Strażacy z sąsiedztwa 20.00 Policjanci w akcji (5, 6) 21.50 Pogoda (96) – pr. inform. 22.00 Mistrzowie Kabaretu 13 (3) – program rozrywkowy 23.00 Przebojowe Kabarety (2) 0.00 Mistrzowie Kabaretu 17 (3) – program rozrywkowy 1.00 Mistrzowie Kabaretu 8		

CANAL+ DOMO	C+ DOMO	HD
13.05 Cuda z drewna (6) 14.05 Wakacyjne domy na wynajem (13) 15.00 Pomocy! Kupiliśmy wioskę (20) – serial dok. 15.55 Przeglądniemy Ci ogródek (6, 7) – dok., Pol. 16.50 Gardeners' World 14 (29) 18.00 Ucieczka na wieś 22 (34) 19.00 Wielkie projekty: Nowa Zelandia (6) – serial dok. 20.00 Daleko od miasta 15 21.00 Wakacyjne domy na wynajem (14) – dok. 21.55 Wielkie projekty: Australia 11 (5) – dok. 23.00 Domy na krańcu świata (3) – serial dok., Wlk. Bryt.		

HGTV	HGTV	HD
8.00 Poszukiwacze domów: Australia (11, 12) – dok. 9.00 Remontujemy dom na plaży 7 (9) – pr. rozr. 9.55 Letnia chatka na lata 12 11.55 Usterka 11 (15) – fab.-dok. 12.35 Usterka 10 (6) – fab.-dok. 13.05 Moje miasto, mój dom 9 15.10 Niebezpieczne dzienne (11, 12) – serial dokum., Pol. 17.05 Polowanie na ogród 3 18.20 Weekendowa metamorfoza (5, 6) – rozr. 20.10 Będzie pięknie (5) – rozr. 21.10 Zgłoś remont 4 (9) – rozr. 22.05 House Hunters – Poszukiwacze domów 10 (4-7) – pr. rozr. 0.20 Usterka 11 (11, 13, 17)		

POLSAT 2 HD	SUPER POLSAT DVB-T2	TV 6 DVB-T	BBC FIRST HD	STACJE DZIECIĘCE	STACJE INFORMACYJNE
5.50 Wydarzenia 6.30 Nasz nowy dom (336) – reality show 7.30 Na ratunek 112 (969, 970) – serial paradokum., Pol. 2024 8.30 Sekrety rodziny (50-52) – serial paradokum., Pol. 2018 11.30 Trudne sprawy (971) – serial paradokum., Pol. 2020 12.30 Dlaczego ja? (1392, 1393) – serial paradokum., Pol. 2024 14.30 Świat według Kiepskich (51-55) – serial komediowy, Polska 17.00 48h. Zaginieni (199, 200) – serial kryminalny, Pol. 2023	6.45 SuperLudzie Extra (48) – magazyn 7.00 Na ratunek 112 (753, 754) – paradok. 8.00 Doktor Martin (19, 20) – serial obycz. 10.00 Wydarzenia 10.30 Świat według Kiepskich (430, 431) 11.35 Twoja Twarz Brzmi Znajomo (168) – rozr. 13.30 Bitwa o palety (1) 14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (5) – reality show 16.00 Ninja Warrior Polska (29) 17.55 Świat według Kiepskich (448, 459) 18.55 Rolniczy (17) – dok. 20.00 Kolacja w ciemno (23) – pr. rozrywk.	6.00 Więzienie (202, 203) 6.55 Policjantki i Policjanci (749, 750) – serial obycz., Polska 8.55 Kobra – oddział specjalny (68, 69) – serial sens., Niemcy 10.55 48h. Zaginieni (208-210) – krym., Pol. 13.55 Policjantki i Policjanci (1220) – serial obycz., Polska 14.55 Uroczysko (85, 86) – serial krym., Polska 15.55 Kobra – oddział specjalny (70, 71) – serial sens., Niemcy 18.05 Strażnik Teksasu (1, 2) – serial sens. 20.05 CSI: Kryminalne zagadki Miami (81, 82) – serial krym.	6.00 Z pamiętnika położnej 10 (3) – serial obyczajowy 6.50 Ulica nadziei 3 (3, 4) – krym., Wlk. Bryt. 2023 8.45 Lewis 8 (1) – krym. 9.45 Ojciec Brown 2 (10) 10.45 Śmierć pod palmami 5 (1) – krym. 11.55 Z pamiętnika położnej 10 (3) 13.00 Ulica nadziei 3 (5, 6) 15.00 Ojciec Brown 9 (9) 16.00 Lewis 8 (1) – krym. 17.00 My Life is Murder (5) – serial kryminalny 18.00 Morderstwa w Midlands 14 (4) – serial kryminalny 19.55 Śmierć pod palmami 5 (2) – krym.	9.30 Domisie – dla dzieci 10.00 Ugotuj nam bajkę 10.20 Przypadki Bolka i Lolka (11, 12) – anim. 10.45 Rodzina Trefików (20-22) – anim. 11.10 Odo (20-22) – anim. 11.35 Stacyjkowo (63, 64) 11.55 Pszczółka Maja (42) 12.25 Domisie – dla dzieci 13.00 Kocie kalamburki 13.20 Tygrysek Percy i jego opowieści 13.45 Świnka Peppa 14.10 Henrietta (7, 8) 14.30 Oli i Luna (5, 6) 14.55 Oktonauci 3 (83, 84) 15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (42) – mag. 15.40 Bella i Sebastian 16.05 Pat i świat 2 (124-126) – serial anim. 16.35 Dino Ranczo (81, 82)	7.30 Jeden na jeden 8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 9.55 Biznes – pr. publicyst. 10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 10.55 Biznes – pr. publicyst. 11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 11.55 Biznes – pr. publicyst. 12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 13.55 Biznes – pr. publicyst. 14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 14.55 Biznes – pr. publicyst. 15.00 15 na żywo – inf. 16.00 Fakty po południu 18.00 Tak jest – pr. publ. 19.15 Serwis informacyjny 19.25 Fakty po Faktach – program inform.
PARADOKUMENTALNY	PRZYGODOWY	KRYMINALNY	KRYMINALNY	ANIMOWANY	PUBLICYSTYCZNY
19.00 Gliniarze (1017) – Polska 2024 Zamordowano chirurga. W trakcie oględzin technik znajduje dużo śladów starej krwi. Wdowa zętnie, że wcześniej mógł pomóc gangsterem po strzelaninie. Jeden z mężczyzn zmarł. 20.00 Ślad (9) – krym., Pol. 21.00 Gliniarze (812) 22.00 Serena – dramat obyczajowy, USA/Fr./Czechy 2014, 145 min 0.25 Zgon na pogrzebie – komedia, USA 2010, 110 min 2.15 Wydarzenia	21.00 Mumia powraca – USA/Maroko/Wielka Brytania 2001, 165 min Rok 1933. Syn kapitana Ricka O'Connell i Evelyn zostaje uprowadzony przez ożywioną mumię egipskiego kapłana. Rodzice chłopca ruszają synowi na ratunek. 23.45 Rok pierwszy – komedia przyg., USA 2009, 120 min 1.45 Backdoor. Wyjście awaryjne (4) – kom. 2.15 Świat według Kiepskich (364-366) 3.55 Nasz nowy dom (225, 226)	22.05 Kości (135, 136) – USA 2012 U stóp pomnika Abrahama Lincolna znaleziono ludzkie zwłoki. Na posąg widnieje informacja napisana ludzką krwią. Cam bada sprawę. 23.55 Ultraviolet – film s.f., USA 2006, reż. Kurt Wimmer, wyk. Milla Jovovich, 115 min 1.50 Krejzl patrol (54-58) 4.25 Kochane pieniądze (36) – serial paradok. 5.30 SuperLudzie Extra (43) – magazyn 5.45 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.	21.00 Zaproszona (3) – Wielka Brytania 2025 Fran ma dla Rii atrakcyjną ofertę awansu. Tymczasem zostają ujawnione niepokojące fakty, które stawiają pod znakiem zapytania prawdziwe intencje pracodawczyni. 22.15 Tajemnice Brokenwood 12 (6) – krym., Nowa Zelandia 0.15 Annika (6) – krym. 1.20 Sherlock 3 (3) – krym. 3.10 Morderstwa w Midlands 14 (4) – serial kryminalny 4.40 Moja rodzinka (5) 5.15 My Life is Murder (5)	17.05 Pszczółka Maja (83, 84) – Niemcy/Francja 2012 Wyraza dziwny kwiat, który ma moc uszczęśliwiania. Każda pszczoła chce skosztować jego pyłku. Owady nie wiedzą, że jest to podstęp. 17.30 Robin Hood (31, 32) 18.00 Kucharz Shane 18.30 Yakari (5, 6) – anim. 19.00 Pys i Bill 19.10 Czarodziejskie miasteczko Pinokia 19.25 Piotruś Królik 2 19.45 Wegezaurs 19.50 Lupin wśród bajek 20.05 Grizzly i lemingi 2	20.00 Bez kitu Przy jednym stole spotkają się przedstawiciele różnych ugrupowań, instytucji i urzędów, aby prowadzić dyskusję dotyczącą 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.
6.00 Budowlancy (29) – dok. 6.30 Kolowrotek (223) – mag. 7.00 Dorwać tuńczyka (3, 4) 9.05 Wojny magazynowe 10.05 Wojny kontenerowe (9, 10) – serial dokum., USA 11.05 Hardkorowy lombard (11-16) – serial dokum., USA 14.05 Polacy za granicą (81, 82) 16.05 Złomiarze (29, 30) – dok. 18.10 Poszukiwacze historii (247-250) – serial dokum. 20.10 Chłopaki do wzięcia (475-478) – serial dokum. 22.00 Zawód glina (6) – dok. 23.00 Łowca pedofilów (235-238, 77, 78) – dok., Pol. 4.00 Starożytni kosmici	13.10 Apetyt na miłość (4) 14.10 Akcja: Restauracja! (9) 15.10 Miasto smaków Guya Fieriego (7) – reality show 16.15 Kuchenne rewolucje (2) 17.15 Sexy kuchnia Magdy Gessler (7) – mag. kulin. 17.50 Sąsiedzi kontra sąsiedzi 18.45 Dziecięce mistrzostwa w piekarni (10) 19.45 Perfekcyjni gospodarze 9 (23) – dok. 20.45 Elitarny turniej w piekarni (8) 21.50 Pyszne miejscówki (1) 22.55 Posiekani na słodko (5) 23.55 Sposób na smaczne życie (10, 11, 1) – mag.	9.30 Jeźdźcy smoków – anim. 11.00 Podglądacze przyrody 12.00 Bogaty dom – biedny dom (117) – reality show 12.55 Rodzina zastępcza (263, 264) – kom., Pol. 2007 14.50 Wielkie wycieczki 15.50 Świat z góry (5, 6) – dok. 17.05 Pingwiny z Madagaskaru (14-17) 19.00 Rodzina zastępcza (328) 20.00 Miodowe lata (5, 6, 119) 22.00 Spider-Man 2 – film przyg., USA 2004, 160 min 0.40 Tajemnice Powstania Warszawskiego (6, 7) 1.35 Prawdziwe zło. Ludzie, którzy stworzyli nazizm	11.25 Wymarzone domy 2 (24) 12.25 Pszajaciele w potrzebie 13.25 Mistrzowie ceramiki 6 14.35 Wielkie brytyjskie wypieki 15 (4) – pr. rozr. 15.40 Zapraszam do stołu 21 17.50 Wymarzone domy 2 (25) 18.50 Pszajaciele w potrzebie 19.50 Wielkie brytyjskie wypieki 15 (5) – pr. rozr. 21.00 Miłose przekrety (1) 22.00 Jak osiągnąć lepszy orgazm (1) – film dokum. 23.00 Wstydlive choroby: online 4 (2) – serial dokum. 23.55 Ratunek dla skóry (5) 0.55 Wymarzone domy 2 (24) 1.55 Pszajaciele w potrzebie	16.10 Świnka Peppa (49) 16.24 Świnka Peppa 8 (21) 16.29 Świnka Peppa 7 16.49 Świnka Peppa 17.19 Świnka Peppa 6 (7) 17.23 Świnka Peppa (19, 21) 17.40 Barbakapa i jego rodzinka 2 (7) – anim., Fr. 18.05 Barbakapa i jego rodzinka (5) – serial anim. 18.30 Dora 2 – serial anim. 18.55 Santiago z mór (8, 2) 19.40 Rubble i jego ekipa (8) 20.00 Dobranocki z Ryanem 20.32 Świnka Peppa (26) 20.36 Świnka Peppa 8 20.55 Barbakapa i jego rodzinka 2 (24-26) – anim.	13.55 Pogoda 14.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny 14.55 Pogoda 15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny 15.30 Sport, pogoda 15.50 Wydarzenia 15:50 16.30 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ. 18.00 Najważniejsze pytania 19.15 Gość „Wydarzeń” – publ. 19.50 Debata Gozdyry – publ. 21.50 Wydarzenia wieczorne 23.00 Dzień na świecie – pr. inf. 23.30 Obraz dnia – serwis informacyjny 0.00 Najważniejsze pytania
14.00 Omnibus – szycby i mądry (30) – teleturniej 14.35 Omnibus – szycby i mądry – dogrywka 15.00 Po prostu na wieś (2) 15.30 Ojciec Mateusz 5 (67, 68) 17.20 Dobre wieści z planety Ziemia (5) – cykl dokum. 18.30 63. KFPP w Opolu – Superjedynki – koncert 19.30 Miłość i nadzieja (328) 20.30 Wichrowe wzgórce (309) – serial obycz., Turcja 2024 21.30 La Promesa – pałac tajemnic (291) – obycz. 22.30 W deszczowy dzień w Nowym Jorku – kom., USA 2019, 105 min	8.50 Very Cavallari (1, 2) 10.40 Plastikarna fuszka 12.30 Z kamerą u Kardashianów (3, 4) 14.20 Very Cavallari (3, 4) 16.10 Plastikarna fuszka 18.10 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk. 18.30 Z kamerą u Kardashianów (9, 10) 20.30 Very Cavallari (5, 6) 22.30 Plastikarna fuszka 0.30 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk. 1.00 Z kamerą u Kardashianów (3, 4) 3.00 Plastikarna fuszka 5.00 Very Cavallari (11)	18.05 Informacje dnia 18.15 Westerplatte młodych 19.00 Warto zauważyć... w mijającym tygodniu 19.30 Historie Starożytności – serial anim. 19.45 Modlitwa – religijny 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Karta z kalendarza – powstanie warszawskie – pr. eduk. 21.00 Apol Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Służba całym życiem... Rzecz o Eugeniuszu Wróble – film dokum., Pol.	9.25 Top Gear: Ambitne porażki (5) – mag. motor. 10.30 Brytyjski megaport (1) 11.30 Brytyjskie fabryki 4 (9) 12.40 Top Gear 11 (3) – mag. 13.45 Brytyjski megaport (2) 14.40 Cuda inżynierii 3 (9) 15.45 Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 2 (14) 16.45 Brytyjskie fabryki 4 (9) 17.50 Top Gear 11 (4) – mag. 18.55 Cuda inżynierii 3 (9) 19.55 Brytyjskie fabryki 7 (1) 21.00 Jak budowano imperia 4 (3, 4) – dok. 23.10 Top Gear 11 (3) – mag. 0.15 Top Gear 24 (7) – mag.	8.30 Cloudy & Stormy (1-4) 9.05 Bing 2 (20-25) – serial anim. 10.00 Edzio i Lusja (25-30) 11.25 Baczne owczki (12, 13, 1, 2) 11.55 Marta mówi (29, 30) 12.50 Moje urodziny – dla dzieci 12.59 Marta mówi (31, 32) 13.55 Moje urodziny – dla dzieci 14.00 Basia 2 (7-9, 1, 2) – anim. 15.10 Kicia Kocia (5-9) – anim. 15.55 Marta mówi (5, 9, 14) 17.20 Staś i fajna Babcia 17.50 Moje urodziny – dla dzieci 17.57 Staś i fajna Babcia (29) 18.15 Leśna rodzina 2 (1-6) 18.40 Dora i przyjaciółki 2 19.35 Kicia Kocia 2 (6-10) 20.25 Mały Charlie (5-9) – anim.	12.30 Rączka gotuje 13.00 Agrobiznes 13.20 Agropogoda 13.30 Niebezpieczne związki 14.20 Niezwykłe miejsca 15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – program religijny 15.20 Serwis Info Dzień – inf. 15.30 Program lokalny 19.30 Dlaczego krowa... – mag. 19.45 Kryminalna siódemka 20.00 Dziennik regionów – inf. 20.13 Gość Regionów – pr. publ. 20.30 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – pr. publ. 21.00 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów – inf. 22.30 Złoty chłopak (212)

SMARTFONY I AKCESORIA DO FOTOGRAFII



→ Chcesz robić fotki jak z magazynu? Dzięki tym telefonom i sprytnym gadżetom uchwycisz doskonałe kadry o każdej porze dnia i nocy – i to bez wydawania fortuny.

ZDJĘCIA JAK MARZENIE

PORTRET DOSKONAŁY

MOTOROLA EDGE 70 to ultracienki i lekki (159 g) smartfon wyposażony z tyłu w cztery obiektywy: trzy 50 MP z optyczną stabilizacją obrazu oraz szerokokątny 50 MP o polu widzenia do 120 stopni.

Z przodu mamy obiektyw 50 MP do selfie, który umożliwia nagrywanie wideo w jakości

4K. Tryb portretowy oferuje sześć poziomów regulacji rozmycia tła, a technologia Quad Pixel zwiększa czułość na światło, zapewniając lepsze zdjęcia po zmroku. Cena: ok. 1600 zł.



SMARTFON CZY LUSTRZANKA?

OBIEKTYW 2 W 1 APEXEL montuje się do smartfona za pomocą

dołączonego, aluminiowego uchwytu kompatybilnego z większością telefonów. Ten kompaktowy, 10-centymetrowy dodatek zmienia smartfon w mobilne centrum fotografii. Teleobiektyw oferuje sześciokrotny zoom optyczny bez utraty jakości, a ręczne pokrętko pozwala precyzyjnie i wygodnie ustawić ostrość. Po przełączeniu na tryb makro wykonasz efektowne zbliżenia, np. kwiatów czy owadów. Cena: 209 zł.



RUCH POD KONTROLĄ

HOHEM ISTEADY Q

łączy funkcję stabilizatora obrazu, kijka do selfie i statywu. Zapewnia płynne, stabilne nagrania nawet podczas ruchu, oferuje śledzenie twarzy w zakresie 360° oraz wygodne, zdalne sterowanie pilotem Bluetooth. Świetnie sprawdzi się w trakcie podróży (składana konstrukcja ułatwia transport) i codziennego nagrywania wideo. Bateria pozwala na pracę do 3 godz. na jednym ładowaniu. Urządzenie współpracuje ze smartfonami o przekątnej do 7 cali. Cena: 158 zł.



KRÓL NOCNYCH KADRÓW

SAMSUNG GALAXY A57 5G ma potrójny aparat z tyłu: szerokokątny 50 MP z optyczną stabilizacją obrazu, który zapewni

wyraźne zdjęcia i nagrania także nocą, ultraszerokokątny 12 MP i makro 5 MP. Z przodu znajduje się obiektyw 12 MP z funkcją Super HDR, dzięki której zdjęcia i wideo mają więcej detali. Narzędzie oparte na AI umożliwia m.in. usuwanie niechcianych elementów z tła i wypełnianie

przestrzeni. Cena: 1350–2200 zł (w zależności od wybranej wersji pamięci RAM oraz pojemności pamięci wewnętrznej).



MOC OBRAZU 4K

XIAOMI REDMI NOTE 15 PRO 5G ma z tyłu dwa obiektywy: główny 200 MP z optyczną stabilizacją obrazu oraz ultraszerokokątny 8 MP, który umożliwia nagrywanie wideo w jakości 4K. Z przodu

znajduje się obiektyw do selfie 20 MP. Funkcje AI łączą wiele klatek i poprawiają detale, więc zdjęcia są wyraźne w różnych warunkach oświetlenia i przy zbliżeniach. Dzięki uszczelnieniom smartfon jest wodoodporny, a bateria 6580 mAh pozwala na 2 dni pracy. Cena: 1400 zł.





→ Na pytania Czytelników odpowiada
INŻ. JAROSŁAW KUCHARAK,
absolwent Politechniki Łódzkiej
od 30 lat związany z branżą satelitarną



Prosimy o przysyłanie pytań
z opisem problemu e-mailem
na adres: inzynier@toiowo.pl

DRZEWO PRZYCZYNA ZAKŁÓCEN ODBIORU TV Z SATELITY

PANI KAROLINA pyta, czy to możliwe, że drzewo rosnące na działce sąsiada obok ogrodzenia zakłóca odbiór z jej talerza? Antena wisi na balkonie 2. piętra, tuż przy siatce rośnie ogromny tulipanowiec, antena nie patrzy w jego stronę, ale prawie wzdłuż ogrodzenia; zakłócenia nie są stałe, pojawiają się co jakiś czas; przed samą anteną nie ma żadnych innych drzew. W punkcie Canal+ konsultant, usłyszawszy, że antena ma kilkanaście lat, stwierdził, że trzeba ją wymienić na nową. Czytelniczka prosi o diagnozę.

JK Przyjrzyjmy się drzewu sąsiada. Skoro antena zamocowana jest na balkonie, proszę stanąć, o ile to możliwe, pod nią lub spojrzeć na talerz z góry i dalej spojrzeć wzdłuż wysięgnika, na którym zamocowany jest konwerter. Będzie wiadać wyraźnie, czy w światło wiązki padającej na talerz wchodzi jakieś przeszkody. Z Pani opisu nie jest to samo drzewo, ale być może wchodzi już jakieś końcówki gałęzi z liśćmi lub takowe znajdują się blisko. Nie będzie to groźne w słoneczne, spokojne dni, ale w dni deszczowe, gdy liście są mokre, a do tego

wiatr pochyla gałęzie w naszą stronę, może to już spowodować zakłócenia w Pani odbiorze satelitarnym. Zdziwione tym faktem osoby najczęściej dodają, że „to drzewo zawsze tu stało”, zapominając, że drzewa po prostu rosną. Przypomina mi się historia, gdy znajomy prosił mnie o ustawienie anteny, którą sam wcześniej zamontował. Po przybyciu na miejsce nie mogłem jej zlokalizować – okazało się, że została mocno przytwierdzona do belki drewnianej na strychu, pod dachem. Po pytaniu „dlaczego?” padła odpowiedź – „aby nie widzieli sąsiedzi”. Wy tłumaczywszy po krótku, że w tym miejscu „nie zagramy”, usłyszałem kolejne pytanie – „czy można ją przenieść na stojący obok domu orzech włoski, bo tam też się da ją doskonale ukryć”. Koniec końców antena znalazła się na dachu. Wracając do Pani przypadku, jeśli jest podejrzenie, że drzewo w jakiś sposób „wchodzi w antenę”, to należy ją przenieść, maksymalnie odsuwając od drzewa. Nie ma potrzeby wymiany anteny. Skontrolujmy tylko przy okazji stan samego konwertera, czy nie ma żadnych pęknięć. To samo dotyczy też kabla antenowego. W razie potrzeby wymienimy je na nowe.

ROZWIĄŻ DLA PRZYSZYNOCI



potrawa z kapusty	▼	roślina na kaszę	▼	długa u żyrafy	▼	dawna miara gruntu	▼
▶	3						
Jakub „... Pokot”		porucznik grany przez Savalasa		lakoniczny albo poetycki		... Woronowicz, aktor	
ryzykowna wyprawa		foliowy dla kobiet w ciąży	▶				
▶				4			
np. wieprzowina			na nim spływ		himalajski stwór		góry w Austrii
sentencja, aforyzm	▶						
▶				szczyt sławy		odmiana agatu	
miednica		strumień elektryczny		1 kg wody	▶	5	
wyiewy z auta	▶						
▶					bajkowy miś w krawacie		kompan Portosa
buty piłkarza	Frycz albo Borys		żerdź	▶			
▶			osłona detki				
glon		zboże jare		fragment z Biblii		koniec powieści	
Michael „Wbrew regułom”		zdobi ścianę cerkwi	▶				
▶					sopocki deptak		ocena jurora
niegodziwość	odcień czerwieni	▶					
▶			występ jednego artysty	▶			
popularna wierzb	jest nim pingwin	▶		1			
▶			szata prokuratora	▶		2	

LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓŁ UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---



ROZGRZEWKĄ PRZED SEZONEM



STREAMING Od wtorku 28 lipca do niedzieli 16 sierpnia platforma Megogo pokaże 24 towarzyskie mecze największych klubów w Europie, m.in. Real Madryt – Fiorentina (1.08), Chelsea – Juventus (5.08), Borussia – AS Roma (15.08). Obejrzymy je w ramach pakietu Startowego z 65 kanałami TV za 9,99 zł na 30 dni.

SPORTOWY PAKIET W OFERCIE

netia **OFERTA** Netia wprowadzi 17 sierpnia pakiet Canal+ Ultra z pełną ofertą sportową Canal+, m.in. Ligą Mistrzów, ligą hiszpańską, Ekstraklasą, żużlem. Cenę poda 17 sierpnia (w Canal+ to 59,25 zł mies., od 13. mies. 79 zł). Nabywcy pakietu w Netii za kilka miesięcy zyskają też dostęp do serwisu online Canal+.



szukana w sługu siana	w nim wtyczka	graniczy z Estonią	▼	karykatura, parodia	▼	dowód jakości	▼	mniejsze od kwartetu	pojazd biura podróży	▼	24 godziny	▼	szlam w rzece	▼	szajka
				Grzegorz ... krakowski bard							1000 kg				do podawania dań
tragi						pleciony bicz		"... nie-winności" Scorsese	auto z NRD						6
Brad ..., aktor			5												
				wido-wisko					materiał wiążący		ważność czegoś			7	
forma płatności						tląca się drobina							graniczy z Missouri		strefa specjalna
				kraj Hindusów	kapusta polna kleista masa						wnęka				
								3							
leczy rany		sezon na narty				łóżysko rzeki							czynny sprzeciw		zna Koran
Olga ..., "Volta"		długi mebel	ani guzik, ani suwak					jon ujemny	gra w teatrze		... Schymalla, prezen-terka				
						między prez-biterium a kruchą					esencja z zioł			1	
"... według Kiepskich				miękki zamsz	sport z owalną piłką	ogrodowy ruszt		otwierane do wietrzenia					język Zorby		"... Thomasa Crowna", film
trel ptaków									pianista w kinie		tekstura dekarza	drzewo z gładką korą			
									bagienna mgła						
			10	skrzynka wyborcza					owad w paski				dwie szyny		skorupiak w zodiaku
uliczny zgilek		szczypce				właściwa chwila						prze-strzeń radiowa			9
				muzyka Tadeusza Nalepy						Wojciech ..., "Alternatywy 4"					
wystaje z niego komin		miejsce bezpiecznego pobytu										składnik ponczu			

LITERY Z PONUMEROWANYCH
PÓŁ UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

REDAKCJA & WYDAWNICTWO

Adres redakcji: ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa, adres mailowy: redakcja@toiowo.pl
Redaktor naczelna: Marta Lubartowska **Redaktor zarządzający:** Artur Kosiński **Hub Rozrywka i TV:**
Red. zarządzająca: Aneta Nawrocka **Planner:** Adam Płosik **Koordynator:** Dorota Skalska **Redaktorzy:**
 Andrzej Czapski, Bogumiła Deka, Ewa Gassen-Piekarska, Marzena Juraczko, Joanna Kołakowska,
 Iwona Leonczuk, Paulina Miluska, Hanna Miłkowska, Maciej Misiorny, Joanna Pasztelańska, Mirosław Piwowarek,
 Katarzyna Sobkowicz-Rusiecka **Hub Poradniki:** Red. zarządzająca: Monika Bobowska **Hub Graficzny:** Dyrektor: Robert Latek
Lider: Mirosław Orzechowski **Koordynator:** Marcin Makarewicz **Graficy:** Edyta Ciuchta, Dominika Kraśnicka-Walinowicz,
 Sławomir Kozłowski, Agnieszka Głewicka, Małgorzata 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 Tafińska **Sekretariat:** Aleksandra Kominek



Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j.
 ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa
Zarząd: Prezes Zarządu: Tomasz Namysł
Członkowie Zarządu: Andrzej Chojnowski, Marek Lasota
Director, Publishing Management/Dyrektor Pionu
Wydawniczego: Marek Lasota **Dyrektor produkcji:** Piotr Orełko
Publisher/Wydawca: Justyna Hałas
Prenumerata krajowa i zagraniczna: czytelnia.pl,
 e-mail: prenumerata@bauer.pl,
 tel.: 67 210 86 05, 67 354 16 05.



Dyrektor biura reklamy: Izabela Sarnecka
Dyrektor segmentu pism telewizyjnych:
 Aneta Rym-Galka, e-mail: Aneta.Rym@bauer.pl
www.bauer.pl/reklama/
Dyrektor ds. dystrybucji i obsługi klienta:
 Piotr Ludwicki, e-mail: kolportaz@bauer.pl
Druk: Bauer Print Ciechanów Sp. z o.o. Sp. j.
Copyright: Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j.
Program TV – AKPA



SUDOKU

PUSTE POLA WYPEŁNIJ TAK, ABY W KAŻDEJ KOLUMNIE, KAŻDYM RZĘDZIE I KWADRACIE
OBWIEDZIONYM POGRUBIONĄ LINIĄ ZNALĄZY SIĘ CYFRY OD 1 DO 9.

1		9		4	3			
4			1		5			
	8					3		
	7	6	2			9		1
2		1			7	6	3	
		8					2	
			5		2			8
			3	9		1		6

		2		5		7		
			7			3	5	
		1		9				8
		8		7			4	2
1								5
6	7			4		8		
8				1		4		
	1	3			9			
		6		2		9		

nauka o życiu	▼	zapisany na liczniku auta	▼	pokaz na scenie	▼	ojciec ... stygmatyk	▼	wybiera papieża	▼	szachowy manewr	▼	... de Janeiro	▼	pełny kwiat	▼
						rupiec		zespół urządzeń pomiarowych				dzieło rabusia		... Turner, artystka	
►	5							alkohol Zagłoby	►						
... Loren, włoska aktorka		w parze z butanem	►					1		wek	►		7		
		Gene ... „Francuski łącznik”													
►						zarządca folwarku		skacze na pochyłe drzewo	►				omszony owoc		rosyjskie imię męskie
H _z dla fizyka		jesienny kwiat	►							stolica Jordanii	►				
►					numer dzieła muzycznego	za prze-winięcie	►			3	syn Dedala		znój		słowo kończące modlitwę
obieży-świat		wilk prerii	►					wentylator	►						
►						z akwa-lungiem	6					podobne do brydża	►		2
materiał na spodnie		twórca	►							talizman	►				
►				4		polski taniec ludowy	►					... Lerska, piosen-karka	►		

LITERY Z PONUMEROWANYCH
PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

**Małe poprawki, które odkładasz tygodniami?
Teraz zrobisz je sama – od ręki!**

REKLAMA

Szyje niemal **SAMA!**

Za długa nogawka w nowych spodniach? Rozpruta kieszeń w ulubionym zakiecie? A może zasłona do poprawki przed wizytą gości? Już nie musisz wyciągać ciężkiej maszyny ani szyc ręcznie. **HandyStich** to minimaszyna z technologią automatycznej kontroli szycia, dzięki której błyskawicznie wykonasz różne przeróbki. Nawet jeśli nie za bardzo umiesz szyc.

**Bardzo
lekka,
poręczna
i cicha!**

**ZAMÓW
za 129 zł!**

NIEZASTĄPIONA W AWARYJNYCH SYTUACJACH

-  **Bardzo lekka, poręczna, cicha**
-  **Automatyczna kontrola ściegu**
-  **Automatyczna regulacja naprężenia nici**
-  **Blokada włącznika**
-  **Supercienka i trwała igła**
-  **Pokrętko do regulacji**

OD RAZU GOTOWA DO PRACY! MOŻESZ: NAPRAWIĆ KIESZEŃ, WSZYĆ PASEK ORAZ ZSZYĆ POSZEWKĘ LUB OBRUS.



Szyciesz piękny szew na wyjeździe



Naprawisz rozprutą kieszeń



Szybko skrócisz spodnie lub spódnicę



Poprawisz firany bez ich zdejmowania

Masz rzeczy „do poprawki”, które tygodniami czekają na swoją kolej? W każdym domu jest taki stosik! Problem w tym, że szycie ręczne męczy, a wyciąganie dużej maszyny do jednej poprawki to za dużo zachodu. W efekcie ulubiona spódnica wciąż czeka na nowy zamek, a Ty znów odkładasz przyszyć łaty do spodni wnuczka.

A gdyby tak wykonać te wszystkie poprawki OD RĘKI? Ta kompaktowa minimaszyna do szycia mieści się w dłoni i powstała właśnie po to, by uporać się z szyciem od razu. Wzorowana jest na profesjonalnych maszynach do szycia i wyposażona w technologię regulacji szerokości i gęstości ściegu oraz naprężenia

nici. Dzięki wbudowanemu elektrycznemu silniczкови szyciesz szybko i niemal bez żadnego wysiłku.

Minimaszyna o wielkiej mocy: zszyje niemal każdy materiał!

Minimaszynę **HandyStich** możesz obsługiwać jedną ręką: **jest lekka, poręczna i profilowana**. Sprawdzi się idealnie w podróży i w każdej awaryjnej sytuacji, gdy musisz zszyć coś na szybko. Jest gotowa do użycia w jednej chwili i niezastąpiona wszędzie tam, gdzie nie dostanie się tradycyjna maszyna. Możesz zszyć rozprutą narzutę na kanapie, zastony i firanki, ciężki obrus czy naderwany baldachim nad łóżeczkiem bez ściągania całego materiału i przenoszenia go do maszyny.

Stopka maszyny została zaprojektowana tak, by umożliwić zszywanie delikatnych tkanin, takich jak jedwab czy wiskoza. Jednocześnie duża moc urządzenia

oraz szeroki zakres regulacji pozwalają na **wykonywanie napraw grubszego materiału**, np. jeansu.

Nie musisz umieć szyc!

Nieważne, czy szyciesz jak profesjonalistka, czy też nie masz dużego doświadczenia w szyciu. **Minimaszyna HandyStich jest niezwykle prosta w obsłudze!** Dzięki technologii **Smooth Automatic** sama szyje, reguluje szerokość i gęstość ściegu oraz naprężenie nici. Cały proces został maksymalnie uproszczony: **wystarczy ustawić urządzenie, nacisnąć przycisk i przesunąć maszynę wzdłuż materiału**. Dzięki temu poradzisz sobie z podstawowymi pracami krawieckimi – nawet jeśli nie robiłaś tego nigdy wcześniej!

Nie musisz wyciągać ciężkiej maszyny ani szukać zakładu krawieckiego – **dzięki minimaszynie wykonasz błyskawicznie wszystkie poprawki!** Nie zwlekaj i zamów **HandyStich** już teraz. **To maszyna, którą warto mieć zawsze przy sobie!**

ZESTAW ZAWIERA:

- ✓ komplet nici
- ✓ nawlekacz do igieł,
- ✓ trzpień do dużych szpulek



COŚ WYMAGA SZYCIA? ZAŁATW TO OD RĘKI!

Z tą minimaszyną przekonasz się, jak proste może być szycie. Możesz zamówić ją w cenie **129 zł!** Oferta obowiązuje do wyczerpania zapasów.



42 300 35 32

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

Szczegóły oraz informacje dotyczące zwrotów i reklamacji dostępne są pod adresem sprzedawcy: Nargo Invest Sp. z o.o., ul. Żołnierzy i Armii Wojska Polskiego 10/B6, 81-383 Gdynia, +48 538448631, contactpl@globadvice.info. Regulamin: <https://customers-statute.com/statute/pl/>.

eprasa.pl dec/860/28